

Canne N°1 Blanche

Bulletin trimestriel
Janvier - février - mars 2021




Bureau de dépôt : Bruxelles X
N° d'agrégation : P207078

Rue d'Angleterre 57
1060 Bruxelles



ligue braille asbl
une autre façon de voir la vie



Merci à tous les joueurs de la Loterie Nationale. Grâce à eux, nous pouvons à nouveau soutenir les personnes aveugles et malvoyantes membres de la Ligue Braille en leur offrant un lecteur Daisy. Et vous, vous jouez aussi, non ?



**loterie
nationale**

BIEN PLUS QUE JOUER

SUR LE PONT !

Depuis plus d'un an, le coronavirus a bouleversé la société telle que nous la connaissions. En pratique, cela signifie qu'aux obstacles du quotidien, viennent s'ajouter des freins supplémentaires pour les personnes avec un handicap visuel. Notre rôle est certes d'attirer l'attention sur ces questions nouvelles, mais surtout, de les aider à imaginer des solutions, ou tout simplement leur offrir des perspectives et une oreille attentive.

C'est ce que nous avons fait et continuons à faire tous les jours. Dans ce numéro, vous lirez comment la Ligue Braille a garanti, adapté et parfois même intégralement réinventé ses services. Nous sommes satisfaits d'avoir pu trouver des solutions, même dans des situations extrêmes, afin de ne laisser personne pour compte.

Bien sûr, les défis restent multiples et nombreux. Cependant, nous restons convaincus qu'il y a toujours moyen de faire progresser les choses. Le printemps et l'été s'approchant, gardons intact l'espoir de jours meilleurs et conservons notre détermination.

Quoi que nous réserve l'avenir, nous poursuivons notre mission : accompagner les personnes aveugles et malvoyantes vers des victoires quotidiennes !

Dossier : un an après 4

- La résilience au rendez-vous
- L'autonomie au temps du coronavirus
- Les loisirs, c'est la santé mentale !
- Des solutions pour s'adapter

Portrait 12

- Michel, rapide comme l'éclair

Santé 14

- Le kératocône, quand la cornée se déforme
- Kody : un humour salvateur

Technologie 18

- L'ère de la visioconférence

Vos droits 22

- En direct du Service social
- Covid-19 et handicap

Vie quotidienne 27

- Comptant, par carte ou en ligne ?
- Quoi de neuf au BrailleShop ?

Emploi 30

- Apprendre à télétravailler

Loisirs 33

- Quand la distance devient une chance
- Quoi de neuf à la Bibliothèque ?
- Quoi de neuf à la Ludothèque ?

Merci 36

- Le charme du papier est éternel
- Votre soutien : vital !



LA RÉSILIENCE AU RENDEZ-VOUS

Depuis un an, les services de la Ligue Braille font preuve de proactivité et d'inventivité pour rester accessibles et remplir leurs missions au service des personnes aveugles et malvoyantes. Découvrez comment nos assistants sociaux ont veillé à ce que personne ne soit laissé pour compte.

Mars 2020, un virus dont on ignore tout débarque et la planète est à l'arrêt. Synonyme de grandes difficultés pour de nombreuses personnes, ses conséquences pèsent lourd sur les personnes avec un handicap visuel et découlent en partie d'un manque de prise en compte de leur type de handicap.

Permanences renforcées

Dès le premier confinement, la Ligue Braille prend les devants et renforce ses permanences téléphoniques. Parallèlement, les assistants sociaux appellent nos membres pour les soutenir et s'assurer qu'ils vont bien. Cette démarche sera aussi soutenue par « Un livre au bout du fil », initiative par laquelle des bénévoles les contactent, pour offrir une

lecture par téléphone. Vital, quand on sait combien leur santé mentale a été mise à rude épreuve.

Et les assistants sociaux sont en première ligne pour le constater. Corinne Parij, responsable du Service d'accompagnement bruxellois, témoigne : « La crise sanitaire a



Corinne Parij recense les difficultés rencontrées

frappé fort les personnes isolées déficientes visuelles. En effet, rajouter les gestes barrière et le confinement à leur quotidien, alors que leur type de handicap fait appel au sens du toucher et qu'il est déjà en temps normal synonyme de perte d'autonomie et d'isolement (social et familial), a augmenté leurs difficultés et leur stress. On peut véritablement parler de « double peine ».

Heureusement, fin mai, les visites à domicile et dans les locaux peuvent reprendre sur rendez-vous, selon un protocole strict : prise de température, désinfection des surfaces, aération des locaux, plexiglas, visières, masques, gel... Et les besoins sont nombreux. « Nous avons même pu observer un risque accru de pauvreté et de négligence. »

Les maisons de repos

Elles ont lourdement été impactées. Les résidents que nous suivons seront soulagés de nous revoir et de reprendre les rendez-vous à l'amorce du déconfinement. « Aujourd'hui plus qu'hier, l'aide permettant un maintien à domicile nous semble une nécessité pour retarder le moment d'y entrer. »

Rester sur le pont en octobre

Lorsque survient le deuxième confinement, l'association ne peut se

résoudre à fermer ses portes. Elle restera disponible sur rendez-vous et organise des solutions basées sur les enseignements du premier confinement, dans le strict respect des règles sanitaires.

Fracture numérique et aides urgentes

Cette crise est un révélateur à plusieurs égards dont celui de la fracture numérique. « Les nouvelles technologies permettent aux personnes déficientes visuelles d'accéder à des informations, à des aides diverses et à briser la solitude, encore faut-il savoir s'en servir et en avoir les moyens. Difficile de participer à la vie sociale sans y avoir accès ! » Corinne évoque le cas d'un senior aveugle en situation précaire qui téléphone à sa commune pour un document important. Résultat : l'interlocuteur est en télétravail et la messagerie l'invite à envoyer un mail. Sans outils adaptés à son handicap, sans moyens, pas d'accès à l'information ! « C'est un exemple parmi d'autres qui illustre le quotidien de nos membres. C'est là que notre mission prend tout son sens et que la Ligue Braille intervient pour les soutenir dans leurs démarches ou les aider à gagner en autonomie. »

L'AUTONOMIE AU TEMPS DU CORONAVIRUS

Moyennant un accompagnement adapté, beaucoup de choses sont encore possibles. Retour sur les difficultés, les aménagements et les victoires.

Jusqu'à l'année passée, apprendre à se déplacer, à cuisiner, à lire un livre audio, manipuler un GSM, etc. débutait par un rendez-vous avec un collaborateur de la Ligue Braille. Que ce soit au siège, en antenne régionale, directement à domicile, à l'école ou au travail. Mais depuis, il a fallu faire preuve de flexibilité et d'inventivité.



Les apprentissages se poursuivent

Lors du premier confinement, les mesures étant strictes, les contacts se sont déroulés uniquement par téléphone. La détresse des personnes isolées fut grande. Là où avant,

certains recevaient un coup de main d'un membre de la famille (pour les courses, le courrier...), ils durent se débrouiller seuls et les besoins pour rester autonomes furent nombreux.

Au rayon des difficultés, on épinglera le changement des repères auditifs (circulation) ou tactiles (plexiglas aux caisses) dans l'espace public. De nombreuses mesures de distanciation ne sont pas perceptibles en cas de handicap visuel (autocollants au sol). Les défis étant partout, nos services étaient sur le pont. Et nos membres nous ont étonnés : on peut vraiment dire qu'ils ont remporté de belles victoires !

Comme Nathalie, qui a suivi un apprentissage des techniques de déplacement avec Célie Cambier, ergothérapeute : « Lorsqu'un glaucome, présent depuis vingt



Nathalie et son « bâton de liberté »

ans, est venu réduire ma vision de manière abrupte, j'ai contacté la Ligue Braille. C'était en avril 2020. J'ai tout de suite été prise en charge et on m'a suggéré d'utiliser une canne blanche. Je pensais que je n'en avais pas besoin, car j'ai encore un résidu visuel. Mais je ne tiens plus le même discours. Je l'appelle même mon « bâton de liberté » ! J'avais manqué plusieurs fois de tomber dans les escaliers et comme je devais loger le mois suivant dans un gîte qui en regorgeait, dès le déconfinement, Celie m'a tout appris. Elle a même formé ma famille à me guider. Nous avons bien besoin de repos, après les longs mois de soins à l'issue desquels je suis devenue malvoyante. »

« Madame a même repris à temps partiel son travail d'infirmière en chef adjointe au CHU-UCL Namur site Godinne. » témoigne Celie. « Son employeur a été très proactif pour adapter sa fonction, ainsi que son matériel informatique. Nous avons également mis en place des cours de dactylo pour réduire sa fatigue oculaire. »

Au tableau des victoires figure aussi Merel, 11 ans. Aveugle, cette pré-adolescente a appris à utiliser son iPhone pour rester en lien avec ses copines.

« Nous avons organisé des cours à distance en mai 2020, au moment où les écoles étaient fermées. » témoigne Flore Nollet, ergothérapeute. « Aujourd'hui, Merel est autonome. Elle envoie des messages et lance des vidéos sans l'aide de tiers. Une étape très importante vers son autonomie. »

Merel complète : « J'ai reçu mon iPhone pendant l'été et maintenant, je peux réaliser mes propres vidéos et envoyer des messages à mes copines, comme sur TikTok (réseau social fort prisé par les jeunes). J'aimerais en connaître à fond toutes les fonctionnalités. »



Merel rencontre enfin Flore

Et Flore de conclure : « Nous avons dû adapter notre mode de fonctionnement. En présentiel, il est facile de suivre la façon dont la personne manipule l'iPhone ou l'iPad. Mais en visioconférence, il a fallu revoir nos méthodes. Le virtuel reste pourtant une véritable opportunité pour nous car il a permis

de poursuivre les apprentissages vers l'autonomie en cette période de distanciation physique, ce qui est et reste notre objectif principal. »

LES LOISIRS, C'EST LA SANTÉ MENTALE !

