

VERS LA LUMIÈRE

èqla

Revue trimestrielle P-402006 N°415 - Janvier - Février - Mars 2021



**DU BONHEUR,
ET RIEN D'AUTRE**

Sommaire

Revue trimestrielle N° 415 – 2021

Page 3 • Édito

Page 4 • Nouvelles d'Eqla

Pages 5-8 • Bon à savoir

Page 9 • Nouvelles technologies

Page 10 • Ludothèque

Pages 11 • Bibliothèque

Page 12 • Livres en braille

Page 13 • Livres en grands caractères

Page 14 • Livres en audio

Page 15-16 • Bibliothèque

Pages 17-19 • Loisirs

Pages 20-27 • 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

Impression : Manufast

© Copyright – Eqla asbl

Aucun extrait de cette publication ne peut être reproduit sans l'accord préalable d'Eqla asbl.

www.eqpla.be - facebook.com/eqpla.asbl

02/241 65 68 · info@eqpla.be

Boulevard de la Woluwe 34 bte 1
1200 Bruxelles

Photo de couverture :

« Aucun pessimiste n'a jamais percé le secret des étoiles, navigué jusqu'à des terres inconnues ou ouvert un nouveau chemin »,
2016 © Rémi Walle

Notre siège social :

Bruxelles : Boulevard de la Woluwe 34 bte 1
1200 Bruxelles - 02/241 65 68

Accueil et permanence téléphonique :

Du lundi au vendredi :

de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h.

Nos antennes :

Brabant wallon : Chez Regus - Place de
l'Université 16 - 1348 Louvain-la-Neuve
010/48 35 02

Hainaut : Parc d'activités Héraclès - Chaussée
Impériale 91 bte 5 (bâtiment 4) - 6060 Gilly
071/32 05 61

Namur : Business Centre Actibel - Route de
Louvain-la-Neuve 4 - 5001 Namur
081/73 65 82

Luxembourg : Rue des Prés 3 - 6900 Marloie
084/41 28 39

Service d'accompagnement social :

Toutes les accompagnatrices sociales
organisent des permanences sociales les
mardi et vendredi de 9 h à 12 h.

Bruxelles :

Marie Doumont – 02/241 65 68

Marine Delpierre – 02/241 65 68

Brabant wallon : Aurore Walgraffe –
0493/09 86 52

Charleroi : Brigitte Bamps – 0492/97 50 57

Hainaut occidental : Charlotte Planque –
0492/97 50 54

Namur : Flore Lamy – 0477/97 23 90

Luxembourg : Justine Jeanmoye – 0492/97 50 55

Ergothérapeutes :

Bruxelles : Lydie Bossaert – 0473/40 75 29

Brabant wallon et Hainaut :

France Marlier – 0472/07 01 16

Namur et Luxembourg :

Angéline Grégoire – 0492/97 50 53

Permanence aides techniques : 02/241 65 68
mardi de 14 h 30 à 16 h et jeudi de 9 h à 10 h 30

Chères lectrices, chers lecteurs,

L'année invraisemblable que nous venons de traverser a été difficile pour beaucoup d'entre nous. C'est pourquoi, pour 2021, Eqla vous souhaite l'essentiel : du bonheur, et rien d'autre.

L'année écoulée ne doit pourtant pas être vouée aux gémonies. 2020 nous a appris à trouver le bonheur dans des choses simples, à ralentir et à faire de notre santé une priorité et non un privilège. 2020 nous a appris à soutenir nos amis et notre famille dans les moments difficiles. 2020 nous a aussi appris à développer de nouvelles compétences, à nous réinventer et à nous rendre aussi résilients qu'un roseau en plein vent.

Le monde autour de nous s'est arrêté, mais nous continuons à trouver des solutions. À tracer notre voie. Et à poursuivre nos missions, avec encore plus de panache et de détermination. Vous le verrez : cette année, nous mettons les bouchées triples pour être à votre service, et à nous rendre encore plus proches de vous.

Pour preuve, vous trouverez dans ce nouveau numéro du *Vers La Lumière* un dossier pratique sur la santé (les compétences des mutuelles, le rôle du médecin conseil...), ainsi que quelques mots sur notre formation numérique *BlindCode*. Vous y découvrirez aussi le mini-guide Eqla, des conseils pour rendre vos vidéoconférences accessibles et le nom du lauréat du Prix Horizon 2020. Un indice : c'est une femme !

Enfin, comme chaque trimestre, vous retrouverez aussi les activités prévues à partir de février, en espérant que la situation sanitaire n'évolue pas négativement. Je vous invite d'ailleurs à consulter régulièrement notre site (www.eqpla.be) ou notre page Facebook pour être au courant des dernières nouvelles. Et vous trouverez, comme d'habitude, les nouvelles de notre ludothèque et de notre bibliothèque, avec leur sélection de livres et les nouveautés en braille, en grands caractères et sur support audio !

Ce que 2020 nous a appris est peut-être différent des autres années. Alors, faisons de 2021 la meilleure année qui soit ! Ensemble. Ici et maintenant.

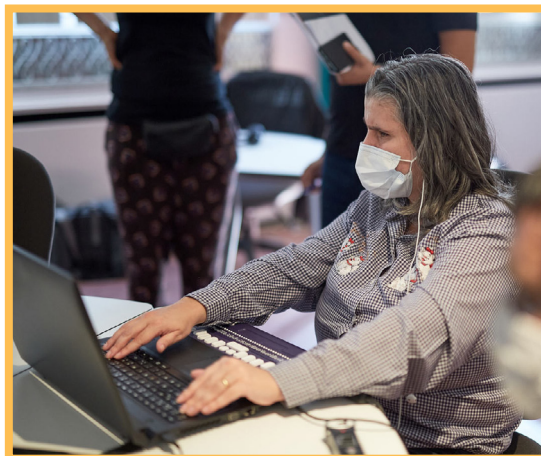
En vous présentant nos meilleurs vœux, et dans l'espoir de toujours mieux vous accompagner, je vous souhaite une bonne lecture,

Bénédicte Frippiat
Directrice générale

Nouvelles d'Eqla

FORMATION BLINDCODE : DU STAGE À L'EMPLOI

Depuis l'année dernière, les personnes aveugles et malvoyantes peuvent aussi devenir des as du codage... grâce à « BlindCode ». Cette formation de deux ans organisée par Eqla est réservée uniquement aux personnes déficientes visuelles. Une première du genre en Belgique. Au terme de leur premier cycle de formation, nos 7 étudiants ont décroché des stages au Service public régional de Bruxelles, à la banque Triodos, chez Cobeia Coop, Tanaguru ou encore à la Smals – la société qui réalise l'ensemble des sites web des services publics fédéraux. Un pari gagnant, car en étant formés au codage, nos stagiaires sont aussi capables de créer des sites web 100 % accessibles aux personnes à besoins spécifiques. Une vraie plus-value pour les entreprises du secteur ! Deux étudiants du projet BlindCode, Sophie De Backer et Simon Desseille, ont aussi rejoint en stage l'équipe du Pôle Communication d'Eqla. Les missions qui leur ont été confiées consistent en un audit approfondi de l'accessibilité de notre site www.eqla.be, ainsi que l'ébauche du site www.blindcode.be. Ce site sera à la fois une vitrine pour les futurs étudiants et nos partenaires mais également un espace de ressources pour toute personne concernée par le sujet de l'accessibilité numérique.



Sophie, une de nos étudiantes.

Plus d'infos : www.blindcode.be

DÉCOUVREZ LE MINI-GUIDE EQLA !

Pour encore mieux sensibiliser le grand public et les professionnels au handicap visuel, l'équipe formation d'Eqla a créé un mini-guide de poche pour rappeler les bons réflexes et les gestes de rencontre avec une personne déficiente visuelle. Ce mini-guide va surtout servir aux accompagnateurs, aux volontaires guides loisirs et aux personnes sensibilisées lors de nos formations. Il pourra aussi être distribué dans les écoles primaires et secondaires, lors de nos sorties culturelles et aux différents salons et événements où Eqla fait de la sensibilisation.



Le mini-guide Eqla.

DOSSIER : MA SANTÉ EN QUESTION

Les compétences des mutualités

Le système de sécurité sociale belge repose sur le principe de la solidarité : tout le monde cotise pour tout le monde. Le montant des cotisations est proportionnel aux revenus de la personne qui cotise.

