

Édition 02/2026



Clin d'œil

Magazine de la Fédération suisse
des aveugles et malvoyants fsa



Culture sans barrières

Ensemble,
on voit mieux

La musique en cadeau
Comment le piano berce la
vie de Loris Mittaz.
Page 10



Photo: Samuel Devantéry

Page de couverture

La culture sous toutes ses formes fait du bien au corps et à l'esprit, surtout quand elle est accessible. Les improvisations du pianiste malvoyant Loris Mittaz ont réconforté les rescapés du drame de Crans-Montana. Son album «Black Out» raconte son retour vers la lumière, à l'image des partages à découvrir dans ce magazine.

Photo: Samuel Devantéry



Photo: Musée Tinguely, Matthias Willi





Culture inclusive

Qu'est-ce qui rend un événement inclusif?

Page 12



Tout est possible

Comment Ana Maria s'adonne à sa passion du dessin.

Page 21

En bref

- 4** Comment fait-on, au juste? Notre nouvelle campagne
- 4** Prolongation de l'offre Coop réservée aux membres
- 6** Initiative pour l'inclusion: nos revendications principales pour la phase finale

Point fort

- 9** Vivre des émotions
- 10** Quand l'émotion devient musique
- 12** «Il ne s'agit pas d'avantages supplémentaires»
- 14** «Grease» avec audio-description
- 15** 5 délasséments accessibles
- 18** La joie de chanter
- 19** Notre calendrier des événements, désormais encore plus clair

Les gens

- 21** La joie profonde retrouvée

Fédération

- 24** Des cours pour une meilleure qualité de vie
- 26** Bien plus que du vélo
- 28** La fin d'un monde
- 29** Bien plus qu'un secrétariat
- 30** Merci Hervé Richoz

Comment fait-on, au juste? Notre nouvelle campagne

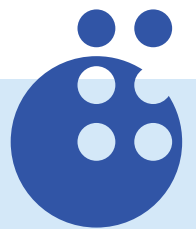
Notre campagne estivale «Comment fait-on, au juste? – Des questions passionnantes sur la malvoyance» débutera à la mi-juin 2026. À travers de courtes vidéos diffusées sur les réseaux sociaux, nous aborderons des questions telles que: «Comment les personnes aveugles coupent-elles les légumes?» ou «Comment travaille-t-on à l'ordinateur quand

on est malvoyant?», afin de sensibiliser le public et d'accroître la visibilité de la fsa. Tous les contenus renvoient vers une page web thématique proposant des vidéos supplémentaires et des questions complémentaires.

www.sbv-fsa.ch/comment-fait-on



Prolongation de l'offre Coop réservée aux membres



Pour la troisième année consécutive, Coop offre un avantage exclusif aux membres de la fsa: à partir d'un montant minimum de commande de 99.90 CHF, les frais de livraison sont offerts pour toute commande passée sur coop.ch ou via l'application Coop. L'offre a

été prolongée jusqu'au printemps 2027. Les bons d'achat existants restent valables. Vous pouvez commander les codes promotionnels en ligne (www.sbv-fsa.ch/fr/coop/), par e-mail (coop@sbv-fsa.ch) ou par téléphone (031 390 88 00).

Chère lectrice, cher lecteur,

L'art touche là où les mots manquent. Il rassemble les gens, apporte un soutien et ouvre de nouveaux horizons. Il déploie toute sa puissance lorsqu'il est accessible à tous et que les personnes en situation de handicap ne sont pas mises à l'écart, mais participent et contribuent à sa création. Ce numéro montre comment l'art inclusif peut être une réussite.

Le pianiste Loris Mittaz en est un exemple saisissant. Par sa musique, il apporte réconfort et confiance, notamment lors de la cérémonie en mémoire des victimes de Crans-Montana, où ses notes ont touché les cœurs bien au-delà des frontières nationales.

Ce numéro marque malheureusement aussi un adieu: c'est la dernière fois que j'ai eu le privilège de le concevoir avec mon estimé collègue Hervé Richoz, avant qu'il ne prenne une retraite bien méritée.

Rahel Escher

Cheffe du marketing et de la communication



Initiative pour l'inclusion: nos revendications princi- pales pour la phase finale

En février, le Conseil fédéral a adopté le contre-projet révisé à l'initiative pour l'inclusion. Une fois de plus bien en deçà des revendications.

La première ébauche de contre-projet à l'initiative pour l'inclusion, présentée en juin 2025, était déjà insuffisante. La version révisée n'a apporté que des améliorations ponctuelles et reste en deçà des revendications de l'initiative, pour ce qui est de l'habitat, l'accès à l'assistance et l'autodétermination. La situation est figée pour le logement.

Pour la fsa, les revendications principales suivantes restent particulièrement importantes:

1. Impliquer de manière contraignante les personnes en situation de handicap

L'élaboration des lois et des mesures nécessite l'implication systématique des personnes en situation de handicap. Pour cela, nous demandons la créa-

tion d'un conseil pour l'inclusion, avec forte représentation des personnes concernées, et qui conseillerait le Conseil fédéral.

2. Autodétermination garantie

La Confédération et les cantons doivent, dans un délai raisonnable, permettre aux personnes concernées de choisir librement leur forme de logement et leur lieu de résidence, comme tout un chacun. Cela nécessite la fixation de délais contraignants et l'adoption de dispositions transitoires.

3. Garantir un travail inclusif

La loi sur l'inclusion doit stipuler et garantir une participation sur un pied d'égalité au premier marché du travail par la Confédération et les cantons.

Projets pilotes et mesures de soutien ne suffisent pas à eux seuls.

