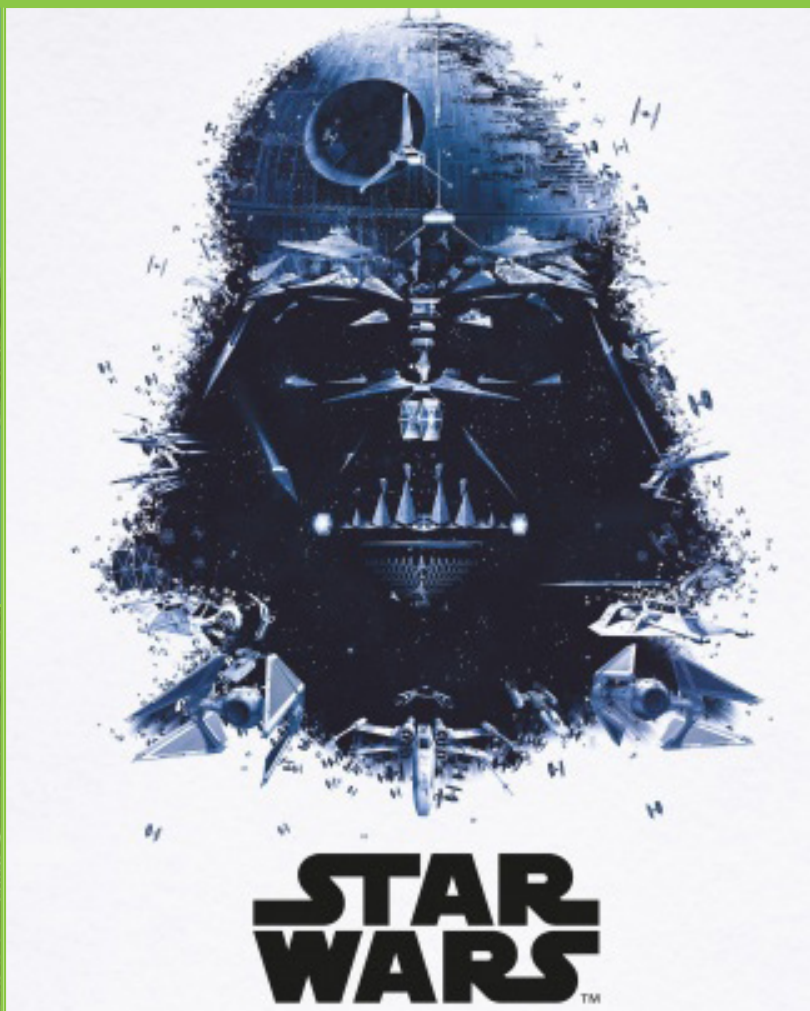




Le printemps de la force

Sommaire

- Page 3 • Edito
- Page 3 • Le portrait
- Page 4 • Nouvelles de l'ONA
- Pages 5-7 • Bon à savoir
- Page 8 • Trucs et astuces
- Page 9 • Nouvelles technologies
- Page 10 • Ludothèque
- Pages 11-12 • Bibliothèque
- Page 13 • Livres en braille
- Page 14 • Livres en grands caractères
- Page 15 • Livres en audio
- Pages 16 • Bibliothèque
- Pages 17-18 • Loisirs
- Pages 19-27 • Agenda

Le *Vers La Lumière* est également disponible sur demande en version braille, audio (CD ou Daisy) et en version informatique.

Editeur responsable : Bénédicte Fripiat

Ont participé à ce numéro : le service d'accompagnement de l'ONA, Jeremy De Backer, Cécile de Blic, Maureen De Roo, Marie-Anne Gérard, Colette Golinvaux, Céline Piette, Sandrine Pironet, Laetitia Severino, Antoine Terwagne, Laurent Verbruggen, Linda Widar.

Impression : Manufast

© Copyright – ONA asbl

Aucun extrait de cette publication ne peut être reproduit sans l'accord préalable de l'Œuvre Nationale des Aveugles asbl.

www.ona.be - facebook.com/ONA.Belgique

Œuvre Nationale des Aveugles asbl

Revue trimestrielle N° 406 – 2018

Boulevard de la Woluwe 34 bte 1

1200 Bruxelles

02/241.65.68 · info@ona.be

Service d'accompagnement social

Responsable : Bénédicte Hanin -

0475/57.42.72

Assistant social de votre région :

Bruxelles

Boulevard de la Woluwe 34 bte 1

1200 Bruxelles

Anne-Sophie Reuzeau

02/241.65.68 · 0495/18.07.75

Brabant wallon

Chez Regus - Place de l'Université 16

1348 Louvain-la-Neuve

010/48.35.02

Émilie Servais - 0492/97.50.53

Aurore Walgraffe - 0493/09.86.52

Hainaut

Parc d'activités Héraclès -

Chaussée Impériale 91 bte 26 (bâtiment 4)

6060 Gilly

071/32.05.61

Alexis Restieaux - 0492/97.50.57

Charlotte Planque - 0492/97.50.54

Namur

Business Centre Actibel - Route de Louvain-

la-Neuve 4 - 5001 Namur

Flore Lamy

Permanence : mardi et vendredi - 8h30 à 12h

081/73.65.82 · 0477/97.23.90

Luxembourg

Rue des Prés 3 - 6900 Marloie

084/41.28.39

Permanence : mardi et vendredi - 8h30 à 12h

Justine Jeanmoye - 0492/97.50.55

Colette Golinvaux - 0492/97.50.52

EDITO

Chers lecteurs,

La force qui nous anime chaque jour à l'ONA n'est pas si différente de celle de *Star Wars* : un champ d'énergie qui relie les êtres vivants.

En effet, chaque jour nous agissons pour que chaque personne déficiente visuelle puisse se relever, être aidée et soutenue dans ses démarches, devenir autonome, vivre son quotidien et ses rêves, comme tout le monde.

Nos ateliers sur la résilience, nos activités de loisirs toujours plus nombreuses, nos jeunes qui réussissent leurs examens ou encore Eléonor Sana qui remporte une médaille olympique : toutes ces réussites montrent que grâce au travail d'une association comme la nôtre, tout est possible !

Vous le constaterez au cours de votre lecture, nous vous proposons encore de nombreuses activités ces 3 prochains mois. Il y en a pour tous les goûts : loisirs, bibliothèque, nouvelles technologies, ludothèque...

Et pour les gourmands, notre ergothérapeute vous a même concocté une recette de gâteau au chocolat très simple et délicieuse à faire chez soi.

Bref, de quoi bien commencer le printemps !

Bonne lecture, bonne écoute,

Bénédicte Fripiat
Directrice

LE PORTRAIT

Eléonor Sana, vous connaissez ? Elle vient de remporter une médaille de bronze aux Jeux Paralympiques d'hiver ! Un exploit pour cette jeune skieuse malvoyante qui est suivie par nos services et a été accompagnée durant sa scolarité par l'ONA !



Eléonor est malvoyante. Depuis ses 12 ans, elle est accompagnée par Virginie, une des accompagnatrices scolaires de l'ONA. Grâce à elle, elle a pu suivre les cours au même rythme que les autres et combiner ses apprentissages scolaires et sa passion pour le ski.

Avec sa sœur Chloé, elle forme un duo unique : ensemble, elles ont réussi l'exploit d'une médaille olympique !

Un très grand bravo aux « sœurs de glisse », Eléonor et Chloé !

CRAQUEZ POUR L'ONA !

Pour ceux qui ne le savent toujours pas, l'ONA vend du chocolat.

De nombreux gourmands l'ont déjà goûté et nous n'avons que des retours positifs !

Si vous souhaitez en (re)commander, n'hésitez pas !

Nous pouvons les faire livrer chez vous, dans une de nos antennes ou vous les faire parvenir lors d'une activité.

Pour rappel, nous vendons 4 sortes de chocolat :

- chocolat noir 75 %
- chocolat au lait
- chocolat au lait fourré praliné
- chocolat blanc fourré praliné

Les tablettes sont vendues au prix unitaire de 3,50 € !

Nous proposons également des T-shirts avec un message en braille. Nous avons encore toutes les tailles et il est à 10 € seulement !



Pour commander, contactez l'ONA au 02/241.65.68 ou agir@ona.be.

CONCOURS PHOTOS

L'ONA participe à un concours photos organisé par la Fondation Roi Baudouin (FRB). La photo envoyée par l'ONA a été sélectionnée et fait partie des 16 finalistes ! C'est désormais au public de voter pour sa préférée, sur le site de la Fondation :

<https://www.kbs-frb.be/fr/PhotoCompetition/2018> et ce, jusqu'au 25 avril.

En plus du vote sur le site, la FRB organise un vote sur Facebook. La photo qui récoltera le plus de *likes* sur la page de la Fondation Roi Baudouin sera élue « Facebook Favorite » :

<https://www.facebook.com/King.Baudouin.Foundation>

On compte sur vous pour faire gagner l'ONA !

