



**SBV FSA**

Schweizerischer Blinden-  
und Sehbehindertenverband

Fédération suisse des  
aveugles et malvoyants

# Clin d'œil

Mars 2022 • N° 1

**Point fort:  
qualité de vie**



<b>Éditorial</b>	<b>3</b>	La spiritualité comme un état du quotidien	10
<b>Forum</b>	<b>4</b>	Jürg Spielmann sur YouTube	12
Camp ICC 2022 au Portugal	4	Prêts pour le «fun»	13
Carte de légitimation pour accompagnant sur le SwissPass	4	Online dating malgré les barrières	16
		C'est quoi la qualité de vie pour toi?	18
<b>Les gens</b>	<b>5</b>	<b>La vie de la fédération</b>	<b>21</b>
Laura Kirschner Hernández – Se retrouver soi-même et autonome	5	Point de vue	21
		La FSA fête son 111 <sup>e</sup> anniversaire	22
		Manifestations	23
		Rendez-vous culture	25
<b>Point fort</b>	<b>9</b>	Assemblée des délégués 2022 avec table ronde en ouverture	26
Un Buddy pour les aléas de la vie	9		

## Impressum

Journal de la Fédération suisse des aveugles et malvoyants. Paraît 4 fois par année en grands caractères, en braille, sur CD en format DAISY, sur [www.sbv-fsa.ch](http://www.sbv-fsa.ch), sur Voice-Net rubrique 2 5 1, sur le kiosque électronique et par e-mail, en français et en allemand («der Weg»). Membres FSA: inclus dans le statut de membre, non-membres (Suisse) CHF 28.–, (étranger) CHF 34.–

Éditeur:	Fédération suisse des aveugles et malvoyants FSA, Könizstrasse 23, CP, 3001 Berne, <a href="http://www.sbv-fsa.ch">www.sbv-fsa.ch</a>
Rédaction:	FSA, 3001 Berne, 031 390 88 00, <a href="mailto:redaction@sbv-fsa.ch">redaction@sbv-fsa.ch</a> , Rahel Escher (re), Hervé Richoz (hr)
Traduction:	Apostroph Bern AG
Photo page titre:	Laura Kirschner Hernández se prépare à un avenir autonome. Cela implique également la gestion de son propre ménage. Elle apprend les gestes nécessaires à cet effet dans le cadre de formations aux compétences pratiques de la vie. Photo: Sybille Meier.
ISSN:	2296-1925 (écriture noire), 2296-1933 (braille), 2296-1941 (CD)
Layout et impression:	Ediprim SA, Bienne
Version braille:	Bibliothèque Braille Romande (BBR)
Version audio:	Bibliothèque Sonore Romande (BSR)
Délai de rédaction pour la prochaine édition de «Clin d'œil»:	vendredi 29 avril 2022

## Chère lectrice, cher lecteur,

Imaginez que votre vie soit un festin. Quels ingrédients y ajouteriez-vous pour qu'il soit totalement à votre goût? Assurément des ingrédients de base, comme la santé, la liberté, la sécurité, l'autonomie et les contacts sociaux. Toutefois leur dosage est une question plus personnelle. Ce qui pour certains est le morceau de choix n'est pour d'autres qu'une agréable garniture. Et là déjà, on se distance de la recette de base. Va s'ajouter à cela «l'ingrédient secret», ce petit quelque chose qui pimente notre vie.

Dans cette édition, nous partons à la quête de cet ingrédient. Nous mettons alors en lumière divers aspects comme la croyance et la méditation, les animaux, l'humour et, bien sûr, l'amour. Il en résulte un bouquet aussi coloré et divers que la vie et le genre humain.

Au final, la qualité de vie ne se résume pas au bonheur ou au hasard. Nous pouvons agir activement en la façonnant, comme l'explique Verena Kuonen dans la rubrique «Point de vue». Elle y parle d'engagement, d'égalité et de cette contribution que chacun de nous peut être. Dans la rubrique «Les gens», le parcours de Laura Kirschner raconte de manière impressionnante son parcours vers un avenir autonome.

La prise de responsabilité et la marge de manœuvre de chacun sont des fac-



teurs centraux qui influent sur la qualité de vie selon le psychologue Vincent Ducommun. Nous lui avons demandé ce qui, à son avis, nous sépare de la vie et de la joie – ou pas.

La FSA a de quoi se réjouir: en 2022, notre fédération célèbre son 111<sup>e</sup> anniversaire. Voilà qui mérite d'être dignement fêté! Et pas qu'une fois, mais à plusieurs reprises avec diverses manifestations dans les régions. Nous en profiterons pour présenter les prestations de la FSA et les activités des sections tout en sensibilisant à la situation des personnes aveugles et malvoyantes.

Je vous souhaite une grande joie dans cette lecture et la création de votre propre recette.

Rahel Escher

## Camp ICC 2022 au Portugal

Le Camp international sur la communication et l'informatique (ICC) 2022 offre aux jeunes déficients visuels l'occasion de se familiariser avec les dernières technologies de l'information et de la communication, et de nouer des contacts avec leurs pairs de toute l'Europe. Le Camp aura lieu du 3 au 12 août 2022 à Aveiro (Portugal) au bord de la mer.

Le Camp international sur la communication et l'informatique (ICC) s'adresse aux jeunes déficients visuels âgés de 16 à 31 ans, intéressés par l'informatique et la technologie. Une semaine durant, lors de divers ateliers, les participantes et participants ont l'occasion de parfaire leurs connaissances en matière d'accessibilité et de moyens auxiliaires, et de nouer de précieux contacts, tout en profitant avec leurs

pairs d'autres pays européens de diverses activités de loisirs. La participation au camp requiert de bonnes connaissances en anglais. Les frais d'inscription s'élèvent à € 520 maximum.

En tant que partenaire de l'ICC, la FSA assume les frais de voyage pour les jeunes membres de la Fédération et met à disposition gratuitement des accompagnants.

Délai d'inscription: le 10 avril 2022.  
Contact: [direktion@sbv-fsa.ch](mailto:direktion@sbv-fsa.ch)



Pour de plus amples informations, voir le site: [www.icc-camp.info](http://www.icc-camp.info).

## Carte de légitimation pour voyageurs avec un handicap sur le SwissPass

Vous êtes nombreux à demander à la FSA quand la carte d'accompagnant sera disponible sur le SwissPass. L'intégration des cartes d'accompagnement sur la carte SwissPass a débuté début 2022 et est échelonnée selon le canton de résidence. Jusqu'à la fin de cette migration dans votre canton, les cartes de remplacement et les cartes

d'accompagnant pour les nouveaux clients continueront d'être délivrées par l'office d'émission cantonal usuel.

Si nécessaire, le Service de consultation de votre canton peut vous renseigner, tout comme le Contact Center CFF tél. 0800 007 102 ou [www.cff.ch/carte-d-accompagnement](http://www.cff.ch/carte-d-accompagnement)

Laura Kirschner Hernández

## Se retrouver soi-même et autonome

Roland Erne, rédacteur «Der Weg» – Photos: Sibylle Meier

**Son début de vie est un avertissement: Laura Kirschner Hernández (22 ans), aveugle de naissance, n'a jamais perdu espoir malgré les doutes. Grâce au soutien de sa famille et des services de la FSA, elle est sur le chemin de l'indépendance. Son avenir rime avec études et logement individuel. Portrait.**

Les parents de Laura ont vite remarqué que leur bébé réagissait aux sons mais pas aux stimuli optiques, par exemple une lampe qu'on allume et qu'on éteint. Leur fille est en effet née aveugle à cause d'un colobome, un handicap visuel qui n'affecte personne d'autre dans la famille, pas même ses deux frères. Elle souhaite toutefois



**Laura Kirschner Hernández et son formateur AVJ Felix Opel s'entraînent à éplucher les légumes en parfaite sécurité.**

s'assurer que sa maladie oculaire n'est pas héréditaire. Mais comment perçoit-elle son environnement? À cette question qui la surprend, elle répond clairement: «En premier lieu, par les sensations au sol, comme la glace ou la neige, mais aussi par les odeurs ou les températures externes, comme quand je faisais du fitness sur notre terrasse.»

