

# ADAMag

N°3/2026 - JUILLET, AOUT, SEPTEMBRE

Quand le rugby  
devient accessible  
à tous!



## Agenda

DÉCOUVREZ- LE, À LA FIN DE CE MAGAZINE

### MAGAZINE INCLUSIF

Également disponible en braille  
et en version digitale.

Les Amis des Aveugles et Malvoyants, rue de la Barrière 37 - 7011 MONS  
Bureau de dépôt : Bruxelles X



Amis  
des  
Aveugles



## Chères Amies, chers Amis,

L'été est de retour, avec ses journées plus longues, sa lumière et sa chaleur. Quelle meilleure saison pour prendre le temps de regarder le chemin parcouru, d'envisager de nouveaux horizons et de célébrer ce qui nous rassemble ?

Les histoires et projets présentés dans ce numéro nous parlent, chacun à leur manière, de transitions, d'engagement et d'espoir.

L'histoire de Daniel et de Pixel en est une belle illustration. La retraite d'un chien guide est un moment particulier. Après des années de travail et de fidélité sans faille, vient pour lui le temps du repos largement mérité. Mais cette étape représente aussi un

cap important pour son maître. Derrière la joie de voir son compagnon profiter d'une retraite paisible se mêlent souvent l'émotion et parfois l'appréhension d'un nouveau départ. Cette relation unique nous rappelle combien un chien guide est bien plus qu'une aide à la mobilité : il est un partenaire de vie qui accompagne chaque pas sur le chemin de l'autonomie.

Cette année est également marquée par un anniversaire exceptionnel : les 80 ans de notre Centre de Formation de Chiens Guides de Ghlin ! Après les 30 ans de notre centre de Koksijde célébrés récemment, cet anniversaire nous invite à mesurer le chemin parcouru grâce à l'engagement de générations de professionnels, de familles d'accueil, de donateurs, de bénévoles et de bénéficiaires. Depuis huit décennies, ce sont des centaines de binômes qui ont vu leur vie transformée grâce à cette formidable aventure humaine.

L'engagement est d'ailleurs un autre fil rouge de ce numéro. À travers le témoignage d'Anne, nous souhaitons mettre à l'honneur l'ensemble de nos volontaires. Leur disponibilité, leur générosité et leur enthousiasme constituent une richesse inestimable pour notre association. Ils contribuent chaque jour à créer du lien, à rendre possibles de nombreuses activités et à faire vivre concrètement nos valeurs d'inclusion et de solidarité.

L'inclusion passe aussi par l'accès à l'emploi. Le projet Cap Emploi Visuel, développé avec le soutien de Dow Silicones, démontre qu'avec de la volonté, de l'ouverture et de la créativité, il est possible de construire des solutions concrètes. Nous espérons que cette initiative inspirera d'autres employeurs. Car les compétences, les talents et la motivation des personnes déficientes visuelles existent ; ce sont souvent les opportunités qui manquent. À nous collectivement de construire les ponts nécessaires pour les faire émerger !

Le partenariat « charbon et or » inédit développé autour du cécirugby avec le Rugby Club de Frameries illustre lui aussi cette dynamique positive. Le sport accessible est un formidable vecteur de rencontre, de dépassement de soi, de confiance et de participation sociale. Lorsque l'accessibilité est pensée dès le départ, chacun peut trouver sa place et exprimer pleinement son potentiel.

Dans ce numéro, nous avons également souhaité donner davantage la parole aux premiers concernés : vous. Le témoignage de Jean-Philippe nous touche par sa sincérité, sa lucidité et sa force. Malgré les difficultés, il continue à rêver en couleur. Son parcours nous rappelle que derrière chaque situation de déficience visuelle se trouve avant tout une personne, avec son histoire, ses ressources, ses aspirations et ses rêves... et que l'aventure continue avec son lot de beaux moments aussi.

Partager votre vécu vous inspire ? Nous serions heureux de recueillir votre témoignage dans nos prochains numéros.

Enfin, l'été est aussi une invitation à profiter, à découvrir et à partager. Notre équipe Sports et Loisirs vous a préparé un programme riche et varié : un stage spécialement conçu pour les plus jeunes, des sorties à la mer, des concerts, des expositions, des projections en audiodescription, des promenades en pleine nature et de nombreux moments de convivialité. Autant d'occasions de créer des souvenirs, de faire de nouvelles rencontres et de vivre pleinement cette saison estivale.

**Je vous souhaite un très bel été, rempli de découvertes, de rencontres et de beaux moments partagés.**

**Stéphanie Demartin, Directrice du Pôle Autonomie et Inclusion**

# SOMMAIRE

## EDITO

Page 2

## EN ROUTE VERS L'AUTONOMIE

Pages 5-10

## QUOI DE NEUF ?

Pages 11-13

## SOUS LA LOUPE

Page 14-15

## HISTOIRE DE VIE

Pages 16-21

## EYE TECH

Pages 22-23

## SOCIETE

Pages 24-27

## Agenda

Pages 28-38

ADAMag est le périodique trimestriel des Amis des Aveugles et Malvoyants

**Editeur responsable:** Eric Balate

**Adresse:** Rue de la Barrière 37, 7011 Ghlin (Mons)

**Contact:** +32 65 40 31 00 - [communication@amisdesaveugles.org](mailto:communication@amisdesaveugles.org)

**ADAMag** est une production du Service communication, en collaboration avec le Pôle Autonomie et Inclusion

# EN ROUTE VERS L'AUTO- NOMIE

## Daniel et Pixel : une retraite méritée, une relève attendue.



**Dans les rues d'Anderlecht, Daniel a grandi avec des rêves simples et puissants. À 66 ans aujourd'hui, il porte en lui une vie faite de courage discret, d'épreuves, mais aussi d'une étonnante capacité à continuer d'avancer toujours, malgré tout.**

Daniel est atteint de choroïdémie. Cette maladie génétique rare et évolutive lui a été transmise par sa maman. D'abord une gêne dans l'obscurité, puis un champ de vision qui se rétrécit, comme un monde qui se referme peu à peu. Son frère, lui, a perdu la vue très tôt. Pour Daniel, la maladie s'est accélérée à l'aube de ses 50 ans.

Entre-temps, la vie avait pris forme. Plus jeune il rêvait d'être policier mais sa candidature a été refusée en raison des tests visuels. Alors il a choisi une autre voie. Après son service militaire, il entre chez Siemens. Trente-cinq ans de carrière, de responsabilités, d'engagement. Jusqu'au jour où la maladie ne lui laisse plus le choix. En 2012, il doit arrêter de travailler. Mais Daniel n'est pas homme à s'arrêter de vivre.

C'est à l'hôpital Érasme qu'un tournant s'opère grâce au docteur Fanny Depasse. Elle l'oriente vers Les Amis des Aveugles. Là, Daniel apprend à apprivoiser une



## Pixel, une rencontre qui change tout.

En 2015, les Amis des Aveugles annoncent à Daniel qu'il est éligible pour introduire l'obtention d'un chien guide. Et c'est comme ça que fin 2017, après un long processus, deux chiens lui sont présentés. Pas concluant avec le golden car hésitant face aux vaches. Et puis, il y avait Pixel, une femelle labrador.

Marche assurée, même rythme de marche... L'évidence s'impose! S'en est suivi un stage d'environ 3 mois avec Céline, éducatrice au centre de formation de chiens guides et désormais référente du binôme.

nouvelle manière de vivre: reconnaître les billets et pièces de monnaie, se déplacer avec une canne blanche et ainsi se reconstruire une autonomie.

Dans la vie de Daniel, il y a eu Carine, sa cocotte comme il l'a surnommée. Une histoire qui commence sur les bancs de l'école et qui durera 45 ans. Une vie construite ensemble, à Bruxelles puis à Flobecq, dans une maison choisie par amour par Carine pour la campagne et les souvenirs familiaux. Deux enfants, Yannick et Aurélie. Une famille soudée.

Et puis, l'année dernière, le silence... Carine est emportée par un cancer. Mais Daniel tient debout, pour les enfants, pour elle, pour lui aussi.

Au début, Daniel doute car il voit encore un peu. Il veut contrôler, il donne trop d'ordres. Puis, peu à peu, il apprend à lâcher prise, à faire confiance à Pixel. Aujourd'hui, cette confiance est totale.

Dans le tram, dans le train, dans la rue, Pixel est ses yeux. Elle repère un siège libre, s'y glisse doucement pour lui indiquer où s'asseoir. Elle anticipe, protège, guide. Depuis la disparition de Carine, elle est devenue encore plus présente. Comme si elle avait compris.

