CENTREVUE
Autonomie et intégration pour personnes aveugles et malvoyantes

Rue de Corcelles 3
2034 Peseux
032 886.80.40
centrevue@ne.ch
www.centrevue.ch

CENTREVUE est un service rattaché à la Fondation Neuchâteloise pour la coordination de l'Action sociale (FAS). www.fas-ne.ch

Nous proposons nos prestations en conseil social et réadaptation à toute personne aveugle ou malvoyante domiciliée dans le canton de Neuchâtel.

Appelez-nous, nous recevons sur rendez-vous.

Horaires du Secrétariat :

Du lundi au vendredi tous les matins de 8h30 à 12h00.

CENTREVUE info

Décembre 2020 — No 12

Madame, Monsieur,

Avec la deuxième vague Covid qui revient à la charge et les restrictions qui l'accompagnent, bon nombre de personnes ont recours à l'aide d'autrui pour éviter de se mettre en situation problématique ou tout simplement parce que certaines activités ne sont plus réalisables seul-e. Il n'est pas toujours évident de solliciter régulièrement l'aide de ses proches de peur de les charger et c'est pourquoi le rôle des bénévoles prend tout son sens.

Nous vous proposons dans les pages suivantes le récit de la création d'un service de bénévoles par la section neuchâteloise de la Fédération Suisse des Aveugles et malvoyants (FSA) et l'expérience de l'Association Lecture et Compagnie, accompagnés de deux témoignages.

Ces derniers mettent l'accent sur un aspect important du bénévolat qui ne se résume pas uniquement à un service rendu, mais se définit aussi par une relation riche d'échanges entre deux personnes.

D'autres services bénévoles existent et Centrevue est à disposition pour vous renseigner sur les diverses prestations qui sont proposées et vous accompagne si vous souhaitez profiter d'un tel service.

Olivier Blaser, Directeur de Centrevue

Par souci de lisibilité pour les personnes malvoyantes, le texte n'est pas aligné à droite.

Sommaire

- Lecture et Compagnie - p.2
- Témoignage auditrice - p.3
- Service Bénévoles FSA - p.4
- Témoignage Bénévole - p.5
- Infos - Théâtre p.3 / Croix-Rouge p.5 / Courses Migros p.5 / Sport enfants p.6

Qui sommes-nous ?

Lecture et Compagnie est une association active dans le bénévolat relationnel. Elle a été créée il y a plus de 20 ans. Présente sur l'entier du canton de Neuchâtel, c'est une association non subventionnée et à but non lucratif.

Quels sont nos buts ?

Les bénévoles de l'association s'engagent à partager des moments conviviaux de lecture et de discussion auprès de personnes qui sont atteintes dans leur santé ou qui se sentent isolées. Par ces échanges, ils tentent de favoriser le maintien d'un lien social essentiel à tous.

Qui sont nos lecteurs ?

Ce sont des personnes de tous âges et de toutes formations, aimant la lecture, le contact et motivées par le désir de donner de leur temps. Actuellement, une soixantaine de bénévoles s'investissent avec compétence et également avec beaucoup d'empathie auprès des personnes appelées "auditeurs".

Qui sont les auditeurs ?

Ce sont généralement des personnes atteintes dans leur santé, malvoyantes, âgées ou ayant simplement le besoin ou le désir d'un peu de compagnie.

Comment cela se passe-t-il ?

Les lecteurs se rendent au domicile de leur auditeur pour faire un peu de lecture qui ouvre à la discussion. La compagnie est primordiale et, selon les envies, il est possible de partager également un jeu. La durée des rencontres varie selon l'envie et l'état de santé de l'auditeur mais se situe entre une et deux heures par semaine ou à quinzaine.

Le jour et le rythme des rencontres sont convenus d'entente entre eux, selon les disponibilités de chacun. Le choix des lectures se fait ensemble : journaux, romans, biographies et magazines ou encore, aide à la lecture de différents documents.

Dans les homes ou les institutions du canton, les lecteurs se rendent auprès de résidents qui ont envie d'une relation plus privilégiée, malgré les nombreuses activités proposées.

