# Derrière ces yeux qui ne voient pas...

Laurence RASSENEUR

Université de Strasbourg UMR 7069 – LinCS

**DOI :** https ://doi.org/10.17184/eac.8596

**Résumé :** Il était l'un des cinq participants déficient visuel à une incroyable traversée des Vosges du Nord. Muni de sa canne blanche et de l'application Navi Rando®, Mathieu a parcouru en toute autonomie les 100km séparant Wissembourg de Saverne. C'était en juin 2015 mais le souvenir de ce périple est encore vif dans son esprit tant les sentiers vosgiens ont changé sa « saveur du monde » (Le Breton, 2015). Si comme le décrit David Le Breton dans « Eloge de la marche » (2000), « la marche est une alternative à la sédentarité de nos modes de vie » et « à notre rythme de vie effréné », pour Mathieu, 30 ans, malvoyant depuis l'âge de 5 ans suite à une compression du nerf optique, l'enjeu est tout autre. Pour une personne déficiente visuelle, marcher est un défi au quotidien tant sont nombreux les obstacles qui se dressent devant elle lors de ses déplacements. Pour lui, avec un œil droit aveugle et l'œil gauche astigmate et ce malgré une correction qui ne lui permet qu'une vision tubulaire flou, la pratique de la randonnée pédestre était un rêve inaccessible. Lors de ses déplacements, son amblyopie ne lui permet pas de voir les reliefs et il ne mobilise sa vue que pour tenter de percevoir les obstacles qu'il évite à l'aide d'une canne blanche. Par ailleurs, ses troubles neurologiques limitent sa capacité de concentration sur de longues périodes, le rendant très fatigable. Mais Mathieu aime marcher et avant de randonner, il marchait seul en ville en suivant les rails du tramway afin de ne pas se perdre. En dehors de ces sorties, il est toujours accompagné. C'est l'expérience de vie de Mathieu, au prisme des écrits de David Le Breton, que nous proposons d'analyser à partir de divers témoignages recueillis en amont, durant et à l'issue de cette traversée.

**Mots-clés :** handicap visuel, randonnée pédestre, autonomie

## 1 Introduction

C'est en juin 2015 que cinq randonneurs déficients visuels ont traversé le massif des Vosges du Nord, seuls, c'est-à-dire sans guidance humaine. Six jours de randonnée, où, munis de leur canne blanche et de leur application de navigation, Navi Rando, Mathieu et ses quatre comparses ont rallié les 100 km qui séparent la ville de Wissembourg à celle de Saverne. Pour Mathieu la chose était impensable : « il y a un an, je me perdais en ville. Je faisais 100 mètres dans un endroit que je ne connaissais pas et j'étais complètement perdu ». Mais aidé de l'application Navi Rando contenue dans un smartphone et placée dans une pochette sur son buste, Mathieu a parcouru les 14 à 20 km quotidiens de chaque étape, au son des indications délivrées régulièrement

par la synthèse vocale du smartphone. Ainsi, les consignes « midi, 50 mètres, chemin à 3 heures » l'ont guidé durant 5 à 7 heures de marche quotidienne. Le souvenir de ce périple est encore vif dans son esprit tant les sentiers vosgiens ont changé sa « saveur du monde » (Le Breton, 2015). C'est l'expérience de Mathieu et son ressenti que nous vous proposons de relater dans ce texte.

