



# FÉDÉRATION DES **AVEUGLES DE FRANCE**

VAL DE LOIRE

**Ensemble, voyons plus loin...**

**Newsletter numéro 4 juin 2020**

## Sommaire

### Table des matières

<i>Edito du Président</i> .....	1
<i>Nouvelles des ateliers et de quelques activités de la Fédération des Aveugles du Val de Loire</i> .....	2
<i>Covid-19 : Nouvelle donne pour l'autonomie des déficients visuels</i> .....	3
<b>Handicap visuel et confinement, deux situations pas si différentes</b> .....	3
<b>Une sortie de confinement moins évidente</b> .....	4
<b>Réapprenons ensemble à nous adapter à notre nouvelle vie</b> .....	4
<i>Témoignage : Oser la demande</i> .....	5
<i>Culture : « Souffler n'est pas jouer » ? Souffler, c'est voyager en jouant avec les mots</i> .....	6
<i>Culture : Présentation du service « Souffleurs d'images » via le web</i> .....	6
<i>Nouvelles technologies : N26 la banque mobile est ... accessible !</i> .....	7
<i>Le Grillon, de Jean-Pierre Claris de Florian (1755-1794)</i> .....	8
<i>Tous à vos agendas</i> .....	9
<b>CONTACTS</b> .....	9
Fédération des Aveugles et Amblyopes de France Val de Loire : .....	9
Le Service d'Accompagnement à la Vie Sociale .....	9
La Fédération des Aveugles et Amblyopes de France .....	10

## Edito du Président

Bonjour à toutes et tous,

La période du déconfinement que nous vivons depuis le 11 mai dernier nous conduit à être finalement plus prudents. En effet, plus de personnes dans les rues, plus de circulation et donc plus de bruit environnant, plus de vélos sur les trottoirs, j'en passe et des meilleurs. Pour les personnes aveugles et malvoyantes, le respect de distances reste une véritable difficulté, difficulté renforcée par le fait que les autres ne nous voient pas nécessairement et que le bruit nous empêche d'entendre les pas de nos concitoyens.

Un autre point de vigilance doit être précisé : le toucher est un sens majeur utilisé par les personnes aveugles et malvoyantes. En particulier, la technique de guide, consistant à ce que la personne déficiente visuelle prenne le coude ou l'épaule de la personne voyante, exige des précautions essentielles : se laver les mains au gel hydroalcoolique avant et après le guidage, le port du masque pour les deux personnes (la distance entre les deux personnes n'étant par nature pas respectée). Enfin, il convient d'insister sur deux points :

- Les chiens guides doivent pouvoir entrer partout ; c'est la loi qui l'impose, même en cette période.
- Il convient pour les personnes voyantes de parler aux personnes aveugles ou malvoyantes rencontrées dans la rue afin que ces dernières puissent avoir les indications dont elles ont besoin.

Pour notre association, le Service d'accompagnement à la vie sociale a repris ses activités. Le pôle nouvelles technologies redémarre ses actions graduellement. Pour les activités de la vie militante, nous avons fait un petit sondage, à la fois pour nos adhérents et nos animateurs d'atelier. La plupart ne souhaitent pas reprendre en juin. Se déplacer en transport en commun reste pour bon nombre anxiogène. Seuls les ateliers traditions orales et anglais, qui peuvent être faits via le téléphone, ont en partie repris.

Nous poursuivons nos appels aux adhérents afin de rompre la solitude qu'ils vivent du fait de la quasi-absence de nos activités. Le concert qui devait être donné par l'orchestre Saint-Cyr Music au profit de notre association le 2 juin prochain est bien entendu annulé ; une date sera reprogrammée à partir du mois de septembre.

A vous aussi chers lecteurs de prendre le temps de lire de façon plus posée cette lettre d'information, de réagir si vous le souhaitez, de rédiger des articles pour la prochaine lettre d'information. A ce jour, nous n'avons pas encore envisagé la prochaine parution mais ce sera probablement fin août début septembre. Cependant, dès maintenant, pour proposer vos articles, envoyez-les à [presidence@aveuglesvaldeloire.org](mailto:presidence@aveuglesvaldeloire.org)

Au risque de me répéter, je vous souhaite le meilleur pour vous et vos proches.

