

Week van de Brailleliga 2024

Het sociaal leven van blinde en slechtziende personen

EMBARGO 17 maart 2024 – 19u

In 2023 koos de Brailleliga mobiliteit als thema voor haar jaarlijkse sensibiliseringscampagne. Dankzij Bau en Gérard hebben de Belgen geleerd dat het voor blinde en slechtziende personen niet zo eenvoudig is om zich te verplaatsen. Dankzij een enquête hebben we de verschillende obstakels voor mobiliteit voor blinde en slechtziende personen op een rijtje gezet, politici en het grote publiek gesensibiliseerd en een aantal opmerkelijke verbeteringen tot stand gebracht (beheer van de deelsteps, afvalinzameling, verbeterde toegankelijkheid van het openbaar vervoer, enz.)

In 2024 richt de Braille zich op het sociaal leven van blinde en slechtziende mensen. Dankzij een nieuw onderzoek bij 438 personen weten we nu of ze tevreden zijn met hun liefdesleven, vriendschappen en professionele leven. Voelen ze zich eenzaam of zijn ze actiever? Hebben ze toegang tot de cultuur-, sport- en vrijetijdsactiviteiten die ze willen?

We hebben ze deze vragen gesteld. Deze stand van zaken vormt de basis van onze campagne 2024 en zal worden gebruikt om het sociale leven van blinde en slechtziende personen te verbeteren.

Steekproef

438 personen hebben onze enquête in oktober en november 2023 online of telefonisch beantwoord.

60% van de respondenten was vrouw, 38% man en 2% anders.

63% was ouder dan 55, 28% tussen 35 en 54 en 9% jonger dan 34. 58% van de respondenten was Nederlandstalig en 42% Franstalig.

Tot slot woont 48% van onze respondenten samen met een partner (met of zonder kinderen), 11% woont in een tehuis, in een gedeeld appartement of bij hun ouders, en 36% woont alleen.

21% van hen werkt. 72% van hen is werknemer, 14% is manager of heeft een vrij beroep en 12% is arbeider.

Tot slot is 83% van de ondervraagden slechtziend. 17% is blind. In de helft van deze gevallen is de handicap in de loop van het leven ontstaan (door een ongeval of ziekte). 39% is geboren met een visuele pathologie. 13% heeft een leeftijdsgerelateerde visuele handicap.

Wat vindt u van...

In het eerste deel van onze enquête vroegen we blinde en slechtziende personen om bepaalde aspecten van hun leven te beoordelen op een schaal van 1 tot 10.

... uw fysiek?

De gemiddelde score is **6,11/10!** Nederlandstaligen, mannen, blinde en werkende personen zitten iets boven dit gemiddelde. De leeftijdsgroep die de slechtste beoordeling geeft aan hun fysieke fitheid zijn 35-54-jarigen (5,82/10) vergeleken met 6,18/10 voor 18-34-jarigen en 6,22/10 voor 55-plussers.

... uw mentaal welzijn?

Hier is de gemiddelde score met **6,27/10** iets hoger. Ook hier zijn Nederlandstaligen en blinde personen meer tevreden. De leeftijdsgroep 35-54 jaar scoort gemiddeld een lage 5,78/10. Werkende mensen lijken het minder goed te doen dan niet-werkende mensen.

... uw sociaal leven?

6,14/10 gemiddeld! Degenen die het minst tevreden zijn met hun sociale leven zijn Franstaligen, de leeftijdsgroep 35-54 jaar, slechtziende personen, mensen die niet aan het werk zijn en personen die in stedelijke gebieden wonen.

Laat ons even vergelijken

Volgens een enquête uitgevoerd in 2023 door Statbel zegt 65,4% van de Belgen gelukkig te zijn. De leeftijdsgroep tot 24 jaar blijkt de gelukkigste bevolkingsgroep te zijn, in tegenstelling tot de 65-plussers. Volgens de Nationale Geluksenquête 2023, uitgevoerd door verzekeraar NN en UGent, schatten de Belgen hun geluk in op 6,6/10. Die score ligt een beetje hoger dan bij blinde en slechtziende personen.

Impact van de visuele handicap

Maar heeft een visuele handicap invloed op het uitgaan, het emotionele leven en het welzijn van onze respondenten? Ja!

71% is van mening dat hun visuele handicap een negatieve impact heeft op hun deelname aan het culturele en sportieve leven.