C'est l'Office National de Sécurité Sociale (O.N.S.S.) qui se charge de redistribuer ces cotisations aux personnes qui en ont besoin en cas de maladie, d'accident, de naissance, de congés, de chômage, de mise à la retraite...

Les mutualités font partie de l'INAMI (Institut National d'Assurance Maladie-Invalidité). Elles sont chargées des aspects spécifiquement liés à la santé.

Concrètement, les mutuelles ont deux groupes de compétences distincts :

- D'une part, elles se chargent de fournir des indemnités d'incapacité de travail et d'invalidité aux personnes qui, du fait d'une maladie ou d'un accident, ne sont plus capables de travailler (il faut avoir travaillé avant l'incapacité de travail pour justifier ces indemnités) ;
- D'autre part, elles assurent le remboursement des frais médicaux et paramédicaux auxquels une personne doit faire face.

L'assurance soins de santé est obligatoire : nous devons tous être inscrits à une caisse de mutuelle, au moins pour l'assurance de base.

Les mutualités proposent également des assurances complémentaires permettant d'obtenir des droits en plus : une intervention dans le coût de médecines alternatives ou dans le prêt de matériel médical, par exemple.

En outre, les mutuelles ont l'obligation d'appliquer des mesures destinées à faciliter l'accès aux soins de santé des personnes les plus démunies :

- Le **maximum à facturer** garantit à votre ménage de ne pas dépenser plus qu'un montant plafond par an pour les soins de santé ;
- Le **dossier médical global** (DMG) vous permet d'être mieux remboursé pour une consultation chez votre médecin généraliste habituel ;
- Le **tiers payant** vous permet de ne payer que la partie des frais médicaux à votre charge, notamment lors d'une hospitalisation ou à la pharmacie, ou encore en fonction d'une situation sociale spécifique ;
- L'**envoi chez un médecin spécialiste par un médecin généraliste** vous permet de payer moins cher pour la consultation chez le spécialiste ;

Bon à savoir

- Consulter un **dispensateur de soins** conventionné vous garantit de ne payer que le tarif officiel ;
- Pour certaines pathologies (diabète de type 2, insuffisance rénale chronique), entamer un **trajet de soins** vous permet d'être entièrement remboursé pour les consultations chez votre généraliste et chez le spécialiste de votre maladie ;
- Obtenir le statut "**affection chronique**" peut vous faire bénéficier du tiers payant ou d'une diminution de votre montant plafond dans le cadre du maximum à facturer ;
- Selon votre situation financière, vous pouvez éventuellement prétendre à une **intervention majorée**, ce qui permet de diminuer le montant des frais médicaux qui reste à votre charge ;
- Si vous avez besoin d'une prestation médicale qui n'est pas remboursée par l'assurance soins de santé, dans certains cas exceptionnels et pour une affection très grave, vous pouvez obtenir une **intervention financière du Fonds spécial de solidarité**.

Le rôle du médecin conseil de la mutuelle

Le médecin conseil des mutuelles est un médecin généraliste spécialisé en sécurité sociale et en matière d'assurance maladie. Ce n'est pas un « médecin du travail » ni un « médecin-conseiller en prévention ».

Afin de trouver une solution pour le bien-être de la personne, il analyse, dans un contexte global, la situation médicale de la personne. Il prend donc des décisions au niveau des soins de santé et des incapacités de travail.

Le médecin conseil a pour mission principale d'évaluer si une personne a le droit de bénéficier d'une intervention pour un certain traitement, un médicament, une prestation, du matériel médical... Il accompagne les affiliés durant l'incapacité de travail (gestion des certificats médicaux, vérifications des possibilités de réintégration, de réinsertion socio-professionnelle...). Il a pour autre mission d'aider à assurer une protection juridique et de conseiller dans les cas d'erreurs médicales, d'accidents de travail ou encore de maladies professionnelles.

Bref, le médecin conseil informe, encadre, vérifie, joue un rôle dans le suivi médical et de réinsertion socio-professionnelle des affiliés des mutuelles, tout en veillant à leur bien-être.

Le service social de la mutuelle

Chaque mutuelle dispose d'un service social qui effectue un travail de première ligne. Les assistants sociaux écoutent, soutiennent, conseillent, informent et accompagnent

les personnes dans de nombreux domaines. Ceux liés à la mutuelle et à l'assurance maladie mais également en ce qui concerne d'autres domaines de la législation sociale comme par exemple le handicap, la pension, les tarifs sociaux, les études, les allocations familiales, le travail, le logement...

Le service social de la mutuelle est accessible à tous, sans conditions et gratuitement.

Le contact avec le service social de la mutuelle peut s'établir lors des permanences ou par téléphone, mail, courrier, sur rendez-vous ou encore en se déplaçant à votre domicile.

Si vous souhaitez en savoir plus sur ces questions, n'hésitez pas à prendre contact avec votre accompagnatrice sociale qui vous guidera au mieux.

Le portail « [masante.belgique.be](https://www.masante.belgique.be) »

Masanté.be ou Personnel Health Viewer... est-ce que cet intitulé vous dit quelque chose ? Depuis 2018, sous l'hébergement <https://www.masante.belgique.be> et sous l'initiative du SPF Santé publique et partenaires, ce portail, tableau de bord de votre santé a été créé pour faciliter les accès aux données de santé partagées.

Ce site reprend vos données de santé administratives et médicales. D'une part, il vous permet de les consulter directement en ligne. D'autre part, si vous marquez votre accord, il permet le partage de ces informations, de manière sécurisée, entre les personnes qui vous soignent.

Le contenu des rubriques de données personnelles sont accessibles via la clé numérique, l'EID ou identité numérique. Il suffit de vous connecter une fois pour avoir accès à tous les contenus sécurisés. Pour ce faire, vous pouvez y accéder avec un lecteur de carte, votre pièce d'identité ainsi que le code pin de celle-ci. Vous pouvez, également, y accéder de deux autres manières expliquées sur le site internet.

Chris, un de nos volontaires, a testé le site pour vous avec son Iphone via la fonctionnalité d'accessibilité Voice Over et voici ce qu'il en a dit : « *Les titres des rubriques ne sont pas indiqués comme liens cliquables. Donc, il est important de tester ou de se référer à la liste au-dessus. Sur certaines pages, alors que la langue automatique de la synthèse vocale est mise sur le français, le français dicté est incompréhensible car teinté d'un accent anglais très prononcé, dans ce cas il faut forcer sur le français. Dans certaines rubriques, un formulaire de contact est disponible, cependant l'onglet « suivant » est disposé au-dessus du document donc il faut chaque fois remonter en haut de la page pour accéder à l'étape suivante. Dans ces formulaires, les champs obligatoires sont*

Bon à savoir

*marqués d'une * non repérables par la synthèse vocale, c'est uniquement si vous n'avez pas rempli le champ que la synthèse vocale vous l'indique. Dans l'ensemble, il s'agit d'un site bien accessible et bien catégorisé. »*

« AGIR » pour l'accessibilité

AGIR est une plateforme développée par le CAWaB (Collectif Accessibilité Wallonie Bruxelles), permettant de signaler un problème d'accessibilité des bâtiments ouverts au public, des transports et des voiries.

Rendez-vous sur le site agir.cawab.be pour trouver les procédures et documents nécessaires pour signaler le problème rencontré au gestionnaire concerné. Vous êtes également invités à envoyer une copie de votre signalement et de son suivi à agir@cawab.be.

Si toutefois vous n'avez pas trouvé où et comment faire votre déclaration, un encart sur la plateforme vous permet de contacter directement le CAWaB pour expliquer le problème rencontré.

Ne pensez pas que vos signalements sont inutiles. Ils sont au contraire nécessaires afin que nous puissions, ensemble, AGIR pour l'accessibilité. En effet, au plus le CAWaB reçoit de réactions, plus fortes seront nos actions.

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à contacter Lydie, représentante d'Eqla au sein du CAWaB : lydie.bossaert@eqla.be ou 0473/40 75 29.

Paielements, virements, retrait d'argent

Plusieurs d'entre vous nous ont fait part, à diverses occasions, de difficultés rencontrées dans certaines démarches :

- Frais demandés par la banque pour encoder un virement
- Sites de PC banking et applications bancaires non accessibles
- Distributeurs non pourvus d'un système vocal
- Terminaux digitaux de plus en plus présents, et notamment dans les taxis

Nous vous informons qu'Eqla a signalé ces différents points à UNIA.