Clubs Braille, animations culturelles, excursions, stages de vacances... Ces activités, qui jouent un rôle social et éducatif essentiel, ont été directement touchées par les mesures de confinement. Comment le Service loisirs a-t-il réagi pour en limiter l'impact ?

Organisés par le Service loisirs de la Ligue Braille, les Clubs Braille se réunissent, en temps normal, une à deux fois par mois dans chaque région où la Ligue Braille dispose d'une antenne régionale (Bruxelles, Anvers, Ath, Charleroi, Courtrai, Gand, Geel, Hasselt, Jambes, Libramont, Liège, Louvain). Des excursions, voyages, visites d'exposition ou de musée sont aussi organisés, environ tous les trimestres.

Les Clubs Braille accueillent en grande majorité des personnes âgées de 60 ans et plus. L'objectif est de leur permettre de s'épanouir dans des activités récréatives, de développer

leur autonomie, leur confiance en elles, leur habileté manuelle et bien sûr, leur créativité. Ces Clubs ont aussi un rôle social primordial dans la mesure où, pour beaucoup de participants, ils constituent l'unique occasion régulière de sortir de l'isolement causé par leur handicap. On comprend aisément que la crise sanitaire a fortement impacté le quotidien de ces personnes. Du jour au lendemain, elles se sont retrouvées dans une catégorie de personnes dites « à risque » et dans un isolement accru par le confinement.

Les enjeux du maintien d'activités culturelles et de loisirs sont donc de taille. Les Nations Unies ont d'ailleurs reconnu leur importance dans le domaine de la santé mentale. Ainsi, une note conjointe émanant du Secrétariat général des Nations Unies et de l'Organisation Mondiale de la Santé, intitulée « La santé mentale des personnes handicapées pendant la pandémie de Covid-19 », déclare : « Les États doivent assurer l'exercice du droit aux loisirs, qui est très important en ce moment, en promouvant et en facilitant l'accès aux activités publiques virtuelles pour les personnes handicapées, y compris les concerts, les spectacles

d'humour, etc., en veillant toujours à ce que le format soit accessible. »

Réactivité et créativité

Le Service loisirs a réagi très rapidement et montré une grande créativité pour repenser son organisation. Entre-temps, il a veillé à conserver le contact avec les membres des Clubs par des appels téléphoniques réguliers.

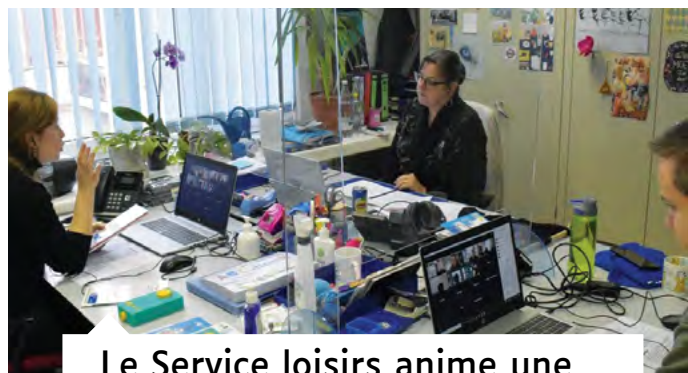
Dès la mi-juin 2020, après le déconfinement, les activités ont repris à un rythme plus soutenu afin de rattraper le plus possible le temps perdu, tout en veillant scrupuleusement au respect des normes de sécurité sanitaire.

À partir de juillet, des activités virtuelles ont été mises en place et ont progressivement pris de l'ampleur : club numérique virtuel, activités ludiques, culinaires, cours et conférences en ligne, etc. (pour plus de détails, lire la rubrique « Loisirs »)



Rompre l'isolement tout en veillant à la sécurité sanitaire

Le recours au numérique a permis de rompre l'isolement dû à la crise sanitaire.



Le Service loisirs anime une activité virtuelle

En permettant de participer à des activités collectives régulières, le digital offre la possibilité de retrouver des routines propres à structurer le quotidien, tout en préservant la convivialité et le lien social. Les activités proposées, dans leur diversité, offrent aux participants des occasions précieuses de se détendre en se changeant les idées, mais aussi d'échanger avec leurs pairs sur la façon dont chacun vit le confinement.

Les personnes qui ne sont pas équipées pour participer aux activités numériques ne sont pas oubliées. Afin de répondre à leurs besoins, le Service loisirs prévoit d'organiser des Bulles de loisirs (voir en p. 35), au cours desquelles ils offriront des réponses adaptées et personnalisées aux demandes exprimées.

DES SOLUTIONS POUR S'ADAPTER

Découvrez comment devenir membre, les services proposés, les objectifs de l'association et soutenez les « victoires quotidiennes » !

Toute inscription est gratuite et passe par un contact avec un assistant social de sa région, par téléphone (02 533 32 11) ou par e-mail (info@braille.be). Reste à fournir un certificat d'examen médical oculaire complété par un ophtalmologue.

Selon le pourcentage de déficience visuelle, le caractère évolutif de la pathologie et la situation personnelle, l'assistant social informera et aidera le nouveau membre dans les différents aspects de sa vie pour l'orienter vers les services qui correspondent à ses besoins.

Il maintiendra le contact par téléphone, courrier, e-mail, visioconférence ou à domicile. Des rendez-vous peuvent être organisés au siège de Bruxelles ou dans l'une des 11 antennes régionales, dans le respect des règles sanitaires en vigueur.

La Ligue Braille vous soutient dans tous les aspects de la vie

Au domicile : pour adapter l'habitat,

se soigner, faire ses courses, cuisiner.

En déplacement : pour apprendre à se déplacer, obtenir une canne blanche ou un chien guide.

Pour communiquer : apprendre à lire ou à écrire en braille, utiliser un ordinateur adapté, des aides techniques.

Études et formations : faire un choix d'études, adapter son matériel au travail, suivre des cours ou formations.

Au travail : pour rechercher ou se maintenir à l'emploi, contacter l'employeur, informer sur les aides existantes.

La détente : pour accéder à un vaste choix de livres adaptés, d'activités culturelles et de loisirs, ludothèque adaptée.

Administratif : pour se frayer un chemin dans les démarches liées au handicap visuel.

Forte d'une longue expérience et d'un réseau solide, si une demande ne peut être traitée en interne, la Ligue Braille oriente également vers des services externes.

L'objectif est clair

La Ligue Braille veut favoriser l'inclusion des personnes aveugles et malvoyantes dans la société en leur proposant un accompagnement global, multidisciplinaire et de qualité, qui intègre leur famille et leur tissu relationnel. Ces personnes doivent

pouvoir faire leurs choix, acquérir un maximum d'autonomie, participer à la vie citoyenne.

Tout le monde sur le pont !

Chaque année, notre association organise la **Semaine de la Ligue Braille**, une action de sensibilisation au handicap visuel.

Le but est de faire bouger les lignes et d'attirer l'attention du grand public, des responsables politiques, du monde de l'entreprise et des médias sur le quotidien des **personnes aveugles et malvoyantes** ; sur l'utilité de leur inclusion dans notre société ; leurs difficultés en matière de mobilité, d'accès à l'information, d'emploi, etc.; mais surtout, sur **leurs petites et grandes victoires quotidiennes**. Et elles furent nombreuses en cette année atypique ! Ce numéro témoigne

des barrières qui se sont dressées sur leur route en 2020, ainsi que des efforts qu'elles ont déployés pour les surmonter.

Raison de plus pour **se mobiliser et soutenir les personnes déficientes visuelles dans leur parcours** de (re-)conquête de l'autonomie et d'inclusion.

Suivez nos actions la semaine du 12 au 25 avril 2021 sur les chaînes de la RTBF et sur les réseaux sociaux ! Retrouvez de multiples témoignages sur notre site de campagne semaineliguebraille.be.

Contribuez, vous aussi, à soutenir les personnes aveugles et malvoyantes dans leurs victoires quotidiennes en faisant un don sur le compte IBAN : BE11 0000 0000 4848 / BIC : BPOTBEB1 avec la mention SLB 2021.



LA LIGUE BRILLE ACCOMPAGNE LES PERSONNES AVEUGLES ET MALVOYANTES VERS DES VICTOIRES QUOTIDIENNES.

Soutenez la Ligue Braille et découvrez ses actions sur semaineliguebraille.be • Faites un don : BE11 0000 0000 4848



ligue braille^{asbl}
une autre façon de voir la vie



MICHEL, RAPIDE COMME L'ÉCLAIR

Faisons connaissance avec Michel (5e à partir de la gauche). Fin 2020, il a remporté le Social Impact Award avec son employeur Allianz, et il a fait don de ses gains à la Ligue Braille. Un beau geste de la part d'un quarantenaire sportif qui ne laisse pas son handicap visuel entraver une vie très active.

Bonjour Michel, pouvez-vous vous présenter ?

Je m'appelle Michel, j'ai 45 ans et je souffre de la maladie de Stargardt (ndlr : une pathologie visuelle héréditaire qui provoque des anomalies de la vision centrale durant les premières années de la vie. Elle affecte la macula, la partie centrale de la rétine grâce à laquelle nous pouvons voir de façon nette. La maladie de Stargardt provoque une déficience visuelle progressive et, dans certains cas, la cécité). Je suis malvoyant depuis l'âge de 14 ans, je ne vois plus qu'à hauteur de 4 %. Cela a un impact majeur sur ma vie quotidienne. Malgré mon handicap, je mène une vie très active. Je fais régulièrement de l'exercice. Je joue également un rôle au sein de

diverses associations, ainsi qu'en politique.