Laura Kirschner Hernández a grandi à Tenerife, la plus grande île des Canaries, d'où vient sa mère. Elle a fréquenté l'école ordinaire jusqu'en sixième, mais a vécu alors de fortes désillusions, surtout que les supports de cours en braille ne lui parvenaient que très tardivement. Rétrospectivement, elle parle ouvertement de la «catastrophe» que cela a déclenché. Elle a toutefois pu s'en remettre aux connaissances en braille acquises de manière autonome par sa mère, qui pouvait déchiffrer cette écriture sans la toucher du bout des doigts.

### **Quotidien fermement établi**

Sa famille ayant déménagé en Suisse centrale, elle a vu ses conditions s'améliorer: outre l'école ordinaire, elle a bénéficié jusqu'au niveau tertiaire des offres du Centre pédagogique pour enfants handicapés de la vue Sonnenberg à Baar. Laura Kirschner Hernández a ainsi pu acquérir de solides connaissances du braille abrégé et de l'utilisation d'une ligne braille. Après l'école secondaire, elle a fréquenté l'école de culture générale

(ECG) avec spécialisation dans la musique et le chant jazz, où elle a appris à étudier seule, avant de se décider pour des études de langues à la Haute école des sciences appliquées de Zurich (ZHAW) à Winterthur. Depuis son arrivée à Horw, dans le canton de Lucerne, elle apprécie tout ce qui lui est proche: les montagnes et le lac, la gare et les arrêts de bus, notamment pour se rendre à son lieu de formation actuel et en revenir,



**L'utilisation rationnelle du lave-vaisselle est l'un des objectifs de la formation AVJ.**

même si les séjours réguliers qu'elle passait jusqu'à récemment dans le foyer d'étudiants non loin de son lieu de formation étaient les bienvenus. Pour Laura Kirschner Hernández, le soutien de ses parents reste fondamental, tant celui de sa mère que celui de son père d'origine allemande. Tous deux l'ont récemment aidée à obtenir et aménager un logement adapté dans un nouveau bâtiment, toujours à Horw.

### **Encadrement AVJ**

Elle qui auparavant ne pouvait pas, en raison des écrans tactiles, ni cuisiner, ni nettoyer ou faire sa lessive seule chez ses parents, doit maintenant acquérir ces aptitudes. Sur recommandation, elle s'est adressée à Felix Opel, qui connaît aussi le braille et est expert en activités de la vie journalière (AVJ) au service spécialisé pour handicapés de la vue de la Suisse centrale (fsz) à Lucerne. Depuis novembre 2021, elle suit des formations enrichissant ses aptitudes acquises au Sonnenberg, en orientation et mobilité, pour se servir d'un lave-vaisselle ou pour des gestes élémentaires comme le rangement correct des assiettes et couverts. Le service de consultation de la FSA l'a aidée grâce à une formation à l'utilisation d'une étiqueteuse braille pour marquer les portes des armoires de la cuisine et ses denrées en réserve. Les lacunes constatées à ses débuts pour suivre des études sans barrières à la ZHAW en allemand et pour ses langues étrangères qui sont, dans

l'ordre, l'anglais, le français et l'espagnol, sont enfin comblées. Laura Kirschner Hernández peut désormais aussi compter sur l'aide du Centre Suisse de Compétence pour le Handicap Visuel en Milieu Professionnel (SIBU) pour transcrire tous les documents importants en braille, et sur celle de ses camarades d'étude pour les éléments visuels comme les graphiques. Après avoir raté certains modules de sa première année d'étude, elle a envisagé se réorienter dans une formation de masseuse médicale, sciemment non soutenue par l'AI. Elle n'a désormais plus de doute: elle souhaite terminer ses études de trois ans à la ZHAW.

### **«Mes mains sont toujours avec moi!»**

Laura Kirschner Hernández a aussi pris conscience comment elle se mettait régulièrement elle-même sous pression. Par exemple, elle sait qu'elle peut miser, outre sur le piano, sur son goût pour le chant classique: «L'improvisation, comme dans le jazz, ce n'est pas mon truc. À l'ECG, mon surnom était le piquet!» Elle ne cache pas non plus sa volonté de se prémunir contre la dépendance au numérique. Elle clame: «Mes mains sont toujours avec moi!» Pourquoi donc ne pas continuer à identifier au toucher l'argent malgré l'appli «Recunia» de la FSA? Ou ne pas avoir aussi son certificat Covid sous forme papier? Elle dit d'elle-même: «Je peux très vite m'énerver,

également contre moi-même, mais aussi immédiatement avouer mon erreur et en assumer les conséquences.»

Elle consacre une bonne partie de ses loisirs à l'équitation et à la course à pied, grâce à l'offre de l'association Blind-Jogging, mais apprécie aussi les balades en forêt qu'elle fait presque

exclusivement avec ses amies voyantes: «Cela s'est fait simplement comme ça!» Laura Kirschner Hernández envisage son avenir professionnel par exemple comme interprète ou animatrice radio, à moins qu'elle finisse quand même masseuse médicale, pour «aider d'autres personnes à se reconnecter à leur corps».

## Annonce

### **Vous résidez sur le canton de Vaud?**

**UCBA**VEUGLES

Union centrale suisse pour  
le bien des aveugles

#### **Vous souhaitez acheter un moyen auxiliaire à l'UCBA?**

L'Union Centrale suisse pour le Bien des Aveugles vous accueille:

Shop en ligne: [www.ucba.ch/shop](http://www.ucba.ch/shop)

Par téléphone: au 021 345 00 66, de 09.00 à 12.00 et de 13.30 à 17.00, du lundi au vendredi

Par mail: [materiel@ucba.ch](mailto:materiel@ucba.ch)



**Fondation  
Asile des aveugles**  
Au service de votre santé visuelle

#### **Vous souhaitez découvrir et tester des moyens auxiliaires?**

Nous vous recevons sur rendez-vous uniquement:

Service social, réadaptation et basse-vision

Avenue de France 15, 1004 Lausanne

Téléphone: 021 626 82 12

Horaires: 09.00 à 12.00 et de 14.00 à 16.00, du lundi au vendredi

#### **Vous avez besoin du service après-vente?**

Appelez-nous au 021 626 82 12, du lundi au vendredi, de 09.00 à 12.00 et de 14.00 à 16.00

## Un Buddy pour les aléas de la vie

**Buddy – ou «pote» en anglais –, le caniche royal d'Ivana Campedel, fait honneur à son nom: c'est un ami, un protecteur et un accompagnant. Il est le garant de la qualité de vie de sa maîtresse.**

Avoir un grand caniche comme chien guide, ce n'est pas banal. De plus, Buddy est imposant, ce qui accentue le contraste avec sa maîtresse.

«Lorsque nous sommes pressés, tout le monde s'écarte et garde ses distances», dit malicieusement Ivana Campedel, 61 ans. Cela se révèle très utile en temps de pandémie et lui procure un sentiment de sécurité. Après la mort de son précédent chien guide, Ivana Campedel a réalisé à quel point un chien guide était essentiel à sa qua-

lité de vie et confie: «Sans chien, je n'osais pas aller en forêt, je n'étais pas sûre de moi sur le chemin du travail, j'évitais les chemins et les endroits inconnus.» Six mois plus tard, un chien adéquat a été trouvé. Elle voulait à nouveau un grand caniche, dynamique et curieux, qui prend volontiers les transports publics et peut marcher rapidement. Tout le portrait de Buddy, un compagnon joyeux et fier. Avec ses expressions franches et douces et son pelage frisé, il ressemble à une grande et tendre peluche. «Dans l'espace public, il attire toujours l'attention. Et il aime ça», raconte Ivana Campedel qui peine parfois à expliquer aux passants qu'il est préférable de ne pas caresser un chien en plein travail, ce qui pourrait le déconcentrer.



