

ACCOMPAGNER
ET GUIDER
LA PERSONNE
AVEUGLE OU
MALVOYANTE

savoir-ÊTRE
ET
savoir GUIDER



Ce guide vous donne quelques conseils pour mieux appréhender une rencontre avec une personne déficiente visuelle afin de lui apporter toute l'aide dont elle a besoin, sans la mettre dans l'embarras, avec des règles de savoir-être qui s'appliquent aussi bien aux personnes voyantes qu'aux personnes déficientes visuelles.

Ce guide vous permettra également de mieux appréhender et visualiser la technique de guide, une technique universelle permettant de guider en toute sécurité, avec un maximum d'aisance et d'économie d'énergie, une personne déficiente visuelle. Elle s'appuie sur le langage corporel (sensations) entre le guide et le guidé.

C'est avec le temps, l'expérience et les échanges avec la personne guidée, que vous évoluerez vers plus d'aisance.

Ce guide n'a pas vocation à remplacer une sensibilisation faite par un professionnel de la locomotion, mais tend à donner et rendre accessibles les éléments de base de la technique de guide.

STOP AUX PRÉJUGÉS !	P 4
PRIVILÉGIEZ LE CONTACT DIRECT	P 5
COMMENT SE PRÉSENTER ?	P 6
COMMENT DÉCRIRE UN LIEU, UN ESPACE	P 8
LA POSITION DE BASE	P 10
LES RALENTISSEMENTS	P 12
LES ESCALIERS	P 13
LES PASSAGES ÉTROITS	P 14
LES OBSTACLES EN HAUTEUR	P 15
SITUER UN SIÈGE, UN MOBILIER	P 16
AU DOMICILE OU AU BUREAU	P 17
EN RANDONNÉE	P 18

Sommaire

STOP aux préjugés !

Lorsque l'on s'adresse à une personne déficiente visuelle, il n'y a pas de mots tabous. Vous pouvez être embarrassé en utilisant des mots ou des expressions comme « tu vois ce que je veux dire » ou « je vais jeter un œil » ou « qu'as-tu regardé à la télévision ? ».

Pourtant, ce sont des expressions que les personnes handicapées visuelles utilisent elles-mêmes et elles ne sont pas gênées de les employer. Donc, **parlez le plus naturellement possible**, sans réfléchir à chaque mot énoncé, sans élever la voix plus que de raison.



Privilégiez le contact direct

Adressez-vous directement à la personne déficiente visuelle si vous attendez des informations la concernant, même si elle est accompagnée d'une tierce personne. Le handicap visuel n'a aucune incidence sur les facultés mentales de la personne, ainsi elle pourra tout à fait vous répondre directement, sauf dans les cas rares de polyhandicap.

Pensez juste à lui toucher légèrement le bras pour attirer son attention, ou à l'appeler par son prénom ou son nom si vous la connaissez. De même, en retour, **pensez à vous présenter** ou vous annoncer quand vous la croisez pour lui éviter de jouer aux devinettes.



Comment se présenter ?

Votre aide, aussi bien intentionnée soit-elle, se propose et ne s'impose pas. Chaque personne déficiente visuelle est différente, tant sur le point de vue de ses capacités visuelles que de ses besoins en accompagnement.

Il est toujours nécessaire de demander à la personne si elle a besoin de vous et comment. C'est elle qui vous indiquera et vous précisera si nécessaire son besoin de guidage, donc :

- **Présentez-vous et expliquez pourquoi vous êtes là !**
- **Demandez à la personne si elle a besoin de prendre votre bras ou si elle préfère vous suivre en repérant votre silhouette, ou en suivant le guide à l'audition.** Dans ce cas, demandez-lui si elle souhaite être prévenue en cas d'obstacles, dénivelés ou autres durant le déplacement.



C'est à la personne déficiente visuelle de prendre votre bras et non l'inverse : **il ne s'agit pas de « tracter » ou « propulser » la personne non ou malvoyante, mais bien de la guider.**

Car, au-delà du geste technique de guidage, par le confort et la sécurisation que vous lui offrez, c'est aussi un moment de partage et d'échanges que vous vivez !