Bruno Gendron

Président

## **Nouvelles des ateliers et de quelques activités de la Fédération des Aveugles du Val de Loire**

Le déconfinement va se faire piano et sano... voici les dernières nouvelles :

- Manuela, Marie-France et Daniel reprendront leurs activités en septembre... Il s'agit du braille, du braille tonique, du café-presse, de la mosaïque, de l'art floral, du tricot et des mardi conviviaux...

- L'Anglais reprendra peut-être en juin... En attendant, les cours sont virtuels !

- pour l'atelier traditions orales, les séances ont lieu par téléphone.

Cet atelier vous réserve une surprise fin juin. Par téléphone ou par Skype... Vous serez invités à une séance de contes, de fables et autres fariboles... On vous préviendra en temps et en heure, soyez vigilants, lisez bien vos mails !

- l'atelier multimédia vous fera aussi une proposition pour mi-juin, en présentiel ou en distanciel, il faut savoir un peu jargonner, mais pas trop ! Là encore, soyez vigilants, vous serez prévenus en temps et en heure.

- l'atelier poterie vous propose aussi quelque chose ; voici un mot de Eline, son animatrice : « Bonjour à tous, pour le prochain cours, je vous propose le samedi 13 juin de 10h à 11h30.

Pour la meilleure protection de chacun, je vous demanderai de prendre votre tablier ou une chemise pour protéger vos habits. Nous travaillerons avec un masque ou une visière (j'apporterai des visières). Réservez vite vos places auprès de Sandrine afin de savoir si l'atelier pourra se tenir en fonction du nombre de participants.

Nous nous adapterons pour protéger chacun de nous.

Au plaisir de vous revoir bientôt,

Bises virtuelles

Eline »

- le samedi 13 juin dans l'après-midi sera aussi l'occasion pour le groupe de paroles de se réunir, dans les règles et les distances qu'impose la période.

Pierre Schmitt

NDLR : dernière minute : Rentrée en fête à Orléans aura lieu le 6 septembre prochain. Nous y tiendrons un stand. Nous vous enverrons des informations complémentaires dès qu'elles seront en notre possession.

## Covid-19 : Nouvelle donne pour l'autonomie des déficients visuels

Vivre et travailler de manière autonome en étant déficient visuel est un challenge que nous relevons malgré les contraintes imposées par notre handicap. Au nombre de 1,7 million en France\*, nous ne nous arrêtons pas aux difficultés, nous nous adaptons toujours pour pouvoir avancer.

Cela peut prendre du temps et des aménagements, mais ils sont nécessaires pour pouvoir être autonome. Une fois acquise, cette autonomie nous permet de vivre comme tout le monde.

Néanmoins, l'arrivée de la pandémie a modifié nos repères et nos habitudes et nous allons devoir, avec l'aide de tous, réapprendre à vivre et travailler dans un nouvel environnement.

### Handicap visuel et confinement, deux situations pas si différentes

Nous venons tous de vivre plusieurs semaines en **confinement**. Nous étions tous limités dans **nos déplacements** et **nos interactions** avec les autres.

**Mais en y réfléchissant bien, ne trouvez-vous pas que cette situation rappelle la situation de handicap visuel ?**

En effet, la perte ou l'altération du sens de la vue peut se définir par une sorte de confinement que notre handicap nous impose.

Rappelons que les principales contraintes rencontrées par les déficients visuels, dont je fais partie, sont liées aux difficultés dans leurs **déplacements** mais également à la **communication** (visuelle et corporelle).

Le parallèle avec la situation de confinement imposée par la pandémie semble donc évident.

Me concernant, étant malvoyante de naissance, le confinement ne fut pas vraiment difficile à vivre puisque pour pouvoir avancer, travailler, me déplacer, il est nécessaire depuis toujours que je **m'adapte** à mon environnement en **acceptant les limitations** de mes capacités liées à mon handicap.

Le confinement est donc pour moi une situation acceptable dans le sens où elle a été nécessaire pour contenir le virus. Ne m'étant déplacée que très peu et ayant l'habitude de travailler à distance, cela fut plutôt simple finalement.

## Une sortie de confinement moins évidente

De manière générale, les déficients visuels compensent leur handicap grâce à plusieurs techniques et aménagements qui leur donnent la possibilité de **vivre et travailler comme tous mais autrement**.

