

LA CANNE BLANCHE

BULLETIN TRIMESTRIEL
avril – mai – juin
N ° 2 2017

Bureau de dépôt Bruxelles X
N° d'agrégation P207078



- Place aux jeunes !
- Retour sur 2016
- Éblouissement et photophobie
- 20 km : nous y étions !
- Entre Nous

ligue braille ^{asbl} 

Rue d'Angleterre 57
1060 Bruxelles
Tél. : 02 533 32 11
IBAN : BE11 0000 0000 4848
BIC : BPOTBEB1

LA CANNE BLANCHE



Rédaction et coordination : Catherine Claeys.

Ont collaboré à ce n° : Nathalie Carpentier, Lynn Daeghsels, Lise De Mey, Stéphane Depoorter, Catherine Dosen, Michèle Dubois, Sabine Ghysens, Mohammed Hajjaoui, Noëlla Jardin, Rebecca Lévêque, Bruno Liesen, Valérie Staal, Magda Van Waes.

Photos : Nathalie Carpentier, Catherine Claeys, Lynn Daeghsels, Astrid de Pret, Quentin Declerck, Céline Gurdebeke, Rebecca Lévêque, L. Mahieu.

Impression : Imprimerie Adam-Demortier.

Abonnement : 10 € à verser sur le compte IBAN : BE11 0000 0468 0248 – BIC : BPOTBEB1 avec en communication : 'Abonnement Canne Blanche'. Gratuit pour les personnes aveugles et malvoyantes. Disponible sur CD Daisy et sur le site web : www.braille.be.

Contact : Ligue Braille asbl, Rue d'Angleterre 57 – 1060 Bruxelles

Tél. : 02 533 32 11 – Fax : 02 537 64 26 – E-mail : info@braille.be.

Éditeur responsable : Michel Magis, Rue d'Angleterre 57 – 1060 Bruxelles.

- 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 avvertir !
- Maître du fichier : Ligue Braille asbl. Notre association respecte scrupuleusement la vie privée de ses donateurs et sympathisants suivant les termes de la loi du 08/12/1992. Leurs coordonnées ne sont transmises à aucune autre personne physique ou morale. Sur simple demande de votre part, les données vous concernant vous sont communiquées et mises à jour si nécessaire.
- On ne le répétera jamais assez : 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 rappelle qu'elle 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.

DANS CE NUMÉRO

Éditorial	p. 1
Soutenir les étudiants aveugles	p. 2
Plus de 400 jeux adaptés à la Ludothèque	p. 4
Vive les vacances !	p. 7
Sport au programme du BrailleDay 2017	p. 10
Retour sur 2016.....	p. 11
Santé visuelle : éblouissement et photophobie	p. 19
La Ligue Braille près de chez vous.....	p. 23
Un entraînement sur mesure pour 3 jeunes coureurs malvoyants.....	p. 24
20 km de Bruxelles : derrière l'équipe, un duo discret et efficace.....	p. 28
Volontaires et jeunes déficients visuels : une combinaison gagnante	p. 32
Nos joies – Le don événementiel	p. 35

- BrailleTech 2017 : votre rendez-vous d'octobre !
- En direct du BrailleShop : Les nouveautés.
- En direct du Service social : Nouvelles du SPF Sécurité sociale : lenteurs à la DGPH ; demande de révision de votre dossier ; changement à l'accueil de la Finance Tower – Famifed : contrôle à domicile – Aide pour la déclaration fiscale – Un ombudsman pour régler les conflits avec votre avocat – Maximum à facturer – Du neuf dans les transports en commun – Politique de stationnement en région bruxelloise – Une grille pour les loyers wallons – Audiodescription à la télévision.
- En direct du Service d'accompagnement : Session de sensibilisation.
- En direct du Service d'insertion professionnelle : Le contrat d'adaptation professionnelle.
- En direct du Service culturel : À la Bibliothèque : Top 5 des livres audio – « Des idées et des livres » – Club de lecture – Les rencarts de la Bibliothèque. À la Ludothèque : des jeux pour l'été.
- En direct du Service Loisirs : Activités à Bruxelles – Activités en Wallonie – Activités pour la jeunesse.

ENTRE NOUS



ÉDITORIAL.

Énergie débordante, spontanéité, fraîcheur, enthousiasme, idées nouvelles,... voilà des caractéristiques qui parfois bousculent les aînés, mais que nous apprécions tous chez les jeunes, car ce sont les ingrédients indispensables de la construction du monde à venir.

Si ce numéro d'été de la Canne Blanche vous propose un article sur l'éblouissement ainsi qu'un rapide retour sur le bilan de l'année 2016, il fait surtout la part belle à la jeunesse.

Études, jeux, vacances, sport : voyez concrètement comment la Ligue Braille aide les jeunes aveugles et malvoyants à devenir des adultes responsables et épanouis. Et aussi ce qu'elle met en place pour qu'ils profitent des plaisirs de la jeunesse comme tous les enfants et adolescents.

L'année scolaire s'est terminée, espérons-le avec succès, pour les jeunes aveugles et malvoyants. Afin de les encourager, la Ligue Braille leur a octroyé une bourse d'études, grâce notamment à votre soutien, que nous vous invitons à renouveler cette année encore.

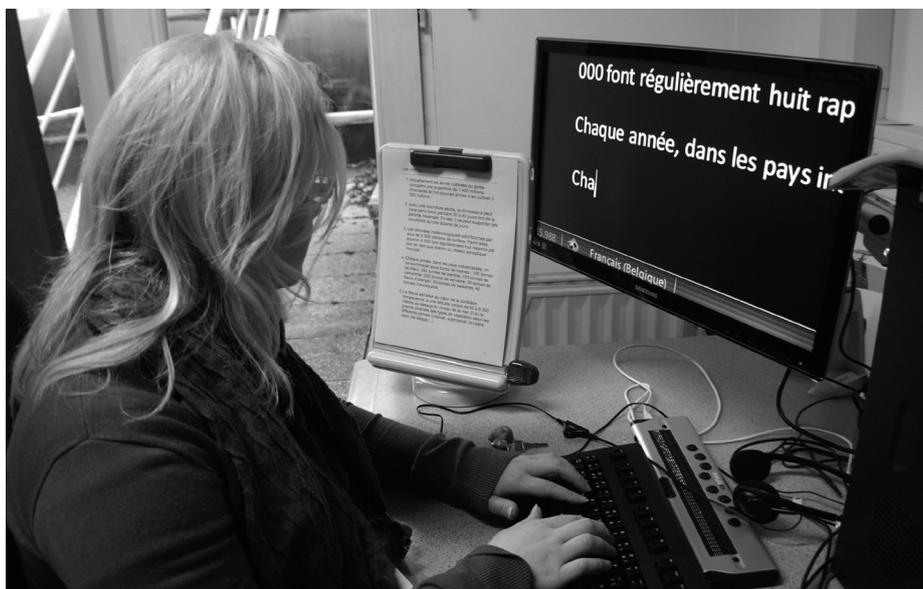
Du côté des loisirs, l'offre de la Ligue Braille est diversifiée : entre les jeux adaptés de la Ludothèque et les stages de vacances, les plus jeunes auront de quoi s'occuper cet été.

Et puis il y a le sport, qui contribue aussi au développement personnel. Trois jeunes malvoyants ont bénéficié d'un entraînement par Jacques Borlée pour se préparer aux 20 km de Bruxelles. Une course à laquelle participe la Ligue Braille, grâce à l'aide d'un duo de malvoyants, Nadia et David, qui nous livrent leur témoignage.

Bonne lecture et excellent été !



SOUTENIR LES ÉTUDIANTS AVEUGLES.



Pour tous les enfants et les jeunes, une scolarité réussie est un gage d'intégration sociale et d'épanouissement personnel. Et c'est encore plus vrai pour les jeunes aveugles ou malvoyants. Étudier représente pour eux des efforts importants et nécessite du matériel parfois coûteux.

C'est pourquoi la Ligue Braille met en place différentes initiatives pour les encourager. Outre l'aide qu'ils reçoivent de nos Services d'accompagnement et d'encadrement pédagogique, un coup de pouce financier vient y ajouter un surplus de motivation.

La Loterie Nationale, par l'intermédiaire d'associations comme la Ligue Braille, octroie depuis plusieurs années des bourses d'études aux étudiants handicapés visuels qui sont dans l'enseignement ordinaire, aux niveaux secondaire, supérieur non-universitaire ou universitaire.

À cette contribution financière de la Loterie Nationale, la Ligue Braille apporte un soutien complémentaire. Pour l'année scolaire 2016-2017, elle



peut le faire grâce à vous, les nombreux lecteurs de la Canne Blanche qui ont répondu à notre appel de juin 2016 et au Fonds Ouvry, du nom d'un généreux donateur. Ainsi, pour chaque candidature adressée à la Ligue Braille et soutenue financièrement par la Loterie Nationale, une aide complémentaire de 25 % est octroyée sur le montant de la bourse accordée par la Loterie Nationale.

Quant aux élèves aveugles et malvoyants de l'enseignement primaire ou de l'enseignement spécialisé, non aidés financièrement par la Loterie Nationale, ils le sont par la Ligue Braille, toujours grâce à vos dons et au Fonds Ouvry.

208 élèves aveugles ou malvoyants ont bénéficié d'une bourse d'études l'an passé. Pour cette année scolaire, le décompte n'est pas encore terminé et nous ne sommes donc pas en mesure de vous dire combien d'élèves aveugles ou malvoyants seront soutenus. Nous vous en ferons part dans un prochain numéro.

Notre souhait est bien sûr de pouvoir poursuivre cette action pour la prochaine année scolaire. Ce qui nécessite de réalimenter le Fonds Ouvry. D'où notre appel: aidez-nous, grâce à vos dons, à rassembler des moyens financiers pour consolider ce fonds qui sera distribué aux étudiants aveugles ou malvoyants qui solliciteront une aide pour l'année 2017-2018. Le bulletin de versement joint à l'envoi de ce numéro de La Canne Blanche vous permet de faire un geste pour encourager un jeune déficient visuel à poursuivre ses études. Merci pour votre soutien !



PLUS DE 400 JEUX À LA LUDOTHÈQUE.

Le jeu est primordial pour le développement de l'enfant et de l'adolescent. Les expériences ludiques interviennent dans les principaux aspects du développement humain : moteur, cognitif, social et affectif. Le jeu fait donc partie de la vie et quand on est petit, c'est même l'une des activités principales.



Audrey Linchamps, responsable de la Ludothèque (avec l'aimable autorisation du secteur Ludothèques du Service public francophone bruxellois)

La Ludothèque de la Ligue Braille propose plus de 400 jeux adaptés aux personnes aveugles et malvoyantes de tout âge. En tant que ludothèque adaptée reconnue, elle fait partie du réseau des ludothèques bruxelloises et bénéficie du soutien de la Commission communautaire française. Partons à la découverte de ce service en compagnie de la ludothécaire en titre, Audrey Linchamps.

La Ludothèque est ouverte aux personnes aveugles et malvoyantes, à leur entourage et aux professionnels qui ont recours à des jeux pour leurs activités en faveur des personnes handicapées visuelles. L'inscription et le prêt sont gratuits. L'envoi des jeux se fait par colis postal. Il est aussi possible de se rendre sur place pour tester un jeu avant de l'emporter.

**À jouer seul ou à plusieurs,
voyants, malvoyants ou aveugles.**

Audrey nous fait remarquer que pour les plus jeunes, l'accent est mis sur la découverte des sens non visuels (toucher, ouïe, odorat), avec des jeux



axés sur les textures, les sons, les senteurs qui éveillent ces modalités sensorielles et permettent de les exercer en s’amusant. Les plus grands profiteront des jeux de société qui donnent l’occasion de se réunir, en famille ou avec des amis, voyants, malvoyants ou aveugles, ce qui favorise aussi l’inclusion. Parmi les emprunteurs réguliers, on retrouve des parents d’enfants déficients visuels de zéro à cinq ans, mais aussi des parents ou grands-parents qui sont eux-mêmes déficients visuels et désirent jouer avec leurs enfants ou petits-enfants. Les adolescents, quant à eux, empruntent des jeux plutôt pour des occasions particulières.

Les jeux sont aussi prêtés dans le cadre des stages pour enfants organisés chaque année par la Ligue Braille et pour les animations présentées par la Bibliothèque de la Ligue Braille aux élèves handicapés visuels des écoles spécialisées. La Ludothèque permet également de tester des jeux proposés par le BrailleShop avant de les acquérir. Certains jeux sont en effet disponibles en plusieurs versions : avec ou sans indications en braille, ou avec des contrastes de couleurs différents, par exemple.



Repères tactiles et contrastes pour faciliter le jeu

Les plus grands succès sont le Mikado et Puissance 4, des jeux simples, que tout le monde connaît. Les jeux de cartes, le Scrabble, le Quarto (variante du Puissance 4) et Blokus (sorte de Tetris sur plateau) font eux aussi partie du « Top 5 ». Mais comment les jeux sont-ils sélectionnés et ensuite adaptés pour devenir accessibles aux joueurs déficients visuels ?

Adaptabilité, durabilité, solidité.

À propos des critères de sélection, Audrey précise : « C’est principalement l’adaptabilité du jeu qui entre en ligne de compte. Le matériel peut-il être faci-

LA CANNE BLANCHE

lement rendu accessible ou non ? Des jeux qui nécessitent une mise en place complexe, comme les jeux de stratégie de type Risk, ou qui déploient trop d'informations, sont plus difficiles à adapter». Les autres critères, comme la durabilité et la solidité, sont communs à toutes les ludothèques, dont les jeux passent de mains en mains à longueur d'année.



Audrey attrape une boîte de jeux.