Pixel, ce n'est pas « juste » un chien guide. C'est une présence, un complice, une sécurité, une forme de lien au monde. Mais aussi une boule d'amour : affectueuse, fidèle, toujours collée à lui. Capable d'apprendre de

nouveaux parcours avec une facilité déconcertante.

Ses défauts? La peur des orages et des feux d'artifice... et du vétérinaire. Il y a cette anecdote qui fait sourire Daniel: un jour, il oublie de lui donner l'ordre de manger. Trente minutes plus tard, Pixel attend toujours, patiemment, devant sa gamelle.

À La Panne, où Daniel vit depuis 2021, tout le monde les connaît. Ou plutôt... tout le monde connaît Pixel. «Bonjour Pixel!» lance-t-on dans la rue, souvent avant même de saluer Daniel.

Mais le temps passe, même pour les plus fidèles compagnons. Aujourd'hui, Pixel a 10 ans. Depuis avril 2026, elle est officiellement retraitée. Daniel a fait un choix du cœur: il l'a adoptée. Elle finira ses jours à ses côtés. Il n' imagine pas une autre fin pour elle. Et il ne craint pas l'arrivée d'un nouveau chien. Pixel a assez d'amour et de doudous pour partager.

### **Une nouvelle attente commence.**

Daniel a introduit une demande pour un nouveau chien guide. Il a repris quelques séances de mobilité avec Gilles, instructeur de locomotion au sein du Pôle Autonomie et Inclusion. Il sait ce que cela implique. Il sait aussi ce que cela apporte. Car un chien guide, ce n'est pas un luxe. C'est une liberté. C'est pouvoir sortir seul, décider de son chemin, continuer à vivre pleinement.

Aujourd'hui encore, Daniel remplit ses journées: promenades, pétanque, animateur radio, sensibilisation et témoignage auprès du grand public à la demande des Amis des Aveugles (aussi bien en français qu'en néerlandais), participation à des projets culturels accessibles. Il testera, par exemple, très prochainement la maquette mise en place au Musée du Train à Bruxelles. Il est également très actif dans la récolte de bouchons de plastique qui contribue à la formation de chiens guides.

Bref, il ne s'arrête jamais. Peut-être pour ne pas laisser le silence prendre trop de place...

De juin à septembre, il part, chaque année, en camping dans les environs d'Avignon, retrouver le calme, loin du tumulte de la côte belge.

Daniel avance, avec ses souvenirs, avec ses manques, mais surtout avec cette certitude: la vie a encore des choses à lui offrir.

Pixel lui a appris à «voir» autrement. Et quelque part, déjà, un autre chien se prépare à entrer dans sa vie.

Un nouveau chapitre, une nouvelle confiance, un nouvel espoir.

**Propos recueillis par Nathalie Philippart, Chargée de Communication**

# Anne, une bénévole au parcours de vie riche et engagé.



**Sans doute avez-vous déjà croisé Anne sur le site de l'ASBL à Ghlin. Anne est née à Saïgon, il y a 61 ans, d'origine amérasienne, elle a été adoptée par un couple belge du Brabant wallon. Aujourd'hui installée à Ghlin, elle est mariée, maman de deux garçons et heureuse grand-mère de trois petits-enfants.**

Pendant 35 ans, Anne a mené une carrière militaire exigeante. Elle a travaillé dix ans en Allemagne (où elle a rencontré son mari, militaire également), quinze ans à Ghlin et dix ans à Bruxelles, avec des missions variées : réparatrice d'équipements militaires, travail administratif ou encore secrétariat de la Chaire Communication à l'École royale militaire.

Cette carrière lui a transmis rigueur, ponctualité et sens de l'engagement, des qualités qui la caractérisent encore aujourd'hui.

Fin 2019, à l'approche de sa retraite, elle souhaite rester active et garder le contact humain.

Anne se rend alors à la plateforme volontariat de la Ville de Mons. Parmi les propositions présentées, elle rencontre un responsable des Amis des Aveugles. Convaincue par la mission et les valeurs de l'association, elle décide de rejoindre l'équipe.

## **Un engagement au service des autres**

En moyenne, Anne consacre deux jours par mois à son engagement. Ses missions sont variées : accompagnement de personnes déficientes visuelles lors d'activités culturelles ou sportives (musée, marche, cinéma...), soutien au centre de formation de chiens guides (transport de chiots, visites chez le vétérinaire pour divers contrôles), tenue de stands pour le service communication ou encore sa participation aux 20 km de Bruxelles en tant que guide pour un non voyant.



Elle a suivi une formation spécifique qui lui a permis de mieux comprendre le handicap visuel et d'adapter son accompagnement. Ce qui la touche particulièrement, ce sont les bénéficiaires: «Ils sont toujours de bonne humeur, ils dégagent une joie de vivre incroyable», confie-t-elle avec émotion. Elle évoque un lien naturel, un bon feeling immédiat avec chacun.

Lorsqu'elle garde ses petits-enfants, elle leur parle régulièrement de l'ASBL et, dès qu'elle en a l'occasion, elle les emmène avec elle lors d'événements.

L'un de ses petits-fils a d'ailleurs fréquenté une école primaire à Jemappes où une institutrice, famille d'accueil pour un chien guide, amenait chaque jour le chien en classe. Une expérience qui a permis à son petit-fils d'être sensibilisé très tôt à la réalité du

handicap visuel et au rôle essentiel des chiens guides.

Sa maman, âgée de 89 ans, a perdu la vue, ce qui rend son engagement encore plus personnel.

### Des rencontres qui marquent

Parmi ses expériences marquantes au sein de l'ASBL, Anne retient ces moments simples mais forts: une marche partagée, un cinéma vécu différemment, un concert ou encore l'émotion d'un événement sportif accompli ensemble. Ces instants lui apportent énormément sur le plan humain. Elle dit recevoir autant qu'elle donne.

Au fil du temps, elle a créé de véritables liens d'amitié, tant avec les bénéficiaires qu'avec d'autres volontaires.

Selon elle, l'ASBL a un impact essentiel: elle offre autonomie, confiance et ouverture vers l'extérieur aux personnes déficientes visuelles. Ce qui la rend le plus fière, c'est de contribuer, à son échelle, à cette mission porteuse de sens.

### Un message à ceux qui hésitent

L'ambiance au sein de l'équipe, décrit-elle, est chaleureuse et bienveillante. Les contacts entre volontaires sont enrichissants, chacun apporte son énergie et ses compétences.

Malgré ses responsabilités familiales, elle s'occupe de ses parents âgés et garde régulièrement ses petits- enfants, Anne souhaite rester disponible le plus possible pour l'ASBL.

À ceux qui hésitent à devenir volontaires, elle dirait simplement: «Lancez-vous. Vous ne le regretterez pas». Pour elle, le bénévolat permet de garder le lien avec les autres, de donner de soi et de se sentir utile.

Aujourd'hui, Anne est fière de consacrer du temps à cette cause et se tient prête à partager son expérience pour donner à d'autres l'envie de s'engager à leur tour.

Nous souhaitons remercier chaleureusement Anne pour son engagement fidèle, sa disponibilité et la



bienveillance qu'elle apporte à chaque mission. Par son énergie, sa rigueur et son immense empathie, elle incarne pleinement nos valeurs. Merci Anne pour le temps que tu offres, pour les liens que tu crées et pour l'espoir que tu contribues à semer autour de toi.

Propos recueillis par Nathalie Philippart, Chargée de communication



**Comme Anne, rejoignez notre équipe de volontaires:**

Contactez nous par mail à [volontaires@amisdesaveugles.org](mailto:volontaires@amisdesaveugles.org)

# QUOI DE NEUF ?

## Quand Dow Silicones Seneffe et les Amis des Aveugles unissent leurs forces pour ouvrir les portes de l'emploi !

Trouver un emploi, se reconverter ou reprendre une activité professionnelle représente parfois un véritable défi pour les personnes déficientes visuelles. Pourtant, les compétences, la motivation et le potentiel sont bien présents. C'est précisément pour révéler ces talents et favoriser leur accès au monde du travail qu'est né le projet **Cap Emploi Visuel**, porté par les **Amis des Aveugles** en partenariat avec **Dow Silicones à Seneffe**.

Ce programme ambitieux d'inclusion professionnelle propose un accompagnement complet destiné aux personnes aveugles ou malvoyantes en âge de travailler. Son objectif est clair : permettre à chacun de développer son autonomie professionnelle, renforcer ses compétences et multiplier



les opportunités de rencontres avec le monde de l'entreprise.