Comme exemple, certains d'entre nous utilisent des cannes pour se déplacer, des synthèses vocales pour lire les documents numériques accessibles, des monoculaires pour voir de loin...

Et si vraiment nous sommes en « galère », nous **demandons de l'aide** à notre entourage, ou dans la rue, ou dans notre quotidien, à notre travail, à des personnes autour de nous.

Malheureusement, l'arrivée du Covid-19 a chamboulé nos repères et nos habitudes ainsi que la possibilité de demander de l'aide.

En effet, les mesures sanitaires mises en place entraînent **une perte de repères** liée aux aménagements extérieurs, dans les transports, et également les bâtiments (magasins, entreprises, gares...).

Cette perte de repères nous contraint à nous **concentrer davantage** pour pouvoir nous déplacer et **nous réhabituer** à de nouvelles pratiques de déplacement.

**Le port du masque** peut également poser un problème dans la communication. Pour ma part, j'ai beaucoup de mal à reconnaître les voix et reconnaître les personnes dans la rue grâce à leur aspect général.

**Le respect des distanciations physiques** est également compliqué car l'appréciation des distances nous est parfois impossible. Nous devons donc nous signaler, et ce sont les autres passants qui doivent finalement nous aider à les respecter, en s'éloignant de nous à une distance raisonnable.

De plus, si j'ai **besoin d'aide**, il est également compliqué de demander à quelqu'un mon chemin car avec le bruit environnant, le masque, la distanciation sociale, je n'entends pas forcément très bien les indications. Je parle donc plus fort et incite les personnes à répéter quand je ne comprends pas.

## Réapprenons ensemble à nous adapter à notre nouvelle vie

Cette sortie de confinement est effectivement un **changement** pour chacun, mais c'est tous ensemble que nous réussirons à nous habituer à ce nouveau mode de vie.

**Afin d'aider l'ensemble des citoyens à accompagner les déficients visuels** dans cette étape, le Secrétariat d'État auprès du Premier Ministre chargé des Personnes Handicapées a mis à disposition une documentation\* **téléchargeable en cliquant [ici](#)**.

Nous avons donc tous besoin les uns des autres pour pouvoir reprendre nos activités de loisirs, de vie quotidienne et notre travail, et c'est pour cela que j'invite tout le monde à partager cet article et faire connaître ce guide afin de nous aider à réacquérir notre autonomie.

## \* Sources :

Nombre de personnes déficientes visuelles : Fédération des Aveugles de France

Guide « Comment vivre le confinement avec une personne déficiente visuelle » : Secrétariat d'Etat auprès du Premier Ministre chargé des Personnes Handicapées

## Crédits photos :

De haut en bas :

1. Makenna Entrikin (unsplash.com)

2. Viktor Juric (unsplash.com)

3. Andy Chan (unsplash.com)

4. Émilie Bonnin

5. Toa Heftiba (unsplash.com)

Anne-Laure B

Dirigeante et Co-Fondatrice d'H.A.S.C - Consultante RH sp. Handicap / Formatrice / Animatrice chez H.A.S.C

## Témoignage : Oser la demande

NDLR : ce témoignage n'engage que son auteur.

En cette période difficile pour tous, mais avec quelques particularités lorsqu'on est déficient visuel, j'ai eu envie, une fois n'est pas coutume, de témoigner de mon rapport avec la demande d'aide. C'est quelque chose que je pratique pluri-quotidiennement, et que j'ai retravaillé lors de mon séjour en hospitalisation de jour à la Fondation Sainte Marie à Paris.

D'abord, pour oser la demande, j'ai accepté d'oser penser que, comme personne déficiente visuelle mais finalement comme tout un chacun, il y a des choses que je ne peux pas du tout faire seul ou que je peux faire partiellement seul. Mais après tout, tout le monde ne sait pas changer une roue de voiture, de mon côté, traverser un carrefour dangereux, eh bien je ne sais pas bien faire seul. En outre, la difficulté liée à la prise de distance physique avec autrui rend les déplacements plus compliqués et j'ai admis que pour faciliter cette prise de distance, j'ose demander, ne serait-ce que pour entendre la voix de mon interlocuteur.

