



CENTREVUE

Autonomie et intégration
pour personnes aveugles
et malvoyantes

Rue des Poudrières 135

2000 Neuchâtel

032 886.80.40

centrevue@ne.ch

www.centrevue.ch

CENTREVUE est un service rattaché à la Fondation Neuchâteloise pour la coordination de l'Action sociale (FAS). www.fas-ne.ch

Nous proposons nos prestations en conseil social et réadaptation à toute personne aveugle ou malvoyante domiciliée dans le canton de Neuchâtel.

**Appelez-nous,
nous recevons sur
rendez-vous.**

Horaire du Secrétariat :

Lundi : 8h30-12h 14h-16h
Mardi : 8h30-12h 14h-16h
Mercredi : 14h-16h
Jeudi : 8h30-12h 14h-16h
Vendredi : 8h30-12h

CENTREVUE

Info

Juin 2024 - No 19

Madame, Monsieur,

Les smartphones et les tablettes sont devenus des objets de la vie courante. Selon différentes études, près de 92% des personnes vivant en Suisse possèdent au moins un de ces appareils et 97% d'entre eux les utilisent quotidiennement.

Ces pourcentages élevés incluent aussi des personnes aveugles et malvoyantes car ces appareils leur offrent de nombreuses fonctionnalités et leur donnent accès à différentes applications très utiles dans leur quotidien.

Nous avons choisi de vous parler dans ce numéro de ce que l'on nomme, en abrégé, les TIC, soit les Techniques d'Informations et de Communication, propres aux smartphones et tablettes.

Deux collaboratrices de Centrevue sont spécialement formées à l'utilisation de ces appareils et vont vous détailler les possibilités qu'ils offrent.

N'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez améliorer vos compétences dans ce domaine ou désirez en savoir plus sur les nombreuses façons dont les smartphones peuvent améliorer la vie des personnes aveugles et malvoyantes, à n'importe quel âge...

Olivier Blaser, directeur de Centrevue

Par souci de lisibilité pour les personnes malvoyantes, le texte n'est pas aligné à droite.

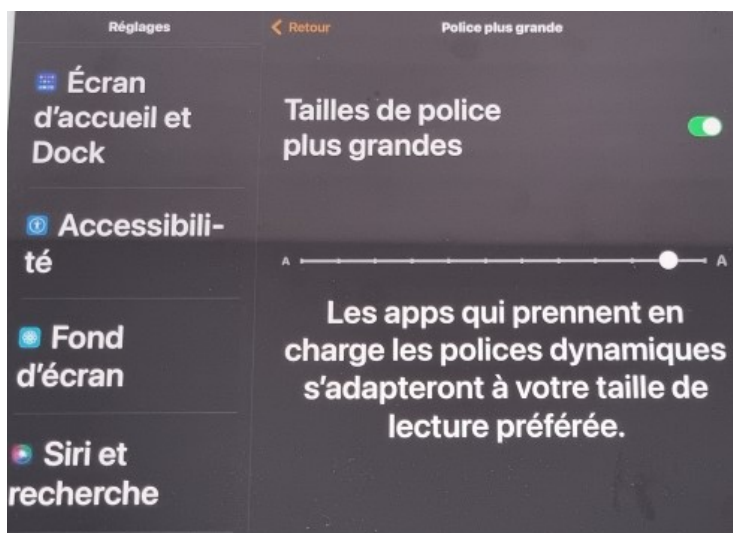
Sommaire

- ♦ Les Smartphones et tablettes - p.2-3
- ♦ Info association « course à pied » - p.3
- ♦ Info transports publiques ville de Neuchâtel - p.3
- ♦ Témoignage - p.4

Les smartphones et tablettes ont révolutionné le quotidien des personnes, déficientes visuelles, en devenant des compagnons indispensables. Leur polyvalence offre un accès instantané à l'information, facilite la communication et enrichit nos loisirs. Ces dispositifs compacts ont transformé la manière de se socialiser, de se divertir et de travailler, intégrant ainsi ces technologies dans nos activités journalières.