4. Permettre la participation politique et le bénévolat

L'instauration d'un droit à l'assistance pour les mandats politiques et les tâches bénévoles.

5. Améliorer efficacement la contribution d'assistance

La contribution d'assistance nécessite des améliorations.

- Très important: **un nouvel outil uniforme d'évaluation des besoins**. Le système FAKT actuel est à remplacer, car il ne permet pas de déterminer de manière réaliste les besoins des handicaps sensoriels et des troubles cognitifs.
- Le **cercle des assistants potentiels** doit être élargi pour une plus grande liberté de choix.
- La **charge administrative pour les bénéficiaires** doit être réduite et indemnisée adéquatement.
- La **contribution d'assistance et les montants maximaux** doivent être relevés et les **prestations de conseil** développées.
- Le traitement de la contribution d'assistance des **personnes du premier et du deuxième marché** de l'emploi doit être identique.

6. Rendre les moyens auxiliaires accessibles

Les personnes concernées doivent disposer de toute l'assistance nécessaire et des moyens auxiliaires pour pouvoir participer à la vie sociale et professionnelle.

Des améliorations ponctuelles ne suffisent pas

Certaines revendications formulées lors de la consultation ont été prises en compte, ce dont nous nous félicitons. À l'avenir, le respect de la Convention de l'ONU relative aux droits des personnes handicapées fera l'objet d'une surveillance indépendante. Le cercle des personnes concernées auxquelles la loi doit s'appliquer a été considérablement élargi.

Des améliorations ponctuelles ne suffisent pas. Il est temps que le législateur prenne en compte la réalité du quotidien des personnes en situation de handicap de manière globale, contraignante et efficace.

Liens

Info nouveau contre-projet:
www.sbv-fsa.ch/fr/news/initiative-pour-linclusion-le-nouveau-contre-projet-decoit-une-fois-de-plus/

Texte: Nicole Weber

Fondation AccessAbility

Au centre de nos préoccupations : **vous**, touché par le handicap visuel.

Nous proposons des consultations dans toute la Suisse, réparties sur cinq sites différents. Certains de nos collaborateurs sont eux-mêmes malvoyants ou aveugles. Nous sommes donc confrontés quotidiennement aux obstacles de l'accessibilité. Nous travaillons en étroite collaboration avec les organisations d'entraide et d'aide spécialisée et avons plus de 35 ans d'expérience dans le domaine.

La **fondation AccessAbility** s'engage à trouver des moyens auxiliaires électroniques appropriés. Nous conseillons et accompagnons les personnes concernées dans leur choix et l'acquisition de ces aides.

Fondation d'utilité publique pour aveugles et malvoyants

Nous partageons les compétences spécifiques nécessaires à l'utilisation de moyens auxiliaires, ordinateurs, tablettes, smartphones ou autres appareils électroniques et adaptons les postes de travail aux besoins spécifiques des personnes en situation de handicap visuel.

Lucerne:

Bürgenstrasse 12
041 552 14 52

Neuchâtel:

Crêt-taconnet 12a
032 552 14 52

St-Gall:

Rosenbergstrasse 87
071 552 14 52

Berne:

Könizstrasse 23
031 552 14 52

Zürich:

Ausstellungsstr. 36
044 552 44 52

www.accessability.ch
info@accessability.ch

optaro®

Utilisez votre iPhone
comme lecteur portable



Vous possédez un iPhone et souhaitez l'utiliser pour lire et visualiser des textes et des images avec un agrandissement et un contraste adaptés? optaro se compose d'une caméra Full HD avec éclairage LED intégré et d'un support rabattable. Vous combinez votre iPhone avec optaro et l'application optaro et l'utilisez

comme un appareil de lecture mobile à la maison et en déplacement.



Testez le VoxiVision dans l'une des filiales de la **fondation AccessAbility**:

Lucerne 041 552 14 52
St-Gall 071 552 14 52
Berne 031 552 14 52
Neuchâtel 032 552 14 52
Zurich 044 552 44 52

www.accessability.ch
info@accessability.ch

Produit par:  **ESCHENBACH**

Vivre des émotions

Inclusion: la culture n'est pas un luxe dont on devra un jour se passer, mais une nécessité.

Traversant une épreuve de perte de la vue, l'activité culturelle est une des premières choses que l'on remet «à plus tard». Et c'est légitime tant les bénéfices plaisir et joie sont diminués en raison de la dépense d'énergie nécessaire à l'organisation personnelle et l'accès aux activités. En devenant une personne aveugle ou malvoyante, la tentation est alors d'abdiquer et de croire que «rien ne sera plus jamais comme avant», se fermant aux opportunités...

Droit à la culture

Car elles sont en augmentation les offres culturelles qui nous permettent une vie digne et équilibrée à la rencontre de nos émotions partagées. Cette universalité, cette égalité, ces droits humains servent de base à la Convention de l'ONU relative aux droits des personnes handicapées (CDPH), adoptée en 2006. Ils sont légion les exemples de membres fsa qui rayonnent à nouveau après

avoir participé à des visites guidées, des concerts ou des ateliers créatifs.

Vivre la culture

Patrimoine, rites, fêtes, gastronomie, culture, tout cela constitue le vivre ensemble qui stimule, apaise, inspire et nous relie à notre humanité. Même sans voir, la culture nourrit notre imaginaire, notre créativité et notre besoin d'appartenance. Aller au théâtre, au musée, au cinéma, c'est participer à la vie collective et comprendre ce monde qui évolue autour de nous.

