

Édition 2/24

Clin d'œil

Magazine de la Fédération suisse
des aveugles et malvoyants



Oser le voyage – en route
avec un handicap visuel
Page 8



FSA

Fédération suisse des
aveugles et malvoyants



Portrait de la cuisinière
aveugle du CFR Berne
Page 19



Page de couverture

À partir de la page 8, l'édition actuelle se penche sur la question de savoir ce qu'il faut pour voyager avec un handicap visuel et quelles expériences récompenseront voyageuses et voyageurs. La photo de couverture symbolise cette expérience: seuls celles et ceux qui osent partir en voyage peuvent raconter leurs grandes et petites aventures.
Photo: maxson_design



Ce code QR
vous mène
à la version
en ligne au
format PDF.



Oser le voyage... est-ce si facile?

Photo: marchmeena29

Page 8



Il n'est jamais trop tard pour apprendre les échecs «à l'aveugle»

Page 24

En bref

4 Ce qu'il faut savoir

Point fort

- 9** Oser le voyage, est-ce si simple?
- 12** «À chaque arrêt de bus du monde entier, il y a des gens qui t'aident»
- 15** Conseils de nos sections: 5 destinations d'excursions d'une journée en Suisse, si possible sans barrières

Vécu

- 19** «Il nous faut juste plus de temps»
- 22** Les handicaps visuels des seniors: un défi croissant

Fédération

- 24** «Au jeu des rois, on gagne à tous les coups»
- 28** Succès du hackathon de la FSA pour plus d'accessibilité numérique
- 29** Un été 2024 sportif: moments clés pour le handicap visuel

Randonner dans les Grisons avec MyWay Pro

Grâce à «MyWay Pro», une appli de la FSA, quelques-uns des plus beaux chemins de randonnée et sentiers thématiques des Grisons sont désormais accessibles

aux personnes aveugles et malvoyantes. Notamment le sentier des légendes de Bivio, le chemin des écureuils à Arosa, le chemin de l'eau minérale «tras il god» à Scuol et celui de la pièce radiophonique Hilarius à Obersaxen (en allemand). Les itinéraires ont été enregistrés avec «MyWay Pro» et enrichis de façon à ce que les aveugles et malvoyants disposent des informations nécessaires pour profiter de ces randonnées de manière autonome. Des initiatives similaires sont en cours de développement pour la Suisse romande, notamment dans la vieille ville de Delémont (plus d'information auprès de la FSA).



L'app MyWayPro a été présentée dans le cadre des journées d'action «Avenir inclusif»: <https://avenir-inclusif.ch/ju/>

Découvrez le nouveau programme des cours

Le programme des cours du deuxième semestre 2024 est disponible depuis le mois de mai. Vous y trouverez une sélection d'offres de loisirs divertissants qui incitent à bouger, à créer ou invitent simplement à prendre du bon temps. Entre autres nouveautés, il y a des cours pour améliorer ses compétences en communication et

développer sa personnalité. Vous pouvez consulter le programme complet des cours sur notre site internet (www.sbv-fsa.ch/fr/cours) ou sur VoiceNet au 031 390 88 88. Nous vous conseillons personnellement et avec plaisir pendant les heures de bureau au 031 390 88 27 et nous réjouissons de vous accueillir à nos cours.





Chères lectrices, chers lecteurs,

Pour beaucoup d'entre nous, l'été est la saison des voyages. Les mondes lointains ou les contrées plus familières sont le thème de notre «Point fort».

Celles et ceux qui préfèrent rester en Suisse trouveront certainement de quoi se distraire dans notre programme de cours, qui connaît un beau succès. Pourquoi ne pas s'aventurer en terre inconnue en optant pour le nouveau cours d'instruments intuitifs? Si notre palette de cours est si variée, c'est grâce aux dons de toutes tailles que nous recevons. Étant donné que je suis responsable des finances, vous comprendrez que ce sujet me tient à cœur. Mais je suis sûre que vous vous joignez à moi pour remercier nos donateurs-trices qui nous permettent de vivre quantité d'expériences inestimables.

Je vous souhaite une agréable lecture et un bel été.

Simone Wäckerlin
Responsable du département
Services centraux



Visible à Lucerne – la FSA fait la foire

Le handicap visuel a besoin d'encore plus de visibilité. C'est la conclusion à laquelle a abouti la FSA durant l'année passée et la meilleure manière d'y parvenir est de travailler de concert! C'est pourquoi elle a cherché avec ses partenaires des possibilités de montrer ses multiples offres et revendications. En novembre prochain, la FSA se rendra donc à Lucerne.

Swiss Abilities (anciennement Swiss Handicap) est le salon national pour la promotion d'une vie autodéter-



minée. Ce salon soutient l'égalité et renforce la participation des personnes en situation de handicap. La FSA sera présente avec plusieurs organisations partenaires.

Quand:
29 et 30 novembre 2024
Où: Messe Luzern, halle 2

Emploi: désormais en Romandie également

Le 28 mai a eu lieu, à Lausanne, la première journée d'échange sur l'insertion professionnelle des personnes en situation de handicap visuel. Déjà pratiquées en Suisse allemande, ces rencontres ont permis aux différents spécialistes de l'inclusion professionnelle, ainsi qu'aux services de consultation cantonaux, de partager leurs savoirs et expériences de terrain. Cela génère plus de soutien à l'accompagnement des personnes aveugles et malvoyants en recherche d'emploi. Lors de ce premier échange romand, les acteurs externes, comme l'AI ou les départements de ressources humaines, ont également été présents pour découvrir toutes les capacités et ressources à disposition.

Le Tribunal fédéral nous donne raison

Selon la Convention de l'ONU relative aux droits des personnes handicapées, les personnes en situation de handicap visuel ont droit à une formation qui correspond à leurs capacités et rend possible leur pleine participation à la société.

Au sein des hautes écoles également, une adaptation proportionnelle des conditions d'études sera nécessaire pour compenser les désavantages dus au handicap. Dans la pratique, cette compensation des désavantages donne souvent lieu à des discussions laborieuses et frustrantes.

