

# INCA

## Vos mots sont puissants.

Lignes directrices d'INCA sur le langage inclusif pour changer ce que signifie être aveugle

« Le langage est très puissant. Le langage ne se contente pas de décrire la réalité. Le langage crée la réalité qu'il décrit. »

- **Desmond Tutu**

### Appel à l'inclusion!

**Vous avez la possibilité de contribuer à la création d'une société plus équitable simplement à l'aide des mots que vous utilisez.** Si vous êtes une personne d'influence - que vous travailliez dans les médias, dans la création de médias sociaux, en politique, en éducation ou en santé - les mots que vous utilisez ont un impact important.

Notre compréhension du langage inclusif est **en constante évolution**. Des mots que nous avons pu utiliser il y a quelques années pour décrire d'autres personnes peuvent s'avérer inacceptables aujourd'hui. Un langage démodé ou désobligeant peut faire en sorte que certaines personnes se sentent exclues et avoir des répercussions qui nuisent à la façon dont les autres les perçoivent et se comportent à leur égard.

Lorsque nous utilisons **un langage inclusif choisi directement par les personnes auxquelles nous nous référons**, nous contribuons à **lutter contre le capacitisme** et à faire évoluer les perceptions des personnes de manière positive, durable et susceptible de changer leur vie.

En adoptant les lignes directrices d'INCA sur le langage inclusif dans votre travail, vous pouvez faire une promotion active d'**une communication respectueuse, sensible et équitable qui valorise et inclut les personnes aveugles, ayant une basse vision ou sourdes-aveugles.**



**Le saviez-vous?** Quelque **1,5 million de Canadiens** vivent avec une limitation visuelle. La majorité d'entre eux ont un résidu visuel, très peu voient totalement noir.

## Parler et écrire avec respect

Voici quelques éléments à garder en tête lorsque vous parlez ou écrivez au sujet de personnes aveugles, sourdes-aveugles ou ayant une basse vision :

- **Chaque personne est unique :** La cécité ne se vit pas de la même façon pour tous. Chaque personne aveugle vit une expérience physique et émotionnelle liée à la cécité qui lui est unique. Ne laissez pas entendre que tout le monde a les mêmes besoins, les mêmes difficultés ou les mêmes ambitions.
- **Nous ne sommes pas « les aveugles » :** Bien que le mot « aveugle » soit parfaitement correct, l'expression « les aveugles » trouve son origine dans des systèmes paternalistes et dépassés qui considéraient les personnes aveugles comme inférieures et dans le besoin. Évitez cette expression tant à l'oral qu'à l'écrit.
- **N'abusez pas d'expressions inspirantes :** Nombre de personnes aveugles ont accompli des réalisations inspirantes qui devraient être célébrées. Cependant, il ne faut pas considérer des personnes aveugles comme des héros simplement parce qu'elles mènent leur vie quotidienne. Évitez d'utiliser des termes comme « fort », « courageux » et « inspirant ».

- **Utilisez un langage neutre :** L'expérience de chaque personne est différente et, bien que la cécité puisse présenter des défis, nombre de personnes aveugles mènent une vie bien remplie, enrichissante et très active. La cécité est une condition, pas une catastrophe ou une malédiction. Ce n'est pas quelque chose dont les gens « souffrent » ou sont « affligés ». Évitez tout langage qui fait des gens des victimes passives.
- **Évitez les termes « déficience visuelle » :** Bien qu'ils soient beaucoup utilisés dans le système de la santé et que certaines personnes ayant une limitation visuelle sont à l'aise avec ces termes et les utilisent pour s'identifier, beaucoup d'autres trouvent qu'il met l'accent sur le négatif et positionne les personnes ayant une limitation visuelle comme « inférieures » à leurs pairs voyants. Parce que ce terme est considéré comme offensant par de nombreuses personnes, il est préférable de l'éviter, à moins qu'une personne ne choisisse expressément d'être désignée comme « ayant une déficience visuelle ».



