



Le diagnostic de S.P. m'étant révélé, il m'a fallu admettre que je devais changer mon mode de vie, mais pas pour autant ne plus rien faire.

Ayant toujours travaillé dans le domaine médico-technique, une formation en informatique me paraissait intéressante. D'une part, je ne connaissais absolument rien en ce domaine ; d'autre part, ces techniques se développent de plus en plus. L'occasion était là pour répondre à ma curiosité. De plus, je peux travailler assise, à mon rythme et non plus debout comme dans le passé.

Le temps vint alors de rechercher une formation. Mais toutes étaient pour moi trop lourdes physiquement. Un jour, j'entendis parler de *Handicap et Informatique*, et je pris contact. Là, j'ai suivi une formation de notions de base en informatique, à mon rythme et à raison d'une à deux demi-journées par semaine pendant 6 mois.

A la maison, je revoyais le cours et interpellais toutes les personnes de mon entourage qui possédaient ou travaillaient sur un P.C.

De fil en aiguille, je me suis aperçue des possibilités énormes que l'informatique offrait dans les différents domaines de la vie courante, ainsi qu'au niveau culturel. Cela valait la peine de faire de sérieux efforts pour entrer dans le langage informatique. A côté du traitement de texte, je me

suis découvert des talents d'artiste en faisant des cartes de vœux, des couvertures de syllabus, etc.

Bref, cela m'a ouvert des horizons, je me suis adaptée à cette nouvelle situation et fait de nouvelles connaissances.

J'ai été, à l'époque, très déçue par le fait de ne plus pouvoir exercer mon métier d'infirmière. Aujourd'hui, je l'exerce autrement, car je suis fort sollicitée pour donner un coup de main par-ci par-là dans des domaines très divers. De mon bureau, j'ai beaucoup de contacts avec l'extérieur!

J'aimais le côté social de ma profession et l'informatique m'a permis de le garder en restant utile aux autres.

Marthe

Au début (nous étions alors en 1968), seuls, quelques spécialistes pouvaient s'approcher de cette machine alimentée par des cartes perforées. Avec des airs mystérieux et inspirés, ils avaient emmené notre petit groupe d'étudiants comme à la visite d'une centrale nucléaire. Pendant des années encore, ces machines, qui parlaient des langues étranges aux noms exotiques (Fortran, Cobol ou Assembler ... Vous voyez le genre, ça ne fait pas rêver aux Antilles!) me resteraient lointaines et étrangères.

Au milieu des années '80, les machines allaient prendre leur revanche sur l'ignorance où j'avais voulu les tenir jusque là: mes mains, devenues gauches et malhabiles, me refusaient bientôt tout service, alors que mon écriture, tremblante et indécise, devenait incompréhensible.

C'est alors que je me suis tourné vers les machines à écrire d'abord, avant de me frotter au clavier des ordinateurs.

J'ai fait la connaissance du clavier Azerty que j'allais aborder avec les deux index; puis, les «progrès» de la maladie aidant, avec un seul doigt; pour terminer avec un «bâton de bouche» avec lequel j'ai fini par devenir très habile.

Entre-temps, j'entendais parler des progrès et de la «convivialité» nouvelle de l'informatique. On me parlait de ZX 80 ??? qu'on alimentait avec une Minicassette et qui pratiquait un langage plus simple dénommé Basic.

Ensuite est arrivée une révolution qu'on appelait Apple: il ne fallait plus maintenant être spécialiste en langues étrangères pour s'adresser à un ordinateur. Les enfants eux-mêmes pourraient l'utiliser et, eux qui n'avaient pas les préjugés des adultes, allaient sauter à pieds joints dans les jeux qui faisaient *bing tchac boum*, sans se poser de questions. Mais ces merveilles restaient au mieux alimentées par des «disquettes» qu'il fallait encore introduire une à une quand on devait charger le «programme».

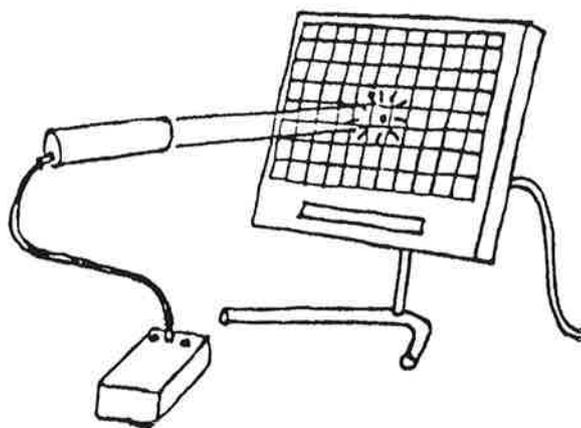
Les années '90 allaient voir apparaître des ordinateurs équipés d'un «disque dur» sur lequel sont stockés tous les programmes dont la machine a besoin pour fonctionner. Désormais, plus aucune manipulation ne serait nécessaire, vous allumez et c'est parti... pour autant que vous sachiez frapper les touches du clavier et guider les évolutions de la «souris», une drôle de petite bête indispensable pour indiquer à l'ordinateur les actions à réaliser.