Dans le cas présent, le Tribunal fédéral a renforcé l'inclusion. Une jeune femme voulait étudier la médecine vétérinaire à l'Université de Berne. Lors de l'examen *numerusclausus*, le supplément de temps dont elle avait besoin en raison de sa dyslexie lui a été refusé. Ce jugement établit que cela constitue une discrimination et nous encourage à revendiquer, dans le cas d'autres type d'études, le droit à des aménagements raisonnables pour l'égalité des chances.



Photo:
Robert
Doyle/
unsplash

Les marchés sont une destination très appréciée dans les pays lointains. Avec un bon accompagnement, la visite d'un souk plus dense (place de marché arabe) est également envisageable.



Oser le voyage, est-ce si simple?

Il n'est nul besoin de renoncer au voyage en raison de la présence ou de la survenue d'un handicap visuel. Enquête sur les différentes facettes pratiques et financières du besoin de ressourcement.

«Et alors, raconte!» est sans doute une des phrases les plus entendues à l'occasion de retrouvailles entre personnes aveugles et malvoyantes. Du Groupe de tandem Fribourg qui est allé remettre des vélos au Togo, en passant par les croisières fluviales organisées par les sections, de la montagne à la mer pour les particuliers, la palette des sensations qui nourrissent notre vie est riche et colorée. Et ces souvenirs partagés dans l'entraide font du bien à l'âme et permettent aussi aux moins bien nantis de voyager «par procuration».

Nouvelles expériences et compétences

Les formes du voyage sont aussi diverses que légitimes,

en particulier pour les personnes dont l'accès visuel aux beautés de ce monde est entravé. Faute de pouvoir visuellement s'extasier devant les excès de la civilisation, comme le Burj Khalifa (une tour de 828 mètres à Dubaï) ou les sommets alpins des Grisons, le voyage est surtout une expérience très complète. Escapade culturelle ou sportive d'un jour, visite de la famille ou longue croisière, tout séjour permet de s'ouvrir aux autres et de se créer des souvenirs. Il invite à renforcer l'image de soi en réalisant qu'il est possible de vivre des expériences et des émotions au niveau le plus juste, le sien. C'est une voie pour booster sa confiance en soi et mettre en lumière de nouvelles compétences, car il s'agit de



Cuisine de rue en Asie – le poisson plaira-t-il à tous les visiteurs?

faire des choix, de prendre des décisions, de s'adapter à l'inconnu et surtout de résoudre des problèmes. Adaptabilité, tolérance et communication, des pratiques qui pourraient sonner comme une cure de jouvence pour tout notre être et un bon remède à la déprime. Pour la majorité des membres FSA cabossés par la vie, ou isolés, il est moins aisé de se projeter dans ce besoin vital de nouveaux horizons. Par méconnaissance ou gêne, une grande partie hésite à faire appel aux soutiens logistiques et financiers à disposition.

Partenaire de confiance ou bonne organisation

La question du voyage se pose surtout en matière d'accompagnement. La problématique est moins aigüe pour les personnes pouvant compter sur leur fa-

mille. Il en va tout autrement lorsque la personne vit seule ou est peu autonome. Dans ce cas, elle privilégiera les propositions «all inclusive» des associations ou des voyagistes, ainsi que les activités de section qui fleurent bon l'entraide. Le choix de l'accompagnant est crucial et les frais d'accompagnement annuels pour les membres FSA sont prévus à cet effet. Si vous avez plus de questions, ne manquez pas de vous adresser au service des membres. Ne vous restera alors qu'à oser clarifier vos besoins et définir ce que l'accompagnement sera ou ne sera pas. Cela prévient des frictions et frustrations inévitables, sachant que chaque composante du binôme a droit à ses moments de ressourcement.

Conseils qui ont fait leurs preuves

Voilà ce qui est ressorti de l'enquête au sein de l'entraide:

- Osez aborder la question de l'accompagnement dans votre entourage. Seules les personnes au courant de vos envies peuvent se mettre à disposition.
- Une fois que vous avez trouvé l'accompagnant-e, dites-lui quelles sont vos attentes: ce qui est clarifié dès le départ ne sera pas une source

de tensions ou de déception sur place.

- Soyez confiants – l'un des attraits du voyage réside justement dans le fait d'opportunités ou de situations inhabituelles à saisir, même si elles ne sont pas pleinement positives pour une fois.
- Convenez de l'espace personnel: dans tout binôme au quotidien, les deux partenaires ont droit à des moments de liberté et ce, sans devoir se justifier.

Voyage et malvoyance, plus simple en Europe

Notre enquête auprès des différents acteurs suisses de la défense de nos intérêts a montré que l'accessibilité pour sortir du territoire suisse a grandement progressé. Aujourd'hui, rejoindre les vols internationaux et autres moyens de locomotions européens est surmontable aisément. Ainsi, à Zurich, Genève ou Bâle, il suffit de s'adresser à votre compagnie d'aviation pour que se mette en route toute la chaîne d'assistance (qui sera exécutée par une compagnie privée dédiée à cette mission). Il en va de même auprès du Call Center des CFF et des compagnies privées. Le tableau s'assombrit en regard de l'étranger, car il nous est plus difficile d'accéder

aux offres promotionnelles ou être reconnu dans la gratuité de notre accompagnement. La Commission européenne informe sur son site internet de la création en cours d'une carte européenne du handicap qui complétera les documents nationaux, donnant ainsi accès à la gratuité et aux espaces prioritaires. La FSA vous tiendra informé de cette avancée en matière de mobilité. Quant aux services FSA ou de consultation régionaux, ils se tiennent à disposition pour vous indiquer les différentes aides auxquelles vous pouvez aspirer.

Texte: Hervé Richoz

Photos: unsplash

Plus d'information autour du voyage:

associations: section FSA, PluSport, GSHV, CAB, FSA, MEB, Procap Voyage

agences de voyages: Majestic Voyages, Tour de sens, Buchard

médias: reportages audiodécrits RTS

bibliothèques: livres audio

«À chaque arrêt de bus du monde entier, il y a des gens qui t'aident»

Le journaliste Yves Kilchör voyage dans le monde entier, à titre personnel ainsi que pour la série documentaire de la SRF «Blindflug». Malgré son handicap visuel, il organise ses voyages de façon individuelle. Il nous raconte ses expériences et donne quelques conseils judicieux.

