

Petit guide pour ouvrir les yeux sur les aveugles et les malvoyants



Pourquoi ce guide ?

On compte en France 1,3 million de personnes aveugles ou très malvoyantes. Les occasions de rencontre sont donc nombreuses !

Mais comment se comporter avec quelqu'un qui ne voit pas ? Beaucoup de voyants se posent cette question, car ils sont souvent intimidés ou mal à l'aise face à une personne handicapée visuelle. Et malgré les meilleures intentions du monde, ils font parfois preuve de maladresse. Ce petit guide a été conçu pour favoriser un contact « heureux » entre personnes voyantes et non-voyantes, à travers de nombreux conseils et astuces... et avec beaucoup d'humour !

Il est adapté de la brochure « *Pas cela... ceci.* », de Herman Van Dyck, éditée pour la première fois en 1971 en Belgique, et réédité par l'Association Valentin Haüy (disponible en intégralité sur le site : www.avh.asso.fr).

Souvent, on n'ose pas s'adresser directement à un aveugle ou à un malvoyant.

Cela vient peut-être du fait qu'on est habitué à avoir d'abord un contact visuel avec une personne et que, si ce contact est absent, on hésite à aller plus loin. Malheureusement, cela aggrave le sentiment d'exclusion dont souffrent les personnes handicapées visuelles !

Communiquer avec une personne aveugle, c'est facile...

Si vous souhaitez demander ou proposer quelque chose à une personne aveugle, adressez-vous directement à elle, en évitant toutefois les « effets de surprise » qui peuvent la brusquer. Privilégiez une approche en douceur, prononcez son nom si vous le connaissez ou touchez-lui le bras.

... et sans tabou.

En parlant à une personne handicapée visuelle, beaucoup n'osent pas employer les mots « voir », « regarder » ou « aveugle ». Pourtant, les aveugles et malvoyants utilisent ces mots, car ils « voient » à leur façon. N'éprouvez donc aucune gêne à demander s'ils ont déjà vu telle personne ou tel film, ils ne s'en offusqueront pas ! Vous remarquerez d'ailleurs que beaucoup plaisantent sur leur handicap.

Pensez aussi à...

- Préciser qui vous êtes lorsque vous vous adressez à une personne aveugle de votre connaissance.
- Dire au revoir ! Il vous est peut-être arrivé de continuer à parler à quelqu'un sans vous être aperçu qu'il n'était plus là ? Pour une personne aveugle, cela est beaucoup plus déstabilisant. Alors si vous devez interrompre la conversation, dites-le lui avant de partir...





Comment aider un aveugle ?
Malgré les meilleures intentions
du monde, on peut faire preuve
de maladresse...

Si vous voyez qu'une personne aveugle semble perdue ou s'engage dans un chemin semé d'embûches (trottoirs, escaliers, rue difficile à traverser...), n'hésitez pas à lui proposer de l'aide.

Posez-lui simplement la question...

Le mieux est de vous approcher d'elle et de lui poser simplement la question. Et si elle accepte votre aide, prenez son bras ou, mieux, offrez-lui votre coude.

... et précédez-la.

Pour que la personne aveugle se sente en sécurité, ne la poussez pas en avant, mais précédez-la légèrement en gardant le contact du bras. S'il y a des obstacles sur le chemin, et notamment des différences de niveau ou des obstacles en hauteur, signalez-lui en lui disant par exemple « il y a une marche à monter ou à descendre ». Et pour qu'elle ressente bien les changements de direction, gardez toujours un pas d'avance tout en lui parlant : « nous tournons à gauche », « nous allons traverser »...

Dans les escaliers

Si vous montez ensemble un escalier, pensez à lui indiquer deux choses essentielles « la rampe se trouve à votre droite / votre gauche » lorsque vous vous apprêtez à monter, et « nous arrivons à la dernière marche » le moment venu. Vous l'aidez aussi en précisant si les marches sont plutôt hautes ou basses.

C'est dans les transports en commun que les aveugles sont le plus aidés... et parfois trop !

Il n'est pas rare, en effet, de voir quelqu'un « attraper » brusquement une personne aveugle et la soulever pour la faire monter dans un bus ! Mais une personne aveugle n'est pas handicapée motrice et a souvent appris à se débrouiller mieux qu'on ne le pense.

La seule aide dont elle ait besoin : votre voix !

Le mieux est de la guider jusqu'à la porte de montée ou de descente du bus, du métro ou du train, en lui disant « la porte est juste à votre gauche » (ou « devant vous », ou « à deux pas à droite ») et si nécessaire, en posant sa main sur la rampe d'accès. N'hésitez pas non plus à lui dire si la marche est haute ou basse.

Vous lui cherchez une place assise ?

Demandez-lui d'abord si elle souhaite s'asseoir, car beaucoup préfèrent rester debout pour ne pas perdre leurs repères. Mais si elle accepte, accompagnez-la jusqu'à une place disponible en lui prêtant votre bras ou votre coude, puis posez sa main sur le dossier de l'assise.

En voiture...