Cela signifie-t-il que je ne suis pas autonome pour le faire ? Tout dépend de ce que je mets derrière le mot autonomie. Si cela signifie faire tout tout seul, alors je ne suis pas autonome mais personne ne l'est. Si autonome signifie pouvoir trouver les solutions pour arriver à quelque chose, alors autonome, je le suis. Il peut par exemple s'agir de faire lire un kaptcha à une personne voyante (image sur un site Internet qui permet de se protéger des robots, mais image totalement inaccessible). Oui, mais j'ai déjà travaillé sur le site et seul cet empêchement me bloque.

Oser la demande d'aide, c'est accepter qu'une demande d'aide ne constitue pas systématiquement une gêne pour la personne à qui on demande. Car sur quoi je me fonde pour savoir que l'autre est gêné ? Quels sont les critères qui me permettent de le penser ? Admettons que je dérange lorsque je demande de l'aide. N'est-ce pas de la responsabilité de la personne à qui je demande de me signifier que c'est compliqué ou impossible de m'aider ? Et si elle m'aide à contre-cœur, qui en porte la responsabilité ?

Oser la demande d'aide c'est être sûr aussi que la personne saura ce qu'elle peut faire pour m'aider et qu'elle ne fera pas à ma place, ou qu'elle ne fera pas quelque chose que je ne souhaite pas. Souvent, les personnes évoquent leur difficulté à imaginer mes difficultés. En leur précisant ma demande, je solutionne cette difficulté.

Et si, en fait, oser la demande d'aide permettait à autrui d'avoir le plaisir (car c'est de mon point de vue un plaisir) de rendre service ? Et si aider l'autre ne permettait pas de se rendre utile ?

Et dans bon nombre de cas, ne suis-je pas utile aux autres ? Bien souvent, je rends service moi aussi donc qu'est-ce qui ferait que je n'aurais pas besoin de l'aide des autres ? ne rendons-nous jamais service aux autres ?

Ce qui pourrait constituer un excès, c'est de tout demander et de ne pas prendre sa responsabilité dans ce qu'on peut faire.

Alors, pour conclure, oser la demande, c'est prendre le risque d'un oui, c'est prendre le risque d'une belle rencontre pleinement humaine aussi.

Bruno Gendron

## **Culture : « Souffler n'est pas jouer » ? Souffler, c'est voyager en jouant avec les mots...**

Aujourd'hui, jeudi 28 mai 2020 à 14 heures, j'ai rendez-vous avec Émeline pour une visite audio descriptive téléphonique, de 2 expositions du Musée de Giverny (village Normand où vécut le peintre Claude Monet).

Bien assise dans mon fauteuil, les écouteurs dans les oreilles, j'étais fin prête pour le grand saut dans le monde de l'impressionnisme !

À l'autre bout du fil (fil imaginaire), Émeline avait préparé son arsenal de mots descriptifs.

Le voyage a été coloré : les camaïeux de bleus, de rouges, de gris, le blanc, le jaune, le vert, le marron et le noir se sont invités par petites touches tout au long des paysages marins, volcaniques et aussi en campagne.

Le ciel offrait ses plus belles parures aux mille nuances. Dans certaines œuvres, quelques femmes et quelques hommes s'y promenaient. Le soir, avant que le sommeil ne m'emporte, les œuvres défilaient dans ma mémoire, nourrie de couleurs, aux ambiances bucoliques et marines. Le prochain voyage est pour bientôt.

Merci à Élisabeth (adhérente de la Fédération des Aveugles du Val de Loire) qui m'a fait connaître ce service.

Merci à Catherine Mangin - Responsable du service Souffleurs d'Images - et à Émeline - bénévole Souffleur - pour leur disponibilité et leur bienveillance.

Véronique Van Hullebus  
Administratrice

## **Culture : Présentation du service « Souffleurs d'images » via le web**

Le service Souffleurs d'Images propose aux personnes aveugles et malvoyantes d'accéder, quand elles le souhaitent, à l'événement culturel de leur choix.

Le service Souffleurs d'Images développe une médiation humaine et personnalisée. Un souffleur bénévole, lui-même étudiant en art ou artiste, décrit et souffle à l'oreille du spectateur aveugle ou malvoyant, les éléments qui lui sont invisibles le temps d'un spectacle ou d'une exposition.

