

# Manger sans voir !

Un petit guide pour vous aider  
à bien recevoir les personnes  
déficiences de la vue.



**la lumière**

D'autres regards vers l'autonomie



## Accueillez bien votre client

**Lorsqu'une personne aveugle ou malvoyante entre dans un restaurant, une brasserie ou tout autre établissement, soit on la repère par sa longue canne blanche, soit on s'aperçoit qu'elle éprouve des difficultés à se repérer.**

Dès son arrivée, il est nécessaire que quelqu'un lui explique la disposition des lieux, la configuration de la salle (entrée, toilettes, bar...).

Présentez-vous à elle en précisant votre fonction et demandez-lui si elle a besoin d'aide. Si la réponse est positive, placez-vous devant elle, à l'opposé de sa canne. Présentez votre coude et dites « Voici mon coude ». Lorsque le passage est étroit, placez votre coude derrière votre dos. Décrivez-lui l'environnement.

L'aide ne doit jamais être imposée mais bien proposée. Ne faites pas les gestes à la place de la personne non ou malvoyant(e) mais prévenez-la lors d'un danger.

Demandez-lui quel type de table elle souhaite (certaines personnes bénéficient encore d'un reste visuel et la lumière leur convient mieux, d'autres souffrent d'éblouissement et ont besoin d'un cadre plus sombre).

Pour montrer un siège à la personne déficiente visuelle, il faut placer sa main sur le dossier du siège et dire : « Voici le dossier de la chaise ». La personne se positionnera ensuite seule. Vous pouvez également proposer votre aide éventuelle pour mener votre client aux toilettes.



## Pas de mots tabous!

**Une personne aveugle ou malvoyante vous entend et sait parler, laissez-la donc s'exprimer!**

Adressez-vous directement à elle, plutôt qu'à son guide si elle est accompagnée.

Si vous déplacez des effets personnels du client (par exemple sa veste au porte-manteau), renseignez bien l'endroit où vous les disposez.

Pensez aussi à prévenir le client lorsque vous le quittez : il est désagréable de parler à quelqu'un qui n'est plus là !

**Vous pouvez employer les mots « voir » et « regarder ». La personne aveugle ou malvoyante voit avec ses autres sens.**

En revanche, ne dites jamais « là-bas » ou « je suis là ». Ces informations n'ont aucune valeur pour les personnes déficientes visuelles. Dites plutôt : « Il y a une chaise devant vous », « votre verre se trouve à votre gauche »...

### A table

Votre client prendra le temps d'étudier la disposition des objets sur la table : couverts, verres (de droite à gauche : verre à vin blanc, à vin rouge et à eau), serviette, etc.

Vous pourrez lui indiquer l'emplacement du sel et du poivre, et enlever tout objet inutile pouvant faire obstacle.



## Le menu

### Le menu

Si votre client est accompagné d'une ou plusieurs personnes, présentez un menu à tous sauf à la personne non ou malvoyante, à moins que vous ne disposiez d'un menu en braille (mais, attention, tous les déficients visuels ne connaissent pas le braille) ou en grands caractères, ou que le client soit muni d'une aide optique personnelle.

Les accompagnateurs éventuels pourront se charger de faire la lecture du menu à votre client.

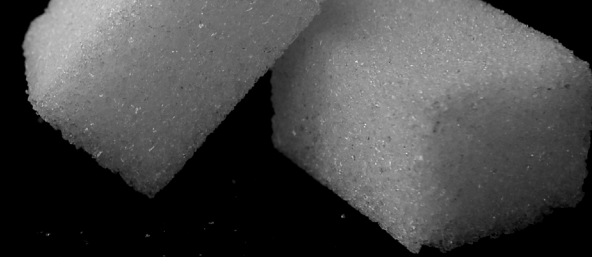
**Par ailleurs, si vous le souhaitez, « La Lumière » peut transcrire vos menus en braille (tél. 04-222.35.35).**

Si ce dernier n'est pas accompagné, il sera approprié de lui lire le menu. Commencez par citer les différentes rubriques : apéritifs, entrées, poissons, viandes, desserts, suggestions, etc. A la demande du client, détaillez ensuite l'une ou l'autre catégorie en ayant soin de préciser les prix.

Après avoir énoncé son choix, votre client vous demandera éventuellement d'adapter l'assiette en cuisine pour faciliter la dégustation (désosser la volaille, enlever les arêtes du poisson, décortiquer les crustacés, découper la viande...).

### Le repas

Afin d'éviter tout geste maladroit, touchez délicatement l'épaule droite de votre client afin de l'avertir de votre présence et dites-lui ce que vous



## Le menu

avez l'intention de faire : verser le vin, déposer l'assiette, déplacer l'un ou l'autre objet qu'il avait déjà repéré de ses mains...

