



# DES SOLUTIONS EXISTENT POUR CONCILIER HANDICAP VISUEL & EMPLOI

Une production réalisée à l'occasion de la journée mondiale  
du braille le 4 janvier dans le cadre du réseau des référents  
handicap animé par l'  agefiph

**activ box**  
SENSIBILISATION & HANDICAP

# SOMMAIRE

- 3** QUELQUES CHIFFRES CLÉS
- 4** QU'EST-CE QUE LE HANDICAP VISUEL ?
- 5** ET AU TRAVAIL ALORS ?
- 6** JE SUIS CONCERNÉ, QUE PUIS-JE FAIRE ?
- 8** EXEMPLES D'AMÉNAGEMENTS POUVANT ÊTRE MIS EN PLACE
- 9** LES INNOVATIONS ET LE HANDICAP VISUEL
- 10** COMMENT COLLABORER AVEC UN COLLÈGUE DÉFICIENT VISUEL ?
- 11** TÉMOIGNAGE

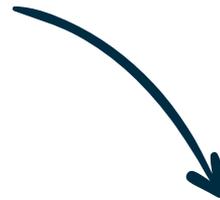
**DES SOLUTIONS EXISTENT  
POUR CONCILIER  
HANDICAP VISUEL & EMPLOI**

# QUELQUES CHIFFRES CLÉS



**1 700 000**

personnes en France sont déficientes visuelles, soit 2,9 % de la population. Elles sont **253 millions dans le monde.**



**D'ici 2050**

le nombre de personnes déficientes visuelles dans le monde **pourrait doubler en raison du vieillissement de la population.**



**80%**

des déficiences visuelles **pourraient être prévenues ou traitées par de meilleurs diagnostics et préventions.**

# QU'EST-CE QUE LE HANDICAP VISUEL ?

La déficience visuelle est une insuffisance ou une absence d'image perçue par l'œil. Lorsque les conséquences de cette déficience sont importantes dans la vie quotidienne ou professionnelle, on parle alors de handicap visuel. **Toutes les personnes déficientes visuelles ne sont pas aveugles, loin de là !**

## LES CAUSES DE DÉFICIENCES VISUELLES LES PLUS FRÉQUENTES SONT :



**DMLA** (Dégénérescence Maculaire liée à l'âge)



**Glaucome** (maladie de l'œil et du nerf optique)



**Maladies génétiques** (dont la rétinite pigmentaire)



**Rétinopathie diabétique** (conséquence du diabète)



**Myopie** forte ou dégénérative



**Cataracte**



**Décollement** de la rétine



**Daltonisme**

**Le handicap visuel** peut survenir brutalement ou progressivement, dès la naissance ou au cours de la vie, être génétique ou survenir après un traumatisme oculaire, être lié à une maladie de l'œil ou être la conséquence d'une maladie chronique comme le diabète.

Le handicap visuel peut affecter la vision centrale ou périphérique, la vision des couleurs ou encore la sensibilité à la lumière.

**Bref, un handicap aux réalités très diverses !**



# ET AU TRAVAIL ALORS ?

La déficience visuelle concerne de très nombreux salariés. Elle se traduit par de la fatigue visuelle (larmoiements, vision altérée, picotements et rougeurs oculaires...), provoquant aussi des douleurs cervicales, des maux de tête, des troubles de l'attention et de la concentration. Des troubles qui peuvent induire une perception dégradée de l'environnement et être la cause d'accidents du travail.

**Il est primordial de prendre en considération le handicap visuel dans le milieu professionnel. D'autant plus qu'aujourd'hui une majorité des activités sont effectuées sous lumière artificielle ou sur écran qui peuvent provoquer une aggravation des problèmes visuels.**

*Focus*

## *l'importance du dépistage*

**Nos yeux sont nos organes sensoriels les plus importants. Ils nous transmettent 80% des informations de notre environnement.** Il faut donc en prendre soin et les faire contrôler. Leur détérioration passe souvent inaperçue.