Quelle est votre fonction chez Allianz ? Quel impact a eu la crise sanitaire sur votre job ?

Je travaille dans le secteur des assurances depuis 20 ans. Il y a huit ans, j'ai commencé chez Allianz en tant que gestionnaire des réclamations. Plus précisément, je suis responsable de la gestion des dommages liés aux accidents de voiture.

Le télétravail obligatoire est une aubaine pour moi : mon trajet habituel domicile-travail me prend 3 heures par jour. A présent, je peux consacrer ces 3 heures à faire du sport et avoir une vie sociale.



Michel, sportif accompli malgré la malvoyance

Quelle méthode avez-vous utilisée pour remporter ce Social Impact Award ?

Courir au moins deux fois par semaine. Pendant la Warmste Week 2019 (ndlr : sorte de CAP48 flamand), j'ai entendu à la radio que l'administration des sports du gouvernement flamand voulait promouvoir les « courses à l'aveugle ». Je voulais soutenir cette initiative et nous avons donc couru le Warmathon (ndlr : course organisée par la Warmste Week) avec mes collègues, au profit de la Ligue Braille. J'ai également été interviewé par Studio Brussel. Plusieurs de mes collègues ont vu l'interview à la télévision et ont également apporté leur soutien.

Afin d'être nommé pour le Social Impact Award, j'ai donc proposé de courir à l'aveugle. Par la suite, vous défendez votre projet devant un jury pour le Benelux, qui choisit

le gagnant. Et en 2020, j'ai donc remporté la palme pour mon projet.

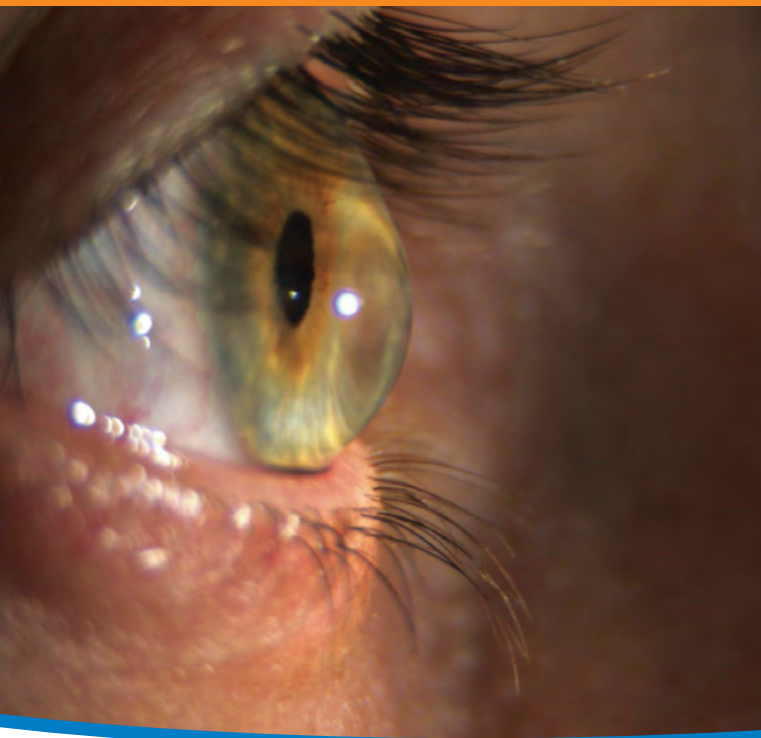
Vous avez offert 3 000 € à la Ligue Braille. Quel usage voudriez-vous qu'il en soit fait ?

D'abord, je voudrais vous féliciter pour le soutien que vous nous apportez pour nous soulager des tracasseries administratives. J'aurais simplement un conseil : continuez ainsi ! Et sinon, pourquoi pas un singlet pour les 20 km de Bruxelles ?

Nous prenons bien note ! Quels sont vos projets pour les années à venir ?

Dès que ce sera à nouveau possible, je voudrais organiser une collecte de fonds pour la maladie de Stargardt. Puis, je continuerai mon grand projet : visiter autant de pays que possible au guidon de mon vélo. En 2025, j'aimerais participer au Paris-Dakar, une balade à vélo de 7 000 km ! Pour cela, je suis toujours à la recherche d'un guide, pourquoi pas sur un tandem. Je lance donc un appel à tous ceux qui sont prêts à relever ce défi, et m'accompagner dans cette aventure.

Merci à Michel pour ce témoignage et ces ondes positives ! Nous nous donnons rendez-vous pour la prochaine édition des 20 km de Bruxelles !



LE KÉRATOCÔNE, QUAND LA CORNÉE SE DÉFORME

Le kératocône est une déformation mécanique de la cornée, due à son amincissement progressif. Sphérique en temps normal, la cornée prend la forme d'un cône, ce qui crée un astigmatisme irrégulier. Ce que voit le patient est déformé. Explications avec le Pr Bernard Duchesne, du CHU de Liège.

Le kératocône semble être une maladie rare, qu'en est-il ?

Ce n'est pas tout à fait vrai car l'incidence du kératocône est très variable géographiquement : en Belgique on l'estime à 1 personne sur 1 500, aux USA c'est 1 personne sur 2 600, mais sur certaines îles du Japon, il atteint 1 personne sur 450. Ce taux plus élevé pourrait s'expliquer par la population restreinte d'une île, avec une proximité génétique et des croisements plus fréquents de familles toutes deux porteuses des anomalies génétiques qui pourraient conduire au kératocône.

L'origine de la maladie serait donc génétique ?

Peut-être, mais rien ne permet de l'affirmer aujourd'hui. Le kératocône

est décrit dans les manuels d'ophtalmologie depuis plus de 130 ans et malgré de nombreuses recherches, on n'arrive toujours pas à définir quelle en est la cause. Il y a certaines familles dans lesquelles on retrouve des générations de kératocône, mais il y a aussi une forme sporadique, quelqu'un qui développe un kératocône sans qu'il n'y ait aucun cas dans sa famille. Jusqu'ici, on a découvert un nombre important de gènes qui pourraient être liés au kératocône, mais sans qu'on soit parvenu à identifier un gène spécifique associé à la maladie.

Ce qu'on sait, par contre, c'est qu'il y a des facteurs déclencheurs : quels sont-ils ?

Le principal est le fait de se frotter

les yeux souvent et vigoureusement, ce qui augmente la pression intraoculaire et contribue à déformer la cornée. Se frotter les yeux est fréquent chez les personnes allergiques, les patients atteints de trisomie 21, ceux qui sont sujets aux conjonctivites... Quelqu'un qui dort toujours sur le même côté et sur l'œil risque de développer un kératocône car le poids de la tête fait pression sur l'œil. Des lentilles de contact mal adaptées peuvent aussi déformer la cornée. On parle des hormones sexuelles qui joueraient un rôle dans la mesure où souvent le kératocône se déclenche à l'adolescence, mais ce n'est pas démontré. Si l'âge du diagnostic se situe le plus souvent entre 15 et 30 ans, il y a aussi des patients chez qui on le découvre à 5 ou 6 ans quand ils apprennent à lire ou à 70 ans parce qu'une opération de la cataracte ne donne pas les résultats escomptés.

Comment établit-on le diagnostic ?

On dispose aujourd'hui d'outils très performants pour détecter le kératocône, même à un stade précoce. Le Pentacam, par exemple, est une caméra dynamique qui va analyser la forme, le rayon, la courbure, l'épaisseur de la cornée pour en donner une topographie

précise et complète. C'est important de détecter tôt, pour inciter le patient à réduire le frottement ou encore, pour éviter qu'un enfant ait des problèmes scolaires en raison d'un déficit visuel non diagnostiqué.



Professeur Bernard Duchesne
(CHU Liège)

Comment évolue la maladie ?

Le kératocône n'évolue pas toujours. Chez certains patients, il peut se stabiliser rapidement et permettre une vie tout à fait normale. Chez d'autres, la maladie va progresser pendant quelques années avant de se stabiliser. Pour d'autres encore, la progression va être plus importante et nécessiter une greffe de cornée. Les situations sont très variables.

Peut-on devenir aveugle suite à un kératocône ?

Si la déformation de la cornée est

très forte, si le patient ne supporte pas les lentilles et refuse la greffe, alors, oui, il peut devenir aveugle. Mais dans la très grande majorité des cas, il y a des solutions.

Quels traitements préconisez-vous ?

Au début, la vue du patient peut être corrigée avec des lunettes. Si ce n'est pas suffisant, on lui prescrira des lentilles de contact de petit diamètre. Si ce n'est pas convainquant, on passera aux lentilles sclérales plus larges et qui permettent l'oxygénation et l'humidification de l'œil. Si les lentilles ne permettent plus de corriger la vision, on optera pour une solution chirurgicale : les anneaux intracornéens, le crosslinking, la greffe de cornée. Cela ne concerne que 17 % des patients. Je ne préconise pas les anneaux intracornéens, car cela comporte des risques chirurgicaux, ce n'est pas remboursé et ne permet de récupérer qu'1 à 2 lignes de vision.



La greffe de cornée, le dernier recours

Le crosslinking est une technique qui utilise de la vitamine B12 exposée à des rayons ultra-violetts pour stabiliser la déformation cornéenne à moyen terme (pendant environ 8 ans). Cette technique, qui stabilise mais ne corrige pas la vision, n'est utile que s'il est démontré que le kératocône progresse ; s'il est stable, cela n'a pas de sens. En dernier recours, on procèdera à une greffe de cornée.