L'assiette sera déposée de façon à ce que la viande ou le poisson soit du côté du client (à 6 heures). Précisez la répartition des autres mets (légumes, féculents...) en utilisant le système de l'horloge (2 heures, 10 heures...).

Votre client n'a pas la possibilité de repérer visuellement un serveur. Ce dernier se présentera donc régulièrement à la table pour vérifier que tout se passe bien ou pour recevoir une commande supplémentaire.

Comme vous le savez, pour apprécier un bon repas, il est nécessaire de pouvoir manger sans éprouver de stress. Tous ces petits gestes feront en sorte qu'une complicité s'installera avec le client déficient visuel pour le plus grand confort de tous.

### Il est temps de payer

Lorsque vous apporterez la note, lisez-la à votre client.

Pour payer, pas de problème: les déficients visuels disposent d'aides techniques pour repérer la valeur des billets et des monnaies.

# L'accro-canne

## Un outil bien précieux!



# Pour votre bonne information

C'est **Robert Minet**, lui-même déficient visuel, qui en a inventé le concept et il dit haut et fort : « Ne laissez plus traîner votre canne sur la table, par terre ou sous vos fesses ! »

Replié, cet instrument de forme circulaire et de petite dimension (4,5 cm de diamètre, 5 mm d'épaisseur) peut se loger facilement dans un sac à main ou dans une poche.

Déployé, il sert de crochet pour attacher votre canne au bord d'une table.

Le petit plateau circulaire est couvert, sur la face inférieure, d'une fine couche de mousse antidérapante.

Le petit logo bleu de la personne déficiente visuelle qui figure sur la face supérieure du plateau, permet, dans un restaurant, d'attirer l'attention du serveur.



**Prix de l'accro-canne : 4 euros - En vente à l'asbl « La Lumière »,  
rue Sainte-Véronique 17 à 4000 Liège - tél. : 04-222.35.35**

6

**Chaque personne a sa propre déficience visuelle mais il existe quatre grands types de malvoyance :**

- La perte de la vision centrale ;
- La perte de la vision périphérique ou vision tubulaire ;
- La vision floue ;
- La vision avec des taches.

### La perte de la vision centrale

- La personne a des difficultés pour lire, elle voit les lettres ou les mots déformés ou masqués ;
- Elle a des difficultés dans la vision des détails comme par exemple la reconnaissance des visages, la lecture de l'heure, le positionnement des poignées de portes ;
- La personne a la possibilité de se déplacer et de s'orienter sans trop de difficultés.

Cette malvoyance est souvent causée par la Dégénérescence de la Macula liée à l'âge, la maladie de Stargardt ou la neuropathie optique de Leber.



7

# Pour votre bonne information



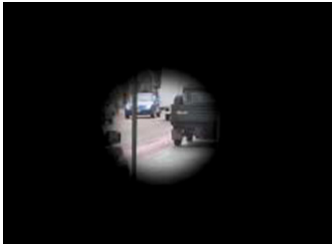
# Pour votre bonne information



## La perte de la vision périphérique ou vision tubulaire

- La personne a des difficultés dans ses déplacements (détections d'obstacles et orientation) ;
- Elle a la possibilité de lire certains caractères agrandis.

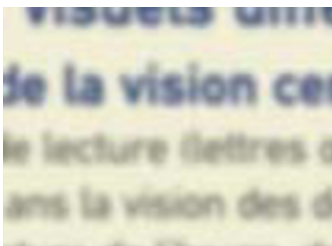
Cette malvoyance est souvent causée par un glaucome ou une rétinite pigmentaire.



## La vision floue

- L'acuité visuelle de la personne est réduite, elle a des difficultés de lecture et a besoin de grossissement ;
- La personne a une forte sensibilité à la luminosité et est vite éblouie.

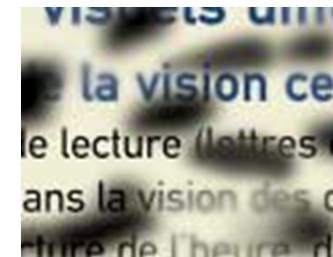
Cette malvoyance est souvent causée par une myopie forte ou par la cataracte.



## La vision avec des taches

- La personne a des difficultés pour la lecture, le texte peut paraître déformé et flou.
- Les lettres peuvent sembler disparaître ;
- La possibilité d'autonomie reste présente.

Cette malvoyance est souvent causée par une rétinopathie diabétique ou une rétinite pigmentaire.



## Par ailleurs...

Si vous vous posez encore certaines questions, pensez à contacter une association telle que « La Lumière ».