**Ivana Campedel  
et son grand  
caniche  
«Buddy»**

## La spiritualité comme un état du quotidien

Rahel Escher, rédactrice «Der Weg» – Photo: m.à.d.

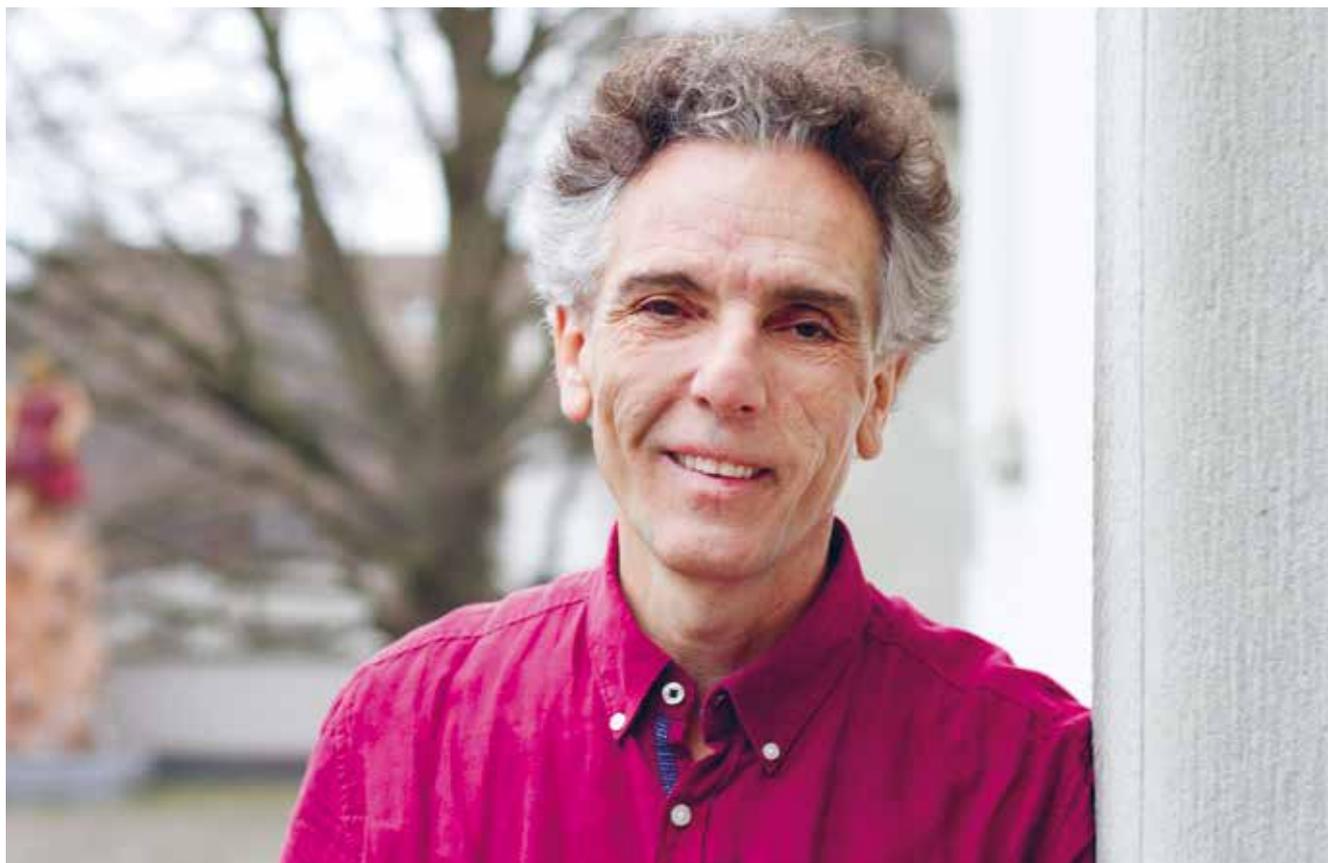
**Depuis son enfance, Jürg Spielmann puise sa force dans la foi. Aujourd'hui pasteur, il aide son prochain à ressentir à nouveau sa boussole intérieure. Dialogue sur nos ressources énergétiques personnelles, la confiance profonde et la méditation.**

Jürg Spielmann, 58 ans, a quitté la maison familiale à l'âge de 7 ans pour commencer sa scolarité à l'école pour enfants aveugles de Zollikofen. Il ne pouvait rentrer chez lui que toutes les six semaines, ce qui renforçait son mal-être. Le soir était un moment particulièrement difficile. Il serrait alors contre lui l'ours en peluche offert par ses parents et récitait le «Notre Père». Il se remémore: «La prière m'a donné une confiance profonde en la vie.» Jürg Spielmann se sent porté par une force supérieure, quelle que soit l'épreuve, en rappelant: «Être humain, c'est aussi avoir des moments de doutes et de solitude.»

### Vivre l'amour de son prochain

Bien que de confession protestante, Jürg Spielmann a fréquenté un gymnase catholique. L'institution cantonale officielle était démunie face aux étudiants aveugles. Les pères capucins l'ont alors accueilli. Ils ont été de vrais mentors, tant dans la pratique de la foi que dans l'application de l'amour de son prochain ou d'un mode de vie modeste. Les supports en braille étaient rares dans les années 1970. Ses camarades

lui lisaient les cours ou enregistrèrent des cassettes. Une expérience existentielle d'entraide si forte pour l'étudiant qu'il a alors souhaité rendre la pareille. Au cours de nombreuses discussions avec des élèves et des pères, le métier de ses rêves lui est apparu: Jürg Spielmann serait pasteur. Il raconte: «Je vois la Création sous un angle interreligieux et spirituel». Toutes les religions et tous les concepts spirituels sont des manifestations et facettes d'une force supérieure, les composantes d'un grand tout.» Cette ouverture au monde l'aide dans son travail d'aumônerie et il affirme: «Chaque personne est son propre guérisseur». Rappelant toute l'importance de la médecine, de la psychologie et de la spiritualité, il affirme: «Nous devons les mettre en relation avec notre être profond. Ce qui va à l'encontre de notre boussole intérieure nous est inutile.» Voilà où commence le travail de Jürg Spielmann: accompagner son prochain pour l'aider à retrouver ses marques. Il ne prodigue pas de conseils, mais préfère s'enquérir des convictions et souhaits personnels. L'objectif est de trouver ensemble le «vivant» en soi.



**Jürg Spielmann: «Ce qui va à l'encontre de la boussole intérieure ne sert pas l'humain».**

### Apaiser l'esprit

Pour Jürg Spielmann, la méditation est un accès: «Je savais qu'il y avait là un trésor à découvrir.» Il a tenté à plusieurs reprises de le trouver, sans succès. Il pensait être trop vif et dynamique pour pouvoir s'asseoir longtemps dans le calme. Après des problèmes de santé à l'âge de 45 ans, il a commencé à pratiquer régulièrement la méditation. Il s'est alors senti nettement plus en équilibre et attentif envers lui-même et autrui. Après une année de pratique, Jürg Spielmann a voulu approfondir et mieux structurer sa méditation. Il a entrepris de tester d'autres méthodes. Pendant deux

ans, il a suivi une formation de chef de groupe. Aujourd'hui, il pratique la méditation zen, une forme relativement libre qui consiste à trouver le calme et le silence. «Comme pour le sport, il faut trouver ce qui nous convient. Certains aiment la randonnée, d'autres préfèrent le jogging.» Il faut parfois faire preuve de patience avant que les changements induits par la méditation soient perceptibles. Jürg Spielmann déclare: «Il faut s'exercer à la spiritualité au quotidien.» L'esprit produit un flux de pensées incessant, mais il est possible d'apprendre comment dompter ces flots impétueux. «En nous recentrant, sans nous agripper à nos

émotions, nous ressentons une connexion à la globalité du monde. S'ouvre alors un immense espace intérieur.» Le quotidien est perçu plus consciemment, et des schémas et attachements peuvent être plus facilement identifiés et modifiés. Le calme s'installe.

### **La force du groupe**

Jürg Spielmann s'interroge sur la facilité des personnes aveugles à se concentrer pour méditer: «Nous comprenons les images extérieures par des représentations intérieures, qui nous déconcentrent tout autant.» Il se peut que les personnes aveugles, en méditant, recourent à d'autres images mentales, comme pour les rêves. La méditation en groupe peut être une alliée puissante. En 2011, Jürg Spielmann a fondé à Bülach un groupe de méditation qui se réunit une fois par semaine. Cette régularité aide à se forger sa propre pratique. Le groupe transmet un sentiment particulier de sécurité et d'appartenance, sans échanger une parole, explique Jürg Spielmann. «On peut être sans aucune obligation, sans pression sociale ou devoir de performance.» Pour le pasteur Jürg Spielmann, les canaux numériques sont une opportunité substantielle d'échanges. «La foi ne fait pas exception. Le spirituel ne doit pas être négligé.» Il partage donc ses méditations et prédications sur YouTube (voir l'infobox), et ce depuis 2018. Pendant le confinement, ce canal a gagné en

importance. Nombreux sont ceux qui ne pouvaient en effet plus venir à l'église. Grâce aux réseaux sociaux, le contact a été maintenu, parfois intensifié, et la paroisse a gagné des membres. «En tant que pasteur, je dois oser innover pour aller chercher mes brebis. YouTube est une innovation.»

### **Autres offres**

Informations sur le groupe de méditation et le cours «Letzte Hilfe», dédié à l'accompagnement de personnes mourantes (en allemand uniquement): [www.refkirchebuelach.ch/juerg.spielmann](http://www.refkirchebuelach.ch/juerg.spielmann)

## **Jürg Spielmann sur YouTube**

Sur la chaîne YouTube «Ohrkost», Jürg Spielmann partage ses réflexions sur la vie, ses prédications, des idées et textes pour le recueillement, ainsi que des conseils pour la pratique de la pleine conscience et de la méditation. La chaîne propose aussi une playlist avec des indications pour s'exercer à la méditation. Pour trouver la chaîne sur [www.youtube.com](http://www.youtube.com), cherchez «Ohrkost».

## Prêts pour le «fun»

Hervé Richoz, rédacteur «Clin d'œil» – Photo: m.à.d.

**Angélique et Damien se sont rencontrés au passage du cap de la vingtaine. Aujourd'hui presque quadra, ce couple incarne cette joie communicative que le duo distille par sa présence. Empreinte d'univers endiablés de musique techno, d'improvisation, de sport et de découvertes, la complicité de ce duo fait plaisir à voir. Rencontre dynamisante.**

Angélique Fromentin et Damien Barras nous accueillent à Yverdon-les-Bains dans leur petit nid douillet, un appartement avec jardin qu'ils ont acheté il y a quelques années. En cette fin d'année 2021, Angélique ouvre la porte, le rire communicatif, en tenue de lutin vert et rouge. Elle aime ça, ces petits rituels en forme de clin d'œil au temps présent. Damien, derrière elle, en jeans et t-shirt, dégage une grande sérénité, ses bras noueux laissant apparaître de grands tatouages. L'aménagement est chaleureux et décoré avec raffinement. Quelques figurines de çà et là trahissent pourtant leurs univers respectifs et ce qui semble les animer au quotidien. Si ce n'est une posture de tête un peu différente pour Damien et des yeux sans iris pour Angélique, rien ne laisse présager que ces deux boute-en-train ne voient pas vraiment «comme tout le monde». Ce n'est sûre-

ment pas cela, ni une canne blanche, qui vont les retenir de vivre intensément leur vie et leurs projets individuels.

### Les planètes s'attirent

Si on les croise le plus souvent ensemble, comme par exemple, lors de camps de ski du groupement romand de skieurs aveugles et malvoyants (GRSA), chacun a besoin de vivre ses passions. Ski, fitness, impro, musique... leurs envies sont multiples et depuis fort longtemps! 2005 voit leur première rencontre dans les couloirs de l'ORIF à Pomy, lieu bien connu des personnes en situation de handicap de Romandie qui y effectuent formation ou réorientation. Damien, gueule d'ange, collier de barbe naissant, est né en Valais dans la Noble contrée, à Montana précisément. Affecté par une cataracte opérée à l'âge de 6 ans, suivie de l'ablation des cristallins, il peut néanmoins fréquenter les écoles du village, puis se lancer dans un apprentissage de paysagiste. Cette profession le confronte à certaines limites visuelles et il se rend vite compte qu'il aura de la peine à s'y épanouir. Le temps de se réorienter est venu. Damien va retrouver ce qui de toujours le fascine: l'informatique. Il est de la génération «Commodore 64» et passionné par les premiers jeux vidéo et



**Complices dans la vie, Damien Barras et Angélique Fromentin partagent, outre leur humour, le plaisir de la glisse.**

consoles. Sa démarche sera l'apprentissage de l'informatique à l'ORIF de Pomy. Angélique, mutine et espiègle, est née dans le Nord-Vaudois à St-Loup. Affectée par une aniridie congénitale, elle suit l'école primaire publique et le secondaire avec incursions au Centre pédagogique pour handicapé de la vue (CPHV) à Lausanne. Attirée par les relations humaines, elle démarre un apprentissage de commerce, qui se révélera désastreux sur le plan de l'inclusion. Elle est dirigée vers l'ORIF de Pomy pour terminer son cursus. Les planètes étant alignées, Angélique et Damien sont amenés à se croiser dans les couloirs de l'ORIF, emportés par un

vrai coup de foudre! Au début de leur relation, c'est Angélique qui amène Damien à faire l'expérience du «ski en tandem». Il faut dire que Damien, skieur émérite, avait été échaudé par un accident de ski assez violent et n'était pas prêt à rechausser des lattes. Tous deux se retrouvent dans la section OJ du GRSA. Ils sont encore aujourd'hui des animateurs fort appréciés des organisateurs de camp et des nouveaux jeunes pratiquants qui découvrent les joies des sports de glisse.

**Ensemble, chacun avec ses univers**

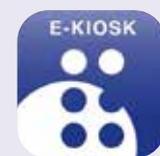
Si vous étiez place de la Riponne le 15 octobre à Lausanne pour la Jour-

née de la canne blanche, vous n'avez pas pu louper cette «boule d'énergie» très engagée qui n'avait de cesse d'aller à la rencontre des passants pour les informer et les sensibiliser, avec les autres jeunes de la section vaudoise, à la réalité de notre quotidien. Après avoir pratiqué la «danse country», Angélique la rockeuse s'enthousiasme pour les matchs d'impro. Elle reconnecte avec cet art en 2018 après rencontre inoubliable de 15 minutes avec l'humoriste français «Artus». S'il n'aura échappé à personne que Angélique a de la répartie, c'est jubilatoire de voir ses yeux s'illuminer quand elle parle de ces joutes verbales. Lors d'un match d'impro, deux équipes s'affrontent sur un thème donné sous le regard vigilant d'un arbitre veillant à ce que rien ne vienne casser le ressort génial du récit. Et son autre belle histoire est sa participation au 10 km de Lausanne en 2021, au terme d'une préparation physique et mentale qui lui a permis de se forger de nouveaux défis.

Quittant momentanément l'espace ouvert cuisine-salon, nous nous dirigeons vers la pièce qui fait office de bureau pour une immersion dans les «nineties». Le meuble vitrine s'allume de LED qui mettent en lumière une collection remarquable de figurines, de «Gremlins», de «Tortues Ninja» et autres «Chevaliers du zodiaque», mangas, jeux et BD qui ont forgé la galaxie de toute une génération. Vous venez d'atterrir dans l'ancre de «Tronix DJ»,

nom d'artiste de Damien, amateur éclairé de musique électronique et de sons remixés. Damien «Tronix DJ» n'est pas peu fier d'avoir mixé la très festive compilation «Technobase.FM vol. 28» parue en 2020. Son CD nous embarque dans des rythmes à 4 temps qui pulsent à 145 BPM sur des titres comme «Give me more», «Never letting go», des sons addictifs qui font vibrer et bouger les corps toute la nuit. Si Angélique est pleine d'initiatives, Damien est la «force tranquille». Les nombreux amis qui les côtoient se plaisent à relever qu'Angélique et Damien ne sont pas vraiment «compétiteurs» mais que tous deux se dépassent sans limite lorsqu'il s'agit de «fun», d'expérience et de rigolade. Ce duo de choc se déclare toujours partant, en particulier pour solutionner les énigmes pour sortir des «escape rooms» qu'ils affectionnent. Lorsque la journée de travail se termine, pour Angélique à la commune d'Yverdon et pour Damien au Service Informatique de la Haute Ecole de Santé Vaud, tous deux aiment à se replonger dans leurs univers ou réaliser ensemble des puzzles gigantesques qui égayaient les murs de leur appartement, rappelant une fois encore leur «fraîcheur d'esprit» à toute épreuve.

Cet article peut être lu sur smartphone avec l'application gratuite E-Kiosk.



## Online dating malgré les barrières

Rahel Escher, rédactrice «Der Weg» – Photo: m.à.d.

**Les sites de rencontre en ligne ont le vent en poupe. Une tendance renforcée par la pandémie. Mais sont-ils facilement accessibles? Et à quel moment de l'échange aborder le handicap visuel? Conseils de Mo Sherif.**



**Mo Sherif part à la recherche de l'amour avec légèreté et humour.**

Mo Sherif, 29 ans, connaît tous les sites usuels de rencontre. Voilà cinq ans qu'il cherche l'amour en ligne. Parfois plus assidûment qu'à d'autres moments. Il estime qu'il est plus simple de faire connaissance sur Internet. Il observe: «Dans un bar, la discussion tourne vite autour de ma cécité exclusivement or, pour faire connaissance, il y a plein d'autres sujets à aborder.» Il préfère commencer par chatter.

### **La cécité éveille la curiosité**

Si la discussion s'engage en ligne, Mo ne mentionne pas de suite son handicap visuel. Mais il ne tarde pas non plus à le faire. Il choisit, idéalement, le deuxième jour du contact. La raison? Ses interlocutrices le connaissent alors déjà un peu et ne le réduisent pas à sa cécité; de surcroît, la relation n'est pas assez intense pour susciter la déception. Il poursuit: «Tout dépend de la

situation. Les réactions sont très variées et vont de la curiosité à la rupture de contact immédiate en passant par l'insécurité et le retrait progressif.» Cela lui en dit long, et Mo peut ainsi aussi évaluer s'il souhaite connaître personnellement son interlocutrice. Il faut savoir relativiser, souligne Mo: «Les échecs font partie de l'aventure.»

### **Apparence prépondérante au premier contact**

Les portails ne sont pas complètement accessibles et le visuel y a un rôle prépondérant, soit tout ce qui complique la quête d'un célibataire aveugle. En effet, certaines plateformes demandent de remplir un formulaire avec des indications complètes. Par exemple, comment la personne décrirait son apparence. Sur la fameuse application «Tinder», le choix d'un partenaire potentiel se base exclusivement sur une photo. Mo a aussi une solution pour cela: des amis lui décrivent les candidates et «swipent» pour lui jusqu'à ce qu'il ait un «match». Mo prête lui aussi une certaine importance à l'image. La couleur des cheveux ou des yeux lui est secondaire, mais la taille, la stature ou l'aura lui importent. Tout comme la voix et l'odeur en cas de rencontre.

### **Premiers rendez-vous particuliers**

Mo a déjà eu plusieurs rendez-vous, souvent avec des femmes qui rencontraient pour la première fois une per-

sonne aveugle, avec beaucoup d'émoi et d'insécurité. L'humour est alors le meilleur allié. Un jour, alors qu'il était guidé par sa prétendante, Mo a heurté un poteau. Très gênée, celle-ci s'est excusée à plusieurs reprises. Dans un sourire, Mo lui a dit: «Si cela recommence trop souvent, nous n'avons que peu de chances de conclure.» Le temps est aussi un atout pour se familiariser avec la situation. Un conseil? Rester détendu et communiquer ouvertement. Et penser à quelque chose de particulier pour le premier rendez-vous, par exemple un restaurant où les plats sont servis dans l'ordre inverse.

### **L'embarras du choix**

Pour Mo, le dating en ligne a aussi des inconvénients. Le choix de partenaires potentielles semble immense. «On fait moins d'efforts si ça ne colle pas de suite.» On se dit alors qu'il y a une personne, quelque part, qui conviendra mieux. Il faut surmonter ce blocage et ne pas abandonner immédiatement. Recourir à des plateformes spécialisées? Très peu pour Mo. Évoluer dans une telle «bulle» contredit l'idée d'inclusion. Il encourage plutôt les célibataires avec un handicap visuel à essayer les sites conventionnels. Mais les hommes doivent être conscients que les femmes croulent sous les demandes. Il faut donc savoir se démarquer. «Faites preuve de créativité pour obtenir une réponse – voire un rendez-vous.»

## C'est quoi la qualité de vie pour toi?

Hervé Richoz, rédacteur «Clin d'œil» – Photo: Hervé Richoz

**Solutions médicales, famille, moyens auxiliaires, vie sociale, engagement, âge venant... dans un processus qui vous accompagne de «agir» vers «être», Clin d'œil vous invite à observer les multiples facettes de ce qui nous nourrit au quotidien. Le psychologue Vincent Ducommun pointe quant à lui ce qui nous éloigne (ou pas) du vivant et de la joie en nous.**

L'Organisation mondiale de la santé a défini dans les années 1990 la qualité de vie comme «la perception qu'a un individu de sa place dans l'existence, dans le contexte de la culture et du système de valeurs dans lesquels il vit, en relation avec ses objectifs, ses attentes, ses normes et ses inquiétudes. Il s'agit d'un large champ conceptuel, englobant de manière complexe la santé physique de la personne, son état psychologique, son niveau d'indépendance, ses relations sociales, ses croyances personnelles et sa relation avec les spécificités de son environnement.»

### **Agir sur son environnement**

S'il y a bien un facteur visible qui affecte les personnes qui vivent une dégénérescence ou la perte du sens de la vue, c'est bien l'environnement sous toutes ses formes psychosociales ou personnelles. La diminution ou l'absence de vision est une épreuve dramatique qui nous laisse la plupart du temps démunis, nous plongeant dans un sentiment de solitude. Dès les premiers symptômes, la personne concer-

née, en particulier l'âge venant, ne se considère pas encore comme «handicapée» et va mettre en place des stratégies de compensation ou d'évitement. De surcroît, les difficultés rencontrées ne sont souvent pas identifiées par l'entourage proche. Il faut dire que chaque personne, évoluant dans son monde intérieur et extérieur, a patiemment construit ses propres repères. Longtemps encore l'entourage ne sera pas en mesure de percevoir la somme des efforts devenus soudainement nécessaires pour identifier des informations que l'entourage dubitatif perçoit comme évidentes. Se coupant de leur joie, trop «épuisées» par les difficultés rencontrées, les personnes vont tout purement et simplement «renoncer» à l'activité familiale, culturelle ou sportive.

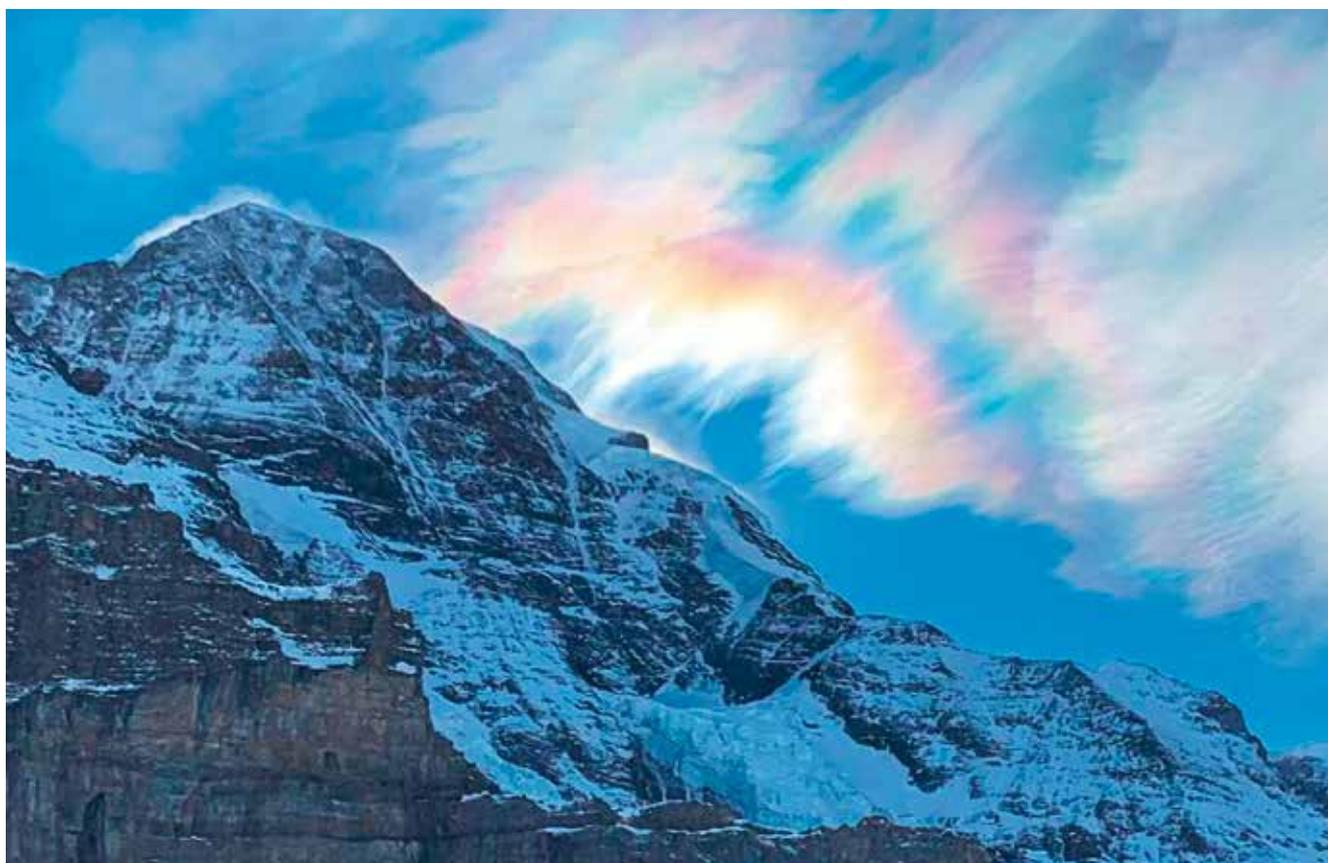
Une autre étape est la dimension médicale qui permet de statuer enfin sur un état et devient comme un langage possible entre toutes les composantes humaines de l'environnement. C'est très souvent la découverte d'associations d'entraide ou scientifiques comme Retina Suisse qui deviennent

des véritables sources d'information et un accompagnement sur le chemin vers une autre lumière possible. L'éclairage adéquat, voilà un autre aspect sous-estimé et essentiel dans la préservation d'une qualité de vie et d'action. Les spécialistes des services de consultation (présents dans chaque canton) vont évaluer avec vous toutes ces activités qui vous mettent en joie et proposer des aménagements qui permettent de les poursuivre.

#### **La même chose, «différemment»**

Nul besoin de renoncer au ski, à l'escalade, à la voile, au yoga, à la cuisine, car tout est encore possible. Se comparant à d'autres, les personnes

concernées souffrent souvent «de ce qu'il ne leur est maintenant plus possible ou très difficilement possible de faire», alors que cela a été une évidence durant toute leur (jeune) vie. La littérature spécialisée révèle que les handicaps touchant les organes visuels ont des conséquences directes sur la façon d'organiser et de gérer le quotidien, ainsi que sur le mode de vie individuel. C'est à ce stade qu'interviennent les spécialistes en activités de la vie journalière (AVJ) qui soutiennent la personne dans l'expérimentation de nouvelles stratégies. Se sentant en sécurité, la personne va réaliser qu'elle peut poursuivre tous ses projets «d'une manière différente.»



**Prendre soin de soi, une invitation à abandonner l'obscurité pour la lumière.**

Quelle joie d'être en lien avec le monde sans avoir à dépendre d'apports visuels extérieurs!

### **Apprendre à prendre soin de soi**

La qualité de vie peut être comprise comme étant composée de plusieurs facteurs perçus tant de façon objective que subjective. Toutefois, c'est la personne elle-même qui définit la valeur des différents facteurs. Finalement, c'est le constat (la comparaison entre les souhaits et la réalité) qui importe le plus, c'est-à-dire le degré de réalisation du bien-être physique, psychique et social dans le vécu subjectif. Vincent Ducommun, psychologue et malvoyant, relève toute l'importance de la capacité de la personne à interagir avec son environnement pour influencer sur sa qualité de vie perçue. L'environnement est ici compris comme l'entourage, les bénévoles ou la famille avec lesquels il

faudra réaménager un espace physique et social. Vincent Ducommun évoque les personnes affectées qui ont une propension à se (sur)adapter aux désirs ou à l'espace «de l'autre.» Il explique: «Oser dire à son conjoint que je souhaite un environnement adapté n'est pas aisé en soi.» Cuisine, douche, espace de travail, voyages, chacun a un pouvoir personnel et concret sur sa «zone de confort». Vincent Ducommun nous invite à augmenter son affirmation de soi en exprimant avec confiance: «Vu que je vais ranger la cuisine...» ou «ainsi ce sera plus confortable pour nous deux...» etc. Tout l'enjeu est ici un lâcher-prise pour ne plus s'épuiser à des tâches qui peuvent être déléguées. Vincent Ducommun conclut: «Consciente qu'elle peut agir pour sa qualité de vie, la personne en situation de handicap visuel «subira» moins le handicap.»

## Annonce

### **Tapez rapidement et en toute sécurité sur votre smartphone grâce au clavier mobile et compact d'help2type**

Vous souhaitez communiquer, commenter les médias sociaux et ainsi faire partie de la société numérique? Avec le clavier help2type, c'est possible. Les touches tactiles sont la condition préalable à la communication écrite avec les smartphones Apple et Android. Le clavier d'help2type est un outil reconnu et peut être pris en charge par l'AI.

Commandez votre clavier dès aujourd'hui sur [www.help2type.ch/bestellen](http://www.help2type.ch/bestellen) pour CHF 199.-.



## Point de vue

Verena Kuonen, co-présidente Inclusion Handicap – Photo: m.à.d.

### Chère lectrice, cher lecteur,

Mon engagement au sein de la collectivité remonte à de très nombreuses années. Initialement, mes motivations étaient d'être utile, d'être reconnue à part entière en tant que personne, femme et maman handicapée. En toute honnêteté, on peut dire que j'avais besoin d'être valorisée. Quoi de plus compréhensible lorsqu'on est encore jeune!

À l'époque et actuellement encore bien plus, si l'on entend les conversations quotidiennes, une maman au foyer n'est pas une travailleuse. Pourtant, avec mes deux enfants et, aujourd'hui toujours, mes quatre petites-filles, je n'ai jamais eu le sentiment de chômer.

Tout au long de mes nombreuses années d'engagement au sein de diverses organisations comme le Groupement romand des skieurs aveugles et malvoyants (GRSA), la section vaudoise de la Fédération Suisse des aveugles et malvoyants (FSA), diverses associations bénévoles locales, et comme conseillère communale et co-présidente au sein d'Inclusion-Handicap, j'ai eu l'opportunité d'acquérir une grande expérience.

Actuellement, mes activités au sein des associations me procurent



**Verena Kuonen.**

constamment une immense satisfaction. Ma pratique tout au long de ces années m'a confirmé et, surtout, convaincue que l'information et la sensibilisation sur le terrain, au sein des organisations quelles qu'elles soient, mais peut-être plus spécifiquement dans le milieu politique, est certainement la voie à suivre pour atteindre notre objectif commun, à savoir l'intégration et l'inclusion des personnes handicapées au sein de la société: par exemple dans le marché du travail, l'activité sportive ou culturelle, etc.

Mes engagements multiples dans diverses tâches et fonctions ont surtout été guidés, voire dictés par ma passion de la défense du droit à l'égalité pour les personnes handicapées qui m'habite depuis toujours. Néanmoins, je sais pertinemment que, si nous voulons tendre vers la réalisation de nos attentes, nous devons impérativement payer de notre personne.

## La FSA fête son 111<sup>e</sup> anniversaire

Andreas Schroth, responsable Marketing

**Le 5 juillet 1911, Emil Spahr, Georges Guillod et Theodor Staub ont fondé à Lausanne la première organisation suisse d'entraide pour les aveugles.**



En 2022, 111 ans plus tard, trois objectifs des pères fondateurs de la FSA sont toujours d'actualité: défendre les intérêts de toutes les personnes aveugles et malvoyantes, promouvoir l'intégration et la participation à la société et créer des emplois.

Nous souhaitons célébrer NOTRE fédération et passer en revue tout ce que nos fondateurs et prédécesseurs ont accompli depuis 1911. Parallèlement, nous voulons saisir cette occasion pour expliquer les prestations de la FSA et les activités des sections, tout en sensibilisant à la situation des personnes aveugles et malvoyantes.

### Manifestations régionales

Fêter un chiffre comme 111 ans mérite bien plus qu'une seule fête. Diverses activités, placées sous le signe de la durabilité, seront donc organisées dans les régions. Non seulement du point de vue de la fédération, mais aussi en ce qui concerne la mise en réseau à l'échelon régional. Nous voulons montrer ce que la FSA a réalisé en 111 ans et ce qu'elle va encore réaliser grâce à ses prestations. Les activités auront lieu dans les sections Grisons, Zurich-Schaffhouse, Valais, Biel/Bienne Jura bernois, Jura et Neuchâtel.

Afin de matérialiser le réseau régional durable et d'ériger un «mémorial» symbolique, 11 jeunes arbres seront plantés par chaque site régional. Ces jeunes pousses devront être entretenues et soignées pour développer des racines et souligner ainsi symboliquement la mise en réseau et l'inclusion durable.

**Informations  
sur le Jubilé FSA**



## Manifestations

### Section Argovie-Soleure

22.04 Visite de la Zeughaus, Soleure  
 22.06 Journée Jass; Bornblick, Olten  
 25.06 Waldhütten, Unterentfelden  
 Cours de Pilates et groupes créatifs à Aarau, contactez la FSA; cours d'anglais à Olten. Table ronde et rencontre café, «Aarauerstube», Aarau. [www.sbv-bvas.ch](http://www.sbv-bvas.ch); VoiceNet allemand: rubrique 1 2 1

### Section Berne

23.04 3,5 heures à apprécier au Restaurant Rössli Uetendorf avec le LionsClub Bern-City  
 16.07 Théâtre en plein air à Signau  
 Marches: 05.03, 02.04., 07.05, 11.06, 02.07; Tables rondes: 25.03, 29.04, 27.05, 24.06 au «Egghölzli» Bernd; Showdown-Training: jeudi soir (essai: 3x gratuit)  
 Web: [www.sbv-fsa.ch/sektionen/bern](http://www.sbv-fsa.ch/sektionen/bern); VoiceNet allemand, rubrique 1 3 1 1

### Section Bienne-Jura bernois

24.04 Brunch, Café-Restaurant de la Fondation Battenberg  
 14.05 Visite inclusive «Visit Zurich for all»  
 11.06 Excursion de section, Château de Wildegg  
 22.06 Höck plus, Volo jardinerie, Bienne  
 Esther Weber, 032 331 25, 13 ou [weberesther@gmx.ch](mailto:weberesther@gmx.ch); Web: <https://sbv-fsa.ch/fr/sektionen/bienne>  
 VoiceNet, rubrique 1 2 1

### Section Oberland bernois

Groupes créatifs: Thoune et Spiez.  
 Web: <https://sbv-fsa.ch/sektionen/berner-oberland>  
 VoiceNet allemand: Rubrik 1 3 1 2

### Section Fribourg

26.03 Assemblée générale à Grolley  
 19.04 Excursion à Neuchâtel et visite de cave  
 21.05 Croisière à vapeur sur le lac de Neuchâtel  
 26.06 Sortie annuelle à Annecy (F) et mini-croisière sur le lac

Pour toute question, vous pouvez vous adresser au président ou aux responsables spécifiques: Groupes de contact: Guin: Nelly Falk, 026 493 14 19; Fribourg: Andrea Zullo, 079 554 07 16; Romont: Jean-Louis Uldry, 026 652 40 00; Morat: Beatrice Imoberdorf, 026 670 85 85  
 Renseignements: Balades: Florian Romain, 079 520 24 14  
 Tandem: Christophe Rollinet, 079 253 30 68

Web: <https://sbv-fsa.ch/fr/sections/fribourg>; VoiceNet: rubrique 1 3 1

### Section Genève

23.03 Visite adaptée, Muséum d'histoire naturelle  
 02.04 Marche sur le Jura  
 09.04 Assemblée générale  
 07.05 Marche

Balades: 13.04, 11.05  
 Club de lecture (Maison du bonheur): 19.04, 17.05

Soirées à thème: 18.03, 22.04, 20.05  
Laurent Castioni, 079 573 85 65,  
lolo.castioni@bluewin.ch;  
<https://fsa-geneve.ch/>; VoiceNet  
rubrique 1 4 1

### Section Grisons

31.03 Dégustation de vin chez Cottinelle, Malans  
28.04 Sortie en Appenzell  
21./22.05 Voyage de section à Munich  
04.06 Excursion de section  
Contact@anderssehen.ch, 078 704 72 24.  
Infos: [www.anderssehen.ch](http://www.anderssehen.ch).  
Web: <http://www.anderssehen.ch/VoiceNet>  
Net en allemand: 1 5 1 1 et 1 5 1 2.

### Section Jura

07.05 Assemblée générale  
Les activités du 111<sup>e</sup>, sorties et marches  
seront communiquées sitôt que confirmées  
Valérie Froidevaux, 079 461 11 50,  
valeriefr@bluewin.ch; <http://fsa-jura.ch/>;  
VoiceNet, rubrique 1 5 1

### Section Neuchâtel

Mi-avril Musée de l'Areuse  
Mi-juin Marche  
Patrick Mercet, 032 544 47 87, mercet.patrick@gmail.com; <http://sbv-fsa.ch/fr/sections/neuchatel>; VoiceNet rubrique 1 6 1

### Section Suisse nord-occidentale

26.03 99<sup>e</sup> Assemblée générale à L'Esprit  
Stammtisch: chaque 2<sup>ème</sup> vendredi du mois, «Alte Post»; Rencontre «vue»:

chaque dernier jeudi du mois au «Prima Vista»  
Web: <https://sbv-fsa.ch/sektionen/nordwestschweiz>  
VoiceNet allemand: rubrique 1 7 2 1