Pour moi, les choses allaient évoluer de plus en plus vite. Résumons un peu:

1. L'ordinateur équipé d'un disque dur.
2. *Lucy*, un panneau divisé en quelque 80 cases sensibles à la lumière d'un faisceau laser. Chaque case stimule une touche du clavier encore indispensable pour communiquer avec l'ordinateur.
3. *Parlécrit*, un nouvel outil de communication avec la machine. Désormais, plus de clavier nécessaire. L'ordinateur répond aux ordres de ma voix, il écrit -parfois encore approximativement- ce que je lui dis. Cet objet n'est pas un rêve, il existe et je viens de l'utiliser pour écrire le texte que vous avez sous les yeux!

Aujourd'hui, «mon ordinateur» m'est devenu indispensable: non seulement, «il» écrit sous ma dictée, mais c'est aussi mon carnet d'adresse, mon agenda, mon livre de comptes, mon fax et encore un auxiliaire qui me permet de rédiger et d'envoyer un bulletin de versement ou, tout bêtement, de composer un numéro de téléphone. Notre époque est tout de même formidable.

Henri



Lucy se branche sur l'ordinateur. On peut le commander, par exemple, en utilisant un faisceau lumineux que l'on envoie sur la case voulue.

(Illustration aimablement fournie par le C.R.E.T.H.)

Je m'appelle Rita et j'ai 41 ans. Je suis atteinte de S.P. depuis l'âge de 19 ans et suis en voiturette depuis 1989.

Depuis environ un an, je fréquente deux fois par semaine le centre de réadaptation André Vésale à Charleroi. Un jour, pour me réapprendre à taper à la machine, une ergothérapeute du centre a contacté un spécialiste de matériel afin d'obtenir des tiges pour adapter une machine à écrire.

Lorsqu'il arriva, je fus fort surprise car il se déplaçait comme moi en voiturette. Grâce à ce monsieur, qui me proposa d'adapter un ordinateur plutôt qu'une machine à écrire, je découvris le système de *Lucy* (faisceau lumineux) qui remplace le clavier traditionnel de l'ordinateur.

J'ai testé ce matériel et j'ai eu très vite l'enthousiasme de vouloir apprendre car cela me redonnait une «semi-liberté» (le fait de pouvoir utiliser seule le matériel compense quelque part les jambes et les bras que j'ai «perdus»).

Ensuite, grâce à l'information d'un affilié et de l'assistante sociale de la Ligue, j'ai pris contact avec *Le Réseau* (centre de formation en informatique reconnu par l'A.W.I.P.H.) Face à mon envie d'apprendre, le centre m'a proposé un cours à distance me permettant d'apprendre chez moi, à mon rythme, tout en restant en communication avec le centre. Cette proposition m'intéresse beaucoup car je ne sais plus me déplacer seule et fréquenter ce centre plusieurs fois par semaine me serait tout à fait impossible.

J'ai essayé différents systèmes pour choisir le plus approprié à mon handicap. Maintenant, j'attends avec impatience le début de cette formation qui durera deux à trois ans. On devrait venir installer le matériel d'ici peu à mon domicile.

Je pense que cela se passera bien, car je ne connais pas l'informatique, mais j'aime tous les travaux de bureau (j'étais employée aux Finances avant ma maladie). J'entame cette formation avec l'espoir de retravailler à mi-temps ou du moins de retrouver une occupation.

Si l'expérience est réussie, je communiquerai aux autres patients l'existence du Réseau et les possibilités qu'il offre, afin de leur donner envie de tenter la même expérience que moi.

Rita

« **A**lice » au pays des ordinateurs avait reçu pour consigne d'explorer sans peur et sans reproche les allées de la technologie nouvelle et, comme encouragement, la phrase miracle : *Le matériel ne mord pas, ne casse pas, n'explose pas et vous apportera un tas de satisfactions et de facilités !* Une petite voix perfide freinait toutefois les sautilllements d'Alice : oui, mais qu'est-ce que cela coûte cher !

Et sans l'équipement de base à domicile, Alice a vite oublié et s'est sentie frustrée, jusqu'au jour où le petit lapin blanc ⁽¹⁾ avec sa montre gravée S.P. a entrepris la visite guidée et que chaque aventurier présent disposait d'un ordinateur !

Bien entendu, le programme sur lequel on travaillait ne correspondait pas toujours avec le programme personnel de chacun.