Tu as voyagé de manière autonome un peu partout, notamment à Athènes, à Jérusalem et en Colombie. Il faut du courage pour voyager comme toi avec une acuité visuelle de deux pour cent...

Selon moi, voyager accompagné d'une autre personne, quelle que soit son acuité visuelle, ne demande pas beaucoup de courage. Pas plus que de partir seul pour rencontrer des gens. Mais je ne sais pas si j'oserais entreprendre un voyage de A à Z tout seul.

Parmi tous les lieux que tu as visités, est-ce qu'il y en a un que tu préfères?

Je n'ai pas de lieu préféré. Mais pour moi, plus l'écart à la Suisse est différent, plus c'est passionnant. Quand on ne voit pas très bien et que l'on arrive dans une ville chaotique, les sens sont en alerte. On l'entend, on la goûte. Mais dans une ville comme Berlin, beaucoup de choses sont comme ici. Les différences se situent souvent dans les détails, par exemple dans les images et les graffitis. Il faut plus de

temps pour les percevoir en tant que personne malvoyante.

Comment bien préparer un voyage? As-tu des conseils?

Je prendrais un maximum de temps pour lire des informations sur la destination. Et faire appel à ses proches, demander autour de soi si quelqu'un y est déjà allé ou a des conseils à donner. On peut aussi se renseigner pour savoir s'il existe des associations d'aveugles sur place. Ou s'adresser à des personnes malvoyantes ou qui sont en contact avec des personnes ayant un handicap visuel. Prendre rendez-vous avec eux sur place dans la mesure du possible, même si ce n'est que pour prendre un verre (par exemple sur Couchsurfing). Nous y sommes souvent tombés sur des gens qui nous ont montré un peu de leur ville, bien que nous n'ayons pas dormi chez eux. Ce qui aide aussi: avant de partir, faire une liste des curiosités à ne pas louper sur Google Maps, car Google Maps nous donnera le temps venu la distance qui sépare telle église de tel restaurant.

En parlant d'applications...

Dans ta série documentaire «Blindflug», tu dis que tu peux voyager grâce à la tech-

nologie et aux rencontres que tu fais en chemin. Peux-tu nous en dire davantage?

Pour moi, il y a le smartphone et c'est tout. Il me permet d'accéder aux horaires, à mon calendrier, à mes contacts et, bien sûr, de me déplacer avec la fonction de navigation. Il me fournit aussi des informations sur un pays, un lieu particulier. À propos de rencontres? «À chaque arrêt de bus, dans le monde entier, il y a des gens qui t'aident». Tu dois simplement savoir ce que tu veux réellement et oser demander. Éviter les questions trop ouvertes évitera aux gens d'être perturbés. Et c'est là que la technique entre à nouveau en jeu. Par exemple, si, grâce à ton smartphone, tu sais qu'il y a une pizzeria à proximité de l'arrêt de tram où tu es, les gens seront en principe capables de te dire où elle se trouve exactement.

Quelles applis recommandes-tu particulièrement?

Outre les applications de navigation les plus connues, je recommande Blindsquare, qui décrit l'environnement et tout ce qui se trouve sur le chemin ou à proximité. Il faut bien sûr que ces infos aient été enregistrées dans l'appli. Elle est particulièrement utile car, contrairement à Google qui te

guide à travers les rues, Blindsquare te dit: «Ta destination se situe à cinq heures.» Cela t'informe sur la direction à prendre, mais pas sur la façon d'atteindre ton but. Les applis de reconnaissance optique de caractères (OCR), comme Seeing AI, qui peuvent reconnaître des textes dans des images, sont également bien pratiques. Grâce à elles, tu peux te faire lire une fiche d'information ou une étiquette.

Qu'emportes-tu en voyage?

J'emporte toujours deux cannes blanches, au cas où l'une se casserait. Ça m'est déjà arrivé! (Rires.) Et éventuellement un téléphone portable de rechange. Personnellement, je préfère prendre un sac à dos qu'une valise. Vu qu'on a déjà une canne dans une main, ça permet d'avoir au moins une main libre.

Et un conseil pour les personnes avec un handicap visuel qui souhaitent entreprendre, pour la première fois, un voyage qu'elles ont organisé elles-mêmes?

Je choisirais un endroit facilement accessible en train. Et je recommanderais une petite ville, car il est plus facile de s'y orienter, de se faire une représentation et pouvoir profiter des infrastructures, bien sûr où il n'y

a pas une autoroute à six voies qui traverse la ville... (Rires.)

Texte: Rafael Bornatico



Portrait

Yves Kilchör est âgé de 37 ans et près de Berne. Il travaille comme producteur et animateur sur SRF 4 News. En tant que protagoniste de la série documentaire «Blindflug», dont il est l'un des concepteurs, il a exploré Berlin, Athènes et Jérusalem en compagnie d'un ami aveugle. Pour visionner ces formidables vidéos (en allemand), avec et sans audiodescription, cliquer le lien suivant:



Conseils de nos sections: 5 destinations d'excursions d'une journée en Suisse, si possible sans barrières

Expositions

Depuis l'époque romaine, la pierre calcaire de Soleure a été utilisée comme matériau de construction ou support d'inscriptions, et plus tard comme matériau de base pour des figurines et des ornements. Au **Steinmuseum de Soleure**, vous découvrirez l'histoire des pierres et ce qu'elles révèlent sur la vie et l'aspect de la ville de Soleure; et il est expressément permis de toucher les objets exposés.



Autres destinations

Laténium – Parc et musée d'archéologie (Hauterive NE) • «voir autrement» – Le Musée suisse des aveugles (Zollikofen

BE) • Naturama, audioguides et visite guidées pour public avec handicap sensoriel (Aarau AG) • Sensorium Rütthubelbad (Walkringen BE)

Chemin faisant



La «croisière» sur le lac des Brenets et sa promenade jusqu'au «Saut du Doubs» (Les Brenets JU) se déroulent dans un environnement de rêve avec des falaises imposantes et une eau d'un bleu profond. À l'arrivée, une courte promenade mène à la spectaculaire chute d'eau du «Saut du Doubs», haute de 27 mètres.

