



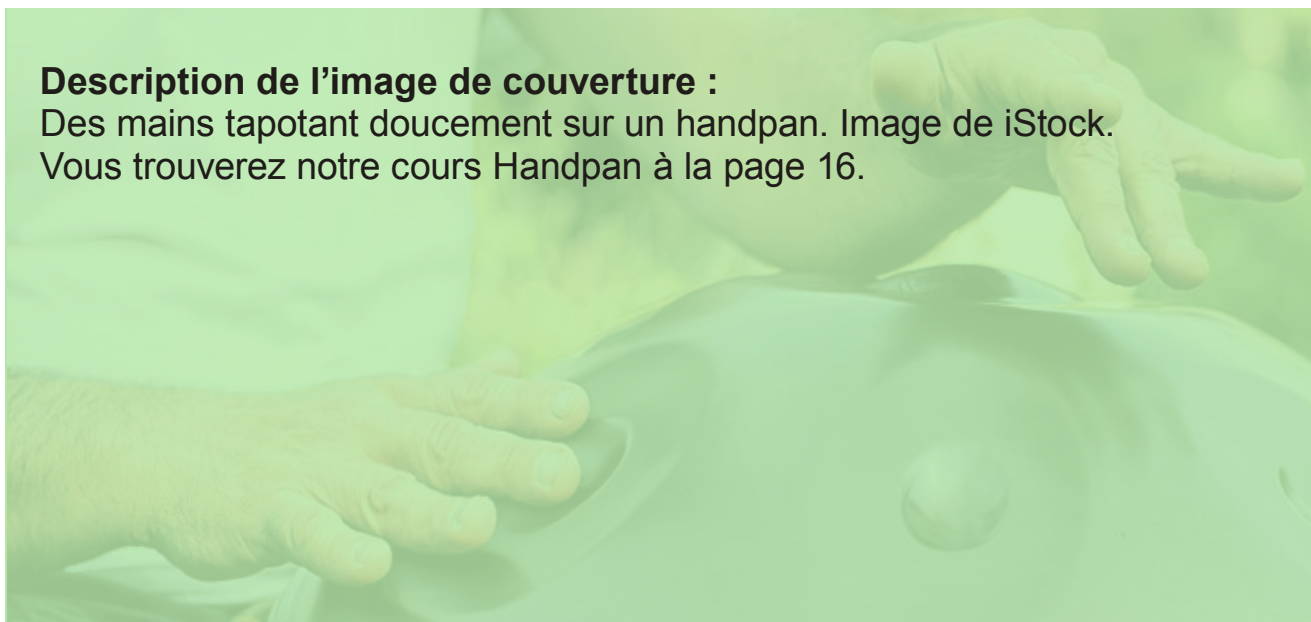
# Programme des cours

2<sup>ème</sup> semestre 2025



**Description de l'image de couverture :**

Des mains tapotant doucement sur un handpan. Image de iStock.  
Vous trouverez notre cours Handpan à la page 16.



**Editeur :** Fédération suisse des aveugles et malvoyants fsa

**Rédaction :** Sabrina Lanz,  
secrétariat de direction de la fsa, Berne

**Crédits photos :** iStock

**Mise en page :** Schneider SA, Berne

**Impression :** Schneider SA, Berne

**Transcription en braille :** Simone Rentsch

**Impression braille :** Marco Carluccio,  
secrétariat de direction de la fsa, Berne

**Accessibilité :** MyPAR sàrl, Heimberg

**Modes de publication :** sur papier, en braille et en version électronique  
FSC, papier issu de sources responsables

imprimé en  
**suisse**

**Découvrez le plaisir d'apprendre tout au long de la vie et élargissez vos horizons !**

## **Chères lectrices, chers lecteurs,**

Nos cours variés vous offrent non seulement la possibilité de maintenir vos capacités intellectuelles, mais ils apportent également de nouvelles impulsions à votre quotidien – surtout si votre vision est limitée. Que vous appreniez à cuisiner de manière créative, que vous donniez le meilleur de votre voix dans un chant choral pendant la période de l'Avent, que vous gardiez votre forme avec de l'aquagym, que vous découvriez les sons magiques d'un handpan ou que vous appreniez à vous détendre avec des exercices ciblés dans la vie quotidienne – chez nous, vous trouverez inspiration et diversité.