Les bénévoles sont-ils formés ?

L'association est soucieuse de répondre à la qualité des échanges et, afin d'aider au mieux les bénévoles dans leur engagement, elle organise des formations, par exemple de diction, de sensibilisation à l'écoute ou encore des conférences traitant de problèmes dont souffrent nos auditeurs (problèmes de vue ou d'audition, déficiences, etc…). Ces actions de formation leurs sont proposées gratuitement.

Est-ce que cette prestation coûte quelque chose ?

Tous nos bénévoles s'engagent gratuitement. Un défraiement de quelques francs est toutefois proposé pour couvrir leurs frais de déplacement.

C'est pourquoi, quand cela est possible, nous demandons à l'auditeur une contribution de CHF 10.-/h qui nous permet de couvrir ces frais, comme ceux liés à la formation.

Mais, cela ne doit en aucun cas être un obstacle à nous solliciter, car nous disposons d'un **Fonds de solidarité** qui peut très facilement être activé. Ce fonds est alimenté par des Clubs Services de la région et de généreux donateurs.

En résumé, n'hésitez pas à faire appel à nous, car des lecteurs sont prêts à s'engager en respectant les consignes sanitaires édictées par nos Autorités. Nous vous disons donc : à bientôt !

Lecture et Compagnie
Canton de Neuchâtel
Ch. de Praz 2a, 2017 Boudry
Téléphone : 079 543 44 62
www.lecture-et-compagnie.ch

Témoignage auditrice

Sœur Anne-Geneviève

Je fais partie de la communauté religieuse de Grandchamp depuis 1957. J'ai passé la plus grande partie de ma vie en Algérie, en milieu défavorisé, et cela a pris mon cœur. En 2010, j'ai dû rentrer à Grandchamp où j'ai retrouvé une autre forme de vie commune, soutenue par le même rythme de prière où que nous soyons.

Très rapidement, j'ai rencontré à Centrevue l'assistante sociale et les opticiennes qui ont pu suivre mes yeux. C'est surtout l'ergothérapeute qui m'a aidée en me donnant accès à une grosse loupe lumineuse et, après différents services, il est venu m'aider à trouver mes repères dans le home où je suis entrée en avril 2018. Il m'a rendue autonome dans la maison, ce pour quoi je lui suis très reconnaissante.

Depuis février 2015, alors qu'elle avait rencontré la sœur responsable de la Communauté, une bénévole vient me voir tous les 15 jours pour me faire la lecture et me tenir compagnie, selon le titre de l'association. En avançant dans la découverte de mes besoins et dans la connaissance l'une de l'autre, le concept de *« Lecture et compagnie »* s'est un peu modifié entre nous. Comme je suis très malvoyante, ce que je lui demande principalement, c'est d'écrire mes lettres ou toute autre chose de cet ordre que je ne peux plus faire.

Cela me rend de très grands services et je suis surtout très reconnaissante de l'attention et de la discrétion dont elle fait preuve ; j'écris souvent des lettres très personnelles et je sais que je peux le faire en toute confiance.

La lecture nous accompagne aussi et nous avons toujours lu de bons livres mais nous n'avons sans doute pas le temps de donner à la lecture autant de place que nous le voudrions. Heureusement, à côté de cette lecture que nous vivons ensemble, j'ai le privilège d'écouter des livres enregistrés assez variés et dans l'ensemble très intéressants. Mais c'est une autre manière d'aborder le texte.

Je reste dans une très grande gratitude pour toutes ces aides que j'ai reçues, tant de Centrevue que de l'association Lecture et Compagnie. Je suis en particulier très reconnaissante parce que j'ai trouvé une amie.

Le Théâtre Populaire Romand (TPR) à La Chaux-de-Fonds propose deux spectacles en audiodescription. Une visite du décor peut être organisée avant la représentation. Infos et inscriptions : **jehanne.carnal@tpr.ch** ou au **078 807 69 05**.

