

« Quand la souris devient difficile à utiliser » (Conseils et solutions alternatives)

Utiliser une souris sur un matériel informatique, peut à priori paraître une tâche relativement simple. Mais quand on y regarde de près, les pré-requis moteurs sont nombreux.

Utiliser une souris, nécessite préalablement une préhension, tenir la souris droite à plat sur le plan de travail, l'orienter avec précision dans un plan horizontal afin de déplacer un curseur dans un plan vertical affiché à l'écran, repérer le curseur, doser les mouvements pour s'arrêter sur de petites zones cliquables, et surtout maîtriser les actions clics sans bouger la souris.

Face à ces nombreuses difficultés, on comprend aisément que les personnes présentant une Ataxie de Friedreich, éprouvent des difficultés à l'utiliser.

Dans cet article, nous présenterons quelques conseils et préconisations faites sur ce thème auprès de personnes suivies dans le cadre du projet AFAF Com- Ataxie en collaboration avec l'équipe d'APF Lab – Le Hub.

Conseils généraux

En règle générale, il est conseillé d'opter pour une souris offrant une bonne répartition des appuis comme les souris utilisées en bureautique sur postes fixes.

Les souris de petite taille comme les souris sans fil souvent proposées en option sur un ordinateur portable, plus spécialement destinées aux adeptes de jeux vidéo, nécessitant une préhension qui augmente le tonus des fléchisseurs.



(De gauche à droite : souris filaire utilisée en bureautique, souris sans fil pour ordi portable, et souris équipée d'un repose main amovible («Newtral » chez Ergonéos)

Dans tous les cas, on veillera :

- à régler la vitesse de déplacement du curseur de la souris, celle-ci ayant une incidence sur l'amplitude des mouvements :
 - Windows : Paramètres de la souris > Options supplémentaires > Options du pointeur > mouvements du pointeur.
 - Mac : Préférences système > Souris > Vitesse de défilement.

- opter pour un curseur facilement identifiable : sujet traité dans le premier article de cette série, consultable ici : « Où est passée la souris de mon ordinateur » <https://www.afaf.asso.fr/vie-pratique/service-daccompagnement-social>



Les souris ergonomiques

Les souris standard s'utilisent en mode préhension dite en pronation, c'est-à-dire paume de la main vers le bas. Ce mode de préhension est aujourd'hui reconnu pour discrètement augmenter le tonus des muscles fléchisseurs des doigts et du poignet, cause chez certaines personnes, de troubles musculo squelettiques, engendrant inconfort, fatigabilité ou douleurs.

Les souris ergonomiques, proposent différentes alternatives de préhension, comme ci-dessous la souris sans préhension Handshoe Mouse, apportant une position relaxante (main, bras, épaule, cou), ou dans une autre posture appréciée des personnes Ataxiques, la préhension verticale de la souris 3M. Quand les discrets boutons clics situés sur le manche sont difficile d'accès, une validation sur contacteurs externes par la seconde main est souvent proposée. (Cf fin d'article).



(De gauche à droite : souris ergonomique sans préhension Handshoe Mouse et souris à préhension verticale 3 M)

Pavé tactile

Certaines personnes apprécient le contrôle de la souris depuis le pavé tactile (Touch Pad) équipant les ordinateurs portables nécessitant un simple glissé de la pulpe d'un doigt.

A savoir : cet accessoire existe en version usb pour équiper les postes fixes qui en sont dépourvus : Souris Tactile Glide Point « Easy Cat » et « Smart Cat » (<https://www.cimis.fr>)



(Pavé tactile d'un ordinateur portable et pavé tactile Glide Point USB pour postes fixes)

A savoir : sur ordinateur portable, il est possible de désactiver le pavé tactile s'il gêne l'accès au clavier : Paramètres de la souris > options supplémentaires > Touch Pad

Trackball

Les trackballs ou boules de commande, sont des dispositifs de pointage permettant de déplacer le curseur à partir de mouvements exercés par la pulpe d'un ou plusieurs doigts sur une sphère intégrée au périphérique. Souvent très sensibles, ces dispositifs conviennent rarement aux personnes Ataxiques en raison de l'incoordination des mouvements volontaires.