Des offres pratiques telles que la préparation à une candidature vidéo vous aident également à ouvrir de nouvelles portes et à vous présenter avec confiance. Nos cours favorisent votre bien-être physique et mental et renforcent votre lien avec la société.

Laissez-vous vous enthousiasmer par la diversité et trouvez l'offre qui vous correspond – pour une vie épanouie et active !

Vous trouverez tous les cours aussi sur notre site internet ainsi que les nouveautés hors programme, ou en appelant VoiceNet. Vous pouvez également nous joindre par courriel ou par téléphone (voir coordonnées ci-dessous). Inscrivez-vous à notre newsletter pour ne pas manquer d'événement.

Grâce aux subventions de l'Office fédéral des assurances sociales OFAS et au soutien généreux de fondations et de donateurs privés, les cours peuvent être proposés à des prix attractifs.

*Roland Wagner,  
Directeur Responsable du département prestations de la fédération,  
suppl. Direction*

### **Renseignements et inscriptions :**

Site web : [sbv-fsa.ch/fr/cours](http://sbv-fsa.ch/fr/cours)  
Mail : [cours@sbv-fsa.ch](mailto:cours@sbv-fsa.ch)  
Téléphone : 031 390 88 27  
VoiceNet : 031 390 88 88

*Scannez le QR-code pour accéder  
directement au site web des cours de la fsa*



## Table des matières chronologique

Impressum .....	2
Editorial .....	3
25.08. – 17.11. Aquagym lundi, N° 14138.....	8
27.08. – 19.11. Aquagym mercredi, N° 14139 .....	8
28.08. – 18.12. Yoga Genève, N° 13932.....	5
30.08. – 13.12. Do-In, N° 14140.....	9
01.09. – 15.12. Yoga Lausanne, N° 14134.....	5
01.09. – 15.12. Yoga Romont, N° 14131 .....	5
04.09. Qi Gong – Atelier de découverte, N° 14136 .....	7
06.09. + 13.09. Pasta italiana fatta in casa, N° 14146 .....	15
10.09. – 14.09. Reflexologie plantaire, N° 13875.....	9
20.09. Détente au quotidien, N° 14144 .....	12
28.09. – 04.10. Dansons autour du monde, N° 13879 .....	16
04.10. + 11.10. Cours de base de cuisine, N° 14147 .....	15
09.10. – 18.12. Qi Gong, N° 14137 .....	7
10.10. Lithothérapie malgache, N° 14142 .....	10
20.10. Voyage avec les instruments intuitifs, N° 14143 .....	10
31.10. Votre vidéo de présentation, N° 14017.....	13
03.11. Aromathérapie et le stress, N° 13889 .....	11
07.11. Madagascar – une rencontre informative, N° 14145.....	13
08.11. Le Handpan, ovni musical N° 14148 .....	16
14.11. – 16.11. Atelier de Yoga St. Antoni, N° 14135.....	7
05.12. – 07.12. Chant Choral, N° 14149 .....	17
Tableau d’affichage.....	18
Autres offres de cours .....	19
Nos groupes créatifs.....	20
Informations générales .....	22
Contact .....	23

## Sport et mouvement

### Le Yoga

Le Yoga est un chemin vers votre équilibre, votre sérénité et votre force intérieure. La pratique de ces exercices vous permet petit à petit d'assouplir et de tonifier votre corps, de fortifier et d'équilibrer votre mental. Vous acquerez des outils simples à utiliser dans la vie quotidienne pour être mieux dans votre corps, dans votre tête et dans votre cœur.

### Cours à Genève

N° du cours : 13932

---

Dates, heures : jeudi 28 août au 18 décembre 2025, 14h30 à 16h00  
Durée : 15 x 2h30, hebdomadaire  
Formatrice : Nathalie Manzoni Ria  
Lieu : Foound, Genève  
Prix : membre fsa CHF 150.–, non-membre CHF 168.–  
Inscription : jusqu'au 28 juillet 2025

### Cours à Romont

N° du cours : 14131

---

Dates, heures : lundi 1er septembre au 15 décembre 2025, 16h30 à 18h00  
Durée : 11 x 1h30, hebdomadaire  
Formatrice : Marie-Noëlle Lötscher  
Lieu : Maison Verte, Romont  
Prix : membre fsa CHF 88.–, non-membre CHF 99.–  
Inscription : jusqu'au 30 juillet 2025