Découvrez toutes les fonctionnalités du service Souffleurs d'Images sur son site dédié [www.souffleurs.org](http://www.souffleurs.org)

L'objectif du projet Souffleurs d'Images est de démocratiser et d'autonomiser les pratiques de spectateurs des publics malvoyant ou aveugle.

## APPEL D'ART

Les Souffleurs d'Images se sont adaptés à la crise sanitaire en proposant cette action, à distance. L'idée est simple, un bénévole souffleur d'images échange et décrit, par téléphone, des contenus culturels (visites virtuelles, expositions, lectures) avec des personnes en situation de handicap, de précarité, d'isolement et/ou n'ayant pas accès au numérique.

### Les contacts :

**Catherine Mangin - Responsable du service Souffleurs d'Images**

**06 40 65 69 38 // 01 42 74 17 87 // [contact@souffleurs.org](mailto:contact@souffleurs.org)**

**Souffleurs d'Images - Acte 21 – CRTH**

163 rue de Charenton - 75012 Paris

**Bat B, esc 13, boîte 147**

[www.souffleurs.org](http://www.souffleurs.org) / [www.acte21.org](http://www.acte21.org) / [www.crth.org](http://www.crth.org)

Le CRTH est membre du GROUPE SOS SOLIDARITÉS

# Nouvelles technologies : N26 la banque mobile est ... accessible !

Dans cet article, je présente une banque que j'utilise et qui se soucie de l'accessibilité de ses services aux personnes handicapées.

A la suite de plusieurs échanges avec ma banque française que je ne nommerais pas, au sujet de la non-accessibilité de son site et de son application, et n'ayant aucune réponse pour améliorer son service, j'ai cherché une solution.

A la suite d'un article lu sur le site [www.edencast.fr](http://www.edencast.fr) qui présentait la banque N26, et de son accessibilité qui nous permet en tant que déficients visuels d'ouvrir notre compte bancaire sans l'aide de quiconque, je me suis lancé et maintenant je viens vous faire un retour d'expérience de cette banque totalement en ligne.

C'est quoi une banque en ligne ?

C'est une banque que l'on utilise exclusivement via une application sur smartphone ou via le site internet de la banque. Dans la plupart des cas, il n'y a pas d'agence physique. Dans le cas de N26, pas d'agences. De plus, cette banque a comme objectif de tout dématérialiser, donc exclusivement des paiements par carte bancaire, pas de chéquier, et bien sûr il reste la possibilité de retirer du liquide dans n'importe quel distributeur.

Que me faut-il pour ouvrir un compte ?

En premier lieu, un smartphone, Iphone ou Android. Ensuite, il suffit d'installer l'application de la banque et de suivre les différentes étapes. A la création du compte, le seul moment où vous pourriez avoir besoin d'un peu d'aide sera au moment de prendre en photo votre carte d'identité. Personnellement, je n'ai eu aucun problème lors de l'ouverture.

Ça change quoi au quotidien ? Le point le plus important pour moi, c'est la réception d'une notification au moment d'un paiement. Sur votre smartphone, au moment du paiement avec votre carte N26, une notification arrive avec le montant que vous venez de payer. Pourquoi est-ce important pour moi ? Dans le monde dans lequel on vit, certains commerçants ne sont pas des plus honnêtes. Avec cette notification, on saura tout de suite si on essaye de nous arnaquer. C'est un stress de moins au moment du paiement.

Dans l'application, on peut ouvrir des espaces. Ce sont des sous comptes où on peut épargner. Ça ne demande aucun papier. Dans mon cas, j'ai plusieurs amis qui ont aussi un compte dans cette banque et il y a la possibilité de faire des virements instantanés à ses amis.

Et au niveau de l'accessibilité ?

Au début où j'ai commencé à utiliser cette banque, il y en avait beaucoup des problèmes d'accessibilité. Dans le premier mois d'utilisation, j'ai envoyé un mail listant tous les problèmes que j'avais rencontrés. 3 semaines plus tard, je recevais une réponse me disant que l'application avait été mise à jour et que les problèmes d'accessibilité avaient été résolus. J'ai été assez surpris d'une telle efficacité. Comparé à ma banque traditionnelle, où à l'heure d'aujourd'hui je n'ai toujours pas de réponse, là c'est efficace. Les problèmes que j'avais soulevés ont été corrigés. Une grande réactivité de leur part et la conscience de l'accessibilité qui est un enjeu majeur en ce moment.