Les jeux sont adaptés au handicap visuel en intégrant des inscriptions en braille, des repères en relief, des textures, des lettres agrandies, des contrastes. Les règles de jeux sont disponibles au format numérique et imprimées, sur demande, en braille ou en grands caractères. Vu la grande diversité des jeux, il faut une bonne dose de créativité et de multiples essais pour trouver des solutions simples et pratiques. Heureusement, notre ludothécaire peut compter sur le soutien et l'imagination de ses collègues de la Bibliothèque. C'est un volontaire, Erwin Blevi (voir notre article en page 33), qui met généreusement son ingéniosité et son habileté manuelle au service de la Ludothèque en réalisant sur place les adaptations.

L'une des principales questions à résoudre est d'adapter le jeu aussi bien pour les personnes aveugles que pour les personnes malvoyantes. Ce n'est pas toujours possible. Ainsi, les jeux de lettres peuvent uniquement être adaptés en braille pour les joueurs aveugles. Il faut donc pratiquer le braille pour pouvoir y jouer. Voilà pourquoi le catalogue distingue trois catégories de jeux : les jeux pour tous, accessibles à la fois aux personnes malvoyantes et aux personnes aveugles, les jeux pour malvoyants, accessibles uniquement à ceux qui perçoivent des contrastes et/ou des agrandissements, et les jeux qui nécessitent la connaissance du braille. Audrey donne aussi des conseils personnalisés aux emprunteurs en fonction de l'âge et du type de handicap visuel. Alors, on joue ?



La Ludothèque en pratique.

Conditions d'accès ? Pour s'inscrire, il suffit de fournir un certificat médical complété par un ophtalmologue.

Où ? Ludothèque de la Ligue Braille, rue d'Angleterre 57, 1060 Bruxelles.

Comment emprunter ? Le prêt, entièrement gratuit, est accordé pour 3 jeux maximum à la fois et pour une durée d'un mois renouvelable.

Comment choisir ? Sur place, par téléphone au 02 533 32 40 ou par e-mail à bib@braille.be. Le catalogue peut être téléchargé sur le site www.braille.be.

Heures d'ouverture ? Du lundi au vendredi, de 8h30 à 12h (sauf le mercredi) et de 13h à 16h30.

VIVE LES VACANCES!

L'école est finie, vive les vacances! La plupart des bambins vont passer une partie des 2 mois d'été avec leurs parents et la plupart participeront aussi à l'un ou l'autre des nombreux stages de vacances qui s'organisent pour les plus jeunes dont les parents travaillent. Mais parmi l'offre de stages de vacances, rares sont ceux qui sont réellement inclusifs en tenant compte des besoins spécifiques des enfants aveugles ou malvoyants.

Les parents de ces enfants n'osent donc pas y inscrire leur enfant, de crainte qu'il se retrouve isolé, qu'il se blesse ou tout simplement qu'il ne puisse pas profiter pleinement des activités organisées. Pour compenser ce manque, la Ligue Braille développe depuis quelques années des stages de vacances adaptés au handicap visuel.



Stage d'autonomie à la mer.

En ce début juillet à la côte belge, une quinzaine d'enfants aveugles ou malvoyants de 6 à 12 ans passent 5 jours et 4 nuits ensemble dans une ferme-auberge proche d'Ostende. Encadrés par les moniteurs spécialisés de la Ligue Braille, les enfants sont en de bonnes mains.

Particularité du stage : un judicieux équilibre entre plaisirs des vacances et apprentissage de l'autonomie. Tous les gestes du quotidien sont l'occasion d'apprendre les techniques pour se débrouiller tout seul : ranger ses vêtements, faire ses lacets, beurrer sa tartine,... Et puis on découvre et on s'amuse : jeux de plages, balades dans les dunes, visite du Boudewijn Park, expérimentation du cuistax, contact tactile avec les dauphins, les otaries, les vautours, visite d'une caserne de pompiers, etc. De quoi faire un grand pas vers l'indépendance, se lier d'amitié avec les autres enfants et rentrer la tête pleine de merveilleux souvenirs.



*Apprendre l'autonomie
en s'amusant*

Congés de Carnaval, Toussaint, Pâques,...

Organisés soit au siège de la Ligue Braille en journée, soit en résidentiel, d'autres stages sont proposés aux enfants aveugles et malvoyants de 6 à 12 ans pendant les congés scolaires. L'accent est mis sur des activités ludiques variées d'éveil, de détente et de découverte adaptées au handicap visuel. La créativité et l'exploration de son environnement par les sens du toucher, de l'odorat, de l'ouïe et du goût sont au programme. Ces stages



sont aussi l'occasion d'échanger avec d'autres enfants qui vivent la même situation de handicap visuel.



Circuit de cuistax.

Sensations fortes !

Pour les adolescents, la Ligue Braille organise une journée 'sensations fortes' ! Autour d'une activité sportive originale, les jeunes aveugles et malvoyants ont l'occasion de vivre le grand frisson et de dépasser leurs limites, avec un encadrement adapté qui garantit au maximum leur sécurité. Ils ont déjà pu expérimenter la course automobile en faisant un tour de piste au côté d'un pilote sur le circuit de Francorchamps, la simulation de chute libre au Skydiving de Charleroi, une initiation à la plongée à Nemo33 à Bruxelles ou encore un parcours d'accrobranche. Au programme cette année à la rentrée : la moto !

Pour connaître l'ensemble des activités organisées par la Ligue Braille pour les enfants et les jeunes, consultez l'agenda sur notre site web : www.braille.be ou prenez contact avec le Service loisirs : 02 533 32 11.



SPORT AU PROGRAMME DU BRAILLEDAY 2017.

Le BrailleDay est une journée magique offerte chaque année par la Ligue Braille aux enfants déficients visuels des écoles spécialisées. Pour cette édition 2017, une cinquantaine d'élèves venus de toute la Belgique ont été accueillis au Sportimonium, près de Malines.

Lors de cette sportive journée, les enfants ont découvert tout l'univers du sport et des jeux olympiques en se mettant en action. Soulever un poids le plus longtemps possible, enfiler des gants de boxe, reconnaître les chaussures et les ballons liés à différentes disciplines sportives, tenir sur une planche de surf ou sur une poutre, sauter très loin, toucher un vrai vélo de course, ... toutes

ces activités ont permis aux bambins de mieux appréhender ce qu'est la vie d'athlète tout en exerçant leur adresse et leur agilité. Différents jeux traditionnels ont également été mis à leur disposition, pour leur plus grande joie.



Quelques participants du BrailleDay 2017 sur le podium.

Pas d'ambiance sans mascotte ! Pour égayer la journée et encourager les enfants à relever les différents défis sportifs, un panda aux couleurs de la Ligue Braille a sillonné le Sportimonium tout au long de la journée.

Enfin, pour les féliciter de leur participation, tous les enfants ont reçu une médaille ! De quoi les voir repartir fiers de leurs exploits et le sourire aux lèvres, une façon pour la Ligue Braille de les encourager à persévérer et à s'épanouir pleinement dans la vie.



LIGUE BRAILLE : RETOUR SUR 2016!

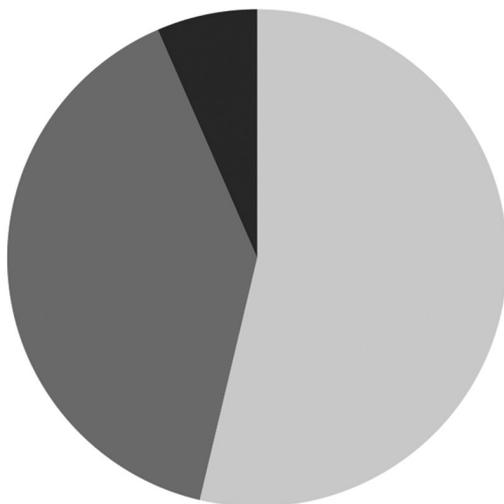
Approuvé par l'assemblée générale de la Ligue Braille fin avril 2017, le Rapport d'activités 2016 de notre association est à présent accessible à tous sur notre site web. En voici la synthèse développée autour de nos 4 missions principales.

Mission n° 1 : Soutenir les personnes aveugles et malvoyantes pour qu'elles puissent développer leur autonomie et être incluses dans la société.

Le nombre de personnes aveugles et malvoyantes qui font appel à la Ligue Braille ne cesse de croître, particulièrement dans la tranche d'âge des plus de 65 ans. En 2016, nous avons accueilli 1 052 nouveaux membres. L'aide apportée couvre tous les âges et les différents aspects de l'existence.

14 590
personnes aveugles et
malvoyantes ont été aidées
par la Ligue Braille
en 2016.

*Répartition des personnes aidées
en 2016 par catégorie d'âge.*



- < 25 ans : 6,51 % (950 personnes)
- 25-64 ans : 39,80 % (5 807 personnes)
- 65 ans et + : 53,69 % (7 833 personnes)



Un autre regard sur le quotidien.

S'habiller, cuisiner, s'occuper de son bébé, se déplacer avec une canne blanche et/ou un chien-guide, apprendre le braille, choisir et utiliser du matériel adapté, suivre des cours d'informatique... De nombreuses formations et accompagnements sont proposés aux personnes malvoyantes ou aveugles.



Apprendre à se déplacer avec une canne blanche ou à prendre soin de son bébé.

Un éclairage adapté facilite les tâches de la vie quotidienne comme lire, écrire ou préparer un repas. Au Labo de lumière, les personnes malvoyantes reçoivent des conseils personnalisés sur la façon d'optimiser l'éclairage dans leur lieu de vie.

La Ligue Braille organise chaque année un grand salon du matériel adapté aux personnes déficientes visuelles : le BrailleTech. L'occasion pour elles de découvrir, tester et comparer toutes sortes d'aides techniques. Ces outils ne cessent d'évoluer et chaque année, ils sont toujours plus nombreux.

Un nombre croissant de personnes handicapées visuelles utilisent des tablettes et smartphones dotés de fonctions d'accessibilité. Par conséquent, la Ligue Braille a organisé des formations pratiques sur l'usage de ces nouveaux outils technologiques.

1 215
personnes ont bénéficié
d'une aide
en accompagnement
en 2016.



Apprendre les gestes de base pour l'usage d'une tablette numérique.

Un autre regard sur les études et le travail.

De bonnes études sont essentielles pour construire son avenir en favorisant l'autonomie et l'inclusion sociale. Toutefois, cela exige des efforts importants de la part des étudiants aveugles et malvoyants et nécessite du matériel parfois onéreux. C'est pourquoi la Ligue Braille veille à assurer non seulement un suivi scolaire, mais aussi

un soutien financier. Ainsi, en 2016, 89 étudiants ont bénéficié d'un suivi et 208 bourses d'études ont été octroyées grâce à l'aide de la Loterie Nationale, du Fonds Ouvry et de généreux donateurs.

76 %

des personnes qui ont clôturé leur suivi ont terminé avec succès leur processus d'intégration professionnelle.

À la Ligue Braille, les personnes aveugles et malvoyantes trouvent l'information dont elles ont besoin pour se lancer sur le marché du travail. Elles peuvent aussi suivre une formation professionnelle adaptée à leur handicap. Les job coachs les accompagnent dans leur parcours en vue de (re)trouver ou maintenir un emploi. Les job coachs sont aussi en contact avec les employeurs pour les informer sur les compétences des travailleurs handicapés visuels, les adaptations techniques des postes de travail, les aides à l'emploi, etc. Des séances de sensibilisation sont proposées aux collègues de la personne déficiente visuelle.

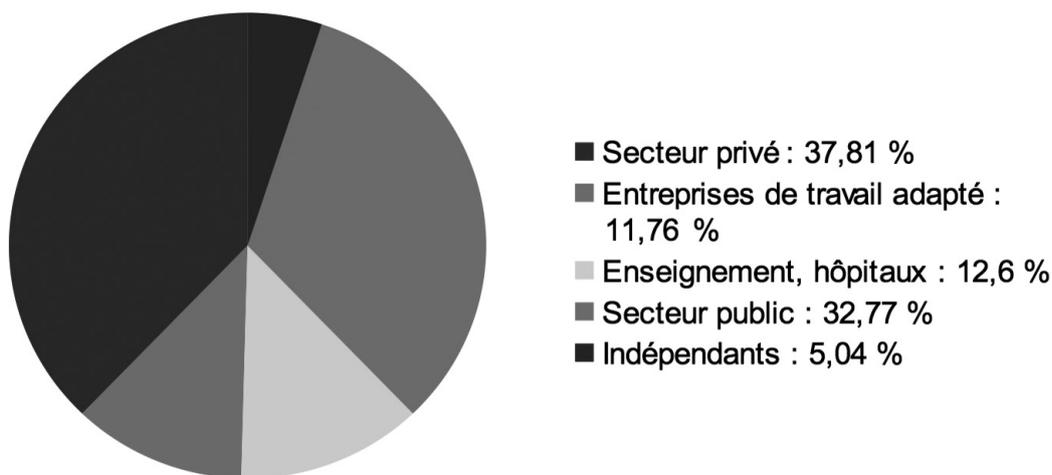


Du matériel adapté pour suivre une formation professionnelle.



En 2016, le nombre de personnes suivies dans leur démarche pour trouver ou maintenir un emploi a encore augmenté.

Dans quel secteur les personnes déficientes visuelles ont-elles trouvé un emploi ?



Un autre regard sur les loisirs.