### Cours à Lausanne

N° du cours : 14134

---

Dates, heures : lundi 1er septembre au 15 décembre 2025, 10h00 à 11h30  
Durée : 11 x 1h30, hebdomadaire  
Formatrice : Marie-Noëlle Lötscher, Patricia Terrapon  
Lieu : Paroisse écossaise, Lausanne  
Prix : membre fsa CHF 109.–, non-membre CHF 122.–  
Inscription : jusqu'au 30 juillet 2025



Photo: © Tyler Merkel

**Atelier de Yoga à St. Antoni**

N° du cours : 14135

Dates :	vendredi 14 au dimanche 16 novembre 2025
Durée :	3 jours
Formatrice :	Nicole Béguin
Lieu :	Bildungszentrum Burgbühl, St. Antoni
Prix :	membre fsa, simple CHF 455.– / double CHF 423.–, non-membre, simple CHF 505.– / double CHF 475.–
Remarque :	repas végétarien durant tout le séjour
Inscription :	jusqu'au 14 août 2025

**Qi Gong**

Le Qi Gong est un art millénaire chinois souvent considéré comme une gymnastique douce. Cette pratique fait partie de la Médecine Traditionnelle Chinoise et permet de détendre les muscles, les articulations, les tensions, d'assouplir la colonne vertébrale, de renforcer l'équilibre et de développer sa relation à l'espace. Vous affinez l'écoute de votre corps et le lien avec l'extérieur à travers des automassages, des mouvements lents, des postures, des relaxations : une connexion à vous et aux autres. Les ateliers se pratiqueront assis et/ou debout et s'adapteront aux possibilités de chacun.

**Qi Gong – Atelier de découverte gratuit**

N° du cours : 14136

Date, heure :	jeudi 4 septembre 2025, 9h30 à 11h30
Formatrice :	Aurélie Communal
Lieu :	Espace Turquoise, Chêne-Bourg
Prix :	Gratuit
Inscription :	jusqu'au 4 août 2025

**Qi Gong**

N° du cours : 14137

Dates, heures :	jeudi 9 octobre au 18 décembre 2025, 9h30 à 11h00
Durée :	10 x 1h30, hebdomadaire
Prix :	membre fsa CHF 170.–, non-membre CHF 189.–
Inscription :	jusqu'au 9 septembre 2025

### Aquagym

Les cours d'aquagym s'adressent à toutes les personnes qui désirent bouger dans l'eau. Dans ce milieu aquatique, les muscles de tout le corps sont sollicités et le risque de se blesser est presque nul. C'est un moyen très ludique de faire votre gymnastique d'une manière douce et à votre propre rythme avec la résistance de l'eau comme outil principal.

### Aquagym lundi

N° du cours : 14138

---

Dates, heures : lundi 25 août au 17 novembre 2025, 14h30 à 15h30  
Durée : 10 x 1h, hebdomadaire  
Formatrice : Medalit Mury  
Lieu : Piscine de la Vaudoise Aréna, Prilly  
Prix : membre fsa CHF 175.–, non-membre CHF 195.–  
Inscription : jusqu'au 25 juillet 2025

### Aquagym mercredi

N° du cours : 14139

---

Dates, heures : mercredi 27 août au 19 novembre 2025, 10h30 à 11h30  
Durée : 11 x 1h, hebdomadaire  
Formatrice : Medalit Mury  
Prix : membre fsa CHF 192.–, non-membre CHF 214.–  
Inscription : jusqu'au 27 juillet 2025



## Bien-être

### Do-In

N° du cours : 14140

Ce cours vous aide à intégrer les gestes d'automassage simples pour détendre les tensions physiques et mentales, les cinq étirements des méridiens d'énergie, ainsi que les besoins spécifiques du corps selon les saisons. La pratique régulière favorise un effet durable dans la vie quotidienne, cela grâce aux exercices d'automassage et d'étirement adaptés aux besoins spécifiques du corps à chaque saison de l'année.