Ces petits outils tactiles qu'il a fallu apprivoiser ont également modifié passablement d'habitudes car ils peuvent notamment remplacer plusieurs appareils (Dictaphone, lecteur de livres audio, détecteur de couleurs, etc.). Cela peut être un avantage mais aussi un inconvénient s'ils tombent en panne.

- Réglant la luminosité.
- Augmentant la taille du texte.
- Modifiant les contrastes.



Les fonctions d'accessibilité ont été développées afin de permettre aux personnes déficientes visuelles d'avoir également accès à ces technologies tactiles.

Les fonctions d'accessibilité

Bien que les options d'accessibilité sur Android et Apple poursuivent un objectif commun d'améliorer l'accessibilité pour tous les utilisateurs, il existe des différences dans la manière dont ces fonctionnalités s'utilisent dans chaque système. Les utilisateurs peuvent choisir celui qui répond le mieux à leurs besoins spécifiques.

L'adaptation peut être faite au niveau visuel par exemple en :

La fonction "zoom" ou "agrandissement" permet d'agrandir tout ou une partie de l'écran.

Si les difficultés visuelles ne permettent plus la lecture de l'écran (notamment en situation d'exposition au soleil), il est possible de passer à des aides vocales.

Les assistants personnels

Bixby ou OK Google sur Android et Siri sur Apple, permettent de demander vocalement d'exécuter des actions, tel que demander l'heure, ouvrir une application, appeler une personne, faire une recherche sur internet.

Il est cependant important de savoir aussi utiliser son smartphone sans l'assistant personnel car, dans un environnement bruyant, il pourrait ne pas comprendre ce qui lui est demandé.

Les lecteurs d'écran

VoiceOver sur Apple et TalkBack sur Android permettent d'avoir un retour vocal sur ce qui est écrit sur l'écran. Le lecteur d'écran est la fonction qui permet d'utiliser son smartphone sans informations visuelles.



La maman d'un adolescent aveugle qui pratique la course à pied, aimerait créer, avec l'aide de la FSA, une association "course à pied" permettant de mettre en contact des personnes déficientes visuelles avec des guides, afin qu'elles puissent pratiquer la course à pied en toute sécurité. Une petite formation aurait lieu pour les guides. En cas d'intérêt, veuillez contacter Madame Valérie Joly, à valerie@joly-family.ch ou au 078 602 50 52, Monsieur Patrick Mercet de la FSA au 079 662 87 37 ou avec Centrevue 032 886 80 40.

Les applications utiles

Il existe beaucoup d'applications, nous allons évoquer ci-dessous quelques-unes des plus utiles et développées spécifiquement pour les personnes en situation de handicap visuel.

- La lampe de poche pour rechercher un objet dans une armoire, pour un déplacement dans un endroit sombre.
- L'appareil photo pour faire une photo et ensuite l'agrandir. Par exemple lire les informations sur un produit cosmétique.
- La loupe, pour agrandir un texte en direct.

Les applications " couteau suisse "

Seeing AI (Apple) Bixby Vision (Android)

Leurs fonctions principales sont: la reconnaissance de textes, la description de scène et la détection de lumière et de couleurs.

Les applications de livres audio

Callioplayer, BBR player et BiblioPlayer

Elles ont été développées par les bibliothèques sonores de Suisse Romande et proposent un large choix de livres audio.



Dès le 1er janvier 2025, la grande commune de Neuchâtel propose la gratuité des transports publics (abonnement mensuel ou annuel, 2 zones, en 2e classe) aux personnes bénéficiant des prestations complémentaires, ainsi qu'un rabais de CHF 171.- pour tous les seniors (différence entre le prix junior et adulte). Il peut être utile de se renseigner auprès de sa commune si de tels rabais ou avantages sont aussi proposés.

L'application assistance

Be my eyes

Elle permet d'appeler en vidéo un bénévole afin de recevoir une assistance visuelle pour des tâches quotidiennes comme par exemple : trouver un objet perdu, trouver une entrée de bâtiment, se faire décrire une image ou une œuvre d'art.