Pour y parvenir, Cap Emploi Visuel s'appuie sur un parcours structuré comprenant des bilans individualisés, des formations adaptées, des simulations d'entretiens d'embauche, de l'aide à la création de CV, des visites d'entreprises, des job dating inclusifs ainsi qu'un accompagnement personnalisé avant, pendant et après l'embauche.



## **Une étape importante franchise**

Le projet entre aujourd'hui dans une phase décisive. Les équipes des Amis des Aveugles procèdent actuellement à l'identification et à la sélection des futurs participants qui bénéficieront de cet accompagnement vers l'emploi. Dans ce cadre, une journée particulièrement importante s'est déroulée le vendredi 5 juin.

Les Amis des Aveugles ont eu le plaisir d'accueillir 20 collaborateurs de Dow Silicones, venus se former à leur futur rôle de mentor.

Cette rencontre a donné lieu à de nombreux échanges, riches tant sur le plan humain que professionnel. Les participants ont pu découvrir les réalités de la déficience visuelle, mieux comprendre les enjeux de l'inclusion professionnelle et préparer leur future collaboration avec les bénéficiaires du programme.

Un élément mérite d'être particulièrement souligné: tous les mentors de Dow se sont engagés sur une base entièrement volontaire. Leur présence témoigne d'une volonté sincère de contribuer à une société plus inclusive. Leur enthousiasme, leur ouverture et leur motivation ont marqué l'ensemble de cette journée.

À travers cet engagement, Dow démontre qu'une entreprise peut jouer un rôle majeur dans la construction d'un monde du travail plus accessible et plus équitable. Lorsque les compétences professionnelles rencontrent la solidarité et l'envie de transmettre, de nouvelles perspectives deviennent possibles.

## **Croire aux compétences avant tout**

Le taux d'emploi des personnes déficientes visuelles reste aujourd'hui inférieur à la moyenne nationale. Pourtant, les obstacles rencontrés ne sont pas

liés aux capacités des personnes, mais bien souvent à un manque d'information, à des préjugés persistants ou à une méconnaissance des solutions d'adaptation existantes.

Cap Emploi Visuel entend justement changer ce regard. Le projet repose sur une conviction forte : ces personnes disposent de compétences, de savoir-faire et de qualités humaines qui constituent une véritable richesse pour les employeurs.

Grâce au mentorat, aux formations adaptées et aux rencontres directes avec les entreprises, les participants pourront développer leur confiance, élargir leur réseau professionnel et construire un projet d'avenir concret.

### **L'aventure continue... et il reste des places !**

Vous êtes déficient visuel et :

- vous recherchez un emploi
- vous envisagez une reconversion professionnelle
- vous souhaitez reprendre une activité
- vous désirez développer vos compétences
- vous avez besoin d'un accompagnement dans vos démarches professionnelles.

alors Cap Emploi Visuel est peut-être l'opportunité que vous attendiez.

Le programme recherche encore plusieurs participants motivés à construire ou relancer leur parcours professionnel. Quel que soit votre niveau d'expérience, vous serez accompagné à votre rythme par des professionnels et des mentors engagés.

Parce que chacun mérite de pouvoir révéler son potentiel, ce projet constitue une occasion unique de bénéficier d'un accompagnement personnalisé tout en développant des contacts privilégiés avec le monde de l'entreprise.

Envie de rejoindre l'aventure Cap Emploi Visuel ? Vous souhaitez en savoir plus ou déposer votre candidature ?

**N'hésitez pas à prendre contact avec Stéphane Gossuin**

**[s.gossuin@amisdesaveugles.org](mailto:s.gossuin@amisdesaveugles.org)**

Que vous soyez en recherche d'emploi, en reconversion ou simplement en réflexion sur votre avenir professionnel, nous serons heureux d'échanger avec vous.

*Osez franchir le pas :* votre prochain projet professionnel commence peut-être aujourd'hui.

**François Bultez, Coordinateur au sein du Pôle communautaire**

# SOUS LA LOUPE



## Quand le rugby devient accessible à tous !

### Retour sur une semaine de Cécirugby à Frameries.

Une belle rencontre entre inclusion, sport et dépassement de soi ! Les 5, 7 et 8 mai 2026, le Rugby Club Frameries et l'ASBL Les Amis des Aveugles ont uni leurs forces pour proposer une activité originale et porteuse de sens : une initiation au cécirugby.

Durant trois après-midis riches en découvertes, sept participants déficients visuels ont eu l'occasion de s'initier à cette discipline encore méconnue mais particulièrement

spectaculaire et conviviale. Inspiré du rugby traditionnel, le cécirugby en conserve toute l'intensité et l'engagement. Les contacts y sont bien présents mais les plaquages sont remplacés par des techniques d'arrachage du ballon et de blocage du porteur de balle. Cette adaptation permet de préserver l'essence du rugby tout en garantissant la sécurité de l'ensemble des participants.

Cette semaine sportive a également été marquée par une formidable dynamique inclusive. Pas moins de 38 joueurs du Rugby Club Frameries ont participé aux différentes séances



aux côtés des participants déficients visuels. Ensemble, ils ont partagé les entraînements, appris à communiquer autrement et découvert une nouvelle manière d'appréhender le jeu.

Au fil des exercices et des rencontres, les valeurs fondamentales du rugby se sont exprimées avec force : solidarité, respect, esprit d'équipe, dépassement de soi et convivialité.

Sur le terrain, chacun a trouvé sa place. Les différences se sont effacées pour laisser place au plaisir du jeu, à l'entraide et à la volonté commune de progresser ensemble.

L'enthousiasme des participants était d'ailleurs palpable tout au long de la semaine. Beaucoup ont souligné le plaisir ressenti lors des séances et ont exprimé le souhait de voir cette activité se poursuivre durablement. Une envie qui pourrait bientôt devenir réalité.

En effet, grâce à un appel à projets soutenu par la Fondation Roi Baudouin, le développement du cécirugby au sein du Rugby Club Frameries et en partenariat avec l'ASBL Les Amis des

Aveugles est désormais en bonne voie. L'objectif est de rendre cette pratique accessible de manière régulière et pérenne afin de permettre à toute personne déficiente visuelle intéressée de découvrir ce sport et de rejoindre l'aventure. Les modalités pratiques de participation seront communiquées prochainement.

Pour clôturer cette belle semaine, un match amical a opposé les participants déficients visuels à des représentants de l'équipe U18 du Rugby Club Frameries, récente vice-championne de Belgique. Mais pour que la rencontre soit totalement équitable, tous les joueurs évoluaient dans les mêmes conditions grâce au port de masques occultants.

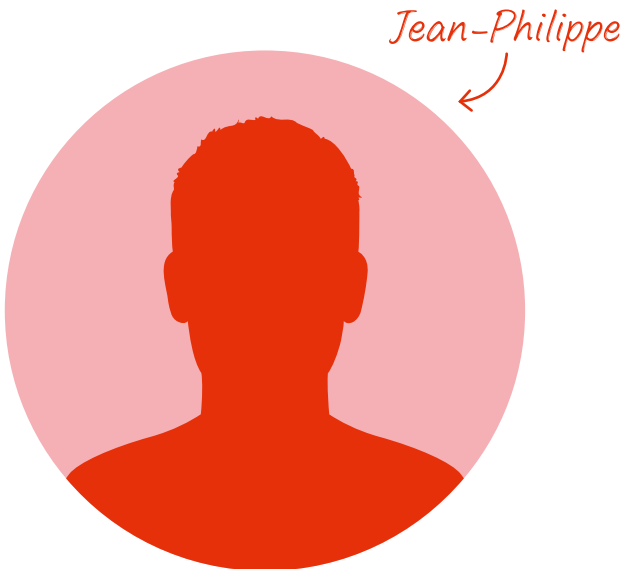
Le résultat ? Une rencontre engagée, pleine de bonne humeur et de fair-play... et une petite surprise au tableau d'affichage ! Les joueurs déficients visuels se sont imposés sur le score de 2 à 1 face aux jeunes vice-champions de Belgique.

Une belle démonstration que lorsque l'accessibilité est au rendez-vous, le handicap n'empêche ni la performance, ni le plaisir, ni l'esprit de compétition. Une victoire symbolique qui illustre parfaitement ce que le sport peut offrir de plus beau : permettre à chacun de révéler son potentiel et de vivre pleinement sa passion.