En attendant une meilleure accessibilité, n'hésitez pas à demander à votre service d'accompagnement (ergothérapeutes ou accompagnatrices sociales) quelles solutions peuvent être envisagées pour contourner l'un ou l'autre de ces problèmes.

Nouvelles technologies

VIDÉOCONFÉRENCE ACCESSIBLE : MODE D'EMPLOI

Si les déplacements sont limités en cette période, les applications de vidéoconférence aident à garder le contact avec vos proches ou votre réseau professionnel.

Voici quelques logiciels accessibles :

WhatsApp

L'appli Android et iOS permet d'ajuster l'écran ou la taille du texte, le contraste et les couleurs. Elle peut être utilisée vocalement avec Siri ou l'assistant Google, pour envoyer ou lire des messages et passer des appels audio ou vidéo. Une version web, pour l'ordinateur (qui doit se connecter à votre smartphone) est disponible.

Google Duo

L'application est conçue pour les appels de 2 à 12 personnes et dispose d'une version Android, iOS, et web. Les boutons de l'appli sont bien labellisés et lus par le lecteur d'écran et il est possible d'inverser les couleurs, mais pas la taille du texte séparément de celle de l'appareil.

Facetime

Accessible avec VoiceOver, mais limité aux appareils Apple.

Avec la fonctionnalité « partage d'écran » :

Skype

Jusqu'à 50 participants, accessible lecteur d'écran, raccourcis clavier disponibles dans la version PC.

Microsoft Teams

Teams est utilisé par les entreprises qui utilisent Office 365, supporte jusqu'à 250 participants et dispose d'une série de raccourcis clavier.

Zoom

Version smartphone et ordinateur. Pour les appels jusqu'à 100 participants. Accessible lecteur d'écran et navigation entièrement au clavier possible. La version gratuite est limitée à 40 minutes d'appel, s'il y a plus de 2 participants. Vous trouverez la liste des raccourcis clavier dans la section « nouvelles technologies/tutoriels » du site www.eqila.be.

NOS PROCHAINES FORMATIONS

- **Club nouvelles technologies**

Nos équipes assurent une permanence « nouvelles technologies » chaque mercredi de 13 h 30 à 16 h 00 – uniquement sur rendez-vous. Vu le contexte sanitaire, nous privilégions l'aide à distance. Mais en cas de nécessité, des rendez-vous individuels sont possibles.

« EQLA DÉTENTE » : COMMENT JOUER EN LIGNE DE VOTRE SALON ?

Depuis fin mars 2020, nos ludothécaires Céline et Sophie vous proposent des rendez-vous ludiques non pas en live mais en ligne. « *Rien ne se crée, rien ne se perd, tout se transforme* ». Alors transformons nos habituelles animations en connexions virtuelles et pourtant bien réelles !

Après une enquête auprès des membres d'Eqla, digne d'un sondage Statbel, il semblerait que Facebook soit le moyen de communication utilisé par la majorité d'entre vous qui participez à nos animations. Voilà pourquoi nous avons choisi ce réseau social et opté pour la formule du « **salon Facebook** ». Nous vous y inviterons une fois par mois. Il a l'avantage d'être facile d'accès et ouvert à pas moins de 50 joueurs... Nous pourrions jouer à 50 mais nous préférons garder la jauge à 15 personnes pour favoriser un moment convivial, cocasse et cozy.

Chaque animatrice d'Eqla a donc créé un profil Facebook professionnel reconnaissable car composé de son prénom suivi d'Eqla. Anne, Céline, Colette, Marie-Anne, Sophie Eqla créeront donc des événements intellos, rigolos, parfois bateaux... auxquels vous serez toutes et tous les bienvenu.e.s. Si une animation à distance vous intéresse, n'hésitez pas à vous inscrire par téléphone au 02/241 65 67 ou par mail à inscriptions@eqla.be. « *Rien ne se crée, rien ne se perd, rien ne bouge de ce côté là.* »

Dans l'état actuel des choses, nous sommes heureuses de vous offrir ces moments d'échanges à distance et ne vous demandons aucune participation financière. Toute tentative de corruption chocolatée, sucrée ou d'autre nature sera bien évidemment déclinée. Comptez sur l'intégrité des animatrices pour garder le cap vers la liberté, l'égalité, la loyauté. Votre participation tels que vous êtes, et vos anecdotes, voilà le prix à payer pour être des nôtres.

Un goûter papote à distance vous a été proposé le 28 décembre, et la ludothèque a revisité les bonnes résolutions de la nouvelle année lors de son animation en ligne le 17 décembre 2020. Au programme : être soi et exprimer ses sentiments, sortir de ses quatre murs par la pensée, manger en pleine connaissance de causes et de calories, faire preuve de culture/culturisme pour bouger sans se fatiguer, dormir comme un loir ou un koala.

Et pour ce qui en est de la ludothèque, si l'inspiration vous prend, nous serions heureuses de composer avec vous le menu d'une prochaine animation. N'hésitez pas à nous contacter au 02/241 65 68, les lundi, mardi, jeudi de 9 h à 17 h ou par mail à ludotheque@eqla.be.

Bibliothèque

LES NOUVEAUTÉS SONT ARRIVÉES !

Qui a dit que les collections des bibliothèques ne se renouvelaient jamais ?

La nôtre en tout cas vient d'accueillir une armée de nouveautés au service de votre appétit littéraire !

Il y a des titres très récents comme d'autres datant de quelques années, des titres signés par des plumes populaires comme des moins connus qui ne demandent qu'à être découverts, parfois des titres qui avaient péri dans les flots de la dernière inondation que nous avons ramenés sur le navire de l'association, des romans d'aventure ou d'amour, du policier et du thriller, de l'humour au dramatique et du futuriste à l'Historique, en braille, grands caractères ou sur CD...

Bref, il y en a pour tous les goûts, et pour tous lecteurs !

RECENSION

Pour vous inspirer, l'équipe de la bibliothèque vous propose dans les pages suivantes une petite recension de quelques auteurs bien connus ainsi que des nouveautés 2020, désormais disponibles à l'emprunt.

Ils vous attendent avec impatience et il ne vous reste plus qu'à nous contacter ou nous faire parvenir une liste pour découvrir tout ce qu'ils ont à offrir.

Nous attirons votre attention sur deux nouveaux titres disponibles dans nos rayons :

- « **Un(e)secte** » de Maxime Chattam
- « **L'inconnu de la forêt** » d'Harlan Coben

Amateurs de romans policier ou à suspense, ne vous abstenez pas !

Pour rappel : la bibliothèque fait désormais partie de l'Accessible Book Consortium (<https://www.accessiblebooksconsortium.org>) qui permet l'échange de livres entre associations ou bibliothèques spécialisées. Cette année, vous aurez la surprise de découvrir quelques nouvelles voix dans notre catalogue de livres audio.

BRAILLE

Le gros poucet de Grégoire Solotareff

Il était une fois un bûcheron qui avait 7 fils. Le plus jeune et malin, menu comme un doigt, s'appelait Petit Poucet. Son aîné, bête comme ses pieds et de la taille d'un gros orteil, s'appelait le Gros Poucet. C'était le préféré de sa maman. À partir de 7 ans.

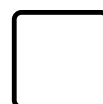
Réf. 6477-1



Le trésor de l'île sans nom de Gilles Abier

Il existe une île où des enfants de pirates reçoivent une éducation de qualité, pas question qu'ils parcourent les mers comme leurs parents ! Mais quand une caravelle espagnole file droit sur l'île, à eux de protéger le trésor et leur liberté ! À partir de 10 ans.

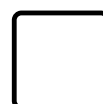
Réf. 6001-4



L'art subtil de s'en foutre de Mark Manson

Soyons à l'aise avec le fait d'être différent, et de choisir les combats qui ont du sens pour nous plutôt que de s'épuiser sur tous les fronts : nous ne sommes pas parfaits, peu d'entre nous sont des génies, et alors ?

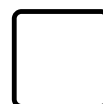
Réf. 6469-4



La tentation de Luc Lang

François, chirurgien, la cinquantaine, aime chasser. Rejoint par ses enfants dans un relais de chasse en montagne, que peut-il leur transmettre ? Ses enfants sont désormais des adultes à l'instinct assassin. Prix Médicis 2019.