Le petit lapin André ne ménageait pas ses efforts pour nous instruire individuellement afin de contourner les obstacles et de nous donner l'envie de progresser. Quitte à trouver le Word6 ou le Works3 si pratiques avec leurs petites images (icônes) !

Le miracle s'accomplit pour les amateurs qui avaient perdu la dextérité de leurs mains et avaient abandonné de ce fait leur courrier !

La curiosité s'épanouit pour ceux qui souhaitaient personnaliser leurs écrits et l'atmosphère fut «chaude» et sympathique pour les mordus de l'écran. (Télévision ou ordinateur, il faut choisir mais, dans les deux cas, ménager la vue.)

Actuellement, Alice exprime ses nouvelles capacités en donnant un coup de pouce au «Cap Amitié» ⁽²⁾ pour les invitations et les comptes-rendus. Elle ne dédaignerait pas de poursuivre une formation complémentaire sous la houlette du petit lapin blanc ou de son «toons».

Avec tous mes remerciements pour l'équipe de choc qui a entrepris l'aventure et mes encouragements pour les malades qui voudraient se lancer.

Christine

(1) Petit lapin blanc: formateur à la Ligue.

(2) Cap Amitié: groupe de rencontres.

A propos...

En quelques années, l'informatique (ordinateurs et programmes) a réalisé des progrès fulgurants. Depuis l'ère des cartes perforées, il n'a fallu que quelques années pour mettre au point un véritable outil de communication, facile d'utilisation. Même le clavier n'est plus nécessaire: quelle révolution pour les personnes handicapées!

L'existence de ce matériel adapté rend à plus d'un une sensation de liberté, le sentiment d'être utile, la possibilité d'ouvrir les horizons et d'aller à la rencontre d'autres personnes.

L'apprentissage de l'informatique stimule le goût d'apprendre, ravive la curiosité et rend confiance. L'annonce du diagnostic de S.P. nécessite parfois un changement du mode de vie et l'informatique est un excellent moyen pour lutter contre l'inactivité, d'autant plus que l'apprentissage et la pratique peuvent être adaptés au rythme de chaque personne.

Que dire des nombreuses ouvertures possibles: activités de bénévolat, courrier personnel, gestion financière, aide à la vie journalière, etc. Certains utilisateurs se sont même découverts de nouveaux talents. D'autres espèrent -pourquoi pas?- retrouver un travail.

Vous ne connaissez pas encore l'informatique? Laissez-vous tenter...

Le groupe La Clef

L'ordinateur individuel, outil plutôt que prothèse

Moi et la machine, la machine et moi

C'est peut-être par force que j'ai utilisé l'ordinateur, voici 15 ans. Les années passées ont été marquées par ce tournant que j'aurais pu prendre bien plus tard, avec bien plus d'inconvénients dans cette période de ma vie professionnelle et de tous les jours.

Mais, disons-le tout net, je suis valide, bien que vieillissant, et je me suis trouvé à l'époque dans le clan des «info-riches», alors qu'aujourd'hui je fais rire mon fils, devenu ingénieur en la matière.

Un aborigène australien ou un papou pourrait considérer ma montre comme une sorte de bijou. Mais si lui détermine le moment en fonction du soleil, nous avons un système qui permet de le déterminer encore plus précisément grâce à la technologie. Nous pouvons même prévoir, décider, convenir à plusieurs, que nous prendrons l'apéritif à 12h30, plutôt que convenir de nous réunir pour boire la bière de racines lorsque le soleil effleurera le cactus situé près du rocher rouge en forme de bouse de zébu, au bord de la rivière des ancêtres.

Ainsi, ma montre -analogique, digitale, tactile ou même sonore- devient un outil collectif de référence, qui nous permettra de nous réunir à une heure déterminée, compréhensible et connue de tous. C'est une technologie parfaitement intégrée qui fait partie de notre civilisation.

Admettons que je décide de refuser une autre technologie, celle de la calculette, par exemple. Je deviendrais, d'un suçotement de crayon hésitant et ratureur, un infirme de la multiplication, voire de la simple addition.

L'exemple de la montre a été volontairement exposé pour prouver que cet objet n'est pas seulement une machine à calculer le temps et afficher l'heure, mais bien un élément de conjonction humaine qui est quelque part un moteur de notre Société.

L'ordinateur, lui, n'est pas non plus une seule machine à écrire et calculer. Il est également un outil à lire, à créer, mais aussi à communiquer, qui peut de surcroît être adapté.

Au sein du réseau télématique où je suis animateur, il est habituel de signer parfois d'un *sans les yeux* ou *sans les mains* les textes et courriers élec-

troniques que nous nous échangeons. L'internet n'est pas une mode, car nous en utilisons les facilités pour pallier à des situations de quasi-impossibilité à lire et écrire. Il n'y a pas que des horreurs sur les réseaux... La preuve.