Dates, heures : samedi 30 août au 13 décembre 2025, 9h30 à 12h00  
 Durée : 4 x 2h30, mensuel  
 Formatrice : Vanessa Lopez  
 Lieu : Espace Loisirs de Pro Senectute, Delémont  
 Prix : membre fsa CHF 117.–, non-membre CHF 132.–  
 Inscription : jusqu'au 30 juillet 2025

### Reflexologie plantaire associée aux huiles essentielles N° du cours : 13875

La réflexologie est une méthode de médecine naturelle reconnue depuis très longtemps. Elle est préventive et curative. Lors de ce séminaire vous découvrez comment votre corps est représenté dans vos pieds à travers des moyens ludiques et faciles d'apprentissage. En pratique vous faites des massages des zones réflexes des pieds et appliquez le « pas de chenille ». Vous découvrez plusieurs huiles essentielles que vous pouvez utiliser en toute confiance et en sécurité. Vous les ajoutez sur les zones réflexes plantaires pour booster le soin autant à travers leurs propriétés physiques qu'émotionnelles.

Dates : mercredi 10 au dimanche 14 septembre 2025  
 Durée : 4 jours  
 Formatrice : Géraldine Viatte  
 Lieu : Hôtel Roc et Neige, Château-d'Oex  
 Prix : membre fsa, simple CHF 653.– / double CHF 553.–, non-membre, simple CHF 720.– / double CHF 620.–  
 Prérequis : aucun, ce cours est ouvert à tous  
 Inscription : jusqu'au 6 août 2025

**Lithothérapie malgache, NOUVEAU**

N° du cours : 14142

Vous découvrez les propriétés stimulantes de quelques pierres semi-précieuses de Madagascar, leurs vertus, leurs pouvoirs subtils et leur influence positive sur votre quotidien. Vous apprenez également à les recharger en énergie et à les utiliser dans votre vie de tous les jours.

Date, heure : vendredi 10 octobre 2025, 14h00 à 16h30  
Formatrice : Nancy Schuwey  
Lieu : Service de consultation de la fsa, Fribourg  
Prix : membre fsa, CHF 30.–, non-membre CHF 33.–  
Inscription : jusqu'au 10 septembre 2025

**Voyagez avec les instruments intuitifs**

N° du cours : 14143

Le voyage sonore vous amène à expérimenter des atmosphères sonores et mélodies variées, vous invitant à vivre et ressentir le son et les vibrations dans votre corps, en toute simplicité et sans effort. C'est un excellent moyen de vous relaxer et de vous offrir un moment où le mental s'apaise, le stress diminue et les tensions se libèrent. Les instruments utilisés durant la matinée ont la particularité de pouvoir se jouer facilement. Un accent particulier est mis sur la prise en main et le jeu avec les Handpans et Rav Vast.

Date, heure : lundi 20 octobre 2025, 10h00 à 16h30  
Formateur : Gaël Robert  
Lieu : Hôtel des associations, 2000 Neuchâtel  
Prix : membre fsa CHF 98.–, non-membre CHF 110.–  
Remarque : repas de midi inclus  
Inscription : jusqu'au 20 septembre 2025

## Aromathérapie et le stress

N° du cours : 13889

On nous en demande toujours plus, plus de performances, plus de présence, plus de... Comment prendre le temps pour s'occuper de soi ?

Cette formation vous propose des outils aromatiques pour vous accompagner au quotidien quel que soit votre chemin actuel. Vous apprenez à connaître la définition exacte du stress et son fonctionnement, à comprendre comment prendre soin de vous et à savoir quelles huiles utiliser et comment les appliquer pour vous accompagner dans ces moments difficiles.

Date, heure : lundi 3 novembre 2025, 10h00 à 16h30  
Formatrice : Géraldine Viatte  
Lieu : Ecole Gedane, Lausanne  
Prix : membre fsa, CHF 66.–, non-membre CHF 75.–  
Remarque : repas de midi inclus  
Inscription : jusqu'au 3 octobre 2025



## Vie quotidienne & Culture

### La détente au quotidien, NOUVEAU

N° du cours : 14144

Les personnes aveugles et malvoyantes doivent se concentrer davantage et être toujours attentives dans leur travail quotidien et même en déplacement. Cela entraîne souvent des tensions musculaires, notamment au niveau des épaules et de la nuque. Certaines souffrent donc davantage de céphalées de tension et d'autres symptômes. Nous vous montrons des exercices ciblés et vous donnons de précieux conseils pour que vous puissiez gérer au mieux votre quotidien professionnel et vous régénérer rapidement. Votre concentration au travail s'en trouvera également améliorée. Une instructrice de yoga chevronnée, possédant une vaste expérience auprès de personnes aveugles et malvoyantes, animera le cours.