La photo sélectionnée illustre une balade, avec Jean-Luc, aveugle et bénéficiaire de nos services et Stanislas, volontaire à l'ONA !



FAIRE RÉVISER SON HANDICAP AUPRÈS DU SPF

Quand ? Pourquoi ? Comment ? 3 cas de figure :

- Révision d'office : révision entamée à l'initiative de la Direction Générale des Personnes Handicapées du SPF Sécurité Sociale, communément appelée « vierge noire ». Un courrier « évaluation du handicap » est envoyé au citoyen. Il est indispensable de s'y soumettre pour prétendre au renouvellement éventuel de ses droits.
- Révision pour aggravation : révision entamée à l'initiative du citoyen pour qui le handicap est déjà reconnu au SPF Sécurité Sociale. Si votre état de santé s'est aggravé, faites-leur savoir en introduisant une nouvelle demande. Pour ce faire, munissez-vous de votre carte d'identité électronique, de son code pin, et instruisez votre nouvelle demande sur le site myhandicap.belgium.be. N'hésitez pas à vous tourner vers l'assistant social de votre région pour être soutenu dans ces démarches. Attention ! La révision du dossier n'implique pas forcément une majoration des allocations : le montant des allocations est dépendant de plusieurs critères, notamment des revenus du ménage.
- Révision pour amélioration : révision entamée à l'initiative du citoyen qui est déjà reconnu au SPF Sécurité Sociale. Si votre état de santé s'est amélioré, vous avez le devoir de le faire savoir au SPF, via le formulaire de contact présent sur le site myhandicap.belgium.be.

Pour tout renseignement complémentaire, n'hésitez pas à prendre contact avec l'assistant social de votre région ou de votre mutuelle.

ENQUÊTE SUR LES TECHNOLOGIES D'ASSISTANCE

L'année dernière, la Fédération des Aveugles et Amblyopes de France (FAF) lançait une grande enquête internationale sur l'usage des technologies d'assistance indispensables aux personnes déficientes visuelles. L'ONA était partenaire de cette enquête pour la Belgique.

Tous les résultats sont maintenant disponibles sur leur site : <http://bit.ly/2G9YJnk>

On y apprend notamment que le logiciel JAWS est toujours le plus utilisé sur ordinateur, et que VoiceOver d'Apple est plébiscité par les utilisateurs de smartphones.

ON BOUGE POUR VOTRE MOBILITÉ

Comme évoqué dans un numéro précédent, une équipe de l'ONA participe aux réunions du CAWaB (Collectif Accessibilité Wallonie-Bruxelles) et de la CRM-PMR de Bruxelles (Commission Régionale Mobilité – Personnes à Mobilité Réduite).

Dans le cadre de la réunion de la dernière CRM-PMR qui s'est tenue le 20 mars, nous avons pu présenter quelques exemples d'obstacles à la mobilité dans les grandes gares bruxelloises, en présence d'un représentant de la SNCB, suite à une visite de terrain que nous avons réalisée dans les gares suivantes :

- Bruxelles-Central
- Bruxelles-Midi
- Bruxelles-Nord
- Bruxelles-Schuman, considérée par la SNCB comme une gare en accessibilité intégrale (selon les critères définis par la SNCB), mais dans laquelle nous avons relevé des obstacles à la mobilité.

Pour faire un bref résumé, nos points d'attention ont principalement porté sur :

- Les entrées des gares et les halls : les lignes guides n'y sont pas toujours correctement placées, voire sont absentes
- L'accès aux guichets : l'absence de repères podotactiles nécessite souvent l'aide d'un tiers pour s'y rendre.
- Les ascenseurs et escaliers : souvent peu accessibles en raison de l'absence de repères tactiles ou des lignes guides mal placées
- L'accès aux quais et les quais : si l'accès aux quais est peu aisé, la mobilité sur les quais est souvent impossible en raison de l'absence totale de repères podotactiles.

Ces exemples d'obstacles sont applicables à d'autres gares, partout en Belgique. Cela a été entendu par le représentant de la SNCB, qui fera remonter les informations aux personnes compétentes.

Nous avons également pu demander ce qu'il en est de la réfection du chemin podotactile de la gare de Bruxelles-Luxembourg. En effet, les travaux, initialement prévus le 15 janvier, n'ont toujours pas commencé.

Nous vous tiendrons informés des avancées de ce dossier et des autres sujets abordés lors des réunions dans les prochains numéros.

N'oubliez pas qu'il est important que, de votre côté, vous signaliez les obstacles à la mobilité que vous rencontrez à l'adresse mail suivante : accessibilite@ona.be. Cela nous permettra d'avancer pour vous, avec vous !

ATELIERS « COMMENT REBONDIR ? »

Annoncés dans les numéros précédents, les 2 premiers ateliers, sur les 5 organisés sur le thème de la résilience, ont eu lieu. Leur succès nous montre combien ce sujet vous tient à cœur ! Pour rappel, chaque rencontre est animée par un coach professionnel, Jean-Luc Pening, lui-même devenu non-voyant suite à un accident.

Vous trouverez ci-dessous les thèmes des 3 prochains ateliers organisés à l'ONA Bruxelles. Pour vous inscrire, suivez la même procédure que pour les activités (voir page 19), en précisant bien la ou les date(s) choisie(s).

1) « Moi et mes proches » - Jeudi 19 avril 2018, de 13 h à 16 h

Dans nos relations avec les autres, celles avec les plus proches sont parfois les plus complexes : culpabilité, dépendance, difficultés de communication... Cet atelier vous propose un espace pour en parler et chercher des pistes pour mieux comprendre et gérer ces difficultés.

2) « Quelles libertés ? » - Jeudi 24 mai 2018, de 13 h à 16 h

Comment peut-on se sentir libre lorsqu'on est porteur d'un handicap et qu'on vit dans une société trop rapide, pas toujours accessible, ignorante, normative... Cet atelier est l'occasion d'entrevoir de nouvelles possibilités pour se sentir libre.

3) « Et après ? » - Jeudi 21 juin 2018, de 13 h à 16 h

Comment donner une continuité à ma vie ? Comment remettre en question mes projets ? Comment me réaliser à nouveau ? Qu'est-ce qui peut m'aider ou au contraire m'empêcher de me reconstruire ?

PRÊT DE MATÉRIEL ADAPTÉ

De nombreuses personnes déficientes visuelles ne peuvent bénéficier de l'intervention de l'AViQ ou de PHARE, étant donné que leur handicap a été reconnu après 65 ans. Pour ces personnes, financer la totalité d'un outil adapté, souvent coûteux, est mission impossible. L'ONA a donc mis en place un système de prêt de matériel pour ces personnes. Si de votre côté, vous avez du matériel adapté non utilisé, n'hésitez pas à en faire don à l'ONA ! Ce matériel pourra être prêté à des personnes qui n'ont pas la possibilité de s'en procurer.

Du matériel à donner ?

Contactez l'assistant social de votre région ou l'accueil de l'ONA au 02/241.65.68.

CUISINER UN GÂTEAU AU CHOCOLAT SANS PESER... ET SE RÉGALER !

J'en vois déjà qui ont l'eau à la bouche après avoir lu le titre !

Ce que je vous propose, c'est une recette de gâteau au chocolat, où tout ce qui doit être pesé sera converti, afin que ce soit accessible à tous !

Et la cerise sur le gâteau, c'est que ce dessert se cuit rapidement et facilement... au micro-ondes !

Pour préparer ce gâteau, il vous faut :

- 125 g de chocolat, soit un peu plus de la moitié d'une tablette standard
Souvent, une tablette de chocolat pèse 200 g. Vous aurez donc besoin d'un peu plus de la moitié... et comme tout gourmand qui se respecte, vous pourrez grignoter le reste.
- 125 g de beurre en cubes, à température ambiante
Une petite plaquette de beurre pèse souvent 250 g. Il vous faudra donc une moitié. Si vous prenez une plaquette de 500 g, un quart vous suffira.
- 125 g de sucre, soit 8 à 9 cuillères à soupe rases
1 cuillère à soupe rase = 15 g de sucre
- 50 g de farine, soit 4 cuillères à soupe rases (1 cuillère à soupe rase = 12 g de farine)
- 25 g de noix moulues, soit 1 tasse à café remplie
Petite astuce : vous pouvez aussi utiliser de la noix de coco râpée ou des noisettes moulues.
- 3 œufs
- 1 pincée de sel
- 10 g de beurre pour le moule, soit une généreuse cuillère à café
1 cuillère à café de beurre = 7 g

Une fois que vous avez tout cela à votre disposition, il ne vous reste plus qu'à :

- faire fondre le chocolat
- y ajouter le reste des ingrédients et mélanger le tout
- beurrer un moule à gâteau allant au micro-ondes (le plus pratique reste un plat à gratin en verre) et y verser la préparation
- faire cuire au micro-ondes 3 minutes à puissance maximale
- laisser passer 1 minute puis remettre 3 minutes à puissance maximale
- pas besoin de démouler si vous avez utilisé un plat en verre, vous pouvez découper directement dans le plat.