Dans le cas d'un trajet en automobile, il est important de signaler à la personne aveugle à quel endroit elle doit monter. Posez simplement sa main sur la portière ouverte et elle pourra s'orienter seule. Pour sortir, dites-lui s'il est possible d'ouvrir la portière et comment le faire.



*Il est normal d'avoir envie
de caresser un chien guide,
si mignon et si sympathique.*

Mais imaginez qu'on vienne vous parler, vous chatouiller, vous détourner de votre tâche lorsque vous essayez de travailler ! C'est exactement pareil pour les chiens guides d'aveugle, qui doivent rester concentrés sur leur mission...



Des chiens exceptionnels...

Le chien guide n'est pas un chien comme les autres. Depuis son sevrage, il a suivi une formation de plusieurs années pour apprendre son métier : guider son maître aveugle, lui signaler et lui éviter les obstacles, mémoriser les parcours, trouver une porte, un arrêt de bus, un banc, une boîte aux lettres... Un métier difficile qui demande une concentration permanente !

... dont il ne faut jamais détourner l'attention.

Le chien guide est toujours au travail. Alors, même si c'est extrêmement tentant, évitez d'attirer son attention, de le caresser ou de lui donner à manger, vous pourriez mettre son maître en danger. Vous pouvez en revanche parler à son maître et lui exprimer votre admiration pour le chien. Il en sera ravi, car souvent les gens s'adressent au chien sans même prêter attention à la personne aveugle !

À savoir également :

- Les chiens guides d'aveugles ont accès à tous les lieux et transports publics.
- Naturellement doux et gentils, ils sont dispensés du port de la muselière, car ils doivent pouvoir aboyer pour signaler un danger.

On a parfois tendance à oublier qu'un aveugle ne voit pas...

Et, au fil de la conversation, on a vite fait de faire un signe de tête en guise de « oui » ou de « non », de montrer quelque chose du doigt, d'utiliser des mots inappropriés comme « là-bas ». Mais une personne qui ne voit pas ne sait pas où est « là » !

Le bon réflexe : décrire avec précision...

Une personne aveugle vous demande son chemin ?
Donnez-lui des indications qui lui seront utiles, comme « vous continuez 10 mètres tout droit, puis vous tournez à droite, et ce sera à 50 mètres ». Vous pouvez faire de même dans de nombreuses situations. À table, par exemple, vous pouvez lui dire « votre verre est à droite devant vous ». N'hésitez pas non plus à donner un petit coup à l'objet désigné, pour que la personne puisse le repérer au son.

... et signaler les choses inhabituelles.

Les personnes aveugles ont leurs repères et il arrive fréquemment, dans la rue notamment, que ces derniers soient perturbés par des travaux, de nouvelles installations... Il est donc toujours utile de mentionner des détails inhabituels, par exemple : « le trottoir en face a été goudronné », ou « l'entrée du métro est fermée pendant les travaux, et déplacée de l'autre côté de la rue ».

Chaque chose à sa place !

Il est essentiel, pour les personnes aveugles ou malvoyantes, que les objets soient toujours rangés aux mêmes endroits. Sinon, impossible pour elles de retrouver quoi que ce soit ! Que ce soit à la maison, au travail ou encore dans un train, laissez toujours la personne aveugle ranger, par exemple, elle-même ses affaires.



Ce guide a été réalisé et vous est offert par l'Association Valentin Haüy.

L'Association Valentin Haüy a été créée en 1889 par Maurice de La Sizeranne, lui-même aveugle, pour aider les personnes déficientes visuelles à sortir de leur isolement et à retrouver une vie active et autonome. Reconnue d'utilité publique dès 1891, elle est aujourd'hui présente partout en France à travers ses 110 comités régionaux, pour informer, orienter et accompagner plus de 15 000 aveugles et malvoyants chaque année : cours de locomotion, aides à la vie quotidienne, apprentissage du braille, formations professionnelles, accès à la culture et aux loisirs...

Son action repose sur la générosité de ses donateurs.

Pour tout savoir sur l'Association Valentin Haüy :

www.avh.asso.fr

Petit guide pour ouvrir les yeux sur les aveugles et les malvoyants

Il nous est à tous arrivé de croiser la route d'une personne aveugle semblant perdue ou en difficulté, sans avoir osé lui venir en aide. Le handicap visuel a cette particularité de déstabiliser les voyants, qui ne savent jamais vraiment quelle attitude adopter.

Alors comment parler à un aveugle ? Comment l'aider à traverser une rue, à trouver son chemin, à prendre son bus ? Comment ne pas être maladroit ?

Ce petit guide, en plus de répondre à ces questions, lève bien des tabous et nous montre que les contacts avec les aveugles et les malvoyants sont bien plus simples qu'on ne l'imagine !

Un petit guide tout simplement indispensable, à lire et à partager.

Ce guide a été réalisé et vous est offert par
l'Association Valentin Haüy.

Illustrations : Marcel / l'un&l'autre



5, rue Duroc - 75007 Paris
www.avh.asso.fr