(Trackball grand public Kensington Slimblade, trackball Pretorian Optima (aide technique) et branchement de contacteurs séparés pour les actions clics)

Joystick

Plus adapté aux besoins des personnes Ataxiques que le trackball, le joystick est un périphérique constitué d'un manche mobile monté sur un socle. Le déplacement du curseur s'opère en bougeant le manche dans une direction. Les actions clics sont accessibles depuis les touches disposées autour du manche. Souvent difficiles d'accès, et pour éviter d'avoir à lâcher le manche pour les actionner, les joysticks figurant au catalogue des aides techniques sont le plus souvent équipés de connecteurs jack permettant le branchement de contacteurs séparés, actionnables par la seconde main.



(exemple : joystick USB Point It Standard et utilisation d'un contacteur séparé pour l'action clic gauche)

Il existe une grande variété de joysticks au catalogue des distributeurs d'aides techniques. (Cf carnet d'adresse en fin d'article). Entrent dans cette catégorie, les mini joystick équipés d'un manche très court conçu pour être utilisé depuis la pulpe d'un doigt (ci-dessous à gauche) ou le trackpoint situé au centre du clavier, souvent difficile d'accès.



(Mini joystick BJoy actionnés par la pulpe d'un doigt et trackpoint)

Ces matériels spécialisés peuvent vite atteindre des coûts allant de 250 à plus de 400 €. Pour les bricoleurs, il est possible de modifier une manette de jeu grand public, disponibles entre 20 et 40 €. Ces manettes destinées aux jeux vidéo, peuvent émuler le déplacement du curseur de la souris en utilisant un utilitaire comme Joy To Key ou Joy Mouse. Des compétences en bricolage sont requises pour adapter la préhension. (Nous disposons de fiches techniques disponibles sur demande).



(modification de préhension sur manettes de jeu grand public)

Joystick de fauteuils roulants électriques

Certains manipulateurs de fauteuils roulants électriques incluent d'origine ou en option un module Bluetooth permettant aux utilisateurs de se connecter à leur équipement informatique fonctionnant sous Windows, Android et Mac. A penser et à tester avant un renouvellement de fauteuil. (Informations auprès de votre revendeur médical).



(Contrôle d'un ordinateur, smartphone, tablette par le joystick d'un fauteuil roulant électrique : ci-dessus R-Net Bluetooth Module et Q-Logic 2 Drive Control System)

Souris à touches

Sous Windows une procédure permet de déplacer le curseur de la souris à partir des touches 8 (haut), 2 (arrière), 4 (gauche), 6 (droite) et 5 (clic) du pavé numérique :

Pour activer les touches souris, maintenir appuyé les touches ALT gauche + SHIFT gauche et la touche verrouillage numérique.

Options d'Ergonomie > Souris > Contrôler votre souris avec un pavé numérique.

Certains dispositifs équipés d'un guide doigts sont commercialisés sous l'appellation « souris à touches ».



(touches souris d'un pavé numérique, souris à touches Gorlo et Todt, et souris à touche BJ Adaptaciones)

Solutions pour cliquer

De nombreuses personnes Ataxiques éprouvent de la difficulté à effectuer les actions clics gauche et droit tout en manipulant la souris, certaines au contraire les déclenchent accidentellement ou de façon répétitive quand la main est crispée sur la souris.

La solution la plus souvent adoptée est d'utiliser un deux contacteurs choisis en fonction de leur forme, taille et sensibilité, actionnés depuis la seconde main. Les contacteurs peuvent être branchés sur le périphérique adapté s'il possède des entrées jack correspondantes à ces fonctions, ou sur une interface USB comme le boîtier Hitch représenté ci-dessous.