# Terminologie inclusive pour les personnes aveugles

Avant de parler de la manière dont nous désignons les personnes aveugles, il est important de reconnaître une chose : **Chaque personne aveugle est unique et choisit de s'identifier à sa manière.**

Une personne peut s'identifier comme aveugle, une autre comme ayant une basse vision ou un handicap visuel et une autre comme étant malvoyante. Il existe une panoplie de termes pour se décrire. Il est essentiel que nous respections la manière dont les gens choisissent de décrire leur cécité ou limitation visuelle.

Cela étant dit, voici quelques termes inclusifs que vous pouvez utiliser :

- **Personnes aveugles, ayant une basse vision ou sourdes-aveugles** - Utilisez cette expression pour faire référence de manière plus précise à l'ensemble du spectre de la cécité, y compris les personnes qui conservent une partie de leur vision et les personnes qui vivent avec à la fois la cécité et une perte d'audition.
- **Personnes aveugles** - Cette expression non seulement désigne les personnes totalement aveugles, mais aussi englobe l'ensemble du spectre du handicap visuel, de léger à sévère. Nombre de personnes ayant un certain résidu visuel se reconnaissent comme « une personne aveugle ».
- **Personnes ayant une limitation visuelle** - Cette expression peut être utilisée en remplacement de « personnes aveugles » ou encore « personnes aveugles, ayant une basse vision ou sourde-aveugle ». Elle englobe l'ensemble du spectre, autant les personnes ayant un résidu visuel que non, celles ayant perdu la vue que celles aveugles de naissance.
- **Personnes touchées par la cécité** - Cette expression désigne non seulement les personnes aveugles elles-mêmes, mais aussi les membres de leur réseau élargi (famille, amis et alliés).
- **Personnes ayant une basse vision** - Utilisez cette expression lorsque vous faites expressément référence à des personnes qui ne sont pas totalement aveugles (c'est-à-dire des personnes qui ont un certain degré de vision).
- **Personnes ayant une perte de vision** - Il est préférable d'utiliser cette expression pour décrire des personnes nées voyantes et qui ont perdu une partie ou la totalité de leur vision plus tard dans la vie (c'est-à-dire des personnes qui ne sont pas aveugles de naissance).
- **Personne non voyante** - Cette expression est surtout utilisée pour représenter les personnes qui n'ont pas de résidu visuel ou un très faible (la minorité des personnes ayant une limitation visuelle). Bien que la communauté utilise moins « personne non voyante » pour se représenter, elle semble être plus à l'aise avec cette expression que « personne aveugle ».
- **Personnes sourdes-aveugles** - Cette expression est utilisée pour désigner expressément une personne vivant avec une perte auditive, totale ou partielle en plus de la cécité.
- **Personne voyante** - Cette expression décrit les personnes qui ne sont pas touchées par la cécité. Il est préférable de l'utiliser au lieu d'utiliser « vision normale » qui insinue que le fait d'être aveugle est anormal et place donc la personne aveugle dans une situation d'infériorité.





## Langage centré sur la personne **ou** centré sur l'identité

Les termes « personne aveugle », « personne malvoyante » et « personne non voyante » relèvent du **langage centré sur l'identité**, et mettent l'accent sur le fait que le handicap fait partie de la personne.

Les termes « personne ayant une basse vision » ou « personne ayant une limitation visuelle, par exemple, relèvent du **langage centré sur la personne**, puisqu'il met principalement l'accent sur cette dernière et la détache de sa condition.

Les termes « aveugle », « malvoyant », « handicapé visuel », « déficient visuel »

et « non-voyant » employés comme **des noms** sont **jugés offensants** pour la majorité, puisqu'une telle désignation réduit la personne concernée à cette seule caractéristique et peut être source d'exclusion, en particulier lorsqu'il est utilisé par des personnes voyantes.

Quoi qu'il en soit, le plus important est que vous respectiez la façon dont la personne choisit de se désigner.