Date, heure : samedi 20 septembre 2025, 10h00 à 16h30  
Formatrice : Diana Andrea  
Lieu : Centre de formation et de rencontre CFR, Lausanne  
Prix : membre fsa CHF 35.–, non-membre CHF 48.–  
Remarque : Pique-nique à amener  
Inscription : jusqu'au 20 août 2025



**Votre vidéo de présentation**

N° du cours : 14017

Vous souhaitez différencier votre candidature des dossiers habituels ? Aimeriez-vous montrer que les personnes handicapées de la vue peuvent travailler, avec les moyens auxiliaires, sur un pied d'égalité ? Présentez vous aux employeurs, de manière innovante, un profil personnel avec vos compétences et expériences professionnelles, mais aussi grâce à l'utilisation des outils à votre disposition (JAWS, braille, etc.) dans votre travail. Créez votre vidéo en trois étapes : Écrire un script en utilisant un modèle. Puis, demi-journée d'atelier afin d'optimiser votre profil. Et pour finir, tournage et enregistrement vidéo de votre profil personnel, présentation de vos méthodes de travail avec les moyens auxiliaires et à l'endroit de votre choix.

Date : vendredi 31 octobre 2025  
 Durée : matinée + ½ jour individuel  
 Formateurs : Diane Klein et Dirk Weiss  
 Lieu : FRAC, Bienne  
 Prix : CHF 195.– (prix coûtant), AI/ORP CHF 780.–  
 Public cible : personnes en recherche d'emploi  
 Inscription : jusqu'au 26 septembre 2025

**Madagascar – une rencontre informative, NOUVEAU**

N° du cours : 14145

Pendant cet après-midi informatif vous êtes emmenés en voyage à travers la flore et la faune exceptionnelles et endémiques ainsi que les paysages spectaculaires du pays d'origine de la formatrice, Madagascar la grande île rouge. Tout en dégustant du thé à la vanille de Madagascar, elle vous fait découvrir également les us et coutumes, la population, les spécialités culinaires et les épices ainsi que l'artisanat malgache.

Date, heure : vendredi 7 novembre 2025, 14h00 à 16h30  
 Formatrice : Nancy Schuwey  
 Lieu : Service de consultation de la FSA, Fribourg  
 Prix : membre fsa CHF 25.–, non-membre CHF 28.–  
 Inscription : jusqu'au 7 octobre 2025



## Cuisine et Saveurs

### Pasta italiana fatta in casa !, NOUVEAU

N° du cours : 14146

Vous apprenez à préparer des pâtes selon des recettes traditionnelles du pays d'origine de la formatrice. En utilisant de la semoule et de l'eau, vous maîtrisez l'art de réaliser des tagliatelles régulières et savoureuses avec une machine à pâtes, ainsi que des gnocchis à la main. De plus, en travaillant une pâte artisanale à base de farine de blé tendre et d'œufs, vous découvrez comment obtenir une texture idéale, inspirée des traditions du centre et du nord de l'Italie. Vous perfectionnez le façonnage manuel des garganelli et des tagliatelles pour créer des pâtes authentiques.

Dates, heures : samedi 6 septembre et 13 septembre 2025, 9h30 à 14h30  
 Durée : 2 x 5h  
 Formatrice : Caterina Vinci  
 Lieu : Centre de formation et de rencontre CFR, Lausanne  
 Prix : membre fsa CHF 160.–, non-membre CHF 178.–  
 Remarque : repas compris  
 Inscription : jusqu'au 6 août 2025

### Cours de base de cuisine, NOUVEAU

N° du cours : 14147

Le premier jour de cours est dédié aux pommes de terre, ingrédient universel nécessitant précision. Vous êtes guidé à la préparation de trois recettes : gratin dauphinois, pommes de terre rôties et purée Robuchon. Vous apprenez à choisir les bonnes variétés et maîtriser les techniques pour des résultats de chef. Le deuxième jour vous acquérez les techniques essentielles des œufs, qui figurent comme ingrédient simple mais délicat à cuisiner. Vous apprenez à maîtriser la cuisson sous différentes formes : à la coque, pochés, en omelette, barzotto ou au plat – cela tout en découvrant les secrets des textures parfaites et des assaisonnements adaptés. À travers une approche pratique, vous apprenez à éviter les erreurs courantes et à sublimer cet ingrédient du quotidien.