N'hésitez jamais à demander à la personne guidée si votre technique de guide lui correspond afin de vous adapter à ses besoins.

Comment décrire un lieu ou un espace ?

Même s'il ne faut pas décrire l'environnement constamment lors du déplacement, il est parfois utile de décrire un lieu ou un espace, à la demande de la personne déficiente visuelle, pour qu'elle visualise mentalement les éléments environnants.

Il est préférable d'éviter les mots comme « ici », « là-bas », mais utilisez plutôt des indications précises comme « à votre gauche, en face de vous ». Vous pouvez utiliser aussi le système horaire pour les directions (exemple : en face = à midi, légèrement à droite = à 2h).

Arrivant dans un endroit inconnu, on peut décrire en premier la forme et la taille de la pièce, puis situer certains éléments les uns par rapport aux autres si besoin, comme « la commode est à droite de la fenêtre ».

Ne laissez pas une personne « dans le vide ». Lorsque votre duo arrive à destination et que vous devez vous absenter, il est important de proposer un appui ou un simple contact avec la main (une chaise, un comptoir, ou même juste un mur), ainsi que de mentionner votre départ !

Prévenez la personne déficiente visuelle quand vous partez, sortez de la pièce ou répondez au téléphone. Ce n'est jamais très agréable de se rendre compte, après coup, que l'on parle tout seul.



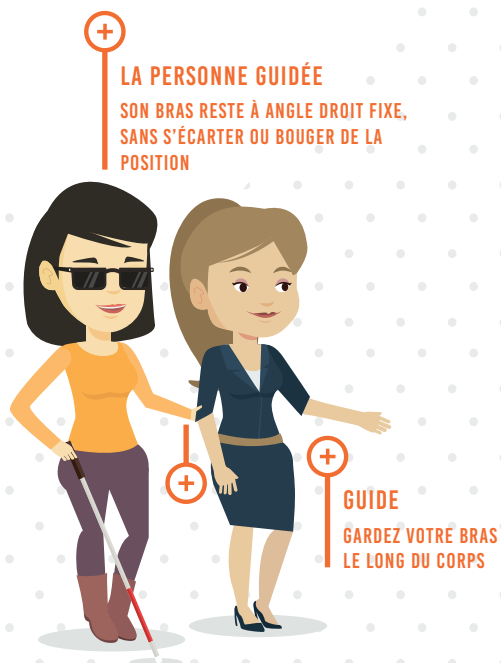
La position de base

Si la personne accepte votre aide, proposez-lui votre bras de façon à ce qu'elle puisse vous tenir **juste au dessus du coude**. Il ne faut surtout pas la tirer ou la pousser puisque cela peut, non seulement être stressant, mais aussi être imprudent notamment lors de traversées. La personne aveugle ou malvoyante est alors protégée par le guide qui est en premier sur les obstacles et non l'inverse.

La personne guidée doit tenir à pleine main votre bras de manière à avoir son bras à angle droit. Cette façon de faire lui permettra de garder un pas d'anticipation et de bien sentir les variations dans vos déplacements. La personne déficiente visuelle vous indiquera également le côté par lequel elle préfère être guidée.

Vous devez vous adapter au rythme de marche de la personne déficiente visuelle.

Votre mission : gérer la sécurité du binôme, tant en largeur qu'en hauteur ! Le guide est entièrement garant de la sécurité physique de la personne guidée. Cela sous entend le contournement d'obstacles présents sur le cheminement du binôme, l'annonce par un code corporel d'obstacles à franchir (texture au sol, dénivelés, passages étroits...)



Pour les personnes âgées ou ayant des problèmes d'équilibre, le guide peut plier son coude, afin de soutenir la personne en gardant une certaine distance d'anticipation.

La position de base ... vue d'en haut

Cette position de bras du guidé permet d'adopter la bonne distance entre les 2 personnes, à savoir, 1 pas d'anticipation et une largeur minimisée (les épaules de chacun se retrouvent l'une derrière l'autre, dans la même orientation), afin de bien sentir et suivre les mouvements du guide.