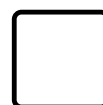
Réf. 6457-7



Aujourd'hui tout va changer de Maria Semple

Eleanor a la cinquantaine, une ancienne carrière à succès dans l'animation, un mari avec lequel elle n'a plus envie de coucher, un gamin bien trop malin dont elle ne sait pas vraiment s'occuper et une envie de redonner du sens à sa vie. Mais aujourd'hui, tout va changer.

Réf. 6466-5



La fin de l'histoire de Luis Sepulveda

Juan Belmonte a déposé les armes depuis des années. Il vit en Patagonie avec sa compagne, marquée par la dictature de Pinochet. Jusqu'à ce que les services secrets russes prennent contact avec lui.

Réf. 6471-4



NOM, PRENOM :

GRANDS CARACTÈRES

Felix et la source invisible de Eric-Emmanuel Schmitt

Félix, 12 ans, est déterminé à sauver sa mère du mal qui la guette depuis qu'elle a quitté son village d'Afrique natal. Il se lance sur les traces des sources invisibles du monde.

Réf. 4214

☐

Le Dynamiteur de Henning Mankell

1911, Oskar Johansson, jeune dynamiteur, est mutilé à la suite d'un grave accident. Il reprendra pourtant son travail, poussé par sa volonté de fonder une famille et tourmenté par ses questionnements politiques.

Réf. 4215

☐

Demain j'arrête de Gilles Legardinier

Julie, 28 ans, mène une vie bien réglée. Jusqu'à l'arrivée de son séduisant nouveau voisin.

Réf. 4229

☐

Khalil de Yasmina Khadra

Vendredi 13 novembre 2015. Khalil, une ceinture d'explosif à la taille, est prêt à ensanglanter Paris. Mais comment en est-il arrivé là ?

Réf. 4248

☐

Histoire du fils de Marie-Hélène Lafon

André est élevé par son oncle et sa tante. Il ne voit pas souvent sa mère et ne l'entend jamais parler de son père. Mais le jour de son mariage, les secrets du père se dévoilent enfin.

Réf. 4261

☐

La couleur des sentiments de Kathryn Stockett

Une jeune bourgeoise blanche et deux bonnes noires. En 1962, aux USA, personne ne pourrait croire en leur amitié. Et pourtant...

Réf. 4270

☐

Le bonheur est une valise légère de Frank Andriat

Selma a réussi dans la vie mais elle n'est pas heureuse. Un jour, elle rencontre un homme dans un train qui tentera de lui apprendre que le bonheur est une valise légère.

Réf. 4250

☐

NOM, PRENOM :

AUDIO

Le cas Fitzgerald de John Grisham

Des originaux de Fitzgerald sont volés à l'Université de Princeton. Bruce Cable, libraire spécialisé dans les ouvrages de collection, pourrait bien être mêlé à l'affaire. Mercer Mann, une jeune romancière, est contactée par une mystérieuse femme pour découvrir les secrets de Bruce. MP3 - 9 h 47 min.

Réf. 4849-1

☐

De Blanche-Neige à Harry Potter de Bruno Humbeeck

À travers l'analyse des contes de fées, sous la forme de dialogues vrais avec de jeunes ados de 13 ans, Bruno Humbeeck passe la résilience à la moulinette de son analyse scientifique. Une œuvre à la fois légère et profonde, simple et complexe, humoristique et sérieuse. 6 h 07 min.

Réf. 4882-1

☐

Le pays de la liberté de Ken Follett

Des crassiers de l'Ecosse aux docks de la Tamise, de l'Amérique esclavagiste aux premières incursions vers l'Ouest, une superbe épopée où la passion amoureuse se confond avec l'aspiration de toute une époque à la liberté et à la justice. MP3 - 14 h 40 min.

Réf. 4895-2

☐

Un(e)secte de Maxime Chattam

À Los Angeles, un tueur laisse ses victimes à l'état de squelette en seulement quelques heures. Dans le même temps, à New York, un ravisseur s'attaque à de jeunes gens passionnés par l'apocalypse. MP3 - 13 h 04 min.

Réf. 4901-2

☐

Le premier jour du reste de ma vie de Virginie Grimaldi

Marie a tout préparé pour l'anniversaire de son mari. Tout, y compris une surprise : à quarante ans, elle a décidé de le quitter. Pour elle, c'est maintenant que tout commence, sur une croisière un peu spéciale. 6 h 50 min

Réf. 4944-1

☐

Autant en emporte le vent de Margaret Mitchell

Fresque historique inégalée sur les tragédies de la guerre de Sécession mais aussi un roman d'amour dont les héros, Scarlett O'Hara et Rhett Butler, sont entrés dans la galerie des amants légendaires. MP3 - 49 h 29 min

Réf. 4948-2 et 4949-2

☐

L'inconnu de la forêt d'Harlan Coben

Au lycée, Naomi ne connaît que la solitude et l'humiliation. Matthew, son ami a toujours laissé faire, mais la disparition soudaine de la jeune fille l'inquiète. Sa grand-mère, avocate renommée et médiatisée, met sur l'affaire un certain Wilde, au profil atypique. MP3 - 10 h 23 min

Réf. 4950-1

☐

NOM, PRENOM :

PRIX HORIZON 2020 : UNE HISTOIRE À REBONDISSEMENTS



Florence Herrlemann, lauréate 2020.

Dans un monde normal, 2000 personnes seraient venues en mai à Marche-en-Famenne pour discuter avec des auteurs de livre. Bien sûr, il ne s'agissait pas de n'importe quels auteurs mais des cinq sélectionnés pour l'édition 2020 du Prix Horizon qui récompense un second roman. Un second roman, c'est celui qu'on écrit parce que le premier a eu un peu, voire beaucoup, de succès, parce qu'on a été dans la presse locale comme le nouvel auteur régional, qu'on est passé dans toute la machine de mise en avant des auteurs de premier roman.

Un second roman, c'est celui pour lequel on est sur le même pied que tous les autres auteurs qui ont déjà écrit de nombreux livres, alors qu'on est encore un auteur qui est au début de son chemin.

Et donc le Prix Horizon met en avant des auteurs de second roman et aurait dû avoir lieu en mai. Comme ce n'était pas possible, il avait été reporté le 31 octobre... ce qui n'a malheureusement pas été possible. Les organisateurs ont donc choisi l'option du vote à distance qui a l'avantage de permettre de désigner un lauréat, même si les échanges propres au Prix Horizon n'ont pu avoir lieu.

C'est **L'appartement du dessous** de Florence Herrlemann qui a eu le prix. Il s'agit d'un roman épistolaire dans lequel Hectorine, centenaire, écrit des lettres à sa jeune voisine qui vient d'arriver dans l'immeuble. Elle parle d'elle, de sa vie. Elle veut lui faire découvrir quelque chose, mais quoi ?

Nous avons réalisé un enregistrement des lectures faites pour notre comité Eqla qui se réunissait avant le confinement. Il est disponible en prêt à la bibliothèque.

Pour plus d'informations sur la fin de cette édition du Prix Horizon, vous pouvez écouter l'interview du président du jury, Armel Job, et de la gagnante, Florence Herrlemann sur le site web www.marche.be.

Bibliothèque

CONCOURS TYPHLO & TACTUS EN 2021... ET REPRISE DES ATELIERS DE CRÉATION DES LIVRES TACTILES !



L'affiche des ateliers « livres tactiles ».

Souvenez-vous...

En 2019, nous vous avions régulièrement parlé du concours de livres tactiles Typhlo & Tactus, et pour cause : nous avons eu l'honneur de recevoir le jury international dans nos locaux bruxellois ! Cerise sur le gâteau, c'est le livre réalisé par nos compatriotes Marcelle Peeters et Monique Somer qui s'est vu remettre le premier Prix ! Elle ont fait don de leur chef d'œuvre à Eqla : « Pinpin et ses copains » accueille fièrement les lecteurs dès leur entrée dans la bibliothèque. 2019, c'était donc une aventure intense et émouvante dans l'univers des livres tactiles... Inutile de vous dire que nous sommes impatients de vivre la prochaine édition !

En 2021...

Celle-ci aura lieu à Padoue, en Italie, en octobre 2021. Bien entendu, nous espérons là encore soumettre au jury une sélection de réalisations belges de qualité. C'est pourquoi nous avons mis en place une cinquième édition de nos ateliers de création de livres tactiles. Ceux-ci sont destinés à des personnes habiles de leurs mains qui sauront proposer avec notre aide des livres adaptés aux enfants déficients visuels. Des livres qui combinent une histoire qui leur parle et le plaisir de la découverte sensorielle. Le tout dans la joie et la bonne humeur, encadrés par Céline de la ludo et Anne de la bibliothèque.