Dates, heures : samedi 4 octobre et le 11 octobre 2025, 9h30 à 14h30  
 Durée : 2 x 5h  
 Formatrice : Caterina Vinci  
 Lieu : Centre de formation et de rencontre CFR, Lausanne  
 Prix : membre fsa CHF 160.–, non-membre CHF 178.–  
 Remarque : repas compris  
 Inscription : jusqu'au 4 septembre 2025

## Musique et danse

### Dansons autour du monde

N° du cours : 13879

Vous faites un tour du monde avec des danses simples et enjouées, très souvent en cercle, parfois à deux et parfois assis. Le tout est accompagné par des musiques enregistrées ou jouées sur divers instruments (guitare, flûtes, violon, chalemie et percussion) ainsi que par des chants, vous menant de la Bretagne à la Grèce, en passant par la Suisse ! Vous améliorez votre mobilité, votre équilibre, votre orientation dans l'espace et votre mémoire imaginative dans un cadre sécurisant.

Dates : dimanche 28 septembre au samedi 4 octobre 2025  
Durée : 6 jours  
Formateur : Andreas Rutschmann  
Lieu : Hôtel Roc et Neige, Château-d'Oex  
Prix : membre fsa, simple CHF 999.– / double CHF 876.–,  
non-membre, simple CHF 1'100.– / double CHF 965.–  
Prérequis : Aucune connaissance préalable n'est nécessaire car  
chaque danse sera soigneusement introduite  
Inscription : jusqu'au 20 juillet 2025

### Le Handpan, ovni musical

N° du cours : 14148

Un atelier découverte du Handpan, un instrument étrange – qui d'ailleurs a été inventé par deux Suisses – et du Hang et Rav Vast, d'autres instruments qui partent de l'intelligence innée des mains vers un jeu de tapotement intuitifs. Vous n'avez pas besoin d'avoir fait du solfège ou d'être musicien pour découvrir ses talents de joueur de Handpan. Une courte introduction théorique vous enseigne l'histoire de ces drôles d'instruments. Puis vous passez immédiatement à la pratique avec des exercices ludiques de positionnement des mains, de rythmes et d'écoute. La deuxième partie du cours sera un approfondissement des techniques et du jeu intuitif où vous avez l'occasion de jouer également en duo.

Date, heures : samedi 8 novembre 2025, 10h00 à 16h30  
Formateur : Gaël Robert  
Lieu : Centre de formation et de rencontre CFR, Lausanne  
Prix : membre fsa CHF 68.–, non-membre CHF 78.–  
Inscription : jusqu'au 8 octobre 2025



## Chant Choral

N° du cours : 14149

Grâce à des exercices vocaux, de posture, de respiration et de mouvement, vous apprenez à poser votre voix pour gagner en confort, en ancrage et en assurance. Au travers de chants variés : Comédies musicales, variété, gospel et chants du monde, vous développez votre oreille, votre justesse et votre sens du rythme. Vous éveillez votre créativité dans l'improvisation et les jeux vocaux. Vous affinez votre écoute en chantant à l'unisson ou à plusieurs voix. Les chants sont accompagnés de guitare, de piano ou a capella.

Dates : vendredi 5 au dimanche 7 décembre 2025  
Durée : 3 jours  
Formatrice : Magali Rytz-Bubloz  
Lieu : Bildungszentrum Burgbühl, St. Antoni  
Prix : membre fsa, simple CHF 326.– / double CHF 276.–,  
non-membre, simple CHF 360.– / double CHF 304.–  
Prérequis : Pas nécessaire de connaître le solfège  
Inscription : jusqu'au 26 août 2025



**Façonnez l'avenir avec nous – Partagez vos souhaits de cours et vos talents !** Nous souhaitons rendre notre offre de cours encore plus variée et avons besoin de votre soutien !