## 2 Le défi quotidien de se déplacer en marchant

Si comme le décrit David Le Breton dans « Éloge de la marche » (2000), « la marche est une alternative à la sédentarité de nos modes de vie » et « à notre rythme de vie effréné », pour Mathieu, 30 ans, mal voyant depuis l'âge de 5 ans suite à une compression du nerf optique (conséquence d'une hydrocéphalie mal opérée), l'enjeu est tout autre. Pour une personne déficiente visuelle, marcher est un défi au quotidien tant sont nombreux les obstacles qui se dressent devant elle lors de ses déplacements quotidiens. L'œil droit de Mathieu est aveugle et le gauche astigmate, ce qui ne lui permet qu'une vision tubulaire de 5/10èmes, offrant un champ visuel d'à peine 10 degrés. Malgré le port d'un verre correcteur, à une distance de 60cm à 1 mètre, il ne perçoit qu'un tiers de l'objet regardé. Sa vision est floue de loin et il ne perçoit nettement les objets que s'ils sont portés à 10-15cm de son œil. Amblyope, Mathieu ne perçoit les reliefs, ce qui nécessite, lors de ses déplacements, l'usage d'une canne blanche afin d'éviter les obstacles. Il ne mobilise sa vue qu'afin de percevoir et éviter les obstacles pour assurer sa sécurité. Dans cet objectif, il a suivi des cours de locomotion à l'âge de 17 ans. Pour Mathieu, la pratique de la randonnée pédestre est alors un rêve inaccessible. Par ailleurs, ses troubles neurologiques limitent sa capacité de concentration sur de longues périodes, le rendant nerveusement et physiquement très fatigable. Mais Mathieu aime marcher et avant de randonner, il marchait seul en ville en suivant les rails du tramway afin de ne pas se perdre. En dehors de ces sorties, il est toujours accompagné d'une personne.

## 3 Navi Rando® : un outil au service de la randonnée

L'application Navi Rando® fonctionne comme les petits cailloux blancs semés dans la forêt par le Petit Poucet dans le conte de Charles Perrault qui ont permis à ses frères de retrouver leur chemin après que leurs parents les aient volontairement perdus dans la forêt. Dans le cas de Navi Rando, chaque petit caillou blanc correspond à une coordonnée GPS relevée à un endroit précis du tracé du sentier. Le sujet chemine alors de point GPS en point GPS (Zegarra et coll., 2016). À chaque point GPS est accolé une ou plusieurs consignes de navigation qui permettent au randonneur déficient visuel de s'orienter et de se construire une carte mentale de son cheminement. Il convient donc de relever préalablement in situ les coordonnées de ces points GPS. Un important et précis travail consiste à numériser les six étapes de ce périple et à ajouter des commentaires spécifiques à la locomotion des personnes déficientes visuelles afin de faciliter leur navigation.

À l'image d'un avion ou d'un navire, deux informations sont alors nécessaires pour guider la personne : le cap horaire et la distance à parcourir au prochain point. Le cap horaire est une notion connue par les personnes déficientes visuelles pour notamment

Published in : LOMO MYAZHIOM, Aggée Célestin (dir.), *Corps, identité(s) et sociétés. Volume 2. Autour de David Le Breton*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813005779, doi : 10.17184/eac.9782813005779

repérer la position des aliments dans leur assiette (légume à midi, viande à 15h par exemple). Ce cap est défini à partir de l'axe corporel de la personne et doit être intégré dans sa technique de déplacement appris lors des cours de locomotion. Cette notion impose d'avoir conscience de son axe corporel et de savoir se repérer dans l'espace. Savoir marcher en ligne droite et s'orienter selon le cadran horaire est complexe lorsque l'on est privé de repères visuels. Cette compétence n'est pas toujours acquise à l'issue de l'instruction en locomotion. Il n'est alors pas rare que la personne dévie de son axe lorsqu'elle marche en ligne droite. Navi Rando pallie à cela par son calcul à intervalle régulier (toutes les 10 ou 20 secondes selon le paramétrage choisi) du cap à suivre, permettant ainsi à la personne de se maintenir sur son axe, autrement dit de marcher droit. Dans le même esprit, si la personne fait un quart de tour à gauche, ce qui était midi devient 3 heures. Navi Rando® recalculera le cap à suivre en fonction du point de destination.