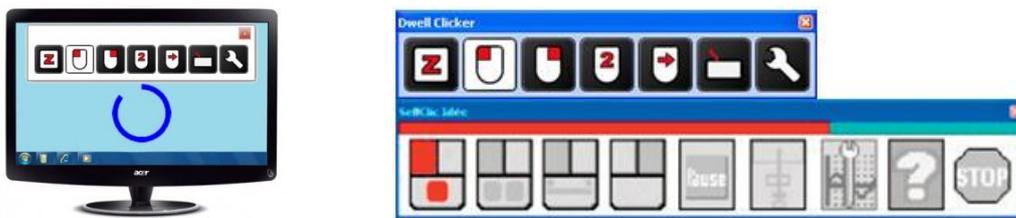
Par soucis ergonomique, certains utilisateurs préfèrent opter pour des contacteurs sans fil. Dans les deux cas, les boutons clics d'origine peuvent être mécaniquement bloqués en insérant un morceau de carton épais empêchant la course du bouton. (photo ci-dessous).



(Interface Hitch (solution filaire), contacteurs sans fils Smoothies, blocage mécanique d'un bouton clic)

Clic automatique

Sous Windows : Certains logiciels utilitaires proposent une gestion automatique des clics : après stationnement du curseur pendant une durée paramétrable, une action clic préalablement choisie est automatiquement générée.



Logiciels de clics automatiques Dwell Clicker 2 (payant), Self Clic Idée (gratuit).

Sous Mac : cette option est incluse dans le menu Accessibilité > Clavier > Clavier d'accessibilité > Activer le clavier d'accessibilité > Options > menu Attente.

Conclusion

Cet article a été consacré aux périphériques souris tenus en main, en ne citant que quelques exemples par catégorie. (Il en existe d'autres comme les souris à la tête, ou commandées par les mouvements de l'œil qui feront l'objet de prochains articles).

Le choix d'un périphérique souris adapté et fonctionnel est déterminant pour l'accessibilité de l'ordinateur car il permettra également de compenser les difficultés d'accès au clavier en utilisant un clavier visuel, thème abordé dans le premier article de cette série, que l'on peut retrouver sur le site www.afaf.asso.fr en rubrique « Vie pratique » > Services d'accompagnement.

Avant toute acquisition, un essai préalable est toujours conseillé, dans la durée et sur le lieu de vie.

Les ergothérapeutes du projet AFaf Com – Ataxie se tiennent à votre disposition pour vous conseiller, assister les ergothérapeutes de proximité, et disposent de certains matériels disponibles en prêt gratuit aux adhérents de l'Association.



(Fanny et Jean : des configurations qui se ressemblent : souris 3 M, contacteurs à main gauche, curseur agrandi et clavier virtuel Click2Speak)

Carnet d'adresses (liste non exhaustive)

- <https://www.ergoneos.fr> (souris ergonomiques dont la Newtral)
- <https://www.cenomy.blog> (aides techniques informatiques + Dwell Clicker)
- <https://www.cimis.fr> (aides techniques informatiques)
- <http://www.domodep-shop.com> (aides techniques informatiques)
- <https://www.hoptoys.fr> (aides techniques informatiques)
- <https://idee-association.org> (association / Self Clic Idée)
- <https://joytokey.net/en> (logiciel permettant le contrôle de la souris depuis une manette de jeu)
- Tutoriels vidéos d'APF Lab – Le Hub : sur Youtube saisir « Docteur Access » ou https://www.youtube.com/channel/UCdwNjoNwG1YYh7A_MALL6Hg/videos

Pour toute information complémentaire, vous pouvez contacter Bertrand Dieusaert bdieusaert02@gmail.com ou les ergothérapeutes du programme COM-ATAXIE :

Guillemette Hessel : guillemette.hessel@apf.asso.fr

Thierry Danigo : thierry.danigo@apf.asso.fr

APF Lab -le Hub,

Plaine Images, Imaginarium

99a Boulevard Descat 59200 Tourcoing Tél : 09 72 66 31 75