Bon appétit !

Et n'hésitez pas à partager vos avis sur cette recette ou vos trucs et astuces à l'adresse suivante : lydie.bossaert@ona.be

SEEING AI, UNE NOUVELLE APPLICATION AU SERVICE DES PERSONNES DÉFICIENTES VISUELLES

SEEING AI est une nouveauté développée par Microsoft. Une fois installée sur votre smartphone, cette étonnante application utilise l'intelligence artificielle pour aider les personnes déficientes visuelles à reconnaître une scène, la valeur d'un billet de banque, mais aussi un texte imprimé (grâce à une reconnaissance de caractères, l'application va « lire » ce qui est inscrit sur un document).

La fonction la plus impressionnante du logiciel reste sans nul doute la reconnaissance de caractère « à la volée ». Plus besoin de prendre une photo du support que vous désirez lire, il suffit de fixer un document et la lecture se fera instantanément !

Pour une personne malvoyante qui ne parviendrait plus à lire une plaque de rue, ou un panneau, il est possible d'obtenir l'indication via SEEING, juste en pointant son smartphone sur la plaque.

À l'usage, c'est réellement impressionnant ! Cette application est très simple d'utilisation et, cerise sur le gâteau, totalement gratuite ! Ainsi, elle constitue une réelle alternative à l'utilisation d'une machine à lire ou d'un lecteur de billet, surtout pour les personnes qui ne peuvent prétendre à une intervention de la part des pouvoirs publics.

Si vous désirez obtenir davantage d'informations sur ce produit ou le tester, n'hésitez pas à prendre contact avec nous pour le découvrir lors d'un club « nouvelles technologies ».

Fermeture de nos clubs durant l'été

Il n'y aura pas de club durant les mois de juillet et août. N'ayez crainte, nous reviendrons dès le mois de septembre. Durant cette période, si vous avez des questions ou besoin d'un renseignement, n'hésitez pas à contacter votre assistant(e) social(e). Nous traiterons vos demandes dans les meilleurs délais.

Direction Namur pour un atelier AVJ et notre club

C'est à Namur que nous terminerons notre tournée au sein des différentes antennes de l'ONA pour l'année scolaire 2017-2018 ! Le vendredi 8 juin 2018, nous vous proposons une journée spéciale au sein de l'antenne de Namur. Le matin, vous rencontrerez notre ergothérapeute, Lydie Bossaert, afin de prendre connaissance du petit matériel susceptible de vous aider au quotidien (cuisine, locomotion, horlogerie...). L'après-midi, notre équipe « nouvelles technologies » sera présente afin d'organiser un club spécial. Ainsi, si vous désirez des informations sur les différents smartphones accessibles, tester plusieurs matériels, obtenir un conseil sur le type de smartphone à adopter, ou encore si vous êtes déjà utilisateur et désirez approfondir votre apprentissage...

Plus de doute... inscrivez-vous au 02/241.65.68 ! Gratuit (Voir agenda)

NOUVEAUX JEUX ET RÈGLES DE SÉCURITÉ À LA LUDOTHÈQUE !

Grâce à l'obtention en 2017 d'un subside de la Loterie Nationale, notre ludothèque a pu enrichir sa collection de plus de 25 jeux tactiles, dont la majorité est destinée au jeune public. Les enfants pourront exploiter ces différents jeux de manière autonome, après une première découverte du matériel encadrée par le parent ou tout autre adulte accompagnant. Comme d'autres références de notre catalogue, le *Memory* présenté ci-dessous, adapté au public déficient visuel, se prêtera également à merveille à une activité de sensibilisation dans le cadre professionnel !

Dans un autre registre, il nous semble important de rappeler à tous nos emprunteurs que les conditions d'utilisation de nos jeux sont soumises au respect de notre règlement, remis en version papier lors de toute nouvelle inscription et disponible sur notre site <https://ona.be/que-faisons-nous/ludotheque/reglement-ludotheque>.

En matière de sécurité, il y est notamment stipulé que l'utilisation de nos jeux à destination du jeune public doit se faire sous la responsabilité de l'adulte emprunteur. Certains jeux, adaptés ou non, peuvent comporter des petits éléments pouvant être avalés ou inhalés. S'il est demandé à l'adulte responsable de veiller à l'utilisation du matériel ludique, conformément au bon usage, il est impératif de ne jamais laisser jouer des enfants de moins de 6 ans, sans surveillance !



Echarpe sensorielle, jeu original chez Hoptoys.

Cette écharpe « en tube » est constituée de carrés de tissus aux multiples textures. Elle prend la forme d'un anneau lorsque le joueur attache les deux extrémités à l'aide d'une fermeture éclair.

Il peut y introduire une boule rouge en bois et la faire glisser à l'intérieur en lui faisant suivre le parcours labyrinthique créé par les coutures. Pour 1 joueur, à partir de 3 ans.



Memory tactile des surfaces, jeu original Goki.

Ce jeu d'association se compose d'un sac en tissu et de 16 paires de cylindres en bois creusés dans lesquels sont collés des matières très variées comme de la dentelle, de la fausse fourrure, du carton ondulé, du papier de verre, etc. La diversité des matières permet au joueur d'affiner son sens tactile. Pour 1 à 4 joueurs, à partir de 4 ans.

Céline Piette et Laurent Verbruggen

À méditer : « **Le jeu, c'est l'à-côté de la vie, là où éclosent toutes ces choses qui ne servent à rien mais qui nous sont tellement nécessaires.** »

Alex Randolph, célèbre auteur de jeux de société (1922-2004).

UN FILM D'ANIMATION EN AUDIODESCRIPTION

« Depuis tout petit, je veux tuer le ciel ». Ce sont les premières phrases du livre *Autobiographie d'une courgette*, de l'auteur français Gilles Paris. Depuis que son père les a quittés, Courgette, 9 ans, passe ses journées devant la TV, et sa mère ne fait plus que boire de la bière. Un jour, il la tue accidentellement et se retrouve dans un foyer pour enfants. C'est là qu'il découvrira l'amitié et l'amour.

Le service loisirs et la bibliothèque vous proposent la projection audiodécrite du film « Ma vie de Courgette », le jeudi 3 mai à 13 h, à l'ONA Bruxelles.

Il s'agit d'un film d'animation qui ne dure qu'une heure et six minutes. Il a été réalisé par Claude Barras, et le scénario écrit par Céline Sciamma. Claude Barras a eu un coup de cœur pour le livre, au départ pas du tout écrit pour la jeunesse. Il l'a fait replonger dans ses souvenirs d'enfance et ses premières émotions devant des films pour enfants dont les sujets pouvaient aussi être durs, et a eu envie d'en faire une adaptation accessible aux enfants.

L'animation est réalisée avec la technique du stop motion, ou, en français, l'animation en volume. Elle permet de donner l'illusion que les objets filmés sont animés. Les personnages de « Ma vie de Courgette » sont fabriqués en résine et silicone, ont une grosse tête, de grands yeux mais de tous petits corps. Les yeux, les paupières, les sourcils sont mobiles, et les bouches interchangeables. La fabrication des 52 figurines nécessaires pour le film a mobilisé une équipe de 8 personnes pendant un an. Le tournage a duré 8 mois et ils n'arrivaient à tourner que 30 secondes du film par jour.

Dans « Ma vie de Courgette », les voix des personnages contribuent pour moitié au succès du film. La voix de Courgette est celle de Gaspard Schlatter, celles des deux autres personnages principaux appartiennent à Sixtine Murat pour le personnage de Camille, et à Paulin Jaccoud pour celui de Simon. Le réalisateur a fait jouer les rôles des personnages aux enfants comme s'ils étaient dans un tournage de cinéma. C'est ce qui rend les dialogues et l'ambiance aussi vivants dans le film.



NOUVEAU CATALOGUE, NOUVELLES ACQUISITIONS ET COUPS DE CŒUR

Comme vous le savez déjà, la bibliothèque a lancé son catalogue en ligne début 2018 : biblio.ona.be. Vous y retrouverez l'ensemble de nos collections et nos nouvelles acquisitions tout au long de l'année. Les nouveaux lecteurs peuvent désormais s'inscrire directement en ligne, et le téléchargement de nos livres DAISY sera très prochainement disponible.

Nous y avons également ajouté une page « Coups de cœur du moment ». Vous y retrouverez les coups de cœur de vos bibliothécaires, des volontaires du studio... mais aussi les vôtres. Dites-nous quand un livre vous plaît ou vous touche particulièrement, nous les y ajouterons. Vous pouvez aussi laisser des commentaires sur la page.