**François Bultez, Coordinateur au sein du Pôle Communautaire**

# HISTOIRE DE VIE

## Jean-Philippe, le rêveur en couleur.



**Au sein de notre Pôle Autonomie et Inclusion, nous avons souhaité donner la parole à une personne suivie par de nos services afin de mettre en lumière un vécu singulier.**

À travers son récit, c'est un parcours de vie marqué par la perte – mais surtout le reste –, les ajustements et les reconstructions qui se dessine. Ce moment d'échange propose un regard sans filtre sur le quotidien de Jean-Philippe avec sa déficience visuelle, entre fragilités, ressources et capacités d'adaptation. Au-delà de la situation de handicap, c'est avant tout une histoire humaine qui s'exprime ici, avec ses doutes, ses forces et ses élans de vie.

**Question : Pour commencer, si vous deviez vous présenter, qui êtes-vous ?**

**Réponse :** Je m'appelle Jean-Philippe, mais je préfère qu'on m'appelle « Philou », et j'ai 49 ans. Au-delà de la situation de handicap visuel, je voudrais dire d'abord que je suis quelqu'un de généreux. J'aime donner, même juste par la parole, déjà ça pour moi c'est de la générosité. Je suis aussi papa de trois enfants. Ça, c'est important dans mon identité, dans qui je suis : je suis père. Et puis j'essaie de rester quelqu'un qui transmet de la bonne humeur. Je n'aime pas faire la tête. Je n'aime pas la solitude. J'ai besoin de sourire, de faire rire, de vivre avec les autres.

**Q : Justement, qu'est-ce que vous aimeriez que les autres voient et retiennent de vous ?**

**R :** Pas ma déficience visuelle justement mais plutôt la bonne humeur. J'aimerais transpirer la bonne humeur. Quand je passe quelque part, j'aimerais que les gens se disent qu'il y avait quelqu'un de vivant, pas quelqu'un de triste. Pourtant, triste, parce que je le suis vachement. Je ne veux pas attiser la pitié mais ce n'est vraiment pas facile tous les jours

d'être handicapé... (Rire). Enfin, je sais que ce n'est pas top d'utiliser ce mot donc je dirais que ce n'est pas facile d'être déficient visuel.

**Q: Vous avez utilisé une expression assez marquante et que vous avez même proposé comme titre pour cet article: «le rêveur en couleur». Est-ce que vous pouvez m'expliquer ce que ça veut dire pour vous?**

**R:** Actuellement, je vois uniquement de la lumière d'un seul œil. Je ne vois rien d'autre que dans mes rêves. Oui... «le rêveur en couleur», c'est moi. Parce que malgré tout, je continue à rêver, à imaginer, à vivre des choses très intenses dans ma tête. Même si je ne vois plus comme avant, mes rêves, eux, restent très vivants, très présents, parfois presque plus forts que la réalité. J'ai l'impression de voir un monde très coloré, des souvenirs très colorés. C'est un peu comme si la nuit, ou dans mes moments de repos, je retrouvais des couleurs, des sensations, des scènes très réalistes. Et puis le matin, il y a le retour à la réalité, le contraste: le noir. Mais je pense que ça fait partie de moi: cette capacité à encore rêver, à encore imaginer, à ne pas être uniquement dans la perte ou dans le manque. Et quelque part, c'est aussi une façon de tenir. De garder une part de moi qui reste vivante, colorée, même si le quotidien est parfois plus compliqué.

**Q: Est-ce que vous diriez que la déficience visuelle vous définit aujourd'hui?**



**R:** Oui... quand même. Il y a une part de moi qui ne fonctionne pas. C'est réel et je peux pas faire ce que je veux, c'est ma réalité et la manière dont je me sens perçu par les autres. Mais je ne suis pas que ça. Il y a plusieurs personnes en moi, en fait. Il y a d'abord «Philou», celui qui rigole, qui est jovial, bon vivant. Puis, il y a «Monsieur Tarter», le patient, celui qui essaie de rester autonome et qui a parfois l'impression de nager à contre-courant. Et puis finalement, il y a Jean-Philippe, qui est parfois très triste, qui a l'impression qu'il lui manque une partie de lui, qui est frustré au quotidien. Tout ça cohabite.

**Q: Comment avez-vous vécu la perte de vision?**

**R:** Une grosse claque. Psychologiquement, j'ai eu besoin d'aide, de psychologues et de psychiatres. J'ai pu sombrer vraiment très bas, avoir des idées noires. Mais oui, ça a été très dur. Ce n'est pas une seule cassure et puis ça repart bien.

C'est des hauts et des bas, des allers et venues, un pas en avant et parfois l'impression d'en faire dix en arrière. Ma vie a totalement changé.

**Q: Est-ce que vous pouvez revenir sur ce qui s'est passé au moment de votre accident et sur les circonstances dans lesquelles il est survenu ?**

**R:** Oui... à ce moment-là, je travaillais dans un cadre non déclaré, au noir, pour quelqu'un qui me payait environ 40 euros par jour. Et c'est dans ce contexte que l'accident est arrivé. Je me suis blessé au travail et à partir de là, tout a basculé. Sur le moment, il a fallu expliquer autrement les choses. J'ai dû dire que c'était un accident domestique, inventer une autre version, parce que la réalité du travail n'était pas déclarée. Et puis ensuite, il y a eu les conséquences. Il n'y a pas eu de reconnaissance comme accident du travail, pas d'indemnisation, rien de ce côté-là. Donc on se retrouve avec une perte très importante, mais sans cadre, sans protection et avec le sentiment d'être un peu seul face à tout ça. Avec le recul, je dirais que ce n'est pas seulement l'accident en lui-même qui a été un tournant mais tout ce qu'il a entraîné derrière : la perte de vision, la perte de stabilité et aussi une forme de rupture avec le monde du travail. Pour le deuxième œil, je n'ai gardé que la perception de la lumière à la suite d'un accident de vie un peu dramatique.

**Q: Est-ce qu'il y a eu un moment précis où vous avez réalisé que votre vie changeait ?**

**R:** Pas vraiment un moment unique. Je pense qu'au début, je n'ai pas réellement pris la mesure de ce qui se passait. C'est plutôt mon corps qui a parlé pour moi, avec des crises d'angoisse assez fortes, des sensations de perte de contrôle, comme si quelque chose se dérégulait sans que je puisse l'arrêter. Dans ma situation, ce n'est pas un déclic net, c'est quelque chose qui s'est installé progressivement, presque silencieusement au départ, puis de manière de plus en plus évidente. Et puis il y a eu comme un tremblement de terre autour de moi. Tout ce qui faisait ma vie d'avant s'est mis à vaciller puis à disparaître : le travail, certaines relations, certaines habitudes, certaines activités aussi. Ce n'était pas seulement la vision qui changeait, c'était tout l'équilibre de vie qui se modifiait. Et à un moment, quand tout s'est arrêté, il y a eu cette prise de conscience un peu brutale : « Qu'elle me manque ma vie d'avant ». Pas forcément parce qu'elle était parfaite mais parce que c'était ma vie.

**Q: Qu'est-ce que vous identifiez comme le plus difficile au quotidien ?**

**R:** L'autonomie, clairement. Des choses qui paraissent simples pour quelqu'un qui voit, deviennent tout de suite beaucoup plus complexes : se lever, s'habiller, choisir ses vêtements, organiser sa journée. Ce sont des gestes du quotidien mais ils demandent une énergie mentale importante, une

attention constante, comme si rien n'était vraiment automatique. Il y a aussi tout ce qui touche à l'orientation et à la perception de l'espace. Se déplacer, se repérer, anticiper... Ce sont des choses qui ne se font plus de manière intuitive et ça peut générer de la tension, parfois même de l'angoisse. Et puis surtout, il y a la dépendance aux autres. Le fait de devoir demander, de devoir vérifier, de devoir s'appuyer sur quelqu'un et en même temps cette question permanente : « Est-ce que je dérange ? Est-ce que je prends trop de place ? ». Ce n'est pas uniquement une question pratique, c'est aussi quelque chose de très présent dans les relations et les émotions. On perd une forme de spontanéité dans le quotidien, et ça, c'est probablement ce qu'il y a de plus lourd à porter. Et puis, la solitude. Quand je suis seul, il y a de la nostalgie, de la mélancolie. Et puis beaucoup de pensées. C'est dans ces moments-là que c'est le plus dur. On se sent parfois vraiment seul et incompris dans ce qu'on vit. Peut-être qu'on n'arrive pas à l'expliquer totalement je crois.

**Q: Quand vous dites dépendance, qu'est-ce que vous voulez dire exactement ?**

**R:** La dépendance, c'est surtout le fait de devoir demander régulièrement pour des choses qui, pour d'autres, sont automatiques. Des choses très simples du quotidien : se repérer dans un espace, trouver un objet, organiser certaines tâches, ou même juste être sûr de faire les choses correctement.