Autres destinations

Train à crémaillère à vapeur Brienz Rothorn Bahn (Brienz/BE) • Vol en parapente tandem, par exemple à Fiesch/VS ou à Trin Mulin – Flims/GR • Téléphérique Glacier 3000 avec son Peak Walk à 3000 m (Les Diablerets/VD) • Chemin sonore (Toggenburg/SG)

Parcs et jardins



Rapperswil mérite le nom de Ville des roses en raison des plus de 20'000 roses qui fleurissent de mai à octobre dans les roseraies près du couvent des capucins et sur la «Schanz». **Le jardin de roses pour aveugles de Rapperswil/SG** sur la «Schanz» est une roseraie avec des essences parfumées spéciales. Leurs noms sont inscrits en braille sur des panneaux d'information.

Autres destinations

Parcs pieds nus (notamment dans les cantons AI, GR, JU, OW, TG) • Zoo de Zurich avec tables d'information et visite guidée en groupe «Sinnlicher Zoorundgang» • Obvita Sinnesgarten (Saint-Gall) • Jardin du Château de Vullierens/VD

Visites guidées et visites de ville



À quoi fait penser l'odeur de l'escalier en bois de la Matte? Quels sont les parfums préférés de Napoléon? Du grès au cacao en passant par la réglisse: le circuit sensoriel **«Bern der Nase nach»** (Berne le nez en avant) emmène littéralement les visiteurs à travers les ruelles en suivant leur odorat. Ceux qui partent à sa découverte remontent l'histoire de la ville fédérale avec une toute autre perspective.

Autres destinations

Tour de ville de Morat avec le «Stedtlibummler» (FR) • Soleure: vieille ville pour les malvoyants • Visites sociales de la ville de Bâle, Berne ou Zurich

Délice du palais



Au **musée Cailler de Broc/FR**, une visite guidée d'environ une heure vous permettra de remonter aux origines, depuis les Aztèques jusqu'aux temps modernes innovants. Lors de la dégustation de chocolat qui suit, vous aurez la joie de goû-

ter à de nombreux arômes extraordinaires. Qu'il s'agisse de sel, de noix, de poivre ou de lavande, régalez vos sens avec des mariages de saveurs qui vous surprendront.

Autres destinations

Kambly Erlebniswelt (Trubschachen/BE) • Camille Bloch / Ragusa (Courtelary/BE) • Fromagerie de démonstration La Maison du Gruyère (Pringy-Gruyères/FR)

Texte: Rafael Bornatico,
Hervé Richoz

Excursions avec nos sections

Manger une saucisse au marc à Schafis dans le canton de Berne, se promener dans la forêt de la Sihl dans le canton de Zurich ou visiter la fête des tulipes à Morges dans le canton de Vaud: nos 16 sections FSA régionales offrent régulièrement un programme d'entraide et organisent elles aussi des excursions

en groupe, adaptées aux besoins de ses membres en situation de handicap visuel. Des journées riches en expériences de groupe sont programmées! Auriez-vous des envies ou des souhaits pour une future excursion? Faites part de vos idées à votre Comité qui sera ravi de les accueillir.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir!



Photo: FSA



La cuisine fait partie des pratiques culturelles les plus anciennes. Elle est une source d'inspiration et de convivialité pour de nombreuses personnes. C'est aussi le cas pour Jolanda Gehri.

«Il nous faut juste plus de temps»

Passionnée de cuisine, Jolanda Gehri s'est perfectionnée dans ce domaine grâce au cours de la FSA. Et elle s'est trouvée une deuxième vocation au CFR de Berne.

S'il y a une personne aveugle ou malvoyante qui, a priori, n'a pas besoin des cours de cuisine de la FSA, c'est bien Jolanda Gehri. Passionnée de cuisine depuis son enfance, Jolanda Gehri a 68 ans, et elle est aveugle de naissance. Aujourd'hui, elle cuisine au CFR de Berne. Fidèle membre de la fédération, elle a tout de même suivi plusieurs cours de cuisine de la FSA. «On a toujours quelque chose à apprendre. Pour moi, c'est particulièrement important en cuisine, car c'est mon hobby», ajoute-t-elle.

Le chemin de l'inclusion est long

Jolanda Gehri gère son quotidien de façon autonome. Elle a travaillé jusqu'à sa retraite et vit à présent dans un deux-

pièces, dans un lotissement coopératif joyeusement coloré. Il lui tenait à cœur de suivre des cours de cuisine adaptés aux personnes avec un handicap visuel: «J'ai essayé des cours pour les voyants mais, en tant qu'aveugle, cela ne m'a pas apporté grand-chose. Tout allait beaucoup trop vite. Il nous faut juste plus de temps.» Jolanda a perfectionné ses talents culinaires à la FSA, où elle a également pu avoir d'intéressants échanges d'expériences. «Cet aspect des cours compte aussi pour moi. Avant, par exemple, quand je faisais des spaetzli, il y en avait toujours partout. Un participant au cours m'a recommandé une super machine à spaetzli, et depuis, je n'ai plus de problème.» La retraitée regrette de ne pas avoir ce type d'échange plus

souvent. «Dans mon quartier, les gens sont plutôt ouverts, mais j'ai parfois l'impression qu'ils ne savent pas vraiment comment se comporter avec moi. Dans le monde du travail comme dans la sphère privée, le chemin est encore long pour arriver à une société véritablement inclusive.»

Active – et pas qu'en cuisine!