Notre rôle

Rappelons ici qu'il nous appartient de soutenir toutes ces bienveillantes initiatives peu chères, en délaissant nos zones de confort et en nous inscrivant. Chacun et chacune de nous contribue de la sorte à élargir – pour les autres membres – l'offre culturelle accessible.

Texte: Hervé Richoz

Quand l'émotion devient musique

Nouvelle pépite de la scène artistique suisse, le Valaisan Loris Mittaz nous emmène dans son univers «Black Out» à découvrir dans les festivals de l'été. Envoûtant.

Jeans, sweat à capuche, les cheveux courts et la barbe naissante, un jeune homme, jovial et fêtard, arpente le territoire de la commune de Crans-Montana avec Anis, son chien-guide. Âgé de 25 ans, il revient d'une des cliniques de réadaptation réputées sur le Haut-Plateau dans laquelle il exerce sa profession de masseur médical. Toutefois Loris nourrit une toute autre passion qui le transporte et le dévore: la musique!

Du foot au piano

Passionné de foot et gardien de but, Loris a fini par ne plus voir le ballon lui arriver dessus. À 9 ans, sur recommandation de ses parents, Loris prend

des cours de piano. Il apprend avec des partitions agrandies, avant que sa professeure ne prenne la mesure des limitations visuelles et ne l'entraîne à jouer «à l'oreille». C'est en rejoignant l'École de jazz et de musiques actuelles (EJMA) à 16 ans que tout bascule. Son professeur l'enseigne de manière ludique et lui fait découvrir un monde infini, celui de l'improvisation et ses codes. C'est une révélation et Loris réalise qu'il peut faire «des trucs à lui» et revisiter les standards. La machine est lancée et rien ne peut l'arrêter!

Entrer dans le sublime

Qui se souvient du film «Intouchables» de 2011 et l'intensité



Photo: Samuel Devantéry

des mélodies de Ludovico Einaudi? Au sortir du cinéma, Loris est profondément bouleversé et dit à sa maman: «C'est ce que je veux faire.» Ses improvisations d'aujourd'hui, ses albums «Atom» et «Black Out» nous baignent dans une pureté harmonique et nous transportent dans une profonde humanité. Les confidences mélodiques de Loris suivent un courant néoclassique contemporain et son public ressent cette sobriété qui murmure des émotions et des élans qui font référence à ses univers pop-rock, classique et autres musiques populaires. C'est d'ailleurs au Verbier Festival classique que Loris a offert au public subjugué une

improvisation magistrale inspirée d'airs valaisans. On le retrouve ensuite à Martigny pour clore la célébration télévisée suite au drame de Crans-Montana: «J'avais surtout besoin d'évacuer tout ça et me suis dit que si ma musique pouvait reconforter un ou deux cœurs...» Un moment intense où il a failli vaciller sur ses jambes: «Je me suis dit que si j'ai pu jouer là, je peux jouer partout.»

Texte: Hervé Richoz

Black Out

Son dernier opus raconte son chemin vers la lumière et se conclut avec la contribution émouvante du rappeur Berby.

Comme une ode au vivant et à l'acceptation, Loris nous donne rendez-vous sur ses prochaines scènes suisses, notamment au Palp Festival et à «Sion sous les étoiles» le 18 juillet.

www.lorismittaz.com

«Il ne s'agit pas d'avantages supplémentaires»

Paola Pitton, du service Culture inclusive, nous parle des projets culturels inclusifs destinés aux personnes en situation de handicap visuel et de la valeur ajoutée qu'ils apportent à tou-te-s.

Que faut-il pour qu'une manifestation culturelle soit vraiment sans barrières?

Tout d'abord, les informations doivent être accessibles sans barrières. Ensuite, l'itinéraire doit être décrit de manière claire et, idéalement, avoir été

testé au préalable avec des personnes aveugles et malvoyantes. Le Museum.BL à Liestal, par exemple, le fait très bien. Ou encore le Musikfestival Bern, qui met à disposition l'itinéraire sous forme de fichier audio. L'Orchestre symphonique de Lucerne propose un service d'accueil et d'accompagnement pour les visiteuses et visiteurs malvoyants. Dans la région de Bâle, le projet «Kultur plus 1» met à disposition des personnes accompagnantes pour les personnes en situation de handicap.

Qu'est-ce qui est important sur place?

L'orientation est essentielle. Pour cela, une signalisation bien lisible et l'accueil des

Photo: màd



chiens-guides sont indispensables. Le Zürcher Theater Spektakel rend ses manifestations accessibles au plus grand nombre avec accent mis sur la signalisation lisible, une maquette tactile et l'audiodescription et son conseil consultatif composé de personnes présentant des troubles de la mobilité, de l'ouïe et de la vue.

Quid des aides techniques?

Un rôle important. L'audiodescription à l'opéra de Bâle ou au TOBS!, les visites guidées en direct des musées (anrufkultur.ch) ou les pièces radiophoniques sur des sites archéologiques comme Augusta Raurica ouvrent de nouvelles perspectives d'accès.

Quels projets vous ont particulièrement convaincue?

Le Musée Tinguely a organisé une journée d'inclusion avec des visites guidées en tandem et un chariot à toucher. Au Musée d'histoire naturelle de l'Université de Zurich, un sac interactif conçu par une personne aveugle permet de faire une visite autonome en touchant, en écoutant et en sentant.

Quelle est l'importance du développement collaboratif?

Elle est essentielle et évite les retouches. Dès le départ, le

Musée des cultures de Bâle a conçu une exposition avec un spécialiste aveugle, ce qui a donné naissance à un audioguide et à des visites guidées en tandem destinées à un large public.