Dans le même ordre d'idée, l'information sur la distance à parcourir pour atteindre le prochain point GPS (50 mètres par exemple qui seront réactualisés en fonction du déplacement de la personne) indique à la personne si elle se rapproche ou s'éloigne du point de destination, lui permettant en cas d'éloignement de rectifier son cap. Ainsi, les consignes « midi, 50 mètres, chemin à 3 heures », délivrées à intervalle régulier par la synthèse vocale du smartphone, informent le randonneur de marcher tout droit par rapport à son axe corporel et que dans 50 mètres il trouvera un chemin sur sa droite. Le fait de donner le cap du point suivant (chemin à 3h) constitue une information primordiale que la personne déficiente visuelle mobilisera pour anticiper sa trajectoire et balayer l'environnement avec sa canne de façon à trouver ce changement de direction.

En complément de cette navigation, des commentaires précisant le type de chemin, de croisement ou de risque particulier (élément de sécurité, situation ambiguë, identification du terrain carrefour, patte d'oie, embranchement à 3 voies, chemin parallèle, rivière, pont, route, voie ferrée …) pourront être ajoutés afin d'affiner et conforter le choix du bon chemin à prendre.

La complexité pour le randonneur est d'associer ces informations issues du smartphone à celles provenant de la canne blanche et aux informations sensorielles du randonneur. Ce surcroit d'informations induit une charge mentale importante et nécessite une concentration élevée. Un temps d'adaptation s'avère indispensable pour que la personne parvienne à traiter et hiérarchiser toutes ces informations. Un temps d'apprentissage s'impose pour aboutir à terme à un traitement plus automatique des informations. Comme en témoigne Mathieu, l'appropriation des informations données par Navi Rando® est assez déroutante au début, mais s'améliore rapidement au fur à mesure des randonnées : « ce qui est assez étonnant c'est qu'au fil des jours qui passaient cela allait de mieux en mieux alors que je croyais que ce soit l'inverse … avec le GPS c'était de plus en plus fluide parce que je pense qu'on a vraiment appris à l'analyser. Il n'y a pas besoin d'autant de kilomètres pour bien s'en servir. »

## 4 Un défi physique

Mathieu explique le dépassement physique de ce périple : « Je partais de 4km en une journée et j'étais cassé (fatigué) et là on avale les kilomètres avec un plaisir énorme ».

Published in : LOMO MYAZHIOM, Aggée Célestin (dir.), *Corps, identité(s) et sociétés. Volume 2. Autour de David Le Breton*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813005779, doi : 10.17184/eac.9782813005779

Au-delà de sa déficience visuelle, pour Mathieu chaque pas est un défi physique, un bras de fer avec la part invisible de son handicap, les conséquences physiologiques et neurologiques de son spina bifida. Les troubles neurologiques et fonctionnels liés à son spina bifida limitent sa capacité de concentration et provoquent une grande fatigabilité tant physique que nerveuse. À cela, s'ajoutent des douleurs musculaires, des troubles urinaires (sondage quotidien) et gastriques (lavements tous les deux jours) qui lui imposent des soins quotidiens dans des conditions d'hygiène et d'asepsie rigoureuses afin d'éviter toute infection. À l'engagement physique que nécessitent ces kilomètres journaliers s'ajoute la charge mentale induite par l'interprétation des perceptions haptiques (tactilo-kinesthésique) en provenance de la main sur la canne blanche, les multiples informations sensorielles et les consignes délivrées toutes les 10 à 20 secondes par Navi Rando. Beaucoup d'informations sont à traiter et à interpréter ce qui induit une surcharge cognitive importante qu'il faut assimiler.

Ainsi, afin de préparer ces randonneurs hors norme à cet environnement inconnu et d'alléger cette charge mentale, des sessions d'entrainement ont été organisées sur les sentiers du massif vosgien entre les mois de mars et mai 2015 par l'équipe des six accompagnants chargés de suivre à bonne distance les randonneurs[1].