En parlant de nouvelles acquisitions, la bibliothèque vous conseille d'écouter « La vie secrète des arbres : ce qu'ils ressentent, comment ils communiquent, un monde inconnu s'ouvre à vous » de Peter Wohlleben et « Un djihad de l'amour » de Mohamed El Bachiri.

Ne manquez pas « La Daronne » d'Hannelore Cayre : comment une femme seule et travailleuse en arrive à planquer une tonne deux de shit (résine de cannabis) dans sa cave. Ce livre a reçu le prix Le Point du Polar européen 2017 et est édité dans une nouvelle collection en grands caractères. Ne manquez pas non plus « Prévert l'irréductible : tentative d'un portrait » d'Hervé Hamon et « Les quatre saisons de la bonne humeur » de Michel Lejoyeux : un programme d'enfer pour garder la forme et l'optimisme tout au long de l'année.

En braille, vous pouvez maintenant emprunter encore trois romans à suspense de trois auteurs passés maîtres en la matière : « En vrille » de Deon Meyer : le créateur d'un site d'aide à l'adultère fait chanter ses clients. Des vies brisées et des secrets au cœur de la Corse dans « Le temps est assassin » de Michel Bussi, ou au cœur du Maroc avec « Mirage » de Douglas Kennedy.

Et pour vous donner l'eau à la bouche avant nos deux animations, Linda vous a concocté une recension de livres en rapport avec les années 1960 dans les pages qui suivent.

Recueil « Trucs et Astuces »

Cela fait déjà un an que nous vous avons proposé l'atelier « Trucs et Astuces » à Namur, Marloie, Gilly, Bruxelles et Louvain-la-Neuve. Nous vous avons parlé de la réalisation d'un recueil afin de garder une trace de tous les bons plans que vous avez partagés lors de ces ateliers. L'objectif était que ce recueil soit aussi un outil d'aide aux personnes qui viennent de perdre la vue, grâce aux conseils de personnes qui sont elles-mêmes passées par là. Ce recueil est en construction et paraîtra le 1^{er} juillet 2018. Nous vous donnerons plus de détails dans le prochain numéro du *Vers La Lumière*.

BRAILLE

Les chemins de Katmandou de René Barjavel : 1968 : les jeunes refusent l'avenir qui leur est proposé et cherchent d'autres voies dans le don de soi, la violence, l'évasion dans des paysages mystiques et lointains, dans la drogue aussi. Réf. 3284-14

☐

Nos séparations de David Foenkinos : Fritz et Alice forment le couple le plus improbable qui soit : lui est fils de hippies soixante-huitards, elle est un pur produit de la bourgeoisie catholique. Ils vont se rencontrer, s'aimer, se détester, se perdre, se retrouver. Réf. 5866-6

☐

Révolution non-violente de Martin Luther King : ce livre est certainement l'ouvrage qui permet le mieux de comprendre, de l'intérieur, ce que fut le grand mouvement de libération des Noirs américains. Mais il révèle aussi la personnalité de Martin Luther King, à la fois humble et passionnée, et profondément attachante. Réf. 3142-7

☐

La perle de John Steinbeck : l'auteur est mort en 1968. Nouvelle qui se présente comme un conte empreint de la poésie de ceux qui sont démunis de tout, sauf de richesse intérieure. Réf. 5440-2

☐

Spoutnik de Jean-Marie Piemme : roman autobiographique dans lequel l'auteur raconte ses souvenirs d'enfance, de son arrivée pendant la guerre jusqu'au moment où l'innocence se dissipe pour faire place à la réalité, des premiers cinémas à son dégoût des culottes courtes. Réf. 6203-4

☐

Le mystère de la grotte aux sirènes d'Enid Blyton : cette grande dame de la littérature anglaise nous quittait... en 1968. Cette aventure passionnera les enfants dès 10 ans. Réf. 3581-4

☐

Les eaux amères d'Armel Job : un petit plongeur dans les années 60 dans une petite ville belge près de la frontière allemande. Le facteur sortit. Bram, intrigué, déchira l'enveloppe et, sur un feuillet minuscule, il lut de la même graphie soignée « Abraham, ta femme te file entre les doigts ! Tu as des yeux et tu ne vois pas. L'unique qui ait pitié de toi ». Réf. 5855-6

☐

NOM, PRENOM :

GRANDS CARACTÈRES

Des amants de porcelaine de Georges Coulonges : Mai 1968. Etudiants et ouvriers manifestent dans les rues de Limoges. Les adultes se retrouvent devant leurs enfants contestataires. Réf. 1123-1

☐

La repasseuse de Bénédicte Lapeyre : Mone sait tout, grâce au linge qu'on lui apporte chaque jour. Car si les gens parlent, le linge aussi. Des problèmes financiers de l'aristocratie aux secrets d'alcôve, l'intimité se dévoile à travers les étoffes. L'élégante et digne repasseuse traversera les deux guerres, découvrira l'héroïsme et la collaboration, Mai 68 et Rachmaninov.

Réf. 2788-1

☐

Pays de neige de Yasunari Kawabata : œuvre de grande finesse et de poésie décrivant une aventure amoureuse sur un mode d'estampe japonaise. L'auteur a reçu le prix Nobel de littérature en 1998. Réf. 5055-4

☐

Un jeune homme est passé d'Alain Rémond : l'auteur raconte ses jeunes années de formation à Rome pour devenir prêtre. Et son travail d'enseignant d'abord en Algérie puis à Paris, durant mai 1968. Réf. 1231-1

☐

Et le souvenir que je garde au cœur de Jean-Pierre Darroussin : l'auteur parle de son enfance libre dans le quartier prolétaire de Courbevoie, de son père, ouvrier et intellectuel autodidacte. Puis, dans les années post-68, son adolescence agitée par les filles, la musique, la comédie. Réf. 2815-1

☐

Une vie française de Jean-Paul Dubois : un demi-siècle de politique française (de de Gaulle à Chirac) à travers la vie d'un homme, mélange d'anecdotes et d'histoire. Réf. 1468-1

☐

Le garde du cœur de Françoise Sagan : roman paru en 1968. Un soir, accompagnant Dorothy, sa maîtresse, Paul, au volant de sa Jaguar, évite de justesse Lewis, un jeune drogué. Réf. 269-1

☐

Une année studieuse d'Anne Wiazemsky : avec aisance et nostalgie, l'auteur revisite cette année-charnière où, un an avant Mai 68, elle osa faire le choix d'épouser Jean-Luc Godard. Réf. 2333-1

☐

NOM, PRENOM :

AUDIO

De 1945 à nos jours : la France et l'Europe. La partie des dix de Jean-Joseph Julaud : la 4ème République naît sur des ruines. Le plan Marshall est mis en place. L'Indochine et l'Algérie demandent leur indépendance. Le général de Gaulle affronte les manifestations étudiantes et ouvrières en 1968. Ensuite, les regards se tournent vers l'Europe. 4 h 10 min Réf. 3840

☐

Le diable en tête de Bernard-Henri Lévy : la destinée tragique et sombre du héros traverse le Paris de l'Occupation, le New York des années 50, la Rome des poseurs de bombe, les barricades de Mai 68, le Beyrouth en flammes des Palestiniens ou la Jérusalem d'aujourd'hui. 17 h 53 min Réf. 1375

☐

Avenue des Géants de Marc Dugain : inspiré d'un personnage réel, Avenue des Géants, récit du cheminement intérieur d'un tueur hors du commun, est aussi un hymne à la route, aux grands espaces, aux mouvements hippies, dans cette société américaine des années 60 en plein bouleversement. 10 h 00 Réf. 4024-2

☐

Debout l'Europe ! Manifeste pour une révolution postnationale en Europe de Daniel Cohn-Bendit : à la fois cri d'alarme et appel à l'intelligence du citoyen, ce livre veut inciter à la réflexion. Le manifeste est suivi d'un entretien avec Jean Quatremer, journaliste à *Libération*. 4 h 47 min Réf. 4161

☐

Les choses : une histoire des années soixante de Georges Perec : les choses, c'est d'abord les objets, ceux qui entourent Jérôme et Sylvie. Ensuite, c'est une vague préoccupation de la vie. Enfin, les choses laissent voir le vide autour d'elles. 3 h 50 min Réf. 3256

☐

Les années 60 en Belgique de Pierre Stéphany : des années charnières, décrites de manière très vivante. 15 h 38 min Réf. 3625

☐

Le Club des Incorrigibles Optimistes de Jean-Michel Guenassia : Michel Marini avait douze ans en 1959. C'était l'époque du Rock'n Roll et de la guerre d'Algérie. 17 h 42 min Réf. 3673

☐

NOM, PRENOM :

DES SLOGANS ET DES LIVRES

Les 50 ans de Mai 68 marqueront l'année 2018 un peu partout en Europe : expositions, spectacles, rétrospectives. Mais cet anniversaire suscite également beaucoup de débats : pour certains, commémorer cet événement est une évidence ; pour d'autres, il symbolise le début de la fin, la fin du respect et de l'autorité.

Beaucoup de questions, aussi, sur ce qui nous reste de Mai 68 en 2018.

Par exemple :

- En 1968, les chanteurs rock s'expriment contre la guerre du Vietnam. Même si les chansons contestataires ont toujours existé, la guerre du Vietnam a contribué à forger une culture musicale contestataire dans la jeunesse occidentale. Les « protest songs » ne se sont jamais arrêtées depuis, même si on n'a pas tiré toutes les leçons de cette guerre dans le droit international.¹
- « Un slogan tel que "L'imagination au pouvoir" est devenu un credo du management actuel. Mais, derrière les mots identiques, la signification a changé : en 1968, le slogan exprimait le refus par les travailleurs de tout pouvoir ; aujourd'hui, il traduit l'obligation pour ces mêmes travailleurs d'être créatifs » Mateo Alaluf.²

Justement, la bibliothèque vous propose le 29 mai à 14h à Gilly et le 5 juin à 10h à Marloie une animation spéciale baptisée « Des slogans et des livres ».

Nous revisiterons « Sous les pavés la plage », « Les frontières, on s'en fout », « Avant d'écrire... Apprenez à penser (Sartre) » « Soyons réalistes ! Demandons l'impossible ! ». Ces slogans sont ancrés dans l'Histoire, mais qu'est-ce qu'ils voulaient vraiment dire et qui les a écrits ?

Nous laisserons ensuite la parole aux écrivains de cette époque. À travers leurs livres, ils vous parleront bien mieux que nous de cette époque : il y aura les écrivains qui étaient sur place, ceux qui nous aideront à mieux comprendre cette période mouvementée, et enfin, ceux qui vous feront vivre (ou revivre) ces années-là comme si vous buviez un verre dans un café parisien avec leurs personnages.



1. « La guerre du Vietnam a généré de nouveaux mouvements culturels » par Nathalie Gobbe mis en ligne le 9/02/2018 sur plus.lesoir.be

2. « Cours camarade, le vieux monde est derrière toi... » par Nathalie Gobbe mis en ligne le 9/03/2018 sur plus.lesoir.be.

Suite au lancement officiel de la *European Disability Card* (EDC) le 19 octobre dernier, nous vous invitons à obtenir cette carte gratuitement. En effet, vous pourrez bénéficier de réductions et/ou d'autres avantages auprès des institutions participantes dans le secteur de la culture, du sport et des loisirs.



Comment l'obtenir ? La EDC peut être obtenue auprès du SPF Direction générale
Personnes handicapées : <http://handicap.belgium.be/fr/contact/contactez-nous>
Adresse courrier : boulevard du Jardin Botanique, 50/150 – 1000 Bruxelles.
Notre service social peut également vous aider à l'obtenir. En cas d'intérêt, n'hésitez
pas à en parler à votre assistant(e) social(e).

En Belgique, voici une liste des participants : <https://eudisabilitycard.be/fr/les-partenaires-de-leuropean-disability-card>

Nous vous suggérons de montrer votre carte dans les autres lieux de loisirs que vous fréquentez.

À noter : cette carte vous offre des avantages pour des activités à titre privé. Vous n'êtes pas obligé d'en disposer pour participer aux activités de l'ONA.

LES ACTIVITÉS DE L'ONA - DE LA FLEXIBILITÉ POUR MIEUX RÉPONDRE À VOTRE DEMANDE

Vous l'avez peut-être déjà remarqué, mais le pôle culture de l'ONA, qui regroupe la bibliothèque, le service loisirs et la ludothèque, tente de vous offrir un choix d'activités variées.

L'enquête de satisfaction, qui a eu lieu en 2017, nous a notamment appris que la durée des activités était un critère important à votre participation. C'est pourquoi nous vous proposons désormais des activités avec des durées différentes : relativement courte, une journée complète, et même des journées où vous choisissiez de participer en matinée, en après-midi ou alors toute la journée.

Les activités phares des prochains mois

Jeudi 17 mai – Expo Star Wars, que la force soit avec toi !

L'exposition Star Wars arrive en Belgique au Palais 12 de Bruxelles, et l'ONA vous y emmène ! Plongez ou replongez dans le monde de la Guerre des Étoiles. Quelles forces vous habitent ? Quel côté allez-vous choisir ? Peu importe, cet événement est unique et à ne manquer sous aucun prétexte.

Où ? Brussels Expo Palais 12, place de Belgique 1 à 1020 Bruxelles.

Plus d'informations dans l'agenda de ce magazine, voir p. 21.



Jeudi 21 juin : de 9 h 30 à 11 h 30 – Animation ludothèque à Bruxelles

Beaucoup connaissent déjà les ambiances survoltées des animations ludo ! On vous promet que vous ne serez encore une fois pas déçu par celle du 21 juin.

Et l'après-midi, vous pourrez profiter d'une balade tranquille ou d'une randonnée plus sportive, au choix !

Où ? ONA Bruxelles, boulevard de la Woluwe 34 à 1200 Woluwe-Saint-Lambert.

Plus d'informations dans l'agenda, p. 25.

Jeudi 5 juillet - Journée à Ostende

Cette journée de détente a toujours beaucoup de succès ! Cette année encore, l'ONA vous emmène à la mer !

Plus d'informations dans l'agenda, p. 27.

ACTIVITÉS DE MAI À JUILLET 2018

L'agenda est désormais composé de deux parties : les activités récurrentes et les activités ponctuelles de chaque service de l'ONA.

Pour vous inscrire aux activités :

- Par téléphone au 02/241 65 68 (Angela ou Yesmina)

- Par mail via inscriptions@ona.be

Nous souhaitons vous rappeler qu'il est obligatoire de s'inscrire aux activités. Votre place sera réservée définitivement UNIQUEMENT après réception du paiement sur le compte bancaire de l'ONA BE72 2100 3216 1616 dans les délais impartis. Seules les activités annulées au plus tard 10 jours avant l'activité ou pour raisons médicales, certificat à l'appui, seront remboursées. Si le paiement n'est pas réceptionné 10 jours avant l'activité, l'ONA se réserve le droit d'annuler votre inscription. Merci de votre compréhension.

LES ACTIVITÉS RÉCURRENTES

Chaque troisième mardi du mois (15 mai, 19 juin et 17 juillet) : de 14 h à 16 h – Goûter papote à Namur

Où ? Le Chantoir, rue d'Arquet 99 à 5000 Namur.

Prise en charge sur demande à l'arrière de la gare de Namur à 13 h 30 précises. Retour prévu à la gare à 16 h 30.

Tarif membre : gratuit (hors consommation), tarif plein : 2 € (hors consommation).

Les mercredis 18/04, 02/05, 16/05, 30/05, 13/06, 27/06 : de 13 h 30 à 16 h – Club « nouvelles technologies » à Bruxelles

Où ? ONA Bruxelles, boulevard de la Woluwe 34 à 1200 Woluwe-Saint-Lambert.

Tarif membre : 10 € (1ère participation gratuite), tarif plein : 20 €.

Les mercredis 25/04, 09/05, 23/05, 06/06, 20/06 : de 13 h 30 à 16 h – Club « nouvelles technologies » à Gilly

Où ? ONA Hainaut, chaussée Impériale 91 bâtiment 4 à 6060 Gilly.

Tarif membre : 10 € (1ère participation gratuite), tarif plein : 20 €.

Attention, votre inscription à ces clubs ne sera validée qu'après que notre service « nouvelles technologies » ait repris contact avec vous.

Les clubs ne seront pas organisés durant les mois de juillet et août, nous reprendrons en force au mois de septembre.

Chaque premier jeudi du mois - Ciné et goûters papote à Bruxelles

Ciné papote le premier jeudi du trimestre (le 3 mai et le 2 août) de 13 h à 16 h, et goûter papote chaque premier jeudi les deux autres mois (7 juin et exceptionnellement le mardi 3 juillet, pour éviter la même date que l'excursion à la mer) de 14 h à 16 h.

Où ? ONA Bruxelles, boulevard de la Woluwe 34 à 1200 Woluwe-Saint-Lambert (précisez rue Vandenhoven 101 en TaxiBus, accès par l'arrière du bâtiment ONA).

Prise en charge sur demande à la gare de Bruxelles-Central dans le hall des guichets (sous les horaires) à 12 h précises (ciné papote) et 13 h (goûter papote). Prévoyez un trajet d'environ une heure pour le retour jusqu'à la gare.

