Canne N°2 Blanche

Bulletin trimestriel Avril - mai - juin 2022



Bureau de dépôt : Bruxelles X

Nº d'agréation: P207078

Rue d'Angleterre 57 1060 Bruxelles



Kelloggis



Des boîtes de céréales équipées d'une technologie inédite pour non-voyants et malvoyants.

Kellogg's s'engage en faveur de l'équité, de la diversité et de l'inclusion en utilisant la technologie Navilens pour rendre ses emballages accessibles aux personnes atteintes de déficiences visuelles.

Cette technologie consiste en un code apposé sur les emballages qui permettra aux smartphones de détecter et lire à voix haute l'étiquette et la liste des allergènes à l'utilisateur.

Kellogg's s'est engagé à adapter toutes ses boîtes de céréales vendues en Europe à partir de janvier 2022. Les premières boîtes de Special K avec Navilens ont déjà débarqué dans les rayons.

Découvrez l'assortiment **Special K de Kellogg's** avec **Navilens**



LA VIE DEVANT SOI

La vie d'un enfant et d'un ado est faite de découvertes, de copains, d'expériences formidables, de liberté et d'insouciance dans l'exploration du monde. Bref, une période bénie. C'est aussi votre impression ? Parions alors que vous avez eu une jeunesse heureuse.

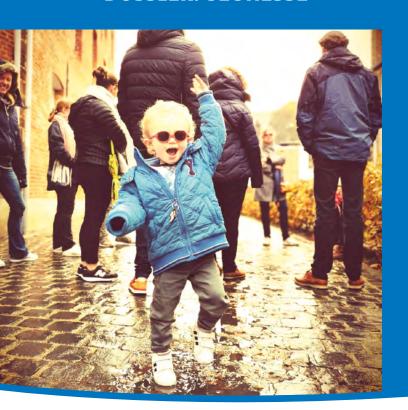
Malheureusement, les choses sont souvent plus compliquées pour les enfants et les jeunes aveugles et malvoyants. Ils ne peuvent pas toujours participer aux mêmes activités que les autres. Ils sont parfois carrément exclus de certains jeux. Et surtout, l'acquisition de l'autonomie est pour eux un défi incommensurable.

Si le handicap visuel ne les prive pas de leurs plus belles années, une série de conditions doit toutefois être remplie pour qu'enfants et jeunes atteints d'une déficience visuelle puissent avoir accès aux mêmes chances que leurs pairs : être soi, être inclus et compter sur un solide réseau d'entraide.

Pour ces raisons, la Ligue Braille porte une attention particulière à son jeune public. Dans ce numéro, nous détaillons les points cardinaux de l'accompagnement adapté aux jeunes aveugles et malvoyants. Parce que chaque enfant, chaque ado a droit à une jeunesse formidable.

Roulez jeunesse!

Dossier: Jeunesse 4
 La jeunesse au cœur des préoccupations
Diversité et stimulation
Parent avant tout!
• Coup de pouce à l'ascenseur social
Portrait 14
Un performeur de talent
Santé 16
Les maladies du nerf optique
Technologie 21
Aides techniques IT dernier cri
Vos droits 24
En direct du Service social
Vie quotidienne
Faire ses courses, facile!
• Quoi de neuf au BrailleShop ?
Emploi 29
De nouvelles formations
Loisirs 31
Escape room 'In the Dark'
• Un horizon vers de nouveaux auteurs
• Quoi de neuf à la Bibliothèque ?
• Quoi de neuf à la Ludothèque ?
Merci 36
• Enfin reunis
• À vos marques, prêts, partez !



LA JEUNESSE AU CŒUR DES PRÉOCCUPATIONS

Les enfants et les ados constituent un groupe essentiel pour la Ligue Braille. L'association a désigné deux personnes de référence chargées de concrétiser cet axe prioritaire dans l'inclusion des personnes avec un handicap visuel : Natalie Troonbeeckx et Julie Dahlem.

Natalie et Julie cumulent à elles deux plus de 20 ans d'expérience à la Ligue Braille. Elles partagent aussi une même formation axée sur les soins et l'éducation, et bien sûr une réelle volonté d'améliorer le bien-être psychologique et l'autonomie des enfants porteurs d'un handicap.

Que fait la Ligue Braille pour les jeunes ?

N: Nous soutenons les enfants et jeunes aveugles et malvoyants dans toutes les dimensions de leur vie : l'école, la maison, le travail et les loisirs. Certes, notre offre se concentre sur les loisirs, mais derrière les activités (numériques) et les stages récréatifs se cachent bien des apprentissages. Ceux-ci

complètent utilement la palette de cours et de suivis visant l'autonomie - dactylo, braille, mobilité, activités de la vie quotidienne (AVQ), appropriation d'outils adaptés... Nous veillons aussi à ce qu'ils soient compris de leur entourage et organisons des sensibilisations si nécessaire. En qualité de membre de la Ligue Braille, ils ont évidemment accès à tous nos services (social, encadrement pédagogique, BrailleShop, Bibliothèque, Ludothèque, informations sur les adaptations techniques, etc.) J: Nous souhaitons apprendre à mieux cerner leurs attentes et améliorer l'accès à nos services. Nous voyons grandir les enfants qui participent régulièrement aux activités. Nous pouvons ainsi

les accompagner au plus près de leurs besoins. En revanche, d'autres se font plus rares et sont moins familiarisés avec l'éventail d'opportunités à leur disposition. Notre objectif est de leur montrer ce qui existe et de les motiver à participer sans être intrusives. En guise de premier contact, nous leur envoyons une carte d'anniversaire, attention délicate à laquelle plusieurs parents répondent avec enthousiasme.



C'est avec beaucoup d'enthousiasme que Julie accompagne chaque année le stage d'autonomie à la mer

Vous êtes donc aussi en contact avec les parents ?

J: Tout à fait. Avec les adultes, nous privilégions surtout la relation personnelle. Quand il s'agit d'enfants, nous sommes également attentifs aux besoins des parents et de la fratrie. Notre intervention est large, allant du champ social à la vie quotidienne, en passant par une sensibilisation au handicap visuel de l'entourage familial et social de l'enfant. Lors des stages, activités ou formations, nous insistons sur l'importance d'une bonne communication avec les parents, véritable pilier autour de laquelle se déploie l'aide au jeune.

Et dans le domaine de l'enseignement ?

N: Nous essayons de travailler en concertation avec l'établissement scolaire et d'agir en complémentarité avec les aides externes mises en place comme un accompagnateur pédagogique ou un soutien à domicile. Nous organisons des sensibilisations en classe. Nous proposons aussi la BrailleBox, valise pédagogique qui permet aux camarades de classe de se mettre en situation. Enfin, la Ligue Braille accorde des bourses d'étude grâce au soutien de généreux donateurs : 243 en 2021!

La déficience visuelle touche principalement des personnes âgées. Pourquoi accorder une telle attention aux enfants et aux jeunes ?

N et J (en chœur) : C'est très important! Les jeunes de moins de 25 ans représentent plus de 1 000 membres.

N: Il est primordial de leur apporter un accompagnement professionnel et adapté à leur handicap, ainsi qu'à leur entourage.

J: Pour un senior, perdre brusquement la vue est avant tout un travail de deuil, d'acceptation et d'adaptation à une situation nouvelle. En revanche, un enfant de six ans, aveugle ou malvoyant de naissance, aura déjà développé une stratégie compensatoire car il appréhende le monde comme un malvoyant depuis son plus jeune âge. Nous constatons souvent que la priorité est généralement donnée au travail scolaire, alors que les enfants et les jeunes ont encore beaucoup de compétences de base à acquérir avant d'être totalement indépendants pour les gestes du quotidien.

N: ... Or, cette phase de la vie est vraiment cruciale pour le développement de l'autonomie. Il faut donc y accorder une attention particulière, que ce soit à la maison, pendant les loisirs, à l'école, jusqu'à l'entrée sur le marché du travail, jusqu'au départ du nid familial...

J: Tout à fait. En aidant les enfants à se débrouiller seuls dès leur plus jeune âge (faire leurs sandwiches, préparer leurs vêtements, nouer leurs lacets....), nous leur permettons de prendre peu à peu confiance. Et leurs parents leur font aussi davantage confiance.

Des projets dans les cartons?

N: Dans l'immédiat, il y a bien sûr beaucoup d'activités et de stages au programme (relaxation, renforcement de l'autonomie, TIC). Je prévois également d'évaluer et d'améliorer l'offre de services sur base des résultats d'une récente enquête auprès des parents.



Avec beaucoup de patience et une oreille attentive, Natalie apprend aux enfants à faire leurs lacets

J: Oui, apprendre à connaître les attentes des parents concernant les services offerts à leur enfant est également une priorité. Tout comme la simplification de l'administration interne.

N: Nous envisageons aussi de pousser certaines thématiques telles que le bien-être psychologique, la confiance en soi, les relations, les compétences sociales... Nous débordons d'idées mais une chose à la fois (rires).

DIVERSITÉ ET STIMULATION

Stages divers, journées thématiques, moments de répit pour toute la famille et même une fête de Saint-Nicolas... La Ligue Braille offre aux jeunes avec un handicap visuel une large gamme de loisirs adaptés, en plus d'un accompagnement professionnel et adapté. Mais pourquoi une telle diversité? Avec quels objectifs?