Comment les personnes concernées peuvent-elles gagner en visibilité?

Les institutions culturelles devraient les employer comme médiatrices et médiateurs culturels. Cela nécessite volonté et ouverture d'esprit.

À quoi ressemblerait un paysage culturel sans barrières?

Accessible à tou-te-s, offrant une expérience multisensorielle, visible et utilisé naturellement. Les expériences tactiles et olfactives ainsi que les audiodescriptions poétiques sont un enrichissement pour l'ensemble des visiteuses et des visiteurs. Il ne s'agit pas d'avantages supplémentaires, mais de nouvelles perspectives pour tou-te-s.

Texte: Rahel Escher

Culture inclusive

Charte, outils et conseils: www.cultureinclusive.ch

«Grease» avec audiodescription

La comédie musicale «Grease» arrive sur la scène en plein air des Thunerseespiele – avec une audiodescription en allemand pour les spectateurs aveugles et malvoyants. L'un des classiques les plus célèbres de la comédie musicale devient ainsi accessible.

Dans les secteurs D et E, les spectateurs peuvent suivre l'action en direct grâce à des descriptions précises des scènes. L'audiodescription est transmise directement sur votre smartphone via l'application «Sennheiser MobileConnect» et commence 10 minutes avant le début du spectacle par une introduction.

Il est conseillé de télécharger l'application à l'avance, de recharger la batterie de son appareil et d'apporter des écouteurs filaires. Pour bénéficier de la meilleure connexion, il est recommandé de s'installer dans les rangées 10 à 20. Ainsi, votre sortie culturelle sera une expérience pleinement inclusive au bord du lac de Thoue.



Photo: Thunerseespiele

Tirage au sort de billets

Nous tirons au sort 2 billets pour la représentation du mercredi 15 juillet 2026. Inscriptions jusqu'au 26 juin par e-mail (markom@sbv-fsa.ch) ou par courrier (sbv, Könizstrasse 23, case postale, 3000 Berne). La représentation est en allemand.

www.thunerseespiele.ch/de/barrierefreiheit

5 délasssements accessibles

1. Voyage et city trips



Le voyage est culture, pour ressentir l'histoire ou l'immen-sité des monuments, connaître son lieu de vie et se laisser surprendre par ce que l'homme a créé.

Le saviez-vous?

- Dirigée par une agente de voyage aveugle, la nouvelle association «évasion pour tous les regards» vous em-mène dans des lieux où la culture est souvent présente; www.evasionregards.ch
- Vous vous facilitez la re-cherche d'accompagnant-e en utilisant les frais d'accom-pagnement de la fsa.
- Bien qu'accompagné-e-s, les personnes aménagent leur autonomie grâce aux app de localisation et depuis peu avec les ressources de l'intel-ligence artificielle.
- Grâce à la section Jura, Delé-mont propose un parcours historique à travers les monu-ments de la vieille ville. L'app MyWayPro indique le parcours

à suivre, les obstacles à évi-ter et reconnaît également des codes QR apposés aux bâtiments (qui enclenchent un audioguide).

- La fsa collabore avec les ins-tances touristiques. Lucerne vient de moderniser son sys-tème d'orientation avec codes QR et 26 bornes d'informa-tion. Berne propose des vi-sites guidées de ville sous dif-férents angles et Zurich pro-pose de découvrir le cimetiè-re de Sihlfeld (avec l'app MyWayPro).

Suggestions

- Sites dédiés au «voyage accessible»: www.pro-cap-voyages.ch/voyages; www.claireundgeorge.ch/fr/vacances-et-voyages-sans-barrieres-en-suisse
- «www.evasionregards.ch» (en français uniquement)
- «around me» et «MyWayPro» vous indiquent les com-merces et points d'intérêt au-tour de vous (source: www.ecoledelapomme.ch).

2. Théâtre et danse



Assister à une représentation «d'arts vivants», c'est sortir de son quotidien, voyager mentalement et se laisser surprendre tout en ressentant une envie de partage, ainsi qu'une forme d'appartenance.

Le saviez-vous?

- La plupart des institutions culturelles accordent la gratuité à la personne accompagnante.
- Plus encore pour la danse, l'audiodescription «en live» permet de «vivre» la mise en scène, les mouvements et le rythme (1 minute audiodécrite représente 1 heure de préparation).
- La Romandie a eu la chance de pouvoir compter sur des pionniers comme Bruno Quiblier (cinéma) et Corine Doret Baertschi (théâtre) qui ont institutionnalisé notre accessibilité à tous ces arts de la scène.

Suggestions

- Association Ecoute-voir, www.ecoute-voir.org (toute la Romandie)
- Association Résonance, www.associationresonance.com (Genève)
- Audio Description Network, www.audiodescription.network (Zurich)

3. Musique et opéra



La musique est un langage immersif profondément humain qui traverse les cultures, les âges et les différences, tout en nous faisant vivre des émotions. Festivals ou opéras, quand la musique devient spectacle et mise en scène, l'audiodescription devient indispensable.

Le saviez-vous?

- Pour la gratuité de la personne accompagnante, en particulier dans les concerts et festivals, il est recommandé de s'adresser en avance à l'organisateur qui vous l'accordera et vous indiquera où et comment procéder pour l'achat des billets.
- Pour l'opéra, des micros de scène restituent directement le son et l'audiodescription dans chaque casque audio, évitant de déranger les autres publics voisins.