Samedi 12 décembre, 18h15, salle de Beau-Site, TPR, La Chaux-de-Fonds, *Le Pont du Nord*

Un frère et une sœur se retrouvent après 10 ans de séparation… L'occasion de se souvenir de leur enfance et de mettre des mots sur ce qui les a séparés.
https://www.tpr.ch/saison-20-21/le-pont-du-nord/

Samedi 24 avril, 18h15, salle de L'Heure bleue, TPR, La Chaux-de-Fonds, *Olympia*

Rébecca Balestra emploie les codes de la célèbre salle de spectacle parisienne pour slamer des textes doux amers qui dépeignent le quotidien.
https://www.tpr.ch/saison-20-21/olympia/

Vérifier néanmoins si, en raison des mesures de restrictions liées au Covid-19, les spectacles pourront avoir lieu.

Comment l'idée de créer un groupe de bénévoles est-elle née ?

Suite à la baisse de ma vision en 2017, je me suis rendu compte que j'avais besoin d'aide pour certaines tâches du quotidien.

Au début je sollicitais mes enfants et mon frère qui m'aidaient toujours de bon cœur. Cependant, le fait de les solliciter régulièrement m'a dérangé.

Je me disais que ce n'était pas à mes enfants de "porter" mon handicap ou à mon frère de faire les courses avec moi parce qu'il était mon frère et gentil, j'étais mal à l'aise de devoir les solliciter, mais d'un autre côté j'avais besoin d'aide.

Alors, l'idée m'est venue de demander de l'aide à une personne qui était d'accord d'offrir de son temps aux autres (un bénévole). Dans notre canton il existe plusieurs services de bénévolat mais surtout pour le transport.

Je trouvais que cela n'était pas suffisant, alors j'ai pensé à créer mon propre service de bénévoles au sein de la section neuchâteloise de la Fédération Suisse des Aveugles et malvoyants (FSA) qui pourrait proposer de l'aide aux personnes ayant un handicap visuel dans le canton.

Je me suis mise à la recherche de bénévoles et j'ai pris contact avec Bénévolat Neuchâtel qui m'a expliqué comment procéder. Quelques petites annonces à droite à gauche, un passage sur les ondes de RTN et un an après j'avais réuni 25 bénévoles dans notre service des bénévoles de la FSA.

Comment cela se passe-t-il ?

Le service de bénévoles est disponible dans tout le canton. Nous avons des bénévoles dans le Val-de-Travers, le Val-de-Ruz, les régions de Neuchâtel et de La Chaux-de-Fonds.

Les bénévoles sont des personnes de tout âge qui désirent nous aider, s'investir et donner de leur temps pour essayer de faciliter un peu notre quotidien.

Les demandes auxquelles nous répondons ont augmenté avec l'engagement des bénévoles. Nous avons des bricoleurs pour effectuer de petites réparations, poser des lampes, fixer des tableaux, aller à la déchèterie, etc.

Nous avons également des personnes qui nous accompagnent volontiers dans un magasin, chez le médecin, au cinéma, au théâtre, en balade, ou même pour visiter un appartement. Nous avons des dames qui font de la petite couture, comme des ourlets, ou peuvent recoudre un bouton.

Tous les services rendus sont gratuits, hormis les transports médicaux ou les transports hors du canton. Les bénévoles font cela de bon cœur mais, si la personne le souhaite, elle peut faire un petit geste sans aucune obligation de sa part.

En cas de transports médicaux, il est possible, sous certaines conditions, de se faire rembourser le prix des kilomètres par les prestations complémentaires. Un kilomètre est facturé 70 centimes et les prestations complémentaires les remboursent à hauteur de 65 centimes le kilomètre.

Comment bénéficier d'un bénévole ?

Il suffit de m'appeler le lundi, le mercredi ou le vendredi matin de 9h à 11h. Quelle que soit la demande et sans aucune hésitation.

Le bénévolat est un échange.

Les bénévoles nous rendent service certes mais nous leur apportons également quelque chose d'unique qui ne se définit pas en terme d'argent. Nous avons la chance d'avoir 25 personnes qui veulent nous aider alors n'ayons pas peur d'en profiter.