Tarif membre : gratuit (hors consommation), tarif plein : 2 € (hors consommation).

Les vendredis 1^{er}, 15 et 29 juin : de 10 h à 11 h 30 - Yoga

Où ? ONA Bruxelles, boulevard de la Woluwe 34 à 1200 Woluwe-Saint-Lambert.

Prise en charge sur demande à la gare de Bruxelles-Central dans le hall des guichets (sous les horaires) à 9 h précises.

Retour prévu à la gare à 12 h 30.

Tarif membre : 5 €, tarif plein : 9 €.

Chaque mardi jusqu'au 15 mai 2017 de 13 h 30 à 16 h – Prix Horizon

Où ? ONA Bruxelles, boulevard de la Woluwe, 34 à 1200 Woluwe-Saint-Lambert.

Tarif membre : gratuit, tarif plein : 2 €.

LES ACTIVITÉS PONCTUELLES

MAI

Jeudi 3 mai : de 9 h 30 à 16 h 30 – Balade en bateau et à pied à la découverte de curiosités à Liège

Un membre de l'association « L'Ancre Bleue » nous accueillera à bord de la Barquerolle, bateau adapté pour tous types de handicaps. Nous serons répartis en deux groupes. Pendant qu'un groupe sera sur l'eau, l'autre se baladera dans le parc de la Boverie pour y découvrir la Tour Cybernétique classée comme monument et inscrite sur la liste du Patrimoine exceptionnel de Wallonie. Chaque groupe fera les deux activités du matin. Après avoir dégusté son pique-nique, nous nous rendrons à la Collégiale Saint-Barthélemy à l'architecture particulière, de style ottonien datant du XI^{ème} siècle.

Où ? Parc de la Boverie, quai Mativa à 4020 Liège.

Rendez-vous devant l'entrée de la gare des Guillemins à 9 h précises. Déplacement à pied.

Attention, retour prévu à la gare de Liège-Palais à 17 h 30.

Tarif membre : 15 €, tarif plein : 20 €.

Jeudi 3 mai : de 13 h 30 à 16 h 30 – Ciné papote à Bruxelles « Ma vie de Courgette »

Le service loisirs et la bibliothèque vous proposent la projection en audiodescription du film d'animation « Ma vie de Courgette », tiré du roman pour adultes « Autobiographie d'une courgette » de Gilles Paris : Courgette n'est pas un légume, c'est un petit garçon. Il croit qu'il est seul au monde quand il perd sa mère. Mais c'est sans compter les rencontres qu'il va faire dans sa nouvelle vie.

Où ? ONA Bruxelles, boulevard de la Woluwe 34 à 1200 Woluwe-Saint-Lambert (précisez rue Vandenhoven 101 en TaxiBus, accès par l'arrière du bâtiment ONA).

Prise en charge sur demande à la gare de Bruxelles-Central dans le hall des guichets (sous les horaires) à 12 h précises. Retour prévu à la gare à 17 h.

Tarif membre : gratuit (hors consommation), tarif plein : 2 € (hors consommation).

Vendredi 4 mai : de 14 h à 16 h 15 – Cinéma en audiodescription à Charleroi « Ce qui nous lie »

Film de Cédric Klapisch, avec Pio Marmai, Ana Girardot et François Civil. Jean a quitté sa famille et sa Bourgogne natale il y a dix ans pour faire le tour du monde. En apprenant la mort imminente de son père, il revient dans la terre de son enfance. Il retrouve sa sœur, Juliette, et son frère, Jérémie. Leur père meurt juste avant le début des vendanges.

Où ? Cinéma Le Parc, rue de Montigny 58 à 6000 Charleroi.

Prise en charge sur demande dans le hall principal de la gare de Charleroi-Sud à 13 h 15 précises. Retour prévu à la gare vers 17 h.

Tarif : gratuit mais réservation obligatoire.

Mardi 8 mai : de 10 h à 12 h - Balade contée à Namur

Après une collation à l'Hôtel de Ville, les conteurs nous emmèneront au gré des rues, dans la magie de leurs histoires. Notre balade nous ramènera à l'Hôtel de Ville. Possibilité de participer également à l'activité en après-midi, décrite ci-dessous (pique-nique et boissons à prévoir si vous désirez participer à la journée complète). La prise en charge jusqu'au Caméo est prévue.

Où ? Hôtel de Ville de Namur, rue de Fer à 5000 Namur.

Prise en charge sur demande à la gare de Namur, sous l'horloge, à 9 h 30 précises.

Tarif : 5 € à payer sur place (prévoir le compte juste en cash).

Mardi 8 mai : de 14 à 16 h – Cinéma en audiodescription à Namur « Bienvenue chez les Ch'tis »

Nous vous invitons à participer à la diffusion du célèbre « Bienvenue chez les Ch'tis » de et avec Dany Boon.

Où ? Cinéma Caméo, rue de Carmes 49 à 5000 Namur. Retour à la gare prévu à 16 h 30.

Tarif : gratuit mais inscription obligatoire.

Mardi 8 mai : de 10 h à 16 h - Auberge espagnole et cinéma au Luxembourg

Cette fois, nous ne cuisinons pas dans les locaux, mais une auberge espagnole sera organisée. Chacun apportera un plat qu'il aura préparé. Nous continuerons la journée en assistant à la diffusion du film en audiodescription « Le Voyage de Fanny » à la Maison de la Culture, chaussée de l'Ourthe 74 à 6900 Marche-en-Famenne.

Prise en charge sur demande à la gare de Marloie à 9 h 30 précises.

Où ? ONA Luxembourg, rue des Prés 3 à 6900 Marloie. Retour prévu à la gare à 16 h 30.

Tarif : gratuit.

Mardi 15 mai : de 14 h à 16 h - Goûter papote à Namur

Où ? Le Chantoir, rue d'Arquet 99 à 5000 Namur.

Prise en charge sur demande à l'arrière de la gare de Namur à 13 h 30 précises. Retour prévu à la gare à 16 h 30.

Tarif membre : gratuit (hors consommation), tarif plein 2 € (hors consommation).

Jeudi 17 mai : de 10 h à 16 h – Exposition « Star Wars »

Voici une chance unique de découvrir ou de redécouvrir le monde de la légendaire saga Star Wars. Grâce à un parcours interactif et ludique, plongez ou replongez dans le monde de la

Guerre des Étoiles. Quelles forces vous habitent ? Quel personnage seriez-vous ? Découvrez-le grâce au bracelet intelligent. Cette visite se fera en binôme avec audioguide. Pour atterrir en douceur et vous remettre de vos émotions, le pique-nique se prendra dans un parc avoisinant suivi d'une balade.

Où ? Brussels Expo Palais 2, place de Belgique 1 à 1020 Bruxelles.

Rendez-vous devant les guichets (BTravel) de la gare Bruxelles-Midi à 9 h précises, déplacement en métro. Retour prévu à la gare à 16 h 30.

Tarif membre : 17 €, tarif plein : 22 €.

Mardi 22 mai : de 10 h à 16 h – Visite du musée de la fraise à Wépion et du Jardin des senteurs à Annevoie

Partons à la découverte du monde de la fraise en suivant les explications de la guide. Après l'écoute, place à la dégustation au détour des sentiers du « Jardin des petits fruits » comprenant 20 sortes de fruits de la région, 15 espèces de fraises et un verger composé de variétés indigènes. Après le pique-nique, nous continuerons la journée dans un cadre prestigieux au cœur du parc de Champeau. Le Jardin des senteurs a pour vocation de présenter les plantes qui exaltent leurs parfums et nous plonge dans la magie des odeurs.

Où ? Musée de la fraise, chaussée de Dinant 1037 à 5100 Wépion.

Rendez-vous à l'arrière de la gare de Namur, boulevard du Nord à 9 h 15 précises pour le covoiturage. Retour prévu à la gare à 17 h.

Tarif membre : 10 € (hors consommation), tarif plein : 15 € (hors consommation).

Mercredi 23 mai : de 10 h à 16 h – Visite d'une autrucherie à Sorinnes

L'autrucherie du Pont d'Amour nous ouvre ses portes ou ses barrières pour partir à la découverte d'un élevage d'autruches et autres oiseaux coureurs. Après un repas pris au pied de la citadelle de Dinant, une petite balade digestive nous emmènera sur la « croisette ».

Où ? Autrucherie du Pont d'Amour, rue de la Sablonnière 2 à 5503 Sorinnes.

Rendez-vous à l'arrière de la gare de Namur (boulevard du Nord) à 9 h 30 précises pour le covoiturage. Retour prévu à la gare à 16 h 30.

Tarif membre : 23 € (hors consommation), tarif plein : 28 € (hors consommation).