Les jeunes aveugles et malvoyants apprécient de côtoyer des pairs avec qui partager leur ressenti. La Ligue Braille organise donc tout au long de l'année des activités qui rassemblent ses jeunes membres. Grâce à nos thérapeutes et accompagnateurs spécifiquement formés à la déficience visuelle, ceux-ci peuvent ainsi faire le plein d'expériences, découvrir des nouveautés, perfectionner leurs connaissances et surtout, s'amuser en toute sécurité. Autant d'activités qui les aident à devenir des adolescents et des jeunes adultes autonomes et sûrs d'eux-mêmes.

Semaine répit et Journée des familles

Ces activités accueillent enfants et jeunes aveugles et malvoyants, avec toute leur famille : parents, frères

et sœurs. Objectif principal ?
Passer un bon moment ensemble,
tout en donnant l'occasion aux
parents de souffler un peu grâce
à un encadrement professionnel.
Mais ne vous y méprenez pas : si
l'objectif est de proposer une pause
récréative pour chaque membre de
la famille, le programme fait aussi
la part belle aux échanges d'idées et
d'expériences entre familles, dans un
environnement paisible et sécurisant.



Échange d'expériences dans une ambiance décontractée pendant la semaine de répit

Stages à gogo

Pendant les vacances scolaires, la Ligue Braille organise des stages de loisirs en fonction de l'âge sur différentes thématiques : la musique, les animaux, les nouvelles technologies, etc. Le stage annuel d'autonomie à la mer s'organise, lui, au début de l'été. Unique dans son genre, il poursuit un objectif double : profiter des plaisirs de la Mer du Nord et gagner en autonomie. Toutes les activités quotidiennes sont mises à profit pour enseigner et entraîner des techniques pour devenir plus indépendant (ranger ses vêtements, nouer ses lacets, préparer son casse-croûte, se verser un verre d'eau, etc.). Découvertes et rigolades sont aussi au rendezvous : jeux de plage, promenades dans les dunes, cuistax, découverte tactile d'animaux marins, visite d'une caserne de pompiers... Bref, une foule d'activités récréatives et formatrices. Ce stage est aussi l'occasion pour les jeunes participants d'échanger entre eux, de se faire de nouveaux amis et de faire le plein de bons souvenirs. Pour les accompagnateurs aussi, le stage d'autonomie est synonyme de bonheur : celui d'observer les progrès réalisés par les participants réguliers. Mais qu'en disent les jeunes intéressés ? Alexia: « C'est super chouette de se faire de nouveaux copains! Et c'est gai aussi de croiser des enfants qu'on a déjà vus à d'autres activités. Et les activités proposées sont toujours top en plus! » Imran, impatient, raconte: « J'adore aller à la Ligue Braille. Chaque jour, je demande à mes parents quand aura lieu la prochaine activité, car je suis impatient de

revoir mes copains, les thérapeutes et animateurs! »

BrailleDay et Journée Sensations enfin de retour en 2022

La Ligue Braille organise chaque année le BrailleDay, journée magique pour les élèves de l'enseignement spécialisé atteints d'un handicap visuel. Nourrir des singes et des girafes, caresser des serpents, découvrir le monde du cirque, faire du vélo sur un câble à 5 mètres du sol ou lancer sa propre fusée dans l'espace... et plein d'autres activités de découverte sensorielle remplissent cette journée extraordinaire. Après deux années de pandémie, le BrailleDay est de retour : rendez-vous le 29 septembre 2022.

Les ados ne sont pas oubliés! La Journée Sensations est l'occasion de découvrir un sport original et palpitant et de repousser ses limites, avec un accompagnement adapté et en toute sécurité: tour du circuit de Francorchamps avec un vrai pilote de course, simulation d'un vol en chute libre au Skydiving de Charleroi, initiation à la plongée sous-marine au Nemo33 à Bruxelles, et un parcours-aventure accrobranches. La prochaine édition aura lieu durant l'automne 2022.

La venue de Saint-Nicolas à la Ligue Braille clôt la programmation annuelle. Ces deux dernières années, le Grand Saint avait pointé le bout de sa barbe en mode virtuel, s'accommodant des consignes sanitaires comme tout le monde. Espérons que cette année, il sera présent en chair et en os pour distribuer cadeaux et friandises, de la main à la main.



Le plein de sensations et les sens en éveil après un vol en chute libre!

Merci!

Confier son enfant handicapé à une personne étrangère ne va pas toujours de soi. Pourtant, le retour des parents, des enseignants, des enfants et des accompagnateurs au terme des stages et autres activités jeunesse est extrêmement positif. Les parents apprécient en effet beaucoup de pouvoir compter sur un encadrement adapté au handicap visuel et des accompagnateurs spécifiquement formés.

Aussi, nous profitons de l'occasion pour remercier tous les parents qui nous font confiance et qui s'emploient avec nous à faire de leur enfant un adulte autonome et indépendant!

Grâce à votre soutien, les enfants et ados aveugles et malvoyants vivent eux aussi une jeunesse heureuse!

La Ligue Braille tient à garantir aux membres la gratuité des activités et des stages. Bien entendu, leur organisation a un coût de plus en plus élevé... Êtes-vous prêt à nous aider à illuminer d'un sourire le visage des enfants et des jeunes aveugles et malvoyants ? Alors, faites un don sur le compte BE11 0000 0000 4848 avec « Jeunesse » en communication. Une attestation fiscale vous sera délivrée pour tout don d'un montant de 40 €



PARENT AVANT TOUT!

Pour le parent avec un handicap visuel, l'arrivée d'un enfant nécessite souvent un apprentissage spécifique pour garantir la sécurité. Coralie de Coppin assure l'accompagnement parental. Elle suit Alexandre, futur papa aveugle, qui veut prendre une part active dans les soins au bébé.



Alexandre est avocat au Barreau de Bruxelles, un homme qui traverse les défis mis sur sa route. Il nous a ouvert sa porte à l'occasion d'une séance en compagnie de sa compagne Chloé, enceinte de 6 mois. Coralie, spécialisée en accompagnement parental, demande que le couple soit présent. Il est important que le partenaire puisse voir et entendre l'organisation mise en place. Généralement, l'accompagnement parental débute à 3 mois de grossesse.

Quels sont les points forts de l'accompagnement parental?

« Nous avons une trame reprenant différents points qui restent identiques pour tous les suivis » explique Coralie. « Il y a bien sûr la sécurité du bébé et tout ce qui concerne les soins, l'habillage-déshabillage, le choix des vêtements, les changes, les bains, la préparation d'un biberon... Certains parents nous sollicitent également pour sécuriser l'aménagement intérieur. J'ai un jour cherché des barrières de protection pour une maman et on les a installées ensemble. »

« J'ai donné à Alexandre un livret de l'ONE qui explique la sécurité à adopter pièce par pièce. Si ce document rédigé par des professionnels de la petite enfance s'adresse à tous les jeunes parents, nous l'utilisons pour appuyer nos recommandations que nous replaçons dans le contexte du handicap visuel, sans stigmatisation. »

Un accompagnement adapté aux profils

« L'accompagnement parental englobe beaucoup de choses. J'aime bien inviter le futur parent à prendre le bébé mannequin et à poser les gestes de manière spontanée. Tout en l'observant, je lui suggère de rajouter une main ici ou là....
La personne peut ainsi se rendre
compte que le bébé est mieux
tenu, sans pour autant casser la
spontanéité. Il est fondamental
de respecter l'intuition, tout en
confortant la sécurité. »

« Certaines personnes ont déjà eu des petites sœurs, frères, nièces, neveux... Si elles ont déjà l'expérience d'un nouveau-né, leur nouveau statut les place pourtant dans une situation jusque-là inconnue. On va alors procéder différemment. Un jour, une grand-mère nous a contactés. Elle n'avait jamais eu de problème de vue quand elle était jeune maman mais sa vue a diminué avec l'âge. Ses enfants lui demandaient de s'occuper de ses petits-enfants. Ses interrogations portaient sur comment changer le bébé, faire un biberon... On est repartis des gestes de la grand-mère. Ils étaient justes, et il fallait simplement adapter l'organisation à ses difficultés. Elle était rassurée. Peu de grandsparents jusqu'ici viennent vers nous... Nous avons aussi eu le cas d'un grand frère de 17 ans malvoyant dont la maman était enceinte. Il souhaitait assumer sa place de frère et soutenir sa maman. Prendre le bébé dans ses bras. lui donner le biberon, le changer... Pouvoir garder

tout seul l'enfant à venir. Nous adaptons le suivi à chaque demande, en fonction de la situation. »

La Ligue Braille présente dans différentes situations

« Il est déjà arrivé qu'une maternité nous appelle car une jeune accouchée se sentait perdue. On a commencé le suivi à ce moment-là. Nous sommes parfois confrontées à des croyances quant au régime alimentaire du bébé, quant au traitement médicamenteux... Nous ne nous positionnons jamais sur ce type de questions, nous renvoyons vers les professionnels de la santé compétents. Nous restons focalisés sur l'accompagnement. Une maman nous a demandé de l'accompagner jusqu'à l'école pour qu'elle puisse se représenter les lieux et qu'elle soit connue des enseignants. »

Un papa participatif

Alexandre a fait appel plusieurs fois dans sa vie à la Ligue Braille pour apprendre le braille, la bureautique, la dactylographie... De façon ponctuelle avec des demandes précises. C'est dès lors tout naturellement qu'Alexandre et Chloé se sont tournés vers la Ligue Braille pour l'accompagnement parental. Le premier enfant du couple doit arriver en juin.