Ce n'est pas uniquement le fait de « faire à ma place », c'est aussi tout ce temps où je dois passer par quelqu'un d'autre pour être sécurisé dans ce que je fais. Et ça, à la longue, ça peut être lourd. Pas forcément dans le geste lui-même mais dans ce que ça renvoie : la sensation de ne pas être complètement autonome, de devoir constamment faire en fonction de l'aide disponible et parfois de se demander si on dérange, si on sollicite trop, si on peut vraiment demander encore une fois. Il y a une forme de charge mentale derrière ça. Mais en même temps, ce n'est pas uniquement négatif. Avec le temps, j'ai aussi développé des compétences et des repères, mes petits trucs quoi. J'ai appris à m'organiser autrement, à structurer certaines choses à ma manière. Et puis il y a une petite victoire qui peut paraître simple ou même bête de l'extérieur mais qui a beaucoup d'importance pour moi : la pêche. C'est quelque chose qui faisait déjà partie de ma vie d'avant. Et aujourd'hui, malgré tout, je suis encore capable de ranger mon matériel, de m'y retrouver, de garder mes repères. C'est quelque chose de très concret mais aussi de très symbolique, parce que ça me relie à qui j'étais avant et à ce que je suis encore capable de faire aujourd'hui. Je suis fier de ça.

**Q: Vous parlez « d'une vie d'avant ». Est-ce que vous avez l'impression d'avoir dû reconstruire votre identité ?**

**R:** Oui. Complètement. Il faut redevenir quelqu'un. Repartir à zéro. Et ce n'est pas facile. Avant, j'étais travailleur, actif, indépendant et papa. Aujourd'hui, c'est différent. Je suis toujours papa mais je ne suis plus travailleur, plus indépendant et encore moins actif. Enfin, j'essaie mais c'est incomparable. On en parle souvent ensemble mais je pense qu'on accepte jamais vraiment d'être comme ça, on apprend à vivre avec et c'est pas quelque chose de tout droit et de facile.

**Q: Le travail occupait une place importante dans votre vie ?**

**R:** Oui. Travailler, c'était être utile, c'est servir à quelque chose dans la société. Être ponctuel, fiable, faire partie d'une équipe. J'aimais ça. J'aimais construire, utiliser mes mains. Ça me manque énormément. Parce que le travail, c'est aussi partager le sandwich avec les collègues dans la camionnette le midi. Quand à la maison, il y a des ouvriers qui viennent faire des petits travaux, je me sens tellement mal. Enfin, je suis tellement frustré parce que je ne peux pas aider. Je reste sur ma chaise et j'attends. Et ça, c'est vraiment horrible. Avec le temps, j'ai appris à aider autrement... mais on ne va pas se mentir, ce n'est pas pareil.

**Q: Est-ce que vous vous sentez autonome aujourd'hui ?**

**R:** Non, pas encore. Il y a un grand fossé entre avant et maintenant. Je dois souvent dépendre des autres, même

pour des trucs administratifs ou des déplacements, surtout.

**Q: Mais finalement, ça veut dire quoi être autonome pour vous ?**

**R:** En venant ici, j'ai surtout compris qu'il n'y a pas une seule définition de l'autonomie. Avant, je pensais que c'était quelque chose de très simple: être capable de tout faire seul, sans dépendre de personne. Mais avec le temps et l'accompagnement, j'ai compris que ce n'est pas aussi noir et blanc. L'autonomie peut prendre plusieurs formes, selon les situations, les moments, les capacités aussi. Mais malgré ça, si je devais dire ce que serait mon autonomie idéale, ce serait quand même de pouvoir refaire un maximum de choses par moi-même. Retrouver une forme de liberté dans le quotidien, ne plus devoir systématiquement demander, pouvoir me débrouiller seul dans des tâches simples, dans mes déplacements, dans mes choix aussi. Mais c'est parfois super compliqué, parce qu'être autonome quand on est déficient visuel – en tous cas dans mon cas – ça demande beaucoup d'énergie alors je retombe parfois dans des travers ou je préfère faire le coq-en-pâte et me laisser guider. J'ai presque l'impression d'être un enfant parfois.

**Q: Est-ce que vous avez le sentiment d'être parfois infantilisé ?**

**R:** Oui. Il y a des gens qui me parlent comme si j'étais moins capable. Ou

avec de la pitié. Ça, je le ressens. Mais moi je suis un adulte, je suis un père, j'ai ma vie et je n'ai pas envie d'être considéré comme un enfant. C'est comme à un repas de famille, je n'ai pas envie d'être à la table des enfants, j'ai envie d'être là et de participer, je ne vois plus mais je sais parler. Ça, je sais bien faire d'ailleurs.

**Q: Est-ce que vous vous sentez exclu parfois ?**

**R:** Oui, parfois. Mais pas toujours. Il y a aussi des moments où je suis intégré naturellement. Ça dépend des personnes, des contextes et c'est vraiment cool quand justement on se sent intégré sans avoir besoin de grand-chose. C'est ce que je demande finalement mais ce n'est pas toujours la réalité.

**Q: Qu'est-ce qui vous aide aujourd'hui à avancer, qu'est-ce qui est moteur pour vous ?**

**R:** Les Amis des Aveugles, d'abord, vraiment. Puis mes enfants, ma famille aussi, bien évidemment. Quand je pense à mes enfants, je me dis qu'il faut que je continue. Et puis, les rencontres aussi. Le fait d'être entouré. Sans ça, je pense que je serais resté dans quelque chose de beaucoup plus difficile.

**Q: Si vous deviez parler à quelqu'un qui perd la vue aujourd'hui ?**

**R:** Je lui dirais: «t'es dans une période très dure mais tu n'es pas seul». Il y

a de l'aide, il y a des structures, il y a des gens. Il y a des psychologues, des instructeurs en locomotion, des psychomotriciens, des ergothérapeutes. Il y a des orthoptistes aussi mais pour moi ça n'était pas nécessaire – compte tenu de la non-voyance. Il y a même des secrétaires qui viendront t'accompagner au groupe de parole quand tu t'es perdu dans la gare. Et avec le sourire s'il vous plaît. Parce que le sourire, il s'entend dans la voix aussi. Je dirais donc «tu n'es pas tout seul et tu peux t'en sortir, même si ça ne sera pas facile.»

**Q: Et à la société, vous aimeriez dire quoi ?**

**R:** Ne me regarde pas seulement comme quelqu'un d'handicapé. Tends-moi la main, mais vois-moi comme une personne complète.

**Q: Pour terminer, qu'est-ce qui vous rend heureux aujourd'hui ?**

**R:** Mes enfants. Et les moments simples. Et quand je me lève le matin et que je me dis que malgré tout, je suis encore là. Je prends parfois des claques, mais je continue, j'ai envie de continuer et de croquer la vie. Et puis, je rêve toujours en couleur...

Propos recueillis par Irys Kottas,  
Psychologue clinicienne au sein  
du Pôle Autonomie et Inclusion

## Itsme, pour décliner facilement votre identité.

**Vous souhaitez simplifier vos démarches administratives et vous identifier facilement, sans devoir utiliser plusieurs appareils ? Alors Itsme s'avère être la solution idéale.**

Disponible sur iOS et Android, Itsme est une application qui permet d'accéder à de nombreux services administratifs directement depuis son smartphone, de manière autonome et sécurisée. Grâce à elle, créer un compte en ligne, confirmer une opération bancaire ou signer un document numérique devient beaucoup plus simple.

Concrètement, il faut d'abord créer un compte Itsme à l'aide de sa carte d'identité électronique (via le système eID) ou de son compte bancaire. Cette étape demande généralement l'utilisation d'un lecteur de carte. Une fois le compte activé, le smartphone devient une véritable clé d'accès à différents services administratifs, un peu comme une carte d'identité numérique. Pour se connecter, il suffit d'utiliser un code secret personnalisé ou la reconnaissance faciale/digitale du téléphone.



### **Témoignage d'Arnaud, utilisateur d'Itsme :**

À partir de mes 18 ans, mes premières démarches administratives réalisées de manière autonome concernaient surtout mes opérations bancaires sur ordinateur. À cette époque, le lecteur de carte vocal était l'outil indispensable qui me permettait d'accéder à mon compte bancaire. Par contre, il m'était impossible de consulter en ligne mon dossier auprès de la DG Personnes Handicapées car les lecteurs de carte d'identité n'étaient pas accessibles avec les logiciels de synthèse vocale utilisés sur ordinateur.

Lorsque j'ai obtenu mon premier smartphone, j'ai commencé à utiliser l'application mobile de ma banque

pour gérer mes opérations plus facilement. Cependant, pour confirmer certaines transactions importantes, je devais encore utiliser mon lecteur de carte bancaire. Cela devenait vite contraignant lorsque je n'étais pas chez moi.