Autres situations de déplacement accompagné

1

AVEC OU SANS LA CANNE BLANCHE ?

Les personnes peuvent choisir de ranger leur canne puisqu'elle ne leur sert pas. Cependant, il est recommandé de la conserver, visible, afin que le duo soit identifié. La plupart du temps, une main tient le bras du guide, l'autre tient la canne à la verticale, soulevée du sol.

2

AVEC UN CHIEN GUIDE

La personne peut choisir de se faire guider. Dans ce cas, elle tient le chien par la laisse et non par le harnais, le chien n'est plus «au travail».

L'autre possibilité est de garder le chien guide au harnais et son maître lui demandera de suivre le guide.

3

ACCOMPAGNER SANS GUIDER

Une personne peut avoir besoin d'accompagnement, mais sans nécessairement avoir besoin d'être guidée. Les 2 personnes peuvent alors marcher l'une devant l'autre (le plus fréquent) ou côte à côte.

Les ralentissements

Vous devez ralentir pour laisser à la personne guidée le temps de s'adapter,

notamment en cas de :

- changement de texture au sol (béton/herbe, irrégularités type pavés, bosses...)
- pentes,
- changement de direction,
- avant toute mise en place de code (dénivelés et passage étroit),
- avant de s'arrêter ou de marquer un arrêt.

De même, face à un obstacle, pour le contourner, ralentissez si nécessaire, mais le duo doit pouvoir slalomer entre les obstacles sans les heurter.

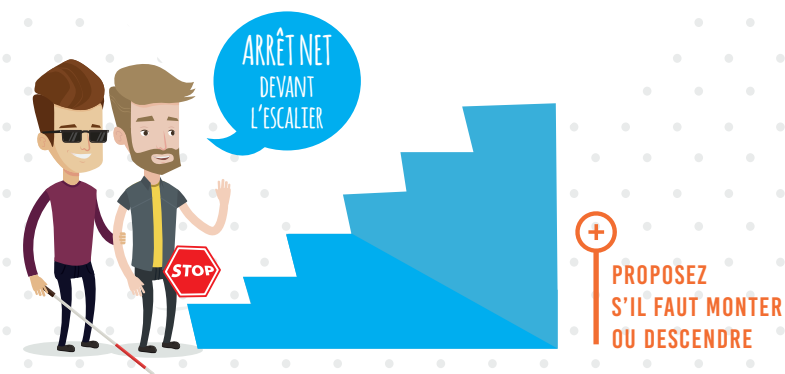


Les escaliers

Vous devez marquer **un arrêt bien net en début et en fin de toutes dénivellations brusques** : que ce soit une bordure de trottoir, une marche, etc. Il en est donc de même pour les escaliers !

Arrêtez-vous au pied ou au bord de la dénivellation, le plus proche possible. La personne guidée sait alors qu'elle aura un pas à faire avant de monter ou de descendre la dénivellation. Le code est à renouveler à chaque volée d'escalier. Vous pouvez indiquer s'il faut monter ou descendre et devez proposer à la personne de prendre, si elle le souhaite, la main courante.