Si Alexandre a déjà tenu des bébés dans les bras, c'est pourtant la première fois qu'il est confronté au rôle de papa avec tout ce que cela suppose.

Pour lui, il s'agit vraiment de l'aboutissement d'un rêve. « Depuis que je suis petit, j'ai toujours eu l'envie d'avoir des enfants, de fonder une famille. Et j'ai maintenant trouvé la partenaire idéale », confie-t-il. « Ma pathologie étant héréditaire, j'ai choisi de passer des tests génétiques. J'ai une sœur qui n'a pas de problème de vue. Finalement, Chloé est vite tombée enceinte », explique Alexandre. Et Chloé de surenchérir : « Les choses se sont passées comme dans n'importe quel couple. »

L'accompagnement parental touche à l'intimité du couple. « C'est sensible, il faut donc qu'un lien de confiance s'établisse entre les parents et le thérapeute. »

Quand elle se rend au domicile des futurs parents, Coralie apporte des ustensiles nécessaires à la vie quotidienne.

Aujourd'hui, elle a emmené trois thermomètres vocaux multilingues dont elle explique en détail le fonctionnement. Alexandre les teste. L'un d'eux donne la température du corps, de la pièce et de l'eau. C'est en effet essentiel avant de donner un bain, ce qui est l'objectif du jour.

Coralie se propose pour faire les démarches afin que le couple acquiert le thermomètre avant l'arrivée du bébé. Alexandre trépigne d'enthousiasme.



S'exercer avec un bébé mannequin permet de se préparer à son futur rôle

Coralie conclut le suivi du jour et annonce qu'elle apportera des crèmes de soin la prochaine fois. « Oui, cela m'empêchera d'en mettre dans les yeux », ironie Alexandre, apparemment très à l'aise dans les apprentissages.

COUP DE POUCE À L'ASCENSEUR SOCIAL

Depuis de nombreuses années, élèves et étudiants aveugles et malvoyants se voient attribuer une bourse pour les soutenir dans leur parcours scolaire et académique.

La Loterie Nationale, par l'intermédiaire du Centre d'aide aux personnes aveugles et malvoyantes (CAPAM), octroie des bourses d'étude aux jeunes aveugles et malvoyants de l'enseignement secondaire ordinaire et supérieur non universitaire ou universitaire. Pour chaque demande soutenue par la Loterie Nationale, la Ligue Braille offre un complément financier.

Les enfants du primaire ne sont pas oubliés! En effet, grâce au Fonds Hubert Ouvry (du nom d'un généreux donateur), la Ligue Braille attribue des bourses d'étude à des jeunes aveugles et malvoyants dans l'enseignement primaire ordinaire et spécialisé. Au cours de l'année 2020-2021, la Ligue Braille a ainsi pu attribuer 243 bourses. Bénéficiaires d'une bourse d'étude, Laurens et Auguste témoignent.

Auguste: « Je suis en première secondaire dans l'enseignement ordinaire. Cela génère des frais importants en matériel adapté (écran supplémentaire, imprimante, chargeurs, écouteurs, un iPhone pour une meilleure intégration sociale et pour pouvoir suivre les cours de langue en audio, etc.) ainsi qu'en soutien scolaire. Je suis donc très heureux et soulagé de recevoir une bourse car cela donne aux jeunes avec un handicap visuel la possibilité de suivre un enseignement dans de bonnes conditions et optimise ainsi leurs chances de réussite. »

Laurens: « Je fais des études en office management. Cette bourse est un coup de pouce pour poursuivre mes études. Que la Ligue Braille me soutienne dans mes études et m'aide ainsi à me préparer au marché de l'emploi a quelque chose d'éminemment rassurant. Actuellement, je fais un stage chez Randstad et ça se passe très bien. Grâce à des logiciels adaptés comme JAWS, une barrette braille, etc., je fonctionne en stage comme je le fais en classe depuis tant d'années. »

Erratum Canne Blanche nr. 1 - 2022.

Dans le dossier du précédent numéro consacré à la Semaine de la Ligue Braille, une erreur s'est glissée en page 9. En effet, la définition du concept d'indépendance a disparu à la mise en page. Il eût fallu lire :

 Indépendance : la personne indépendante est celle qui ne dépend d'aucune autre pour accomplir, avec ou sans aide technique, les actes de la vie quotidienne.

Merci à nos lecteurs attentifs qui nous ont alertés! Toutes nos excuses.



UN PERFORMEUR DE TALENT

Il était présent le 14 mai dernier à la première Journée des familles pour initier tout jeune amateur à la danse contemporaine. Saïd Gharbi se présente comme un performeur en danse, théâtre, chorégraphie et nous raconte que c'est grâce à son handicap visuel qu'il est devenu artiste.

Comment êtes-vous entré en contact avec le milieu de la danse?

En 1993, j'avais 24 ans, Wim Vandekeybus, danseur, chorégraphe, cinéaste flamand connu internationalement, souhaitait faire un projet avec des personnes déficientes visuelles. Il faisait des appels dans différents lieux comme la Ligue Braille où je suivais une formation. La directrice de la formation m'en a parlé et les choses se sont enchaînées. Je ne pensais pas que ça allait devenir un engrenage positif. J'ai travaillé à plusieurs créations de Wim avec des danseurs voyants. Nous préparons pour les 35 ans de la Compagnie un spectacle présenté en juillet 2022.

Et bien d'autres événements ont eu lieu à côté ?

J'ai créé une compagnie, BGM, "Les Ballets du Grand Maghreb". Il y a eu parmi les spectacles, "L'attente" au KVS, "Clair obscur" en co-production avec l'Espace Magh... La compagnie a évolué en "Ballet du Grand Miro" qui s'est dirigé vers des ateliers pour sensibiliser à la danse dans le noir ou à la cécité tout simplement. Des ateliers souvent inclusifs composés de voyants, malvoyants ou aveugles et personnes porteuses d'un autre handicap. J'ai aussi donné des ateliers à la Ligue Braille. Je me sens assez privilégié car j'ai appris ma formation sur le tas. La majorité des artistes doivent suivre des cours pendant de longues années.

Quel est votre rapport à la scène ?

Quand je suis seul sur scène, je me déplace beaucoup en fonction de l'environnement direct. C'està-dire le relief au sol, les sons environnants...



Saïd en pleine action

Quand je bouge avec d'autres danseurs, ça me simplifie la tâche puisqu'il y a contact avec d'autres et là je peux me référer ou me repérer par rapport à eux. A partir du moment où c'est un duo ou un trio, il n'y a plus de raison de s'inquiéter puisque je me laisse entraîner par le mouvement de la chorégraphie et donc là je suis beaucoup plus en sécurité. Il est vrai que le risque zéro n'existe jamais quand on ne voit pas mais on essaye par tous les moyens de mettre le maximum de sécurité de son côté.

Quelle est l'origine de votre cécité?

C'est pigmentaire et héréditaire. Il y a plusieurs membres de ma famille qui sont aveugles. On perd la vue

peu à peu. J'ai été bien encadré car dès mes 10 ans, mes parents m'ont mis dans une école spécialisée où j'ai appris ce que l'on doit savoir quand on est malvoyant comme l'écriture braille. J'ai commencé à utiliser la canne blanche vers 14 ans même si je voyais encore des ombres. Le passage n'a pas été trop brutal car je me disais qu'il valait mieux être malvoyant à cet âgelà plutôt qu'à 35 ans quand on est peut-être déjà en situation familiale et professionnelle et que l'on doit tout changer. Ma difficulté avec la cécité est arrivée plus tard dans ma vie professionnelle, à force de vouloir faire comme les voyants. Parfois, je trouvais gênant de montrer ma canne. Quel temps gâché à vouloir me cacher!

Ce temps fait-il partie du passé?

Oui. J'ai depuis 2006 un chien guide à mes côtés et je suis plus serein, je crois que ça a été ma période la plus changeante. A présent j'assume, je me sens mieux et les autres aussi, je l'aperçois dans leur façon de m'aborder dans la vie de tous les jours. Avant, je voulais faire comme les voyants et aujourd'hui je le fais mais en restant moi-même. Je ne vois pas mais je rencontre des gens, je leur parle. On peut faire tomber certains tabous liés à la cécité. On ouvre des portes.



LES MALADIES DU NERF OPTIQUE

Les maladies du nerf optique peuvent apparaître soudainement et à tout âge sous de multiples formes. Elles sont le plus souvent sévères mais des traitements existent. La Professeure Antonella Boschi (UC Louvain), ophtalmologue spécialisée en neuro-ophtalmologie, nous donne plus d'explications.