Ineke Godts, diensthoofd van de Nederlandstalige Sociale dienst bij de Brailleliga: "Ik hoor regelmatig van cliënten dat hun visuele handicap invloed heeft op het uitgaan, het emotionele leven en het welzijn. Ze vertellen dan dat het niet echt fijn is om uit te gaan omdat ze niet zelfstandig ter plaatse geraken of telkens aan iemand moeten vragen om hen te begeleiden, ze voelen zich afhankelijk van derden als ze op stap willen gaan, moeten alles goed vooraf regelen en kunnen niet ad hoc in een auto springen etc. Dit alles heeft dan natuurlijk een invloed op hun welzijn en hun emotionele leven wordt er ook niet beter van.

11% vindt dat hun handicap een positieve invloed heeft, "vooral degenen die deelnemen aan aangepaste activiteiten waar ze nieuwe mensen ontmoeten, nieuwe vrienden maken en beseffen dat ze niet alleen zijn. Zodra ze er dan zelfverzekerd genoeg voor zijn, gaan ze gewone activiteiten doen. Dit is ook hoe we inclusie bereiken."

6 van de 10 respondenten geloven ook dat hun visuele handicap een impact heeft op hun persoonlijk welzijn en de kwaliteit van hun sociaal leven.

48% is van mening dat hun handicap een negatieve invloed heeft op hun emotionele en seksuele leven. "Het is ongetwijfeld moeilijker om liefde te vinden als je een visuele handicap hebt. Je gaat minder uit en je hebt niet het oogcontact dat essentieel is. Bovendien bestaan er veel vooroordelen over blinde en slechtziende personen: veel ziende mensen denken dat ze erg afhankelijk zijn of dat ze een mentale handicap hebben, etc." zegt Pascal Coquiart, psycholoog en seksuoloog.

Tot slot had 34% het gevoel dat hun leven als ouder of hun ouderschapsplannen negatief waren beïnvloed. Het is in feite heel goed

mogelijk om een kind op te voeden als je een visuele handicap hebt. De Begeleidingsdienst van de Brailleliga biedt ondersteuning aan toekomstige vaders, moeders en grootouders. Deze persoonlijke ondersteuning begint in de 3e maand van de zwangerschap en eindigt wanneer het kind naar school gaat.

Welke emoties ondervinden onze respondenten het vaakst?

We legden onze respondenten 13 emoties of mentale toestanden voor en vroegen hen hoe vaak ze deze emoties voelden. Verrassend genoeg waren de top 4 van meest gevoelde emoties allemaal positief: 77% voelde zich (vaak of soms) **gesteund**. Zelfde resultaat voor **vreugde**, dat net voor **zelfvertrouwen** stond en door 74% van de respondenten werd gevoeld, net als het gevoel geliefd te zijn. Het eerste meest genoemde negatieve gevoel is verdriet, vaak of soms gevoeld door 73% van de respondenten. 70% voelt zich begrepen, 69% voelt zich onrechtvaardig, 66% voelt onbegrip, 60% is bezorgd, 53% voelt zich vaak of soms afgewezen of gediscrimineerd. Tot slot worden boosheid, verveling en schaamte gevoeld door minder dan 1 op de 2 ondervraagden.

We vroegen de respondenten specifiek hoe vaak ze geconfronteerd werden met onaangename situaties omwille van hun visuele handicap. 67% zei dat ze vaak of af en toe geconfronteerd werden met **onbegrip van ziende mensen** en 55% zei dat ze een speciale behandeling moesten ondergaan. De andere situaties betreffen minder dan een op de 2 respondenten. 42% heeft het gevoel dat ze regelmatig de indruk hebben dat anderen te veel hun best doen om hen te helpen, dat ze hen mijden of niet met hen praten, of dat ze buitengesloten worden van bepaalde groepen. 41% zegt vaak of soms gediscrimineerd te worden omwille van hun visuele handicap. 37% denkt dat ze niet worden uitgenodigd voor feestjes of activiteiten vanwege hun visuele handicap. 36% vindt dat ze niet in hun eigen tempo kunnen rouwen om het verlies van hun gezichtsvermogen. Tot slot zegt 32% dat ze onaangename opmerkingen of zelfs beledigingen krijgen omwille van hun visuele handicap.

Rouw om het verlies van het gezichtsvermogen

Yves is 75, al 25 jaar getrouwd en al 5 jaar slechtziend door LMD. *“Toen het tot me doordrong, was ik overweldigd. Ik zeurde over alles en had medelijden met mezelf. Ik was onaangenaam. Ik volgde mobiliteitslessen bij de Brailleliga en was geen gemakkelijke leerling. Mijn therapeut had het engelengeduld om me te helpen. Nu probeer ik het positieve te zien. Ik zie nu de glimlachen. Ik heb mijn handicap nog niet zover geaccepteerd dat ik mij alleen verplaats met een witte stok of mee ga op uitstapjes die aangepast zijn voor blinde en slechtziende personen. In de tussentijd is het mijn vrouw die me vergezelt. Zij is mijn ogen. We tuinieren samen, we gaan naar zee en als we een restaurant binnengaan, scant ze de zaal om te zien of er mensen zijn die ik ken, zodat ze niet beledigd zijn als ik ze niet herken”.*

De dichte kring

Vrienden, familie, collega's, burens, enz. De dichte kring bestaat uit verschillende delen. We vroegen op hoeveel mensen de respondenten in elk van deze kringen konden rekenen.

Gemiddeld kunnen blinde en slechtziende personen rekenen op **9 familieleden** (vooral in landelijke gebieden), **8 vrienden** (bijna 10 in landelijke gebieden), **3 burens**, **2 of 3 andere mensen met een visuele handicap** en **1 of 2 begeleiders** (meestal een echtgenoot, ouder of kind). Verrassend genoeg vinden werkende mensen dat ze gemiddeld op bijna **13 collega's** kunnen rekenen. Dit is dus (voor degenen die werken) de kring met de meest vertrouwde mensen, vóór familie en vrienden.

Welke activiteiten?

Gaan we het huis eens uit?

64% van de blinde en slechtziende personen gaat vaak of soms **iets drinken of eten in een restaurant**. 63% gaan bij **familie of vrienden** (7%

doet dit nooit). 53% nodigt vrienden en familie thuis uit en 50% gaat vaak of soms [winkelen](#).

44% beoefent een sport of beweegt regelmatig (tegenover 57,2 % van de Belgen – Enquête Statbel 2023). 33% gaat soms of vaak naar het theater, het museum of de bioscoop. Tot slot zijn pretparken en sportwedstrijden nog steeds uitzonderlijk: 55% en 74% van de ondervraagden gaat er nooit heen.

Respondenten die zeggen dat ze ten minste soms uitgaan of thuis uitnodigen, doen dat vooral om hun isolement te doorbreken (63%) en nieuwe mensen te ontmoeten (70%). Ze leggen uit dat het is om andere blinde en slechtziende personen te ontmoeten (60%) en om deel te nemen aan activiteiten die zijn aangepast aan personen met een visuele handicap (59%). Het is dus niet per se een prioriteit. 60% van de ondervraagden gaat vaker uit met zienden (vooral werkende mensen en 35-54-jarigen die op het platteland wonen). 8% gaat het vaakst uit met andere mensen met een visuele handicap (vooral vrouwen, mensen onder de 34 jaar en inactieven) en 18% gaat met beide uit (vooral blinde personen en personen onder de 34 jaar).

Digitaal leven

Blinde en slechtziende personen gebruiken computers en sociale netwerken zoals iedereen. Met een paar aanpassingen (voorleessoftware, vergrotingssoftware, toegankelijkheidsopties) is het voor hen perfect mogelijk om een smartphone, tablet of computer te gebruiken. Uit ons onderzoek blijkt dat slechts 8% van de blinde en slechtziende personen geen smartphone, tablet of computer gebruikt. Blinde personen en personen van 55 jaar en ouder zijn het minst geconnecteerd.

Meer dan 8 op de 10 blinde of slechtziende personen gebruiken sociale netwerken, vooral jongere mensen (97 % van de mensen onder de 54) en werkende mensen (90 %). WhatsApp is het meest gebruikte sociale netwerk (61 %), gevolgd door Facebook (54 %), YouTube (36 %),

Instagram (15 %), LinkedIn en Pinterest (6 %), Tik Tok en X (5 %). 4 % gebruikt Messenger, 3 % Snapchat en 2 % e-mail. Discord, Signal en Facetime worden door 1% van de respondenten gebruikt. Volgens de We Are Social/Meltwater-enquête van januari 2024 staat YouTube (een zeer toegankelijke site) in België aan de leiding met een gebruik door 87 % van de Belgen. Facebook wordt gebruikt door 67 % van de Belgen en LinkedIn door 55 %, net voor Messenger en Instagram. WhatsApp is niet opgenomen in dit onderzoek.

Mensen gebruiken sociale netwerken in de eerste plaats om **contact te houden** met vrienden (87%), maar ook om **op de hoogte te blijven** van wat er om hen heen gebeurt (81%). Ze gebruiken ze ook voor **entertainment** (71%) en om hun **activiteiten te organiseren** (60%). Bijna de helft gebruikt ze ook om te chatten met blinde en slechtziende personen of om nieuwe mensen te ontmoeten.

Meer dan de helft van de blinde en slechtziende personen **(52%) zegt dat ze de meeste contacten in het echte leven hebben**. Mensen van 55 jaar en ouder, blinde personen en werkende mensen hebben de meeste directe interactie. Een derde zegt evenveel contacten in het echte leven te hebben als via sociale netwerken, en **minder dan een op de vijf geeft toe meer virtuele contacten te hebben** (vooral onder de 34 jaar).

Getuigenissen

Tijdens de enquête konden respondenten, indien ze dat wensten, een open vraag invullen. Velen deelden hun ervaringen over het onbegrip van de ziende mensen dat ze heel vaak ervaren.

"De hulp is vaak onhandig en overdreven. Ze nemen dingen uit handen, wat elk plezier of tevredenheid wegneemt.

"Om onze administratieve zaken te regelen, moeten we rechtvaardigen dat we de IT-tools soms niet kunnen gebruiken omdat ze niet toegankelijk zijn. Mensen begrijpen niet dat het voor ons niet altijd haalbaar of mogelijk is".

"Op het werk vinden sommige collega's dat ik er niet thuishoor en omdat ik niet voor mensen kan zorgen".

Sommige mensen vertelden over opmerkingen die ze niet meer willen horen: "Hoe gaat het met je ogen, terwijl ze weten dat het ongeneeslijk is. Ik heb ook 'de goede raad' te horen gekregen dat "oogdruppels geweldig zijn, ik gebruik ze ook vaak"

Sommige mensen vertellen dat ze mishandeld of bestolen zijn, waarschijnlijk vanwege hun visuele handicap. Ze hebben het er ook over dat ze uitgelachen worden op de speelplaats, op straat of in het openbaar vervoer: "Als ik een zitplaats krijg in de bus omdat ik een witte stok heb, vermijd ik om een boek tevoorschijn te halen zodat de mensen niet denken dat ik ze voor de gek hou".

Tot slot, over het onderwerp relaties, kregen we deze getuigenis: "Ze vinden me sympathiek, maar als ze zich de echte gevolgen van mijn handicap realiseren (ik moet opgehaald of naar huis gebracht worden, ik kan niet alle activiteiten), denken ze dat ik een slecht persoon ben. Gelukkig vertrouwen ik op enkele echte vrienden. Maar dit heeft een negatieve invloed gehad op mijn zelfvertrouwen en indirect ook op dat van anderen".

Conclusies

Uit de enquête blijkt dat blinde en slechtziende personen over het algemeen tevreden zijn met hun sociale leven. Velen gaan uit, hebben activiteiten en netwerken waar ze op kunnen rekenen. Laten we eerlijk zijn, niet iedereen doet dat en het is niet altijd gemakkelijk om sociale relaties te creëren. De Brailleliga werkt het hele jaar door om de inclusie van blinde en slechtziende personen te bevorderen. Hier zijn de enkele activiteiten die we gratis aanbieden.

- Het Gebruikerscomité, om ervoor te zorgen dat de stem van blinde en slechtziende personen wordt gehoord.

- Kampen (voor kinderen, jongvolwassenen en senioren), ondersteuningsweek voor gezinnen, excursies, uitstapjes, sensatiedagen, BrailleDay, familiedag en aangepaste bezoeken aan het museum. Dit zijn allemaal mogelijkheden om andere mensen met een visuele handicap te ontmoeten en deel te nemen aan activiteiten in een volledig veilige omgeving.
- BrailleTech en de Dienst technische aanpassingen, om je in contact te houden met anderen, met de juiste apparatuur.
- De bibliotheek, de spelothek, de bioscoop met audiodescriptie: om te blijven leren en nieuwe kennissen te maken.
- De 20 km door Brussel, om te wandelen, te lopen, met of zonder gids als deel van ons team. Daag jezelf uit en blijf fit!
- Persoonlijke verzorging: dames en heren
- Algemene gelaatsverzorging: dames en heren
- Make-up: dames
- Kunsttherapie in de vorm van schilderen en muziek
- Sporttherapie: zwemmen, fietslessen en aansluitend (nieuw) fietsvakantie, muurklimmen,....

Deze campagne met de steun van :