Les progrès technologiques et génétiques ouvrent-ils de nouvelles perspectives pour les patients atteints de kératocône ?

Dans l'immédiat, je ne pense pas que la génétique puisse apporter des solutions, car il n'y a pas un, mais bien une multitude de gènes qui interviennent dans le kératocône. On a beaucoup cru au crosslinking, mais il a ses limites. L'évolution technologique des lentilles a fait d'énormes progrès. Elles permettent aujourd'hui de corriger la grande majorité des cas de kératocône, sans devoir recourir à la greffe. Bien que pratiquant la greffe de cornée, je préconise l'utilisation de lunettes et de lentilles le plus longtemps possible. Et puis il faut davantage prendre en compte le facteur du frottement des yeux : tenter de le réduire permet déjà d'améliorer beaucoup la situation.

KODY : UN HUMOUR SALVATEUR



Kody, c'est la bonne humeur incarnée et communicative. Humoriste bien connu du public, notamment des fans du Grand cactus à la RTBF, Kody est par ailleurs atteint de kératocône. Il témoigne.

« J'avais 28 ou 30 ans quand je me suis rendu compte que ma vue baissait. J'ai consulté un ophtalmologue qui m'a diagnostiqué un kératocône et m'a tout expliqué. Il m'a dit aussi : si un jour vous ne voyez plus rien, revenez tout de suite me voir. Ça m'a fait peur !

Comme traitement, j'ai porté des lentilles de contact rigides. À l'époque, elles étaient difficiles à mettre, ça piquait, elles filaient parfois à l'arrière, c'était douloureux. Heureusement, les lentilles ont évolué et depuis 3 ou 4 ans, j'ai des lentilles

sclérales, c.-à-d. d'un diamètre plus large, qui se posent au-dessus de la cornée en prenant appui sur la partie blanche de l'œil. Il faut les placer le matin avec une petite ventouse et les retirer le soir avec une autre ventouse. C'est devenu un geste du quotidien, un réflexe. Ces lentilles 'sur mesure' corrigent ma vision et freinent l'évolution de la maladie. On m'a dit de garder les lentilles le plus longtemps possible, l'opération – une greffe de cornée – doit être le dernier recours. Chez moi l'œil gauche est plus atteint, l'œil droit, ça va.

J'ai appris à apprivoiser le kératocône. Avec les lentilles, je mène une vie normale. Il y a juste la gestion de la lumière qui, dans mon métier, n'est pas évidente. Etant très sensible aux éblouissements, avoir un spot en pleine figure relève parfois de la torture ! Conduire la nuit est difficile aussi.

Mais je vois le bon côté des choses, je reste positif. Par rapport à d'autres régions du monde, on a de la chance en Belgique. Ici, il y a des solutions, des avancées dans la recherche, des associations comme la vôtre, on n'est pas seul. Parmi mes fans, il y a un malvoyant qui vient à tous mes spectacles, il partage mon goût de l'autodérision et nous savons tous deux que l'humour est salvateur. »

L'ÈRE DE LA VISIOCONFÉRENCE

Depuis bientôt un an, le travail à distance n'est plus un choix, mais une nécessité. La communication via différents outils de visioconférence a pris une importance considérable dans le monde privé comme professionnel. Comment faire pour bien s'adapter à ces nouvelles technologies ? Tour d'horizon.



Les différents outils de visioconférence peuvent être perçus avec une certaine appréhension chez les personnes aveugles et malvoyantes. « Trop dépendant du sens de la vue par nature », « Trop compliqué », « Je n'ai pas les outils », « Pas adapté aux déficiences visuelles »... Les raisons invoquées peuvent être nombreuses. Pourtant, il est tout à fait possible, sans trop de difficultés, d'utiliser ces solutions (presque) aussi efficacement que les personnes voyantes. Nous allons tenter ici de vous donner quelques pistes pour tirer le meilleur de ces outils, et vous permettre ainsi d'améliorer votre quotidien ou votre vie professionnelle en ces temps de confinement.

Khadija Tamditi, collaboratrice au Service volontariat et elle-même aveugle, est un visage bien connu de la Ligue Braille. Ses compétences devant un PC ou un smartphone en étonnent quotidiennement plus d'un. Quoi de plus normal, donc, que de partager son témoignage : « Le confinement ne nous a pas laissé d'autre choix que de nous



Khadija, collègue aveugle, férue de nouvelles technologies

familiariser avec les outils de visioconférence. Si Messenger ou WhatsApp faisaient déjà partie de mon quotidien, les outils professionnels comme Teams ou Zoom m'étaient étrangers. Mais plus maintenant ! Grâce à des tutoriels, j'ai pu apprendre à maîtriser leur utilisation et les principaux raccourcis clavier. Si je devais conseiller les personnes dans mon cas, je leur dirais d'utiliser le smartphone plutôt que l'ordinateur de bureau, car je trouve les fonctionnalités plus intuitives. »

Comme le signale Khadija, de nombreux tutoriels en ligne existent pour apprendre à utiliser Teams, Zoom, WhatsApp et Messenger.

Pour Teams par exemple, le site officiel du support de Microsoft liste l'ensemble des raccourcis clavier à connaître pour passer d'une conversation à l'autre, démarrer ou répondre à un appel, partager un fichier, etc. Une fois ces raccourcis connus, l'outil est fort intuitif. Quant à Zoom, c'est même encore plus simple, vu que la synthèse vocale, comme VoiceOver ou Jaws, permet une utilisation clavier des plus accessibles, sans nécessairement devoir recourir à des raccourcis trop ardue.

Il convient de préciser que, même si ces outils de visioconférence offrent une excellente accessibilité, il reste quelques écueils :

- Sur Teams, le partage d'écran d'un document Word ou Excel, par exemple, sera interprété comme une image et non pas comme un support contenant du texte. Il en résulte donc l'illisibilité de ce document partagé. De même, la modification des documents au sein même de Teams n'est pas optimisée. Il conviendra de les télécharger pour pallier ce problème.
- Sur Zoom, l'animateur a la possibilité de couper le son de tous les participants. Il sera impossible pour une personne aveugle ou malvoyante de réactiver elle-même ce son.

Gageons qu'il ne s'agit là que des derniers petits soucis d'accessibilité qui seront rapidement corrigés. Pour une utilisation optimale, nous conseillons le smartphone. En effet, la simplicité des menus par rapport à la version PC, ainsi que la technologie tactile offrent (littéralement) une meilleure prise en main. La synthèse vocale est complètement efficace sur ces supports.

Une fonctionnalité que Myriam, malvoyante septuagénaire, a pu découvrir lors du déconfinement : « J'avais acheté un smartphone en février 2020 et dès que les rendez-vous ont repris à la Ligue Braille, on m'a montré comment en exploiter les fonctionnalités les mieux adaptées à ma déficience visuelle. Aujourd'hui, j'ai recours à la synthèse vocale pour accéder à une foule d'informations intéressantes. Cela me permet, par exemple, d'écouter une application qui indique l'heure précise du passage de mon bus et m'évite de devoir l'attendre sous la pluie. »

Quant à WhatsApp et Messenger, leur utilisation est nativement optimisée pour une utilisation sur smartphone. Les options sont également bien moins nombreuses et l'intuitivité devrait assurer une

performance optimale pour toute personne aveugle ou malvoyante. Pour compléter, nous vous conseillons, outre les modes d'emploi disponibles sur les sites officiels de ces outils, de consulter des tutoriels et des conseils avisés sur des sites spécialisés comme Oxytude.org ou encore des vidéos sur YouTube.

Le présentiel, incontournable malgré tout ?

Nos Services liés à l'information et à la formation aux aides techniques, à savoir le SIAT (Service d'information sur les adaptations techniques) du côté francophone, et le MDT (Multidisciplinair team), IDTA (Informatiedienst voor technische aanpassingen) et DBH (Dienst begeleiding en hulp in het dagelijkse leven) du côté néerlandophone, font partie de ceux qui peuvent



Cette photo d'archive met en évidence les avantages du présentiel dans les apprentissages des TIC

difficilement s'adresser aux membres par visioconférence vu la nature de leur travail, pour lequel le présentiel reste nécessaire (dans le respect des normes sanitaires !) : en effet, dans la mesure où il s'agit ici de réaliser des installations, des démonstrations et de l'apprentissage de diverses aides techniques, le sens du toucher est primordial. A titre de comparaison, imaginez devoir suivre un cours de guitare à distance, surtout si vous en êtes à l'étape du bon placement de vos doigts sur le manche ! Clairement, le public de nos Services d'aides techniques a besoin d'être guidé autrement qu'en distanciel, a fortiori pour les membres ayant des difficultés à s'adapter aux nouvelles technologies.

Le téléphone – et des outils tels que WhatsApp, notamment grâce à la reconnaissance vocale – peut être également utile lorsqu'il ne s'agit que de donner quelques compléments d'information, et surtout comme solution de dépannage. Nous avons d'ailleurs eu le cas d'un contact téléphonique entre un collaborateur et un membre, ce dernier se faisant aider par une personne voyante présente à côté d'elle et qui l'aidait au fur et à mesure que le collaborateur expliquait le fonctionnement à

l'autre bout du fil. Nous tentons de trouver toutes les solutions possibles pour continuer nos missions ! Bien sûr, vu que certains de nos membres sont familiarisés avec les outils de visioconférence, nous utilisons cette alternative si la situation s'y prête, quoique cela reste marginal. Il est intéressant de signaler que depuis le début du confinement, le nombre de demandes de GSM et de tablettes de la part de nos membres a véritablement explosé, preuve de la nécessité de s'équiper correctement d'outils permettant l'ouverture au monde extérieur.