Un peu de douceur dans notre quotidien ne peut que nous redonner le sourire et une forme d'autonomie sans devoir toujours solliciter nos proches.

Carla Renaud, responsable bénévoles section neuchâteloise de la FSA.

Témoignage bénévole

Lorsque Carla m'a téléphoné pour me demander quelques lignes de témoignage sur le bénévolat à la FSA, cela m'a permis de faire cet exercice réflexif autour du BÉNÉVOLAT.

Je suis arrivée à la conclusion que cette notion est devenue bien floue avec le temps. "Fais-je réellement du bénévolat ? Qui de nous deux, « S » ou moi, est le bénéficiaire ?"

En effet, partant d'un ressenti "faire du bénévolat", je n'ai eu que des émotions de plaisir, de joie, d'émerveillement et de tendresse aux souvenirs des jours ensemble avec mon ami « S » *(malvoyant)*.

Alors peut-on réellement parler de bénévolat quand on va à la rencontre d'un ami ? Quand on aime l'humain on aime la relation et toutes les occasions à rencontre ne sont que source d'enrichissement et de progression.

Le « bénévolat » est comme le rayon du soleil entre deux orages, la petite brise revigorante, un échange de sourire dans la rue… c'est petit et si essentiel.

Sophie Magnin

La Croix-Rouge suisse du canton de Neuchâtel propose également différentes prestations bénévoles comme par exemple des services de transports ou une assistance aux achats.

Plus de renseignements peuvent être obtenus auprès de Croix-Rouge suisse du canton de Neuchâtel, **+41 32 886 88 60**
contact@croix-rouge-ne.ch, www.croix-rouge-ne.ch

La Société coopérative Migros Neuchâtel-Fribourg est sensible aux difficultés que peuvent rencontrer les personnes aveugles ou malvoyantes lors des courses dans les différents magasins.

La personne malvoyante ou aveugle peut demander un service d'accompagnement pour faire ses courses aux conditions suivantes:

- Elle prend contact avec le gérant du magasin concerné afin de convenir du jour et de la tranche horaire (dans la mesure du possible) à laquelle le magasin met à disposition un vendeur pour accompagner la personne.
- Elle s'annonce le jour de la visite à l'accueil ou, pour les plus petits magasins sans accueil, auprès d'une caissière.

Centrevue reste à disposition pour tous renseignements complémentaires.

Pour les enfants en situation de handicap,

Tous les dimanches après-midi d'octobre à mars, l'OpenSunday Le Locle ouvre les salles de sport des Jeanneret pour accueillir de 13h30 à 16h30 les enfants âgés de 6 à 12 ans. L'objectif est de leur proposer un espace de mouvement et de rencontre durant la période hivernale. La participation est gratuite et aucune inscription n'est requise. Les enfants sont encadrés par des coaches adultes et mineur·e·s, tou·te·s formé·e·s à l'accueil des participant·e·s.

Dès cette saison, l'OpenSunday Le Locle sera inclusif. La participation d'enfants en situation de handicap physique, mental, psychique ou sensoriel sera encouragée. En collaboration avec Procap, l'équipe de coaches sera formée à l'inclusion dans les activités de la salle de sport, afin de pouvoir accueillir dans les meilleures conditions chaque enfant.

Le projet a démarré le dimanche 4 octobre 2020 et se déroulera tous les dimanches après-midi, sauf durant les vacances scolaires, jusqu'au 28 mars 2021. Afin de vous faire découvrir notre projet et l'équipe encadrante, vous êtes cordialement convié·e·s à vous présenter lors d'un évènement de l'OpenSunday Le Locle.

En raison de la situation actuelle avec la COVID-19 et des mesures prévues dans le Canton de Neuchâtel, l'OpenSunday Le Locle est suspendu jusqu'à nouvel avis

Irène Leuthold
Fondation IdéeSport / 024 425 80 40 – 078 821 20 84 / **www.ideesport.ch/fr**