Quelques exemples de handicaps intégrés aux correspondants habituels de notre réseau: la basse et très basse vision, la cécité, la paralysie stationnaire et/ou définitive, la paralysie évolutive, avec parfois des apprentis de plus de 50 ans qui avouent n'avoir jamais autant lu, ni écrit...

L'ordinateur, au contraire d'une automobile adaptée, se plie de plus en plus facilement aux contraintes des handicaps, car ses améliorations sont le fait de solutions de plus en plus logicielles, où l'électromécanique ou l'électronique lourde et coûteuse cèdent le pas au software immatériel, émanation directe du génie humain au service de l'homme.

Le coût de l'ordinateur et de ses adaptations, aussi, deviennent de plus en plus abordables. En outre, ce coût est de mieux en mieux inclus, en tant qu'outil d'intégration, par les pouvoirs publics dotateurs de matériels d'aide technique aux personnes handicapées (bien que les statistiques démontrent que les facilités soient plus grandes au nord du pays, question de compréhension technique, peut-être...)

J'aimerais ici insister sur les précautions ergonomiques dans l'utilisation d'un ordinateur. Cette machine n'est pas innocente: tout comme la télévision, elle implique des attentions et des efforts combinés qui parfois sont néfastes à l'organisme. Ce qui est mauvais pour les opérateurs valides l'est tout autant pour les autres, même plus, si l'on n'y prend garde. Je sais trop, après des périodes incongrues d'utilisation (jusqu'à 14 heures d'affilée) ce qu'est le *syndrome du sous-mariner*: je sors éreinté, déboussolé, et même nauséeux d'une expérience que je ne souhaiterais à personne.

Pour conclure, je découvre à l'instant que le logiciel de dictée à la voix -que j'utilise actuellement à titre de tests poussés dans mon traitement de texte- augmente pour moi, valide, mon potentiel de travail à hauteur de 180%. Je présume qu'il sera indéniablement utile pour quelqu'un d'amointri, à condition que la personne en question y trouve un usage et même -et surtout- un but d'ouverture vers la Société.

Les technologies ne sont pas un but en soi, leur intérêt est l'usage qu'on en fait...

Noël ORAIN

Animateur du réseau télématique Différences Asbl (Réseau coopératif télématique connectant les ordinateurs de plus de 30 personnes handicapées en Communauté française)

Membre du conseil de direction de l'Association Belge du Télétravail (organisme de recherche et promotion sur les ouvertures, contraintes et législations en la matière)

La technique au service de la personne handicapée

L'utilisation des technologies est un enjeu essentiel pour l'autonomie des personnes handicapées : de celle-ci dépend, en effet, l'amélioration considérable de leur autonomie.

Souvent, les personnes présentant un handicap physique, sensoriel ou mental sont démunies face aux exigences de la vie quotidienne, et certaines activités de la vie sociale professionnelle ou scolaire restent, pour elles, difficiles à accomplir.

Comment prendre des notes ou rédiger son courrier lorsqu'on est paralysé des membres supérieurs ? Comment répondre au téléphone lorsqu'on ne sait plus bouger les mains ? Comment lire un livre ou regarder un album de photos lorsque les bras sont immobilisés ? Comment ouvrir les portes et les fenêtres, comment allumer la télévision, lorsque l'ensemble du corps est paralysé ?

Des adaptations technologiques qui tiennent compte des caractéristiques fonctionnelles et de la problématique du handicap de la personne existent sur le marché. Des firmes et sociétés ont développé des outils répondant directement aux besoins des personnes handicapées.

Ainsi, par le biais de l'ordinateur, une personne déficiente motrice des membres supérieurs peut rédiger son courrier, envoyer des fax, lire des documents ou répondre au téléphone. D'autres techniques permettent d'ouvrir les portes et les fenêtres, d'allumer la télévision, d'actionner des interrupteurs pour l'éclairage.

Des adaptations permettent aux personnes présentant des troubles moteurs (tremblements, spasmes, paralysie, mouvements athétosiques ⁽¹⁾) de manipuler la souris de l'ordinateur : trackball,

joystick, souris tactile. Des claviers munis de guide-doigts, des claviers main-droite ou main-gauche, des microclaviers, pallient les incapacités motrices. Des claviers lumineux commandés à la tête par un faisceau laser peuvent être utilisés par les personnes tétraplégiques et remplissent les mêmes fonctions que les claviers traditionnels.



Clavier main-droite

Des logiciels de reconnaissance vocale permettent de commander l'ordinateur à la voix, de dicter des textes et de rédiger du courrier.