Arrêt avant la montée



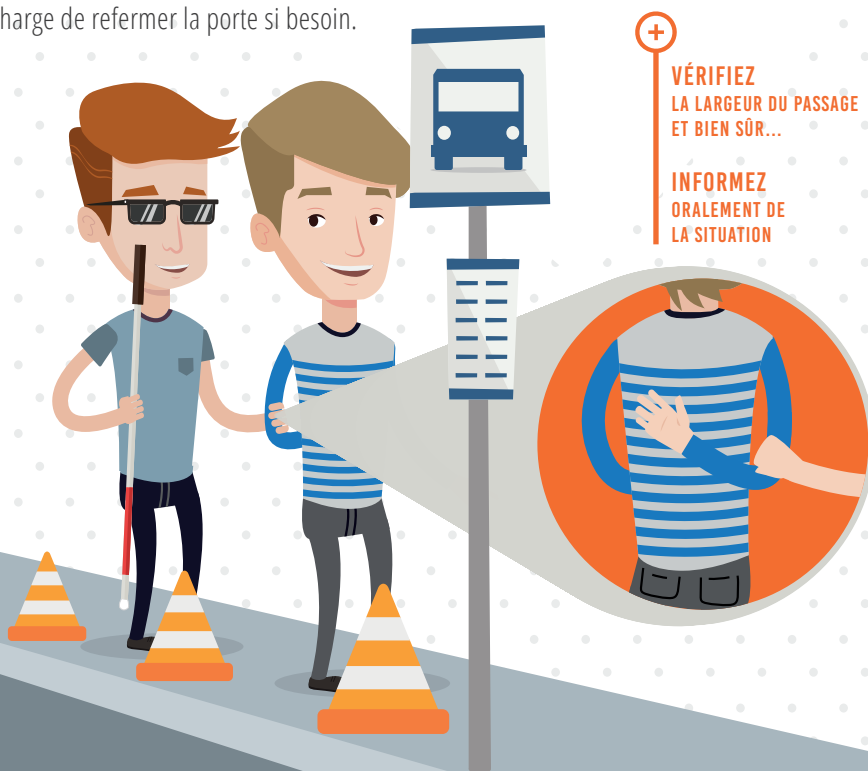
Pendant la montée



Les passages étroits

Lors d'un passage étroit, **ralentissez, puis placez votre bras en arrière** (bras tendu ou plié. La personne guidée doit tendre son bras (celui qui vous tient) : ceci permet d'augmenter la distance entre vous deux et de ne pas s'accrocher les pieds. Vous l'amenez ainsi naturellement derrière vous en avançant : le binôme ne prend alors l'espace que d'une seule personne en largeur, puisque vous êtes l'un derrière l'autre. Le guide doit veiller à vérifier le bon positionnement de la personne guidée avant d'aborder l'obstacle.

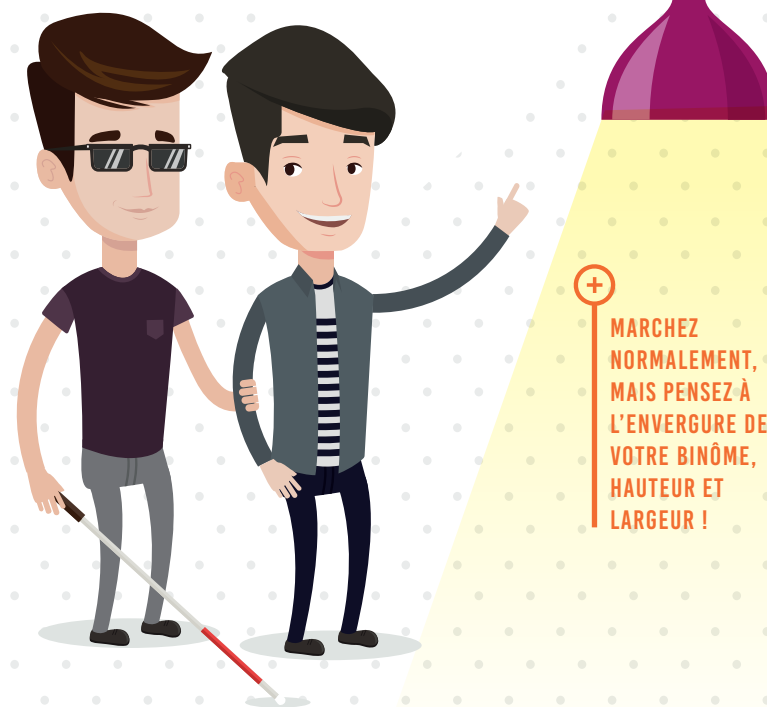
Passage de porte : le guide fait le code du passage étroit et ouvre la porte, le duo franchit la porte l'un derrière l'autre, et la personne guidée se charge de refermer la porte si besoin.



Les obstacles en hauteur

Vous devez être attentif aux obstacles en hauteur **en tenant compte de la largeur et de la hauteur de votre binôme**. Le guide peut passer, mais un obstacle peut mettre en danger uniquement la personne déficiente visuelle (un volet mal accroché, un panneau de signalisation, des échafaudages, etc.).