**En cas de doute, il est préférable d'ajouter le mot « personne »,** puisque les personnes aveugles sont d'abord et avant tout des **personnes**.

# Mettre fin aux expressions idiomatiques négatives liées à la cécité

Nombre de gens ne s'en rendent même pas compte, mais ils utilisent fréquemment un langage inapproprié à l'égard de personnes aveugles dans leurs conversations du quotidien. La langue française est truffée d'expressions idiomatiques négatives désuètes liées à la cécité. De telles expressions sont offensantes pour les personnes aveugles, ayant une basse vision ou sourdes-aveugles. Bien qu'elles puissent sembler inoffensives, ces expressions perpétuent des stéréotypes négatifs et il y a donc lieu de les éviter.

Vous ne savez pas si une expression idiomatique liée à la cécité est offensante? Voici une règle empirique : si la cécité est évoquée de manière négative, ce n'est pas acceptable de l'écrire ou d'en parler.

Voici quelques exemples montrant comment remplacer des expressions négatives par un langage inclusif...

Au lieu d'utiliser...	Essayez d'utiliser...
Michel donnant des conseils de cuisine à Tina, c'est comme si <b>l'aveugle guidait l'aveugle!</b>	Michel donne des conseils de cuisine à Tina et c'est hilarant, <b>parce qu'il ne sait pas plus cuisiner qu'elle!</b>
Lorsque le cycliste a failli me percuter, je lui ai crié « <b>Êtes-vous aveugle?</b> »	Lorsque le cycliste a failli me percuter, je lui ai crié « <b>Regardez où vous allez!</b> »
Ali savait que Tim faisait du trouble, mais il a choisi de <b>faire l'aveugle.</b>	Ali savait que Tim faisait du trouble, mais il a choisi d' <b>en faire fi.</b>
Nous faisons de notre mieux, mais honnêtement, <b>nous naviguons à l'aveuglette.</b>	Nous faisons de notre mieux, mais honnêtement, nous apprenons <b>au fur et à mesure</b> que nous avançons.
Jennifer était tellement en colère qu'elle est entrée dans une <b>rage aveugle.</b>	Jennifer était tellement en colère qu'elle s'est <b>enragée.</b>
Maria <b>a des œillères</b> et elle ignore les problèmes.	Maria <b>ignore</b> les problèmes.
Les politiciens <b>aveugles</b> devant les réels enjeux.	Les politiciens <b>ne tiennent pas compte</b> des réels enjeux.
Un défi <b>à l'aveugle.</b>	Un défi <b>les yeux bandés</b> ou <b>dans le noir.</b>
Il a <b>une confiance aveugle</b> en elle.	Il a une confiance <b>totale</b> en elle.
L'amour rend <b>aveugle.</b>	L'amour <b>réduit notre lucidité.</b>



## **Avis aux journalistes et aux créateurs de contenu!**

Mettez de l'avant les personnes aveugles qui participent à la société et jouent différents rôles, pas seulement celui d'avoir un handicap.

Cherchez-vous d'autres conseils sur la manière de parler des personnes en situation de handicap et de les représenter? Consultez **Le pouvoir des mots et des images**, dans lequel le gouvernement du Canada offre des suggestions pour mieux représenter les personnes en situation de handicap.

## **À propos de ces lignes directrices**

INCA a élaboré ces lignes directrices en se basant sur les orientations et les commentaires de personnes aveugles, ayant une basse vision ou sourdes-aveugles, d'un bout à l'autre du Canada. Elles sont conçues comme une ressource pour les personnes d'influence et l'ensemble des Canadiens afin qu'ils puissent apprendre des manières inclusives et respectueuses d'écrire, de parler et de représenter les personnes qui vivent avec un certain degré de cécité.

Si vous avez des questions concernant ce document, envoyez-nous un courriel à **[info@inca.ca](mailto:info@inca.ca)** ou appelez-nous sans frais en composant le **1 800 465-4622** pour entrer en communication avec un membre de notre centre de contact.