« La lumière » a mis en place une réponse solidaire aux problèmes posés par la déficience visuelle et le soutien que nous apportons dure tout au long de la vie. Nous souhaitons offrir aux personnes non ou malvoyantes les ressources nécessaires pour gérer leurs difficultés et leur donner tous les outils adaptés pour vivre au mieux l'avenir.

Notre association tient compte des projets de vie de chacun.

Pour ce faire, "La Lumière" dispose de :



**Un Service d'Accompagnement et Social** qui informe et aide la personne handicapée de la vue dans ses démarches (administratives, médicales, professionnelles...); il assure un soutien moral et reprecise la manière d'atteindre des objectifs d'intégration, d'épanouissement personnel et d'acquisition d'une plus grande autonomie.

## Par ailleurs...



**Un Centre de Réadaptation Fonctionnelle** composé de trois ergothérapeutes (cuisine, vie journalière, adaptations techniques...), d'une formatrice en orientation et mobilité, de psychologues, d'une psychomotricienne, de professeurs de braille, de dactylographie, d'informatique adaptée... Un stage pluridisciplinaire peut ainsi être effectué qui permet de réapprendre les gestes de la vie quotidienne et de progresser dans la recherche d'autonomie et d'intégration sociale.



**Un Service Basse Vision** composé d'un ophtalmologue, d'un opticien, d'une orthoptiste et de divers spécialistes en matériels adaptés qui permettent de trouver des réponses aux difficultés rencontrées grâce à des outils précis (loupes, loupes éclairantes, loupes sur pied, tv loupe, machine à lire...).

## Par ailleurs...



**Un Service de Guidance précoce et scolaire :** composé d'une psychomotricienne et de logopèdes qui œuvrent pour une intégration scolaire en milieu ordinaire, en créant des collaborations avec les enseignants et les parents, en préparant les cours à composantes trop visuelles avec du matériel spécifique...



**Un Service Sports, Culture et Loisirs :** Sous la conduite directe d'animatrices et avec l'aide de ressources extérieures, « La Lumière » propose de très nombreuses activités socioculturelles spécifiques, adaptées au handicap visuel : excursions, balades, visites culturelles, voyages, cinéma audio-décrit, conférences, jardinage, poterie, cuisine, travail du bois, vannerie, macramé, tricot, tissage, tandem, yoga, djembé, guitare, cours d'anglais, etc.

## Par ailleurs...



### **Une Bibliothèque sonore et braille :**

Plus de 7.000 titres d'ouvrages très variés sont enregistrés sur CD et prêtés. Les prêts se font par la poste (port et prêt gratuits) ou au siège de « La Lumière ». De nombreux livres existent aussi en braille et en grands caractères.



### **Un Service d'Informatique adaptée :**

Grâce à un matériel pointu (barrette braille, synthèse vocale, logiciel d'agrandissement, logiciel de reconnaissance de caractères...), notre monitrice en initiation à l'informatique enseigne l'utilisation de base de l'outil (la gestion du système d'exploitation windows, le traitement de textes, l'internet (MSN, mails, recherches), le scanner...).



## Par ailleurs...



### **Une Ludothèque spécialisée :**

Les jeux sont adaptés pour permettre aux personnes déficientes visuelles de découvrir ou de redécouvrir le plaisir de jouer. Il est possible de recevoir les jeux en prêt, à la maison ou en milieu hospitalier. Il suffit de prendre contact avec nos services afin de préciser les besoins des personnes intéressées.

Pour accomplir toutes ses missions, « La Lumière » dispose d'équipes de professionnels et d'un grand nombre de volontaires.

N'hésitez jamais à nous contacter, nous sommes là pour aider les personnes aveugles et malvoyantes, ainsi que leur entourage.

**Dans le cadre de nos activités,  
nous organisons aussi des « repas au restaurant »  
pour des groupes de personnes déficientes de la vue.**

**Si vous souhaitez nous accueillir à ce titre,  
n'hésitez pas à nous envoyer vos propositions de menus...**

**Par ailleurs, si vous le souhaitez,  
nous pouvons transcrire vos menus en braille  
(tél : 04-222.35.35).**

**Nous espérons vivement que le présent fascicule  
vous aidera dans votre travail !**







**la lumière**

D'autres regards vers l'autonomie

Cette brochure vous est offerte gratuitement.

Elle est éditée, avec l'aimable collaboration  
de Monsieur Robert MINET, par :

**la lumière**

**CŒuvre Royale pour Aveugles et Malvoyants,  
ASBL**

**rue Sainte-Véronique 17 – 4000 LIEGE**

**tél. 04/222.35.35**

**[www.lalumiere.be](http://www.lalumiere.be)**

**[lalumiere@lalumiere.be](mailto:lalumiere@lalumiere.be)**