Il est recommandé aux adultes, sans déficience particulière, de faire examiner leurs yeux régulièrement :

de 20  
à 39 ans



au moins trois fois durant  
cette période de vie

à partir  
de 40 ans



une fois tous les  
2 à 3 ans

à partir  
de 65 ans



tous les  
1 à 2 ans

\* Source : Zeiss

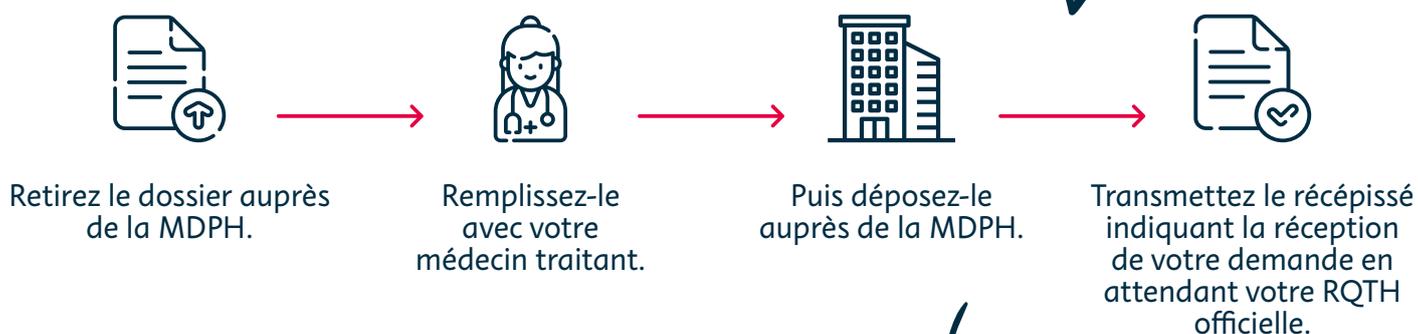
**Pensez-y !**

# JE SUIS CONCERNÉ, QUE PUIS-JE FAIRE ?

Si vous êtes concerné par un problème de vue qui a des répercussions importantes sur votre activité professionnelle, vous pouvez demander le statut de « travailleur handicapé ».



Vous devrez alors engager une démarche de Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé (RQTH) auprès de la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH).



« Est considérée comme travailleur handicapé (...) toute personne dont les possibilités d'obtenir ou de conserver un emploi sont effectivement réduites par suite de l'altération d'une ou plusieurs fonctions (...) ».

Art. L5213-1 du code du travail

**Cette démarche est  
totalement personnelle  
et confidentielle**

# ET CONCRÈTEMENT, À QUOI VA ME SERVIR MA RQTH ?

**Vous pouvez communiquer votre statut de travailleur handicapé au médecin du travail et au référent handicap de votre entreprise.**

La prise en compte de votre statut dans l'entreprise vous permet de bénéficier d'un ensemble de droits, d'aides et de services et notamment la possibilité de bénéficier de l'aménagement de votre poste pour compenser votre handicap.



**Avec le référent handicap de l'entreprise et le médecin du travail, vous pouvez solliciter l'Agefiph et le Cap Emploi dans votre région pour identifier et mettre en œuvre les solutions qui vous permettront de compenser votre handicap à votre poste.**



**De quels types de services et d'aides financières, vous et votre employeur pourrez bénéficier ?**

**Une aide financière destinée à couvrir les frais occasionnés par l'étude de solutions** pour vous permettre de conserver votre emploi dans le cas où votre poste évoluerait ou votre handicap s'aggraverait.

**L'appui d'un expert de la déficience visuelle pour :**

- Analyser les difficultés que vous rencontrez à votre poste du fait de votre handicap.
- Identifier, avec vous, les solutions qui vous permettront de concilier les exigences de votre poste et les contraintes liées à votre handicap.