Or, la crise du Covid a poussé beaucoup de personnes à utiliser Itsme, notamment pour obtenir leur certificat numérique de vaccination. Durant cette période, de nombreux utilisateurs déficients visuels, dont moi, ont signalé des problèmes d'accessibilité dans l'application. Les développeurs ont alors fortement amélioré Itsme, tout en permettant à davantage d'entreprises et de services en ligne d'utiliser cette méthode de connexion sécurisée.

Depuis lors, j'utilise Itsme pour la majorité de mes démarches administratives: signer des documents numériques, confirmer des virements importants, accéder à mes titres-services ou encore consulter mon dossier auprès de la DG Personnes Handicapées.

La sécurité est garantie car je dois confirmer mon identité avec mon code PIN personnel ou la reconnaissance faciale de mon smartphone.

Par contre, impossible de se débarrasser complètement du lecteur de carte! En effet, lorsqu'on change de smartphone, Itsme détecte automatiquement ce changement et demande



de réactiver le compte à l'aide de la carte d'identité. Heureusement, le lecteur de carte que j'utilise peut être relié à mon ordinateur avec un câble et la procédure reste relativement accessible. Même si cette étape de réauthentification peut sembler contraignante, j'en comprends l'intérêt: elle permet de mieux protéger les données personnelles et d'éviter les risques d'usurpation d'identité. Au final, cette petite contrainte reste largement compensée par les avantages qu'offre l'application au quotidien. Grâce à Itsme, je peux accéder à mes services administratifs où que je sois, simplement avec mon smartphone.

Je recommande donc Itsme à toute personne qui souhaite gérer ses démarches administratives de manière plus autonome. Même si la création et la réactivation du compte peuvent parfois être compliquées et nécessiter de l'aide éventuelle, ce système évite de devoir se déplacer physiquement dans une agence ou un bureau administratif pour une démarche peu gourmande en temps.

**Arnaud Delannoy, Chargé de projets inclusifs**

## Vous faites appel au service d'assistance pour voyager depuis/vers Bruxelles-Midi ?

**Bonne nouvelle ! À partir de ce 18 juin, la SNCB met en service un tout nouveau lieu dédié à l'assistance des personnes à mobilité réduite : l'espace Assist.**

Cet espace permet aux personnes ayant besoin d'une assistance de s'annoncer, de patienter et d'être prises en charge dans un environnement plus confortable et facilement repérable.

L'espace Assist est testé, à titre de projet pilote, en gare de Bruxelles-Midi, où est enregistré le plus grand nombre de demandes d'assistance, tant pour les voyageurs nationaux qu'internationaux. Vous le trouverez dans le couloir principal, à proximité des guichets internationaux.

La salle est ouverte de 6h15 à 20h en semaine, et de 7h15 à 20h le week-end et les jours fériés. En dehors de ces horaires, vous pouvez vous signaler grâce à la borne d'assistance située devant l'espace Assist.



L'espace Assist se situe dans le couloir principal de la gare, juste à côté des guichets internationaux (près de la zone de départ Eurostar).

Si vous venez en taxi ou en voiture : demandez à ce qu'on vous dépose à l'entrée de la gare côté place Horta. Vous serez ainsi à proximité immédiate de l'espace Assist.

### Qui peut accéder à l'espace Assist ?

Toute personne à mobilité réduite (et son accompagnateur éventuel) munie d'un titre de transport valable à la date concernée et qui a réservé une assistance pour personne à mobilité réduite pour le voyage en approche.



### **Y a-t-il du personnel présent dans cet espace ?**

Du personnel SNCB est présent dans l'espace Assist (ou à proximité) tous les jours entre 6h30 et 20h.

Avant 6h30 et après 20h, sonnez à la borne d'appel située devant la salle pour signaler votre présence à un membre de notre personnel qui viendra vous ouvrir.

### **Je n'ai pas réservé d'assistance. Que faire ?**

Si vous n'avez pas réservé d'assistance à l'avance, notre personnel d'assistance mettra tout en œuvre pour organiser votre assistance dans la mesure du possible. Cependant, il ne pourra garantir une assistance pour un départ immédiat ou en cas d'indisponibilité des équipements ou des personnes en charge de cette mission.

Dans l'attente, nous pouvons vous inviter à patienter en toute sécurité et dans le

calme au sein de notre espace Assist, où votre situation sera suivie et où vous serez pris en charge dès que possible.

### **Les animaux de compagnie sont-ils autorisés ?**

Les animaux de compagnie et les chiens guides ou chiens d'assistance sont les bienvenus dans l'espace Assist. Veillez toutefois à garder votre animal en laisse.

### **Une remarque ou suggestion ?**

L'espace Assist est un projet pilote. Si vous avez des remarques ou des suggestions pour l'améliorer, n'hésitez pas à compléter notre formulaire d'enquête : <https://bit.ly/4f05XJ1>



Complétez le formulaire d'enquête, *scannez le QR code*

# Nouveau numéro de téléphone pour la DG Personnes Handicapées.



Depuis le 15 avril 2026, la DG Personnes Handicapées (DG HAN) est joignable au **02 202 02 02**. Ce numéro remplace le 0800 98 799, qui n'est plus utilisé. Ce changement résulte d'une réorganisation des services téléphoniques.

Le numéro pour nous appeler depuis l'étranger disparaît également: le +32 2 528 69 99 sera remplacé par le nouveau numéro de téléphone général.

Le service téléphonique continue à offrir une assistance aux personnes en situation de handicap, à leurs représentants et aux professionnels du secteur.

## Horaires et modalités de contact

Les horaires du service téléphonique restent inchangés :

- **lundi, mercredi, jeudi et vendredi :** de 8h30 à 12h30
- **mardi :** de 13h à 16h.

Le coût de l'appel dépend de l'abonnement téléphonique de la personne qui appelle. Dans la plupart des cas, les appels vers un numéro fixe 02 sont inclus dans les abonnements ou facturés au tarif d'un appel local.

D'autres canaux de contact restent disponibles tels que le **formulaire de contact en ligne**, via lequel la DG HAN répond à 73% des cas dans les deux jours ouvrables et à 93% dans les cinq jours ouvrables.

## Le service social à votre écoute dans chaque province

### - Hainaut (Mons, Quévy, Dour, Tournai, Mouscron, Comines Warneton,...)

Alexis RESTIEAUX - Permanence le mercredi  
a.restieaux@amisdesaveugles.org • 065 40 31 74

### - Hainaut et Namur (Charleroi, Fleurus, Thudinie, Basse Sambre,...)

Jérémy VANDERESSE - Permanence le mercredi  
j.vanderesse@amisdesaveugles.org • 0471 02 87 57

### - Hainaut (Mons, Jurbise, Soignies, La Louvière, Seneffe, Ath, Lessines,...)

Justine PHILIPPE - Permanence le lundi  
j.philippe@amisdesaveugles.org • 065 40 31 77

### - Luxembourg et Namur

Xavier BONTEMPS - Permanence le mercredi  
x.bontemps@amisdesaveugles.org  
061 25 64 67 • 0471 02 77 17

### - Province de Liège

Service social - Permanence le mercredi  
s.social@amisdesaveugles.org • 065 40 31 70

### - Brabant wallon - Bruxelles

Édith DE RYCKEL - Permanence le jeudi  
e.deryckel@amisdesaveugles.org • 02 759 35 65



### COORDINATION SERVICE SOCIAL

JULIAN PAZOS MARCHANTE

j.pazosmarchante@amisdesaveugles.org

065 40 31 66

# Agenda

## Chères Amies, chers Amis,

Nous entamons un nouveau trimestre riche en activités. Audiodescriptions, découvertes sportives, expositions passionnantes, concerts, promenades conviviales ou activités festives: chaque mois vous offre de belles occasions de partager de nouveaux moments.

Que vous aimiez le cinéma, la marche, la cuisine, la musique, ou que vous préféreriez passer une journée à la mer, passer du temps avec des animaux ou encore partager un moment convivial au restaurant, cet agenda vous réserve des activités toutes plus variées les unes que les autres!

Certains d'entre vous reçoivent cet agenda par la poste, d'autres par mail, et pour des raisons logistiques, il nous est impossible de vous faire parvenir à tous l'ADAMag au même moment. Afin de vous permettre d'avoir les mêmes chances pour vous inscrire, nous avons décidé de fixer une date d'ouverture d'inscription. Vous pourrez donc vous inscrire à partir du jeudi 9 juillet dès 8h30. Avant cette date, vos demandes d'inscriptions ne seront pas valides et il faudra nous les transmettre à nouveau après cette date, pour qu'elles soient prises en compte.