Suggestion

- Le calendrier de la fsa vous renseigne sur les dates et le contenu des représentations proposées dans toute la Suisse. www.sbv-fsa.ch/fr/manifestation_fsa

4. Cinéma et télévision



Films, séries et documentaires racontent des histoires, explorent des réalités sociales et élargissent nos horizons. Ils éclairent le monde, combler l'absence, le vide des membres les plus isolés.

Le saviez-vous?

- Pionnier de l'audiodescription en Suisse, «Regards neufs» permet de vivre les films en audiodescription le jour de leur sortie en salle ou lors de Festivals comme Locarno ou Soleure. Une plateforme de streaming est en cours de réalisation.
- SRF/SSR/RSI ont créé (2025) un dédié à l'audiodescription.
- Les contenus du «Play RTS» sont pour une grande partie disponibles en audiodescription.

Suggestions

- App gratuite «Greta» (iOS et Android)
- www.hoerfilm-schweiz.ch/ (en allemand)
- www.regards-neufs.ch/fr

5. Expositions et musées



Écrins architecturaux, modernes et interactifs dans leur muséographie, les musées sont un accès direct au patrimoine et à l'histoire du lieu ou de la société. Événements et expositions stimulent curiosité et réflexion.

Le saviez-vous?

- Visites guidées et tactiles vous invitent à une immersion spatiale et sensorielle pour une pleine participation inclusive.
- Anrufskultur vous propose une visite guidée des musées bâlois dans une conférence téléphonique.
- Deux associations romandes permettent de vivre des instants privilégiés de partage et de rencontre autour de propositions culturelles régionales: L'art d'inclure (VD) www.lart-dinclure.ch et Allons Voir (VS, site en création).

Suggestion

- Programme de votre section et agenda de la fsa: www.sbv-fsa.ch/fr/manifestation_fsa

La joie de chanter

Justine Rossat adore le karaoké. Aveugle, elle pilote l'app KaraFun avec la synthèse vocale de son iPhone en poursuivant un petit rêve.

En week-end de ski à Anzère, Justine et sa bande traversent la place du village pour se rendre en face de l'hôtel à une soirée karaoké. Avec Alyssa et Luka, malvoyants qui aiment chanter, et leur ribambelle de camarades, la soirée sera festive et joyeuse. Dans l'atmosphère de bar, Justine prend son téléphone, se fait indiquer le code QR qui apparaît sur les écrans de télévision et se connecte avec KaraFun au programme de la soirée. Elle va pouvoir naviguer dans l'app et

sélectionner les titres des chansons qu'elle va chanter. Bientôt son nom apparaît à l'écran.

Pour le plaisir

Née avec une microphthalmie bilatérale (malformation du globe oculaire), Justine étudie actuellement au Gymnase de Payerne. Elle est sensible aux gens qui chantent faux, car elle sait depuis son jeune âge qu'elle dispose d'un talent, «l'oreille absolue». Cet univers du karaoké la remplit de joie et elle concède: «On se retrouve avec des gens qui ont besoin de se libérer l'esprit.» Enivrée de musique et d'émotions, elle avoue: «Si je connais environ 1000 chansons, c'est «Monsieur/Madame» de Loïc Nottet qui me fait le plus vibrer. Peut-être la chantera-t-elle un jour sur France 2 dans «N'oubliez pas les paroles», l'émission de Nagui dont elle rêve en secret.

Texte: Hervé Richoz



Justine au micro.

Notre calendrier des événements, désormais encore plus clair

Qu'il s'agisse de visites tactiles, d'une comédie musicale avec audiodescription ou de randonnées dans votre région: vous trouverez dans le calendrier des manifestations de la fsa des événements accessibles et intéressants dans toute la Suisse.

Utilisez-vous notre calendrier des manifestations en ligne? Il est présent depuis des années sur le site web de la fsa. De nombreux organisateurs culturels l'utilisent déjà pour mettre en avant leurs offres inclusives. Votre fédération s'engage par ailleurs activement à convaincre toujours plus d'organismes à proposer des manifestations accessibles à tous.

Quoi de neuf?

Nous avons optimisé notre calendrier des événements. Il est désormais plus clair et les filtres ont été améliorés. Vous trouverez facilement les événements dans votre région et pour la période souhaitée.

Nouveauté particulièrement pratique: tous les événements de nos CFR et sections sont regroupés dans le même calendrier. Cela signifie moins de clics et une meilleure vue d'ensemble: vous trouverez sur une seule page tout ce qui vous intéresse pour les semaines à venir.

www.sbv-fsa.ch/fr/manifestation



Photo: Musée Tinguely, Daniel Spehr



La joie profonde retrouvée

Ana Maria Weber goûte pleinement à sa nouvelle vie, avec son chien-guide Ieva. Les cours de la fsa lui ont réservé plein de surprises inattendues. Témoignage.

Résidente à Corcelles, Ana Maria ne savait rien de la fsa jusqu'en 2021. Commerçante, entrepreneuse, cette femme au caractère affirmé gérait sa vie normalement. La soixantaine approchant sa vision s'est inexorablement dégradée. Sa désormais basse vision la confronte douloureusement à la réalité de sa perte d'autonomie, la lecture en particulier. Ana Maria a dû composer avec ses nouvelles limitations visuelles. Maman, femme, quoiqu'il arrive, elle a continué à aller de l'avant et a développé toute une panoplie de stratégies pour dissimuler le handicap, une dégénérescence de la rétine. La vie et le handicap étant, ses envies de nature et de nouvelles rencontres ne pouvaient plus être satisfaites.