**Un conseil et des aides financières destinés à identifier et financer les moyens** techniques (matériel), organisationnels (réorganisation d'un bureau) ou humains (tutorat) permettant d'adapter votre poste.

# EXEMPLES D'AMÉNAGEMENTS POUVANT ÊTRE MIS EN PLACE

## Comment faciliter la lecture d'une personne

### déficente visuelle ?

**Le téléagrandisseur** est une aide à la lecture pour les personnes malvoyantes atteintes de DMLA, de glaucome ou d'autres maladies des yeux. Concrètement, il grossit l'image du document placé sous sa caméra, augmente le contraste et améliore le rendu.



Crédit photographique : www.cflou.com

## Comment aménager le bureau d'une personne

### déficente visuelle ?

**Un éclairage adapté** est primordial pour faciliter le quotidien professionnel d'une personne atteinte d'un trouble de la vision. Travailler dans une pièce avec des stores et un éclairage réglable en intensité permet d'éviter l'éblouissement et la fatigue visuelle.



**Pour en savoir plus, rendez-vous sur le site de l'Agefiph !**



**Focus**

*L'accessibilité numérique*

**L'accessibilité numérique est un enjeu majeur** pour permettre aux personnes déficientes visuelles d'accéder aux informations. Au quotidien, beaucoup d'entre elles se servent d'outils qui permettent la lecture audio des informations affichées à l'écran. Pour cela les sites internet, les documents PDF et les vidéos doivent respecter des règles qui permettent leur accessibilité.

**> Voir la vidéo !**

# LES INNOVATIONS ET LE HANDICAP VISUEL



**Depuis toujours, la technologie est un moteur nécessaire**

**pour faire avancer l'accessibilité et l'égalité des chances.** Les

innovations pour aider aujourd'hui les personnes déficientes visuelles

sont nombreuses, elles permettent de faciliter l'accès à la lecture et

l'écriture, aux activités de la vie quotidienne ou encore l'appréhension

de l'espace et des déplacements.



## BE ME EYES

Grâce à un appel vidéo en direct, Be My Eyes met en relation une personne malvoyante avec un bénévole voyant pour lui fournir une assistance visuelle.



## AIDODYS

Aidodys a créé une solution 100% personnalisable pour adapter tous types de contenus en fonction d'un profil de lecture.



## MY EYE

En pointant un texte avec votre doigt tout en portant les lunettes MyEye, le dispositif le lira instantanément à haute voix dans l'écouteur associé.



## FEEL OBJECT

Un plan tactile et interactif qui permet aux personnes malvoyantes et non-voyantes de se déplacer en autonomie dans les bâtiments et leurs alentours.



## PANDA

Le tour de cou PANDA Guide analyse l'environnement et permet d'éviter les trous et les obstacles, au sol comme en hauteur.



## ENCHROMA

Les lunettes Enchroma permettent aux personnes daltoniennes de découvrir les couleurs comme tout un chacun.



# COMMENT COLLABORER AVEC UN COLLÈGUE DÉFICIENT VISUEL ?

Un collègue déficient visuel met généralement en place des règles d'organisation et de rangement qui lui permettent de mémoriser l'emplacement des objets dont il a besoin.

## LES MOYENS DE COMPENSATION LES PLUS CONNUS



**Des outils** comme un clavier braille ou un logiciel d'agrandissement des caractères.



### Le smartphone

Il permet de se repérer et d'être guidé dans ses déplacements par le GPS. Le lecteur vocal permet les échanges.



### La canne blanche

Pour détecter les obstacles avec un pas d'avance mais également se signaler auprès des autres.



### Le chien-guide

Pour se déplacer, même dans l'entreprise.