Comme pour le précédent agenda, la prise d'inscription à nos activités se fera via Antoine.

Les inscriptions étant prises de manière chronologique, vous n'aurez pas de réponse immédiate vous confirmant votre inscription mais vous serez recontactés au fur et à mesure pour définir les activités qui vous intéressent, les prises en charge et autres informations nécessaires à votre bonne inscription.

Les deux modalités habituelles seront toujours possibles:

- Par téléphone: Les inscriptions seront uniquement prises suite aux appels passés sur le numéro de gsm suivant: **0478 71 39 02**. N'oubliez pas de laisser un message vocal avec votre nom et prénom pour être recontacté.
- Ou par mail à [s.sports-loisirs@amisdesaveugles.org](mailto:s.sports-loisirs@amisdesaveugles.org).

## Changement de numéro pour les annulations

Pour cet agenda, c'est Laura qui s'occupe de l'organisation des activités. En cas d'annulation, c'est donc avec elle que vous devez prendre contact au numéro suivant: **0476 58 04 52**.

Vous avez envie de garder contact avec notre équipe loisirs et retrouver des infos utiles liées à la déficience visuelle ? Rejoignez-nous dans notre groupe Facebook «Les Amis des Aveugles et Malvoyants – le groupe». Pour savoir comment rejoindre le groupe Facebook, n'hésitez pas à nous contacter. Des ergothérapeutes peuvent également vous aider à apprendre à utiliser Facebook.

Au plaisir de vous retrouver et passer de chouettes moments ensemble!

## JUILLET

**Jeudi 23 juillet**

### **CONCERT DANS LE CADRE DES FESTIVALS DE WALLONIE**

Depuis quelques années, les Festivals de Wallonie proposent un concert pour faire découvrir la musique classique (au sens large) au plus grand nombre et en dehors des salles de concerts. Cette année, ce sera le quatuor de saxophones EFFEL qui jouera un programme d'une quarantaine de minutes. Entre transcription et œuvres écrites pour 4 saxophones, découvrez cette famille d'instrument à vent (soprano, alto, ténor et baryton). Saviez-vous que le saxophone a été inventé à Dinant par Adolphe Sax au 19<sup>e</sup> siècle...? D'ailleurs, EFFEL à l'envers ça donne... Leffe! Petit clin d'œil à son inventeur de la part de ce quatuor international basé à Bruxelles.



**Où:** salle Safran des Amis des Aveugles (rue de la Barrière 37, 7011 Ghlin).

**Prix:** gratuit.

**Horaires:** de 14h à 15h30. Prises en charge à la gare de Mons à 12h45 et 13h15 et retour à 15h45 et 16h15.

## Vendredi 24 juillet

### ATELIER CUISINE

En cette période estivale, nous vous proposons de réaliser en entrée des verrines saumon fumé-avocat-fromage frais; en plat poulet, salade grecque et salade de couscous perlé et un tiramisu aux fraises en dessert. Le plein de fruits et légumes de saison pour cet atelier cuisine.

**Où:** cuisine thérapeutique (rue de la Barrière 37, 7011 Ghlin).

**Prix:** 6€ par personne.

**Horaires:** atelier de 9h30 à 15h. Prise en charge à la gare de Mons à 9h15 et retour à 15h15.

## Mardi 28 juillet

### JOURNÉE À LA MER

Envie de profiter d'une journée de détente à la mer? Alors embarquez avec nous pour une journée à Coxyde. Au programme - si la météo est de notre côté: balade sur la digue, les pieds dans le sable ou dans la mer, une petite glace à partager ou encore un tour en cuistax.

**Où:** Prins Albertplein, 8670 Koksijde.

**Prix:** gratuit mais prévoir du liquide pour les activités sur place.

**Horaires:** de 10h30 à 16h. Prise en charge à la gare de Mons à 8h15 et retour à 18h30.



# AOUT

## KIDS

**Du lundi 3 août au mercredi 5 août**

### **STAGE SUR LE THÈME « VOYAGE AUTOUR DU MONDE »**

Votre enfant a entre 7 et 10 ans ? Il est créatif dans l'âme, curieux et a envie de venir s'amuser avec nous ? Alors ce stage est fait pour lui ! Au programme : des ateliers culinaires, créatifs, musicaux, et plein d'autres surprises. Le programme complet vous sera communiqué par mail. Pour cette première édition pilote du stage, les inscriptions ne seront pas retenues uniquement selon l'ordre d'arrivée. La composition du groupe sera réalisée en concertation avec les thérapeutes et professionnels accompagnant les enfants, afin de tenir compte de leurs besoins spécifiques et de constituer un groupe équilibré répondant au mieux aux besoins de chacun. Cette démarche vise à garantir le bien-être, la sécurité et une dynamique de groupe harmonieuse, tout en permettant d'évaluer le dispositif afin de proposer, à l'avenir, des éditions toujours plus adaptées, inclusives et enrichissantes pour tous.

**Où :** salle d'attente CRF des Amis des Aveugles (rue de la Barrière 37, 7011 Ghlin).

**Prix :** 30€.

**Âge :** de 7 à 10 ans.

**Horaires :** activités de 9h à 16h. Accueil à partir de 8h30.

**Jeudi 6 août**

### **MARCHE MENSUELLE**

En cette période de beau temps, nous vous proposons une balade à la découverte du village d'Hyon. Nous longerons la Trouille, cette petite rivière qui traverse le village. Nous passerons également par les étangs et la cascade d'Hyon, le tout pour environ 5km de promenade.

**Où :** Digue des Peupliers (parking possible tout le long et de chaque côté de la rue)

**Prix :** gratuit.

**Horaires :** activité de 14h à 15h30. Prise en charge à la gare de Mons à 13h30 et retour à 16h.

## **Mardi 11 août**

### **PROJECTION EN AUDIODESCRIPTION DE « EN CORPS » À NAMUR**

Elise, 26 ans est une grande danseuse classique. Après s'être blessée pendant un spectacle, elle apprend qu'elle ne pourra plus danser et sa vie va en être bouleversée. Elise va devoir apprendre à se réparer. Entre Paris et la Bretagne, au gré des rencontres et des expériences, des déceptions et des espoirs, elle va se rapprocher d'une compagnie de danse contemporaine. Cette nouvelle façon de danser va lui permettre de retrouver un nouvel élan et aussi une nouvelle façon de vivre.

**Où :** Caméo (rue des Carmes 49, 500 Namur).

**Prix :** gratuit.

**Horaires :** accueil à partir de 13h30 et projection à 14h. Prise en charge à la gare de Mons à 12h et retour à 18h30. Prise en charge à la gare de Namur à 13h30 et retour à 16h45.

---

## **Mercredi 19 août**

### **LES MUSICALES D'ENGHIEN**

Cette année encore, les Rencontres Musicales Internationales d'Enghien organisent un concert gratuit en faveur de notre association. C'est toujours dans le cadre enchanteur des Ecuries du Château d'Enghien que quelques étudiants sont prêts à vous démontrer leur travail et leur talent sur scène.

**Où :** Les Ecuries du château d'Enghien, Parc, n°5 à 7850 Enghien.

**Prix :** gratuit.

**Horaires :** activité de 15h à 17h. Prise en charge à la gare de Mons à 13h45 et retour à 17h45.

---

## **Jeudi 20 août**

### **BLIND TEST**

Que vous soyez amateurs des musiques des années 80 ou 2000, plutôt pop ou chanson française, il y en aura pour tous les goûts. Préparez vos oreilles, vos neurones et soyez prêts à gagner ce nouveau blind test !

**Où :** salle Safran des Amis des Aveugles (rue de la Barrière 37, 7011 Ghlin).

**Prix :** gratuit.

**Horaires :** activité de 13h à 16h. Prises en charge à la gare de Mons à 12h et 12h30 et retour à 16h30 et 17h.

## Mardi 25 août

### VISITE DE L'EXPOSITION «TRAINS MINIATURES» À TRAIN WORLD

Situé dans une aile Art Nouveau de la gare de Schaerbeek, Train World est le musée de la SNCB. Embarquez avec nous pour une visite guidée et plongez dans l'histoire fascinante du chemin de fer belge. À travers locomotives emblématiques, voitures anciennes et mises en scène immersives, découvrez l'évolution du rail et les nombreuses histoires qui ont marqué les voyages d'hier à aujourd'hui. Une exposition temporaire y est également consacrée aux trains miniatures, ajoutant une touche ludique et pleine de charme à la visite. Une sortie captivante et conviviale, entre patrimoine, découvertes et émerveillement. Une exposition temporaire y est dédiée aux trains miniatures.