Le nerf optique fait partie du système nerveux central. C'est un nerf crânien qui permet de transférer les informations visuelles de la rétine au cerveau. Il est constitué d'environ un million de fibres et il est vascularisé par l'artère ophtalmique. Il est le siège de multiples pathologies d'origines diverses.

Quelles sont les causes de ces pathologies?

Les causes héréditaires sont certainement à considérer. Avec le développement de la génétique, on s'est rendu compte que la fréquence des pathologies héréditaires est plus importante qu'on ne le pensait il y a une vingtaine d'années. La neuropathie optique Héréditaire

Autosomale Dominante est la plus fréquente, celle de Leber, moins courante, dispose par contre de la possibilité d'un traitement médical et, pour une des mutations, de thérapie génique.

Il y a des neuropathies inflammatoires liées à une inflammation démyélinisante du système nerveux central comme la sclérose en plaque, les névrites optiques typiques. C'est l'atteinte du nerf optique la plus fréquente chez les jeunes entre 20 et 30 ans. Il y a aussi des maladies inflammatoires systémiques moins fréquentes qui peuvent avoir une incidence comme la sarcoïdose, le lupus érythémateux disséminé, et autres maladies dysimmunitaires.

Les causes infectieuses doivent toujours être considérées et exclues. surtout en cas d'atteinte bilatérale des nerfs optiques, comme la syphilis, la tuberculose, l'herpès. Puis il y a les neuropathies ischémiques qui sont la cause première d'une perte de vision auprès des 40-50 ans sous une forme non artéritique. Quand elles présentent une association à un processus inflammatoire atteignant les artères, surtout celles de calibre moven, elles constituent une urgence en ophtalmologie, il s'agit de l'Artérite à Cellules Géantes, Elles concernent les personnes au-delà de 55-60 ans.

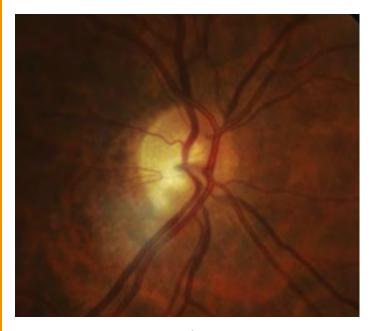
On trouve aussi des neuropathies compressives liées à des compressions, des masses, des tumeurs... qui peuvent comprimer le nerf optique soit dans l'orbite, soit le canal optique ou en intracrânien dans la région du chiasma. Les neuropathies infiltratives sont d'origine tumorale la majorité du temps.

Des neuropathies toxiques aussi, liées à un excès de tabac, d'alcool, de médicaments...

Et il y a encore les neuropathies traumatiques. Il s'agit surtout

des traumatismes dans la région frontale, qui peuvent parfois paraitre bénins, mais être à l'origine d'une baisse de vision très sévère.

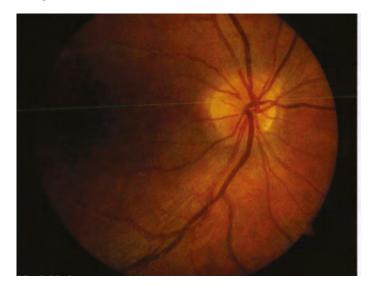
Quels sont les symptômes et signes de ces différentes pathologies?



NO (nerf optique) pâle dans le secteur temporal aux deux yeux dans un contexte de NO Héréditaire Autosomale Dominante (gène OPA1 +)

La neuropathie optique héréditaire
Autosomale Dominante engendre
une perte de vision généralement
bilatérale, lentement progressive et
la symptomatologie est extrêmement
variable. Dans une famille, certains
membres auront une vision
quasiment normale tout en étant
porteurs du même gène. Nous
n'avons malheureusement pas de
traitement à proposer à ces patients
à l'heure actuelle.

Nous déconseillons les consommations toxiques comme l'alcool, le tabac, les drogues qui peuvent accélérer le processus de dégénérescence.



NO bien coloré, bords nets le long de l'arcade vasculaire temporale inférieure présence de multiples capillaires/télangiectasies typiques d'un stade précoce de la NO

Dans le cas de la neuropathie optique héréditaire de Leber, ce sont les mères qui la transmettent à leur descendance et ce sont surtout les hommes qui vont présenter des symptômes. C'est une baisse de la vision d'apparition brutale, non douloureuse qui atteint généralement les deux yeux successivement. Nous avons la possibilité d'offrir à certains patients une thérapie génique, à d'autres un traitement par voie orale qui peut permettre une certaine amélioration des capacités visuelles dans un bon pourcentage de cas (étude encore en voie de publication).

Dans les neuropathies inflammatoires et infectieuses il y a parfois des atteintes rétiniennes et des signes et symptômes systémiques qui permettent de guider l'orientation du diagnostic. Dans la majorité des cas, un traitement adéquat permet d'obtenir des bons résultats.

La névrite optique typique liée à la sclérose en plaque présente une baisse de vision qui peut être aigüe et sévère mais rarement inférieure à 1/20 sur l'échelle de Snellen (n.d.l.r.: une échelle pour mesurer l'acuité visuelle). Elle est généralement unilatérale mais douloureuse pendant 3 à 5 jours.

Elle s'accompagne d'une désaturation des couleurs. Après deux semaines, la vision va s'améliorer, que l'on suive ou non un traitement. On conseille toutefois un traitement à la cortisone car la récupération se fera plus vite. Et comme cela atteint souvent des patients de 20-30 ans, ils seront plus vite opérationnels dans leur vie professionnelle. Il faut souligner que la névrite optique typique peut précéder le diagnostic de sclérose en plaque ou être liée à d'autres pathologies neurologiques d'origine auto-immunitaires telle la néuromyélite otique et les anti-MOG. En cas d'un premier épisode de névrite

optique, il sera important de préciser le diagnostic, la prise en charge thérapeutique étant différente.



Np Op Ischémique Aigue Antérieure nonArtéritique : Œdème No à prédominance inférieure avec suffusions hémorragiques et hyperhémie

La neuropathie ischémique antérieure non-artéritique qui atteint les 40-50 ans entraîne une perte de vision non douloureuse de sévérité variable, combinée à un œdème sectoriel, hyperhémique, de la papille optique et un déficit le plus souvent altitudinal du champ visuel. Son diagnostic se fait grâce à l'histoire clinique. Il faut rechercher les facteurs de risque ophtalmologiques tels que la petite taille de la tête du nerf optique et systémiques comme l'hypertension, l'hypercholestérolémie, l'apnée du sommeil, etc. Malheureusement, il n'y a pas vraiment de traitement efficace. Les formes qui présentent une inflammation des artères concernent des personnes de 55-60

ans et plus. La baisse de vision dans la majorité des cas unilatérale est brutale, très sévère, irréversible. Elle est souvent précédée de perte transitoire de la vue, de céphalées temporales, d'altération de l'état général, d'inappétence, et même de fièvre. A l'examen ophtalmoscopique l'œdème de la papille optique est pâle, sans dilatation des capillaires et rares suffusions hémorragiques. Le diagnostic est posé grâce à la présence d'un syndrome inflammatoire à l'analyse de sang, d'un retard de perfusion choroïdienne à la fluoangiographie et d'infiltrat inflammatoire au niveau de la paroi des artères temporales à la biopsie de celle-ci.



Œdeme pâle du NO avec ischémie rétinienne en inférieur du faisseau papillomaculiare typique d'une Np Op Ischémique dans cadre d'une Artérite à Cellules Géantes

Un traitement à la cortisone en forte dose est administré en urgence pour protéger l'autre œil qui risque d'être atteint, tant que le syndrome inflammatoire n'est pas maîtrisé.

La neuropathie compressive se caractérise par une perte de vision lentement progressive, non douloureuse. Parfois le patient s'en aperçoit très tardivement. La chirurgie va dans certains cas permettre une amélioration.

Que faire en matière de prévention ?

L'ophtalmologue peut voir qu'il y a des altérations précoces. Dans les formes héréditaires dominantes, on constate un nerf optique pâle, une perte des cellules ganglionnaires... Pour la neuropathie de Leber, l'ophtalmologue pourra dans certains cas voir un aspect très particulier de cette maladie, un gonflement des fibres nerveuses péri-papillaires avec une dilatation des petits vaisseaux. Selon le type de mutation, une thérapie génique pourra être proposée.

D'autres neuropathies optiques telle les formes compressives et/ou ischémiques non artéritique, peuvent être diagnostiquées de façon de plus en plus précoce, dans leur stade initial, faiblement symptomatique, grâce aux nouvelles technologies : par la découverte de déficit du champ visuel, de la perte des fibres nerveuses et des cellules ganglionnaires et/ou réseau

vasculaire de la tête du nerf optique à OCT et à l'ophtalmoscopie. Une prise en charge précoce permet généralement d'obtenir des meilleurs résultats fonctionnels à long terme.

Mais en général, c'est parce qu'il manifeste des symptômes que le patient consulte et l'ophtalmologue constate que la maladie s'est installée.

