

Fiche 1: Se déplacer avec une déficience visuelle

Contrairement à une idée très répandue, les personnes handicapées visuelles n'ont pas une audition hyperdéveloppée pour compenser l'absence de visions. Elles sollicitent cependant davantage leurs autres sens. Sans vision, chaque trajet devient un parcours sensoriel complexe, mobilisant l'écoute, le toucher, la mémoire et une vigilance constante. Deux compétences clés sont en jeu : l'orientation et la mobilité.



Orientation : construire une carte mentale

S'orienter implique de savoir où l'on est et comment atteindre sa destination. Sans repères visuels, la personne aveugle ou malvoyante mémorise les trajets, les sons familiers (comme un feu sonore ou une fontaine), les textures au sol ou les points fixes comme une intersection ou un bâtiment.

Elle construit sa carte mentale grâce à l'expérience, aux descriptions verbales et aux outils comme les GPS vocaux ou les applications mobiles accessibles. Cette carte mentale évolue selon les lieux, les saisons, les travaux ou les modifications de l'environnement.



Mobilité: interagir avec l'environnement

La mobilité repose sur le déplacement physique et l'interaction constante avec l'environnement. La personne utilise généralement des outils comme la canne blanche, le chien-guide ou l'accompagnement humain. Certaines personnes ayant une basse vision se déplacent aussi sans aide technique.

La **canne blanche** permet de détecter les obstacles, les bordures, les trous, les textures. Le **chien-guide** facilite le suivi d'un trajet et l'évitement des obstacles, tout en laissant à la personne le choix de la direction.

Chaque déplacement est une négociation entre les intentions de la personne et les réactions de l'environnement. Une porte automatique qui ne s'ouvre pas, un vélo stationné sur le trottoir ou un chantier non signalé sont autant d'obstacles qui peuvent nuire ou empêcher un déplacement.



Repères sensoriels: écouter, sentir, toucher

Le son est souvent le premier repère: circulation, voix, échos, bruits de pas, feux sonores. Dans une moindre mesure, l'odorat peut aussi aider à se situer: une boulangerie, une station d'essence, une zone boisée.

Le toucher, par les pieds ou la canne, informe sur les surfaces, les pentes, les irrégularités. Ces repères sont parfois subtils, et leur fiabilité dépend de la constance de l'environnement. **Un changement de revêtement ou un feu sonore en panne peut désorienter complètement une personne handicapée visuelle.**

Interaction sociale : demander, expliquer, négocier

Se déplacer implique souvent d'interagir : négocier un passage dans une foule ou demander son chemin, par exemple. Pour une personne handicapée visuelle, l'autonomie ne signifie pas l'absence de contact, mais le choix de **quand** et **comment** demander de l'aide. Un bon aménagement ne devrait jamais forcer une personne à dépendre des autres pour se déplacer.



Effort cognitif : une charge invisible mais réelle

Chaque déplacement demande une attention soutenue : anticiper les obstacles, corriger sa trajectoire, gérer les imprévus. Pour une personne voyante, cet effort est souvent automatique. Pour une personne ayant une déficience visuelle, il est constant et épuisant, surtout dans des environnements bruyants, instables ou inconnus. **Un aménagement inclusif ne rendra pas le déplacement « facile », mais il peut le rendre plus prévisible, moins stressant, et plus gérable.**

La chaîne de déplacement

Se déplacer ne se résume pas à marcher d'un point à un autre. Chaque trajet est une suite d'étapes interconnectées :

- sortir de chez soi ;
- repérer le trottoir ;
- traverser une rue ;
- trouver un arrêt d'autobus ;
- entrer dans un bâtiment.



Cette séquence forme ce qu'on appelle la chaîne de déplacement. Si un seul maillon de cette chaîne est impraticable, pensons à un obstacle, un signal manquant ou un repère absent, c'est tout le déplacement de la personne aveugle ou malvoyante qui peut être compromis. En intégrant cette logique, les concepteurs d'espaces publics peuvent mettre en place des pratiques qui assurent l'accessibilité de toute la chaîne de déplacement, favorisant une autonomie réelle, fondée sur la fluidité de l'ensemble du parcours et non seulement sur des aménagements ponctuels.

Diversité des expériences

En terminant cette fiche technique, soulignons qu'il faut comprendre que la déficience visuelle n'est pas une réalité unique. Certaines personnes sont en cécité complète, d'autres conservent une vision partielle qui varie selon la luminosité, le contraste ou la distance. Certaines utilisent une canne blanche ou un chien-guide tandis que d'autres ne misent que sur des repères visuels comme les contrastes ou les formes. Il n'existe pas une seule manière de se déplacer avec une déficience visuelle, mais une multitude de stratégies adaptées aux capacités et aux préférences de la personne ainsi qu'aux contextes. Un aménagement peut répondre aux besoins d'une personne et en exclure une autre. Une personne adulte qui utilise une canne blanche depuis l'enfance n'aura pas la même aisance de déplacement qu'une personne âgée qui a perdu la vue il y a quatre ans. **Il faut prendre en considération cette diversité pour réussir à concevoir des environnements inclusifs, quel que soit le niveau de vision ou les moyens de navigation utilisés par les piétons et les piétonnes handicapées visuelles.**

Pour aller plus loin

Couturier, J-A, Ratelle, A. (2022). Manuel d'intervention en orientation et mobilité. Presses de l'Université de Montréal