

Bonjour !

Grâce à cette jauge, tu pourras suivre mon niveau d'énergie pendant cette journée !

A la maison

Toutes les personnes Sourdes et malentendantes ne sont pas appareillées.
Il existe autant de degrés de surdité que de personnes Sourdes. Être appareillé-e ou non est une **question très complexe et devrait relever d'un choix éclairé.**

Je m'appelle Lou, et je suis Sourd-e.
Je t'emmène une journée avec moi ?

Je t'expliquerai certaines de mes difficultés,

Je te donnerai quelques informations,

et je te proposerai des pistes de solutions !

Dans la rue, on m'appelle

Comme je n'entends pas, la personne finit par s'énerver. J'ai baissé le volume de mon implant, **les bruits ambiants me fatiguent.**

L'appareillage ne permet pas une audition identique à celle des entendant-es. Les bruits peuvent se **mélanger**, la personne doit **apprendre à les comprendre** et les **interpréter**. La qualité des appareils et leur efficacité est très variable.

Elle aurait pu utiliser des **signes visuels**, me **tapoter/toucher l'épaule ...**

Au bureau

J'ai **beaucoup de mal à comprendre les conversations de groupe**, la **visio**, et ça **m'épuise** de devoir me **concentrer en permanence**. Parfois, je suis juste perdue-e.

Pour les personnes Sourdes, la **stéréo est fortement altérée** : il devient **difficile de situer qui parle dans une conversation à plusieurs**. Au même titre qu'une personne entendant sera perdue dans une conversation en LSF si elle a loupé le début de la conversation ou entre deux personnes Sourdes qui se parlent à distance.

Mon entreprise pourrait :

- **Former** mes collègues à la **Langue des Signes Française (LSF)**
- Me donner accès à une **traductrice** au moins pour certaines réunions

Mes collègues pourraient :

- Faire attention à **ne pas parler en même temps**
- Ne pas se mettre à **contre-jour**
- Choisir des **lieux calmes** pour les réunions
- **Vérifier régulièrement avec moi** que j'ai compris et que j'arrive à suivre

Au code

J'ai du mal à comprendre ce que je dois faire avec le dossier administratif et **comment le remplir**. On m'a expliqué mais je n'ose pas redemander.

Les Sourd-es ne peuvent passer le permis depuis que **1959**. D'ailleurs, sachez-vous que le rétroviseur droit a été ajouté pour compenser la surdité ? Et comme beaucoup d'autres adaptations qui se sont avérées **utiles pour tout le monde, on l'a généralisée !**

L'auto-école pourrait :

- Faire appel à des **interprètes** en LSF (traduction), des **codeuses** en LPC (aide à la lecture labiale), ou des **interfaces de communication** (aide à la compréhension) selon les besoins des personnes.
- Utiliser du **matériel pédagogique adapté**.
- **Adapter les cours en LSF**, former des enseignant-es et des inspectrice-s en LSF.

Chez la docteur

On m'a laissé un **message vocal** pour me prévenir, mais je n'ai évidemment pas pu l'écouter ...

Certaines personnes Sourdes peuvent aujourd'hui connecter leur téléphone à leur appareillage, mais ça reste une minorité (et un choix qui leur appartient).

Le secrétariat pourrait **noter mes besoins d'adaptation** sur ma fiche et l'obligation de communiquer **uniquement par écrit ou vidéo LSF**.

J'ai parfois du mal à **expliquer** ce qui m'arrive, ou à **comprendre** ce qu'on me dit pour faire **des choix éclairés**, mais aussi les **instructions de traitement**.

Le **114 est le numéro d'urgence** pour les personnes **Sourdes, Sourdaveugles, malentendantes et aphasiques**.

La docteur pourrait :

- Utiliser **Roger-voix** : une application qui permet d'avoir accès à des **interprètes en LSF**
- Utiliser **dessins et pictos** pour **échanger sur les symptômes ou expliquer les traitements**

Mon ami arrive

Ma journée est finie, et je suis **épuisé-e par tous les efforts supplémentaires** que j'ai du faire.

Si tu veux aller plus loin dans notre promenade, SKäl te propose plein de ressources dispo ici



skal-fae.fr/ressources

Devant la télé

Il n'y avait pas de **sous-titrage S&M** (Sourd-es et Malentendant-es). Je n'ai pas **compris** grand chose au reportage, et ça a fini de **m'épuiser**.

Les **sous-titres** permettent aux personnes Sourdes et malentendantes lectrices d'**accéder à toutes les informations d'un contenu**. Les dialogues bien sûr, mais également les **bruits et musiques d'ambiance** qui en font partie. Le cinéma, la télé, les vidéos sont censées être des activités relaxantes et agréables. Elles deviennent accessibles (**mais épuisantes**) lorsqu'il y a accès à des sous-titres, mais cette accessibilité **reste limitée en fonction du niveau de lecture** de la personne.

Le sous-titrage est **obligatoire** sur la plupart des chaînes de télé depuis 2010 (**Loi sur l'égalité des droits et des chances du 11 février 2005**)

- Au cinéma, on peut mettre en place des **séances sous-titrées** et même des **séances traduites en LSF**
- Pour les concerts, on peut aussi penser au **chantsigne**, aux **gilets et planchers vibrants**, à des espaces **proches des enceintes ...**