Et si vous vous lanciez ?

Nous l'avons vu, la technologie est déjà bien avancée pour faciliter la vie des personnes aveugles et malvoyantes en ces temps de distanciation forcée. Les outils de visioconférence, déjà bien accessibles, doivent certes encore être perfectionnés pour permettre une utilisation aussi bonne que pour n'importe quelle personne voyante, mais il est une certitude que la déficience visuelle ne doit pas être considérée comme un obstacle pour se jeter à l'eau. La Ligue Braille encourage, et accompagne quiconque souhaite passer le cap : nos Services sont à votre disposition pour vous aider.



EN DIRECT DU SERVICE SOCIAL

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

Brexit et reconnaissance du handicap

L'accord du Brexit garantit le maintien des droits pour les personnes handicapées de nationalité britannique qui, avant le 1er janvier 2021, percevaient une allocation d'intégration (AI) ou de remplacement de revenus (ARR), ou bien exportaient leur AI vers le Royaume-Uni, un autre pays de l'UE ou la Suisse. C'est acquis tant que leur situation ne subit pas d'interruption (transfert du domicile vers un autre pays, radiation du registre national après départ à l'étranger...).

Rien ne change non plus pour les Britanniques qui remplissent une

autre condition de nationalité et qui, par exemple, avant le 1er janvier 2021, étaient inscrits au registre de la population ou ont bénéficié jusqu'à 21 ans de la majoration des allocations familiales pour enfants handicapés.

Allocations pour personnes handicapées dès 18 ans

Comme annoncé dans Canne Blanche (3/2020), la Chambre a adopté la proposition de loi qui fait passer de 21 à 18 ans l'âge à partir duquel une personne handicapée peut bénéficier d'une allocation de remplacement ou d'une allocation d'intégration.

L'âge applicable pour l'accès à ces allocations n'avait jamais été modifié

depuis... 1987, alors qu'entre-temps, la majorité légale a été abaissée à 18 ans. Cette anomalie législative est enfin résolue.

La mesure est rétroactive au 1er août 2020. Si vous avez fêté vos 18 ans depuis cette date, vous pouvez en bénéficier. Pour plus d'informations ou si vous désirez introduire une demande, vous pouvez prendre contact avec le Service social.

Fin du « prix de l'amour »

Depuis sa création en 1987, le montant de l'allocation de remplacement de revenus à laquelle ont droit les personnes handicapées est réduit en fonction des revenus de leur conjoint ou cohabitant. C'est ce qu'on appelle communément le « prix de l'amour ». La personne qui choisit de vivre en couple est donc pénalisée car son allocation risque de diminuer voire de disparaître. Cette restriction a enfin été abrogée le 1er janvier 2021.

Augmentation de l'ARR

Le gouvernement a décidé d'augmenter l'allocation de remplacement de revenus (ARR) à partir du 1er janvier 2021. Cette augmentation s'étalera jusqu'en 2024 et vient s'ajouter aux

mécanismes juridiques existants. Les montants concernés dépendent de votre catégorie de famille. Vous n'avez rien à faire vous-même, le calcul est automatique.

Prime corona prolongée

La prime corona de 50 euros par mois accordée aux personnes handicapées qui reçoivent une ARR ou une AI (voir aussi Canne Blanche 4/2020) a été prolongée jusqu'en mars 2021.

BRUXELLES-WALLONIE

Régionalisation de l'APA

En application de la sixième réforme de l'État, l'allocation pour l'aide aux personnes âgées (APA) est désormais de la compétence de la Commission communautaire commune de Bruxelles (COCOM) et de la Région wallonne. Comme c'est déjà le cas pour la Flandre, le SPF Sécurité sociale ne gèrera donc plus les dossiers APA pour ceux qui habitent en Wallonie ou à Bruxelles.

En Wallonie, ce sont les mutuelles qui assureront la gestion de l'APA, sous le contrôle de l'AViQ. À Bruxelles, votre dossier sera géré par le Service APA d'Iriscare.

Ce transfert est automatique, vous n'avez donc aucune démarche à faire et le montant de votre allocation ne changera pas.

Covid-19 ET HANDICAP

La Covid-19 a occupé le devant de la scène en 2020. Quelles sont les conséquences de la crise sur les personnes en situation de handicap ? À quel point furent-elles touchées par les mesures mises en place ? Réponse avec Unia, institution publique indépendante de lutte contre la discrimination, de promotion de l'égalité des chances et de protection des droits humains. En 2020, elle a mené des consultations sur l'impact sociétal de la crise du coronavirus sur les personnes handicapées. Les résultats n'ont pas de quoi réjouir.

Droits en danger

Depuis un an, la société dans son ensemble consent de nombreux sacrifices pour empêcher la propagation du virus : confinement, limitation des contacts sociaux, fermeture temporaire de commerces, distanciation, port du masque... Beaucoup de personnes ressentent une restriction des libertés individuelles dues aux mesures et les discussions autour de ce qui relève ou non des droits fondamentaux se sont enflammées. Alors que

les conséquences de la crise sont déjà bien perceptibles par un grand nombre de personnes, les droits des personnes handicapées sont malheureusement davantage menacés.

Prenons un exemple concret : les transports publics. Au début du confinement, Unia s'est plaint que les personnes à mobilité réduite ne pouvaient plus faire appel au service d'assistance de la SNCB, alors que les personnes avec un handicap devaient elles aussi poursuivre le travail et effectuer des trajets essentiels. Lorsque l'assistance dans les gares a finalement partiellement repris, elle a dû s'organiser sans contact physique, uniquement pour les trajets essentiels et après réservation, 24 h à l'avance dans toutes les gares. Une situation particulièrement problématique pour les personnes aveugles et malvoyantes. Le Conseil Supérieur National des Personnes Handicapées (CSNPH), dont la Ligue Braille est membre, avait d'ailleurs réagi. Peu de temps après, la SNCB annonça que le personnel de gare avait reçu du matériel de protection individuelle et aiderait les voyageurs.

Les écueils ne se sont pas limités aux transports publics. Les contacts

physiques, ou du moins la proximité, sont évidemment des éléments cruciaux pour venir en aide à une personne déficiente visuelle. Les mesures édictées ont entravé tous les aspects de l'assistance. Que dire du mètre et demi de distance à respecter quand on est aveugle ou malvoyant ? Difficile, que ce soit au supermarché ou dans les déplacements ! Et ceux qui se sont vu offrir une aide étaient mal à l'aise de ne pas pouvoir respecter les lois de distanciation en vigueur. Ce qui est loin d'être agréable. Les personnes handicapées ont également éprouvé le manque de consultation préalable autour des décisions comme l'un des problèmes majeurs.



Distanciation physique et handicap visuel sont difficilement conciliables en toutes circonstances

Sentiment d'abandon

L'impact émotionnel que nous avons tous pu ressentir, suite au confinement et aux mesures sanitaires, a frappé d'autant plus durement les personnes avec un handicap, que ce soit au niveau mental ou psychologique. Pensez, par exemple, aux personnes qui ne vivent pas dans un établissement, mais résident chez elles (seules ou en famille). Le rapport dresse un triste état des lieux : « Elles ont témoigné de leur situation parfois dramatique et d'un sentiment généralisé d'avoir été abandonnées. L'arrêt des soins, des thérapies, de l'accompagnement, de l'aide-ménagère a provoqué une grande détresse psychologique, une régression ou une aggravation de leur état de santé. Elles ont partagé aussi leurs difficultés quotidiennes à faire leurs courses, se déplacer, sortir, étudier, travailler. Leur situation n'a pas été prise en compte. »

L'entourage direct des personnes handicapées a également été mis sous pression. Ainsi, parents et aidants-proches se sont littéralement épuisés, devant parfois assumer toutes les tâches effectuées en temps normal par des aides extérieures. En plus de leurs propres activités professionnelles, ils ont pris le relais pour prodiguer les soins nécessaires

et apporter un soutien spécifique. Unia constate que la crise du coronavirus a douloureusement exacerbé l'insuffisance répétée des réponses à leurs besoins, que ce soit en termes de soutien, d'accompagnement, de soins ambulatoires, d'accessibilité des informations ou de choix du lieu de vie.

Michel Magis, directeur de la Ligue Braille, connaît bien la problématique : « Nous avons également constaté que nos membres furent confrontés à des situations extrêmement difficiles, en raison de la crise du coronavirus. Nous avons estimé qu'il était important de partager les résultats de ces consultations car ils donnent un aperçu concret sur la manière dont les personnes avec un handicap ont vécu l'année écoulée. Ils brossent un tableau déconcertant, mais cela ne fait que renforcer la mission de la Ligue Braille, qui est de poursuivre l'aide et l'accompagnement des personnes aveugles et malvoyantes, et de défendre leurs droits. En témoigne la créativité et la capacité d'adaptation dont nos différents services et notre personnel ont fait preuve pendant la crise. Nous continuons à veiller à ce que les personnes avec un handicap visuel ne soient pas laissées pour compte. Nous saluons également les recommandations d'Unia. Elles doivent être prises en compte dans un avenir proche, en cas de nouvelle crise sanitaire. »

Consultation générale : pas de grands progrès

Lors d'une consultation générale précédente (qui elle, ne portait pas sur le coronavirus), Unia a également noté que de nombreuses personnes handicapées n'ont pas perçu d'avancées majeures eu égard à leur situation, au cours des dernières années. Parmi leurs préoccupations, on citera : un niveau de vie et un revenu corrects pour mieux faire face aux coûts supplémentaires élevés, moins de difficultés dans l'exercice de leurs droits, et moins de stéréotypes et d'incompréhensions dans l'approche au handicap.