Jolanda Gehri avoue toutefois ne pas se sentir isolée. Elle a eu une vie riche et n'a manqué ni d'amour ni de contacts sociaux. Certes, elle est née aveugle. Pourquoi? Elle ne le sait toujours pas. Son frère, d'un an son cadet, et ses deux parents n'ont pas de handicap visuel. N'ayant «jamais connu autre chose», elle dit cependant avoir vécu une enfance normale. Même si elle n'est pas allée à la crèche et au jardin d'enfants, elle a fréquenté l'école pour aveugles de Zollikofen. «J'ai pu y suivre aussi des cours d'économie domestique et apprendre les bases de la cuisine. À l'époque, il n'y avait pas tous ces appareils sophistiqués. Nous avons appris à mesurer avec des cuillères et des verres spéciaux, et à tout écrire. Sinon, nous devions nous débrouiller seuls», raconte-t-elle. Sa grand-mère,

dont elle est très proche, continue à soutenir sa passion pour la cuisine. «J'allais souvent en vacances chez mes grands-parents à la campagne, et ma grand-mère m'a appris de nombreuses astuces.»

Après l'école pour aveugles et une formation de standardiste, Jolanda trouve rapidement sa place dans le monde du travail. Elle œuvre d'abord pour une société de publicité télévisée, puis à la Banque Populaire, où elle fait la connaissance de son futur mari. Lui aussi est malvoyant. Ils emménagent ensemble dans le quartier animé de Breitenrain, à Berne, et ont un fils et une fille. Mais le couple se sépare quand les enfants ont respectivement sept et neuf ans. «Il s'en est suivi une période très difficile. J'ai élevé mes enfants seule et j'ai dû recommencer à travailler après avoir été femme au foyer pendant onze ans.» À ce moment-là, la FSA recherchait une standardiste. Jolanda a obtenu le poste. Et y est restée pendant 23 ans.

L'être humain au premier plan et non le handicap

Aujourd'hui retraitée, Jolanda dispose de davantage de temps pour elle et sa famille. Elle cuisine régulièrement pour



Une courte pause sur le canapé pour la robuste retraitée.

ses enfants, devenus adultes, et pour son petit-fils, qui est bientôt majeur. Et elle continue à suivre des formations. Souvent frustrée par l'attitude peu inclusive de la société face à son handicap visuel, elle apprécie d'autant plus l'offre de la FSA: «On y est au milieu de personnes qui nous comprennent. Dans ces cours, ce n'est pas le handicap qui est au premier plan, mais l'être humain.» Outre la cuisine, elle a deux autres hobbies: la poterie et les voyages. Chaque année, elle participe à un ou deux voyages organisés par des agences spécialisées dans les vacances pour personnes aveugles et malvoyantes.

Mais le plus important pour elle reste la cuisine. Dès la fin de notre entretien, bien que ce

soit le début de l'après-midi, Jolanda disparaît dans la cuisine. «Je dois y aller sinon je n'aurai pas assez de temps pour préparer mon dîner. Je me fais des petits plats tous les jours.» Cela peut prendre plusieurs heures. Comme avec le menu de ce soir: purée de pommes de terre, ragoût de veau et salade. «Il me faut déjà plus de temps pour éplucher les pommes de terre qu'une personne voyante. Et parfois, mais c'est rare, il reste un peu de peau sur une pomme de terre.» Elle marque une courte pause, puis dit en riant: «Mais celui qui mange chez moi doit vivre avec ça. Sinon, il peut aller au restaurant.»

Texte: Nicole Weber
Photos: Daniel Rihs

Les handicaps visuels des seniors: un défi croissant

Quand leur vue diminue au point d'impacter leur vie quotidienne, la plupart des personnes affectées ont déjà plus de 70 ans. Compte tenu du vieillissement de la population, de nouvelles tâches d'envergure attendent les ophtalmologues. Mais aussi la FSA.

La population suisse vieillit. Aujourd'hui, les plus de 60 ans constituent la principale catégorie de population. Et le pourcentage des personnes de plus de 65 ans dans la population résidente va continuer à croître fortement. À l'heure actuelle, on compte 30 retraités pour 100 habitants, et l'Office fédéral de la statistique prévoit qu'ils seront au moins 45 pour cent d'ici 2040.

Cette tendance donne lieu à des discussions animées dans les milieux politiques, économiques et scientifiques. Et le secteur du handicap visuel est

bien entendu touché par cette évolution. Qu'est-ce que le vieillissement de la population signifie en termes d'offres de conseil et d'activités? L'étude «Proviage», menée par Alexander Seifert et Andreas Pfeuffer de la Haute école spécialisée du Nord-Ouest de la Suisse à Olten, explore ces questions.

Où s'adresser quand on a besoin d'aide?

L'étude a examiné comment les personnes âgées utilisent l'offre d'assistance et de conseil des opticiens-ciennes, des ophtalmologues, des services sociaux ou des organisations dé-

diées au handicap visuel. Résultat: en cas de handicap visuel tardif, les 2/3 des personnes interrogées s'adressent en priorité à leur ophtalmologue; près d'1/6, à des amis ou à de la famille; et moins d'1/12, à leur médecin de famille. En revanche, les services de consultation du secteur du handicap visuel, les offres des organisations de seniors ou les magasins d'optique ne sont guère sollicités pour la première consultation.

Le rôle des centres de consultation – aujourd'hui et à l'avenir

Dans le cadre de l'étude, la moitié des personnes concernées qui se sont rendues dans un service de consultation ont été orientées par leur ophtalmologue. Un tiers l'a été par des amis ou la famille, mais aucune personne du groupe étudié n'a été adressée par une consultation pour seniors ou un opticien. La FSA a reconnu il y a deux ans déjà cette défaillance en termes de réseau dans le domaine médical et y remédie depuis cet été avec la consultation mobile.

À savoir qu'au sein des personnes ayant eu recours aux services de consultation ou à une structure dédiée au handicap visuel, près de 90% dé-

clarent avoir été très satisfaites. Et près des 2/3 d'entre elles indiquent réussir à mieux gérer leur vie quotidienne après la consultation. Il serait possible d'atteindre davantage de personnes si les consultations étaient débarrassées du nimbus du handicap. En effet, près de la moitié des personnes qui ne sont pas allées consulter invoquent comme raison qu'elles ne se sentent pas handicapées. À l'avenir, la FSA devra donc non seulement conseiller un plus grand nombre de personnes, mais aussi mettre en place de nouvelles formes de conseil et de communication pour renforcer son image.