Si l'ordinateur constitue un outil permettant, par les adaptations qu'il propose, de pallier les handicaps, d'autres techniques constituent également des moyens favorisant l'autonomie. Des tournepages automatiques, commandés par des contacteurs, offrent la possibilité de lire un livre ou un magazine sans utiliser les mains. Différents systèmes de contrôle de l'environnement permettent aux personnes n'ayant plus l'usage de leurs mains d'activer différentes commandes pour l'ouverture et la fermeture des portes, l'éclairage, la mise en action de la télévision, du vidéo ou de la radio.

Grâce à l'ordinateur et aux technologies adaptées, la personne handicapée dispose des mêmes capacités que toute personne qui souhaite communiquer, s'informer, apprendre, se former, travailler.

D'un point de vue social, ces technologies adaptées offrent à la personne déficiente motrice la possibilité de poser une série d'actes quotidiens : rédiger du courrier, écrire des textes, envoyer du courrier, téléphoner ... Au niveau professionnel, elles permettent à la personne handicapée de suivre une formation qualifiante, de disposer d'un outil de travail et de travailler. Au niveau scolaire, elles constituent un palliatif de l'écriture et sont par là un outil d'apprentissage important.

(1) Athétose : syndrome caractérisé par des mouvements involontaires, lents et ondulatoires, particulièrement aux mains (Larousse)

Le Centre de Ressources et d'Évaluation des Technologies pour les personnes Handicapées (C.R.E.T.H.) met à la disposition des personnes handicapées des moyens technologiques en réponse à leurs besoins et à leur problématique. Son rôle consiste en l'évaluation des besoins en matière de technologies informatisées pour les personnes handicapées physiques, sensorielles ou déficientes cognitives.

Disposant de matériel adapté, il propose aux personnes qui le souhaitent de tester et de se former à son utilisation. Son objectif est d'informer les personnes handicapées quant aux possibilités offertes par les technologies et, surtout, de permettre leur utilisation dans tout contexte de vie, qu'il soit social, scolaire ou professionnel, afin que le choix corresponde le mieux possible à leurs besoins.

Un Service d'Accompagnement chargé d'activités spécifiques (S.A.T.I.H.) accompagne les personnes handicapées dans l'utilisation et la formation au matériel adapté. Une équipe pluridisciplinaire se déplace chez la personne afin d'apporter la réponse qui correspond le mieux à sa problématique.

Le C.R.E.T.H.



Bd. E. Jacqmain 53,
1000 Bruxelles
02/220.81.11

POUR GAGNER EN ASSURANCE

membre du groupe *Fortis*

Une passion envoûtante

Henry a suivi une formation en informatique organisée par La Ligue. Sa curiosité et sa passion ont augmenté au rythme de son habileté, et il s'est finalement acheté un ordinateur... «*L'appropriation de cet outil vous accapare tellement que vous ne voyez plus l'heure. Vous êtes envoûté. Certains se relèvent même la nuit pour vérifier une chose à laquelle ils viennent de penser*».

Voici le témoignage de son épouse.

Je suis l'épouse de quelqu'un qui s'est mis en tête de vouloir apprendre à domestiquer un ordinateur. Je voudrais vous livrer ici quelques réflexions sur ce qu'a représenté pour moi la formation proprement dite et ses conséquences.

Il dit *je me suis rendu*, mais il oublie de dire que c'est plutôt *nous nous sommes rendus* qu'il faudrait dire. Car pendant toute la durée de la formation, c'est bien moi qui ai dû le conduire deux fois par semaine à Bastogne. La ville a beau avoir beaucoup de charme... Après l'avoir visitée huit heures par semaine et cela pendant huit semaines, j'ai comme l'impression d'avoir, de mon côté, suivi une formation sur la topographie de la ville de Bastogne. Et c'est avec un enthousiasme «modéré» que j'ai envisagé la suite.

A part cet inconvénient -disons mineur car passager-, la suite de l'histoire s'est déroulée sans trop de problèmes.

C'est plutôt quand l'ordinateur a été installé que les ennuis ont commencé. A partir de ce moment, je n'ai plus guère vu le futur as de l'informatique. Il passait des journées entières devant cette machine et quand, enfin, il daignait se montrer, il «surfait» manifestement encore sur une énorme vague informatique. C'est avec inquiétude que je voyais arriver le moment où l'ordinateur aurait envahi entièrement notre univers.

Nous avons des exemples de couples dans notre entourage, dont le mari avait, à un moment donné, été contaminé par le même virus. Nous avons alors suivi, avec effroi, le déroulement de cette «maladie». Ce sont ces exemples qui nous ont permis, après bien des discussions, de ne pas nous engager sur une voie qui aurait pu être plutôt néfaste pour notre vie commune.