La magie opère

Château-d'Œx en décembre, des rires, des vocalises individuelles et des reprises en canon s'envolent de la grande salle de l'hôtel qu'Ana Maria connaît pour y avoir déjà pratiqué du yoga avec la fsa. Au cœur des participant-e-s malvoyant-e-s et leurs accompagnant-e-s, Ana Maria s'emballa: «Ce cours fsa nous a tellement enthousiasmées l'année dernière que nous avons décidé d'y revenir.» Le «nous» inclut sa nouvelle grande amie, la Genevoise Anne-Laure, également malvoyante.

Une histoire de vie

Ana Maria est née en Algarve, à Faro en 1961. En 1967, ses parents s'exilent à Paris où elle entrera à l'école. Comme forte myope, elle n'en garde pas un

souvenir mémorable. Puis la famille déménage en Bourgogne et Ana Maria vit une première renaissance visuelle avec la découverte des lentilles de contact qui lui permettent de voir le monde qui l'entoure. Elle décide avec son mari de venir en Suisse dans les années quatre-vingt. Elle adore Neuchâtel et se régale dans la gestion de son animalerie de spécimens aquatiques, le conseil à la clientèle, finissant même par nourrir serpents et scorpions.

Oser demander de l'aide

Farouchement indépendante, la vue se dégradant, expérimentant la malvoyance, Ana Maria se met par trop en danger, finit par ne plus reconnaître ses clients et doit traverser une autre longue épreuve de santé. Déterminée, elle se résout à accepter de l'aide et fait appel aux personnes spécialisées qui lui disent «de ne plus jamais s'empêcher de faire des choses en raison du handicap». Elle découvre Centrevue, le service de basse vision du canton de Neuchâtel, qui lui présente une gamme de solutions et des moyens auxiliaires qu'elle ne soupçonnait même pas. C'est une révélation et de nouveaux espoirs pour elle. Ces conseils et ces moyens auxiliaires contribuent

aujourd'hui à sa meilleure autonomie possible.

Entraide inattendue

Elle entend alors parler des livres de la BSR, des associations comme le GSHV (pour la marche, l'aviron ou la raquette) et s'adonne à la navigation avec la Barre Blanche (en Corse et dans les îles Grenadines). Elle adhère enfin à la fsa en 2021 et découvre des prestations sociales et financières, en particulier les cours. Sa vie reprend un tourant plus joyeux. Ana Maria ose la canne blanche, se rend compte que les personnes aveugles et malvoyantes qu'elle rencontre ne sont ni vieilles, ni tristes... Au contraire, elle fait la connaissance de l'entraide, du partage avec des personnes empathiques et qui lui donnent une quantité d'astuces et noue de solides amitiés... Elle fait le plein de cours à la fsa, en particulier le yoga et le chant. Elle y trouve cet amour bienveillant de la part des formateurs-trices qui savent mener leur groupe pour que chacun-e y trouve son compte, quels que soient ses capacités ou son résidu visuel. Elle rajoute: «Le plus dur c'est de rentrer à la maison après un cours fsa, car on était dans une petite bulle protégée, porteuse et agréable.»



Sensations retrouvées

Des dessins accrochés au mur et posés sur son bureau intriguent. Elle rigole: «J'aime créer dans la solitude, oser l'inconnu.» Enfant, elle dessinait tous les dimanches et s'amusaient à recopier des cases de bandes dessinées et de rajouter: «Je trouve très sensuel le bruit du crayon de couleur et celui du papier qui l'accueille.» Elle ne se considère pas comme artiste, pourtant elle adore les nuances et la dépose de couleurs sur des supports divers, avant de s'esclaffer: «Ce sont mes petites choses à moi, j'aurai peur qu'on juge mes dessins.» Éprise de nature, elle jardine comme elle peut et s'emploie à reconnaître les herbes aromatiques et les légumes.

«leva», sa fierté

Depuis décembre 2024, leva, une chienne labrador beige, est entrée dans sa vie. Ana Maria se sent en totale sécurité, surtout le soir. Elle apprécie cette compagne à quatre pattes qui lui permet ne de pas rater le dernier bus ou le chemin pentu qui grimpe vers son immeuble et rigole: «C'est quand même plus facile que de devoir utiliser la loupe du téléphone.» Et Ana Maria de conclure, en mentionnant la honte du handicap qui a disparu et son envie de vivre: «J'éprouve une joie profonde et j'ose dire que je suis fière du chemin accompli.»

Texte: Hervé Richoz

Photos: Eve Kohler

Des cours pour une meilleure qualité de vie

Comment gérer mon handicap visuel – et comment me déplacer en toute sécurité? Deux nouveaux cours apportent des réponses.

Deux nouveaux cours viennent enrichir le programme de la fsa au deuxième semestre 2026. Ils touchent au cœur de ce qui préoccupe de nombreuses personnes aveugles et malvoyantes: la gestion de son propre état psychologique et la sécurité au quotidien.

L'échange renforce le moral

Le nouveau groupe de parole s'adresse aussi bien aux personnes nouvellement touchées qu'à celles vivant avec ce handicap depuis longtemps. Dans un cadre bienveillant, les participants échangent, se soutiennent mutuellement et développent ensemble des stratégies pour le quotidien, avec renforcement de la confiance en soi, prévention de l'isole-

ment et découverte de nouvelles perspectives. Le groupe est animé par Vincent Ducommun, psychologue clinicien lui-même concerné par la déficience visuelle, ce qui crée une atmosphère de confiance particulière. Les cinq rencontres ont lieu entre le 21 août et le 11 décembre 2026, le vendredi matin, dans un cabinet au Mont-sur-Lausanne. Un remboursement par la caisse-maladie est possible selon les conditions.