Faire savoir nos compétences

Les résultats de l'étude ne sont pas une surprise pour la FSA.

Depuis longtemps, nous constatons que nos compétences sont encore trop peu connues, notamment dans les milieux spécialisés. C'est pourquoi nous lançons cet été le conseil mobile (voir Clin d'œil 1/24) ou allons participer à Swiss Abilities à Lucerne (voir p. 6).

«Au jeu des rois, on gagne à tous les coups»

Cette année, une nouveauté particulièrement excitante figure dans le programme allemand des cours: le cours d'essai au jeu d'échecs. Nous avons posé trois questions au responsable du cours, Oliver Hasenohr, qui est lui-même venu aux échecs pour aveugles, car sa vue diminue fortement depuis quelques années. Il dirige le cours de la FSA avec son fils voyant, un virtuose du «jeu des rois» qui a fait match nul contre le grand maître Kasparov alors qu'il n'avait que 14 ans. Et qui, par la suite, a entraîné l'équipe nationale d'échecs pendant de longues années.

Monsieur Hasenohr, outre votre engagement pour la FSA, vous êtes également en train de «ressusciter» la Fédération suisse des échecs pour aveugles. Et avec votre fils, vous introduisez des cours d'échecs dans les écoles publiques. Qu'est-ce qui vous pousse à vous engager de la sorte pour ce jeu? Dans de nombreux pays européens, les échecs – ainsi que

les échecs pour aveugles – sont beaucoup plus répandus qu'en Suisse. Dans certains pays, le jeu d'échecs est même enseigné depuis longtemps, car il a été démontré que sa pratique avait une influence positive sur le développement du cerveau. Nos projets pilotes dans plusieurs écoles zurichoises ont également été très bien accueillis. L'expérience devrait être étendue dès le semestre prochain. Malheureusement, les échecs pour aveugles sont négligés, en Suisse également. La Fédération des échecs pour aveugles ne compte plus que seize membres. Auparavant, ils étaient bien plus nombreux. Je suis donc convaincu qu'il est possible de stimuler l'intérêt pour ce jeu par plus de présence et d'engagement. C'est un jeu tellement formidable. Et tout à fait adapté aux personnes malvoyantes.

Jouer aux échecs est-il différent pour vous depuis que vous jouez aux échecs en tant qu'aveugle? Jouez-vous mieux qu'avant?



(Rires.) J'espère que je joue mieux, car je peux y consacrer plus de temps qu'avant. Sinon, je ne vois pas de grande différence. La transition ne pose pas de problème. Mon conseil pour débuter: tout simplement essayer. En fait, seul le matériel change un peu. Aux échecs pour aveugles, les deux joueurs ont leur propre plateau avec des inscriptions, et les pièces sont fixées avec de petits picots. Nous travaillons à faciliter encore plus le passage au jeu d'échecs pour aveugles. Nous souhaitons faire fabriquer des plateaux de qualité supérieure par des producteurs suisses. Jusqu'à présent, on ne peut les acheter qu'à l'étranger. Parallèlement, nous sommes en train de concevoir les premiers manuels d'échecs adaptés. Ce qui signifie que des conseils pratiques, des exercices et de précieuses connaissances seront désormais disponibles également en braille intégral.

Que diriez-vous à une personne d'un certain âge qui veut se mettre aux échecs?

Commencez par notre cours d'essai. (Rires.) Le principal, selon moi, est de s'y mettre, tout simplement, de le prendre comme quelque chose de léger, de ludique. Pour beaucoup, les échecs, c'est impressionnant, mais c'est un jeu. L'essentiel est donc de s'amuser. Que l'on sorte vainqueur ou perdant de la partie, ma devise est toujours la suivante: «Au jeu des rois, on gagne à tous les coups».

La joyeuse équipe vous attend

En Romandie, les amateurs d'échecs se retrouvent sous-gare tous les mardis soir au Café Le Milan, à Lausanne. Échecs, jass, la «Joyeuse équipe» accueille avec plaisir de nouvelles joueuses et nouveaux joueurs. Intéressé-e-s?

Prenez contact avec Jean-Marc Gilliéron (021 634 83 21).

fondation AccessAbility fondation à but non lucratif pour personnes malvoyantes et aveugles

La vie en situation de handicap visuel n'étant pas tous les jours faciles, autant disposer d'outils d'aide simples à utiliser pour se faciliter le quotidien.

Le producteur innovant d'outils d'aide Humanware développe des appareils de lecture depuis déjà des années. L'une des principales caractéristiques de ces produits est justement qu'ils soient faciles à utiliser.

Avec seulement quelques boutons simples à trouver, vous adaptez les textes et les images à votre vision. Les utilisateurs qui privilégient les écrans tactiles peuvent activer les fonctions souhaitées sur les appareils de plus grande taille à l'aide de gestes.

Exploré 5

Le plus petit appareil de lecture de Humanware vous aide dans toutes les situations où vous avez besoin d'un appareil de lecture. Qu'il soit directement ouvert sur le support ou utilisé avec la poignée pratique comme une loupe à main classique.



Exploré 8

Vous souhaitez un appareil de lecture sous forme de tablette? L'écran un peu plus grand offre plus de contenu pour vous aider en cas de réglages d'agrandissement plus élevés et vous procure une vue d'ensemble plus importante.



Exploré 12

La version de plus grande taille de l'Exploré 8, qui offre une taille maximale avec un écran de 12 pouces pour un poids inférieur à 1.2 kg, peut être combinée avec un support pratique. Il est donc possible de prendre des notes manuscrites très facilement.



Reveal 16 / 16i

Si votre appareil de lecture ne doit pas forcément être portable, vous pouvez envisager de choisir un Reveal 16. Facile à utiliser, le Reveal 16 vous permet de régler l'affichage avec la taille et le contraste qui vous conviennent. Dans la version Reveal 16i, l'appareil peut être équipé en option d'une table croisée à frein ainsi que de la synthèse vocale pour la lecture à haute voix de textes imprimés.



