

## Comment adapter mon comportement face à une personne déficiente visuelle

Les personnes en situation de déficiences visuelles sont en grande majorité malvoyantes. Par exemple, actuellement en France, environ 2.5% des personnes sont malvoyantes et 1/1000 des personnes sont non-voyantes.

Selon l'atteinte, les possibilités visuelles comme les difficultés rencontrées peuvent être très différentes : sensibilité à la lumière, accès à la lecture, autonomie dans les déplacements ou dans les actes du quotidien, variation de la vision selon les moments de la journée...

Voici quelques exemples de manière de « mal voir » :

### Vision normale

Images perçues avec une acuité de 10/10  
Les limites de la photo représentent le champ visuel

Peu considéré par les critiques  
jeunesse, malgré, ou à cause d  
engouement public, il connaît au  
la situation inverse : peu connu  
public, il jouit d'une répu  
considérable de la part des acte  
scène jazz actuelle, qui n'ont d  
de l'affubler des plus respo

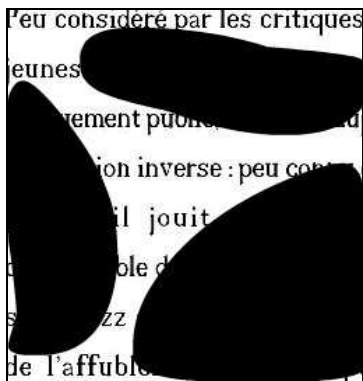


### La cataracte:

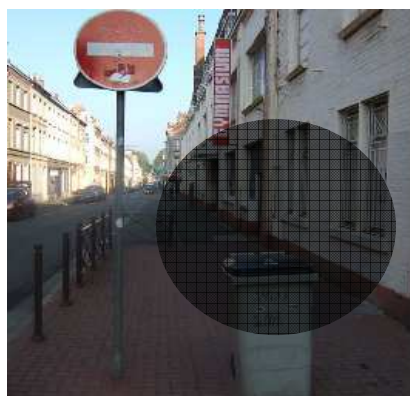
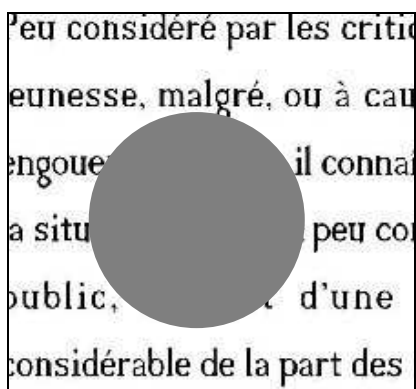
considère par les critiques  
jeune, malgré, ou à cause d  
ement public, il connaît au  
ation inverse : peu connu  
ic, il jouit d'une répu  
dérable de la part des acte  
jazz actuelle, qui n'ont d  
ffubler des plus respo



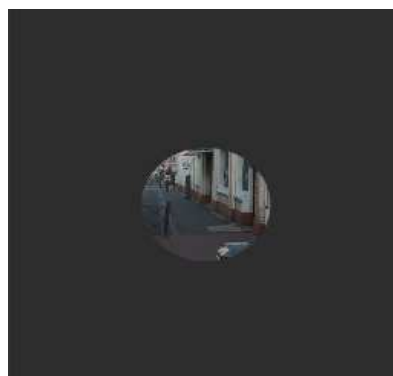
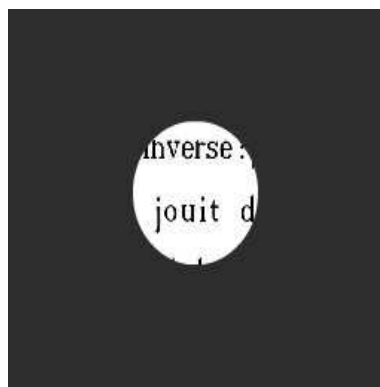
**Le glaucome**



