CAB

ACTION CARITAS SUISSE DES AVEUGLES

4e édition, septembre 2016

# POINT DE VUE

## Kurt Zimmermann

# Rencontre émouvante avec un gentleman

**Âgé de 71 ans, Kurt Zimmermann est sourd et presque complètement aveugle. Toutefois, il participe avec une grande joie à la vie sociale – entre autres avec le soutien de l'Action Caritas Suisse des Aveugles (CAB).**

Pour cette édition du POINT DE VUE, Kurt Zimmermann s'est présenté avec tenue irréprochable. Âgé de 71 ans, cet homme sourd-aveugle est un vrai gentleman. Il aime recevoir et servir ses hôtes. Dans son appartement à Trasadingen dans le canton de Schaffhouse, il nous sert du café et des biscuits - concentré, prudent, toujours avec un sourire aux lèvres. Son autonomie remarquable est le résultat d'entraînements durs depuis son enfance. Dans des périodes difficiles, sa volonté inébranlable et sa force intérieure, qu'il partage avec son entourage d'une manière rayonnante, l'ont toujours aidé à garder sa joie de vivre.

Sourd et gravement malvoyant de naissance, Kurt Zimmermann est né à Trasadingen, Après avoir fréquenté une école spécialisée à St. Gall, il commence son apprentissage de tourneur chez SIG SA, dont il sort major de sa promotion. Il obtient un emploi chez SIG SA, société à laquelle il demeure fidèle durant 33 ans. En 1975, tout en sachant que sa vue allait se dégrader, il apprend l'alphabet de Lorm. Cette forme de communication est le lien entre la personne sourde-aveugle et le monde extérieur et aide à prévenir l'isolement. Entre 1998 et 2008, un séjour dans un home pour personnes sourdes-aveugles devient nécessaire. Pour lui, ces années sont l'occasion de récupérer une autonomie, indispensable pour mener une vie indépendante. Depuis 2008, Kurt Zimmermann vit à nouveau seul dans son appartement à Trasadingen.

**Prêter une voix**

Marko Ackermann, conseiller de la CAB, lui-même malentendant de naissance, maîtrise le langage de Lorm. Pour Kurt Zimmermann, il est une personne de confiance très importante. Depuis 2009, il lui rend régulièrement visite. «Les priorités thématiques sont entre autres son bien-être physique, le soutien pour organiser du support technique, des visites chez le médecin ou le dentiste, où il a besoin d'un traducteur. Pour d'autres excursions, il n'a pas besoin d'aide. Pour sa passion, les voyages en train, il s'organise tout seul.» dit Marko Ackermann en souriant et traduit ce qu'il vient de raconter avec ses doigts dans la main de Kurt Zimmermann. Dès qu'il sent le mot «train», il sourit et bouge la tête – un geste de la main qu'il connaît bien depuis son enfance.
L'installation d'un train miniature, qu'il a construit avec l'aide de ses amis, est une grande passion de Kurt. Cela est possible grâce à son imagination et son sens du toucher extraordinaire. De plus, il voyage souvent en train. Il connaît les horaires entre Trasadingen et Schaffhouse par cœur. Des voyages un peu plus longs, comme par exemple le voyage à la journée de rencontres à Aarau ou au cours d'été de la CAB à Landschlacht, ne lui font pas peur.

**De cœur à cœur**

Kurt Zimmermann sait bien planifier ses déplacements et ses excursions. Lorsqu'il a besoin d'aide, il annonce son arrivée à l'aide en gare par e-mail. Pour ce faire, il utilise sa ligne braille, qui est également une possibilité d'entrer en contact avec le monde extérieur. Toutefois, malgré une préparation très soigneuse, l'imprévu peut parfois prendre les devants. Des chantiers, des retards de trains ou des arrêts provisoires représentent des barrières insurmontables pour Kurt Zimmermann. Heureusement que la plupart du temps, des personnes de bonne volonté sont là pour le soutenir, car son assurance inébranlable atteint le cœur de chacun.

# Pourquoi je fais des dons

«Je soutiens la CAB parce que pour moi, il est important de savoir qu'on aide les personnes aveugles. On peut soutenir de nombreuses organisations d'aide. En ce qui me concerne, je choisis bien entre quelques organisations que j'ai soigneusement sélectionnées. Parmi ces dernières, se trouve la CAB avec ses bibliothèques pour aveugles. Je la soutiens par une contribution mensuelle. Je trouve qu'il est absolument nécessaire que les personnes aveugles puissent participer à la vie sociale, grâce aussi aux livres audio produits spécialement pour elles. Pour moi personnellement, la perte de la vue est plus grave que celle de l'ouïe. La seule idée de vivre dans l'obscurité est même très importante pour moi.»

*Charlotte Haselbach, donatrice de la CAB*

Nous vous remercions chaleureusement pour votre soutien, chère Madame Haselbach. Voudriez-vous nous faire savoir, chère donatrice, cher donateur, pourquoi vous faites des dons à notre organisation? Nous sommes curieux et nous nous réjouissons sur vos commentaires, mais également sur des suggestions: info@cab-org.ch.

# Journée de rencontre «L'être et le paraître»

**Trois fois par année, l'Action Caritas Suisse des Aveugles (CAB) organise une journée de rencontre pour personnes malvoyantes-malentendantes et sourdes-aveugles, en collaboration avec l'organisation Taubblindenhilfe. Ces journées sont très appréciées par les participants et leur donnent du courage et de la force.**

Depuis de nombreuses années, ces journées de rencontre jouissent d'une grande popularité. Une majorité des participants s'inscrit déjà au début de l'année et s'organise avec des amis pour le transport. Les personnes malvoyantes-malentendantes et sourdes-aveugles apprécient énormément cette occasion d'échanger leurs expériences, d'élargir les connaissances et sentir la cohésion sociale.

**Chaque journée de rencontre a son propre thème**

La dernière journée de rencontre a eu lieu le 12 juin 2016. En collaboration avec Joachim Schmid, responsable de la Taubblinden-Hilfe en Suisse, Hans Bühlmann, lui-même responsable de formation de la CAB, accueille 26 participants. Après le café de bienvenue et quelques sons d'orgue d'une participante malvoyante-malentendante, Hans Bühlmann introduit le thème du jour «L'être et le paraître». «Nous annonçons les thèmes en début d'année pour toutes les journées de rencontre de l'année, afin que les participants puissent se préparer au préalable» explique-t-il. «Cette préparation est très bénéfique pour un échange intense. Pour les participants, ce sont des discussions très enrichissantes.» Des traducteurs de Lorm garantissent la participation de toutes les personnes sourdes-aveugles, dont fait partie Kurt Zimmermann.

**La force de la communauté**

Un élément important de la journée de rencontre est le repas de midi en commun. Il donne l'occasion d'échanger. «Les participants sont heureux de pouvoir communiquer avec l'alphabet tactile de Lorm», confirme Hans Bühlmann. Ce jour-là, les participants changent régulièrement de place pour communiquer avec leurs amis. Nous pouvons dire que ce jour-là, un brouhaha joyeux règne dans les locaux du Theologisch-Diakonisches Seminar à Aarau.

**L'amour du prochain**

L'après-midi, l'ancien cuisinier gourmet et expert en gastronomie Gerhard Tschanz décrit de manière très émouvante les événements vécus durant son bénévolat avec des personnes sourdes-aveugles en Jordanie.

Pour les individus malvoyants-malentendants et sourds-aveugles, la journée de rencontre est gratuite. Afin que les coûts soient couverts, la CAB est reconnaissante pour toutes les contributions de donateurs et donatrices.

## Journée de rencontre en novembre

La prochaine journée de rencontre aura pour thème «Echouer ou gagner». Nous prévoyons assez de temps pour les conversations de Lorm.

Date: 20 novembre 2016
Lieu: Theologisch-Diakonisches Seminar Aarau
Inscription souhaitée

# Editorial

Chère lectrice, cher lecteur,

Parmi les petits bonheurs simples de nos vies, une bonne rencontre peut être un vrai enrichissement.

Ainsi, nous nous sommes rendus à Trasadingen dans le canton de Schaffhouse pour rencontrer un vrai gentleman. Kurt Zimmermann, sourd-aveugle, nous a émerveillés par sa joie et sa volonté de vivre. Il nous a tellement impressionnés que nous ne voulons pas vous priver de son histoire. Vous la trouverez dans cette édition du POINT DE VUE.

Le succès de ces journées de rencontres montre bien l'importance que leur donnent les personnes concernées.

Vous trouverez également dans cette édition un article sur la dernière journée de rencontres qui a eu lieu à Aarau le 12 juin 2016, placée sous le thème «être et paraître».

De plus, pour alimenter vos conversations, nous lançons une nouvelle série d'informations médicales. Pour vous, nous analyserons des mythes et récits sur le thème de santé.

Je vous souhaite une agréable lecture.

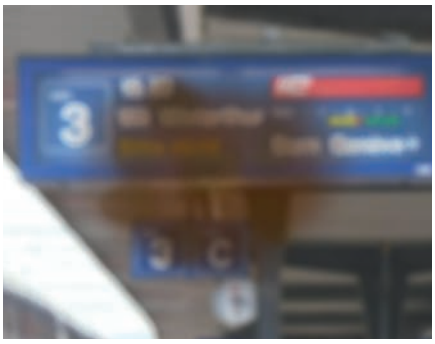
R. HÄUPTLI

Ruth Häuptli, présidente

# Cataracte

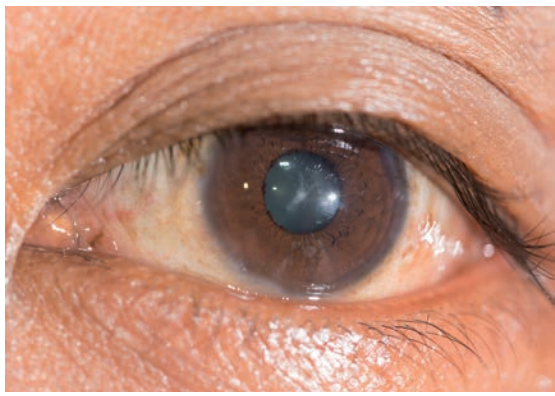
**La cataracte marque le prélude à une série de reportages courts et concis sur les différentes maladies de l'œil et les troubles de la vue.**

**De quoi s'agit-il?**
La cataracte désigne un changement progressif du cristallin naturel. Il s'agit de changements naturels qui se font au cours de la vie et qui ne doivent pas trop nous préoccuper. Cependant, avec l'âge, ces changements s'accumulent et favorise l'opacité du cristallin initialement transparent. Ce dernier fournit des images claires et fidèles à la réalité, à la rétine, ce qui devient de plus en plus difficile lors de troubles de la lentille oculaire. Lorsque le cristallin se décolore, il prend la couleur grise.

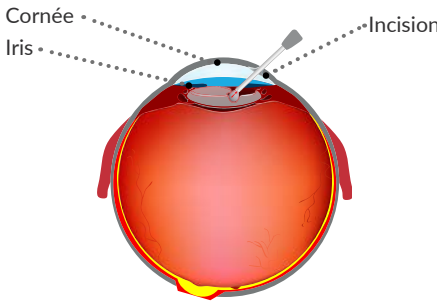


Sombre perspective: Plus le cristallin s'opacifie, plus la perception de l'environnement devient imprécise et floue.

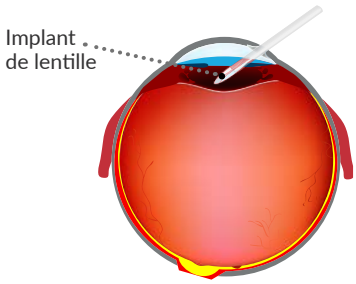
**Quels sont les symptômes typiques?**
Une opacité du cristallin (cataracte) et la limitation de l'acuité visuelle entraînent une qualité de vision fortement restreinte pour la personne concernée. De plus, on constate un accroissement de la sensibilité à l'ébouissement, tandis que les contrastes optiques diminuent. Ce processus se fait très lentement, c'est la raison pour laquelle on constate la cécité qu'à partir d'un certain âge.



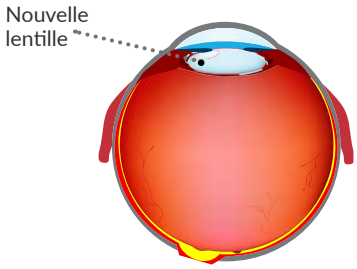
**Des thérapies possibles**
L'opération de la cataracte compte parmi les opérations les plus fréquentes et les plus sûres de l'ophtalmologie. Dans la plupart du temps, elle se fait de façon ambulatoire. Elle consiste dans l'enlèvement du cristallin et de l'implantation d'une lentille artificielle, qui rend au patient la capacité visuelle.




Le cristallin est enlevé




Il est remplacé par un cristallin artificiel




Positionnement du nouveau cristallin artificiel

# Vérités ou mensonges
## à propos des yeux

### Celui qui louche intentionnellement ne pourra plus bouger les yeux

**Mensonge!** Un mensonge très tenace, transmis de génération en génération. On essaie de préserver les enfants, mais malheureusement, ce fait n'a été documenté qu'une seule fois. On sait que le strabisme temporaire d'un enfant n'influence en aucun cas la position des yeux, ni la vue en général. Alors continuez à loucher, chers enfants, tant que cela vous fait plaisir.

### Mangez des carottes et vous aurez de bons yeux

**Vrai!** Peut-être que cela vous étonne, mais nos grand-mères avaient raison. Les carottes sont très favorables pour nos yeux, car elles contiennent le bêta-carotène, qui lui-même est un précurseur de la vitamine A, indispensable pour la rétine. La rétine a besoin de vitamine A pour refaire ses réserves de pigments visuels, nécessaires pour la perception de la lumière. Ceci n'est pas uniquement valable pour les carottes, mais également pour les courges, les pêches, les épinards et d'autres aliments. Le manque de vitamine A est la raison principale de la cécité d'enfants dans les pays du tiers monde. Toutefois, il faut savoir qu'une consommation excessive de vitamine A n'améliore pas la vue.

### Un soleil rayonnant sans lunettes de soleil met les yeux en danger

**Mensonge!** Il peut sembler surprenant que le soleil deviendrait un ennemi pour nos yeux. Certes, en montagne et au bord de la mer, le rayonnement UV est plus fort qu'ailleurs. Toutefois, ce rayonnement UV n'est pas un danger pour les personnes qui s'exposent à ce risque de temps à autre, durant les vacances par exemple. Cependant, il est conseillé de mettre des lunettes de soleil, notamment aux personnes qui viennent d'être opérées de la cataracte. Mais en général, nos yeux sont adaptés aux conditions lumineuses et de ce fait, sont suffisamment protégés.

# Un grand merci
## pour votre don.

**Avec votre don, vous soutenez l'autonomie des personnes aveugles et malvoyantes. Vous leur redonnez la joie de vivre.**

**Avec 100 francs vous rendez possible l'accompagnement d'une personne aveugle pour un week-end**

**Avec 50 francs pour nos journées de rencontres, vous donnez beaucoup de force à une personne sourde-aveugle**

**Avec 35 francs vous donnez de la joie de vivre à une personne aveugle**

**Compte de dons: 80-6507-7**
**IBAN CH05 0900 0000 80000 6507 7**

**Possibilité de faire des dons par Internet:**
**www.cab-org.ch (Aider)**

**IMPRESSUM**

Editeur:
Action Caritas Suisse des Aveugles (CAB)
Schrennengasse 26, 8003 Zurich
Téléphone 044 466 50 60
Fax 044 466 50 69
E-Mail. info@cab-org.ch

Responsable: Peter J. Hägler
Rédaction: Erica Sauta, Martin Hürzeler
Photos: Jiři Vurma, Werner Rolli, CAB
Graphisme: KplusH, Markus Kuhn

Abonnement:
CHF 5.– par an, déduit une seule fois du don. Paraît 4 â 6 fois par an.