En 2016, certains aménagements ont eu lieu au sein des Services pour augmenter l'offre d'activités et permettre à un public plus large d'y participer. Ainsi, nos bénéficiaires ont pu visiter les locaux de la VRT, la brasserie Duvel, le musée Train World, l'Institut Tibétain d'Anvers, le Parlement de Wallonie, etc. Ils ont aussi profité des attractions du parc Disneyland à Paris, séjourné à Aix-la-Chapelle et même assisté au tournage de l'émission télévisée « Blokken ». Plusieurs activités ont été spécifiquement prévues pour les enfants et adolescents déficients visuels : stages à la mer et à la ferme, journée à Walibi et à l'Aventure Parc de Wavre, etc. Lors du BrailleDay, 100 enfants ont passé une formidable journée au siège social de la Ligue Braille, sur le thème du tour du monde avec des ateliers et animations des plus variés : création de truffes, djembé, lecture de contes, etc.



Stage à la ferme pour les petits.

En 2016,
on a dénombré
5 996 participations
aux 690 activités
socioculturelles
organisées.

Aux jeunes comme aux moins jeunes, la Ludothèque et la Bibliothèque de la Ligue Braille offrent d'autres moyens de se divertir et de se cultiver : jeux adaptés, livres en braille, en grands caractères, audio ou tactiles peuvent être empruntés gratuitement.

En 2016, la Ludothèque a ajouté 26 nouveaux jeux à son offre. La Bibliothèque a lancé divers nouveaux ateliers qui ont tous remporté un franc succès : un club de lecture et des tables de conversation en français, néerlandais et anglais. Un nouveau projet a été lancé, « Je lis pour toi », invitant le grand public à enregistrer des livres audio depuis son salon, au moyen d'une tablette numérique ou d'un PC. Suite à cet appel, de nombreuses personnes se sont portées volontaires, ce qui permettra d'offrir plus de livres audio en prêt.



Grand frisson de l'accrobranche pour les grands.

Aux jeunes comme aux moins jeunes, la Ludothèque et la Bibliothèque de la Ligue Braille offrent d'autres moyens de se divertir et de se cultiver : jeux adaptés, livres en braille, en grands caractères, audio ou tactiles peuvent être empruntés gratuitement.

Mission n° 2 : Représenter et interpeller.

Pour permettre aux personnes handicapées visuelles de développer leur autonomie et s'intégrer dans la société, il est indispensable que celle-ci soit



inclusive. C'est pourquoi la Ligue Braille s'attelle à défendre leurs droits et leurs intérêts auprès des différents niveaux de pouvoir.

- Le personnel de la Ligue Braille s'est beaucoup investi pour assimiler les nombreux changements liés à la sixième réforme de l'État: création de l'AViQ (nouvel organisme d'intérêt public wallon chargé entre autres du handicap), réforme de l'allocation aux personnes âgées (APA),... Des changements sont aussi intervenus dans le secteur des soins en Flandre suite à la mise en œuvre du « Persoonsvolgende Financiering » (PVF).
- La Ligue Braille, très active au sein de diverses organisations et instances représentatives des personnes handicapées, a vu son engagement porter ses fruits avec notamment l'accord sur la Directive européenne relative à l'accessibilité du Web, ou encore l'adoption de la Carte européenne de handicap.
- Les anciens membres du projet NOOZO (Niets Over Ons Zonder Ons = rien sur nous sans nous), dont la Ligue Braille fait partie, ont poursuivi leurs démarches auprès des responsables politiques pour qu'un conseil d'avis des personnes handicapées soit constitué en Flandre. Fin 2016, le cabinet du ministre de l'Égalité des chances a fait savoir qu'une telle structure participative sera mise en place en 2018.

Mission n° 3 : Informer et sensibiliser.

La Ligue Braille utilise différents canaux pour diffuser les informations relatives au handicap visuel aux personnes aveugles et malvoyantes ainsi qu'au grand public: site internet, réseaux sociaux, périodique trimestriel « La Canne Blanche », lettre d'information, etc.



Pour mieux faire connaître les besoins des personnes déficientes visuelles et promouvoir ses services, la Ligue Braille mène régulièrement des actions de sensibilisation. Des visites guidées du siège de l'association et du Musée Braille sont ainsi proposées aux écoles, associations et autres groupes de personnes intéressées. En 2016, 1 907 visiteurs y ont pris part.



Affichette diffusée lors de la Semaine de la Ligue Braille 2016.

En 2016, la « Semaine de la Ligue Braille », grande campagne organisée chaque année par notre association, a porté à nouveau sur le thème de la malvoyance, avec pour message : « La malvoyance, il faut la vivre pour la comprendre ». Un spot TV a été diffusé sur la RTBF et la VRT, de grandes affiches ont été placées dans le métro bruxellois, un dépliant d'information a été largement distribué, un mini-site a été conçu et diverses expériences de vision simulant une forme de malvoyance ont été proposées aux passants. Un guide pratique « Vivre avec la malvoyance, c'est possible » a été édité à l'intention des personnes chez lesquelles la malvoyance s'installe.

Le Musée Braille a obtenu la reconnaissance du Conseil bruxellois des Musées et rejoint ainsi un réseau comprenant près de 100 musées fédéraux, communautaires, communaux et privés. Un espace attenant au Musée Braille a accueilli en 2016 les modules tactiles offerts par le Musée BELvue. Ces modules permettent une découverte tactile de l'histoire de Belgique.

En 2016, nous avons également participé à différents événements, foires et salons de Belgique, comme la Foire du livre, les 20 km de Bruxelles, la Fête des familles 100 % inclusive, le Salon Autonomies à Namur, le Forum Handicom à Charleroi, Hobby Creatief Salon à Anvers, Visuu Activa à



Roulers, Relife Limburg à Genk, etc. Notre association a également pris part à Music For Life, grande opération de solidarité organisée par la VRT, et a été choisie par BRUZZ comme bénéficiaire de son action Brussel Helpt organisée fin 2016 en région bruxelloise.

Mission n° 4 : Soutenir la recherche en ophtalmologie.

La Fondation pour les aveugles, fondation d'utilité publique de la Ligue Braille, a parmi ses missions le soutien à la recherche dans le domaine de l'ophtalmologie. Elle est aidée par un Comité scientifique composé de professeurs d'ophtalmologie des 7 universités du pays et présidé par le professeur Jean-Jacques De Laey. En 2016, 4 jeunes chercheurs, sélectionnés par un jury international, ont reçu chacun un prix de la Fondation pour les aveugles à hauteur de 60 000 euros au total : Steffi Matthyssen (UZA), Kristof Van Schil (UZ Gent), Joao Barbosa Breda (KUL) et Joke Devoldere (UZ Gent).

Le saviez-vous ?
En 2016, la Ligue Braille a été financée à **82 %** par la générosité du public. Seuls **18 %** de nos besoins ont été couverts par des subsides.

Toutes ces missions n'auraient pu être remplies sans l'aide de nos 129 collaborateurs et 470 volontaires. Nous avons également pu compter sur le soutien de très nombreux donateurs et souscripteurs de notre Tombola, ainsi que sur les contributions de plusieurs entreprises et pouvoirs subsidants. Un chaleureux merci à tous !



SANTÉ VISUELLE: ÉBLOUISSEMENT ET PHOTOPHOBIE.

Dans les situations d'inconfort visuel liées à l'exposition à la lumière, il convient de distinguer éblouissement et photophobie. L'éblouissement désigne une sensation visuelle inconfortable généralement passagère, qui peut provoquer temporairement une baisse d'acuité visuelle et une perte de visibilité.

La photophobie n'est pas à proprement parler une phobie, autrement dit une peur irrationnelle, ni une maladie au sens strict, mais plutôt un ensemble de symptômes, un état d'hypersensibilité ou d'intolérance parfois douloureuse à la lumière, au point de ressentir dans certains cas le besoin de porter des verres teintés à l'intérieur. Elle est parfois le symptôme d'une pathologie, visuelle ou d'une autre nature.

Impact de l'éblouissement sur la vue.

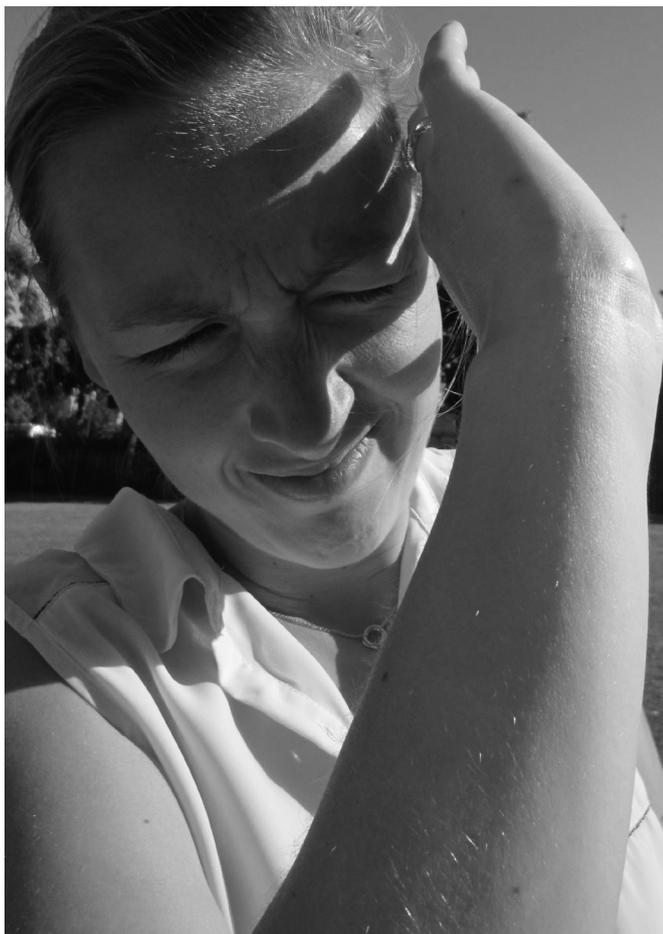
L'éblouissement peut, selon les cas, causer une simple gêne ou bien perturber notre vision au point de réduire temporairement nos capacités visuelles. Dans des conditions d'intensité lumineuse extrême, par exemple en plein soleil dans la neige, l'éblouissement peut s'accompagner d'une sensation douloureuse et de crampes au niveau des paupières.

L'œil est sensible aux écarts de luminosité entre l'objet qu'il regarde et le fond sur lequel cet objet se détache. Un trop grand écart de luminosité provoque l'éblouissement et nuit donc au confort tout en diminuant les capacités visuelles. C'est le cas par exemple lorsqu'on lit le journal où qu'on travaille sur un écran d'ordinateur en faisant face à une fenêtre. La vue s'adapte à une clarté moyenne et diminue par conséquent la sensibilité aux contrastes,



ce qui rend plus difficile la lecture quand la luminosité du journal ou de l'écran est plus faible que la lumière extérieure.

La diminution de la fonction visuelle provoquée par l'éblouissement est suivie d'un temps de récupération plus ou moins long, désigné sous le terme de résistance à l'éblouissement. Indépendamment de toute affection de la vision, la résistance à l'éblouissement varie d'une personne à l'autre.



L'éblouissement est aussi lié à la fatigue visuelle. Celle-ci est la conséquence d'une sollicitation intensive ou prolongée des fonctions visuelles. Les sensations d'éblouissement sont l'un des symptômes de la fatigue visuelle, qui entraîne également une diminution de la sensibilité aux contrastes, de la résistance à l'éblouissement et parfois de l'acuité visuelle. À l'inverse, l'éblouissement peut être lui-même un facteur de fatigue visuelle lorsqu'il altère les performances visuelles.

Photophobie.

La photophobie est un trouble de la vue assez courant. Elle peut se manifester par de nombreux symptômes, qui varient d'un individu à l'autre : inconfort visuel, douleurs, sensation de brûlure, besoin de plisser les yeux voire



de les fermer complètement, larmoiement excessif, vision troublée, inflammation au niveau des yeux (yeux rouges), maux de tête et migraines, nausées ou vomissements, etc.

Les causes sont très diverses. La photophobie est parfois liée à une infection ou une inflammation de l'œil, un virus, des maux de tête ou une migraine. La cause la plus fréquente est une inflammation de l'iris, la membrane colorée qui régule l'entrée de la lumière dans l'œil. Lorsque les muscles de l'iris sont enflammés, leur contraction au passage de la lumière devient douloureuse. Parmi les autres causes de l'intolérance à la lumière, il faut citer l'uvéïte, l'ulcère de la cornée, certaines formes de cataracte, etc. Des maladies neurologiques comme certaines tumeurs hypophysaires ou la méningite, un traumatisme crânien, ou encore la prise de certains médicaments ou drogues provoquant une dilatation de la pupille pour une durée plus ou moins longue, peuvent aussi être à l'origine de la photophobie.



Lunettes anti-éblouissement.

Conséquences de la photophobie.

La photophobie engendre une perte d'acuité visuelle ou de sensibilité au contraste, ainsi qu'une moindre résistance à l'éblouissement. De ce fait, la capacité de détecter des obstacles ou des différences de niveau au sol est diminuée, ce qui accroît le risque de chute.

La photophobie, par diminution de la sensibilité aux contrastes, va aussi altérer les capacités de lecture et nuire à l'efficacité dans l'accomplissement des activités quotidiennes.



Prévention et traitement.

Pour prévenir les effets néfastes de l'éblouissement en général, il convient de porter des lunettes solaires en cas d'exposition au soleil. Des verres polarisants, qui peuvent équiper tous types de lunettes, sont aussi utiles pour éliminer les réverbérations gênantes.

Par ailleurs, il est important d'aménager le lieu de travail pour éviter les situations d'éblouissement et la fatigue visuelle qu'ils engendrent. Cet objectif peut être atteint par un éclairage adapté, en éliminant les reflets (sur l'écran d'ordinateur par exemple), en évitant les effets d'ombres sur la zone de travail, ainsi que les contrastes trop importants entre zones trop et trop peu éclairées.