Samedi 26 mai : de 10 h à 17 h – « Osons le sport ensemble »

Vous désirez faire une descente en kayak ? Vous aimeriez vous tester au tir-à-l'arc, au cécifoot, sur une piste d'obstacles, etc. Alors, n'hésitez plus ! Enfilez des vêtements confortables, des baskets et venez nous rejoindre. En partenariat avec l'ACIS Clairval, nous vous accompagnons tout au long de la journée. L'ONA sera présente avec le tapis de pétanque adapté. Pour les plus sportifs, un duathlon est proposé le matin. Inscription obligatoire pour le duathlon et le kayak.

Où ? Site de l'école communale, place Joseph Maréchal 5 à 6940 Barvaux. Rendez-vous dans le hall principal de la gare de Marloie, place de la gare 1 à 6900 Marloie à 9 h précises pour le covoiturage. Retour prévu à la gare à 18 h.

Tarif : gratuit (hors consommation). Possibilité de petite restauration et boissons sur place ou prendre son pique-nique. Prévoir de la monnaie.

Mardi 29 mai : de 14 h à 16 h – Animation bibliothèque à Gilly « Des slogans et des livres »

A l'occasion du 50^{ème} anniversaire de Mai 68, la bibliothèque vous propose, à travers des slogans et des livres, de (re)découvrir cette époque.

Où ? ONA Hainaut, chaussée Impériale 91 bâtiment 4 à 6060 Gilly. Prise en charge dans le hall principal de la gare de Charleroi-Sud sur demande à 13 h 30 précises. Retour prévu à la gare à 17 h.

Tarif : gratuit.

Mercredi 30 mai : de 10 h à 16 h – Musée des Instruments de Musique et Atomium

Suite au succès de l'activité l'année passée, nous vous proposons de retourner à la découverte de la collection du musée en explorant les instruments mais aussi les pièces qui les composent. Pour goûter la musique et la vivre ensemble, des jeux musicaux seront proposés. La journée continuera par une visite guidée de l'Atomium. Nous préférons limiter les inscriptions à 15 personnes pour des raisons d'accessibilité.

Où ? Rue Montagne de la Cour 2 à 1000 Bruxelles (musée) et square de l'Atomium à 1020 Bruxelles.

Rendez-vous à la gare de Bruxelles-Central dans le hall des guichets (sous les horaires) à 9 h 20 précises.

Attention, retour prévu à la gare de Bruxelles-Midi, à 17 h.

Tarif membre : 16 €, tarif plein : 21 €.

Pique-nique et boissons à prévoir.

Jeudi 31 mai : de 9 h 30 à 12 h 30 - Atelier créatif « sculptures de livres »

A partir de pliages dans des vieux livres, nous apprendrons à réaliser des décorations étonnantes. Un 2^{ème} atelier aura lieu le mardi 5 juin de 13 h à 16 h.

Où ? ONA Luxembourg, rue des prés 3 à 6900 Marloie. Prise en charge sur demande à la gare de Marloie à 9 h précises.

Possibilité de participer également à l'activité en après-midi, décrite ci-dessous (pique-nique et boissons à prévoir si tel est le cas).

Tarif membre : gratuit, tarif plein : 2 €.

Jeudi 31 mai : de 13 h 30 à 15 h 30 – Animation ludothèque à Marloie

Dans une ambiance conviviale, l'équipe de la ludothèque vous invite à partager ses jeux d'ambiance, à relever ses défis et à découvrir vos multiples talents : culture générale, mémoire, imagination, adresse et rapidité. Ambiance assurée !

Où ? ONA Luxembourg, rue des prés 3 à 6900 Marloie.

Prise en charge sur demande à la gare de Marloie à 12 h 30. Retour prévu à la gare à 16 h 30.

Tarif membre : gratuit, tarif plein : 2 €.

JUIN

Mardi 5 juin : de 10 h à 12 h - Animation bibliothèque à Marloie « Des slogans et des livres »

A l'occasion du 50^{ème} anniversaire de Mai 68, la bibliothèque vous propose, à travers des slogans et des livres, de (re)découvrir cette époque.

Où ? ONA Luxembourg, rue des prés 3 à 6900 Marloie.

Prise en charge sur demande à la gare de Marloie à 9 h 30 précises.

Possibilité de participer également à l'activité en après-midi, décrite ci-dessous (pique-nique et boissons à prévoir si tel est le cas).

Tarif : gratuit.

Mardi 5 juin : de 13 h 30 à 16 h - Atelier créatif « sculptures de livres »

A partir de pliages dans des vieux livres, nous apprendrons à réaliser des décorations étonnantes.

Où ? ONA Luxembourg, rue des prés 3 à 6900 Marloie. Prise en charge sur demande à la gare de Marloie à 13 h précises. Retour prévu à la gare à 17 h.

Tarif membre : gratuit, tarif plein : 2 €.

Jeudi 7 juin : de 14 h à 16 h – Goûter papote à Bruxelles

Où ? ONA Bruxelles, boulevard de la Woluwe 34 à 1200 Woluwe-Saint-Lambert (précisez rue Vandenhoven 101 en TaxiBus, accès par l'arrière du bâtiment ONA).

Prise en charge sur demande à la gare de Bruxelles-Central dans le hall des guichets (sous les horaires) à 13 h précises. Retour prévu à la gare à 17 h.

Tarif membre : gratuit (hors consommation), tarif plein : 2 € (hors consommation).

Jeudi 7 juin : 11 h 30 à 16 h - Visite de la Fromagerie du Samson

Nous débuterons l'activité avec un repas dans une taverne, à l'ombre des rochers de Marché-les-Dames. Ensuite, place à la rencontre de Vincent Verneyen, meilleur fromager 2014, qui nous ouvre les portes de sa fromagerie. Il y imagine et crée des fromages à base de lait cru. Un régal pour notre goût et notre odorat.

Où ? Fromagerie du Samson, chaussée de Gramptinne 37 à 5340 Mozet.

Rendez-vous à l'arrière de la gare de Namur (boulevard du Nord) pour un covoiturage à 11 h précises. Retour prévu à la gare à 16 h 30.

Tarif membre : 17 € (hors consommation), tarif plein : 22 € (hors consommation).

Vendredi 8 juin : de 9 h 30 à 15 h - Journée AVJ et nouvelles technologies à Namur

Où ? Business Centre Actibel, route de Louvain la Neuve 4 boîte 33 à 5001 Belgrade.

Atelier AVJ de 9 h 30 à 12 h. Club « nouvelles technologies » de 13 h à 15 h. Possibilité de s'inscrire à l'activité désirée (AVJ et/ou nouvelles technologies).

Mardi 12 juin : de 9 h 30 à 13 h 30 - Brunch anglais

Nous poursuivons notre tour du monde culinaire, en préparant le brunch anglais pour l'occasion.

Où ? ONA Luxembourg, rue des prés 3 à 6900 Marloie.

Prise en charge sur demande à la gare de Marloie à 9 h 15 précises.

Possibilité de participer également à l'activité en après-midi, décrite ci-dessous. Accompagnement prévu vers la Maison de la Culture.

Tarif membre : 8 €, tarif plein : 13 €.

Mardi 12 juin : de 14 h 30 à 16 h 30 – Cinéma en audiodescription au Luxembourg « Renoir »

Nous continuerons notre journée en assistant à la diffusion du film biographique de l'artiste Auguste Renoir, réalisé par Gilles Bourdos.

Où ? Maison de la Culture, chaussée de l'Ourthe 74 à 6900 Marche-en-Famenne. Retour prévu à la gare à 17 h 30.

Tarif : gratuit.

Mardi 12 juin : de 10 h à 16 h - Visite d'une chèvrerie et du musée de la marionnette à Tournai

La Chèvrerie de la Croix de la Grise ne se limite pas à nous faire découvrir les chèvres et la fabrication du fromage. Elle nous propose également une réflexion sur l'agriculture biologique et le développement durable. Après le pique-nique, nous pénétrerons dans l'histoire et les légendes des traditions marionnettiques des quatre coins du monde tout en testant nous-même la manipulation de différents types de marionnettes. Le bâtiment du musée étant très ancien, il n'est pas accessible en chaise roulante.

Où ? Rue Bois de l'Allemon 231 à 7531 Havinnes. Rendez-vous devant les guichets de la gare de Tournai à 9 h 30 précises. Retour prévu à la gare à 16 h 30.

Tarif membre : 12 €, tarif plein : 17 €.

Jeudi 14 juin : de 9 h 30 à 16 h – Balade nature et visite adaptée du musée Folon

Au cours de cette balade guidée adaptée, partons à la découverte des trésors arboricoles préservés dans le magnifique parc Solvay.

Après une petite restauration prise à l'Auberge de l'Homme Bleu, c'est l'histoire passionnante de Jean-Michel Folon qui nous sera dévoilée grâce à plusieurs de ses œuvres adaptées et des guides « Au bout des doigts ».