Nous avons trouvé un compromis, chacun a mis un peu d'eau dans son vin et un nouvel équilibre s'est établi. Mais il est vrai que cela aurait pu se terminer d'une façon beaucoup moins agréable.

Françoise



L'informatique, quelles précautions ?

De plus en plus de personnes utilisent l'ordinateur et c'est fort bien, car il constitue notamment une excellente stimulation des fonctions cognitives (qui permettent d'acquérir des informations). Mais quelle que soit sa destination, il convient de gérer intelligemment cet outil attrayant, sinon les neurones encaissent !

Conséquences visuelles : pas vraiment de pathologie spécifique, mais une fatigabilité accrue

Il est certain que l'activité devant l'écran sollicite prioritairement une fonction visuelle déjà perturbée chez 66 % des personnes atteintes de S.P. Cette activité implique une combinaison d'opérations de lecture de textes et d'imprimés, de frappe sur clavier et de lecture sur écran. Ainsi, trois directions de vision sont définies dans des conditions difficiles pour la vue, du fait :

- des types différents de contrastes,
- des changements fréquents de distance entre l'œil et ce qu'il fixe,
- des différences importantes entre les luminances des diverses zones explorées.

La fatigue visuelle qui s'ensuit peut être provoquée par des troubles de la motricité oculaire, étant donnée la sollicitation accrue de la convergence, lorsque l'on doit fixer beaucoup plus souvent un même point.

Dans ce contexte, le problème de l'éclairage de l'aire de travail prend une dimension particulière, un mauvais éclairage entraînant des phénomènes d'éblouissement. Les symptômes de la fatigue visuelle sont variés : sensation de lourdeur des globes oculaires, picotements, brûlures ou rougeurs oculaires, apparition de mouches volantes (petits points noirs qui se déplacent sans cesse), difficultés de mise au point ou de maintien de la vision binoculaire avec diplopie fugace (vision double de durée limitée), céphalées périoculaires (maux de tête proches des yeux), frontales ou occipitales (dans la région postérieure/inférieure du crâne), etc.

Pour les personnes présentant un nystagmus ⁽¹⁾, il n'y a aucune incompatibilité particulière. Chaque cas est individuel : certains bénéficieront de ce type de travail alors que d'autres ne pourront l'assumer. Pour les sujets malvoyants, les programmes spécifiques d'agrandissement représentent un des bénéfices de notre époque, sans pour autant aggraver l'état de malvoyance.

Il est certain que plus la durée du travail sur écran augmente, plus les symptômes de fatigabilité sont fréquents. Suivez les quelques conseils repris ci-après et n'hésitez pas à nous contacter pour de plus amples informations concernant les possibilités d'adaptation de votre poste de travail.

Conseils utiles

- Positionner le document à dactylographier verticalement, à côté de l'écran.
- Utiliser des caractères d'au moins 5 mm.
- Utiliser des caractères **gras**, du moins pour dactylographier.
- Vérifier que l'on peut différencier les caractères suivants à 60 cm de l'écran :
X-K O-Q T-Y S-5 Y-L U-V I-1
- Eclairer suffisamment la zone de lecture (lampe de bureau) sans créer de reflets sur l'écran.
- Positionner l'écran de manière à ce que le cou soit détendu.
- Choisir une bonne chaise.
- Reposer bras et poignets sur le clavier ou sur l'adaptation.
- S'imposer des pauses fréquentes.

**L'Homme commande la Machine,
pas l'inverse,
ne l'oubliez jamais !!!**

Guy Ganty - Département de Logopédie
Centre National de la S.P. - Melsbroek

(1) Nystagmus : mouvements oscillatoires, courts et saccadés des yeux, dus à une lésion des centres nerveux.

Informatique : Que fait la Ligue ?

Suite au projet *Horizon* qui abordait les questions liées à la S.P. et l'emploi, la Ligue s'est mise à organiser des formations de base en informatique dans les différentes provinces de la Communauté française.

Dans ce cadre, un groupe de travail baptisé Informatique a été créé en mai 1995. Il se compose aujourd'hui de 6 personnes dont 5 ont la S.P.

Le groupe Informatique :

- organise des cycles de **formation** dans chaque province (initiation et perfectionnement),
- **informe** dans l'achat de matériel et accorde des **prêts sans intérêts**,
- ouvre de **nouveaux horizons** (bénévolat, insertion professionnelle, création de liens sociaux,...)

A ce jour, 10 cycles de **formation** ont déjà eu lieu. Pour les 6 provinces, 65 participants en ont déjà bénéficié et ce n'est pas sans une pointe de regret qu'ils ont vu leur session de cours se clore. Notons que 55 % des participants étaient des femmes.