Cet effort cognitif s'allège à mesure que les kilomètres s'enchainent, car les informations de navigation et de l'environnement sont intégrées et automatisées, rendant les déplacements plus fluides, comme en témoigne Mathieu : « Au fil des jours qui passaient, cela allait de mieux en mieux alors que je craignais que ce soit l'inverse. Avec le GPS, c'était de plus en plus fluide parce que je pense que l'on a vraiment appris à analyser. Il n'y a pas besoin d'autant de kilomètres pour bien s'en servir ». Ce travail de mise en confiance et de réassurance s'est avéré crucial, car il a permis aux déficients visuels de se familiariser avec cet environnement particulier qu'est un sentier de randonnée et de prendre confiance en eux et en leurs capacités.

Mathieu : « si les personnes arrivent à avoir conscience que n'importe qui a des capacités, c'est tout à fait possible d'arriver à ce genre de chose, faut vraiment simplement se lancer. »

Cette expérience a permis à Mathieu de prendre conscience de ses capacités plus que de ses incapacités. Pendant ces six jours entre Wissembourg et Saverne, il s'est découvert « autrement capable » (M Nuss, 2011 : 165). En effet, trop souvent la société et les individus eux-mêmes ne se voient qu'au travers de leurs manques, de leurs incapacités et non de leurs capacités et compétences.

## 5 La canne blanche : un outil indispensable à maitriser

En pleine nature, le travail de canne est très spécifique et peu fréquent ; en effet, les personnes déficientes visuelles ont l'habitude de traiter et de décoder les sensations et les informations en milieu urbain. Et les sentiers de randonnées sont un environnement inconnu pour la plupart d'entre elles. En milieu urbain, l'apprentissage et la maitrise des techniques de canne sont primordiaux pour s'orienter et assurer sa sécurité lors de ses déplacements. Les perceptions haptiques en provenance de la canne blanche

[1] Ils sont notamment présents pour assurer la sécurité des randonneurs

Published in : LOMO MYAZHIOM, Aggée Célestin (dir.), *Corps, identité(s) et sociétés. Volume 2. Autour de David Le Breton*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813005779, doi : 10.17184/eac.9782813005779

associées aux perceptions auditives remplacent la vision qui fait défaut. Ainsi, la technique de canne de chaque déficient visuel a dû être transposée et adaptée à ce terrain inhabituel afin de faire sens et de lui permettre d'élaborer de nouvelles stratégies de déplacement. Pour cela, des sessions d'entrainement ont été réalisées en amont de la traversée. Lors de ces sessions, les informations sur l'environnement données en retour par les accompagnateurs ont permis aux futurs randonneurs de découvrir à leur manière et à leur rythme les différentes textures/nature de terrains (herbeux, caillouteux, etc.) et formes de sentiers (sentier étroit, chemin forestier large, rectiligne ou sinueux, dénivellation plus ou moins importante, etc.). Cet apprentissage spécifique du travail de canne a été réalisé sur la base des compétences acquises lors de leur formation en locomotion urbaine.

Pour toute personne déficiente visuelle, l'instruction en locomotion est un élément incontournable, car elle permet d'acquérir un ensemble de techniques et de stratégies permettant à la personne déficiente visuelle de se déplacer avec aisance, en sécurité, de la façon la plus autonome possible » (AILDV). L'instructeur va enseigner entre autres les techniques compensatoires pour le déplacement : canne, repères tactiles, auditifs, odorants, mémoire, comptages de pas, etc. Au-delà de la technique de canne, l'instruction en locomotion développe les autres sens (audition, toucher, proprioception, kinesthésie …) afin de compenser l'absence ou la défaillance du sens qu'est la vue. La personne développe également des compétences cognitives spécifiques comme la mémoire et la représentation mentale. Si une vision est possible, un travail spécifique d'orthoptie optimisera le reste visuel de la personne.



