

**Matthias cuisine comme un chef.
Il est aveugle, ça vous étonne ?**

ligue braille



une autre façon de voir la vie

CHAQUE JOUR, LA LIGUE BRAILLE AIDE GRATUITEMENT LES PERSONNES AVEUGLES ET MALVOYANTES À GARDER UNE VIE SOCIALE.

Cuisiner pour épater ses invités, visiter un musée avec un groupe de passionnés, prendre le train pour rendre visite à un proche, jouer aux cartes avec sa voisine, partir en randonnée en famille ou prendre des nouvelles de son cousin parti vivre au bout du monde, autant d'activités qui nous permettent d'entretenir une vie sociale épanouie.

Avec un handicap visuel, c'est plus difficile.

Les personnes déficientes visuelles ont parfois peur de sortir de chez elles, n'osent plus recevoir ou pensent que faire du sport ou aller au concert n'est plus possible.

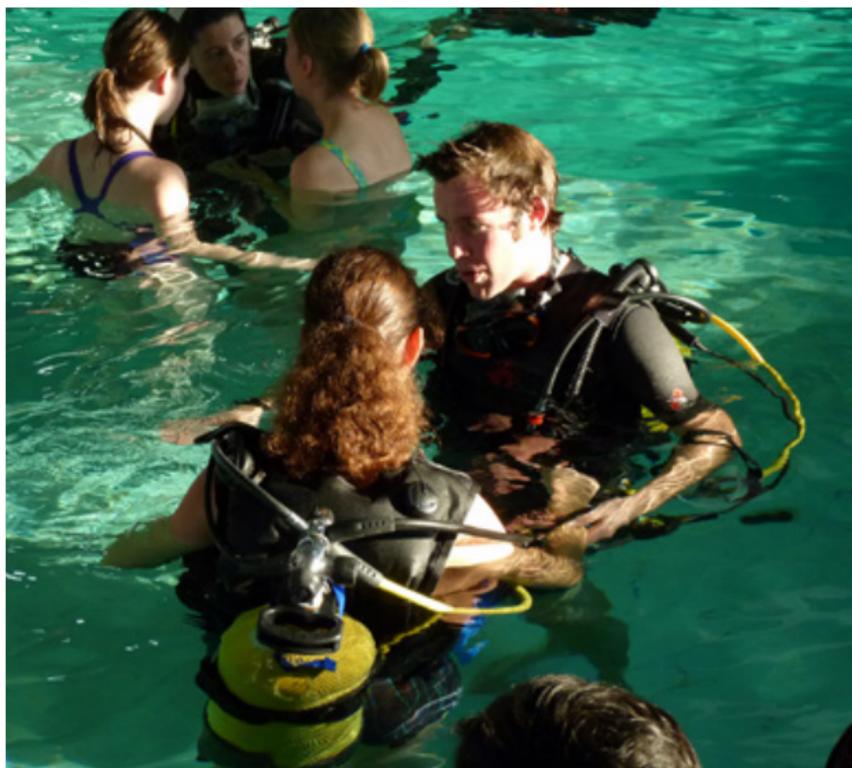
Dans ce cas, le risque d'isolement est grand. C'est pourquoi la Ligue Braille offre des services qui permettent aux personnes aveugles et malvoyantes de continuer à avoir une vie sociale active et enrichissante.





QUELLES SONT LES DIFFICULTÉS RENCONTRÉES ?

Dans les relations sociales, l'aspect non verbal est d'une importance primordiale. Expressions du visage, positionnement du corps, gestes, tout cela a un impact sans même que nous en soyons conscients. Ces codes, les personnes ayant un handicap visuel ne peuvent pas ou plus les appréhender comme une personne voyante. De plus, la vie sociale implique souvent de se déplacer. Là aussi, le handicap visuel peut être un frein. Enfin, pour pouvoir être pleinement appréciées, bon nombre d'activités sportives, culturelles et de loisirs se doivent d'être adaptées.

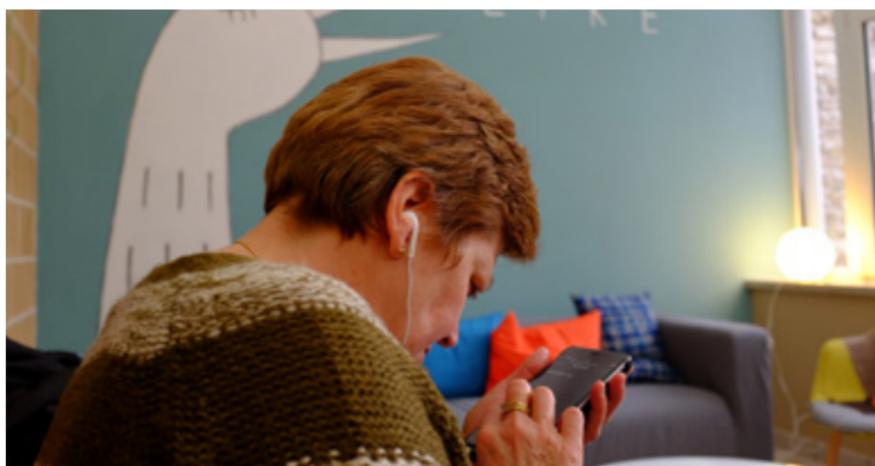




EXISTE-T-IL DES SOLUTIONS ?