Les ateliers d'Eqla

Les ateliers se dérouleront entre le mois de janvier et de mai 2021. A l'issue de ceux-ci aura lieu une sélection nationale : les enfants de l'Institut Royal pour Sourd et Aveugle (IRSA) découvriront les livres créés lors des ateliers et ceux qui nous auront été envoyés indépendamment des ateliers. Ils nous feront part de leurs cinq choix de livres. Nous enverrons ensuite leur sélection au jury international qui délibérera en Italie. Soyez certains que nous vous tiendrons informés des différentes étapes !

BONNE NOUVELLE : SÉJOURS EN APPROCHE !



Le gîte « La Gatte d'or ».

En tout confiance et plein d'espoir, le service Loisirs vous propose un premier séjour en province du Luxembourg, **du lundi 3 mai au jeudi 6 mai 2021.**

Nous logerons dans le gîte « La Gatte d'or », adapté avec ascenseur et situé dans la commune de Harsin. Tout sera mis en œuvre pour garantir la sécurité sanitaire nécessaire.

Au programme : des balades entre nous ou accompagnés d'ânes, des visites culturelles, un atelier « terre », du repos mais surtout de bons moments à partager.

Prix du séjour : 250 € pour les adhérents et accompagnants, 290 € pour les non-adhérents.

Tout est compris dans le prix : le logement et la literie, les repas, les activités, les transports et l'accompagnement. Un covoiturage sera organisé dans les différentes antennes en fonction des inscriptions.

Inscriptions uniquement à partir du lundi 1^{er} février à 9 h !

Par téléphone au 02/241 65 68 ou par mail à l'adresse inscriptions@eqla.be (le mot « inscriptions » dans l'adresse mail doit être écrit au pluriel).

Votre inscription sera confirmée uniquement après réception d'un acompte de 100 € sur le compte d'Eqla : BE 72 2100 3216 1616 **au plus tard le 28 février**. Si vous préférez des paiements échelonnés, merci d'en informer notre collaboratrice lors de votre inscription.

Pour chaque paiement, merci d'utiliser la communication suivante : prénom + nom + séjour Harsin.

Si vous souhaitez plus d'information, n'hésitez pas à contacter Marie-Anne Gérard par téléphone au 0491/15 73 27, ou par mail à l'adresse marie-anne.gerard@eqla.be.

SÉJOUR CULTUREL AU PORTUGAL

Spécialement conçu pour Eqla par Azimut Voyage, ce voyage nous mènera **du 5 au 12 septembre 2021** au nord du Portugal.

Un séjour culturel avec de nombreuses activités annexes : des visites, un atelier de cuisine et d'artisanat, des balades. Le tout, en étant très confortablement installés dans un hôtel avec une piscine intérieure et un spa (jacuzzi, sauna, massages...). Il nous tarde de vous emmener le découvrir !

Au programme :

Dimanche 5 septembre : début du séjour et découverte des lieux

Vol Bruxelles - Porto (vol direct) avec accueil sur place par l'équipe portugaise, découverte de l'hôtel, de son espace bien-être (piscine intérieure, jacuzzi, hammam...) et des environs.

Lundi 6 septembre : à la découverte du Parc national et de l'artisanat local portugais

Matin : visite adaptée du Parc national du Peneda Geres et de ses particularités architecturales, et atelier spécialité artisanale portugaise (la laine) par une guide locale. Après-midi : découverte historique des « espigueiros », des greniers collectifs en granit.

Mardi 7 septembre : un peu d'histoire... Barcelos et Braga

Matin : visite de Barcelos et de son centre médiéval, suivi d'un atelier artisanal autour du coq. Après-midi : découverte de la ville historique de Braga par notre guide locale, Isabel.

Mercredi 8 septembre : Viana do Castelo et Braga

Matin : balade dans le centre historique de la ville portuaire Viana, visite adaptée du musée des costumes. Après-midi : balade le long des plages immenses de l'océan.

Jeudi 9 septembre : du temps pour soi, relax et atelier culinaire

Grasse matinée, balade avec notre équipe autour du fleuve (peu de dénivelé), ou possibilité de rester buller à l'hôtel et de profiter du Spa... c'est à vous de choisir ! Milieu de journée et après-midi : atelier culinaire dans une belle taverne typique, dégustation des saveurs de la cuisine traditionnelle portugaise et découverte de Ponte da Barca.

Vendredi 10 septembre 2021 : sur la route du vin dans la vallée du Minho

Journée découverte de la vallée du Minho, à la frontière espagnole, connue pour sa production de vin, visite d'une toute petite quinta (ferme) tenue par des producteurs de vinho verde (vins blancs secs et vifs, des vins jeunes, à boire dans l'année).

Samedi 11 septembre 2021 : bol d'air et de crustacés en Espagne

Matin : dernière journée au bord de l'océan Atlantique et sur ses plages sauvages, visite de la ville fortifiée Caminha. Après-midi : traversée de l'estuaire pour une petite escapade en Espagne ; soirée en Espagne pour terminer le séjour dans un restaurant de fruits de mer au bord de l'eau...

Lundi 12 septembre 2021 : retour et fin du séjour

Matinée consacrée aux derniers achats ou à une dernière brasse dans la piscine intérieure de l'hôtel. En début d'après-midi, retour à l'aéroport de Porto pour votre vol à 16 heures. Arrivée à Bruxelles à 19 heures 20 et fin du séjour.

Ce déroulé est susceptible de modifications en fonction des conditions météorologiques et logistiques. Il sera adapté par Azimut Voyage afin de vous satisfaire au mieux.

Notre offre tarifaire :

Prix de ce séjour en chambre 2 personnes avec salle de bain privative : 1700 € pour les membres adhérents, 2000 € pour les non adhérents.

Le séjour en chambre individuelle est également possible en nombre limité et moyennant un supplément. N'hésitez pas à prendre contact avec nous à ce sujet.

Ces prix comprennent :

- Les vols directs Bruxelles/Porto aller/retour avec la compagnie Brussels Airlines
- L'hébergement en hôtel 4 étoiles avec accès à l'espace bien-être durant tout le séjour (des soins de beauté vous sont aussi proposés, en option sur réservation)
- Les petits-déjeuners et pique-nique
- Les dîners, eau, vin et boissons sans alcool incluses
- Les transports au Portugal et pour rejoindre l'Espagne
- L'ensemble des visites et ateliers
- L'encadrement par l'équipe d'Eqla, et l'équipe locale portugaise d'Azimut Voyage
- L'assurance annulation et rapatriement

Inscriptions uniquement à partir du lundi 1^{er} février à 9 h !

Par téléphone au 02/241 65 68 ou par mail à l'adresse inscriptions@eqla.be

Votre inscription sera confirmée uniquement après réception d'un acompte de 250 € sur le compte d'Eqla : BE 72 2100 3216 1616 au plus tard le 28 février. Si vous préférez des paiements échelonnés, merci d'en informer notre collaboratrice lors de votre inscription. Pour chaque paiement, merci d'utiliser la communication suivante : prénom + nom + séjour Portugal.

Agenda

ACTIVITÉS DE FÉVRIER, MARS, AVRIL 2021

L'agenda est composé de deux parties : les activités récurrentes et les activités ponctuelles proposées par Eqla.

Pour vous inscrire aux activités :

- Par téléphone au **02/241 65 68**
- Par mail via **inscriptions@eqla.be**

Il est obligatoire de s'inscrire aux activités. Votre place sera réservée définitivement **UNIQUEMENT** après réception du paiement sur le compte bancaire d'Eqla BE72 2100 3216 1616 dans les délais impartis. Pour vous permettre de vous organiser au mieux, nous avons décidé que seules les activités annulées au plus tard 5 jours avant l'activité ou pour raisons médicales, certificat à l'appui, seront remboursées. Si le paiement n'est pas réceptionné 5 jours avant l'activité, Eqla se réserve le droit d'annuler votre inscription.