En sécurité au quotidien

Chaque année en Suisse, quelque 290 000 personnes chutent si lourdement qu'elles doivent consulter un médecin. La demi-journée sur la «Prévention des chutes: conseils et



exercices» du 17 octobre 2026, de 13h30 à 17h00 au Centre de formation et de rencontre CFR à Lausanne, montre comment réduire ces risques. Des ambassadrices et ambassadeurs de la campagne equilibre-en-marche.ch donnent des conseils pratiques sur le renforcement de la force et de l'équilibre, et proposent des exercices concrets. Dans un second temps, une spécialiste du centre de conseil fsa présente les offres de réadaptation – orientation et mobilité, basse vision et activités de la vie journalière. Inscription

jusqu'au 17 septembre 2026, CHF 10.– de participation aux frais.

Programme des cours du 2^e semestre 2026

Pour plus d'informations sur l'offre de cours de la fsa: www.sbv-fsa.ch/fr/cours/
Tél. 031 390 88 27/
cours@sbv-fsa.ch

Bien plus que du vélo

Adapté pour les personnes en situation de handicap visuel, l'indoorcycling améliore la capacité cardiovasculaire, brûle les calories et favorise le bien-être mental. Rencontre avec Imad Derbas.

Président de l'association ICfSB (indoorcycling pour aveugles et malvoyants) et désormais instructeur certifié, Imad Derbas (1964) confesse: «L'indoorcycling a redonné du sens à ma vie, alors que je perdais la vue et m'isolait.» Son monde s'effondre à l'âge de 45 ans avec la survenue du diagnostic de la maladie de Stargardt, qui se manifeste par une dégénérescence inéluctable de la capacité visuelle.

Doute et renaissance

Responsable, engagé, père de famille, Imad Derbas a été cadre supérieur dans l'hôtellerie-restauration. La descente aux enfers a débuté avec la maladie, les assurances sociales, la perte d'identité. S'ensuit pour Imad cette tentation de l'isolement, de l'enfermement avec ce sentiment d'inutilité qui pèse lourd sur le moral

et Imad d'ajouter: «Mon médecin a tiré la sonnette d'alarme en raison de ma sédentarité, de la prise de poids qui en découle



et de mes perspectives pessimistes quant à l'avenir et m'a invité à renouer avec la société par le sport.» Imad essaie le fitness et l'indoorcycling, réalisant que ce dernier était parfaitement compatible avec le handicap visuel. Sa passion naissante, Imad retrouve la santé, le goût de l'effort et se transforme, tout en confessant: «Au début, je m'esquivais rapidement pour ne pas devoir expliquer ma situation aux autres.» Puis quelque temps plus tard, Imad a noué des amitiés et s'est rapidement senti accepté dans cette communauté d'amis.

ICfSB et formation

Après avoir fondé son club ICfSB dédié au cyclisme en salle inclusif, Imad a souhaité devenir formateur en cyclisme en salle (Schwinn). Il s'est adressé à l'académie de formation Schwinn, qui n'était toutefois pas préparée à ce type de formation (destinée aux personnes malvoyantes). Grâce au formidable soutien d'Evelyn Trosi (ancienne instructrice certifiée Schwinn), il a pu obtenir la certification «Schwinn Bronze Level». Il est désormais le premier instructeur de cyclisme en salle malvoyant d'Europe et met tout en œuvre pour obtenir la certification «Schwinn Gold Level».

Un sport bénéfique

Regain d'énergie avec le groupe, sentiment de réussite, le cyclisme en salle est un entraînement dirigé par un entraîneur certifié sur des vélos stationnaires que les participant-e-s règlent à leur guise pour simuler des parcours plats, des montées et des sprints. Imad conclut: «Il s'agit d'un sport qui ménage les articulations, mais qui brûle beaucoup de calories.»

Texte: Hervé Richoz

ICfSB: Indoor Cycling für Sehbehinderte und Blinde

Pratique: entraînement inclusif et adapté, les lundis

Matériel: mis à disposition gratuitement

Lieu: Fitness Center Mühlematt, Oberwil/BL

Contact: Imad Derbas,
+41 76 446 99 19;
info@indoorcycling-icfsb.com;
www.indoorcycling-icfsb.com

La fin d'un monde

Il y a bientôt 30 ans naissait une prestation téléphonique de la fsa qui a connu ses heures de gloire. Le manque de bénévoles et les nouvelles technologies auront raison de VoiceNet.

Alors que l'ordinateur n'était pas généralisé, que le courrier était encore monnaie courante, l'envie d'utiliser le téléphone «fixe» comme source rapide d'information pour les membres aveugles a été une idée brillante. VoiceNet a été LA plateforme, LE réseau social avant l'heure. Adulé par certains, détesté par d'autres, VoiceNet a de tout temps été un serpent de mer pour la fsa qui a tenu, le plus longtemps possible, à le garder pour informer ses membres les plus isolés et vulnérables.

Le monde change

Les vagues technologiques se sont succédées et les membres fsa se sont éloignés par leurs nouvelles compétences numériques. Poumon vital des échanges sur VoiceNet, ces personnes ont migré vers de nouveaux réseaux, laissant les auditeur-trices res-

tant-e-s sans voix. Nos bénévoles ont également été affecté-e-s par ces mêmes maux, aspirant à d'autres engagements. Ce média du passé cessera à fin 2026.

Texte: Hervé Richoz

Renaissance

Un groupe de travail du Conseil des sections planche sur les solutions alternatives (économiquement viables) afin d'inclure au mieux les membres de sections, qui n'accèdent que difficilement aux informations des sections.