En ce qui concerne la photophobie proprement dite, il importe avant tout de diagnostiquer le problème sous-jacent afin de prescrire un traitement adéquat, qui permettra généralement de réduire la sensibilité à la lumière. Il est donc impératif de commencer par consulter un ophtalmologue.

En l'absence de maladie visuelle, l'ophtalmologue peut recommander le port de verres teintés appropriés. Le port de lunettes de soleil à l'intérieur est déconseillé aux personnes photophobes. En effet, en s'adaptant de cette façon à un environnement plus obscur, leur hypersensibilité à la lumière augmente.

Par contre, des études montrent, par exemple, que le port de lunettes teintées de rose (filtre FL-41), qui bloquent les longueurs d'onde du bleu au vert, peuvent soulager certains patients photophobes.

Tous nos remerciements au professeur Jean-Jacques De Laey (Université de Gand) pour sa relecture attentive et ses suggestions.



LA LIGUE BRAILLE PRÈS DE CHEZ VOUS.

Durant toute l'année, la Ligue Braille organise des événements et participe à divers salons. Elle y présente ses services gratuits pour les personnes aveugles et malvoyantes et sensibilise le public au handicap visuel.

Forte présence de la Ligue Braille aux quatre coins du pays.

Lors de notre campagne annuelle, les services qu'offre la Ligue Braille pour permettre aux personnes aveugles et malvoyantes de rester autonomes ont été mis en lumière. À cette occasion, nous nous sommes rendus au salon **BabyDays** (Courtrai) pour présenter aux visiteurs comment il était possible d'apprendre à s'occuper d'un nourrisson sans la vue, soit une brève introduction au suivi parental qui permet aux futurs parents ou grands-parents d'acquérir les bons gestes avant l'arrivée d'un bébé.

En mars, la Ligue Braille était également présente à **AMICO** (Bruxelles), une journée spécialement destinée aux ophtalmologues. Elle y a donné une conférence et tenu un stand afin de mieux faire connaître ses services.

À **Reva** (Gand), au **Salon des Personnes Handicapées** (Châtelet) et à **Ensemble avec les personnes extraordinaires** (Marcinelle), c'est le thème handicap qui était mis à l'honneur. Nous y avons présenté l'aide que nous apportons gratuitement aux personnes aveugles et malvoyantes.

Enfin, la Ligue Braille était présente lors de deux grands événements bruxellois : la **Fête de l'Iris** et les **20 km** (voir nos articles en pages 24 et 28) !



Une présence qui a permis de sensibiliser de façon ludique et sportive des milliers de personnes.

Profitez de l'été avec la Ligue Braille !

Cet été, la Ligue Braille retrouvera en toute convivialité familles et vacanciers. En juillet, visitez son stand à Bruxelles lors de la **Fête Nationale** et à Libramont lors de la **Foire**. En août, la Ligue Braille sera à Leuven lors de la **Journée sans voiture**, à Geel pour **Fiesta Europa**, et à Ostende pour les **Paulusfeesten**. Durant ces différentes festivités, le public sera invité à s'immerger dans l'univers des personnes handicapées visuelles via du matériel adapté, des lunettes de simulation de maladies visuelles et la découverte du braille, mais également en participant à un concours. Venez nombreux !

UN ENTRAÎNEMENT SUR MESURE POUR 3 JEUNES COUREURS MALVOYANTS

Parmi les 540 coureurs de l'équipe Ligue Braille aux 20 km de Bruxelles se trouvaient une vingtaine de personnes aveugles et malvoyantes. Parce que la performance de ces coureurs déficients visuels est un véritable exploit, nous avons souhaité mettre à l'honneur 3 jeunes coureurs en leur permettant de bénéficier d'un entraînement hors du commun, avec Jacques Borlée.

C'est grâce au partenariat conclu entre la Ligue Braille et Belgium Running que Margaux (21 ans), Cédric (14 ans) et Matthieu (15 ans) ont bénéficié de trois séances d'entraînement avec l'entraîneur de l'équipe olympique belge



Jacques Borlée entouré de Cédric, Matthieu et Margaux.

d'athlétisme, Jacques Borlée. Rendez-vous était donné les mercredis 10, 17 et 24 mai, à 16 heures, au stade des Trois Tilleuls à Watermael-Boitsfort.

Pour chaque rencontre, Jacques Borlée avait concocté un programme adapté pour nos jeunes athlètes. Si la condition physique de Margaux, Cédric et Matthieu était bonne, notre coach a toutefois dû composer avec des niveaux de préparation plutôt disparates. Le cadet de la bande, Cédric, faisait figure de bon élève. En effet, il a déjà foulé les 20 km en 2016 en compagnie de son papa, alors qu'il n'avait pas encore 13 ans. Cette année, il visait un meilleur temps, sous les deux heures. C'est pour la maman de Cédric que c'était finalement plus difficile à gérer. «J'ai peur qu'il se fasse bousculer par la foule. Ce sont tout de même 40 000 personnes qui participent aux 20 km de Bruxelles!», nous confiait Thérèse. Pour Matthieu, c'était un grand et nouveau défi à relever car le jeune est bien plus habitué aux tatamis qu'au bitume. Notre ceinture marron de judo devait apprendre à gérer son souffle et à mieux canaliser son énergie sur la durée. «Je me suis entraîné avec Valérie et Quentin (NDLR : deux coureurs volontaires pour encadrer une personne



malvoyante ou aveugle) de façon régulière. Ce que j’appréhendais, c’était la chaleur. C’est difficile de courir lorsqu’il fait chaud», confie Matthieu. Margaux, elle, court de temps en temps pour se détendre, et depuis janvier, elle courrait chaque semaine. Jusqu’à sa blessure au pied. Elle expliquait lors du 1^{er} entraînement : «Je vais mieux maintenant. J’aimerais donc faire les 20 km avec mon ami en alternant la marche et la course pour y arriver».

Une préparation intensive !

Mercredi 10 mai, à 16h, nos jeunes coureurs malvoyants étaient présents dans le stade bruxellois et impatients de rencontrer Jacques Borlée. Passées les présentations, il a fallu se mettre au travail et enchaîner tours de stade et exercices au sol. Ce premier entraînement a permis à Jacques Borlée d’évaluer le niveau de chacun et de préparer un programme sur mesure pour les semaines suivantes. Cédric, Margaux et Matthieu étaient unanimes pour déclarer que cet entraînement les a incités à repousser leurs limites. Si Jacques Borlée a répondu positivement à notre invitation, c’est parce qu’il considère que «les gens qui vivent avec un handicap sont obligés de se dépasser en permanence. C’est la même chose avec le sport de haut niveau qui pousse à aller à l’extrême». Il ajoute «si je peux aider des personnes malvoyantes à comprendre cette philosophie, ce sont des moments merveilleux».



Cédric s’étire.



Pendant trois semaines, Cédric, Margaux et Matthieu se sont glissés parmi les athlètes de haut niveau dont s'occupe Jacques Borlée habituellement. Parmi eux, on retrouve Dylan et Olivia Borlée. Chaque semaine, ils sont arrivés avec le sourire et repartis épuisés par près de deux heures d'exercices d'échauffement, d'étirements, de techniques de course et de conseils.

Pour Jacques Borlée, c'était important de proposer une préparation tenant compte du handicap visuel de nos sportifs, mais surtout de les mettre dans les conditions d'un réel entraînement professionnel. Il a concentré la préparation sur une harmonisation du corps, leur permettant de compenser leurs difficultés de coordination liées à la malvoyance. Ils pourront ainsi améliorer leurs performances.

Au terme du 3^e et dernier entraînement, le 24 mai, nos athlètes ont pu recevoir les dernières recommandations de Jacques Borlée pour la course du dimanche. Jacques Borlée a aussi témoigné des progrès accomplis en trois semaines et de l'évolution positive de chacun. Avant le 10 mai, Cédric, Margaux et Matthieu ne se connaissaient pas mais une belle amitié est née.

Et puis vint le jour de la course, le dimanche 28 mai. La veille avait été caniculaire et malgré un petit orage rafraîchissant dimanche matin, c'est sous un soleil très chaud que nos coureurs ont parcouru les 20 km de bitume de la capitale. Cédric et Matthieu étaient d'attaque pour relever le défi, mais pas de chance pour Margaux, que la chaleur et un pied douloureux ont contrainte au forfait. Cédric a battu son record de l'an passé en franchissant la ligne d'arrivée après 1h46 et Matthieu a brillamment terminé la course en un peu plus de 2h.

Bravo à tous, ce fut une belle aventure !



20 KM DE BRUXELLES: DERRIÈRE L'ÉQUIPE, UN DUO DISCRET ET EFFICACE!

En 2005, un jeune athlète malvoyant proposait à notre association de monter une équipe Ligue Braille aux 20 km de Bruxelles. Son nom : David De Dapper. Convaincus par son enthousiasme et soutenus par son aide bénévole, nous nous sommes lancés dans l'aventure ! Depuis, l'équipe a grandi (540 coureurs en 2017) et est aujourd'hui l'une des plus performantes de cette grande course. On le doit à David qui travaille en collaboration avec Nadia Messaoudi.

Dès le mois de novembre, on vous voit arriver à la Ligue Braille pour démarrer les préparatifs des 20 km. Vous faites tout ça à titre bénévole et votre rôle est essentiel. En quoi consiste-t-il ?

David : Nous participons à toutes les étapes de ce qu'il faut organiser pour que l'équipe de la Ligue Braille puisse participer aux 20 km de Bruxelles dans les meilleures conditions possibles. C'est le Service communication qui coordonne le tout. Notre rôle à Nadia et moi-même consiste à réceptionner les inscriptions, à fournir aux participants un dossard qui corresponde à leur niveau, à les rassurer, à les conseiller en matière d'entraînement, à les informer sur le parcours, à gérer les contacts avec les organisateurs des 20 km, etc.

Nadia : David aime bien parler, donc c'est lui qui donne les explications par téléphone ou par mail. Moi j'assure plutôt le travail administratif, la réception des formulaires d'inscription, les encodages, la vérification des paiements, l'envoi de la liste des inscrits aux 20 km, le tri des dossards, etc. On est très complémentaire, en fait !



David et Nadia à l'entraînement.

Vous êtes tous deux malvoyants et vous courez aussi les 20 km. Vous êtes donc bien placés pour conseiller les coureurs aveugles ou malvoyants. Il y en avait 23 dans l'équipe cette année. Que faites-vous pour eux ?

David : Pour les coureurs aveugles ou malvoyants qui souhaitent un guide, nous cherchons le guide le plus approprié et organisons une mini-formation pour lui. Je l'emmène courir et le mets en situation de malvoyance (les yeux fermés), puis inversement, je ferme les yeux et il me guide. Le guide doit avoir confiance en lui.

Nadia : C'est important d'apprendre à guider un coureur aveugle ou malvoyant. Par exemple, il faut éviter de dire « Attention ! » car ça le stresse. Il ne faut pas parler tout le temps non plus. C'est par contre utile de signaler un changement de sol ou d'annoncer une montée ou une descente. Certains obstacles ne doivent pas être mentionnés car le guide peut les éviter, par contre les casses-vitesse, les bordures ainsi que les poteaux doivent être annoncés.



Quelles évolutions constatez-vous en 12 ans d'organisation des 20 km pour la Ligue Braille ?

David : Il y a une grande évolution technique, notamment pour les procédures d'inscriptions. Et en ce qui concerne l'équipe Ligue Braille, c'est le nombre qui a bien évolué : de 27 participants la première année, puis 53 la deuxième année, on en est à 540 coureurs aujourd'hui. Et encore, il y a eu moins de participants cette année-ci car c'était un long week-end. Une autre évolution, c'est la multiplication du nombre de courses, tous les week-ends 10 à 18 courses sont organisées en Belgique. D'un côté c'est bien, car il y a de plus en plus de coureurs. La mode est aux trails, avec le risque de voir disparaître de belles courses au profit de courses plus médiatisées. Et comme dans tout phénomène de mode, l'engouement pour la course à pied, qui par définition était un sport très bon marché, crée un marché de l'équipement, le plus souvent inutile... Un de mes amis travaille dans un magasin de sport et me raconte que les clients lui demandent des chaussures pour courir vite. Il doit à chaque fois rappeler que ce ne sont pas les chaussures qui courent vite, mais le coureur... Ce qui importe en premier lieu, c'est l'entraînement.

Nadia : Nous participons à de nombreuses courses et nous connaissons beaucoup de bons coureurs. La course crée des liens d'amitié et nous parvenons à convaincre des coureurs performants de venir rejoindre l'équipe Ligue Braille. C'est grâce à cela qu'elle est progressivement parvenue à se classer au top 100, puis au top 20, et à présent au top 10 du classement des équipes. Arrivée 6^e sur 466 équipes, l'équipe Ligue Braille peut être fière !

Dans l'organisation des 20 km, quel est votre meilleur souvenir ?

Nadia : Cette année, c'est un participant à qui j'avais envoyé son numéro de dossard et qui m'a remerciée en me disant qu'il allait tout faire pour qu'on soit fier de lui. C'est un petit rien, mais ça m'a fait super plaisir !



David : Je me souviens d'une dame malvoyante, dans la cinquantaine, qui voulait au moins faire une fois les 20 km de Bruxelles dans sa vie. Je l'ai prise au mot et l'ai entraînée d'abord dans sa région, une fois par semaine. Au dernier entraînement, on a couru de Bruxelles au Lion de Waterloo. Puis elle a fait les 20 km guidée par un de ses voisins. Au départ, en raison de sa malvoyance, elle osait à peine se déplacer dans son quartier. Participer aux 20 km lui a redonné confiance. Ça, pour moi, c'est un vrai moment de bonheur.