Un bilan ciblé permettra de préciser l'étiologie de la neuropathie optique et l'instauration d'un traitement adéquat. Parfois, malheureusement, il n'y a pas de traitement curatif. L'ophtalmologue peut juste, par exemple, sensibiliser le patient au fait d'éviter des consommations toxiques ou des comportements qui nuiraient à son nerf optique fragilisé.

La Professeure Boschi termine toutefois sur une note optimiste. Elle suit de près la multitude d'études en cours et croit en l'existence de traitements efficaces en devenir.



AIDES TECHNIQUES IT DERNIER CRI

Pour améliorer la formation, l'accompagnement et le conseil des personnes aveugles et malvoyantes dans le domaine des nouvelles technologies, la Ligue Braille investit dans l'acquisition d'aides techniques IT (smartphones).

Partant du constat qu'on forme d'autant mieux ce que l'on connaît bien, la Ligue Braille s'est équipée de smartphones des marques Apple et Samsung pour rencontrer les besoins en formation et de perfectionnement de ses conseillers en aides techniques. Ce nouveau matériel enrichit la large panoplie d'aides techniques de la salle de démonstration. Julien Rolin (JR), responsable du Service d'information sur les adaptations techniques (SIAT) nous parle des motivations et des choix.

De quel constat part cette démarche ?

JR: Au cours des cinq dernières années, nous observons un accroissement des demandes d'information sur les adaptations techniques pour la vie privée et la vie professionnelle. La majorité des demandes introduites auprès de nos services porte d'ailleurs sur les nouvelles technologies (smartphones et tablettes). Pour répondre à cette tendance à la hausse qui se confirme d'année en année, nous avons recruté de nouveaux collaborateurs en 2021. Parallèlement, le SIAT et les services néerlandophones Begeleidingsdienst (DBH), Informatiedienst voor technische aanpassingen (IDTA) en Multidisciplinair team (MDT) ont mené conjointement une réflexion sur la manière d'améliorer le service à la personne avec un handicap visuel. Les collaborateurs ont notamment pointé le besoin de pouvoir mieux maîtriser les nouvelles technologies adaptées au handicap visuel pour mieux former

les personnes en demande. Et pour se former, il était essentiel d'acquérir du matériel ad hoc, de pointe dans un domaine qui évolue si vite.

Pourquoi votre choix s'est-il porté principalement sur Apple et Samsung ?

JR: Notre pratique longue de nombreuses années nous a démontré que les personnes déficientes visuelles s'orientaient principalement vers ces marques qui offrent plus d'accessibilité.



Grâce au VoiceOver, l'iPhone lit à haute voix les articles de Canne Blanche

Qui plus est, il n'est pas possible de suivre toutes les marques de la même manière. Souhaitant apporter une réponse qualitative avec une connaissance approfondie des outils d'accessibilité des smartphones, nous nous sommes volontairement limités, surtout en ce qui concerne les téléphones sous Android. Néanmoins, il va sans dire que nous nous efforcerons d'apporter une réponse aux personnes déficientes visuelles qui utilisent d'autres marques.

Comment l'équipe va-t-elle se former à ce nouveau matériel ?

JR: Les conseillers connaissent le matériel et testent les nouveautés à chaque mise à jour des versions IOS ou Android. Il s'agit bien plus d'une formation itérative et continue basée sur la pratique.

La manipulation des technologies adaptées au handicap visuel, la veille technologique, l'échange d'information entre collègues, ou entre collaborateurs et personnes déficientes visuelles restent les meilleures méthodes pour maintenir ses connaissances à jour, qui plus est dans un monde qui bouge tous les jours.

Nos membres ont-ils droit à certaines aides financières pour acquérir ces aides techniques ?

JR: Être inscrit à un fonds régional reconnu (Phare, AViQ, du VAPH et de la Dienststelle für Selbstbestimmtes Leben) ouvre le droit à une intervention financière, variable en fonction du matériel et de la région. Pour les personnes de plus de 65 ans qui n'ont pas accès à ces fonds, la Ligue Braille a créé, grâce à un legs, le Fonds Zoé qui intervient dans le financement de l'acquisition de nouvelles technologies.

Nous essayons d'adapter notre proposition de matériel sur base des capacités financières de tout un chacun, surtout si la personne n'a pas droit à un soutien financier.

Les membres peuvent-ils compter sur une formation ?

JR: L'objectif de notre service est d'aider les personnes à être autonomes notamment grâce aux nouvelles technologies comme un smartphone ou une tablette. Certes, nous les guidons dans le choix du matériel mais nous les aidons aussi dans son appropriation et le paramétrage. Nous dispensons des formations principalement axées sur les outils d'accessibilité du téléphone. Lorsque la personne déficiente visuelle est capable d'utiliser à bon escient son téléphone avec les bons outils, elle est prête à pouvoir utiliser les applications de son choix dans la limite de leur accessibilité pour le public déficient visuel.

Nous misons beaucoup sur la diffusion des apprentissages dans le cadre des activités culturelles, de loisirs ou autres proposées par la Ligue Braille. Nous réfléchissons aussi à mettre en place des espaces de partage des savoirs entre personnes déficientes visuelles, encadrées par des collaborateurs pouvant apporter une expertise.

Sylvie en est à sa 4e séance avec son accompagnatrice, Myriam Chabot du SIAT.

Elle s'enthousiasme:

« Mon glaucome s'est dégradé l'an dernier après une opération. Je suis devenue complètement aveugle. Ne plus voir comme avant (silence).



Sylvie (à droite) se concentre pour apprendre à utiliser de nouvelles applications sur son smartphone

On se demande dans quel monde on est plongé. Il faut la volonté d'apprendre pour retrouver une certaine autonomie. À la base, je voulais un téléphone à touches et utiliser WhatsApp et Youtube. Avec Myriam, on a testé les différentes possibilités et j'ai finalement acquis un iPhone. Les premières communications étaient de réelles victoires. Ce téléphone est devenu indispensable. Il me permet d'être en contact avec ma famille et mes anciens collègues du travail. Sinon, sans lien social, on se sent effacé du reste du monde. »



EN DIRECT DU SERVICE SOCIAL

Droits des personnes handicapées, services sociaux et d'aide à la personne, mobilité, accessibilité... Vous trouverez ici une information condensée et pratique, centrée sur le handicap visuel et les mesures qui ont un impact important sur la vie sociale de nos bénéficiaires.

Prolongation des mesures énergétiques

Au début de cette année, le gouvernement fédéral a conclu un accord pour lutter contre les prix élevés de l'énergie (voir Canne Blanche n° 1, 2022). La réduction de la TVA sur l'électricité et le gaz à 6 % et l'élargissement du tarif social sont déjà prolongés jusqu'à la fin du mois de septembre. Une nouvelle évaluation suivra à la mi-septembre.

Allocation d'intégration (IT) : le "prix du travail" diminue

La décision de réformer le prix du travail pour les personnes handicapées, qui fait partie du Plan d'action fédéral Handicap, a été publiée au Moniteur belge en mars 2022. Désormais, les personnes handicapées sont donc autorisées à gagner jusqu'à 63 000 euros par an (contre 23 356 euros auparavant) avant de perdre leur allocation. Ce règlement prendra effet de manière rétroactive à partir du 1er octobre 2021. Environ 50 000 personnes qui ne recevaient pas d'allocation d'intégration dans le passé en raison de revenus trop élevés, pourraient désormais recevoir une allocation d'intégration.

Voyager pendant l'été ? Oui, mais comment ?

• La carte de réduction transports en commun

Cette carte personnelle vous permet de voyager gratuitement en bus, métro ou tram (connexions régulières) avec le TEC, la STIB et De Lijn. Vous pouvez également voyager en train (SNCB) gratuitement tant que vous voyagez en Belgique et en 2e classe. Sous certaines conditions, vous pouvez aussi bénéficier d'une carte accompagnateur gratuite.

• Le service PMR porte-à-porte de la TEC en Wallonie et à Bruxelles

Ce service de proximité à la demande est réservé aux voyageurs à mobilité réduite. Des véhicules adaptés à vos besoins sont mis à disposition à des tarifs avantageux pour vous et votre accompagnateur. Votre véhicule vous attend à l'heure et à l'endroit convenu lors de la réservation. Un chauffeur spécialisé vous aidera à embarquer et débarquer en toute sécurité. Plus d'informations sur www.letec.be

• Le TaxiBus à Bruxelles

Il s'agit d'un service de transport porte-à-porte, sur demande et destiné exclusivement aux personnes handicapées. C'est un service collectif: si plusieurs demandes de transport peuvent être combinées, le TaxiBus adaptera le trajet pour aller chercher ou déposer d'autres personnes. Ce service est accessible tous les jours de l'année. Plus d'informations sur www.stib-mivb.be

• Voyager au bout du monde? Les personnes à mobilité réduite ou en situation de handicap ont le droit de bénéficier d'une assistance gratuite dans les aéroports et à bord des avions. Celle-ci ne doit faire l'objet d'aucune restriction injustifiée, mais doit toujours être proportionnelle aux besoins réels de la personne concernée et aux conditions de vol spécifiques.