Selon Patrick Charlier, co-directeur d'Unia (ndlr : Els Keytsman et lui ont été nommés à la co-direction d'Unia), les personnes avec un handicap « en ont assez d'être dévalorisées, maltraitées et perçues comme un "groupe à part." »

Sources : résultats (disponibles sur unia.be) – « Covid et droits humains : impact sur les personnes handicapées et leurs proches » , « Covid-19 : les droits humains à l'épreuve (2020) » et « Consultation des personnes handicapées sur le respect de leurs droits (2020) ».



COMPTANT, PAR CARTE OU EN LIGNE ?

Depuis le début de la crise sanitaire, nous payons plus souvent sans contact. Bien que le paiement en espèces reste primordial pour certaines personnes aveugles et malvoyantes, ce n'est plus la seule option. Voici un aperçu des méthodes de paiement les plus courantes.

Espèces

Il n'est pas simple pour une personne aveugle ou malvoyante de distinguer les pièces de monnaie et les billets entre eux, bien qu'il soit toujours possible de les identifier grâce à leur taille, aux cannelures, aux bandes lisses ou aux motifs tactiles (voir photo ci-dessus).

Grâce à votre smartphone, vous pouvez utiliser des applications telles que « LetSee » ou « ViaOpta daily » : vos billets seront reconnus.

Carte bancaire

« Bip bip bip », ce son qui confirme la validation d'un paiement par carte (pour des montants jusqu'à 50 €), on a souvent pu l'entendre en 2020. Bien qu'à l'épreuve du coronavirus, ce

type d'opération peut poser problème. Le Conseil Supérieur National des Personnes Handicapées (CSNPH), dont la Ligue Braille est membre, a récemment pointé le manque d'accessibilité de certains terminaux portables à écran tactile, de plus en plus répandus sur le marché. Surtout lorsqu'il manque le point en relief sur le chiffre 5, indispensable pour se repérer et insérer son code PIN, quand on est aveugle ou malvoyant. De plus, ces pavés tactiles sont sensibles au moindre effleurement, ce qui peut entraîner des erreurs et bloquer la carte. Dès lors, le CSNPH demande que l'accessibilité universelle et la sécurité des utilisateurs de tous les nouveaux terminaux mis sur le marché soient garanties. Pour retirer de l'argent, il

est, par exemple, possible d'utiliser un casque ou des écouteurs. Une fois insérés, l'écran du distributeur s'assombrit et l'on accède à des instructions vocales. Dans certaines banques on peut également retirer de l'argent sans contact.



Retrait d'argent en donnant des instructions vocales

Banque numérique

Grâce à un lecteur de carte parlant, il est possible pour les personnes avec un handicap visuel de réaliser des opérations bancaires et des transferts sur Internet. Pour payer sur les boutiques en ligne, vous pouvez bien sûr utiliser PC banking, mais aussi votre carte Visa ou l'application Payconiq by Bancontact (code QR). Ainsi, vous pouvez également effectuer et recevoir des paiements d'autres personnes qui utilisent cette app.

Le choc générationnel

Pourtant, tout le monde n'est pas logé à la même enseigne. Il suffit de penser aux personnes moins à l'aise avec le numérique, ou qui ont plus de mal à suivre les choses en raison de leur âge. Les témoignages suivants confirment que la situation est différente selon les personnes.

Mai-Li, une jeune vingtenaire : « Au magasin, je ne paie presque jamais en liquide ; plutôt avec ma carte et sans contact, ce qui est très pratique depuis la crise sanitaire. Je maîtrise également mes opérations en ligne grâce à mon lecteur de carte parlant. L'application bancaire sur mon smartphone fonctionne également très bien. Je pense que les paiements via ces options se passent aussi bien pour moi que pour une personne sans handicap visuel. »

Julien (79 ans) : « A la boulangerie ou à la boucherie, ils travaillent avec des distributeurs automatiques de monnaie quand je paie en liquide, et grâce à la Ligue Braille, je dispose d'un outil spécial pour insérer les pièces, donc ça se passe bien. Je paie aussi souvent par carte, mais il est dommage que je n'aie aucun contrôle sur le montant. Même la banque en ligne n'est pas si simple car mon lecteur de carte est trop rapide, et avec le smartphone, c'est difficile également. Pour mes paiements, je dois donc compter sur l'aide d'un travailleur social ».

QUOI DE NEUF AU BRAILLESHOP ?

2021 est déjà entamé, mais il n'est pas trop tard pour commander un calendrier. Il en existe de différentes tailles et versions, imprimés en grands caractères pour une lisibilité optimale :

- Agenda format A4, 1 semaine par page (Réf. 2236)
- Bloc calendrier sous forme de 2 livres à effeuiller avec 1 jour par page (Réf. 2238)
- Calendrier à suspendre, format A3 (Réf. 2240) ou A5 (Réf. 2242)



Calendrier pour 2021

Le GSM DORO 6060 (Réf. 2225) remplace le 6050 qui disparaît de notre gamme. Élégant et intuitif ce téléphone à clapet vous séduira avec son grand écran de 2,8 pouces, ses touches idéalement espacées et contrastées. Un afficheur externe permet de ne jamais manquer les notifications importantes.

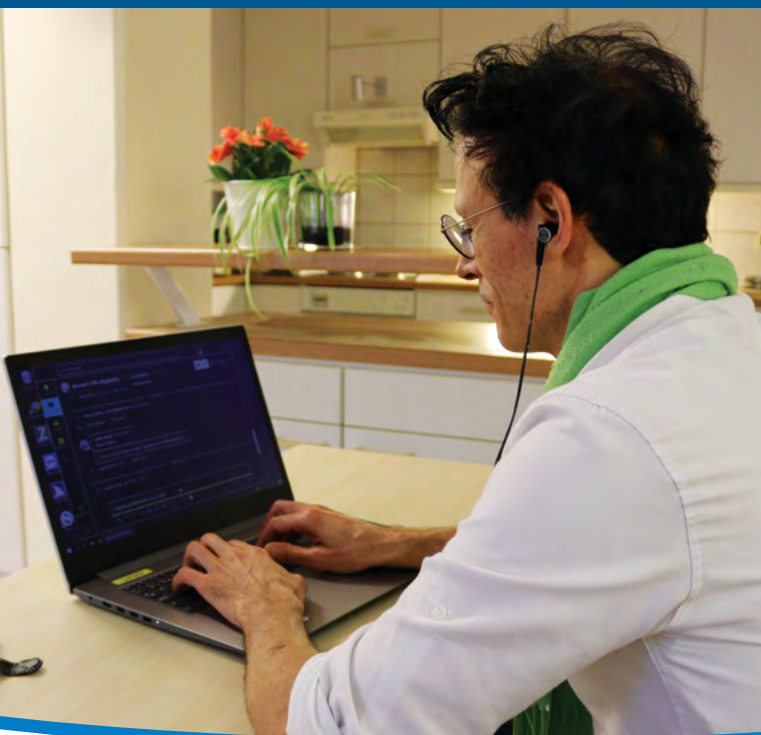
Le BrailleShop dispose d'une large gamme de montres. Par exemple, la Combivox (Réf. 2142), un petit appareil muni d'une dragonne pratique et qui énonce l'heure et la date de façon claire et distincte. Une autre excellente idée de cadeau



est la nouvelle édition des montres Diana Talks Royal (Réf. 020001974). Désormais disponibles en 10 langues, elles se présentent dans un emballage luxueux.

Par ailleurs, la Daisy Plectalk PTN2 a été retirée de notre gamme. Vous pouvez toujours la commander jusqu'à épuisement du stock.

Le BrailleShop continue à faire tout son possible pour assurer ses services au maximum. Au gré de l'évolution des mesures gouvernementales liées au coronavirus, vous trouverez la mise à jour la plus récente de nos opérations et activités sur www.braille.be. Actuellement, nous travaillons toujours sur rendez-vous et vous pouvez également transmettre vos questions et commandes via e-mail à brailleshop@braille.be.



APPRENDRE À TÉLÉTRAVAILLER

Avant la pandémie, les formateurs du Centre de formation professionnelle (CFP) avaient imaginé clôturer les programmes par une initiation au télétravail. Depuis le dernier confinement, au prix de nombreux efforts, et grâce au soutien de CAP48, les cours sont passés en mode hybride.

Ce que l'on tenait pour compliqué il y a plus d'un an est pourtant devenu une réalité : se former à distance est possible quand on est aveugle ou malvoyant, à condition d'être bien encadré et outillé.

Sans équipement adéquat et adapté, pas de télétravail

Parfois, toutes les planètes s'alignent. Ainsi, fin 2019, la Ligue Braille avait rentré un appel à projets auprès de CAP48, visant à renouveler le parc informatique du CFP. Une dizaine d'ordinateurs fixes n'allaient bientôt plus supporter les nouveaux logiciels d'adaptation spécifique. Or, il est vital pour le Centre, qui est subsidié par Bruxelles Formation et le Fonds social européen, de rester compétitif sur le marché de l'emploi.