Courir, qu'est-ce que ça vous apporte personnellement ?

Nadia : Je ne cours pas depuis longtemps, 3 ans seulement. Tout a commencé quand quelqu'un m'a demandé : c'est quoi ton rêve ? J'ai répondu : faire les 20 km de Bruxelles ! Je n'étais pas sportive du tout, mais je me suis lancée. J'ai consulté le site des 20 km qui propose un programme d'entraînement pour débutant. Mon 1er entraînement dans un parc a été catastrophique, je suis tombée, j'étais dégoûtée. Mais je me suis accrochée. Chaque entraînement fut une épreuve et me donnait de la satisfaction. Jusqu'au jour où j'ai franchi une étape redoutée, courir plus d'une heure sans m'arrêter. Consciente de mes capacités, j'ai consulté la page Facebook de la Ligue Braille et j'ai découvert qu'il y avait une équipe 20 km. C'est comme ça que j'ai rencontré David. Il m'a présenté son groupe avec lequel j'ai pris part aux entraînements. En 3 mois de préparation, je suis arrivée à parcourir les 20 km de Bruxelles en 1h52 ! Je suis née malvoyante et j'ai dû m'adapter à cet handicap tout au long de ma vie. Courir me fait dépasser toutes les limites. Je peux le faire et mes enfants en sont fiers, ce qui me réjouit !

David : La course me permet de transformer mon stress en énergie positive. Ça m'apporte le calme, de nombreuses amitiés, la découverte d'endroits magnifiques, de l'aventure, des défis, des exploits, ... Je veux y croire et aller de l'avant, c'est très satisfaisant de battre ses scores, de terminer une course qu'on pensait trop dure, de dépasser ses limites.

Bravo David et Nadia, et un tout grand merci à vous !



LE COIN DES VOLONTAIRES: VOLONTAIRES ET JEUNES DÉFICIENTS VISUELS: UNE COMBINAISON GAGNANTE!

Dans notre numéro précédent, nous vous avons proposé une rétrospective sur l'aide apportée par les volontaires de la Ligue Braille l'année dernière. Nous mettons à présent le focus sur les volontaires actifs dans l'aide aux enfants et aux jeunes aveugles et malvoyants.

BrailleDay-panda.

La fin de l'année scolaire est là et ces dernières semaines, beaucoup d'entre vous ont sans doute entendu des témoignages d'aventures extraordinaires vécues par leurs enfants ou petits-enfants partis en excursion avec l'école. Pour les enfants présentant une déficience visuelle qui fréquentent l'enseignement spécialisé, ce genre d'excursion n'est pas évidente à mettre en place. C'est pourquoi la Ligue Braille organise chaque année pour eux le BrailleDay. Nous relatons d'ailleurs l'édition 2017 du BrailleDay en page 10 de ce numéro.

Vous vous demandez peut-être qui était le mystérieux panda qui fut la mascotte du jour. Rassurez-vous, nous avons laissé Hao Hao en Xing Hui dans leur environnement familial ! Le « BrailleDay-panda » était, comme vous l'imaginez, une volontaire de la Ligue Braille. À l'issue de cette journée, nous lui avons demandé comment elle avait vécu cette tâche particulière. « Quand la responsable



*Expliquer aux enfants la recette
des truffes au chocolat.*



du Service volontariat m'a appelée pour me demander si je voulais porter le costume de la mascotte, explique Maria, j'étais assez étonnée, mais pour faire plaisir aux enfants, je me suis prêtée au jeu et j'en suis maintenant très satisfaite. Je me demande même qui des enfants ou de moi en ont le plus profité. Les calins, les bisous et la chaleur humaine que j'ai reçus étaient phénoménales. Avec cette tête de panda démesurée qui n'offre que deux petites ouvertures pour la vision, je voyais pourtant à peine où je marchais et je suis à grosses gouttes. Il y avait un enfant qui pleurait parce qu'il avait peur de ce grand panda, mais nous lui avons expliqué que je n'étais pas un vrai panda. J'ai retiré un instant la tête de panda pour qu'il puisse aussi sentir que ce n'était qu'un costume. Ca l'a rassuré et nous avons même joué cache-cache ensemble. »



Erwin, occupé à la confection de jeux adaptés.

Un homme-orchestre aux doigts d'or.

Comment ne pas épingler l'histoire d'Erwin, notre créatif homme-orchestre aux doigts d'or ! Il met ses talents et son ingéniosité au service de la Ludothèque de la Ligue Braille. « Rendre les jeux accessibles est un véritable défi pour moi, explique Erwin. C'est un travail très varié. Tout commence par l'analyse de la manière dont le jeu va pouvoir être adapté : faut-il plutôt se diriger vers la structure du matériel pour favoriser le toucher, faut-il peut-être ajouter du son,... Comme certains jeux doivent contenir du braille, je sais maintenant également lire un peu le braille. C'est très motivant de savoir que ma contribution sert à offrir aux petits comme aux grands des heures de plaisir grâce aux jeux ! Avec les autres volontaires, j'ai en plus le sentiment de faire partie d'une famille chaleureuse où je me sens comme à la maison. »



Aider à l'apprentissage du français.

Et enfin, voici Roger. Il s'occupe chaque semaine d'un petit groupe d'étudiants. Il les soutient pour améliorer leurs connaissances du français. «Pousser 'mes' élèves à parler pour développer leur vocabulaire est pour moi comme un défi. Nous commençons toujours le cours par un fait de l'actualité. D'abord, nous en discutons, ensuite nous passons à l'étape suivante et nous analysons le vocabulaire spécifique.



Un autre visage de Roger : en voyageur capteur d'images.

Apprendre la grammaire et la conjugaison est bien plus amusant quand on le fait en se basant sur des histoires concrètes. À chaque cours, nous prenons également le temps de lire un conte traditionnel ou une histoire de la mythologie. Le vendredi matin est pour moi le moment magnifique de la semaine. J'ai chaque fois hâte d'y être ».

Devenir volontaire ?

Vous avez un peu de temps libre et aimeriez participer à l'action de la Ligue Braille en faveur des personnes aveugles et malvoyantes ?

N'hésitez pas à contacter le Service volontariat qui vous expliquera les différents domaines dans lesquels votre aide pourrait être précieuse. Ensuite, à vous de choisir ! Tél. 02 533 32 11 – email : vol@braille.be.



NOS JOIES.

Françoise Frapier est lectrice bénévole à la Ligue Braille. Chaque semaine, elle se rend dans notre studio bruxellois pour y enregistrer des livres audio qui sont proposés en prêt aux personnes aveugles inscrites auprès de notre bibliothèque.

En 1977, Françoise convolait en justes noces avec Paul Humbeeck. 40 ans plus tard, le couple a voulu fêter ses noces d'émeraude au cours d'un dîner avec tous ceux qui leur sont chers. Comblés par leur présence, ils les ont invités à manifester leur sympathie en effectuant un don en faveur de la Ligue Braille plutôt que par un cadeau.

Merci à tous ceux qui ont joint le geste à la parole, leur générosité permettra de financer plusieurs activités culturelles organisées par la Ligue Braille pour les personnes aveugles ou malvoyantes.

LE DON ÉVÉNEMENTIEL.

Un mariage, un anniversaire, un départ à la retraite, le décès d'un proche,... ce sont des moments-clés dans une vie. Chargés d'émotion, ils rassemblent les familles, les amis, les collègues, les voisins qui tous souhaitent vous entourer pour partager votre joie ou votre peine.

Certaines personnes choisissent d'associer à ces événements une cause qui leur tient à coeur, comme la Ligue Braille par exemple.

Vous vous mariez prochainement, vous partez à la retraite, vous fêtez vos 70 printemps ? Choisissez cette manière originale d'aider la Ligue Braille en



invitant les membres de votre famille, vos amis, vos collègues à effectuer un don en faveur de la Ligue Braille à l'occasion de cet événement particulier. Informez-nous de votre initiative de sorte que nous puissions vous envoyer la liste des personnes qui ont effectué un don. La Ligue Braille remercie chacune d'entre elles et leur envoie une attestation fiscale pour tout don à partir de 40€.

Compte dons de la Ligue Braille : BE11 0000 0000 4848.

Contact : Ligue Braille, Secrétariat général,
02 533 32 11, email : info@braille.be.

Merci de votre soutien.

BR BELGIUM RUNNING

L'appli de running
100% belge !

AVEC :

- ▶ Des plans d'entraînements avec sons réalisés par la team Borlée pour les 5km, 10km, 15km, marathon en niveaux débutant, appliqué et assidu
- ▶ L'historique des courses
- ▶ Vidéos ...

DÈS AUJOURD'HUI
SUR L'APP STORE ET GOOGLE PLAY :

DISPONIBLE SUR App Store

Disponible sur Google play

Course	Distance
Jingle Run	10-5km
Kallemoetrietation 1/4 Beernem	1/4/10km
Kersttoertocht	15-10-5km
La Châteletaine	14,1-1,6-0,85-0,45km
Allure libre FC Bercheux	10-5km
Hamse bosloop	12-8-4km



ENTRE NOUS



Numéro 2 – 2017

Avril – Mai – Juin

BRILLETECH 2017 : VOTRE RENDEZ-VOUS D'OCTOBRE !

Notez-le déjà dans votre agenda : le BrailleTech, notre salon des aides techniques, aura lieu du jeudi 19 au samedi 21 octobre 2017. Comme chaque année, il se tiendra dans les locaux de la Ligue Braille, rue d'Angleterre 57 à 1060 Bruxelles (Saint-Gilles), de 10h00 à 16h30. Vous êtes tous les bienvenus !

Vous pourrez y découvrir les dernières nouveautés en matière de vidéo-loupes, barrettes braille, synthèses vocales, logiciels d'agrandissement, téléphones et GSM adaptés, lecteurs de CD Daisy, systèmes d'accès à Internet, etc. Sans oublier les loupes optiques et les aides utiles dans la vie quotidienne.

Sont également prévus des ateliers destinés aux professionnels et des séances d'informations pour les personnes handicapées visuelles. Le BrailleTech est une occasion unique de se renseigner, de tester et de comparer les différentes aides, tout en bénéficiant des conseils avisés des collaborateurs de la Ligue Braille.

Si le salon s'adresse avant tout aux personnes déficientes visuelles et à leur entourage, il est aussi ouvert à tous les professionnels concernés : médecins, gestionnaires ou personnel de maisons de repos, paramédicaux, employeurs, services publics, ...



L'entrée est gratuite, le lieu adapté aux personnes handicapées et facilement accessible en transports en commun.

Le programme détaillé du BrailleTech vous sera présenté en septembre dans le prochain numéro de la Canne Blanche et sur le site web de la Ligue Braille (www.braille.be).

EN DIRECT DU BRAILLESHP.

DE L'ÉTÉ À LA RENTRÉE: NOUVEAUTÉS DU BRAILLESHP!

L'été, c'est le temps des barbecues et des petits dîners entre amis au jardin. Nous avons au BrailleShop toute une gamme d'articles originaux et pratiques pour agrémenter votre table et votre cuisine ainsi que pour faciliter la préparation et la prise de vos repas :

Article R1969 : Ensemble de 5 ustensiles de cuisine de différentes couleurs, à poignées magnétiques, permettant de maintenir les ustensiles ensemble. Sur socle de rangement. Marque Joseph & Joseph.

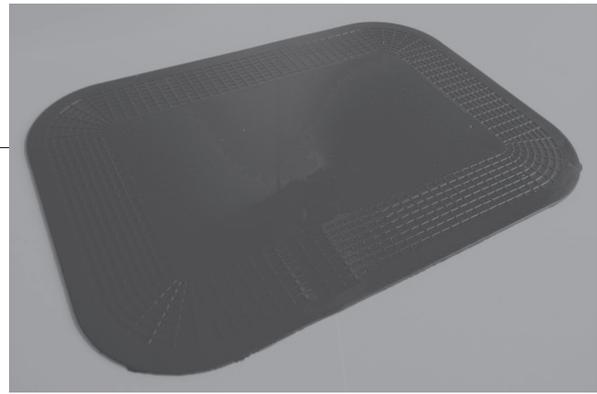


Article R1968 : 8 bols de couleurs et de mesures différentes (minimum 125 ml et maximum 250 ml), encastrables. Formes novatrices pour un gain de place optimal, poignées emboîtables. Marque Joseph & Joseph.





Article R0029: Set de table anti-dérapant, multi-usages, facile d'entretien, de couleur rouge.



Article R1942: Anneaux pour serviettes «Zoo». Chaque set est composé de 3 séries de 2 types d'animaux distincts et facilement reconnaissables, permettant une décoration de table originale. Marque Ototo.



Article R0097: Indicateur de niveau sonore pour liquides. Placé au bord de votre verre, il émet un signal sonore et vibrant au contact du liquide, indiquant que le niveau est atteint.

Articles R1945 (turquoise) et R1946 (mauve): Cuillère à soupe design et ergonomique, qui reste bien droite au fond de la soupière en laissant le manche émerger comme le monstre du Loch Ness. Marque Ototo.

Article R1948: Pulke, mélangeur d'épices. Permet un mélange homogène des épices dans vos préparations. Marque Ototo.



Nous vous invitons à consulter notre site : <http://www.braille.be/fr/a-propos-de-nous/nos-services/brailleshop>, catalogue Aides à la vie quotidienne. Vous y retrouverez tous nos autres articles tels que rebord d'assiette, séparateur d'œufs, support antidérapants pour tasses, shaker pour œufs, avertisseur sonore de cuisson des œufs, ouvre-bocal automatique, ouvre-bouteille automatique, bouchons pour bouteille avec loupe, carrousel d'épices, cuillère-doseur, ébullison, etc.