Une fois que la position de base est établie, il n'y a plus qu'à y aller ! Votre mission : gérer le contournement des obstacles en vous déplaçant, tant en largeur, qu'en hauteur !



Situer un siège, un mobilier...

Cette page montre comment désigner quelque chose grâce à sa main (une table, une poignée de porte de voiture...). Pour un siège, par exemple, vous arrivez jusqu'au niveau de celui-ci. Vous mettez votre main sur le dossier, la personne descend sa main et se met à sa hauteur pour s'installer.

Si le siège est de face : le guide va se rendre jusqu'au siège, soit à côté, soit contre : la personne va alors jusqu'à prendre contact (doucement) avec ses genoux (permet de juger de la hauteur), localise le dossier et s'assoit.

Le siège est dans une rangée (théâtre, cinéma, etc.) : soit l'espace est suffisant et vous utilisez le code du déplacement en passage étroit, soit l'espace est restreint et vous vous déplacez l'un à côté de l'autre en faisant des pas de côté, sièges en arrière. Vous vous déplacez jusqu'à la place voulue. La personne prend contact avec l'arrière des genoux (cela permet de juger de la hauteur du siège) et s'assoit directement.



+ EN LONGEANT LE BRAS DU GUIDE, LE DÉFICIENT VISUEL ARRIVE SUR LE DOSSIER DU SIÈGE

Au domicile ou au bureau

Si vous devez déplacer un objet, pensez à toujours indiquer où vous le reposez ou à demander à la personne où elle souhaite que l'objet soit rangé ! Chaque personne a ses rangements et son organisation, veillez à ne pas modifier ses repères et à respecter ses habitudes et contraintes personnelles.

De même :

Pensez à éteindre la lumière que vous avez allumée !

Ne laissez pas les portes entre-ouvertes : soit complètement fermées, soit complètement ouvertes, pour ne pas que la personne se cogne dans la tranche de la porte.

Même chose pour les fenêtres !

Et refermez bien les placards et tiroirs !



+ VEILLES À TOUJOURS RANGER SES OBJETS AU MÊME ENDROIT

En randonnée : passage facile d'accès

La technique de guide précédemment exposée avec ses 3 codes (la position de base, les ralentissements et les escaliers) permet aisément de se déplacer tant en milieu urbain qu'en milieu rural.

En pleine nature, si le passage est assez large et peu accidenté (pas ou très peu de trous de racines ou de branches à passer), vous restez sur la technique de guide vue précédemment.

La vigilance du guide doit toujours être au maximum quel que soit le lieu, en ville, comme à la campagne ou en forêt.



En randonnée : passage difficile d'accès

Le code du passage étroit est également tout indiqué dans cette situation où la personne déficiente visuelle percevra, avec précision **grâce au dialogue corporel avec son guide**, toutes les modifications de déplacements de ce dernier. Le code du passage étroit est toutefois inconfortable sur une longue distance. Ainsi, une variante de la technique de guide en randonnée sur passage étroit peut être envisagée :

Si le chemin est étroit et que vous ne pouvez l'emprunter à deux de front, le guide peut se positionner devant la personne guidée. Si la personne a une canne blanche ou un bâton de marche, cela servira de « bâton/lien » placé à l'horizontale, entre les deux personnes qui en saisiront chacun une extrémité et avec la même main, mais sans croiser !

La personne guidée va ressentir **grâce au bâton**, les changements de direction et d'inclinaison du terrain. L'idéal est de prendre un bâton d'au moins 1,20 m pour ne pas vous gêner et laisser assez de place entre vous deux, ou à défaut une sangle sur un sac à dos.





Pour aller plus loin

 **YouTube**

@WebtvUNADEV

vidéo technique de guide

Quand la malvoyance s'installe - guide pratique INPES

www.inpes.santepubliquefrance.fr

www.unadev.com

90
ans
UNADEV
Union Nationale des Aveugles et Déficients Visuels

12 rue de Cursol - 33002 BORDEAUX Cedex
www.unadev.com

 **0 800 940 168**

SERVICE ET APPEL GRATUITS