**Pour les participants:** Avez-vous des idées de cours que vous aimeriez suivre ? Partagez-nous vos souhaits et aidez-nous à créer une offre parfaitement adaptée à vos besoins. Votre avis compte !

**Pour des nouveaux responsables de cours :** Possédez-vous des compétences ou des passions particulières que vous aimeriez transmettre ? Devenez formateur ou formatrice de cours chez nous et enrichissez notre offre avec vos talents uniques. Que ce soit des arts créatifs, des activités sportives ou le développement personnel – nous attendons vos propositions avec impatience.

## Recherche d'Auxiliaires !

Avez-vous envie d'enrichir votre vie et celle des autres par une activité pleine de sens ? Nous recherchons des Auxiliaires engagés, prêts à accompagner et soutenir des personnes aveugles et malvoyantes lors de leur participation à des cours, en échange d'une petite indemnité.

**Contactez-nous dès aujourd'hui !**

## Bon à savoir !

Participez-vous à des événements culturels ou à des expositions accompagné-e ? Renseignez-vous sur les possibilités d'entrée gratuite ou à prix réduit avec la « carte d'accompagnement CFF » auprès de votre centre de conseil de la fsa.

[sbv-fsa.ch/fr/conseil-et-formation](http://sbv-fsa.ch/fr/conseil-et-formation)

## Autres offres de cours

### Centres de formation et de rencontre CFR

Les centres de formation et de rencontre CFR sont situés à Berne, Lausanne, Lucerne, St-Gall et Zurich. Les CFR offrent d'une part la possibilité d'apprendre de nouvelles techniques et aptitudes manuelles et sont d'autre part des lieux de rencontre et d'échange appréciés. Chaque CFR propose un programme individuel. Un personnel spécialisé sensibilisé vous accompagne et vous assiste lors de vos activités.

L'équipe du CFR de Lausanne se réjouit de votre contact :  
centre.lausanne@sbv-fsa.ch ou tél. 021 651 60 66.

Ainsi que tous les autres CFR ([sbv-fsa.ch/fr/cfr](http://sbv-fsa.ch/fr/cfr))

### Kursprogramm für die Deutschschweiz

Das Programm für die Deutschschweiz kann unter der Nummer 031 390 88 37 oder auf [kurse@sbv-fsa.ch](mailto:kurse@sbv-fsa.ch) angefordert werden.

### Cours et formations offerte par d'autres organismes de typhlophilie

Tous les cours sont à découvrir sur le site : [coursplus.ch](http://coursplus.ch)

### Nos groupes créatifs

#### **Variés. Surprenants. Conviviaux.**

Nos groupes créatifs sont aussi diversifiés que la vie : dans une ambiance détendue et conviviale où chacun peut discuter et échanger, vous faites le plein d'énergie et développez vos talents dans le domaine artisanal ou créatif. Vous aurez le plaisir de réaliser vos propres objets et d'apprendre de nouvelles techniques tout en passant un agréable moment. Les activités créatives sont encadrées par des responsables qualifiés et sont adaptées aux besoins des personnes aveugles ou malvoyantes ainsi qu'aux diverses classes d'âge.

Les 40 groupes créatifs romands et alémanique de la fsa sont les lieux où se retrouvent les personnes qui partagent les mêmes préoccupations et qui goûtent à la joie de se retrouver et de créer.

Voici les sites en Suisse romande :

Delémont, Fribourg, Genève-Carouge, Genève-Cornavin, La Chaux-de-Fonds, Lausanne, Martigny, Nidau, Neuchâtel, Porrentruy, Yverdon-les-Bains.

Frais de cours : forfait de CHF 100 par an.

Spécial : les frais de matériel ne sont pas compris dans le prix.

Une visite d'essai gratuite et le commencement du cours sont possibles à tout moment. Les participants bénéficiant de prestations complémentaires ne paient pas de frais de cours.

Pour plus de renseignements ou pour vous inscrire visitez notre site [sbv-fsa.ch/fr/groupecreatifs](http://sbv-fsa.ch/fr/groupecreatifs) ou contactez-nous par mail à [groupecreatifs@sbv-fsa.ch](mailto:groupecreatifs@sbv-fsa.ch) ou par téléphone au 031 390 88 29.