Où ? Fondation Folon, drève de la Ramée 6 A à 1310 La Hulpe. Rendez-vous devant la gare d'Ottignies à 8 h 45 précises pour le covoiturage. Retour prévu à la gare à 17 h 15.

Tarif membre : 10 € (hors consommation), tarif plein : 15 € (hors consommation).

Mardi 19 juin : de 14 h à 16 h - Goûter papote à Namur

Où ? Le Chantoir, rue d'Arquet 99 à 5000 Namur.

Prise en charge sur demande à l'arrière de la gare de Namur à 13 h 30 précises. Retour prévu à la gare à 16 h 30.

Tarif membre : gratuit (hors consommation), tarif plein 2 € (hors consommation).

Jeudi 21 juin : de 9 h 30 à 11 h 30 – Animation ludothèque à Bruxelles

Dans une ambiance conviviale, l'équipe de la ludothèque vous invite à partager ses jeux d'ambiance, à relever ses défis et à découvrir vos multiples talents : culture générale, mémoire, imagination, adresse et rapidité. Ambiance assurée !

Où ? ONA Bruxelles, boulevard de la Woluwe 34 à 1200 Woluwe-Saint-Lambert (précisez rue Vandenhoven 101 en TaxiBus, accès par l'arrière du bâtiment ONA).

Prise en charge sur demande à la gare de Bruxelles-Central à 8 h 30 précises.

Possibilité de participer également à l'activité en après-midi, décrite ci-dessous (pique-nique et boissons à prévoir si tel est le cas).

Tarif membre : gratuit, tarif plein : 2 €.

Jeudi 21 juin : de 12 h 30 à 15 h 30 – Balade ou randonnée à Bruxelles

Nous vous proposons de rejoindre ceux qui ont participé à l'animation ludothèque pour une mise en jambe au rythme de chacun. C'est pourquoi nous formerons deux groupes : un premier qui ira se balader tranquillement au parc de la Woluwe, et un deuxième groupe qui effectuera une randonnée plus sportive à un rythme plus soutenu jusqu'à Stockel en passant par la passerelle du parc de la Woluwe et le parc Malou.

Où ? ONA Bruxelles, boulevard de la Woluwe 34 à 1200 Woluwe-Saint-Lambert (précisez rue Vandenhoven 101 en TaxiBus, accès par l'arrière du bâtiment ONA). Retour prévu à la gare à 17 h.

Tarif : gratuit.

Vendredi 22 juin : de 13 h 30 à 16 h - Goûter dans le Sud

C'est à Arlon que nous nous retrouverons pour un moment de détente. Ce sera l'occasion de se rencontrer, de discuter tout en partageant un petit goûter.

Où ? Salle de réunion, avenue de la Gare 1 à 6700 Arlon.

Prise en charge sur demande à la gare d'Arlon à 13 h 15. Retour à la gare prévu à 16 h 30.

Tarif membre : 2 €, tarif plein : 4 €.

Samedi 23 juin : de 13 h 30 à 17 h - Après-midi Bingo

Afin de pouvoir financer des activités plus onéreuses, le groupe des 18 – 35 ans, nouvellement renommé groupe Cécifun, vous convie à participer à l'après-midi bingo qu'il organise. Vous serez accueillis à partir de 13 h 30 pour démarrer l'animation à 14 h. Un entracte sera prévu. N'hésitez pas à vous inscrire avec vos amis, famille, voisins, tout le monde est le bienvenu. De très beaux lots vous attendent.

Où ? Salle du chat à 7 pattes, rue Saint-Donat 42 à 5002 Saint-Servais (Namur).

Tarif : 10 €, une carte et un ticket boisson vous sont offerts.

Mardi 26 juin : de 12 h à 16 h 30 – Visite historique des Jardins d'Annevoie

C'est à une visite guidée à travers le temps et dans une nature exceptionnelle que nous vous convions. Qu'ils soient à la française, à l'anglaise ou encore à l'italienne, les Jardins d'Annevoie, en plus de suivre ces trois philosophies, sont avant tout l'histoire de la famille de Montpellier dont les origines remontent au milieu du XV^{ème} siècle. Pour ceux qui le désirent, rendez-vous devant la gare à 11 h pour aller manger dans une brasserie aux abords de la gare, à préciser sans faute, à l'inscription, choix à la carte.

Où ? Rue des Jardins 37 A à 5537 Annevoie. Rendez-vous derrière la gare de Namur, boulevard du Nord à 13 h 30 précises. Retour prévu à la gare à 17 h 30.

Tarif membre : 12 € (hors consommation), tarif plein : 17 € (hors consommation).

Jeudi 28 juin : de 10 h 30 à 16 h - Les Alpagas du Maquis et la ferme de la Planche

C'est à Montleban que nous passerons cette journée. Nous ferons connaissance avec un animal exceptionnel : l'alpaga. Nous découvrirons aussi la laine fantastique qu'il nous donne : la fibre d'alpaga.

Un peu plus loin dans une autre ferme, après avoir mangé notre pique-nique, une activité

originale et surprenante nous attend : le sentier pieds-nus. Quel plaisir de ressentir le contact des pieds avec différents matériaux. Merci d'emporter un essuie avec vous.

Où ? Montleban 60 et 70 à 6674 Gouvy. Rendez-vous à la gare de Marloie pour un covoiturage à 9 h 30 précises. Retour prévu à la gare à 17 h.

Tarif membre : 12 € (hors consommation), tarif plein : 17 € (hors consommation).

JUILLET

Jeudi 5 juillet : de 10 h 15 à 17 h - Journée à Ostende

Ce sera au rythme de chacun que nous passerons cette journée-détente, en groupe ou en binôme selon l'humeur du moment. Nous nous retrouverons à midi pour partager le repas. Choix entre repas au restaurant ou libre aux alentours du restaurant, à préciser lors de l'inscription. L'après-midi se passera de la même manière que la matinée, en fonction de chacun.

Attention, un seul train possible, celui qui passe à 7 h 45 à Namur. Possibilité d'organiser un départ d'une autre gare en fonction des inscriptions. Vous serez informés en temps voulu.

Où ? Rendez-vous à la gare de Namur devant les guichets à 7 h 15 précises. Retour prévu par le train de 17 h 30 à Ostende.

Tarif : gratuit (hors consommation).

Mardi 17 juillet : de 14 h à 16 h - Goûter papote à Namur

Où ? Le Chantoir, rue d'Arquet 99 à 5000 Namur.

Prise en charge sur demande à l'arrière de la gare de Namur à 13 h 30 précises. Retour prévu à la gare à 16 h 30.

Tarif membre : gratuit (hors consommation), tarif plein : 2 € (hors consommation).

Jeudi 19 juillet : de 10 h à 15 h 30 – Parcours santé et loisirs

A Marche, un parcours santé avec des modules d'exercices a été mis en place sur 3 sites dans la ville. L'occasion nous est donnée de les tester ou d'encourager les plus sportifs d'entre nous. Et si le temps le permet, nous mangerons notre pique-nique au grand air.

Où ? ONA Luxembourg, rue des prés 3 à 6900 Marloie.

Prise en charge sur demande à la gare de Marloie à 9 h 30. Retour prévu à la gare à 16 h.

Tarif membre : gratuit, tarif plein : 3 €.

Bloquez d'ores et déjà ces quelques dates ! De plus amples informations suivront dans le prochain VLL.

Mercredi 1 août : de 9 h 30 à 17 h – Randonnée ou atelier cuisine au choix à Jamioulx

Jeudi 2 août : de 13 h à 16 h – Ciné papote à Bruxelles « Jack et la mécanique du cœur »

Jeudi 2 août : de 10 h à 16 h – Promenade des légendes et descente de la Semois en kayak

Lundi 6 août : de 12 h à 16 h – Barbecue au Domaine Provincial d'Hélécine

LES PRODUITS "made in ONA"

Des achats qui ont du sens !

Craquez pour nos chocolats !

Idéal pour un cadeau de fin d'année ou simplement pour vous faire plaisir !

Ce **chocolat artisanal** est fabriqué à La Roche-en-Ardenne dans une **entreprise familiale belge**, à partir de fèves de cacao issues d'une **culture durable**.

Lait, blanc ou noir, avec ou sans praliné, il y en a pour tous les goûts et toutes les papilles !

**Pack spécial :
5 pour 15 € !**



Portez nos T-shirts !

Portez ce message en braille en soutien aux personnes aveugles et malvoyantes !

Une façon originale de sensibiliser tout en soutenant une bonne cause.

Existe en deux modèles : homme/femme.
Plusieurs tailles disponibles !



Mais aussi...

Bics



1 €

Sacs



2 €

Cartes



1 €


ONA
Œuvre Nationale des Aveugles
asbl active depuis 1922

► Retrouvez tous nos produits sur : <https://ona.be/acheter-solidaire>