Pour vos activités en plein air, nous vous annonçons aussi que nos nouvelles casquettes et visières sont bien arrivées et disponibles dès à présent :

- Casquette avec le pictogramme de la Ligue Braille : bleu roi en tissu léger (**R2024**) ou bleu marine en tissu plus lourd (**R2025**).
- Visière avec le pictogramme de la Ligue Braille (**R2026**) ou sans pictogramme (**R2027**).



Pour vous signaler comme malvoyant, même à la plage, vous trouverez également un protège-sac fluo avec le pictogramme de la Ligue Braille (R2021).



N'hésitez pas à venir essayer tous ces articles. Le BrailleShop restera en effet accessible tout l'été, aux horaires habituels, du lundi au jeudi de 10h à 12h et de 13h30 à 16h (ou éventuellement sur rendez-vous).

Le BrailleShop vous souhaite de très bonnes vacances, un bel été et déjà une rentrée en pleine forme!

EN DIRECT DU SERVICE SOCIAL.

Des nouvelles du SPF Sécurité sociale.

1. Lenteurs à la DGPH.

Depuis le 23 janvier 2017, la Direction générale Personne handicapée (DGPH) a mis sur pied un nouveau logiciel destiné au traitement des demandes d'allocations aux personnes handicapées. Ce changement a toujours des répercussions importantes sur la gestion en cours des dossiers, mais également sur le suivi des nouveaux dossiers. Ils ont, en effet, tous été transférés en début d'année de l'ancien vers le nouveau système informatique. Cependant, suite à de nombreux blocages et/ou pertes de données, le SPF Sécurité Sociale a changé à nouveau de système informatique pour tenter d'accélérer le traitement des données.

Tous ces changements répétitifs engendrent une lenteur conséquente tant pour la gestion des dossiers que pour la délivrance des différentes cartes. Le centre de contact du ministère est également touché car les collaborateurs de ce service s'emploient à traiter les dossiers... au détriment des appels téléphoniques.



La Direction générale Personne handicapée met actuellement tout en œuvre pour rapidement offrir un service de qualité.

Notre Service social est au courant de ce qui se passe au SPF Sécurité sociale ces derniers mois et suit la situation de près via ses nombreux contacts. Si vous avez la moindre difficulté avec leurs services, n'hésitez pas à contacter l'assistante sociale de votre région.

2. DEMANDE DE RÉVISION DE VOTRE DOSSIER.

Une allocation de remplacement de revenu et/ou d'intégration (ARR/AI) ou une allocation d'aide aux personnes âgées (APA) vous est octroyée par le SPF Sécurité sociale depuis quelque temps? Si vous estimez que votre reconnaissance médicale ne correspond plus à la réalité de votre situation actuelle et que vous souhaitez introduire une nouvelle demande d'expertise médicale auprès du SPF Sécurité sociale, nous vous rappelons que le Service social de la Ligue Braille se tient à votre disposition afin de vous aider à évaluer votre perte d'autonomie. Il en va de même si votre situation familiale ou financière change avec un risque d'impact sur votre allocation.

Avant toute demande auprès du SPF Sécurité sociale, n'hésitez donc pas à contacter les assistantes sociales lors des permanences téléphoniques, afin de vous assurer que votre démarche est nécessaire et se justifie.

3. FINANCE TOWER: CHANGEMENTS À L'ACCUEIL.

Afin d'éviter les files d'attente et d'aider les personnes handicapées dans de meilleures conditions, la permanence qui se tenait le mardi à la Finance Tower à Bruxelles est supprimée à partir du mois de mai 2017 et remplacée par des visites sur rendez-vous.



Vous habitez Bruxelles ?

Désormais les entretiens avec un assistant social à la Finance Tower seront uniquement possibles sur rendez-vous, en utilisant un formulaire de contact en ligne : <http://handicap.belgium.be/fr/contact/formulaire-de-contact.htm>.

Vous habitez dans une autre région ?

Vous devez vous rendre à une permanence ou un rendez-vous avec des assistants sociaux de votre région. Vous trouverez une liste de toutes les permanences sur le site web suivant :

<http://handicap.belgium.be/fr/contact/contactez-nous.htm>.

Pour prendre un rendez-vous, vous pouvez utiliser le formulaire de contact du site web : <http://minsoc.fb.emailing.belgium.be/c580/e877642/hc1922/l76481/index.html>.

Famifed : contrôles à domicile.

Les allocations familiales auxquelles votre famille a droit dépendent, entre autres, de votre situation familiale et du revenu de votre ménage. Pour vérifier que votre famille reçoit le montant correct, Famifed envoie à la demande de votre caisse d'allocations familiales un contrôleur social au domicile des familles. Si après ce contrôle, tout est en ordre, il n'y a évidemment aucune autre suite. Si, par contre, le montant perçu n'est pas correct, le droit aux allocations familiales est régularisé positivement ou négativement.

Le contrôleur social peut annoncer sa visite ou se présenter à l'improviste. Il doit cependant toujours justifier de son identité.



En cas de contrôle, les documents suivants doivent être mis à disposition du contrôleur :

- La carte d'identité de la personne à qui est adressé le courrier, celle des enfants mineurs et celle de tous les membres de la famille.
- Les documents liés au revenu familial (fiches de paie, déclaration des allocations de chômage ou d'assurance-maladie, pension, etc.).
- Le contrat de location (pour les locataires) ou l'avertissement-extrait de rôle du précompte immobilier (pour les propriétaires).
- Les factures d'eau, de gaz, d'électricité et de télédistribution.
- Tout autre document précisé dans la lettre d'invitation.

Le 11 janvier 2017, le Groupe des Dix, qui réunit les partenaires sociaux, a conclu un accord interprofessionnel qui prévoit notamment l'augmentation de 2 % du montant maximal de l'allocation de remplacement de revenu. Cette augmentation sera appliquée dès le 1^{er} septembre de cette année. Par ailleurs, tant le revenu d'intégration sociale que l'allocation de remplacement augmentent encore de 0,9 % hors indexation.

Aide pour la déclaration fiscale.

Vous avez besoin d'aide pour remplir votre déclaration fiscale ? Vous pouvez vous rendre aux permanences organisées par votre commune ou dans votre bureau local de taxation.



1. QUE FAUT-IL APPORTER ?

- Votre carte d'identité avec le code PIN ou la déclaration papier que vous avez reçue.
- Les preuves de paiement des sommes versées qui peuvent donner droit à des réductions d'impôt (prêts hypothécaires, assurances-vie, libéralités à des institutions reconnues, dépenses pour garde d'enfant, dépenses faites en vue d'économiser l'énergie, rentes alimentaires...).
- Tous les renseignements en rapport avec vos éventuels revenus à l'étranger (fiches de paie, renseignements relatifs à vos revenus mobiliers et immobiliers).

2. ET SI JE SUIS MALENTENDANT ?

Depuis juin 2016, les personnes malentendantes peuvent bénéficier d'une boucle magnétique mobile. Ce service est disponible de manière permanente dans 18 bureaux en Wallonie, 1 à Bruxelles et 28 en Flandre, pendant les heures d'ouverture normales de 9 h à 12 h. La liste de ces bureaux est disponible sur le lien suivant : https://finances.belgium.be/fr/particuliers/declaration_impot/declaration/aide_au_remplissage/doven_en_slechthorenden.

3. AVANTAGE FISCAL POUR ENFANTS OU AUTRES PERSONNES HANDICAPÉES À CHARGE.

Si vous avez à votre charge des enfants handicapés ou d'autres personnes handicapées, vous pouvez bénéficier d'une majoration plus élevée de la quotité exemptée d'impôt. Cela signifie que la part de vos revenus qui n'est pas taxée est augmentée d'une certaine somme, diminuant ainsi votre impôt.



Pour les personnes handicapées (autres que votre enfant) à charge, le montant de la quotité de revenus exemptée d'impôt diffère selon qu'il s'agit de :

- vos ascendants (parents, grands-parents) âgés de 65 ans et plus : 6 060 euros par personne ;
- vos frères et sœurs âgés de 65 ans et plus : 6 060 euros par personne ;
- vos ascendants (parents, grands-parents) âgés de moins de 65 ans : 3 020 euros par personne ;
- personnes qui vous avaient à charge quand vous étiez enfant : 3 020 euros par personne.

Comment déclarer vos enfants ou autres personnes handicapés à votre charge ?

- Vous mentionnez le nombre d'enfants ou de personnes handicapés dans votre déclaration d'impôts, au cadre II, B.
- Vous devez tenir à disposition de l'administration la preuve du handicap (sans la joindre à votre déclaration d'impôts). Cette preuve reste valable aussi longtemps que la période d'incapacité n'est pas expirée.

Un ombudsman pour régler les conflits avec votre avocat.

Si vous rencontrez un souci avec votre avocat (par exemple, une faute professionnelle, une contestation d'honoraires, etc.), vous pouvez désormais vous adresser à un ombudsman. L'ombudsman est un médiateur indépendant qui a pour mission de vous aider à trouver un accord à l'amiable avec votre avocat.



L'objectif est de pouvoir régler rapidement et gratuitement un conflit, sans passer devant un tribunal.

Attention, pour pouvoir s'adresser à l'ombudsman, il faut respecter certaines conditions :

- il faut déjà avoir tenté de trouver soi-même un accord avec son avocat ;
- il ne faut pas que les tribunaux soient déjà chargés du conflit ;
- le conflit ne doit pas concerner une infraction de l'avocat à sa déontologie (dans ce cas, vous pouvez vous adresser au bâtonnier du barreau).

L'ombudsman des avocats francophones et germanophones est maître Axel Kittel. Concrètement, voici comment déposer une plainte :

- formulaire en ligne sur le site <http://obfg.ligeca.be/>
- e-mail : ombudsman@ligeca.be
- lettre : Service Ombudsman des avocats de l'Ordre des barreaux francophones et germanophone, avenue de la Toison d'Or, 65 à 1060 Bruxelles
- fax : 02 648 11 67.

Si, malgré tout, vous ne parvenez pas à trouver un accord de cette manière, il est toujours possible d'utiliser les autres modes de règlement à l'amiable ou de saisir les tribunaux.



Maximum à facturer (MàF).

Le MàF est un système qui limite les dépenses de soins de santé de votre ménage. Si les frais médicaux (les vôtres et ceux de votre ménage) qui restent à votre charge, après l'intervention de l'assurance soins de santé, atteignent un montant maximum au cours de l'année, votre mutualité vous rembourse intégralement les frais qui viendraient encore s'ajouter.

QUELS SONT LES TYPES DE MÀF ?

Il existe 4 types de MàF, chacun avec son propre mode de calcul pour déterminer le montant des parts des frais à votre charge (tickets modérateurs) que vous devez atteindre pour y avoir droit :

1. MàF revenus.

Le MàF revenus est un système pour lequel tout le monde entre en ligne de compte. Le plafond est variable : il est basé sur le revenu annuel net imposable du ménage perçu 3 ans auparavant (p. ex., le plafond pour 2016 est calculé en fonction des revenus de 2013). Plus le revenu de votre ménage est élevé, plus votre plafond total est élevé (plafond pour l'ensemble de votre ménage). Vous trouverez les tranches de revenus et les plafonds sur le site de l'INAMI (www.inami.fgov.be).

2. MàF social.

Si vous avez droit à l'intervention majorée, vous avez en principe droit au MàF social. Pour ce type de MàF, le plafond est fixe. Le plafond total du ménage qui bénéficie de l'intervention majorée est de 450 euros.



3. MàF pour un enfant de moins de 19 ans.

Une protection supplémentaire est prévue pour vos enfants de moins de 19 ans. Ici aussi, le plafond est fixe et s'élève à 650 euros pour chaque enfant, quels que soient les revenus de votre ménage.

4. MàF pour les malades chroniques.

Votre plafond total est diminué de 100 euros pour l'année sous les conditions suivantes :

- soit le total des parts des frais à charge (tickets modérateurs) d'un des membres de votre ménage s'élevait à 450 euros au moins, par an, au cours des 2 années calendrier précédentes;
- soit un membre de votre ménage bénéficie du « statut affection chronique » pendant l'année considérée.

Cette diminution s'applique au MàF revenus, au MàF social et au MàF pour un enfant de moins de 19 ans.

QU'EST-CE QU'UN « MÉNAGE » DANS LE CADRE DU MÀF ?

Toutes les personnes qui, au 1er janvier de l'année en question, vivent à la même adresse officielle constituent un ménage. Peu importe donc que vous soyez marié ou cohabitant. Une personne isolée constitue également un ménage.

COMMENT ET QUAND VOTRE MUTUALITÉ VOUS REMBOURSE-T-ELLE ?

Pour bénéficier du MàF, vous n'avez aucune démarche à entreprendre. Votre mutualité tient à jour vos frais médicaux et comptabilise pour vous vos tickets modérateurs. Dès que votre plafond de tickets modérateurs est dépassé, les remboursements auxquels vous avez droit sont effectués automatiquement sur votre compte en banque. À la pharmacie aussi, si votre plafond



est atteint, votre pharmacien en est averti lors de la consultation de vos données en ligne et vous ne devez plus rien payer. Lors du 1er remboursement effectué dans le cadre du MÀF, vous recevrez une attestation.

Du neuf dans les transports en commun.

1. INTERVENTION MAJORÉE (BIM) ET ABONNEMENTS STIB ET SNCB.

Les bénéficiaires de l'intervention majorée (BIM) ne doivent plus obtenir l'attestation de la mutualité pour recevoir le tarif préférentiel sur les voyages en transports en commun de la STIB et de la SNCB. Dorénavant, il suffit de présenter votre carte d'identité électronique à leur guichet.