Fig. 1 : Canne blanche de randonnée (type CARLO) et sont embout

En randonnée les enjeux sont bien différents, il ne s'agit plus d'assurer sa sécurité face aux autres usagers, mais de décoder ce nouvel environnement et de redonner du sens aux informations sensorielles. La canne blanche devient un outil technologique en soi dont l'embout est spécialement adapté à la randonnée. Ainsi, les randonneurs étaient équipés dans une main, d'un bâton de type marche nordique et dans l'autre

Published in : LOMO MYAZHIOM, Aggée Célestin (dir.), *Corps, identité(s) et sociétés. Volume 2. Autour de David Le Breton*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813005779, doi : 10.17184/eac.9782813005779

main d'une canne blanche de type CARLO (Fig. 1). Le bâton de marche nordique assurait un certain équilibre lors de la marche. La canne blanche a été, quant à elle, spécialement équipée d'un embout sur roulement en acier et d'une sphère pleine de 56 mm de diamètre contre 30mm habituellement. L'ensemble canne-embout a été monté sur un ressort de 9,7cm de longueur et recouvert d'une gaine PVC (rouge sur l'image). La sphère sur roulement roule sur les obstacles au sol (cailloux, racine, graviers …) et le ressort amortit les chocs et permet au randonneur de se dégager de l'axe de la canne lorsque celle-ci se bloque sur un obstacle.

## 6 Cheminement urbain et chemin de randonnée

Mathieu, arrivé au dernier jour de randonnée, en entrant dans la ville de Saverne déclare qu'« il y a plus de choses (obstacles) en cinq minutes en ville qu'en cinq jours de rando ». En fait, il souligne que l'espace urbain est trop souvent mal adapté voir inaccessible aux personnes déficientes visuelles. Une bonne formation en locomotion et une solide expérience sont nécessaires pour déjouer tous les pièges rencontrés : trottoir encombré, zone de danger non indiqué, carrefour non adapté. Cet environnement non capacitant, où le sujet interagit assez peu, contribue au Processus de Production du Handicap (PPH) développé par Fougeyrolas et coll., en 1998, dans lequel le handicap résulte des interactions entre les facteurs personnels, la déficience visuelle, et l'environnement. Le sujet est alors en situation de handicap. Les multiples obstacles rencontrés en ville limitent les déplacements des personnes les enfermant dans un cercle vicieux favorisant le repli sur soi, l'isolement social, ce qui conduit au final à une totale perte d'autonomie dans ses déplacements quotidiens. Ces limites et freins à la participation sociale se résument dans le triptyque de Smith (1987) sur les barrières intrinsèques (le manque de connaissances, les problèmes relatifs à la santé, l'inefficacité sociale, la dépendance physique et psychologique, etc.) interactives (les compétences, les aptitudes et les difficultés de communication, etc. …) et environnementales (les freins attitudinaux, l'architecture, les éléments écologiques, le transport et les aspects réglementaires, etc.). Dans ce contexte, l'accès aux loisirs de pleine nature n'est pas ou peu envisageable (Rasseneur et coll., 2020). Pour Mathieu « des choses qui me paraissaient tout à fait inaccessibles il y a une semaine, maintenant me paraissent simples ». Interviewé pour le journal régional de la chaine France 3, Mathieu précise que « pour arriver à ça on est obligé de surmonter beaucoup d'obstacle et on prouve qu'on y arrive. Ça montre qu'au quotidien on peut nous intégrer comme tout le monde ». Par cette traversée, Mathieu a prouvé que même non voyant il était capable de randonner comme tout un chacun. La question ne se situe pas sur les capacités de la personne, mais au niveau des représentations du handicap dans notre société peu inclusive.

## 7 Le rôle des autres sens

En randonnée, tous les sens vont être stimulés d'une manière inhabituelle (ouïe, équilibre, odorat, proprioception, kinesthésie…). Le Breton dans chemins de traverse ; éloge de la marche) rappelle que « la marche est une expérience sensorielle totale ne négligeant aucun sens » (2001, 15). Dans son essai « La saveur du monde », il introduit son propos par cet emprunt à René Descartes quelque peu modifié « je sens donc je suis »