Bien plus qu'un secrétariat

Apprécié des sections et des membres fsa, le secrétariat romand (SR) est un condensé discret des valeurs et des prestations défendues par la fsa. Exemplaire, il permet l'inclusion professionnelle de trois collaborateur-trices en situation de fort handicap visuel. Sous la houlette de Janique Cottier, chacun-e a à cœur d'autonomiser les membres dans leurs innombrables questionnements financiers, administratifs et sociaux. En appui aux comités de sections, le SR rend accessible leur communication sous toutes ses formes. Le SR est également la carte de visite de la fsa en Romandie, en particulier pour l'accueil des nouveaux membres et durant les cam-

pagnes de recherche de fonds de la fsa. En voisin du CFR Lausanne et des groupes créatifs, les bureaux du SR abritent les collaborateurs romands de la communication, de la DI et du job coaching.

Point de vente sur le canton de Vaud

Pour les Vaudois, le SR est un point de vente et de mini-services pour les moyens auxiliaires de l'UCBA non pris en charge par l'AI (soit hors liste 21).

Adresse:
1004 Lausanne,
rue de Genève 88b
(4^e étage)

Contact:
021 651 60 60
secretariat.romand@sbv-fsa.ch

Horaires: tous les mardis (08h-12h) et le 1^{er} jeudi du mois (08h-12h/13h-16h)



Le visage de la Romandie: Janique Cottier.

Merci Hervé Richoz

«Magnifique»: c'est le mot que l'on entendait souvent lors des séances d'équipe lorsqu'Hervé Richoz recevait de nouvelles idées. C'était l'expression de son enthousiasme sincère, de son ouverture à la nouveauté et de son sens aigu du potentiel.

Hervé Richoz a non seulement été le cofondateur de VoiceNet (anciennement Télévox), mais aussi le visage de nombreuses campagnes. Authentique, crédible et proche des gens, il a

fait entendre publiquement les préoccupations des personnes aveugles et malvoyantes. Lui-même malvoyant, il a toujours su intégrer au sein de l'équipe le point de vue des personnes concernées. Il nous rappelait sans cesse pour qui nous travaillons et pourquoi l'accessibilité, la participation et le respect ne vont pas de soi.

Mais c'est surtout notre magazine qui porte sa signature. Avec ses idées, sa vision et son sens de la rédaction et de la création, Hervé a inspiré des contenus, lancé des débats et ouvert de nouvelles perspectives. Toujours serviable et fiable, il était apprécié au sein de la fédération, tant sur le plan professionnel qu'humain.

Après 22 ans passés à la fsa, Hervé Richoz prend aujourd'hui une retraite bien méritée. Il laisse derrière lui des impulsions durables, une attitude exemplaire et de nombreuses traces de son engagement. Nous l'en remercions du fond du cœur.

Rahel Escher et l'équipe
Marketing et Communication



Fondation AccessAbility VoxiVision

Quand l'intelligence artificielle nous vient en aide



Un moyen auxiliaire qui peut couvrir de nombreux besoins et qui n'en a pas l'air? VoxiVision, sous la forme d'un smartphone, vous aide à maîtriser le quotidien grâce à ses multiples fonctions. Faites-vous par exemple lire des textes manuscrits ou imprimés.

Si ces textes sont écrits dans une langue étrangère que vous ne connaissez pas, VoxiVision les traduit en quelques secondes dans plus de 10 langues. Faites-vous décrire et résumer des textes et des scènes à l'aide

Fondation d'utilité publique pour aveugles et malvoyants

de l'intelligence artificielle. VoxiVision reconnaît les codes-barres des produits et les codes QR sur les étiquettes, les couleurs et les billets de banque. De plus, vous pouvez utiliser VoxiVision comme loupe et dictaphone. À la maison, vous pouvez utiliser VoxiVision avec le support pratique, ce qui le rendra encore plus facile à utiliser.

Testez le VoxiVision dans l'une des filiales de la fondation AccessAbility:

Lucerne	041 552 14 52
St-Gall	071 552 14 52
Berne	031 552 14 52
Neuchâtel	032 552 14 52
Zurich	044 552 44 52

www.accessability.ch
info@accessability.ch

Produit par:



Impressum



Magazine de la Fédération suisse des aveugles et malvoyants fsa

Paraît quatre fois par an au format papier, en braille, au format CD DAISY, sur le kiosque électronique, sur le web, ainsi que par e-mail (sur commande, sans images), sur VoiceNet (031 390 88 88, rubrique 2 5 1) en français et en allemand.

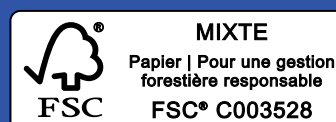
Éditeur:
Fédération suisse des aveugles
et malvoyants fsa
Könizstrasse 23
Case postale
3001 Berne
www.sbv-fsa.ch



Votre don en bonnes mains.

IBAN: CH08 0900 0000 1000 2019 4

imprimé en
suisse





Ensemble,
on voit mieux

Développez vos talents grâce aux cours de la fsa



Photo: iStock.com/.schok

Un vent de fraîcheur dans votre quotidien! Dans le programme de cours de la fsa pour le second semestre 2026, vous découvrirez une offre variée, allant de la voile et de l'aquagym au yoga en passant par la danse en ligne. Laissez-vous inspirer par cette grande diversité de propositions.

Pour plus d'informations et pour vous inscrire: 031 390 88 00 / www.sbv-fsa.ch/cours

**Découvrez-le sans attendre
et inscrivez-vous de suite!**

Ce code QR
vous mène à la
version en ligne
au format PDF:

