



Urs Senn, aveugle

**Les consultations de la CAB
sont un soutien précieux**

«C'est bien d'avoir quelqu'un qu

Urs Senn est né avec une cataracte. À 55 ans, il est quasiment aveugle et, malgré son indépendance remarquable, il a besoin d'aide. Les services de la CAB sont pour lui d'une valeur inestimable.

La vie quotidienne d'une personne aveugle est semée d'embûches. Urs Senn, qui est presque aveugle depuis sa naissance, le sait bien. Il se décrit lui-même comme étant gravement déficient visuel et parle ouvertement de ses limites qui lui causent plus ou moins d'inconfort. Ce cinquantenaire est un homme plein d'humour et s'intéresse à tout. Il se fait facilement une image de son interlocuteur et tourne toujours la tête dans la direction de la voix qui lui parle. Dans son temps libre, Urs Senn est actif politiquement, il écrit des poèmes et s'adonne à une passion peu commune: il adore tricoter. «Je ne suis pas un enfant de la tristesse», affirme-t-il. «Sinon, je n'aurais pas surmonté tant d'obstacles dans ma vie. Et ils sont partout, tout le temps.»

J'ai appris dès le plus jeune âge à me défendre

Cela commence avec la toilette du matin, car Urs Senn ne peut pas savoir si le rasage est réussi. Il tient à être correctement habillé, rasé et peigné. Néanmoins, il n'y réussit pas toujours à cause de sa déficience visuelle. Naturellement, il trouve offensant d'être critiqué pour cela. Mais il a appris à le supporter et fait désormais le dos rond. Il lui faut aussi de la patience pour gérer son trajet vers son travail. Chez lui, à Wetzikon, il prend le train puis il prend le tramway à la gare centrale de Zurich. Ce qui est déjà une aventure mouvementée pour les voyants est un véritable défi pour les malvoyants. Il arrive régulièrement qu'il soit bousculé malgré sa canne blanche. «Parfois, je fais un détour pour éviter l'agitation de la gare centrale. Et si nécessaire, je hausse le ton pour me faire entendre», explique-t-il en riant. Il a appris dès le plus jeune âge à se défendre. Après la scolarité obligatoire, il a été le premier malvoyant du canton de Zurich à réussir l'examen d'employé de commerce et a obtenu la note de 4,9 pour les



connaissances de la branche et même de 6 en sténographie. Cette force particulière, il l'a encore aujourd'hui. En 1988, il a commencé à travailler à plein temps au tribunal du district de Zurich. En raison de son handicap, il a dû réduire sa charge de travail à 50 % en 2010. Depuis, il travaille trois jours au tribunal du district de Zurich et deux jours à l'IWAZ, dans l'atelier pour personnes handicapées, où il vit également depuis plusieurs années. Il a vécu avec ses parents jusqu'en 2010. Son père est décédé il y a trois ans. Il est plus facile pour sa mère de passer le voir de temps en temps pour lui fournir de l'aide ponctuellement ou simplement bavarder avec son fils.

Ne pas avoir à mendier pour avoir de la compagnie

En 1995, sa petite amie de l'époque a attiré son attention sur la CAB. Depuis, il suit au moins un cours par an. «Cette offre est très importante pour moi. Si l'on a une déficience visuelle, on est dépendant d'un accompagnement pour les activités ou les vacances. Mais c'est dur pour moi de demander à quelqu'un de m'accompagner. Dans les cours de la CAB, tout est prévu. De plus, il ne s'agit pas d'une prise en charge totale, mais d'un simple accompagnement. Cela fait une grande différence», souligne Urs Senn, qui attache une grande importance à l'indépendance.

Quelqu'un qui vous écoute

Malgré son attitude optimiste, il connaît aussi des moments difficiles. Il a subi des revers liés à la santé, comme la surdité du côté droit surve-



i m'écoute.»



nue après une perte auditive en 2010 et sa grave chirurgie de la hanche en 2017 ou encore des difficultés émotionnelles. Urs Senn ne cache pas son désir d'une relation de couple. Dans ces phases en particulier, les consultations de la CAB constituent

un soutien précieux (voir l'interview dans ce numéro). Une fois par mois, il rencontre la conseillère de la CAB, Evelin Hösli, pour un entretien. Si nécessaire, il peut aussi la contacter entre deux rendez-vous. «Madame Hösli s'est présentée au début de l'année en tant que nouvelle conseillère de la CAB. Depuis, nous nous sommes rencontrés régulièrement. Les entretiens sont très précieux pour moi. Je peux appeler Madame Hösli et lui dire ce qui me préoccupe. C'est bien d'avoir quelqu'un pour vous écouter. Parfois, dans une situation stressante, cela me suffit de pouvoir partager mes pensées avec elle. Ensemble, nous cherchons des solutions pour m'aider à me sentir mieux. Cette offre soulage également ma famille, car Madame Hösli a une perspective complètement différente et elle est moins impliquée que ma mère ou mes frères et sœurs. Parfois, elle m'aide aussi avec des choses très concrètes, par exemple en m'accompagnant à la Poste.»



Chronique

Il ne venait pas de la forêt

Saint Nicolas a toujours été mon personnage préféré de l'avent. J'envie beaucoup le bon évêque pour sa vocation à donner de la joie avec de petits cadeaux. Ma cécité l'a fait disparaître pendant de nombreuses années. Le 6 décembre de l'année dernière, j'ai donc organisé une promenade accompagnée dans l'espoir de rencontrer un saint Nicolas vivant. Mais malgré ma longue recherche, je n'ai pas reçu une poignée de main aimable de l'un d'entre eux. En attendant mon train, j'ai entendu la voix d'un homme qui se dirigeait vers moi. Aidée dans la communication par mon accompagnatrice Lisa, j'ai appris que Franz, un chauffeur Tixi bien connu de moi, m'avait salué. Il se trouve qu'on voyageait dans le même train. Ce bon monsieur m'a accompagné jusqu'à la maison. Au bras de Franz, j'ai senti sa grande silhouette robuste. «Tu ferais un merveilleux saint Nicolas!», lui ai-je dit. En souriant, il répondit qu'il avait endossé ce rôle pendant de nombreuses années. Il a regretté de n'avoir malheureusement pas de sachet de saint Nicolas pour moi aujourd'hui. En arrivant chez moi, nous nous sommes dit au revoir en nous réjouissant tous deux de cette rencontre spontanée. Soudain, Franz a mis doucement deux confiseries dans mes mains. Sans voix, j'ai été émue aux larmes de ce geste d'amour d'un saint Nicolas qui ne venait pas de la forêt.

Christine Müller, sourde aveugle



Entretien avec Evelin Hösli, conseillère de la CAB

L'être humain au centre

Les personnes malvoyantes, aveugles et sourdes aveugles peuvent bénéficier des offres concrètes et adaptées de l'Action Caritas Suisse des Aveugles (CAB) et recevoir des conseils pour toutes les situations de la vie. Evelin Hösli, conseillère de la CAB, commente son travail dans un entretien.

Evelin Hösli, vous avez rejoint l'équipe de conseil de la CAB à la mi-octobre 2017. Qu'est-ce qui vous a incitée à relever ce défi?

Le conseil social de la CAB fournit un service important pour les personnes malvoyantes, aveugles et sourdes aveugles. L'accent est mis ici sur la situation individuelle des clients dans leur vie quotidienne, ce qui est une préoccupation importante pour moi à titre personnel. Cela signifie qu'en tant qu'assistante sociale, je travaille avec les clientes et les clients pour comprendre leur situation individuelle et leurs besoins d'une manière globale. À partir de là, nous développons ensemble des solutions et nous planifions d'autres étapes. Cela permet à nos clientes et à nos clients d'obtenir des conseils pratiques, concrets et durables.

Les consultations de la CAB couvrent toutes les situations de la vie des personnes qui sollicitent des conseils. Quelles sont vos principales tâches?

Les conditions de vie et les besoins des clients sont individuels et différents et, par conséquent, les sujets abordés lors des entretiens sont également très variés. Il s'agit souvent de questions relatives au logement, aux liens sociaux ou aux finances. On peut par exemple parler de l'aide à domicile ou des situations de perte d'autonomie qui contraignent les gens à quitter leur maison, des questions de sécurité sociale et des autres services de soutien, des aides disponibles ou des offres et des activités proposées aux personnes malentendantes ou malvoyantes. La conversation porte aussi souvent sur les pensées et les tracas quotidiens. Le



conseil, c'est l'accompagnement des processus, la mise à disposition des ressources et le renforcement de l'indépendance des personnes.

Comment communiquez-vous avec vos clients?

J'ai appris les bases de la langue des signes dans mon travail précédent avec des personnes souffrant de handicaps sensoriels. Peu après mon arrivée à la CAB, j'ai appris l'alphabet de Lorm afin de pouvoir conseiller les personnes ayant une déficience visuelle et auditive. En plus de la langue parlée et de l'échange par écrit, ces deux formes de communication sont des composantes importantes de mon travail dans le

conseil social de la CAB.

Votre travail quotidien exige beaucoup de vous. Qu'est-ce qui vous motive à vous impliquer tous les jours?

Je trouve cela passionnant et enrichissant de travailler avec des personnes atteintes de déficiences sensorielles. En parlant à des clientes ou des clients aveugles, par exemple, j'ai réalisé à quel point, en tant que personne voyante, je me laisse déterminer par la perception visuelle et je veux prêter plus d'attention à mes autres sens.

Evelin Hösli, merci beaucoup pour cet entretien et pour votre engagement.

Éditorial

Chère lectrice, cher lecteur,

En novembre, le brouillard se rappelle à notre souvenir, il fait plus froid et aussi plus sombre. La lueur des bougies nous reconforte et beaucoup de gens pensent déjà à saint Nicolas, comme notre chroniqueuse Christine Müller. Le mois de novembre ressemble à une passerelle entre les saisons: certains se souviennent de l'été avec nostalgie, d'autres peuvent difficilement attendre la période de Noël. Tout au long de l'année, Urs Senn, pratiquement aveugle, emprunte à pied le chemin compliqué entre son domicile à Wetzikon et son lieu de travail dans la ville de Zurich. Ce trajet est parfois pour lui un véritable calvaire. Le portrait du quinquagénaire montre précisément l'importance des échanges sociaux, en particulier pour les personnes souffrant d'une déficience sensorielle. Urs Senn apprécie les services de consultation offerts par la CAB. Evelin Hösli, assistante sociale, explique lors d'entretiens en quoi consiste exactement cette offre gratuite et à bas seuil d'accessibilité ainsi que son importance. Les cours d'activités de la CAB favorisent également les contacts sociaux. Urs Senn y participe régulièrement. Ce sont les dons qui permettent à la CAB de proposer ces cours. Les legs et les héritages sont également un soutien précieux, comme le montre la contribution correspondante. Les différences de perception autour du mois de novembre ne changent rien à la variété des sujets abordés par Point de vue.

R. HÄUPTLI

Ruth Häuptli, présidente



Syndrome de l'œil sec

De quoi s'agit-il ?

En tant que syndrome, l'œil sec ne correspond pas à une maladie, mais à une situation inquiétante qui indique une production insuffisante de liquide lacrymal. Il peut également s'agir d'un trouble du film lacrymal composé de trois couches, qui s'est modifié en raison de causes externes ou internes. Les causes les plus courantes sont la pollution de l'environnement, les lentilles de contact, la carence en vitamine A, les allergies, certains médicaments, les changements hormonaux liés à l'âge, etc.

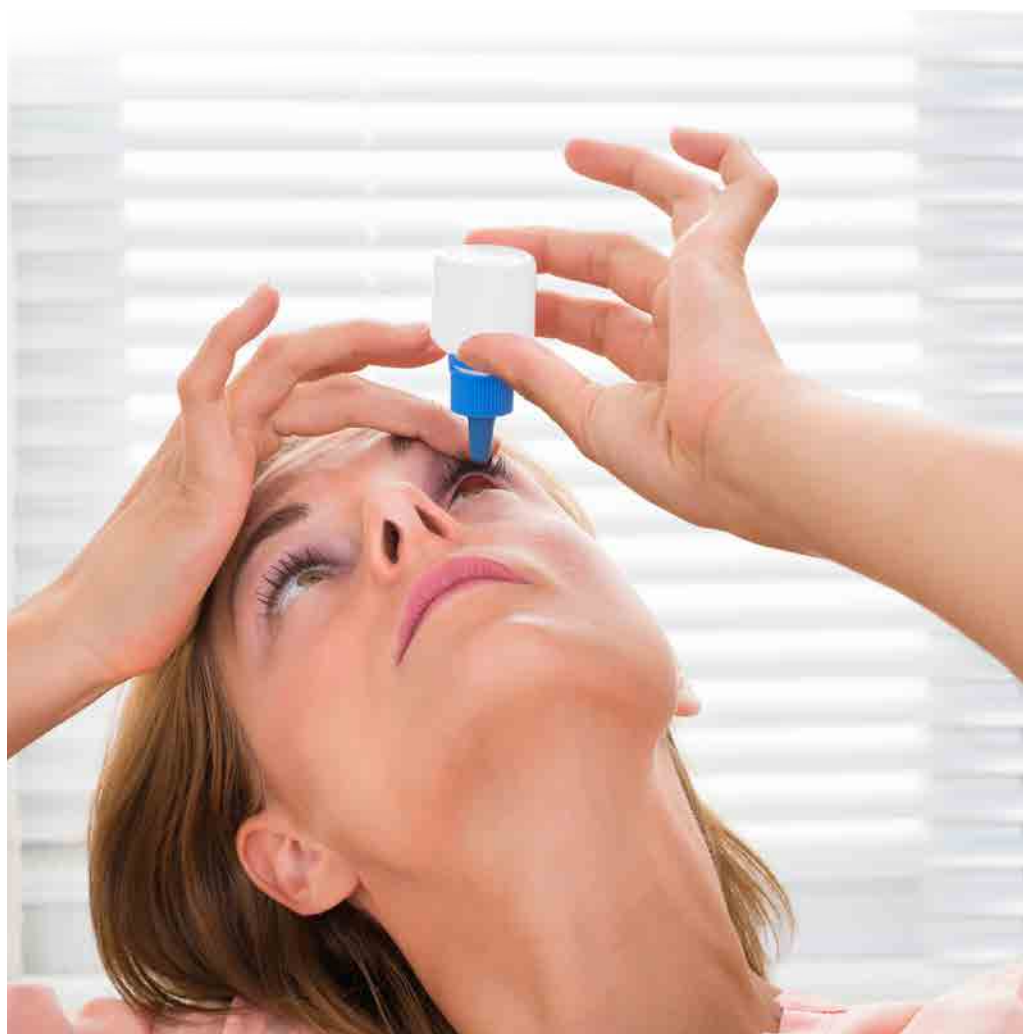
Quels sont les symptômes typiques?

Habituellement, les premiers symptômes sont une rougeur des yeux, accompagnée de sensations de brûlure et de corps étranger dans l'œil. Si les

symptômes persistent, ils peuvent s'aggraver et devenir pénibles. Plus l'inflammation dure, plus la sécheresse oculaire s'accroît. Dans les cas graves, le syndrome de l'œil sec peut entraîner des lésions oculaires permanentes.

Traitement possible?

Si le film lacrymal est altéré, le traitement vise à stabiliser la couche lipidique avec des larmes artificielles ou des sprays oculaires. Les larmes artificielles viennent compléter une production insuffisante de liquide lacrymal. Le nettoyage du bord des paupières peut également permettre de contrecarrer la sécheresse oculaire. En cas d'inflammation persistante ou de propagation des symptômes, le traitement doit être prolongé en conséquence.



Faire le bien après sa propre vie

Les donateurs sont un soutien important pour les personnes malvoyantes, aveugles et sourdes aveugles. Les legs et les héritages au profit de l'Action Caritas Suisse des Aveugles (CAB) occupent une part de plus en plus importante dans le soutien que nous recevons.

Qui aime penser au caractère éphémère de sa propre vie? Nous remettons facilement à plus tard la rédaction d'un testament. Toutefois, il est logique de chercher à réfléchir sereinement à ses dernières volontés et de s'assurer de son vivant qu'elles soient clairement édictées.

Utiliser les possibilités d'aménagement

Beaucoup de gens incluent des organisations de bienfaisance dans leur testament, aux côtés des membres de leur famille. Ils se disent: «J'ai eu une belle vie et je veux transmettre quelque chose.

Je fais donc un legs à une organisation caritative.»

«Inclure la CAB dans son testament permet de laisser son empreinte et aide les personnes malvoyantes, aveugles et sourdes aveugles à sortir de leur isolement. Une personne de confiance sera ravie de répondre à toutes vos questions, sans que cela ne vous engage en aucune façon.



Avec un legs en faveur de la CAB, vous créez un avenir meilleur pour les personnes malvoyantes, aveugles et sourdes aveugles.

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 durant un week-end.



Avec **50** francs vous permettez à des personnes aveugles d'accéder gratuitement à la littérature et au savoir.



Avec **35** francs vous participez aux frais des cours et donnez de la joie de vivre à une personne aveugle.



Compte de dons: 80-6507-7
IBAN CH05 0900 0000 8000 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: Rudolf Rosenkranz
Rédaction: Erica Sauta, Martin Hürzeler
Photos: Jiří Vurma, CAB
Graphisme: KplusH, Markus Kuhn

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