2. CONSEILS D'UTILISATION DE LA MOBIB AVEC UN ACCOMPAGNATEUR GRATUIT.

Pour éviter des soucis pratiques, les personnes qui sont détentrices de ce titre doivent absolument emprunter le sas PMR. En étant à deux par sas, sur présentation de la MOBIB, le sas s'ouvre. Attention, si les personnes sont accompagnées de gros bagages, de poussettes, etc. le sas risque de comptabiliser une troisième personne et pourrait ne pas s'ouvrir. Il faut, dans ce cas, appuyer quelques secondes sur le bouton jaune (bouton rond à gauche du valideur, sur le même plan horizontal).

Si les personnes sont guidées par un chien, il est conseillé de le faire coucher dans le sas pour éviter qu'il soit lui aussi détecté et que cela pose problème.



Vous trouverez toutes les informations de ce type dans la brochure « Personnes à besoins spécifiques, mode d'emploi des services » (page 9 et suivantes). La brochure est disponible sur le site www.stib.brussels/pmr.

Politique du stationnement en Région bruxelloise.

De nouvelles règles sont d'application cette année. Huit zones de stationnement sont définies selon l'importance de la pression automobile afin d'accélérer la rotation des véhicules et fluidifier le trafic: zones bleue, verte, grise, orange, rouge, zone « événement » (match de foot, concert...), zone de livraison, zone « Kiss & Ride » (à proximité des gares, stations de métro, écoles...). Les tarifs et durées de stationnement diffèrent selon les zones.

Différentes cartes de dérogation peuvent être délivrées, certaines par les communes et d'autres par « parking.brussels »: cartes « riverain », « professionnel », « visiteur », « prestataire de soins médicaux urgents », « prestataire de soins médicaux à domicile », « voiture partagée » et « personne handicapée ». La carte européenne de stationnement pour personnes handicapées tient lieu de carte de dérogation. Elle permet à son détenteur de stationner en zone verte, grise et bleue ou en zone « événement » sans avoir à payer ni à utiliser le disque de stationnement. Cette dérogation ne fonctionne pas dans les autres zones. En revanche, dans les zones oranges et rouges, c'est-à-dire les quartiers commerciaux où la demande de stationnement de courte durée est plus forte, les communes



sont encouragées à prévoir des places de parking réservées aux personnes handicapées.

Dorénavant, les habitants titulaires d'une carte de dérogation auront accès au stationnement dans une zone de 1,5 km² autour de leur domicile, y compris pour ceux qui habitent dans un espace proche d'une limite communale. Ce secteur de stationnement peut donc se situer sur une commune ou à cheval sur plusieurs communes. Les secteurs de stationnement sont communiqués à chaque personne concernée et délimitent les voiries sur lesquelles la carte de dérogation est valable sans payer l'horodateur.

Pour de plus amples informations : « parking.brussels »,
Agence du stationnement, rue de l'Hôpital 31, 1000 Bruxelles;
tél. 02 563 39 00 ; numéro vert : 0800 35 678 ;
e-mail : info@parking.brussels ; site : <http://parking.brussels>.

Une grille pour les loyers wallons.

Une grille qui permet d'évaluer le loyer considéré comme « juste et raisonnable » est désormais disponible sur Internet. La grille tient compte des critères suivants : le type de logement, la commune dans laquelle il est situé, sa taille, le nombre de chambres et de pièces d'eau, la date de construction du logement, le système de chauffage, l'isolation, la présence de garage, de jardin, de cave, etc.

En fonction de ces différents éléments, la grille donne une fourchette de loyers et précise le montant considéré comme « juste ». Actuellement, cette grille est uniquement indicative.



Cependant, dès 2017, elle devra être respectée par les propriétaires wallons qui souhaitent obtenir une prime à l'énergie et au logement !

Pour consulter la grille, rendez-vous sur le portail du Service Public de Wallonie via ce lien : http://spw.wallonie.be/dgo4/site_grilleloyers/.

Audiodescription à la télévision.

L'audiodescription est une solution télévisuelle spécialement destinées aux personnes aveugles et malvoyantes. En plus des voix et sons normaux du programme télévisé, une voix off décrit l'action à l'écran.

Afin de vous faire découvrir le fonctionnement de ce système, en voici le mode d'emploi délivré par les fournisseurs pour les quelques chaînes qui le proposent. Elles ne sont malheureusement pas encore très nombreuses. Certains membres du Service social l'ont également testé. Revenez vers eux si besoin.

Procédure chez Proximus TV:

Le service d'audiodescription est disponible pour certains programmes sur La Une, Één et Één HD.

- Une fois sur la chaîne « La Une », par exemple, appuyez sur « OK » (le bouton rond au centre de votre télécommande);
- appuyez 5 fois sur la flèche descendante (bouton juste en dessous du bouton OK) et appuyer sur OK pour valider;
- appuyez une fois sur le bouton directement à droite du bouton OK;



- ensuite deux fois sur le bouton juste en dessous du bouton OK;
- revenez ensuite au mode plein écran, en appuyant sur le bouton TV (bouton rectangulaire placé en diagonale du bouton OK en haut à gauche).

Procédure chez Voo TV:

- Branchez-vous sur la chaîne pour laquelle vous souhaitez activer l'audiodescription;
- appuyez 2 fois sur le bouton vert de la télécommande: il se trouve sur la deuxième rangée en partant du bas de la télécommande, c'est le 2^e en partant de la gauche. Vous basculez ainsi sur le canal « anglais », qui diffuse l'audiodescription.

Pour savoir si un programme est en audiodescription, consultez votre guide TV ou la barre d'information: il est signalé par le sigle « AD ».

EN DIRECT DU SERVICE D'ACCOMPAGNEMENT.

Session de sensibilisation à Bruxelles.

Notre prochaine session de sensibilisation au handicap visuel aura lieu le mardi 5 septembre 2017 de 9h à 13h au siège social de la Ligue Braille, rue d'Angleterre 57, à 1060 Bruxelles.

Cette session est destinée aux familles, aux proches, ainsi qu'à toute personne en contact avec des personnes déficientes visuelles. Des informations théoriques et diverses mises en



situation permettront de mieux appréhender la réalité des personnes aveugles ou malvoyantes.

Une participation aux frais de 5 euros par personne est demandée. Inscription préalable auprès de Nadia Arnone au 02 533 33 62 ou par e-mail: nadia.arnone@braille.be. En Wallonie, des sessions peuvent être organisées sur demande.

**EN DIRECT DU SERVICE
D'INSERTION PROFESSIONNELLE.**

Le contrat d'adaptation professionnelle.

Le contrat d'adaptation professionnelle (CAP) a pour objectif de permettre à une personne sans emploi de se former par la pratique. Il est applicable à toutes les entreprises quel que soit leur statut (public, privé,...). L'employeur, le stagiaire et l'AViQ ou le PHARE établiront ensemble un programme de formation individualisé.

POUR QUI ?

Toute personne reconnue par l'AViQ ou le PHARE, n'étant plus soumise à l'obligation scolaire et ne disposant pas de qualification ou d'expérience professionnelle directement valorisable sur le marché de l'emploi.



QUELLE EST SA DURÉE ?

La durée du contrat d'adaptation professionnelle est de maximum un an mais peut être prolongée.

QUELLES SONT LES AVANTAGES POUR LE TRAVAILLEUR / STAGIAIRE ?

- Il acquiert de l'expérience et des compétences à valoriser pour un futur emploi.
- Il perçoit des indemnités de formation et une intervention dans ses frais de déplacement.
- Il bénéficie d'un certain nombre de droits de la Sécurité sociale (en tant que travailleur).
- Il garde son statut vis à vis de l'ONEM, l'INAMI ou le SPF Sécurité sociale.

QUELLES SONT LES AVANTAGES POUR L'EMPLOYEUR ?

- Il dispose d'un travailleur qu'il forme en fonction de ses besoins et exigences.
- Il est en mesure de se faire une idée objective des compétences du stagiaire.
- Il bénéficie d'une période d'adaptation mutuelle entre le travailleur et l'entreprise.

-

COMMENT CALCULER LES INDEMNITÉS DE FORMATION ?

Pour le PHARE (Bruxelles-Capitale):

- Si vous bénéficiez d'allocations de chômage, de mutuelle ou de remplacement de revenu, un complément de 1 euro brut par heure vous sera versé par l'employeur.
- Si vous n'avez aucun revenu, une intervention du PHARE de 6,98 euros par heure et un complément de 1 euro par heure vous seront versés.



- Si vos allocations sont inférieures à l'équivalent horaire de 6,98 euros, une intervention complémentaire pour atteindre ce montant sera versée par le PHARE en plus de celle de 1 euro par heure payée par l'employeur.

Pour l'AViQ (Wallonie):

Pour pouvoir calculer ces indemnités de formation, il est nécessaire de disposer des 3 données suivantes:

- le régime horaire à temps plein dans l'entreprise;
- la rémunération que percevrait le stagiaire si celui-ci était en contrat de travail;
- le montant des allocations sociales du stagiaire.

La 1^{re} année, les indemnités de formation sont fixées à 60 % de la différence entre la rémunération et les allocations. Si le CAP est prolongé, les indemnités seront de 80 % de cette différence. L'entreprise verse ces indemnités de formation au stagiaire et cotise à l'ONSS sur cette base. L'AViQ rembourse 70 % de ces montants à l'entreprise.

Sur le site de l'AViQ, vous pourrez disposer d'un calculateur permettant de calculer vous-même les indemnités de formation (www.aviq.be, rubrique « infos+ », onglet « L'intégration » et sous onglet « Se former et travailler »).

CONTACT.

Pour la Wallonie (AViQ): Job coach Ligue Braille: Stéphanie Mawet, Service d'insertion professionnelle, tél.: 02 533 33 83;
e-mail: stephanie.mawet@braille.be.
Site de l'AViQ: www.aviq.be.



Pour Bruxelles-Capitale (PHARE): Katia Van Humbeeck,
Service d'insertion professionnelle, tél. : 02 533 33 80 ;
e-mail : katia.van.humbeeck@braille.be.
Site du PHARE : www.phare-irisnet.be.

EN DIRECT DU SERVICE CULTUREL.

À la Bibliothèque.

Plus d'infos au 02 533 32 40 ou bib@braille.be.
Consultez et téléchargez vos livres préférés sur :
<http://bibliotheque.braille.be>.

TOP 5 DES LIVRES AUDIO.

1. On dirait nous, de Didier Van Cauwelaert (livre n° 25790).
Soline et Illan, trentenaires très amoureux, rencontrent un vieux couple, Georges et Yoa, qui se tiennent tendrement la main. Petit à petit, ces derniers s'immiscent dans leur vie avec la plus étrange des propositions... Cette nouvelle amitié va changer leur destin.

2. Je sais pas, de Barbara Abel (livre n° 26060). Une belle journée de sortie scolaire qui vire au cauchemar. Une enfant de cinq ans a disparu. Que s'est-il passé dans la forêt ? À cinq ans, on est innocent. Pourtant, ne dit-on pas qu'une figure d'ange peut cacher un cœur de démon ?

**3. Désorientale, de Négar Djavadi** (livre n° 26449).

Si nous étions en Iran, cette salle d'attente d'hôpital ressemblerait à un joyeux foutoir où s'enchaîneraient bavardages, confidences et anecdotes. Née à Téhéran, exilée à Paris, Kimia a toujours essayé de tenir à distance son pays, sa culture et sa famille. Mais les djinns du passé la rattrapent. Prix Première 2017 lu par une équipe motivée de la radio « La Première ».

4. Arrête avec tes mensonges, de Philippe Besson (livre n° 26416).

Quand j'étais enfant, ma mère ne cessait de me répéter : « Arrête avec tes mensonges ». J'inventais si bien les histoires qu'elle ne savait plus démêler le vrai du faux. J'ai fini par en faire un métier, je suis devenu romancier.

5. Le fils prodigue, de Danielle Steel (livre n° 26012).

Il y a vingt ans, Peter a rompu tout lien avec sa famille. Aujourd'hui, il revient dans la petite maison léguée par ses parents, qu'il entreprend de rénover. C'est le retour du fils prodigue dans son village natal.

« DES IDÉES ET DES LIVRES ».

Le nouveau numéro de « Des idées et des livres », revue sonore gratuite de la Bibliothèque, vient de paraître. Un thème central anime cette livraison : les bouleversements climatiques. Ces changements, sources d'inquiétudes et parfois, malheureusement, de polémiques, constituent le sujet aussi bien de romans que de documentaires disponibles dans notre Bibliothèque. Il nous semblait important de les parcourir dans les rubriques « En parcourant les livres » et « Histoires d'en lire ». À côté de cela, vous trouverez nos rubriques habituelles « En parcourant les revues », « Portraits d'auteurs » et « Coups de cœur des bibliothécaires ».



Nous espérons que ce numéro vous procurera beaucoup de plaisir et nous vous souhaitons déjà une agréable lecture.

CLUB DE LECTURE.

Évadez-vous pendant les vacances grâce au Club de lecture de la Bibliothèque. Profitez de l'été pour voyager, mettre en lumière l'œuvre de Jane Austen ou encore découvrir ensemble les écrits de nos instituteurs et professeurs.

Venez partager entre passionnés de lecture vos avis littéraires. Le tout dans un cadre convivial et chaleureux autour d'un bon café. Quel bonheur!

Pas d'idées de lecture à partager? N'hésitez pas à demander conseil aux bibliothécaires! Les dates et thèmes sont à découvrir dans l'agenda.

LES RENCARTS DE LA BIBLIOTHÈQUE.