La sensibilisation des proches est un premier pas pour éviter les malentendus.

Par divers apprentissages, la personne aveugle ou malvoyante peut devenir autonome pour se déplacer, cuisiner en toute sécurité, s'occuper de ses enfants, travailler, etc. Cela lui permettra de retrouver estime de soi et assurance. Les nouvelles technologies offrent aussi un panel de possibilités pour entretenir des contacts, communiquer et même se déplacer. Enfin, même s'il reste encore des progrès à faire, la société se montre de plus en plus inclusive. Séries télévisées audio-décrites, visites de musées adaptées, sites web accessibles et espaces publics aménagés se développent, ce qui est une bonne nouvelle !



QUE FAIT LA LIGUE BRAILLE ?

Dans le prolongement des aides individuelles, la Ligue Braille propose une large palette d'activités collectives, récréatives et formatrices qui permettent aux personnes aveugles et malvoyantes de nouer des liens sociaux essentiels à leur équilibre et leur bien-être.



Vie quotidienne

Pour qu'elles retrouvent un maximum d'autonomie, la Ligue Braille apprend aux personnes déficientes visuelles à se déplacer avec une canne blanche, un chien-guide, à cuisiner, à trier leurs vêtements ou encore à s'occuper de leur nouveau-né.

André : « Depuis que je suis mes cours de locomotion, j'arrive à faire des choses que je pensais devenues impossibles ! Mon but est de pouvoir me déplacer dans mon quartier, par exemple pour me rendre seul chez le coiffeur. Une fois que je maîtriserai bien ma canne, elle pourra aussi me servir en vacances : dans les escaliers, pour retrouver ma chambre à l'hôtel, etc. »

Perception de soi

Pour entrer en contact avec les autres, il faut d'abord se sentir bien dans sa peau.

À la Ligue Braille, des ateliers de yoga, de danse, de massages ou encore de maquillage permettent aux personnes déficientes visuelles de se sentir mieux dans leur corps.



Vie en collectivité

Excursions, ateliers créatifs, rendez-vous culturels variés, les personnes déficientes visuelles ont l'embarras du choix à la Ligue Braille !

Bien encadrées et sollicitant les autres sens, ces activités de loisirs sont bien sûr adaptées.

Elvire : « Malgré mon handicap, j'arrive encore à faire mes courses, rendre visite à des amis qui vivent en maison de repos et même gérer ma copropriété. J'habite avec mon chat, Tina. Ça fait 20 ans que je viens à la Ligue Braille. Ici on se retrouve tous ensemble, avec le même handicap, et ça crée des amitiés. »



Réseaux sociaux

Les nouvelles technologies présentent un fort potentiel de sociabilisation et d'information. La Ligue Braille organise régulièrement des ateliers permettant aux personnes aveugles et malvoyantes d'appivoiser smartphones, tablettes, applications et Internet.

Antoine : « Plus j'utilise mon smartphone, mieux j'arrive à l'utiliser. À force d'entraînement, j'arrive maintenant à écrire des mails assez rapidement. Pour rester en contact avec mes proches, je leur téléphone ou je leur écris. »

Sociabilisation des plus jeunes

La Ligue Braille accorde une attention particulière aux enfants handicapés visuels pour maximiser leur chance d'inclusion et de sociabilisation.

Lors du stage d'autonomie organisé en été ou des autres stages de vacances, les enfants peuvent échanger leurs expériences, entretenir des amitiés, développer leur indépendance et comprendre les règles de la vie en société. Pour les adolescents, la Journée sensations les amènent à relever de beaux défis et à dépasser leurs craintes. Sur une moto, sous l'eau ou dans les airs, rien ne les freine, pas même leur handicap !



La Ligue Braille en un coup d'œil

CRÉATION : 1920.

OBJECTIF : Aider les personnes aveugles et malvoyantes tout au long de leur vie pour favoriser leur autonomie, leur inclusion et leur épanouissement.

NOMBRE DE PERSONNES AIDÉES (2016) : 14 590.

SERVICES : Aide sociale, apprentissage de techniques favorisant l'autonomie (locomotion, chiens-guides, braille, cuisine...), soutien psychologique, information et conseil pour l'acquisition de matériel adapté, encadrement pédagogique, formation et insertion professionnelles, bibliothèque et ludothèque adaptées, activités de loisirs.

IMPLANTATION : Active dans tout le pays, siège social à Bruxelles et antennes régionales à Ath, Charleroi, Jambes, Libramont, Liège, Antwerpen, Geel, Gent, Hasselt, Kortrijk et Leuven.

PERSONNEL : 129 collaborateurs et 470 volontaires.

RESSOURCES FINANCIÈRES (2016) :
Dons et legs (68,03 %), tombola (4,21 %), produit net d'activités propres (9,67 %), subsides (18,09%).

Rue d'Angleterre 57 - 1060 Bruxelles

02 533 32 11 - info@braille.be

www.semaineliguebraille.be

Envie de soutenir la Ligue Braille ? Faites un don.
Tout don égal ou supérieur à 40 euros donne droit à une attestation fiscale.

IBAN : BE11 0000 0000 4848

BIC : BPOTBEB1

MERCI POUR VOTRE SOUTIEN !

Avec le soutien de



ligue braille^{asbl}

une autre façon de voir la vie