C'est dans une ambiance conviviale, avec des professeurs sympathiques eux-mêmes atteints de S.P., passionnés et proches des apprentis informaticiens, que ces séances se sont déroulées dans des bâtiments -faut-il le souligner ?- bien équipés et généralement d'accès facile. Pour parfaire le tout, le coût de la formation était très abordable.

Cette expérience, jugée vraiment positive par la plupart, a offert l'occasion à de nombreuses personnes d'oser sortir de chez eux et de s'évader des problèmes quotidiens. Relever un tel défi leur a permis de côtoyer et de rencontrer des gens atteints de la même maladie. Cela a favorisé un échange enrichissant d'impressions tirées de vécus semblables. De nouvelles amitiés ont vu le jour. Beaucoup ont retrouvé confiance en eux, ont pris conscience de leurs potentialités et de leurs limites en faisant face à certaines contraintes: vie de groupe, contacts sociaux, horaire, rythme de travail, etc.

De plus, ce défi a ouvert de nouveaux horizons pour certains, qui ont trouvé par la suite la possibilité d'un emploi rémunéré ou bénévole. Elle a permis à d'autres d'aider leur conjoint ou leurs enfants. Enfin, tous ont appris à rédiger un cour-

rier, à tenir le budget du ménage, à dresser un répertoire de livres, à gérer une collection ou à oser se lancer dans d'autres formations extérieures à la Ligue.

Compte tenu de l'engouement pour cet apprentissage, le groupe Informatique a créé un outil didacticiel (un syllabus) qui est distribué à tous les participants. La Ligue a décidé de reconduire cette organisation pour d'autres formations de base ou de perfectionnement.

En résumé, les affiliés qui ont bénéficié de cet enseignement en sont ressortis réconfortés, fiers et satisfaits d'avoir pu dompter cette machine dont on parle tant et qui paraissait inabordable.

Mais le groupe Informatique ne se contente pas d'organiser des formations. Depuis quelques mois, il peut octroyer, sous certaines conditions, un **prêt sans intérêt** de 25.000 F max. pour l'achat de matériel informatique ou pour l'amélioration d'un matériel existant.

Vous désirez en savoir plus ?

La permanence du groupe se tient le 2^e mardi du mois de 9h à 15h au 081/21.27.66.

Le groupe Informatique

Mais encore ?

A côté des services proposés par le groupe Informatique, les travailleurs sociaux de la Ligue peuvent vous accompagner dans vos démarches auprès du Fonds Bruxellois ou de l'A.W.I.P.H. (voir articles ci-dessous).

Que fait le Fonds Bruxellois ?

Le Fonds Bruxellois Francophone pour l'Intégration Sociale et Professionnelle des Personnes Handicapées propose divers services.

Aide matérielle individuelle

Rappel

L'aide matérielle ne peut être accordée à la personne handicapée que pour couvrir les frais qui, en raison du handicap, sont indispensables à son intégration sociale ou professionnelle.

Par «intégration sociale ou professionnelle», le Fonds Bruxellois entend :

- l'exercice d'un emploi rémunéré,
- le suivi d'une formation professionnelle ou d'études,
- l'accomplissement de démarches soutenues en vue d'être intégré sur le marché du travail,
- l'accomplissement de tâches ménagères sans aide majeure,
- la participation effective à des activités sociales organisées par des A.S.B.L. à raison d'au moins 10h/semaine.

Le demandeur doit fournir les éléments attestant la nécessité, l'utilité et l'efficacité de l'aide demandée en fonction du handicap, ainsi que de la nature de ses activités.

Interventions financières

Aménagement du poste de travail

Le Fonds peut prendre en charge 100 % des frais directement liés au handicap pour l'aménagement du poste de travail. La demande sera introduite auprès du Fonds par la personne ou par l'employeur, à l'embauche ou en cours d'occupation.

Autres demandes

Les critères d'intégration ci-dessus sont pris en compte pour l'octroi d'interventions financières, selon des montants déterminés (plafonds) :

Ordinateur fixe	41.000 F
Imprimante	12.000 F
Ecran (selon la taille)	de 24.000 F à 65.000 F
Ordinateur portable (N/B)	45.000 F
Ordinateur portable (couleurs)	74.000 F
Synthétiseur vocal	57.000 F
Carte d'agrandissement	142.000 F

D'autres interventions spécifiques sont possibles.

Centres de formation

Le Fonds Bruxellois reconnaît comme centre de formation la Ligue Braille, ainsi que les centres reconnus par les régions wallonne et flamande.

Que fait l'A.W.I.P.H. ?

L'Agence Wallone pour l'Intégration des Personnes Handicapées propose divers services.