L'été est enfin là, les températures grimpent et l'envie de bouquiner à l'extérieur vous taraude? Profitez des beaux jours grâce à notre cycle d'animations « Prenons l'air ». Nous partirons à la découverte de parcs méconnus de Bruxelles. Petits mais souvent chargés d'histoire, ces parcs seront l'écrin idéal pour quelques mises en oreille préparées par les volontaires de notre Studio d'enregistrement.

Les départs se feront de la Ligue Braille et les déplacements s'effectueront en transports en commun. Accompagnateur obligatoire. Les animations sont susceptibles de se dérouler dans les locaux de la Ligue Braille si le temps ne permet pas une sortie agréable.



Les dates sont à découvrir dans l'agenda. Plus d'informations auprès des bibliothécaires : bib@braille.be ou 02 533 32 40.

À la Ludothèque.

De quoi se distraire tout l'été avec la Ludothèque de la Ligue Braille!

Pour jouer sur la plage ou dans le jardin, le jeu finlandais **Molkky** (n° M16017) réunira petits et grands. Le but du jeu est simple: abattre les quilles et totaliser exactement 50 points! Il suffit de lancer le bâton pour faire tomber les quilles.

Partez ensuite à la découverte des tortues avec **Mahé** (n° M15012). Les tortues doivent nager autour de l'île, déposer des œufs et obtenir ainsi des points de victoire. Pour y arriver le plus rapidement, vous pouvez lancer les trois dés, l'un après l'autre. Mais attention, car le total ne peut pas dépasser 7 sous peine de devoir tout recommencer!

Avec **Bendomino** (n° M16021), redécouvrez vos classiques. Avec ces dominos courbés, la tactique est au tournant. Choisissez d'ouvrir ou de refermer le circuit de jeu pour embêter vos adversaires mais attention à ne pas être pris à votre propre piège!

Et pour les plus petits, découvrez les émotions à travers le **Loto sonore des émotions** (n° M16023). Écoutez les émotions et tentez de les reconnaître. Plusieurs variantes de jeux sont possibles.

D'autres envies ludiques? N'hésitez pas à demander la liste complète des jeux au 02 533 32 56 ou par e-mail via bib@braille.be.



EN DIRECT DU SERVICE LOISIRS.

Pour toutes les activités, l'inscription est obligatoire.

Le nombre de places étant limité, ne tardez pas à vous inscrire!
Inscription par téléphone au 02 533 32 84 ou par e-mail:
loisirs@braille.be.

Plus d'infos ? Consultez notre site web, rubrique Agenda.

À Bruxelles.

LIGUE BRAILLE : Rue d'Angleterre, 57 – 1060 Bruxelles.

- **Mardi 25, mercredi 26 et jeudi 27 juillet 2017**, de 10h à 16h : Stage « bien-être » pour adultes. Au programme de ce stage pour adultes : des séances de yoga, la découverte d'un espace « snoezelen », la confection de repas diététiques et l'apprentissage de techniques de massages. Trois jours sous le signe de la zénitude ! PAF : 75 euros (repas et cours compris).
- **Mercredi 26 juillet 2017, de 14h à 16h** : Club de lecture. Thème du mois : Jane Austen. Venez rendre hommage aux œuvres de cette écrivaine disparue il y a 200 ans.
- **Lundi 7 août 2017, de 14h à 16h30** : Rencart de la Bibliothèque « Prenons l'air ». Départ de la Ligue Braille à 14h en transports en commun. Accompagnateur obligatoire.



- **Mercredi 23 août 2017, de 14h à 16h** : Club de lecture. Thème du mois : « Voyages, voyages ». Partez en vacances grâce à la littérature et découvrez des endroits merveilleux.
- **Lundi 4 septembre 2017, de 13h30 à 15h** : Table de conversation en néerlandais.
- **Lundi 4 septembre 2017, de 14h à 16h30** : Rencart de la Bibliothèque « Prenons l'air ». Départ de la Ligue Braille à 14h en transports en commun. Accompagnateur obligatoire.
- **Mardi 5 septembre 2017, de 10h à 12h** : Club numérique.
- **Jeudi 7 septembre 2017, de 10h à 11h30** : Table de conversation en anglais.
- **Jeudi 7 septembre 2017, de 14h à 16h** : Concert d'Elena Gianone. Cette artiste italienne née à Bruxelles a commencé son parcours musical à l'académie de Braine-l'Alleud en chant lyrique. Elle a à son actif 25 ans d'expérience musicale à travers l'interprétation des succès français, anglais et italiens. Chanter, c'est pour elle offrir un univers d'émotions, une raison de vivre qu'elle aime partager.
- **Lundi 11 septembre 2017, de 13h30 à 15h** : Table de conversation en néerlandais.
- **Du mardi 12 septembre au jeudi 14 septembre 2017** : Escapade à Amsterdam (3 jours et 2 nuits). Accompagnez-nous pour cette découverte sensorielle de la capitale hollandaise. Plus d'information en contactant le Service loisirs.
- **Mercredi 13 septembre 2017, de 14h à 16h** : Conférence d'Anne Versailles qui a parcouru 850 km à vélo sur les traces de sa grand-mère, entre Bruxelles et le Sud-Ouest de la France. Venez découvrir son fabuleux voyage!



- **Jeudi 14 septembre 2017, de 10h à 11h30** : Table de conversation en anglais.
- **Jeudi 14 septembre 2017, de 10h30 à 11h30** : Cours de yoga.
- **Lundi 18 septembre 2017, de 13h30 à 15h** : Table de conversation en néerlandais.
- **Mardi 19 septembre 2017, de 10h à 12h** : Club numérique.
- **Jeudi 21 septembre 2017, de 10h à 11h30** : Table de conversation en anglais.
- **Jeudi 21 septembre 2017, de 14h à 16h** : Chanson française, piano-voix. Installez-vous confortablement... départ imminent pour un voyage poétique voguant de paysages sonores en train et rencontres insolites. Dans la valise du groupe Moleskine, un carnet de croquis, des petites cuillères, les yeux d'Agathe, un chapeau, des livres, des rêves... Un tout orchestré de main de maître par une Bénédicte Maréchal toute en finesse.
- **Vendredi 22 septembre 2017** : Visite des Jardins d'Annevoie et croisière sur la Meuse. Au programme, une promenade empreinte de relaxation et de fraîcheur dans un lieu unique où coule l'eau depuis 250 ans sans interruption et sans aucune machine ! Venez écouter le murmure des cascades, le bruissement des feuilles et y découvrir des arbres majestueux et centenaires, de fausses grottes et d'extravagantes statues. Après un repas dans l'Orangerie, nous reprendrons la route vers Dinant où nous partirons en croisière à la découverte de la vallée de la Meuse. PAF : 25 euros.
- **Lundi 25 septembre 2017, de 13h30 à 15h** : Table de conversation en néerlandais.



- **Mercredi 27 septembre 2017, de 14h à 16h**: Club de lecture. Thème du mois: « Les professeurs écrivains ». En cette rentrée scolaire, découvrons un autre aspect des professeurs grâce à leurs écrits.
- **Jeudi 28 septembre 2017, de 10h à 11h30**: Table de conversation en anglais.
- **Jeudi 28 septembre 2017, de 10h30 à 11h30**: Cours de yoga.
- **Jeudi 5 octobre 2017, de 10h30 à 12h30**: Atelier floral. Débutant ou expert, avec des fleurs de saison, vous créez votre propre composition. Inspiré du fleuriste du coin, nous manipulerons terre, oasis, fleurs ou plantes pour créer de quoi égayer votre intérieur. PAF: 15 euros.
- **Du mardi 12 septembre au jeudi 14 septembre 2017**: Escapade à Amsterdam (3 jours et 2 nuits). Accompagnez-nous pour cette découverte sensorielle de la capitale hollandaise. Plus d'information en contactant le Service loisirs.

En Wallonie.

À **ATH**: Rue de la Station, 41.

- **Mardi 3 octobre 2017**: Journée iodée à Ostende. Une journée dans la ville portuaire la plus cosmopolite de la côte belge. Nous vous proposerons d'en découvrir davantage sur celle que l'on surnomme la « reine des plages ». Au programme: découverte du patrimoine culturel, balade au grand air, shopping et dégustation de spécialités belges! PAF: 25 euros.



- **Lundi 9 octobre 2017, de 14h à 16h** : Atelier floral. Débutant ou expert, avec des fleurs de saison, vous créez votre propre composition. Inspiré du fleuriste du coin, nous manipulerons terre, oasis, fleurs ou plantes pour créer de quoi égayer votre intérieur. PAF : 15 euros.

À CHARLEROI : Boulevard Tirou, 12.

- **Mercredi 20 septembre 2017** : Découverte du Pays de Herve. Venez à la rencontre du Pays de Herve et profitez de son patrimoine exceptionnel empreint d'histoire et de tradition ! Au programme : visite d'une siroperie artisanale et de la fromagerie du Vieux-Moulin. PAF : 25 euros.

À LIÈGE : Rue des Guillemins, 63.

- **Vendredi 8 septembre 2017, de 14h à 16h** : Atelier floral. Débutant ou expert, avec des fleurs de saison, vous créez votre propre composition. Inspiré du fleuriste du coin, nous manipulerons terre, oasis, fleurs ou plantes pour créer de quoi égayer votre intérieur. PAF : 15 euros.
- **Vendredi 22 septembre 2017** : Découverte de l'Abbaye de Villers-la-Ville. Visite guidée de cette abbaye cistercienne remarquablement préservée et découverte des plantes médicinales. Si vous n'avez pas peur de faire un retour en arrière, venez nous rejoindre ! PAF : 25 euros.

À JAMBES : Rue de la Croix-Rouge, 31.

- **Jeudi 14 septembre 2017, de 10h à 12h** : Atelier floral. Débutant ou expert, avec des fleurs de saison, vous créez votre propre composition. Inspiré du fleuriste du coin, nous manipulerons terre, oasis, fleurs ou plantes pour créer de quoi égayer votre intérieur. PAF : 15 euros.



À LIBRAMONT : Avenue de Bouillon, 16A.

- **Mardi 19 septembre 2017** : Visite de Blegny Mine. Considérées comme patrimoine mondial de l'UNESCO, nous visiterons les mines de charbon de Blegny en matinée afin de mieux nous rendre compte des conditions de vie des mineurs. L'après-midi se poursuivra avec une balade en tortillard sur la route des Vergers. PAF : 25 euros.

À EUPEN : Werthplatz, 6.

Nouveau!

Nous étendons la programmation de nos activités de loisirs à la Communauté germanophone. Une fois par mois, nous vous proposerons une activité au sein des locaux de la Dienststelle für Selbstbestimmtes Leben, en alternant Eupen (1 fois tous les 2 mois) et Saint-Vith (1 fois tous les 2 mois). Ce mois-ci, rendez-vous à Eupen pour un atelier floral.

- **Jeudi 7 septembre 2017, de 13h à 17h** : Atelier floral. Débutant ou expert, avec des fleurs de saison, vous créerez votre propre composition florale. PAF : 15 euros.



Activités pour la jeunesse.

Pour les inscriptions et modalités pratiques, merci de contacter le Service loisirs au 02 533 32 84 ou par e-mail à loisirs@braille.be.

- **Du lundi 17 au jeudi 20 juillet 2017**: les 6-12 ans relèvent des défis en découvrant de nouveaux sports! Grâce à cette petite semaine d'activités sportives, votre enfant rencontrera de vrais inconditionnels du sport et découvrira de nouvelles disciplines en toute sécurité et entouré de professionnels. Escalade, football, running et rollers, autant de sport à tester en douceur avec une équipe pleine de bonne humeur.
- **Du lundi 7 au vendredi 11 août 2017**: Séjour au Fagotin pour les 6-12 ans. Le « Fagotin », c'est une ferme pédagogique située à Stoumont, en province de Liège. Au travers de jeux sensoriels, les enfants pourront découvrir les animaux et la vie de la ferme. Au programme: soins et traite des animaux, travail de la laine, balades à dos d'âne, jeux sensoriels, jardinage et atelier culinaire.
- **Du mercredi 9 au vendredi 11 août 2017**: Séjour nature au Fagotin pour les 12-16 ans. Trois jours au cœur de la vallée de l'Amblève spécialement pour les adolescents! Les journées seront rythmées par des sorties encadrées par un guide nature.



Pour que
chaque effort
gagne

Banque Degroof Petercam soutient
la Ligue Braille pour les 20 km
de Bruxelles.

www.degroofpetercam.be



RESSOURCER
LE MONDE

Sur les cinq continents, Veolia développe l'accès aux ressources, les préserve et les renouvelle.

En concevant et déployant des solutions pour la gestion de l'eau, des déchets et de l'énergie, nous contribuons à ressourcer le monde.

Découvrez comment sur veolia.com

RESSOURCER le monde 

INVAS WORLDWIDE PARE - Illustration: RUDE.



GRÂCE À SES JOUEURS, LA LOTERIE NATIONALE SOUTIENT LA CULTURE, LE SPORT, LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE, LA LUTTE CONTRE LA PAUVRETÉ, LA COOPÉRATION AU DÉVELOPPEMENT ET DES ACTIONS DE SOLIDARITÉ. QUEL QUE SOIT LE MONTANT MISÉ, CHAQUE JOUEUR PEUT VRAIMENT FAIRE LA DIFFÉRENCE. POUR MENER À BIEN SES PROJETS, LIGUE BRAILLE ASBL A CHOISI POUR PARTENAIRE LA LOTERIE NATIONALE EN RAISON DE SA FIABILITÉ. ELLE REMERCIE DÈS LORS LES JOUEURS POUR LEUR SOUTIEN !

#CHACUNCOMPTE

6 Loterie
Nationale