En tant que personne concernée, vous êtes au cœur de nos préoccupations.

Nous sommes votre centre de consultation indépendant pour les outils d'aide électroniques et informatiques et nous testons pour vous des produits d'avenir.

www.accessability.ch info@accessability.ch

Testez les dès aujourd'hui dans l'un de vos centres de consultation ou l'une des filiales de la fondation AccessAbility:

Lucerne	Fon 041 552 14 52
Saint-Gall	Fon 071 552 14 52
Berne	Fon 031 552 14 52
Neuchâtel	Fon 032 552 14 52
Zurich	Fon 044 552 44 52

Le plaisir de jouer: Cartes de Jass contrasté en braille

- amélioration du marquage en braille
- grands caractères avec un bon contraste
- combinaison gros caractères et de cartes en braille disponible
- Prix de l'UCBA : 6 CHF

Commandez au 021 345 00 66 ou par email à materiel@ucba.ch.

UCBAVEUGLES

Union centrale suisse pour le bien des aveugles



Fondation AccessAbility

VoxiVision

Quand l'intelligence artificielle nous vient en aide



Un moyen auxiliaire qui peut couvrir de nombreux besoins et qui n'en a pas l'air? VoxiVision, sous la forme d'un smartphone, vous aide à maîtriser le quotidien grâce à ses multiples fonctions. Faites-vous par exemple lire des textes manuscrits ou imprimés.

Fondation d'utilité publique pour aveugles et malvoyants

Si ces textes sont écrits dans une langue étrangère que vous ne connaissez pas, VoxiVision les traduit en quelques secondes dans plus de 10 langues. Faites-vous décrire et résumer des textes et des scènes à l'aide de l'intelligence artificielle. VoxiVision reconnaît les codes-barres des produits et les codes QR sur les étiquettes, les couleurs et les billets de banque. De plus, vous pouvez utiliser VoxiVision comme loupe et dictaphone.

À la maison, vous pouvez utiliser VoxiVision avec le support pratique, ce qui le rendra encore plus facile à utiliser.

Testez le VoxiVision dans l'une des filiales de la fondation AccessAbility :

Luzern	041 552 14 52
St. Gallen	071 552 14 52
Bern	031 552 14 52
Neuchâtel	032 552 14 52
Zürich	044 552 44 52

www.accessability.ch
info@accessability.ch

Produit par:



Succès du hackathon de la FSA pour plus d'accessibilité numérique

Le hackathon (contraction de «hack» et de «marathon») est une manifestation au cours de laquelle les participants travaillent par groupes sur des projets numériques, dans un temps imparti. La FSA en a organisé un dans le cadre de sa campagne «Accessibilité numérique. MAINTENANT.» Le but: développer des solutions créatives et pratiques qui rendent les produits numériques accessibles. «La promotion de l'accessibilité numérique n'est pas uniquement une

question de justice sociale», souligne Luana Schena, membre du comité de la FSA. «C'est également un enjeu économique majeur, car les centaines de milliers de personnes souffrant d'un handicap visuel sont aussi des clientes et des clients.»

Le 12 avril, plus de deux douzaines de hackers, hommes et femmes, ont planché sur des applications accessibles. Un projet s'est distingué: une aide aux achats commandée par IA et programmée durant la manifestation. Le jury lui a décerné le prix «Accessibilité numérique. MAINTENANT.» Tous les participants ont été frappés par la rapidité avec laquelle ils ont réussi à programmer (à «hacker»), en une seule journée, des applications numériques accessibles.

Entreprises et particuliers qui le désirent peuvent découvrir les réalisations du hackathon sous:

accessibilite-maintenant.ch



Plaidoyer pour un monde numérique accessible.

Photo: m.à.d.

Un été 2024 sportif: moments clés pour le handicap visuel

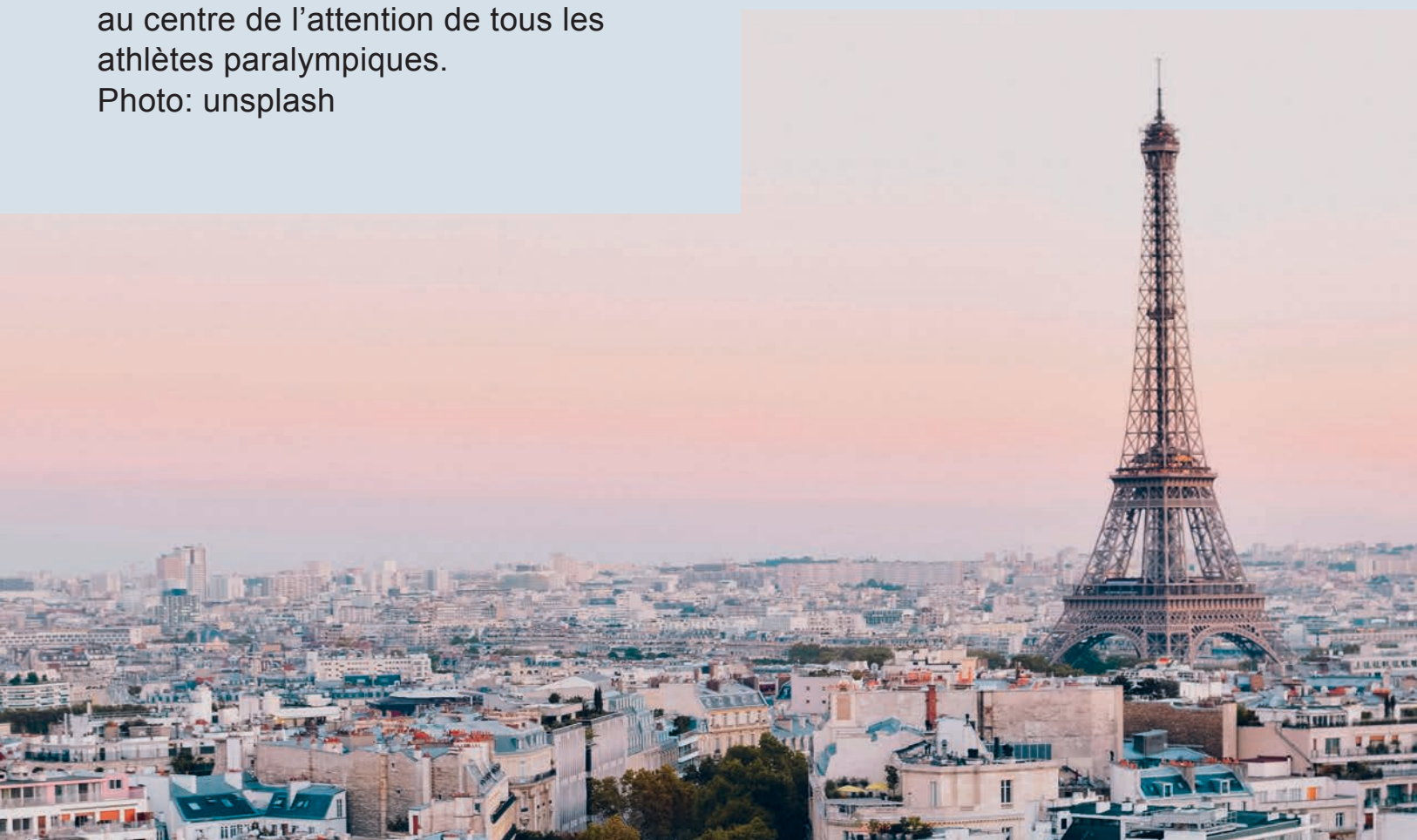
L'été 2024 réserve bien du plaisir aux passionnés de sport, avec ou sans handicap visuel, puisque se dérouleront non seulement les Jeux olympiques et paralympiques, mais aussi l'Euro de foot masculin. Et en septembre, la Suisse accueillera un grand événement de handisport: les Championnats du monde route et route paracyclisme UCI.