Dans cet agenda, nous vous proposons également de participer à **nos animations gratuites en ligne**. L'inscription par téléphone ou par mail est également obligatoire. Ces animations se dérouleront via un salon virtuel sur Facebook, il est donc nécessaire d'avoir un compte ou profil sur ce réseau social pour pouvoir y participer. Les personnes inscrites seront recontactées pour que nous puissions leur expliquer comment accéder à l'animation. Donc pas de panique, nous sommes là pour vous aider !

LES ACTIVITÉS RÉCURRENTES

Chaque premier jeudi du mois – Ciné et goûter papote à Bruxelles

Ciné papote le jeudi 4 février et 6 mai de 13 h à 16 h et goûter papote les jeudis 4 mars et 1 avril de 14 h à 16 h.

Où ? Eqla Bruxelles, boulevard de la Woluwe 34 à 1200 Woluwe-Saint-Lambert (précisez rue Vandenhoven 101 en TaxiBus, accès par l'arrière du bâtiment Eqla). Prise en charge sur demande à la gare de Bruxelles-Central (devant les guichets) à 12 h (ciné papote) ou 13 h (goûter papote) précises. Trajet d'environ 1 h pour le retour à la gare.

Tarif : 2 € (possibilité de payer sur place).

Le jeudi 22 avril – Goûter dans le Tournaisis

Où ? Foyer St-Brice, rue Duquesnoy 55 à 7500 Tournai. Prise en charge sur demande à la gare de Tournai à 13 h 30 précises. Retour prévu à la gare à 16 h 45.

Tarif : 2 € (possibilité de payer sur place).

LES ACTIVITÉS PONCTUELLES

FÉVRIER

Jeudi 4 février : de 10 h à 12 h – Animation ludique à Bruxelles

Tu préfères jouer avec le duo ludo pour faire une pause dans ton quotidien ou jouer la bourse ou la vie ? Si tu optes pour la première réponse alors rejoins-nous pour une matinée autour d'une table et de quelques pépites ludiques.

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

sur demande à la gare de Bruxelles-Central (devant les guichets) à 9 h précises. Tarif : 2 € (possibilité de payer sur place). En cas de prolongation des mesures de confinement, cette animation sera proposée en ligne via le groupe Facebook « Eqla détente » (voir article p. 10).

Jeudi 4 février : de 13 h à 16 h – Ciné-papote à Bruxelles

La bibliothèque vous propose le film qui a reçu le Marius de l'audiodescription, un prix équivalent au César : « J'accuse » de Roman Polanski. Un choix de film et un sujet qui ne manqueront sûrement pas de transformer ce ciné-papote en... ciné-débat !

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

Tarif : 2 € (possibilité de payer sur place).

Vendredi 5 février : de 10 h 30 à 13 h – Brunch papote

Partager un moment convivial en mangeant viennoiseries et sandwiches, voilà une façon bien sympathique de se retrouver avant d'aller au cinéma.

Où ? Eqla Hainaut, chaussée Impériale 91, bâtiment 4, à 6060 Gilly. Prise en charge sur demande gare de Charleroi-Sud à 9 h 15 précises. Retour à la gare à 13 h 45 uniquement sur demande.

Tarif : 2 € (possibilité de payer sur place).

Vendredi 5 février : de 14 h à 15 h 30 – Cinéma « Pour vivre heureux »

En collaboration avec l'Œuvre fédérale Les Amis des Aveugles et Malvoyants asbl et le cinéma Quai10. Film Franco-luxembourgeois de Dimitri Linder et Salima Sarah Glamine. Avec Sofia Lesaffre, Zeera Christopher, Pascal Elbé. Amel et Mashir, deux jeunes bruxellois, s'aiment en secret. Ni leurs parents, ni leurs amis ne se doutent de leur relation et encore moins de leur projet de passer l'été ensemble à Londres. Le jour où la famille de Mashir décide de le marier à sa cousine Noor, qui est aussi l'amie d'Amel, c'est tout leur monde qui s'écroule. Comment pourront-ils sauver leur amour sans faire souffrir tous ceux qui les entourent ?

Où ? Cinéma Le Parc, rue de Montigny 58 à 6000 Charleroi. Prise en charge sur demande à la gare de Charleroi-Sud à 13 h 30 précises. Retour prévu à la gare à 16 h 15.

Tarif : gratuit, inscription obligatoire.

Lundi 8 février : de 11 h 30 à 15 h 30 – Mangeons à Louvain-la-Neuve

Retrouvons-nous pour déguster une crêpe salée suivie ou non d'une crêpe sucrée.

Où ? La Crêperie bretonne, place des Brabançons 1A à 1348 Louvain-la-Neuve. Rendez-vous à 11 h 15 devant les guichets de la gare de Louvain-la-Neuve. Possibilité de prise en charge sur demande à la gare d'Ottignies à 10 h 45 précises. Tarif : gratuit (hors consommations).

Jeudi 11 février : de 14 h 00 à 15 h 30 – Goûter papote virtuel

Des retrouvailles en ligne pour papoter de choses et d'autres qui sortent de l'ordinaire.

Où ? Page Eqla Détente sur Facebook. Pour participer, vous devez avoir un profil Facebook, faire partie du groupe Eqla Détente et vous inscrire par mail ou téléphone comme pour une activité traditionnelle (plus de détails p. 10 et dans les modalités d'inscription de cet agenda, p. 20).

Tarif : gratuit.

Agenda

Mardi 16 février : de 11 h à 13 h – Animation bibliothèque à Namur

Dans le cadre du cycle « Lire pour vivre libre », nous nous retrouverons autour de l'ouvrage « La voleuse de livres » de Markus Zusak (disponible en audio et au téléchargement).

Possibilité de participer à l'activité de l'après-midi décrite ci-dessous (Prévoir votre pique-nique si tel est le cas). Il n'y pas de retour accompagné prévu entre les deux activités.

Où ? Le Chat à sept pattes, rue Saint-Donat 42 à 5002 Namur. Rendez-vous à l'arrière de la gare de Namur (boulevard du Nord) à 10 h 30 précises pour le covoiturage.

Tarif : 2 € (possibilité de payer sur place).

Mardi 16 février : de 14 à 16 h – Goûter papote à Namur

Après avoir senti le pouvoir des livres ce matin, c'est le pouvoir de la convivialité qui vous attend cet après-midi, le plaisir d'être ensemble.

Où ? Le Chat à sept pattes, rue Saint-Donat 42 à 5002 Namur.

Prise en charge uniquement pour l'activité du matin.

Retour à la gare de Namur à 16 h 45.

Tarif : 2 € (possibilité de payer sur place).

Mardi 23 février : de 12 h à 15 h 30 – Repas d'antenne du Hainaut

L'école d'Hôtellerie du CECS Couillet Marcinelle nous accueille pour le traditionnel repas d'antenne du Hainaut. Où ? CECS Couillet Marcinelle, rue des Forgerons 106 à 6001 Marcinelle. Prise en charge sur demande à la gare de Charleroi-Sud à 11 h 15 précises pour un transport en bus (à 11 h 41).

Retour prévu à la gare à 16 h 45.

Tarif adhérent : 25 €, tarif plein : 30 €.

MARS

Mardi 2 mars : de 11 h 30 à 16 h – Auberge espagnole littéraire

D'abord, on nourrit nos corps avec de bonnes choses en partageant ce que chacun aura apporté. Ensuite, on remplit nos esprits en parlant littérature ! On parlera de nos livres préférés... ceux des critiques, les nôtres, et les vôtres !

Où ? Eqla Hainaut, chaussée Impériale 91, bâtiment 4, à 6060 Gilly. Prise en charge à la gare de Charleroi-sud à 10 h 15 précises, déplacement en métro. Retour prévu à la gare à 17 h.

Tarif adhérent : 4 € (consommations comprises), tarif plein : 8 € (consommations comprises)

Jeudi 4 mars : de 10 h à 13 h 30 – Atelier tajines

Nos deux experts culinaires vous guideront pas à pas dans la réalisation de cette recette marocaine traditionnelle ! Avec bien sûr, une dégustation à la clé ! Possibilité de participer à l'activité de l'après-midi décrite ci-dessous.

Où ? Eqla Bruxelles, boulevard de la Woluwe 34 à 1200 Woluwe-Saint-Lambert (précisez rue Vandenhoven 101 en TaxiBus, accès par l'arrière du bâtiment Eqla). Prise en charge sur demande à la gare de Bruxelles-Central (devant les guichets) à 9 h précises.

Prise en charge pour le retour uniquement après l'activité de l'après-midi.