J'ai volontairement occulté la partie coût de cette banque car je souhaitais parler principalement de l'accessibilité, et si une banque de ce type vous intéresse, vous trouverez très facilement le site internet de cette banque avec votre moteur de recherche favori ! Je ne souhaite pas faire de publicité mais juste parler de produits qui fonctionnent et c'est bien cela le plus important !

Nicolas Lacourte-Barbadaux.

## **Le Grillon, de Jean-Pierre Claris de Florian (1755-1794)**

L'Atelier contes vous offre une petite histoire. La morale est connue mais connaissiez-vous la fable ?

Un pauvre petit grillon  
Caché dans l'herbe fleurie  
Regardait un papillon  
Voltigeant dans la prairie.

L'insecte ailé brillait des plus vives couleurs ; L'azur, la pourpre et l'or éclataient sur ses ailes ; Jeune, beau, petit maître, il court de fleurs en fleurs, Prenant et quittant les plus belles.

Ah ! disait le grillon, que son sort et le mien sont différents ! Dame nature pour lui fit tout, et pour moi rien.

Je n'ai point de talent, encore moins de figure.

Nul ne prend garde à moi, l'on m'ignore ici-bas.

Autant vaudrait n'exister pas.

Comme il parlait, dans la prairie

Arrive une troupe d'enfants.

Aussitôt les voilà courant après ce papillon dont ils ont tous envie.

Chapeaux, mouchoirs, bonnets, servent à l'attraper ; L'insecte vainement cherche à leur échapper, Il devient bientôt leur conquête.

L'un le saisit par l'aile, un autre par le corps ; Un troisième survient, et le prend par la tête :

Il ne fallait pas tant d'efforts pour déchirer la pauvre bête.

Oh ! oh ! dit le grillon, je ne suis plus fâché ; Il en coûte trop cher pour briller dans le monde.

Combien je vais aimer ma retraite profonde !

Pour vivre heureux, vivons caché.



# Tous à vos agendas

Nous vous donnons quelques dates en espérant que nous pourrions les maintenir au vu des consignes sanitaires :

- Concert au profit de l'Association par l'ensemble St Cyr Music le 2 juin prochain annulé et reporté au dernier trimestre 2020 (date à définir)
- Rentrée en fête le dimanche 6 septembre

Opération « les Soudeurs Étincelle » les 19 et 20 septembre

- Vide greniers de l'Association dimanche 27 septembre sous réserve de faisabilité liée à la crise sanitaire
- Voyage du 30 septembre au 6 octobre sous réserve
- Assemblée générale de l'Association samedi 17 octobre toute la journée (temps conviviaux l'après-midi à prévoir)
- Loto le samedi 21 novembre à la Salle polyvalente de St Jean le Blanc
- Repas de Noël en décembre

Certaines dates ne sont pas encore définies, nous vous les transmettrons dans les mois à venir

## CONTACTS

Fédération des Aveugles et Amblyopes de France Val de Loire :

Site Internet : [www.aveuglesvaldeloire.org](http://www.aveuglesvaldeloire.org)

Siège : 15 bis et 17 rue du Coq St Marceau 45100 Orléans

Téléphone : 02 38 66 11 65

Courriel : [contact@aveuglesvaldeloire.org](mailto:contact@aveuglesvaldeloire.org)

Le Service d'Accompagnement à la Vie Sociale

Site Internet : [www.aveuglesvaldeloire.org](http://www.aveuglesvaldeloire.org)

Adresse : 15 Rue Alain Savary 45100 Orléans

Téléphone : 02 38 22 60 43

Courriel : [accueil-savs@aveuglesvaldeloire.org](mailto:accueil-savs@aveuglesvaldeloire.org)

La Fédération des Aveugles et Amblyopes de France

Site Internet : [www.aveuglesdefrance.org](http://www.aveuglesdefrance.org)

6 rue Gager-Gabillot

75015 Paris

Tél : 01 44 42 91 91