Published in : LOMO MYAZHIOM, Aggée Célestin (dir.), *Corps, identité(s) et sociétés. Volume 2. Autour de David Le Breton*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813005779, doi : 10.17184/eac.9782813005779

soulignant que la condition humaine est d'abord corporelle « Entre la chair de l'homme et la chair du monde, nulle rupture, mais une continuité sensorielle toujours présente. L'individu ne prend conscience de soi qu'à travers le sentir, il éprouve son existence par les résonances sensorielles et perceptives qui ne cessent de le traverser » (Métaillé, 2006, p13). L'expérience de Mathieu en stimulant différemment ses différents sens concourt au développement d'une autre conscience et d'une autre perception de soi. Selon Le Breton, « la vue est le sens le plus constamment sollicité de notre rapport au monde. Il suffit d'ouvrir les yeux. Les relations aux autres, les déplacements, l'organisation de la vie individuelle et sociale, toutes les activités impliquent la vue comme une instance majeure faisant de l'aveugle une anomalie et un objet d'angoisse. Dans nos sociétés, la cécité est assimilée à une catastrophe, à la pire des infirmités. » (Métaillé, 2000 : 61). Ainsi, « pour les aveugles, le monde se trame dans un univers d'odeurs, de sons ou de contacts avec les choses, mais pour les voyants, l'ouverture au monde s'opère d'abord à travers les yeux, et ils n'en imaginent pas d'autres. » (Métaillé, 2000 : 62). Dans la « La saveur du monde », Le Breton déclare « En cas de cécité, la représentation spatiale de l'aveugle se construit à partir d'une constellation sensorielle où le toucher et surtout l'ouïe jouent un rôle essentiel » (Métaillé, 2000 : 115). En effet, par l'écholocation, l'aveugle estime les dimensions d'une pièce, la taille d'un arbre ou encore les distances qui le séparent d'un mur ou d'un bâtiment. Ainsi, sur un carrefour, la personne aveugle traversera au silence des voitures tandis que le voyant se fiera à sa vue.

## 8 Quel apport de la randonnée pédestre pour une personne déficiente visuelle ?

La pratique de la randonnée de pleine nature, en stimulant différemment les sens, contribue au développement des capacités d'orientation, de perception de son environnement, de proprioception, d'équilibre et des sensations kinesthésiques des sujets déficients visuels (Le Breton, 2001, 15 ; Mallet 2017, 24). Le travail fin de balayage de la canne blanche renforce et optimise l'utilisation de celle-ci, la rendant plus efficace dans la prise d'information lors de leurs déplacements au quotidien. Détecter, interpréter et lire le cheminement du sentier de randonnée développe, affine et renforce le travail de canne. L'intégration des nouveaux repères auditifs, olfactifs, tactiles et kinesthésiques afin de donner du sens au monde qui l'entoure et lui permettre d'y interagir (Rasseneur et coll., 2020). Par ailleurs, ces perceptions nouvelles développent les capacités d'analyse et d'interprétation de l'environnement. La personne enrichit son expérience corporelle favorisant la conscience de soi et de son corps à travers cette expérience inédite. La randonnée participe à la construction de l'identité de l'individu, ici le déficient visuel s'est mué en randonneur. Cette expérience contribue à la prise de conscience et à la réappropriation de son corps, ce qui participe à la construction d'une image plus positive du corps handicapé. Pour Mathieu « des choses qui me paraissaient tout à fait inaccessibles il y a une semaine, maintenant me paraissent simples. Il y a vraiment de nouvelles perspectives qui s'ouvrent à moi et j'ai hâte de recommencer ce genre de chose ».

Ainsi, le regard que Mathieu porte sur lui a considérablement évolué tout au long de cette traversée, ce qu'il considérait comme impossible hier est devenu une réalité et un

Published in : LOMO MYAZHIOM, Aggée Célestin (dir.), *Corps, identité(s) et sociétés. Volume 2. Autour de David Le Breton*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813005779, doi : 10.17184/eac.9782813005779

mode de vie à part entière, lui offrant un champ des possibles considérable. Toutes ces compétences sont alors transposables au quotidien lors des déplacements urbains de la personne. Le tout concourt à rendre le sujet plus autonome dans ses déplacements au quotidien. Au final cette activité à l'abord anodine a permis de développer et consolider l'autonomie de Mathieu, renforçant confiance et estime de soi (Rasseneur et coll., 2016).