Seulement voilà, en mars, la pandémie vient s'en mêler et les cours sont suspendus sur place. Des tentatives sont faites pour organiser le travail par e-mail ou par téléphone mais ce n'est pas évident. C'est à ce moment-là qu'arrive la bonne nouvelle : la Ligue Braille figure sur la liste définitive des projets retenus par CAP48 pour financement. Petit à petit, l'idée commence à germer au CFP de modifier, non pas le contenu du projet, mais bien les modalités techniques. Le but serait d'assurer à nos stagiaires aveugles et malvoyants le suivi de leurs formations à distance, indépendamment de la situation sanitaire. Le Centre voudrait mettre en place le principe de l'école virtuelle et demande à CAP48

l'autorisation d'acheter des PC portables plutôt que des PC fixes, comme initialement prévu.

Valérie Syfer, formatrice au CFP, explique : « Investir dans des portables offre plusieurs avantages comme celui de conserver le lien entre stagiaires et enseignants ; de prévenir les décisions gouvernementales qui imposeraient des présences par intermittence ; de limiter le nombre de stagiaires sur place ; ou encore, de favoriser l'expérimentation du télétravail en situation réelle. Et puis, cela permet également de soutenir ceux pour qui les trajets sont problématiques ou dont l'ordinateur personnel est en cours d'adaptation ou en panne. Sans oublier que tout le monde n'a pas les moyens de s'équiper. »



Merci CAP48 !

Et CAP48 accroche : le jour-même, nous recevons leur accord. S'enclenche une

course contre la montre avant le couperet du deuxième confinement. Les formateurs se dépêchent d'identifier les besoins de chaque stagiaire et de configurer tous les portables avec des logiciels spécifiques, tels Jaws et Zoomtext. Ce qui n'est pas une mince affaire !

Un accès à Teams est également donné aux stagiaires pour suivre les cours à distance, comme le font aujourd'hui les étudiants de toutes les écoles du pays.

Le CFP sera épaulé dans cette tâche par le Service informatique de la Ligue Braille. Tout sera opérationnel la veille du deuxième confinement et c'est donc in extremis que les cours peuvent se poursuivre à distance.

Quand l'école s'adapte

Nos services de formation ont donc opté pour un système hybride entre le présentiel et les visioconférences.

La première semaine de cours a surtout été consacrée à l'appropriation de l'outil, et à en découvrir les nombreux atouts, notamment en termes de partage de fichiers et notes de cours. Ensuite, des groupes de discussion ont été créés, permettant de séparer les différents cours et groupes de travail. De sympathiques bonus ont été mis en place, comme un groupe « pause-café », destinés aux échanges informels entre stagiaires.

Finalement, l'outil a consenti d'organiser les journées de cours comme s'ils étaient donnés en présentiel.

Isabelle, stagiaire au CFP, témoigne : « J'ai dû commencer ma formation à distance. J'avais beaucoup d'appréhension, mais mes craintes sont vite retombées grâce à l'excellente façon dont les cours sont organisés . »



Stagiaires et formateurs du CFP en réunion sur Teams

Autre avantage : s'épargner les problèmes de mobilité. En effet, les déplacements en transports en commun sont parfois compliqués pour nos stagiaires. Certains y voient une amélioration de leur quotidien, d'autres penchent pour le présentiel.

Ali en est à son deuxième module au CFP. Il raconte : « On s'habitue



Ali en plein cours à la Ligue Braille

vite à cette nouvelle méthode de travail à distance. Cela ne remplacera pourtant jamais le véritable contact humain. Venir suivre un cours à la Ligue Braille, c'est toujours ma bonne excuse pour sortir de chez moi en ces temps de confinement ! En tout cas, c'est déjà formidable que les cours puissent avoir lieu. »

Nos stagiaires ont aussi la possibilité de venir suivre des cours de bureautique à la Ligue Braille deux fois par semaine, moyennant toute une série de précautions (distanciation, désinfection et aération des locaux, gel, masque...). Priorité est donnée à ceux qui rencontrent encore des difficultés d'ordre technique.

Et le résultat a de quoi réjouir. Christelle Gheys, formatrice et coordinatrice pédagogique au CFP, témoigne : « Bien sûr, cela ne va pas sans difficultés et le risque de décrochage scolaire est bien réel. On peut se sentir seul et isolé face aux apprentissages. Mais force est de constater que tous nos stagiaires s'accrochent. Sans compter que c'est une belle opportunité pour ajouter une corde à son arc, et inclure nos stagiaires dans l'évolution du monde de l'entreprise vers le télétravail. »



QUAND LA DISTANCE DEVIENT UNE CHANCE

Nous vous le disions dans notre numéro précédent, le Service loisirs a su se réinventer pour proposer des animations dans le respect des règles sanitaires, grâce notamment au logiciel de visioconférence Zoom. Voici 4 ateliers dont la créativité a enchanté tous les participants.

Les balades de Choco

Choco, voir photo ci-dessus, le fidèle labrador de notre collègue Marc, collaborateur à la Bibliothèque. À deux, ils se promènent dans divers lieux bruxellois (notamment des bois et des parcs) afin d'offrir une balade virtuelle à nos bénéficiaires qui suivent ainsi leur périple en direct. Tel un guide touristique, Marc raconte l'histoire des endroits visités et répond instantanément aux nombreuses questions posées. Une véritable bouffée d'air frais, fût-il digital, bien nécessaire lorsque l'on ne peut quitter ses quatre murs. Grâce à son entrain et à son énergie, notre fringant ami à quatre pattes est désormais devenu la mascotte de l'équipe loisirs !

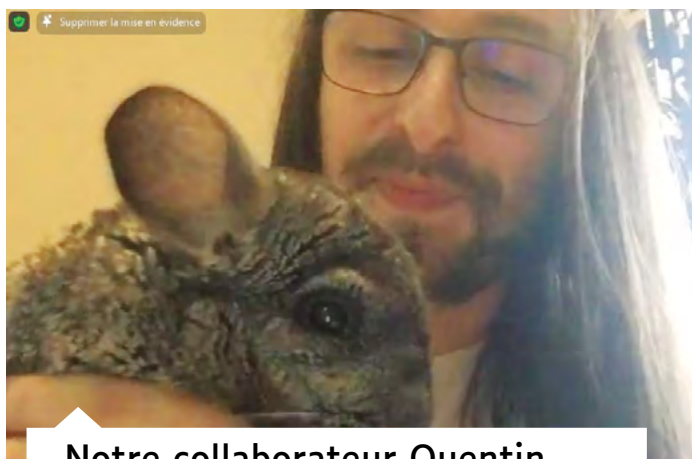
Café Braille

Il s'agit également d'un rendez-vous qui manque à beaucoup de monde ces temps-ci : le rendez-vous collectif au café le lundi matin ! Dès lors, nous avons créé un petit moment de détente virtuel qui se tient chaque semaine : Le temps de se connecter via Zoom, et nous poussons les portes du bistro « Chez P'tit Louis », où une douce musique d'accordéon nous accompagne. Les habitués se saluent, les nouveaux sont accueillis chaleureusement. Actualités, infos pratiques, petites blagues... Les échanges rebondissent agréablement autour de l'animateur-barman. Et voici comment démarrer la semaine en douceur et dans la bonne humeur.

Braille Pet Show

Pour les amateurs du « Jardin extraordinaire » ! Nous entrons ici dans l'intimité de nos collaborateurs, et plus précisément, nous faisons connaissance avec leurs adorables animaux de compagnie. Cela va du classique (chien, chat) au plus inhabituel, comme les chinchillas ou un... gecko léopard !

Une animation qui a été très bien accueillie, entre moments mignons et fascination. Sabrina, une membre participante, témoigne : « C'est très agréable et original de partager ensemble notre amour des animaux de cette façon ! J'ai eu un coup de cœur pour le bain de sable des chinchillas. »



Notre collaborateur Quentin Gosset montre fièrement son chinchilla face à sa webcam

Chant d'ensemble

Créée en mars 2020, cette activité animée par notre bénévole Aurore, professeure de chant, n'avait connu qu'un maigre nombre de séances avant la mise à l'arrêt pour cause

de confinement. Qu'à cela ne tienne, la magie du virtuel a pu ressusciter ce rendez-vous en décembre dernier. Pas besoin d'être ténor ou soprano, seul le plaisir d'apprendre à chanter en bonne compagnie est nécessaire. Exercices de respiration, éveil corporel, jeux vocaux... Dans une ambiance bienveillante, tout le monde y va de sa petite voix. C'est un véritable plaisir de voir que certains, timides au début, se laissent volontiers aller au bout de quelques séances. L'exercice est aussi propice à certains jeux, comme raconter son petit déjeuner en poussant la chansonnette !

Vous avez envie de participer aux nombreuses animations et activités virtuelles de notre Service loisirs ? Vous désirez entrer en contact avec d'autres personnes aveugles ou malvoyantes confinées et vous amuser autour d'une ambiance originale et détendue ? Nous nous ferons un plaisir de vous informer et de vous accueillir parmi nous : loisirs@braille.be.

QUOI DE NEUF À LA BIBLIOTHÈQUE ?

Le quota des livres téléchargeables en ligne reste doublé au moins jusqu'au 30 juin.

Top 5 des livres audio

1. L'énigme de la chambre 622, de Joël Dicker, livre n° 34446.
2. La renarde, d'Hugues Pouriaux, livre n° 34144.
3. Les âmes obscures, de Jacques Mazeau, livre n° 34004.
4. Les jacinthes sauvages, d'Albert Ducloz, livre n° 34132.
5. N'oublie pas d'être heureuse, de Christine Urban, livre n° 34441.

Des idées et des livres

Votre revue audio préférée est arrivée : mouture modernisée et nouvelles rubriques vous attendent !
Abonnement (gratuit) : 02 533 32 40
ou bib@braille.be.