L'accompagnement par Centrevue

Centrevue peut vous proposer une aide ponctuelle personnalisée pour améliorer l'accessibilité du smartphone ou de la tablette. Nous vous transmettons également des conseils pour l'acquisition d'un nouvel appareil.

L'utilisation des lecteurs d'écran (Voice Over et TalkBack) ou des différentes applications, comme celles évoquées plus haut, peuvent nécessiter un apprentissage par le biais de cours individuels. Deux collaboratrices de Centrevue sont spécialement formées à l'apprentissage de l'utilisation de tablettes et smartphone et sont à disposition.

Si vous êtes utilisateur d'un appareil Apple avec VoiceOver, l'École de la Pomme vous propose toute une série de ressources sur leur site internet ainsi que des cours collectifs.

Je m'appelle Monique Jenzer, j'ai 56 ans et j'habite à Cressier. Je suis mariée et j'ai deux grandes filles.

Jusqu'à il y a 3 ans, je pouvais utiliser mon smartphone "normalement", je téléphonais et envoyais des messages. Ensuite, ma vue a baissé progressivement, j'ai donc dû agrandir la taille des caractères sur l'écran.

Avec le temps, ma vision devenant plus floue, je devais contrôler que j'écrivais à la bonne personne en écoutant le dernier message vocal reçu.

Il y a deux ans, et alors que je me trouvais seule en Amérique (ma famille était rentrée mais moi, positive au Covid, j'étais bloquée là-bas) chaque matin, je vérifiais que j'arrivais toujours à lire sur l'écran car je me disais que si ça n'était plus possible, cela aurait été vraiment très compliqué. C'était un stress important car il s'agissait de l'une des seules activités que je pouvais réaliser sans aide.

Le mari de mon amie m'a parlé qu'il existait un moyen de faire lire ce qui était écrit sur l'écran. Cela m'a donné de l'espoir même si je me demandais comment cela fonctionnait. Une fois rentrée en Suisse, j'ai pris contact avec Centrevue, d'abord pour la canne et un peu plus tard pour l'iPhone.

Jusque-là, j'arrivais encore plus ou moins à me débrouiller, par exemple pour décrocher, je devais aller dans un endroit sombre afin d'arriver à appuyer au bon endroit. Je tenais à continuer à faire les choses comme je pouvais aussi longtemps que c'était possible, même si ce n'était pas pratique ni agréable. Accepter de faire autrement était compliqué pour moi.

Autre exemple, le matin avant le départ de mon mari, je lui demandais d'envoyer un pe-

tit cœur à la personne que je voulais contacter afin qu'elle soit tout en haut de la liste car ainsi j'arrivais par la suite à lui envoyer un message en utilisant la dictée vocale. Mais, d'une part cela limitait beaucoup le nombre de personnes que je pouvais contacter et d'autre part la dictée n'écrivait pas toujours ce que je voulais.

Aujourd'hui c'est beaucoup plus facile, grâce à l'accompagnement proposé par Centrevue. Lors des séances qui se sont déroulées de manière régulière, je me sentais à l'aise et en confiance même si je faisais des petites erreurs. Je remercie Centrevue, notamment pour leur patience, et suis reconnaissante qu'un tel service existe.

Actuellement, je suis en lien avec beaucoup de personnes grâce à mon smartphone que j'utilise avec la synthèse vocale Voice Over et avec Siri. J'échange par téléphone et par messages simplement, ce qui me permet de contacter qui je veux quand je veux et cela enrichit ma vie. Si j'avais su tout cela avant...

J'ai appris le métier de jardinière d'enfants et j'aimais beaucoup bricoler mais cela est devenu trop difficile. Du coup, à la place, je fais de la cuisine. Certaines recettes ont été enregistrées dans mon smartphone et grâce à Voice Over je peux les lire et suivre la recette.

Pour les rendez-vous, par le passé je devais tout mémoriser et cela faisait beaucoup d'infos. Désormais, j'enregistre mes rendez-vous dans mon smartphone et je peux les consulter à tout moment.

Maintenant, je suis confiante car je peux utiliser mon iPhone dans toutes les conditions (lumière, état de fatigue). Cela me rassure pour la suite si malheureusement je venais à perdre complètement la vue.