### Section Suisse orientale

23.04 Sortie musée «Rock und Pop»  
24.04 Balade «Le long de la Thour»  
22.05 Balade «Autour de la colline»  
18.06 Sortie section au Studio TV «Leutschenbach»  
19.06 Balade «Uznach-Aathal»  
Web: <https://sbv-fsa.ch/sektionen/ostschweiz>  
VoiceNet allemand: rubrique 1 7 1 2  
Section Suisse centrale  
07.05 Balade de printemps  
11.06 Balade d'été  
02.07 AG à Lucerne  
Stammtisch: 05.04, 03.05, 07.06;  
Balades: 20.04, 13.05  
Table ronde: le premier mardi du mois  
Rolf von Wartburg, [rolf.v.wartburg@bluewin.ch](mailto:rolf.v.wartburg@bluewin.ch)  
VoiceNet allemand, rubrique 1 8 1

### Section Valais

Les activités du 111<sup>e</sup>, sorties et marches seront communiquées sitôt que confirmées  
Autres: Groupe créatifs, le jeudi, Martigny; Les amis du rotin, Châteauneuf et Vouvry; Gymnastique, Sion; Groupe de tandem, Sion et Sierre; Groupe de marche;  
Denis Maret, 079 218 59 35, [denismaret@gmail.com](mailto:denismaret@gmail.com); <http://fsa-valais.ch/>;  
VoiceNet rubrique 1 7 1

**Section Vaud**

19.03 Assemblée générale  
 Mars Musée du son, Martigny  
 06-08.04 Thermalisme à Loèche-les-Bains  
 19 + 26.05 Visite Parc Mon Repos.  
 Lausanne  
 11.06 Les Jardins du cœur, Yverdon  
 18.06 Visite de la fromagerie,  
 Moléson  
 Marches: 04.04, 02.05, 04.07 (Haras  
 Avenches)  
 Pierre Calore, 079 330 16 33, pierre.  
 calore@gmail.com; fsa-vaud.ch/  
 VoiceNet, rubrique 1 8 1

**Section Zurich-Schaffhouse**

Lunch du samedi: 10h30, «Stella del  
 Centro», Uster: 26.03, 30.04, 28.05,  
 rien en juin, 30.07  
 Balade Sohleblitz: 26.3, 23.4, 21.5,  
 18.06, rien en juillet.  
 (Urs Lüscher, 044 940 93 10), Groupe  
 de marche Soleblitz: 22.01, 19.02,  
 26.03: Secrétariat, 044 940 93 10,  
 sektion.zh@sbv-fsa.ch. VoiceNet  
 allemand: rubrique 1 9 1 2

**Rendez-vous culture**

Dans toute la Suisse romande, vos  
 sorties reprennent des couleurs et les  
 différentes associations se réjouissent  
 de partager avec vous des moments  
 de qualité tant dans les visites accom-  
 pagnées, descriptives ou commentées  
 qu'au travers d'audiodescriptions pro-

fessionnelles. Merci de s'adresser aux  
 prestataires suivants ou consulter leurs  
 propositions en cours pour ce prin-  
 temps ou sur VoiceNet, 031 390 88 88,  
 rubrique 3.3.3.

**Ecoute-Voir (EV)** pour le théâtre,  
 l'opéra, la danse: [www.ecoute-voir.org](http://www.ecoute-voir.org),  
[info@ecoute-voir.org](mailto:info@ecoute-voir.org), 079 893 26 15

**Regards-Neufs (RN)** pour le cinéma,  
 les sorties en salle et l'application  
 GRETA: [www.regards-neufs.ch](http://www.regards-neufs.ch); 021  
 312 83 60

**L'art d'inclure (AdI)** pour les concerts,  
 les musées, l'art en général: [www.lart-  
 dinclure.ch](http://www.lart-dinclure.ch), [contact@lartdinclure.ch](mailto:contact@lartdinclure.ch),  
 076 337 36 61

**Dire pour voir (DpV)** pour le théâtre,  
 l'opéra: [www.direpourvoir.ch/](http://www.direpourvoir.ch/), [info@  
 direpourvoir.ch](mailto:info@direpourvoir.ch), 079 648 61 70

**Bibliothèque sonore romande (BSR)**  
 pour ses cafés littéraires et son appli-  
 cation Callio Player: [www.bibliotheque-  
 sonore.ch](http://www.bibliotheque-<br/>
  sonore.ch), 021 321 10 10

**Bibliothèque braille romande (BBR)**  
 pour ses rencontres et son applicaiton  
 BBR Player: <https://abage.ch>, 022 317  
 79 00

**Etoile sonore, sonothèque (ES)**  
 pour son application ES Player:  
[www.etoilesonore.ch](http://www.etoilesonore.ch)

## Assemblée des délégués 2022 avec table ronde en ouverture

Rahel Escher, rédactrice «Der Weg»

**L'Assemblée des délégués (AD) 2022 de la FSA aura lieu le samedi 11 juin 2022 à l'Hôtel Bern à Berne. À l'occasion du 111<sup>e</sup> anniversaire de la FSA, une table ronde se tiendra le matin avant l'AD. Elle sera consacrée à l'exercice des droits politiques des personnes aveugles et malvoyantes.**

À l'initiative du nouveau président Roland Studer, la matinée précédant l'AD sera mise à profit pour aborder sous divers angles la question des droits politiques. Pour commencer, Martin Abele, responsable Défense des intérêts, présentera le sujet débattu: dans quelle mesure les personnes aveugles et malvoyantes en Suisse peuvent-elles exercer leurs droits? En quoi sont-elles empêchées de le faire? Ensuite, Lars Bosselmann (directeur de l'UEA, l'Union européenne des aveugles), Georg Mattmüller (directeur du Behindertenforum Region Basel) et Sandro Scalco (auteur d'une motion populaire sur la récolte en ligne de signatures et développeur d'applis pour l'exercice des droits politiques) expliqueront brièvement leur position respective. Une personne concernée et éventuellement encore une juriste expérimentée prendront aussi place autour de la table. Au

final, une table ronde réunira tous les orateurs et oratrices.

### **Affaires statutaires et élection complémentaire au CF**

L'AD à proprement parler aura lieu l'après-midi. Selon les statuts, les sections, les délégués et le Conseil des sections peuvent présenter des propositions et des candidatures à l'attention du Comité fédératif (art. 25, ch. 3). Pour rappel: les élections pour renouveler le Comité fédératif ont eu lieu lors de l'AD 2021. Un siège est resté vacant, faute de candidature romande. Les délégués éliront donc un nouveau membre du Comité fédératif lors de l'AD 2022.

Les propositions doivent parvenir par écrit au secrétariat général au plus tard huit semaines avant l'assemblée, en l'occurrence avant le **16 avril 2022**. Les demandes de membres individuels ne sont pas prises en compte.

L'ordre du jour définitif et les autres documents sont envoyés aux participants ainsi qu'aux présidentes et présidents des sections au plus tard quatre semaines avant l'assemblée, donc avec cachet postal du **13 mai 2022**.

Contact:  
Sonia Pio, [direktion@sbv-fsa.ch](mailto:direktion@sbv-fsa.ch)

*zur Rose*

# La sécurité est dans la boîte.

## Plus d'indépendance pour les personnes atteintes d'une déficience visuelle.

Avec la boîte Dailymed conçue en partenariat avec la Fédération suisse des aveugles et malvoyants, la prise de médicaments est simplifiée. Vous les recevez en temps voulu, emballés, triés dans l'ordre de prise. De plus, l'ensemble des informations concernant les médicaments et leur prise est accessible et audible grâce à un code QR.

**Soutenu par les caisses-maladie.**

**Essayez Dailymed maintenant sans engagement: tél. 0800 488 012**





**SBV FSA**

Schweizerischer Blinden-  
und Sehbehindertenverband

Fédération suisse des  
aveugles et malvoyants

Rue de Genève 88b  
1004 Lausanne  
021 651 60 60  
secretariat.romand@sbv-fsa.ch  
sbv-fsa.ch



**Votre don en  
bonnes mains.**

Code QR  
menant  
vers l'édition  
online.



**Ensemble, on voit mieux**