## 9 Mathieu à l'arrivée de la traversée témoigne de son expérience personnelle et de groupe

À l'arrivée sur Saverne, Mathieu est envahi par une immense fierté d'être arrivé au bout de ces 100km de randonnée « c'est vraiment un grand sentiment de fierté qui nous envahit, parce qu'on sait quelque part que l'on fait partie d'une grande aventure qui demain peut changer beaucoup de choses dans la vie des personnes déficientes visuelles ».

Cette traversée des Vosges du Nord a été médiatisée dans la presse locale, nationale et internationale grâce au reportage de l'Agence France Presse. Cette médiatisation a permis à Mathieu et ses camarades de véhiculer une image positive des personnes déficientes visuelles.

Plus largement, cette expérience inédite bouscule les idées reçues et la vision des personnes en situation de handicap en montrant au grand public et à la société que ce type de loisir est désormais accessible aux déficients visuels.

Muni de l'application Navi Rando®, les rôles sont alors inversés « maintenant voir qu'il y a des personnes qui me suivent, que c'est moi qui donne les indications grâce au GPS, c'est vrai que cela fait extrêmement plaisir. Pour la confiance en soi c'est génial ». Les craintes du départ se sont vite estompées à mesure que les kilomètres s'enchainaient « C'est vraiment une expérience hors du commun … en arrivant (au départ) je ne me saurais jamais cru capable de faire cette chose-là ».

Au-delà de l'expérience et du défi personnel, cette traversée des Vosges du Nord a été une aventure humaine d'un groupe où chacun des protagonistes a trouvé sa place au sein du groupe. Ainsi Charles, 63 ans, doyen du groupe témoigne « c'est une expérience humaine et collective […] une expérience de vie en commun de se retrouver le soir, d'échanger sur ce que l'on a perçu pendant la journée […] le groupe se complétait bien […] chacun acceptait que l'autre soit comme il soit qu'il aille plus vite ou qu'il aille moins vite ». Pour Mathieu « l'ambiance dans le groupe est super sympa, on a des liens qui se sont resserrés et j'espère revivre ce genre d'expérience parce que cela permet vraiment de sortir du quotidien et de se rendre compte, au niveau de la confiance en soi, qu'on est quand même capable de traverser le Parc Régional des Vosges du Nord qui n'est pas petit, c'est juste extraordinaire ».

Ces six jours de randonnée ont été une parenthèse dans le quotidien de Mathieu « Le plus dur ce sera de se replonger dans le quotidien et de se dire que ça, c'est derrière nous ».

Published in : LOMO MYAZHIOM, Aggée Célestin (dir.), *Corps, identité(s) et sociétés. Volume 2. Autour de David Le Breton*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813005779, doi : 10.17184/eac.9782813005779

## 10 Et après...

Pour donner un équilibre à sa vie, Mathieu s'est investi dans le milieu associatif et depuis cette traversée il s'est lancé de nombreux défis. À l'arrivée de ce périple, Mathieu déclare qu'« il y a vraiment de nouvelles perspectives qui s'ouvrent à moi et j'ai vraiment hâte de recommencer ce genre de chose ». Ainsi, ce périple de 6 jours a été le point de départ d'une nouvelle vie. Il est devenu un « Handi Routard » du nom de son profil facebook et a multiplié les voyages et expériences hors norme. Il souhaite « montrer que même ayant un handicap on peut montrer l'exemple » et veut « inviter les personnes atteintes d'un handicap à sortir de leur bulle ». Durant l'été 2015, Mathieu parcourt 300 km sur les 1700km du chemin de Saint-Jacques de Compostelle : « c'était énorme d'être considéré comme un randonneur ». En mai 2016, il participe aux 24h de marche de Peyrier où il parcourt 79km en 24h : « c'était un très grand moment d'émotion et c'était la première fois qu'une personne en situation de handicap participait à cette compétition ». Entre février et mars 2017, il traversera en binôme avec un randonneur « valide » le lac Baïkal gelé en ski de fond : « j'essaye d'aller toujours plus loin dans l'autonomie, je me souviens de tout ce temps que j'ai passé à être enfermé et j'ai envie de rattraper ce temps perdu ». En juillet 2017, accompagné d'un ami mal voyant, il réalise la traversée de l'alsace par la route des vins, soit 220km en 9 jours.

Mathieu, interviewé en mars 2021 par l'Association nationale Spina Bifida Handicaps Associés (ASBH), à la question « comment vis-tu le handicap ? », il répond « j'essaye de prendre un peu tout ça comme un défi qui m'oblige souvent à être imaginatif. Cette imagination permet de vivre de très belles aventures malgré tout parce que je trouve que c'est intéressant de donner une image positive du Spina Bifida et du handicap en général ».

Seule l'épidémie de Covid ralentira Mathieu et son projet de rallier toutes les capitales de l'Europe, soit 20 000 kms Les conditions de voyages étant complexe au sortir de la période de confinement, il enfourchera finalement, en juin 2021, un tandem vélo pour rallier Strasbourg à Toulouse soit 1400km. « J'ai bien conscience qu'un handicap n'est pas tous les jours marrant. J'ai vécu l'enfermement que ça peut provoquer, j'ai vécu les douleurs aussi. Mais j'essaye vraiment de prendre les choses du meilleur côté possible pour que je puisse voir ma vie, non pas comme une frustration, mais comme un moteur ». Après un long et sinueux chemin de vie personnel qui a mené Mathieu sur les sentiers entre Wissembourg et Saverne, Mathieu est entré en résilience et a fait de son handicap un compagnon avec qui il apprend à vivre au quotidien.

## Bibliographie

FOUGEYROLLAS Patrick, CLOUTIER René, BERGERON Hélène, COTE Jacques, SAINT-MICHEL Ginette, « Classification québécoise – Processus de production du handicap », *Réseau international sur le processus de production du handicap (RIPPH)/SCCIDIH*, 1998

LE BRETON David, « Éloge de la marche » Paris, Métaillé, 2000.

LE BRETON David, « Chemins de traverse : éloge de la marche », *Quaderni*, n° 44, Printemps 2001, p. 5-16.

LE BRETON David, « *La saveur du monde. Une anthropologie des sens* », Paris, Métailié, 2006.

Published in : LOMO MYAZHIOM, Aggée Célestin (dir.), *Corps, identité(s) et sociétés. Volume 2. Autour de David Le Breton*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813005779, doi : 10.17184/eac.9782813005779

MALLET Isabelle, « Randonnée et déficience visuelle : la quête d'interaction sensorielle et émotionnelle avec la nature », Nature & Récréation, n° 4, mars 2017, p. 21-29.

NUSS Marcel, « *L'identité de la personne « handicapée »*, Paris, Dunod, 2011.

RASSENEUR Laurence, ZEGARRA Jesus, LINDER Nicolas, « Navi Rando®, l'application qui permet de randonner sans y voir », *Revue Espaces*, n° 328, Janvier-Février 2016, p. 63-66.

RASSENEUR Laurence, MARCHOIS Alexandre, ZEGARRA-FLORES Jésus, BONCOURT Nicolas « La randonnée de pleine nature, un loisir accessible à la déficience visuelle : Retour sur la traversée des Vosges du Nord par cinq randonneurs déficients visuels » Nature & Récréation, n° 8, février 2020, p. 23-32.

ZEGARRA Jesus, RASSENEUR Laurence, GASS Clément, FARCY René, « Navi Rando® : GPS-IMU Smart Phone Application for Helping Visually Impaired People Practicing Hiking » *International Conference on Computers Helping People with Special Needs*, Springer, 2016, p. 16-22.

Published in : LOMO MYAZHIOM, Aggée Célestin (dir.), *Corps, identité(s) et sociétés. Volume 2. Autour de David Le Breton*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813005779, doi : 10.17184/eac.9782813005779