Interventions financières

Que ce soit au domicile de la personne handicapée ou sur son lieu de travail, l'A.W.I.P.H. intervient financièrement pour l'achat et l'adaptation de matériel informatique dans la mesure où celui-ci va permettre à l'intéressé de garder un maximum d'autonomie. (Les critères d'intervention sont identiques à ceux relatifs aux adaptations du logement : activité professionnelle, ménagère ou bénévole reconnue par l'A.W.I.P.H.)

Selon la situation, la demande sera introduite par la personne handicapée ou par l'employeur, à l'embauche ou en cours d'occupation.

L'éventail des adaptations possibles sur le micro-ordinateur est très vaste compte tenu des spécificités de chaque handicap. Aucune réglementation précise n'existe à ce jour à l'A.W.I.P.H. Chaque demande est donc traitée individuellement selon le handicap du demandeur, ses besoins, ses limites et le contexte dans lequel il vit.

Une liste reprenant quelques plafonds d'interventions (T.V.A. comprise) nous a néanmoins été communiquée par l'administration centrale de l'A.W.I.P.H. à Charleroi :

Ordinateur bureau	50.000 F
Imprimante	15.000 F
Ecrans (selon la taille)	de 30.000 F à 80.000 F
Ordinateur portable (N/B)	45.000 F
Ordinateur portable (couleur)	80.000 F

Outre ces domaines d'intervention, l'A.W.I.P.H. est déjà intervenue pour d'autres postes tels que : synthétiseur vocal, réparation d'un ordinateur, commande Lucy, imprimante en Braille, ...

Centres de formation

L'A.W.I.P.H. reconnaît et subsidie 14 centres de formation professionnelle répartis selon des secteurs d'activités et des catégories de déficiences bien distincts.

Trois d'entre eux proposent aux personnes présentant un handicap physique des formations relatives à l'informatique. Il s'agit de: l'Espace Formation, Le Réseau et le Centre de Réadaptation au Travail (Cf. p.21).

L'A.S.B.L. Le Réseau a cependant une spécificité par rapport aux deux autres centres. Elle propose en effet une formation aux métiers de l'informatique sur réseau micro (opérateur, programmeur, analyste, ...), tandis que l'Espace Formation et le Centre de Réadaptation au Travail n'abordent l'informatique qu'au travers de formations en secrétariat et comptabilité.

Selon la sévérité du handicap, Le Réseau propose deux types de formations: un réseau local accueille les stagiaires au centre de Charleroi et un réseau télématique encadre 10 stagiaires dont le handicap limite sérieusement la mobilité (formation par voie télématique avec ordinateur mis à disposition au domicile).

Pour accéder à ces formations (dont le nombre de places est limité), il faut s'adresser au centre et au bureau régional de l'A.W.I.P.H. Les critères sont: âge entre 18 et 45 ans, motivation sérieuse, apti-

tudes suffisantes en français, calcul et logique, accord de l'A.W.I.P.H.

Des interventions destinées aux personnes handicapées sont versées par l'A.W.I.P.H. aux centres de formation professionnelle qui les transmettent à leur tour aux stagiaires en formation. Ces interventions couvrent les charges suivantes :

- allocations compléments de rémunération,
- charges sociales,
- frais de séjour,
- frais de déplacement,
- frais de formation.

Accompagnement

Certains services d'accompagnement subventionnés par l'A.W.I.P.H. effectuent un travail dans le domaine de l'informatique en particulier. C'est notamment le cas de la Ligue Braille qui forme des opérateurs en micro-informatique, conseille en matière de matériel et teste celui-ci auprès des personnes handicapées de la vue.

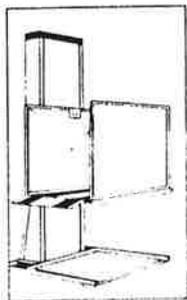
Tel. 02/7211160

Fax. 02/7212975



AMIGO PARAMEDICA

Ascenseurs de Résidence



Livraisons (et installation) de tous types d'ascenseurs et systèmes de levage à *prix raisonnable*.

En cas de problèmes d'accès au bâtiment (escalier, palier en pente, ect), n'hésitez pas à nous contacter pour de plus amples informations: **02/721.11.60**

- Luc Magnus -

Lambrechtsstraat 31
1930 Zaventem

500 m. from Novalis Airport

Adaptation de voitures

Tous types d'adaptations et transformations de véhicules en tout genre. *Specialisé dans les travaux "sur mesure"*

- Livraisons (et installation) de toutes sortes de rails de fixation, fixations pour fauteuil-roulant, ceintures de sécurité, fauteuils avec fixation pour rails, plate-formes hydrauliques, rampes d'accès, ect
- Si vous désirez des informations supplémentaires, n'hésitez pas à nous téléphoner: **02/721.11.60**
- Nous accordons 3 ans de garantie sur tous travaux effectués.