Nouveau : bulles de loisirs

Profitez d'un moment de détente individuel et sécurisé dans nos locaux. Pendant 1 h 15, on vous chouchoute dans une « bulle » thématique concoctée par nos services. Ces activités sont accessibles uniquement sur rendez-vous, à la Ligue Braille (Bruxelles) et dans les antennes régionales, dans le respect des règles sanitaires.

Bulle de papote : discussion libre autour d'une tasse de café ou de thé.

Bulle d'écriture : rédaction et personnalisation de petits mots à envoyer à ses proches.

Bulle créative : artisanat et bricolage.

Bulle culinaire : des recettes express et savoureuses.

Bulle ludique : défiez notre animateur dans une partie mémorable.

Uniquement à la Ligue Braille (Bruxelles) :

Bulle du 7e art : venez découvrir un film audiodécrit.

Bulle de vie : présentez un souvenir de confinement étonnant ou un de vos rêves pour le monde d'après.

Bulle littéraire : conseil de lecture individualisé à la Bibliothèque.

Bulle numérique : tête-à-tête avec notre spécialiste du digital.

Réservation obligatoire :
loisirs@braille.be ou 02 533 32 84.

QUOI DE NEUF À LA LUDOTHÈQUE ?

4 jeux à découvrir **Kami** (n° M20028), jeu de stratégie dans un univers japonais ; **Exploding Kittens** (n° M20032), jeu de cartes déjanté ; la **Boîte à serrures Montessori** (n° M20036) pour aider votre enfant à développer concentration et motricité fine en s'amusant ; **Bande de canillous** (n° M20033), pour empêcher les animaux de la ferme de prendre la poudre d'escampette.

Plus d'info : 02 533 32 40 ou
bib@braille.be



LE CHARME DU PAPIER EST ÉTERNEL

Il y a toujours une belle occasion pour envoyer ou recevoir une carte par courrier postal. Tous les lundis, une équipe de volontaires vient assurer la gestion d'un catalogue de cartes et honorer les commandes. Elles sont vendues au profit du Service social de la Ligue Braille.

Nous rencontrons Monique (à droite) et Macha (à gauche sur la photo), deux de nos bénévoles, spécialistes en la matière. Depuis 15 ans auprès de nous, Monique est incollable sur les quelque 250 cartes différentes proposées et leur stock d'environ 80 000 exemplaires. Elle nous en parle avec beaucoup de passion et connaît par cœur leurs origines, les thèmes et les artistes. Macha, la dernière arrivée dans l'équipe, lui prête main forte pour la préparation des paquets, les questions administratives et surtout, pour l'informatique.

En quoi l'année écoulée a-t-elle été particulière ?

Monique : « Le service des cartes est actif toute l'année pour toutes les occasions (anniversaires,

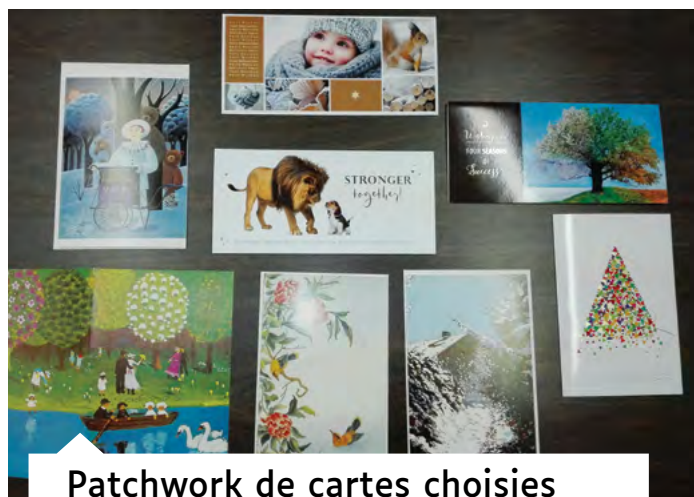
remerciements...) et à partir d'avril, nous sélectionnons celles qui seront proposées pour les fêtes de fin d'année. Nous les réceptionnons en juin et leur préparation peut débuter : nous les plions, leur trouvons la bonne enveloppe, et y insérons un feuillet préalablement coupé et plié. Cela paraît facile, mais demande beaucoup de temps. »

Durant le confinement, nos deux bénévoles sont restées actives : sélection et commandes ont été lancées depuis leur domicile. Il a cependant fallu attendre début juillet pour qu'elles puissent revenir dans les locaux et rattraper le retard. D'autant que pour respecter les mesures sanitaires, elles ne venaient qu'à deux, alors qu'elles sont habituellement plusieurs.

En 2020, elles ont honoré pas moins de 97 commandes pour 4 239 cartes, c'est-à-dire près du double de 2019. Le confinement aurait-il motivé les acheteurs à renouer avec la tradition d'échanger ses vœux par voie postale ?

Comment choisissez-vous les cartes ?

« C'est une question simple et compliquée à la fois. Nous les choisissons sur base d'un échantillon envoyé par notre fournisseur. Mais le plus difficile c'est de savoir quelle carte va plaire. Chaque année la mode et les goûts évoluent. On doit essayer d'identifier LA carte qui fera plaisir. Celle qui va émouvoir ou qui fera sourire. » explique Monique. « D'autant plus qu'on sélectionne des cartes qui ne portent pas la mention de l'année. Ainsi, s'il reste du stock, on peut les recycler d'une année à l'autre et éviter le gaspillage. Si une carte ne plaît pas, elle attend sagement son tour » complète Macha.



Patchwork de cartes choisies par Monique et Macha

« De juin à septembre, nous plions, préparons, rangeons et inventorions toutes les commandes. Et dès octobre, nous prenons contact avec nos clients réguliers pour leur proposer les nouveautés. Les premières commandes arrivent dès novembre et ne s'arrêtent qu'en décembre, parfois même jusqu'au vingt-quatre ! » renchérit Monique.

« Ensuite, viennent l'inventaire et le rangement, et tout recommence ! » disent-elles en chœur.

Votre engagement en quelques mots ?

Monique : « Ce n'est pas une occupation, mais une passion au service des autres ! »

Macha : « Mon hobby c'est le patchwork, et ici, entourée de toutes ces cartes, je compose avec des couleurs et des textures fabuleuses ! »

La Ligue Braille remercie chaleureusement ces deux bénévoles, tout comme les plus de 530 autres volontaires qui la soutiennent au quotidien.

IN MEMORIAM

Nous avons une pensée émue pour Marie-Hélène qui nous a quittés cette année, suite à une longue maladie, après 26 ans de bénévolat dédiés aux cartes.

VOTRE SOUTIEN : VITAL !

Fournir des services d'aide de qualité, gratuits, à plus de 15 000 personnes aveugles et malvoyantes a nécessairement un coût.

3/4 du budget de fonctionnement de notre organisation est issu de dons et de legs. Merci pour votre confiance ! Vous rendez possible un accompagnement global, multidisciplinaire et de qualité pour les personnes avec un handicap visuel. Vous leur offrez la possibilité de faire leurs propres choix, d'être autonomes et de participer à la vie sociale.

Bien que la part des dons et des legs ait fortement augmenté ces dernières années, nous essayons de diversifier nos sources financières autant que possible. Environ 10 % de nos bénéfices proviennent des activités que nous organisons et de notre Grande Tombola, qui a connu un nouveau succès en 2020, avec plus de 17 000 participants.

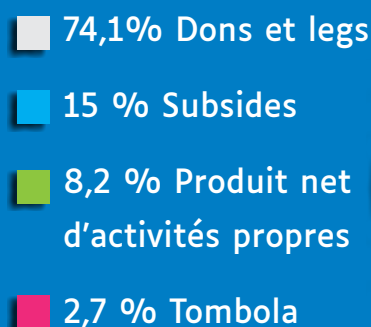
Toutefois, certains services ne peuvent exister sans l'aide des pouvoirs subsidants. C'est pourquoi, il est primordial de les informer et de les convaincre de l'utilité des activités de l'association. D'autres activités ont pu compter sur le soutien du secteur privé : par le biais de

particuliers ou d'entreprises qui créent divers fonds ou fondations, en appelant à des projets innovants de qualité.

Impact Covid

La crise a évidemment des conséquences financières imprévues. La Ligue Braille n'a pas eu recours au chômage économique pour poursuivre, intensifier l'aide à la personne et répondre aux demandes. La mise à disposition de matériel de protection a engendré des surcoûts (20 000 € jusqu'à présent). Les aides émanant des pouvoirs publics et les dons ont souvent permis aux associations de tenir le coup, mais l'impact reste considérable et difficilement prévisible à moyen terme.

Nos ressources financières (2019)



Vous désirez nous soutenir ? Merci de scanner ce code QR pour faire un don :





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

Photos : CHU Liège, Kody, Cap48, Ligue Braille.

Impression : Daddy Kate.

ABONNEMENT

- 15 € à verser sur le compte :
BE11 0000 0468 0248
BIC : BPOTBEB1
Communication : « Abonnement Canne Blanche ».
- Gratuit pour les personnes aveugles et malvoyantes et pour les donateurs pour tout don à partir de 40 €.
- Disponible en PDF et RTF (www.braille.be), en braille et sur CD Daisy.



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



CONTACT.

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

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

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

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

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

Banque privée, intérêts communs.



 Degroof
Petercam

Imagine Tomorrow
since 1871

www.imaginetomorrow.be

Les grands défis d'aujourd'hui sont les opportunités de demain. Cette conviction est celle qui guide Degroof Petercam depuis 150 ans.

Pour contribuer à construire l'avenir des générations actuelles et futures, nous investissons dans des services patrimoniaux robustes et durables.