## QUELQUES CONSEILS À CONNAÎTRE ET À APPLIQUER

- Dire « Bonjour » en se nommant,
- Ne pas encombrer les espaces collectifs et les lieux de circulation,
- Refermer les portes ou les laisser grandes ouvertes mais jamais entre-ouvertes,
- Pour guider un collègue en sécurité, se placer devant lui ou sur le côté,
- Signaler les obstacles à hauteur de visage, non identifiables avec une canne,
- S'il a un chien-guide, ne pas le toucher et ne pas le solliciter quand il a son harnais,
- En réunion, envoyer en amont une version accessible des supports qui seront présentés.

## HANDICAP VISUEL ET EMPLOI SONT COMPATIBLES !

**1 vidéo à consulter**  
**et 1 guide à télécharger**  
pour aller plus loin !



# TÉMOIGNAGE 1/2



**Caroline, 35 ans**, Maître de conférences en microbiologie moléculaire souffre d'une maladie auto-immune. En quelques années, sa vue s'est progressivement détériorée.

## Quel est l'impact du handicap sur ton quotidien ?

En pratique, j'ai l'impression de porter des lunettes très sales mais globalement j'y vois suffisamment bien pour que cela n'affecte pas trop mon quotidien la plupart du temps. C'est beaucoup plus gênant professionnellement car j'ai un travail très sollicitant pour la vue et nécessitant de la précision. Les ennuis commencent vraiment à des périodes de « flambée » de la maladie. J'ai alors une brusque dégradation de la vision et souvent je perds une bonne partie de la vision en trois dimensions. Cela devient alors plus difficile, mais j'ai un traitement qui stabilise et améliore ma vue. Le problème est que ce traitement m'épuise.

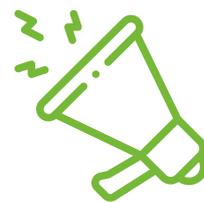
## Et dans ton travail, quels sont les aménagements mis en place ? Qui t'a aidé ?

Lorsque la maladie a vraiment commencé à s'aggraver, j'ai commencé à commettre de grosses erreurs. Je voue une grande passion à mon métier et je l'ai très mal vécu. J'ai pris rendez-vous avec le médecin du travail en imaginant qu'il allait me mettre en arrêt. Au lieu de ça, j'ai eu la chance qu'avec l'appui d'un ergonome, il m'aide à trouver des solutions. J'ai bénéficié de plusieurs aménagements qui m'ont permis de reprendre mon activité sereinement : une lampe loupe, un éclairage approprié, un grand écran, un logiciel de dictée vocale...

**« J'ai eu plusieurs aménagements qui m'ont permis de reprendre mon activité sereinement. »**



# TÉMOIGNAGE 2/2



## Comment ça se passe avec tes collègues ?

Mes collègues sont au courant mais cela n'a pas toujours été facile. Ma maladie est invisible et j'ai beaucoup de mal à en parler. Donc, justifier que je ne puisse plus faire telle ou telle chose était compliqué et parfois ils ont pu penser que je faisais des « caprices » ou que j'avais des aménagements de « confort ». J'ai ainsi plusieurs fois entendu que « j'avais de la chance » d'avoir tout ça.

## Qu'est-ce qui te faciliterait la vie au quotidien ?

Ce qui me faciliterait la vie serait un accès plus simple aux soins. Il est très difficile d'obtenir un rendez-vous d'ophtalmologie, surtout pour une pathologie assez rare comme la mienne. J'ai perdu une grande partie de mon champ visuel car les «flambées» n'ont pas été prises en compte à temps. J'aimerais également que mon entourage puisse se rendre compte de mes difficultés, sans avoir à les expliquer !

## Un mot de conclusion ?

Même si je l'ai vécu comme un moment très triste de ma vie, je dirais que c'est vraiment important de déclarer son handicap et de ne pas avoir peur d'être aidé. Il vaut mieux accepter la situation pour pouvoir mieux la surmonter. Je n'oublierai jamais la phrase de la médecin du travail de l'université : « C'est triste, c'est injuste mais c'est comme cela, il faut faire avec ».

**« Je dirais que c'est vraiment important de déclarer son handicap et de ne pas avoir peur d'être aidé. »**