**Je ne l'ai su qu'après être venu. J'ai découvert des aptitudes et des talents insoupçonnés.**

**Le groupe créatif me donne une structure hebdomadaire et je m'en réjouis à chaque fois. Grâce au soutien, des possibilités créatives se présentent, que nous n'aurions pas sans cette offre précieuse.**



## Informations générales



### Conditions générales (CG)

Les conditions générales (CG) de la fsa sont disponibles en ligne sur [sbv-fsa.ch/fr](http://sbv-fsa.ch/fr). Par votre inscription au cours, vous les acceptez. Vous pouvez également écouter les CG sur VoiceNet au 031 390 88 88 sous la rubrique 2.3.2.5 ou les commander sur papier directement au secrétariat des cours.

### Autonomie

Pour tous nos cours, un certain niveau d'autonomie est requis. L'arrivée au lieu du cours se fait individuellement. Des accompagnateurs voyants peuvent participer sur demande. Il n'y a pas de droit à l'attribution d'auxiliaires (ou bénévoles) par la fsa.

### Frais d'accompagnement

En cas de participation à un cours exigeant un accompagnement individuel – non fourni par la fsa – nos membres peuvent demander une subvention au moyen du formulaire pour les frais d'accompagnement. Celle-ci se monte à un maximum de 50 % du prix du cours, et est plafonnée à CHF 800.– ou CHF 1000.– par an, selon les conditions d'octroi. Pour en savoir plus visitez notre site web : [sbv-fsa.ch/fr/contributions](http://sbv-fsa.ch/fr/contributions)

### Aide financière

Une aide financière pour la participation à un cours est possible pour toutes les personnes en situation économique difficile. Les services de consultation vous renseigneront sur les conditions d'octroi : [sbv-fsa.ch/fr/conseil-et-formation](http://sbv-fsa.ch/fr/conseil-et-formation)

Pour toute autre demande ou suggestion, veuillez-vous adresser au secrétariat des cours, 031 390 88 27 ou [cours@sbv-fsa.ch](mailto:cours@sbv-fsa.ch).

### Adresse

Fédération suisse des aveugles et malvoyants fsa  
Secrétariat de direction  
Könizstrasse 23  
Case postale  
3001 Berne  
031 390 88 00  
[info@sbv-fsa.ch](mailto:info@sbv-fsa.ch)  
[sbv-fsa.ch/fr/cours](http://sbv-fsa.ch/fr/cours)

## Contactez-nous – nous sommes à votre disposition !



Informations sur l'image, voir ci-dessous

### Pour les cours en Suisse romande

Du lundi au vendredi, de 8h30 à 16h30

Téléphone : 031 390 88 27  
 E-Mail : [cours@sbv-fsa.ch](mailto:cours@sbv-fsa.ch)  
 Contact : Sabrina Lanz

### Für Kurse in der Deutschschweiz

Montag bis Freitag, 8.30 – 16.30 Uhr

Telefon: 031 390 88 37  
 E-Mail: [kurse@sbv-fsa.ch](mailto:kurse@sbv-fsa.ch)  
 Kontaktperson: Astrid Allet

### Pour les groupes créatifs

Du lundi à jeudi, de 8h30 à 16h30

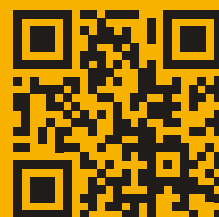
Téléphone : 031 390 88 29  
 E-Mail : [groupecreatifs@sbv-fsa.ch](mailto:groupecreatifs@sbv-fsa.ch)  
 Contact : Ruth Kober

Photo d.g.à.d.	<b>Astrid Allet</b>	Responsable des cours alémaniques
	<b>Ruth Kober</b>	Responsable des groupes créatifs
	<b>Sabrina Lanz</b>	Responsable des cours romands
	<b>Roland Wagner</b>	Direction des prestations de la fédération



Ensemble,  
on voit mieux

Visitez notre nouveau site web !



[sbv-fsa.ch](http://sbv-fsa.ch)

Könizstrasse 23  
Case postale  
3001 Berne  
031 390 88 00

[info@sbv-fsa.ch](mailto:info@sbv-fsa.ch)  
[sbv-fsa.ch/fr/cours](http://sbv-fsa.ch/fr/cours)



Votre don en  
bonnes mains.