L'European Disability Card (EDC)

Cette carte favorise l'accès des personnes en situation de handicap à la culture, au sport et aux loisirs, et offre une série d'avantages dans ces domaines. Elle peut être utilisée en Belgique mais également dans l'un des 7 autres pays de l'Union européenne participants : Chypre, Estonie, Finlande, Italie, Malte, Slovénie et Roumanie. Depuis le début de cette année, vous pouvez aussi la présenter aux agents de De Lijn. Plus d'informations sur www.eudisabilitycard.be/fr/la-carte

Karine Lalieux nous présente son plan d'action fédéral Handicap 2021–2024



La ministre fédérale chargée des personnes handicapées, Karine Lalieux, et son porte-parole ont rendu une visite spéciale à la Ligue Braille pour présenter les grandes lignes du plan d'action fédéral Handicap via un enregistrement audio. Écoutez l'intégralité de l'enregistrement sur notre chaine YouTube.



FAIRE SES COURSES, FACILE!

Tôt ou tard, il faut remplir frigo et placards. Faire les courses peut paraître de prime abord compliqué pour les personnes avec un handicap de la vue. Pourtant, moyennant un bon accompagnement et des conseils judicieux, cela devient un jeu d'enfant!

Se préparer

Votre visite au supermarché sera plus vite bouclée si vous avez préparé à l'avance une liste en braille ou en grandes lettres sur votre smartphone. Vous pouvez aussi la dicter. Pour les articles lourds ou encombrants (l'eau ou la lessive par ex.), pourquoi ne pas utiliser le service de livraison à domicile de l'enseigne ? Vous n'aurez plus à les trimballer dans les rayons. Une loupe (électronique) compacte ou l'appareil photo de votre smartphone facilitera la lecture des étiquettes. Certaines « applis-loupe » peuvent également lire à haute voix des textes courts.

Si vous êtes seul·e, optez pour un panier (à roulettes). Si vous utilisez un caddie, mieux vaut le tirer pour éviter de cogner quelqu'un. Si une personne vous accompagne, celle-ci n'aura bien sûr qu'à rectifier la trajectoire du caddie que vous poussez.

Oser demander de l'aide

Dans le magasin, n'hésitez pas à demander à quelqu'un s'il peut vous aider ou vous accompagner, même si tout le monde n'en a pas forcément le temps ou l'envie. Un bon conseil, faites toujours vos emplettes dans la même supérette (de quartier) : les vendeurs vous connaissent et seront prêts à vous aider dans les rayons et pour les produits. Si vous cherchez un article précis, mieux vaut préciser de quoi il s'agit plutôt que de décrire l'emballage qui peut avoir changé.

Bien ranger ses courses

De retour chez vous, rangez soigneusement vos achats, par

exemple par type de produit. Placez à l'avant les produits achetés il y a un moment pour les consommer à temps.

Pour différencier les produits, utilisez des repères en mousse autocollants ou de petits élastiques. Vous pouvez aussi les identifier avec un lecteur adapté, une étiquette Dymo (braille) ou des autocollants grands caractères. Qui plus est, vous ne risquez pas de rater des dates de péremption.

La technologie NaviLens pour repérer à distance vos céréales préférées

Depuis janvier 2022, l'appli NaviLens aide les personnes aveugles et malvoyantes à repérer leurs produits Kellogg's dans le supermarché. À l'aide de votre smartphone, il vous suffit de scanner à distance un code qui reconnaît l'emballage et lit à haute voix les informations produits (par ex. ingrédients, allergènes...).

NaviLens utilise des carrés de couleur très contrastée sur fond noir : vous ne devez donc même plus être tout près du code pour le scanner car l'appareil photo de votre smartphone le repère immédiatement.

Quand vous faites vos courses, il vous suffit de le diriger vers une boîte de corn flakes pour que celuici détecte le code, à maximum trois mètres. Grâce à sa fonction de guidage (« bips» et voix), l'appli vous conduit vers le produit scanné.

Kellogg's est la première entreprise alimentaire à utiliser cette technologie. Cette année encore, un code « NaviLens » sera ajouté à tous les produits de la marque. La Ligue Braille se réjouit de cette innovation et espère qu'elle trouvera encore d'autres applications, pour améliorer l'inclusion des personnes aveugles et malvoyantes, dans les transports en commun par exemple.



Grâce à NaviLens, retrouvez plus facilement vos céréales préférées.

QUOI DE NEUF AU BRAILLESHOP?

Notre BrailleShop propose un large éventail d'articles pour jeunes aveugles et malvoyants, des tout-petits aux adolescents. Plein de chouettes idées pour s'amuser cet été!



Côté jeux éducatifs, vous trouverez des livres (à colorier) tactiles

(uniquement en anglais et sur commande).

Avec le boîtier audio Jooki, pas besoin d'écran pour écouter des histoires et de la musique ! Il suffit à l'enfant de placer une figurine sur le Jooki pour streamer de la musique ou lancer une playlist.



Les jeux de société font toujours des heureux. Nous en avons toute une série, adaptés aux personnes aveugles et malvoyantes. Des grands classiques – Scrabble, Uno et Rummikub – aux éditions originales, comme Quarto



Access, un jeu de stratégie avec des pièces en bois, ou Mow Access, où il faut ramener les vaches à

l'étable. Les sportifs pourront s'essayer à divers sports grâce à notre gamme de ballons et balles adaptés de torball, de goalball, de gym, et de tennis.

Enfin, cet été, n'oubliez pas de protéger votre enfant en lui enfilant une veste fluo pour une parfaite visibilité dans le trafic (tailles 4-6, 7-9, 10-12 ans ou adulte). Utilisez aussi le matériel de reconnaissance pour personnes malvoyantes.

Le BrailleShop est accessible sur rendez-vous à Bruxelles, les mardis, mercredis et jeudis.

Vous pouvez aussi passer commande par téléphone, du lundi au jeudi (10 h 00 -12 h 00 et 13 h 30 – 16 h 00). Consultez www.braille.be/brailleshop pour en savoir plus sur notre fonctionnement, nos activités, nos articles et nos prix. La page est régulièrement actualisée.



DE NOUVELLES FORMATIONS

Accompagner les travailleurs aveugles ou malvoyants sur le marché de l'emploi contribue à l'inclusion. Opérateur de formations adaptées et accessibles, le Centre de formation professionnelle (CFP) a renouvelé son catalogue début 2022.

Quoi de neuf?

C'est au CFP qu'une personne déficiente visuelle trouvera une aide et un accompagnement pour construire ou adapter son projet professionnel. Nos formateurs adaptent les programmes en fonction des candidats, afin de les rendre accessibles à toutes et tous. Dans une optique de perfectionnement et de renouvellement, et afin de s'adapter aux actuelles réalités du monde professionnel, le CFP a entièrement revu son offre de formations pour l'année 2022 et propose désormais :

 Des formations pour acquérir des compétences de base « à la carte » dans différentes matières (accessibilité, français, calcul, braille, développement des compétences numériques, néerlandais);

- Une préformation ciblée métier ;
- Une formations qualifiante d'agent-e administratif-ve et d'accueil;
- Des formations continuées pour les travailleurs qui désirent se perfectionner;
- Une préparation aux épreuves de validation des compétences du métier d'agent d'accueil, lesquelles seront prochainement adaptées et organisées en nos locaux.

Christelle Magniette, responsable du CFP, nous explique :

« Le programme ayant connu très peu de modifications depuis 2014, il était nécessaire de le moderniser afin qu'il réponde aux besoins actuels de notre public et aux exigences de la société de plus en plus impactée par la numérisation. L'acquisition de compétences diverses apparaît comme un facteur essentiel pour rester employable à l'avenir. C'est encore plus réel pour nos stagiaires dont le handicap est un premier facteur discriminant. La polyvalence et le développement des compétences numériques étaient à ajouter à notre offre de formation. Notre nouveau programme offre davantage de flexibilité aux chercheurs d'emploi qui ne souhaitent pas nécessairement s'engager dans une formation de longue durée ou se qualifier, mais qui désirent apprendre les outils adaptés ou renforcer leurs compétences dans une ou plusieurs matières. »

Les formations du CFP sont accessibles aux personnes aveugles et malvoyantes inscrites dans un projet professionnel (études, recherche d'emploi, réorientation, travail). Ses conseillers emploi et formation sont disponibles pour accompagner les stagiaires à chaque étape de leur projet depuis le choix de la formation jusqu'à la fin de carrière.

Pour les plus indécis, le CFP propose désormais un tout nouveau module de détermination du projet professionnel.

Pour connaître le détail de notre offre de formation et les places (encore)

disponibles, contactez le CFP: Aurore Gerland, Jobcoach aurore.gerland@braille.be

T: 02 533 33 80

ou

Christelle Magniette, Responsable du CFP christelle.magniette@braille.be

T: 02 533 33 83





Bruxelles-Formation est le partenaire qui nous permet d'organiser ces modules de formation. Le Centre de formation professionnelle bénéficie du soutien du Fonds social européen.

Que se passe-t-il en Flandre?

Depuis 2022, la collaboration avec le VDAB ainsi que son financement se sont arrêtés. Défendant l'insertion professionnelle des travailleurs avec un handicap visuel, la Ligue Braille a décidé de maintenir les services de recherche et de maintien à l'emploi côté néerlandophone, avec le potentiel appui de partenaires extérieurs. Cien Jacobs, jobcoach qui connaît bien les besoins des travailleurs avec un handicap visuel, a été désignée pour jeter les bases du futur service.