**La DMLA**



**La rétinite pigmentaire**

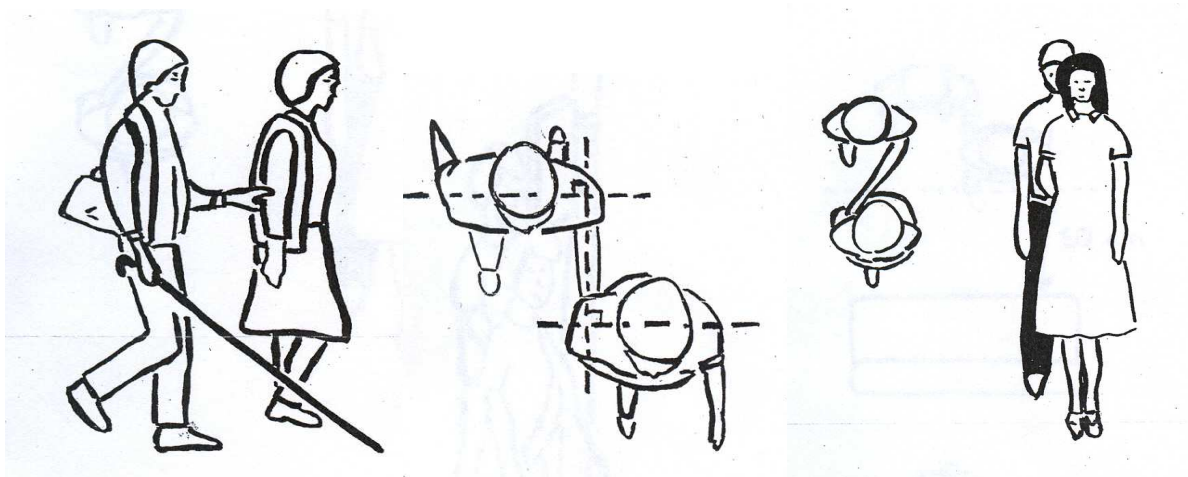


## **Quelques conseils concernant la communication :**

- Au moment de la rencontre avec une personne déficiente visuelle, allez vers elle lorsqu'elle entre dans une pièce inconnue. Identifiez-vous et adressez-vous à elle en la nommant. Pour la poignée de main, n'hésitez pas à verbaliser « je vous sers la main » si elle ne tend pas sa main la première. Cette poignée de main est très importante puisqu'elle remplace le regard.
- N'hésitez pas à lui relancer la question si on s'adresse à vous à propos d'un choix la concernant.
- Lorsque vous donnez des explications, donnez-lui des informations précises : “ à droite, en face de vous ” et pas vague comme “ là-bas, plus loin ”...
- Ne pas hésiter à fournir beaucoup de descriptions sur ce que vous faites. De même, les trajets seront plus intéressants si vous décrivez ce que vous observez.  
En arrivant dans un endroit, il est utile de décrire les dimensions, l'emplacement des objets et les personnes présentes.
- Le ton de la voix est important puisque la personne se fera une représentation de vous à partir de votre voix.
- Donnez-lui un retour auditif « mmmm », « oui » pour qu'elle sache que vous l'écoutez.
- Etre naturel, utiliser le vocabulaire habituel comme “ voir, regarder montrer... ”.
- Lorsque vous la quittez, faites-le lui savoir. Ne la laissez pas se demander si vous êtes encore là ou non. Ne la laissez jamais seule au milieu d'une pièce. Elle préférera être en contact avec le mur ou un meuble, afin d'éviter la désagréable sensation d'être dans un espace vide sans point de repère.

## Concernant la relation d'aide

- Pour savoir la personne a besoin de votre aide, demandez-lui et clarifiez ses attentes. Elle saura vous dire si elle a besoin de vous et comment vous pouvez lui rendre service (ne jamais s'emparer de son bras, mais lui proposer). Résistez à l'envie de tout faire à sa place, de vous précipiter à ses devants ou d'insister si elle refuse.
- Eviter de toucher la personne sans la prévenir.
- Voici une technique pour guider dans les meilleures conditions possibles :



## Concernant l'adaptation de l'environnement

### L'ordre

- Soyez ordonnés, remettez chaque chose en place.
- Gardez les portes complètement fermées ou grandes ouvertes. Une porte à moitié ouverte peut s'avérer dangereuse. Fermez les placards.
- Soyez vigilant à ne pas déplacer le mobilier ou les affaires de la personne sans la prévenir.

### L'éclairage

- Vérifier que la lumière est suffisante mais pas éblouissante
- Quand vous parlez à la personne vérifier que vous n'êtes pas en contre jour.

### Les contrastes

- Utiliser des couleurs contrastées pour signaler les portes, les escaliers.

- Ecrire avec des stylos noirs épais sur du papier blanc (ex : panneaux d'affichage)

### Le mobilier

- Ne pas installer d'objets contre les murs qui ne soient signalés au sol (ex : plante dont les feuilles dépassent du pot, plantes suspendues, extincteur, armoire accrochée au mur,...)
- Remplacez les chaises sous la table quand vous quittez celle-ci.
- Attention aux angles de meubles mal placés dans une pièce (ex : table rectangulaire au milieu d'une pièce).
- Favoriser les espaces de circulation.
- Éviter les câbles électriques dans une zone de passage.

### **Informez et orientez le patient**

**Il est très important de clarifier les attentes et les besoins, car celles-ci varient en fonction de chaque personne.**

**L'apparition d'une baisse visuelle peut nécessiter l'intervention d'une équipe pluridisciplinaire spécialisée en partenariat de l'ophtalmologiste :**

**Instructeur de locomotion (techniques de canne), orthoptiste et opticien basse vision (pour retrouver la lecture), instructeur en AVJ et ergothérapeute (pour l'autonomie au domicile), conseiller technique en informatique (pour l'accès aux nouvelles technologies), ergonomiste (pour aménager le poste de travail), assistante sociale, psychologue...**