**Où:** Train World (place Princesse Elisabeth 5, 1030 Schaerbeek).

**Prix:** 20€ par personne. Prévoir du liquide pour votre repas.

**Horaires:** visite et repas de 11h à 14h30. Prise en charge à la gare de Mons à 9h15 et retour à 16h15. Prise en charge à la gare de Bruxelles Nord à 10h30 et retour à 14h45.

## Vendredi 28 août

### SORTIE AU RESTAURANT «LA VACHE À CARREAUX»

Chaque trimestre, nous vous proposons de partager un moment convivial dans un restaurant. Cette fois-ci, partons à la découverte de «La Vache à Carreaux», un chouette petit restaurant dans le centre de Mons qui propose une cuisine française et surtout des spécialités aux fromages. De quoi régaler tous les amateurs de fromage et les gourmands!



**Où:** La Vache à Carreaux (Rue de Nimy 22, 7000 Mons).

**Prix:** prévoir du liquide pour votre repas.

**Horaires:** repas de 12h à 15h. Prise en charge à la gare de Mons à 11h45 et retour à 15h15.

# SEPTEMBRE

**Mardi 1<sup>er</sup> septembre**

## **ACTIVITÉ PISCINE**

La piscine, c'est un lieu où l'on peut nager, s'amuser et profiter. Envie de faire quelques longueurs, de vous prélasser dans la lagune d'eau chaude ou encore de dévaler les toboggans ? Alors cette activité est faite pour vous !

**Où :** Piscine du Grand Large LAGO (av. de la Sapinette 20, 7011 Ghlin).

**Prix :** 11,50€.

**Horaires :** de 15h30 à 18h30. Prise en charge à la gare de Mons à 15h15 et retour à 18h45.

---

**Jeudi 3 septembre**

## **MARCHE MENSUELLE**

En ce mois de septembre, nous vous proposons une balade dans le bois d'Havré. À l'ombre des arbres et entourés par le calme du bois et le chant des oiseaux, cette balade nous offrira une pause rafraichissante en cette fin d'été.

**Où :** Bois d'Havré (départ du parking rue des Phosphates).

**Prix :** gratuit.

**Horaires :** activité de 14h à 15h30. Prise en charge à la gare de Mons à 13h30 et retour à 16h.

## Jeudi 10 septembre

### VISITE DE LA FERME DU VIVIER

Venez vivre un moment authentique à la mini ferme, au plus près des animaux: lapins, cochons d'Inde, vaches, cochons, poules et chiens vous attendent pour une expérience apaisante. Vous pourrez les caresser, les nourrir et profiter d'un vrai moment de reconnexion à la nature et aux plaisirs simples. Une activité conviviale et ressourçante à partager avec nous.

**Où :** Ferme du Vivier (chemin du Vivier Roland 74, 7050 Jurbise).

**Prix :** 10€ par personne.

**Horaires :** activité de 9h30 à 12h. Prise en charge à la gare de Mons à 9h15 et retour à 12h15.



## Vendredi 11 septembre

### CONCERT DE « ASTORIA NUEVO » À MONS

Pour ses 20 ans, Astoria célèbre Piazzolla avec un spectacle résolument «Nuevo». Depuis deux décennies, l'ensemble explore l'univers du maître argentin, faisant vibrer son héritage entre tradition et modernité. Émotions intenses, rythmes envoûtants et chorégraphies contemporaines se conjuguent dans une fusion audacieuse: tango traditionnel, jazz, polyrythmies et harmonies inspirées de Bach, Ravel, Stravinsky et Bartók.

**Où :** Arsonic (rue de Nimy 138, 7000 Mons).

**Prix :** 10€ par personne.

**Horaires :** accueil spécifique à 19h15 et concert à 20h. Prise en charge à la gare de Mons à 19h et retour à 22h30. Possibilités de prises en charge retour individuelles à domicile dans un rayon géographique limité. Contactez-nous pour connaître les modalités pratiques.

**Jeudi 17 septembre**

## **PROJECTION EN AUDIODESCRIPTION DE « SAGE HOMME » À TOURNAI**

Après avoir raté le concours d'entrée en médecine, Léopold intègre par défaut l'école des sage-femmes en cachant la vérité à son entourage. Alors qu'il s'engage sans conviction dans ce milieu exclusivement féminin, sa rencontre avec Nathalie, sage-femme d'expérience au caractère passionné, va changer son regard sur cet univers fascinant et bouleverser ses certitudes.

**Où:** Office de Tourisme de Tournai (place P. E. Janson 1, 7500 Tournai).

**Prix:** gratuit.

**Horaires:** accueil à partir de 13h30 et projection à 14h. Pas de prise en charge organisée par notre service loisirs mais l'inscription reste obligatoire.

---

**Mardi 22 septembre**

## **MARCHE LONGUE ET PIQUE-NIQUE**

Pour la marche plus longue que notre balade mensuelle, nous vous proposons un tour d'environ 8 à 10 km à la découverte du bois de Baudour. Cette balade sera l'occasion de se ressourcer et de profiter du calme de la nature. Nous ferons un arrêt pique-nique en cours de promenade. Envie de nous rejoindre? Enfilez vos chaussures de marche et c'est parti!

**Où:** Parking La Ronde Maison (Rue Montauban 1, 7331 Saint-Ghislain).

**Prix:** gratuit.

**Horaires:** de 11h à 15h. Prise en charge à la gare de Mons à 10h30 et retour à 15h30.

# OCTOBRE

**Jeudi 1<sup>er</sup> octobre**

## **MARCHE MENSUELLE**

Partons à la découverte de la forêt de Stambruges et de la Mer de Sable lors d'une agréable boucle d'environ 5 km. Ce parcours facile et essentiellement forestier invite à explorer les richesses naturelles du massif, entre landes, feuillus et conifères. En chemin, découvrez le célèbre Arbre à Clous, lié à une ancienne tradition populaire et entouré de légendes locales.

**Où :** Parking Mer de Sable (rue du Grippet 13, 7973 Beloeil).

**Prix :** gratuit.

**Horaires :** activité de 14h à 15h30. Prise en charge à la gare de Mons à 13h30 et retour à 16h.

**Jeudi 1<sup>er</sup> octobre**

## **PROJECTION EN AUDIODESCRIPTION « DOSSIER 137 » AU FIFF DE NAMUR**

Comme chaque année, nous vous proposons d'assister à la projection d'un film en audiodescription au Festival International du Film Francophone qui a lieu à Namur. Pour ce 41<sup>ème</sup> Festival, vous aurez l'occasion de visionner l'immanquable film « Dossier 137 », Marius de l'audiodescription 2026, réalisé par Dominik Moll.

«Le dossier 137 est en apparence une affaire de plus pour Stéphanie, enquêtrice à l'IGPN, la police des polices. Une manifestation tendue, un jeune homme blessé par un tir de LBD, des circonstances à éclaircir pour établir une responsabilité... Mais un élément inattendu va troubler Stéphanie, pour qui le dossier 137 devient autre chose qu'un simple numéro.»

**Où :** Caméo (rue des Carmes 49, 5000 Namur).

**Prix :** gratuit.

**Horaires :** activité de 18h à 20h. Prise en charge à la gare de Mons à 16h et retour à 21h30. Possibilité de prise en charge à la gare de Namur (nous contacter pour plus d'infos).

# MODALITÉS PRATIQUES

Nous vous rappelons que pour la bonne organisation des visites :

- Les inscriptions sont obligatoires pour toutes nos activités :  
0478 71 39 02 ou par mail à l'adresse  
**s.sports-loisirs@amisdesaveugles.org**.  
Sans inscription auprès du service loisirs, nous ne pouvons autoriser votre participation.
- Les inscriptions ne sont acceptées que pour vous-même ou pour une personne résidant à la même adresse (conjoint, parent, enfant déficient visuel, etc.).
- Des prises en charge sont prévues à différentes gares pour chaque activité. Pour des raisons de sécurité, ces seuls points de prise en charge seront respectés.
- Le paiement se fait le jour-même auprès de l'accompagnatrice du service loisirs.
- Vous ne pouvez être accompagné que d'un seul guide.
- En cas d'empêchement, merci d'annuler votre participation le plus rapidement possible auprès du service par e-mail ou par téléphone.
- Si l'annulation a lieu le jour de l'activité, veuillez nous contacter par téléphone au **+32 476 58 04 52**.
- Le service loisirs se réserve le droit d'annuler une visite en cas d'un nombre insuffisant d'inscriptions.

Contactez-nous pour plus d'infos.