Tarif adhérent : 8 €, tarif plein : 13 €

Jeudi 4 mars : de 14 h à 16 h – Goûter papote à Bruxelles

Où ? Eqla Bruxelles, boulevard de la Woluwe 34 à 1200 Woluwe-Saint-Lambert (précisez rue Vandenhoven 101 en TaxiBus, accès par l'arrière du bâtiment Eqla). Pas de prise en charge à l'aller. Retour prévu à la gare de Bruxelles-Central à 17 h. Tarif : 2 € (possibilité de payer sur place).

Mardi 9 mars : de 14 h à 15 h 30 – Goûter papote virtuel

Des retrouvailles en ligne pour papoter de choses et d'autres qui sortent de l'ordinaire.

Où ? Page « Eqla Détente » sur Facebook. Pour participer, vous devez avoir un profil Facebook, faire partie du groupe « Eqla Détente » et vous inscrire par mail ou téléphone comme pour une activité traditionnelle (plus de détails p. 10 et dans les modalités d'inscription de cet agenda, p. 20). Tarif : gratuit.

Jeudi 11 mars : de 19 h 30 à 21 h 30 – Théâtre en audiodescription « Alphabêta »

Mise en scène et texte de Dirk Opstaele. Avec Chloé Périlleux, Patrick Beckers et Mark Dehoux. Dans son laboratoire, Prospero, un savant passionné d'astrophysique donne sa dernière conférence-démonstration. Il parle des lois du mouvement, de la gravité, de la cosmologie, du temps... Mais du temps, justement, Prospero n'en a plus beaucoup. Ses jours sont comptés. Le moment est venu pour lui de transmettre son savoir à sa fille, Miranda. La conférence-démonstration de Miranda et Prospero se situe entre le conte, la conférence et le théâtre musical. En racontant, chantant, jonglant, l'équipe de Prospero révèle la beauté et la poésie des sciences exactes.

Où ? Théâtre Eden, boulevard Jacques Bertrand 1 à 6000 Charleroi. Rendez-vous sur place à 19 h 15, essai des casques à 19 h 30. Retour possible en covoiturage sur demande uniquement.

Tarif : 10 €

Jeudi 18 mars : de 10 à 15 h 30 – Confrérie du Matoufet à Marloie

Le matoufet, préparation à base d'œufs qui se mange sur une tranche pain gris, est très présent dans la province du Luxembourg et plus particulièrement à Marche. Une confrérie y a même été fondée en 1961. La Grande Maîtresse, Madame Bourguignon viendra nous parler de cette spécialité populaire. Ensemble, nous préparerons et dégusterons ce plat. Nous poursuivrons l'après-midi avec un échange convivial.

Où ? Eqla Luxembourg, rue des Prés 3 à 6900 Marloie. Prise en charge sur demande à la gare de Marloie à 9 h 30. Retour à la gare à 16 h.

Tarif adhérent : 5 €, tarif plein : 10 €.

Lundi 22 mars : de 12 h à 15 h 30 – Repas d'antenne du Brabant wallon

Vu le succès de son premier repas d'antenne en 2019, c'est à nouveau à la Ferme de Froidmont qu'aura lieu celui de cette année. Son restaurant pédagogique propose une cuisine biogourmande faite de produits locaux et cultivés dans leurs potagers. Moment délicieusement convivial et écoresponsable en perspective.

Où ? La Ferme de Froidmont, chemin du Meunier 38 à 1330 Rixensart. Rendez-vous devant la gare d'Ottignies à 11 h 30 précises pour le covoiturage. Retour prévu à la gare à 16 h 30.

Tarif adhérent : 25 €, tarif plein : 30 €.

Agenda

Lundi 29 mars : de 10 h à 12h – Animation ludique à Marloie

En voiture Céline ! La ludo fait arrêt à Marloie pour défier ses fidèles joueurs. La course à la coopération, cohésion et collaboration est lancée.

Où ? Eqla Luxembourg, rue des Prés 3 6900 Marloie. Prise en charge sur demande à la gare de Marloie à 9h30. 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 : 2 € (possibilité de payer sur place).

En cas de prolongation des mesures de confinement, cette animation sera proposée en ligne via le groupe Facebook « Eqla Détente » (voir article p. 10).

Lundi 29 mars : 13 h à 15 h – Animation ludique à Marloie

Vous pouvez prendre le train en marche ou tout simplement continuer cette journée si vous êtes friands de nos dernières découvertes.

Où ? Eqla Luxembourg, rue des Prés 3 6900 Marloie. Retour prévu à la gare de Marloie à 15h30.

Tarif : 2 € (possibilité de payer sur place).

En cas de prolongation des mesures de confinement, cette animation sera proposée en ligne via le groupe Facebook « Eqla Détente » (voir article p. 10).

AVRIL

Jeudi 1 avril : de 14 h à 16 h – Goûter papote à Bruxelles

Où ? Eqla Bruxelles, boulevard de la Woluwe 34 à 1200 Woluwe-Saint-Lambert (précisez rue Vandenhoven 101 en TaxiBus, accès par l'arrière du bâtiment Eqla). Prise en charge sur demande à la gare de Bruxelles-Central à 13 h précises. Retour prévu à la gare de Bruxelles-Central à 17 h.

Tarif : 2 € (possibilité de payer sur place).

Vendredi 2 avril : de 10 h 30 à 12 h 45 – Brunch papote

Au cours de ce brunch agrémenté de viennoiseries et sandwiches, Madame Joos viendra nous parler de la monnaie alternative de Charleroi, le Carol'Or, déjà acceptée dans 450 commerces. Possibilité de participer également à l'activité en après-midi, décrite ci-dessous (pique-nique et boissons à prévoir si tel est le cas).

Où ? Eqla Hainaut, chaussée Impériale 91, bâtiment 4, à 6060 Gilly. Prise en charge sur demande gare de Charleroi-Sud à 9 h 30 précises. Retour à la gare uniquement sur demande à 13 h 30.

Tarif adhérent : 7 €, tarif plein : 12 €.

Vendredi 2 avril : de 14 h à 16 h – Cinéma « Hors norme »

En collaboration avec l'Œuvre fédérale Les Amis des Aveugles et Malvoyants asbl et le cinéma Quai 10. Film français de Eric Toledano et Olivier Nakache. Avec Vincent Cassel, Reda Kateb, Hélène Vincent. Bruno et Malik vivent depuis 20 ans dans un monde à part, celui des enfants et adolescents autistes. Au sein de leurs deux associations respectives, ils forment des jeunes issus de quartiers difficiles pour encadrer des cas qualifiés « d'hyper complexes ». Une alliance hors du commun pour des personnalités hors normes.

Où ? Cinéma Le Parc, rue de Montigny 58 à 6000 Charleroi. Prise en charge sur demande à la gare de Charleroi-Sud à 13 h 30 précises. Retour prévu à la gare à 16 h 30.

Tarif : gratuit, inscription obligatoire.

Jeudi 8 avril : de 14 h à 15 h 30 – Goûter papote virtuel

Des retrouvailles en ligne pour papoter de choses et d'autres qui sortent de l'ordinaire.

Où ? Page « Eqla Détente » sur Facebook. Pour participer, vous devez avoir un profil facebook, faire partie du groupe « Eqla Détente » et vous inscrire par mail ou téléphone comme pour une activité traditionnelle (plus de détails p. 10 et dans les modalités d'inscription de cet agenda).

Tarif : gratuit.

Mercredi 14 avril : de 10 h à 16 h – Institut bouddhiste tibétain et initiation à la méditation

C'est dans un écrin entre deux collines, à l'orée du Bois, que nous nous laisserons guider par l'enseignement du bouddhisme et nous surprendre par la beauté de la nature, le calme agréable, le vieux château et les pelouses étendues où trônent de magnifiques monuments érigés à la mémoire du Bouddha. Après un repas version orientale, nous nous envolerons vers l'univers méditatif du lieu et serons initiés par un enseignant religieux du bouddhisme tibétain, également appelé lama.

Où ? Institut Yeunten Ling, promenade Saint-Jean l'agneau 4 à 4500 Huy. Rendez-vous à l'arrière de la gare de Namur (Boulevard du Nord) à 8 h 30 précises pour le covoiturage. Retour prévu à la gare à 17 h 30.

Tarif adhérent : 30 € (repas et boissons compris), tarif plein : 35 € (repas et boissons compris).