ESCAPE ROOM 'IN THE DARK'

La Ligue Braille vous plongera cet été dans une expérience unique : une escape room itinérante.

Chaque semaine en juillet et août, elle s'arrêtera dans une ville de Belgique et permettra aux participants d'expérimenter, au travers d'un jeu de 45 minutes, le quotidien d'une personne malvoyante.

Un évènement inédit

La Ligue Braille innove avec un concept inédit et bilingue d'escape room intitulé « In the Dark ». Vous pourrez découvrir cette activité ludique cet été dans une structure mobile opacifiée de 25 m² qui parcourra la Belgique.

Les participants, en équipe de 2 à 5, recevront des énigmes à résoudre dans le noir le plus complet pour gagner en luminosité et pouvoir sortir de la pièce.

Cette activité de sensibilisation à la malvoyance permettra à la fois d'associer la Ligue Braille à un moment heureux vécu entre amis, collègues, ou en famille mais aussi de mettre en situation les participants qui devront faire appel aux autres sens que la vue, à l'aide notamment d'outils utilisés au quotidien par les personnes aveugles ou malvoyantes.



Un logo a été spécialement créé pour l'escape room in the dark

Une animation en réalité virtuelle gratuite sera également proposée aux passants, à l'extérieur de l'escape room pour les sensibiliser à la déficience visuelle.

La caravane d'un espion

Les participants seront accueillis par un personnel formé (scénario et sécurité) et invités à rentrer dans la caravane d'un espion. Plongés dans le noir et munis des ordres de mission, ils devront aller à la recherche des indices dissimulés dans la salle pour résoudre pas à pas les différentes énigmes.

45 minutes, voici le temps que l'équipe aura pour découvrir le contenu du mystérieux attaché-case... Au programme : amusement, suspense et réflexion dans un cadre totalement unique.

Prêt·e pour cette aventure ? Inscrivez-vous en ligne avec le formulaire et venez nous retrouver cet été près de chez vous !

L'escape room près de chez vous*:

- Bruxelles du 4 au 10 juillet
- Louvain-la-Neuve du 11 au 17 juillet
- Durbuy du 18 au 24 juillet
- Namur du 25 au 31 juillet
- Anvers du 1er au 7 août
- Gand du 8 au 14 août
- Ostende du 15 au 21 août
- Knokke du 22 au 28 août

Informations pratiques

Equipe : venez relever le défi avec votre équipe de 2 à 5 joueurs.

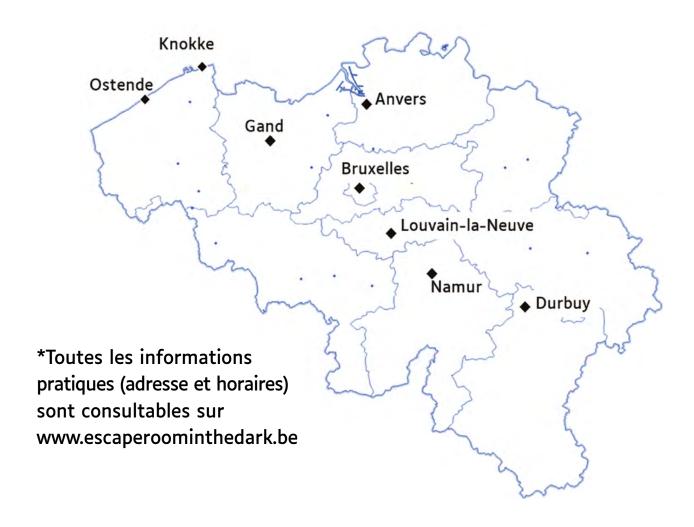
Durée : accomplissez votre mission en

moins de 45 minutes.

Age minimum recommandé: 8 ans

Prix unique : 59 €

Langue : français - néerlandais



UN HORIZON VERS DE NOUVEAUX AUTEURS



ABC, une plateforme qui rassemble des bibliothèques à travers le monde, permet aujourd'hui à toute personne déficiente visuelle une ouverture à des milliers de livres de multiples origines à l'aide d'un code d'accès unique.



ABC, une plateforme de lecture infinie

Ratifié en 2016 par 20 États membres de l'Organisation mondiale de la propriété intellectuelle (OMPI), le Traité de Marrakech permet la production et l'échange transfrontalier de livres accessibles. Se fondant sur cette base légale, l'OMPI* a créé un service mondial de livres accessibles, l'ABC (Accessible Books Consortium) qui propose aux bibliothèques adhérentes d'étoffer leurs collections. La Bibliothèque de la Ligue Braille a rejoint le consortium le 13 octobre 2021. L'accès y est gratuit pour nos bénéficiaires.

La Ligue Braille et ABC

« Avec cette adhésion, les 14.251 livres audio en français produits par la Ligue Braille ont ainsi rejoint les collections de l'ABC », s'enthousiasme Michèle Dubois, responsable des Services de loisirs et culturel.

« Nous voulions donner la chance à nos membres d'avoir accès à un nombre plus étendu de livres au départ d'une seule adresse. Ce qui est plus facile pour eux et pour nous également. Auparavant, les échanges de livres dépendaient de conventions signées entre les bibliothèques. Cela représentait une lourde charge administrative. Pour les bénéficiaires, cela impliquait des inscriptions multiples au sein de chacune des bibliothèques. », renchérit-elle.

« C'est aussi une opportunité pour nos bénéficiaires d'avoir accès à des livres dans d'autres langues. Un lecteur espagnol, par exemple, peut aujourd'hui trouver facilement des livres dans sa langue maternelle. Et tout téléchargement est gratuit. »

Rencontre avec une lectrice passionnée

Thérèse Depelchin souffre d'un glaucome à un stade avancé. Elle est bien connue à la Ligue Braille car elle y a travaillé pendant 18 ans. « Ce qui était le plus difficile pour moi quand ma pathologie s'est installée, c'était d'abandonner la lecture, un livre à la main. J'ai franchi le pas vers l'audio en 2001 ». Elle se souvient encore de l'époque où les livres audio étaient proposés sur cassette : « parfois il fallait transporter une dizaine de cassettes! » Elle s'inscrit fin 2021 à ABC. « C'est fabuleux car c'est un rassemblement de différentes bibliothèques. On est privilégié, on a accès à des auteurs qu'on n'aurait peut-être pas découverts autrement puisqu'on y trouve aussi des bibliothèques originaires des Etats-Unis, de Nouvelle-Zélande, du Canada... L'ABC ouvre des portes sur des ouvrages de toutes catégories ».

Thérèse accorde beaucoup d'importance à la voix des lecteurs. « Si une voix ne m'interpelle pas dans une présentation, je peux facilement consulter une autre bibliothèque. Et c'est si facile. Une seule clé d'accès, je ne dois pas chaque fois refaire la demande auprès d'autres bibliothèques. Et le téléchargement sur mon Daisy est simple et permet d'aller jusqu'à 32 gigas ». Elle nous confie aussi qu'elle adore écouter ses livres choisis en faisant d'autres choses qui pourraient sembler ennuyeuses : repasser, prendre les poussières... mais aussi de façon très agréable pendant de longues balades. « Les gens me disent : vous écoutez de la musique ? Non, je lis! ».

Téléchargement des livres

- Sur notre site Bibliothèque en ligne : http://bibliotheque.braille.be
- Sur le site de l'ABC www.abcglobalbooks.org

*OMPI

L'Organisation mondiale de la propriété intellectuelle est une institution spécialisée des Nations unies. Sa mission est de stimuler la créativité et le développement économique en promouvant un système international de propriété intellectuelle, notamment en favorisant la coopération entre les États.

QUOI DE NEUF À LA BIBLIOTHÈQUE ?

Top 5 des livres audio :

- 1. Code 612, Michel Bussi n° 36180 Il est le livre le plus traduit au monde, après la Bible, et l'un des plus vendus. Il est l'incarnation universelle de l'enfance. Mais s'est-on vraiment déjà posé la question : Qui a tué le Petit Prince ?
- 2. L'inconnue de la seine, Guillaume Musso – n° 3593

Par une nuit brumeuse de décembre, une jeune femme est repêchée dans la Seine au niveau du Pont-Neuf. 3. Le miel et l'amertume, Tahar Ben Jelloun – n° 36044

Tanger, au début des années 2000. Un pédophile agit en toute impunité, sans éveiller le moindre soupçon.

4. Le craquant de la nougatine, Laure Manel - n° 36011

Dans un bus, Romain rencontre Alba. Transporté par le charme éclatant de cette inconnue, il ne résiste pas à l'irrépressible envie de la revoir.

5. Conte de fées, Danielle steel - n° 36175 Il était une fois dans la vallée de Napa... Camille Lammenais a grandi en toute quiétude en Californie, au coeur du domaine viticole familial.

QUOI DE NEUF À LA LUDOTHÈQUE ?

Voici une petite présentation des jeux fraichement rentrés sur les étagères de la Ludothèque.