L'Euro masculin avec audiodescription

La SRF a enfin fait un pas en direction de l'inclusion dans le football. Pour certains matchs, une audiodescription (en allemand) est dorénavant disponible sur le deuxième canal audio. C'est pour le moment possible pour la Super League – et depuis peu pour tous les matchs de l'équipe nationale suisse masculine, donc aussi pour les matchs de la Suisse dans le cadre de l'Euro. Ceux

Paris et les Jeux olympiques seront au centre de l'attention de tous les athlètes paralympiques.

Photo: unsplash



qui s'intéressent également aux matchs d'autres équipes peuvent switcher sur la chaîne allemande ARD, qui devrait proposer une audiodescription sur la deuxième piste audio («Audio 2») pour tous les matchs. Pour le français, des initiatives suisses et françaises sont envisagées et seront communiquées sur le site FSA.

Jeux olympiques et paralympiques avec audiodescription

Depuis 2016, la télévision allemande propose une audiodescription des Jeux olympiques. La SRF pourrait suivre le mouvement. Autre option (toujours pour les germanophones): se tourner vers la piste audio 2 de la télévision autrichienne. L'ORF s'est assurée les droits pour les Jeux olympiques et paralympiques.

Championnats du monde route et route paracyclisme 2024

Un autre grand événement sportif se déroulera à notre porte, du samedi 21 septembre au dimanche 29 septembre 2024. En effet, Zurich accueillera les Championnats du monde route et route paracyclisme UCI, qui réuniront quelque 1300 athlètes de

75 pays. Au programme: plus de 60 courses dans les disciplines les plus diverses. Parallèlement aux championnats, une grande manifestation payante aura lieu sur le Sechseläutenplatz, devant l'Opéra, qui verra les stars internationales du cyclisme et les paracyclistes de toutes catégories franchir la même ligne d'arrivée. Les courses pourront également être suivies gratuitement dans de nombreux endroits de Zurich, et plusieurs disciplines seront diffusées en direct sur SRF. Pour en savoir plus: zurich2024.com

Défi Tandem Lyon 2 Paris

Deux membres FSA se sont annoncés partants pour rallier Paris, en 5 étapes de plus de 100km, avec leurs pilotes respectifs. Du 23 au 27 août, l'organisateur du Défi entend rassembler un nombre massif de personnes en situation de handicap pour rallier la cité olympique. Encouragements pour le Genevois Olivier Mamini, le Neuchâtelois Patrick Mercet et leurs pilotes.

Magazine de la Fédération suisse des aveugles et malvoyants FSA dans sa 111^e année.

Paraît quatre fois par an au format papier, en braille, au format CD DAISY, sur le kiosque électronique, sur le web, ainsi que par e-mail (sur commande, sans images), sur VoiceNet (031 390 88 88, rubrique 2 5 1) en français et en allemand.

Inclus dans le statut de membre FSA. Non-membres CHF 28.– (Suisse), CHF 34.– (étranger).

Éditeur: Fédération suisse des aveugles et malvoyants FSA
Könizstrasse 23
Case postale
3001 Berne
www.sbv-fsa.ch

Responsable général:
Marcel Leibacher

Rédaction: FSA, 3001 Berne, Hervé Richoz, Nicole Weber, Rafael Bornatico,
redaction@sbv-fsa.ch

Traduction: Sylvie Castagné Haas & Apostroph Bern AG

Numéros ISSN:

2813-8864 (print)

2813-8872 (braille abrégé)

2813-8880 (braille intégral)

Création: Pia Fleischmann

Layout et impression:

Ediprim SA, Bienne

Version en braille: Bibliothèque Braille Romande (BBR), Genève

Version audio: Bibliothèque Sonore Romande (BSR), Lausanne

Délai de rédaction pour la prochaine parution ordinaire:
mercredi 17 juillet 2024



imprimé en
suisse





FSA

Fédération suisse des
aveugles et malvoyants

Sprint final le 22 juin 2024



Initiative pour l'inclusion

Au début de l'été, lors de la dernière journée nationale de récolte, tous les coups de main comptent une fois encore!

Vous pouvez commander les dernières feuilles de signatures sur markom@sbv-fsa.ch.

Votre don en bonnes mains.



Ce code
QR vous mène
à la version
en ligne au
format PDF.