Jeudi 15 avril : de 10 à 15 h 30 – Créativité à Marloie : Vannerie en papier

Vous connaissez sans doute la vannerie. Nous vous proposons une variante de cet artisanat. Au lieu d'utiliser le traditionnel rotin ou osier, nous utiliserons le papier. Nous apprendrons à préparer le brin, puis nous pourrons lancer notre création.

Où ? Eqla 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 adhérent : 5 €, tarif plein : 10 €.

Lundi 19 avril : de 9 h 30 à 11 h 30 – Animation bibliothèque à Louvain-la-Neuve

Dans le cadre du cycle « Lire pour vivre libre », nous nous retrouverons autour de l'ouvrage « Le quatrième mur » de Sorj Chalandon (disponible en audio et au téléchargement). Possibilité de participer à l'activité de l'après-midi décrite ci-dessous. Petite restauration prévue (friterie ou crêperie, à préciser à l'inscription).

Où ? Gîte Mozaïk, rue de la Gare 2 à 1348 Louvain-la-Neuve. Prise en charge à la gare d'Ottignies à 8 h 30 précises, ou devant l'entrée d'Eqla Brabant wallon, place de l'Université 16 à Louvain-la-Neuve à 9 h précises (merci de préciser le lieu de prise en charge à l'inscription).

Tarif : 2 € (hors consommation, possibilité de payer sur place).

Lundi 19 avril : de 14 h à 16 h – Balade guidée autour du Lac de Louvain-la-Neuve

Ceux qui ont fait la balade nature du bois de Lauzelle s'en souviennent, Monsieur Mangeot est un guide passionné. Cette fois-ci, c'est la faune et la flore du lac de Louvain-la-Neuve, fraîchement rénové, qu'il nous fera découvrir.

Où ? Rendez-vous devant les guichets de la gare de Louvain-la-Neuve à 13 h 30. Sur place, déplacement à pied, parcours adapté aux chaises roulantes. Retour prévu à la gare à 17 h.

Tarif adhérent : gratuit (hors consommation), tarif plein : 5 € (hors consommation).

Agenda

Jeudi 22 avril : de 9 h 30 à 12 h – « Le Sentier de l'Amour »

Ce circuit pédestre de 5 km vous emmènera sur des sentiers de campagne faciles d'accès. Vous y entendrez le chant des oiseaux, le chant du vent et y découvrirez quelques œuvres sur le thème de l'amour. Bottines de marche à prévoir. Possibilité de participer également à l'activité décrite ci-dessous (pique-nique et boisson à prévoir si tel est le cas).

Où ? Sur le parking de la place d'Anvaing à 7910 Anvaing. Rendez-vous à la gare de Charleroi-sud à 7 h 30 ou gare de Tournai à 8 h 45 précises pour le covoiturage. Merci de préciser votre choix de prise en charge à l'inscription. Retour prévu à la gare de Tournai à 13 h 30.

Tarif adhérent : gratuit, tarif plein : 5 €.

Jeudi 22 avril : de 14 h à 16 h – Goûter dans le Tournaisis

Venez nous rejoindre pour partager un agréable moment à papoter.

Où ? Foyer Saint-Brice, rue Duquesnoy 55 à 7500 Tournai. Prise en charge sur demande à la gare de Tournai à 13 h 30 précises. Retour prévu à la gare de Tournai à 16 h 45 ou à la gare de Charleroi-sud à 18 h. Merci de préciser votre choix à l'inscription.

Tarif : 2 € (possibilité de payer sur place).

Lundi 26 avril : de 12 h à 15 h – Repas d'antenne de Bruxelles

Le traditionnel repas d'antenne aura lieu cette année au restaurant « Le Marillac » où nous serons servis par les étudiants en hôtellerie du Collège Roi Baudouin. Pour notre première venue chez eux, l'équipe du restaurant pédagogique nous concocte un menu trois services qui ravira nos papilles !

Où ? Restaurant Le Marillac, avenue du Saphir 15 à 1030 Bruxelles.

Prise en charge sur demande à la gare de Bruxelles-Central (devant les guichets) à 11 h 15 précises. Retour prévu à la gare à 15 h 45. Transports en bus.

Tarif adhérent : 25 € (hors boissons), tarif plein : 30 € (hors boissons).

Mardi 27 avril : de 10 h 30 à 15 h 30 – E-train city tour à Herbeumont

Découvrez cette belle région en parcourant les routes de façon ludico-sportive, à bord d'un « train touristique à assistance électrique », comparable à un cuistax à 8 places. Petite restauration prévue à midi. Les chiens guide ne trouveront pas leur place sur l'e-train. Ils pourront être confiés à un volontaire sur place. Où ? Grand' Place 1 à 6887 Herbeumont. Rendez-vous à la gare de Libramont à 9 h 30 précises pour le covoiturage. Retour prévu à la gare à 16 h 30.

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

Jeudi 29 avril : de 10 h à 12 h – Animation ludique à Louvain-la-Neuve

« Louvain-la-neuve tu ne dors jamais la nuit, tu m'fais chanter sans m'arrêter on fête toute l'année parfois... jamais, jamais je ne t'oublierai... » Et si on fêtait la vie, avec votre bonne compagnie, avec en musique de fond un air de piano de la salle Hepsilone à reconnaître, une chansonnette à pousser... Vous chantiez ne nous déplaît, eh bien jouez maintenant !

Où ? Salle Hepsilone, rue des Poètes 5 à 1348 Louvain-la-Neuve. Pour les transports adaptés, veuillez indiquer la rue des Arts 19. Rendez-vous à la gare d'Ottignies à 9 h précises pour le covoiturage. 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 : 2 € (possibilité de payer sur place).

En cas de prolongation des mesures de confinement, cette animation sera proposée en ligne via le groupe Facebook « Eqla Détente » (voir article p. 10).

Jeudi 29 avril : de 13 h à 15 h – Animation ludique à Louvain-la-Neuve

Après une note musicale, on vous proposera de ressortir quelques jeux classiques, atypiques ou béatiques.

Où ? Salle Hepsilone, rue des Poètes 5 à 1348 Louvain-la-Neuve. Pour les transports adaptés, veuillez indiquer la rue des Arts 19. Retour prévu à la gare d'Ottignies à 16 h.

Tarif : 2 € (possibilité de payer sur place).

En cas de prolongation des mesures de confinement, cette animation sera proposée en ligne via le groupe Facebook « Eqla détente » (voir article p. 10).

MAI

Jeudi 6 mai : de 13 h à 16 h – Ciné-papote à Bruxelles

Voici un coup de cœur littéraire de nos bibliothécaires : le livre de Pierre Lemaitre, Prix Goncourt 2013, magnifiquement adapté au cinéma ! C'est une comédie dramatique française réalisée par Albert Dupontel en 2017, qui retrace l'escroquerie menée de mains de maîtres par deux soldats démobilisés à la fin de la guerre 14-18 et leur jeune complice.

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

Tarif : 2 € (possibilité de payer sur place).

Les mesures qui permettent la reprise des activités culturelles :

Les activités sont proposées sous réserve de modifications possibles suivant l'évolution des mesures mises en place par le Comité de Concertation, et en fonction du nombre de participants et d'accompagnants à disposition. Merci de votre compréhension.

La distanciation sociale sera respectée. Lors des activités en nos locaux, chaque participant se désinfectera les mains en entrant dans le bâtiment. Les contacts physiques seront très limités (une personne guidée par la/le même accompagnant·e durant la journée). C'est pourquoi nous insistons sur la nécessité de venir, si vous en avez la possibilité, avec un accompagnant qui vous est proche, cela nous permettra également d'offrir l'accès aux activités à d'autres personnes. Le port du masque est obligatoire durant les déplacements, et nous vous conseillons également de garder ce masque durant l'activité. Les déplacements pour aller aux toilettes sont bien sûr autorisés.

Nous vous rappelons que l'assistance de la SNCB peut à nouveau vous accompagner de manière physique, en tenant le bras.

N'hésitez pas à diffuser toutes nos informations, à très bientôt,

Le pôle Culture d'Eqla



**Marie - Louise, 74 ans,
malvoyante, est plutôt
du genre nature.**

#commetoutlemonde

**Notre mission : accompagner les personnes aveugles
et malvoyantes pour leur permettre de vivre leur vie,
comme tout le monde.**

èq^{la}



www.eq^{la}.be