Dans **Dragon's cave** (M21028), les joueurs tentent de progresser dans l'antre du dragon pour ramasser les pièces abandonnées par les précédents aventuriers. Choisissez votre prochaine cachette malicieusement.

Pour devenir le meilleur joueur de **Maracas** (M21029), au monde, il faut

avoir une bonne oreille et une touche de malice. Estimez correctement le nombre de gemmes à l'intérieur des maracas pour surpasser vos adversaires.

Grâce aux **Chameaux logiques** (M21020), vous pourrez réaliser des exercices de tri, de calcul ou de classement selon plusieurs variables (taille, forme, couleur/texture). Excellent exercice de souplesse mentale et de manipulation pour créer des suites et apprendre à dénombrer.

D'autres envies ludiques ? N'hésitez pas à demander la nouvelle liste complète des jeux au 02 533 32 40 ou par mail : bib@braille.be



ENFIN REUNIS

Après deux années sans les Cafés Braille, ou du moins sans les réunions physiques, nos membres peuvent enfin se réunir à nouveau : quelle joie! Nous sommes allés rendre visite aux Cafés Braille d'Ath et de Bruxelles, et avons discuté avec les bénévoles qui aident à organiser ceux-ci.

Monique (82 – à droite sur la photo ci-dessus) est bénévole à la Ligue Braille depuis environ 25 ans et depuis 6 ans à l'antenne d'Ath.

Quel est votre parcours à la Ligue Braille pour être présente aujourd'hui?

Je fais du bénévolat à la Ligue Braille depuis plus ou moins 25 ans et depuis 6 ans ici à Ath. J'ai enregistré plusieurs livres audio. J'ai fait des traductions. A ma pension, je suis retournée à la Ligue Braille pour aider comme bénévole. J'ai été dans pas mal de services. Je m'occupais des dons. J'étais aussi référente pour le service des cartes de vœux. J'ai dû arrêter lorsque mon mari, André, est tombé gravement malade. Après son décès, j'ai repris contact avec la Ligue Braille pour pouvoir rejoindre l'antenne d'Ath.

Quelles sont vos tâches au Café Braille ?

Je m'occupe de préparer le café, d'aller chercher les sandwiches et d'aider pour les activités comme aujourd'hui la réalisation d'un antimoustique fait maison. Quand on décide de faire une séance de tricot, alors c'est moi qui gère. Et oui, cela m'enthousiasme beaucoup!

Quelle est votre motivation à participer à cette activité de loisir ?

Aider les autres. Ça me fait plaisir.

J'ai toujours aimé aider autrui. Depuis
2015, je suis présente pour cette
activité. Il y a beaucoup de fous rires
et il y a une bonne ambiance. Avant la
pandémie, on venait à chaque fois à
plusieurs bénévoles. Maintenant, c'est
chacun son tour. Ce qui est dommage...
car on ne sait pas se quitter.

Jacqueline (76 ans) est bénévole à la Ligue Braille depuis 11 ans et la bénévole régulière du Club Braille (n.d.l.r. : c'est ainsi que s'appellent les Cafés du côté néerlandophone) de Bruxelles.

Jacqueline, êtes-vous heureuse de revenir au Club ?

Je suis vraiment très enthousiaste! Ces jeudis au Café sont très agréables! Je connais les gens du Café depuis si longtemps, et c'est bon de retrouver cette routine et de passer une plaisante journée tous ensemble.

Quel est votre travail au sein du Club Braille ?

Je fais beaucoup de choses! J'arrive avant les membres du Café et je veille à ce que la table soit mise, que le café soit prêt et que les biscuits soient sur la table. Une fois les membres là,



je m'assure que tout le monde soit servi, et j'offre mon aide si nécessaire. Ensuite, je prends la commande des sandwiches et je pars les chercher. Quand je reviens, je commence par servir la soupe fraîche. Après le déjeuner, je fais la vaisselle, et je sers du café à ceux qui en veulent encore.

Etes-vous restée en contact avec les membres du Club pendant la pandémie ?

Oui, on se parlait au téléphone de temps en temps. Bien sûr, Marie-José est ma sœur, alors ensemble nous avons fait beaucoup de promenades et de belles excursions. Mais je dois admettre qu'il n'a pas toujours été évident de trouver avec quoi s'occuper. J'avais un peu peur de prendre les transports en commun, par exemple. Je suis heureuse que cette période soit derrière nous, espérons que cela reste ainsi. Heureusement, les sorties avec la Ligue Braille ont également repris. Je suis l'accompagnatrice régulière de Nadine, qui vient également au Café, lors de ces sorties. Nous avons déjà visité le Parlement et l'Opéra, et nous nous rendrons bientôt aux Floraliën à Gand.

Nous remercions Monique et Jacqueline pour ces interviews ainsi que tous nos bénévoles pour leur aide aux Cafés Braille et Clubs Braille.

À VOS MARQUES, PRÊTS, PARTEZ!

Depuis 2005, la Ligue Braille n'a pas raté une seule édition des 20 km de Bruxelles. Séduits par notre première participation, à l'initiative d'un sportif malvoyant, nous avons fait des 20 km un rendez-vous annuel qui nous aide à financer des activités pour enfants aveugles et malvoyants.

En coulisses, un dynamique duo de bénévoles – David et Nadia – aide le Service de communication à tout organiser parfaitement. C'est David qui a eu l'idée, en 2005, d'une participation de la Ligue Braille à cet événement sportif. La suite de l'histoire, vous la connaissez!

David en Nadia pendant un de

David en Nadia pendant un de leurs entraînements pour les 20 km de Bruxelles

David & Nadia, quel est votre rôle ?

David : « Nadia et moi rassemblons les inscriptions et faisons parvenir les dossards aux participants, en

fonction de leur niveau. On est là aussi pour les rassurer, les conseiller pour l'entraînement, leur expliquer le parcours, faire le lien avec les organisateurs de la course... » Nadia: « David est un communicateur né. C'est donc lui qui est au bout du fil ou qui donne les explications par e-mail. Moi, je m'occupe surtout de l'aspect administratif: je rassemble les formulaires d'inscription, j'encode toutes les données, je contrôle les paiements, j'envoie la liste de nos participants aux organisateurs et je distribue les dossards. Bref, nous nous complétons parfaitement! » David: « Nous sommes tous les deux malvoyants et grands amateurs de sport : nous sommes donc très bien placés pour conseiller les coureurs aveugles et malvoyants. Et si

> nécessaire, nous pouvons aussi leur trouver le parfait binôme à qui nous offrons une courte formation. »

Un tout grand merci,
David et Nadia, pour
votre formidable
engagement! En 2021,

les 20 km de Bruxelles nous ont permis de réunir 11 500 euros pour financer les activités pour les enfants! Qui sait, peut-être feronsnous mieux en 2022 ?



Canne Blanche, trimestriel de la Ligue Braille, est une production du Service communication, en collaboration avec les différents services de l'association.

Photos: Bernard Demoulin, UCL, Kellogg's, ABC, Jean-Michel Byl, Brailleliga, Saïd Gharbi, Cliniques Saint-Luc / H.Depasse, Bruxelles Formation et FSE.

Impression: Daddy Kate.



ABONNEMENT

15 € à verser sur le compte :
 BE11 0000 0468 0248
 BIC : BPOTBEB1
 Communication : « Abonnement
 Canne Blanche ».

- Gratuit pour les personnes aveugles et malvoyantes et pour les donateurs pour tout don à partir de 40 €.
- Disponible en PDF et en audio (www.braille.be), et sur demande en braille et sur CD Daisy.



- Aidez-nous à éviter les gaspillages : en cas de déménagement, d'erreur dans vos coordonnées ou si vous recevez cette revue en double, merci de nous en avertir!
- Ne vous laissez pas abuser par des personnes peu scrupuleuses.
 La Ligue Braille ne vend rien, ni de porte à porte, ni sur la voie publique.
- La Ligue Braille est une association neutre, attachée aux valeurs démocratiques et active dans l'ensemble du pays. Elle est au service de toutes les personnes aveugles et malvoyantes.



CONTACT.

Ligue Braille asbl, rue d'Angleterre 57, 1060 Bruxelles.

Tél.: 02 533 32 11 – E-mail: info@braille.be - www.braille.be.

Compte pour faire un don: IBAN BE11 0000 0000 4848 - BIC: BPOTBEB1.

Éditeur responsable: Noëlla Jardin, Engelandstraat 57, 1060 Brussel.

La Ligue Braille traite vos données personnelles dans le respect de vos droits et de ses obligations, conformément au Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD). Pour toute question au sujet du traitement de vos données, consultez notre Privacy Policy sur www.braille.be. Pour consulter, modifier, supprimer vos données ou pour toute autre question, contactez-nous par voie postale ou via info@braille.be.

BrailleTech

Semaine des technologies

DIGITAL: 10 - 11 OCT 2022

LIVE: 13 - 15 OCT 2022

Aveugle ou malvoyant?

Des solutions existent pour vous faciliter la vie!

BrailleTech Digital: assistez aux vidéoconférences et webinaires animés par la Ligue Braille et les exposants.

BrailleTech Live: venez découvrir les aides techniques des différents exposants en nos locaux.

Inscription obligatoire Entrée gratuite

Avec le soutien de :



