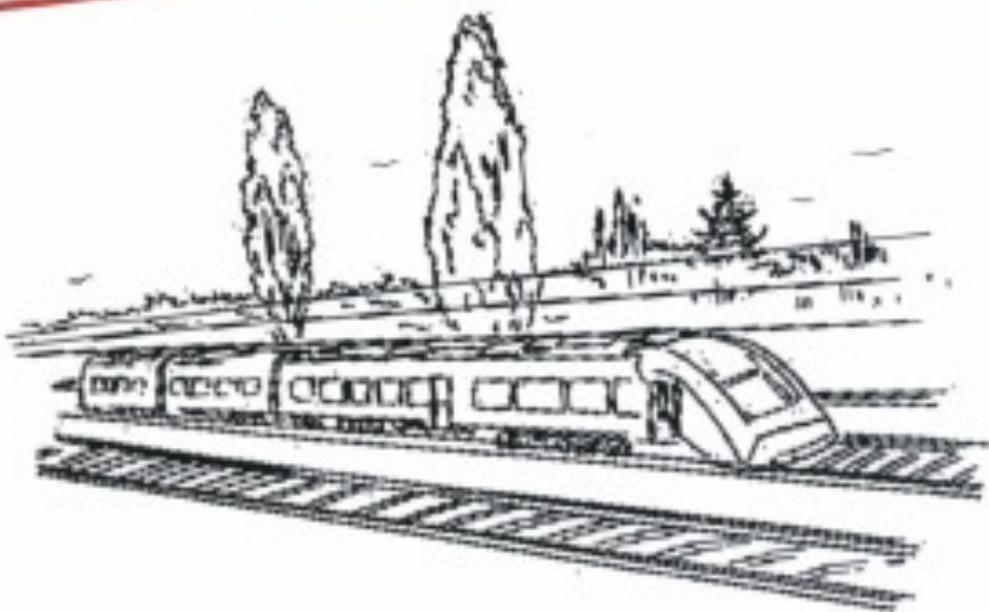


Edition n° 20 — Février 2014



# Transit-Express

*Transition Asbl — Service d'accompagnement pour personnes handicapées*

Chaussée d'Alseberg 303 bte 2.2 - 1190 Bruxelles ☎ 02/346.08.00 ✉ [transitionasbl@hotmail.com](mailto:transitionasbl@hotmail.com)

Service agréé et subsidié par la Cocof

# Sommaire

<b>Edito.....</b>	<b>p.3</b>
<b>Activité en un coup d'oeil.....</b>	<b>p.4</b>
<b>Jouons un peu.....</b>	<b>p.5</b>
<b>Le mot de l'équipe.....</b>	<b>p.6</b>
<b>Ca se passe à Transition.....</b>	<b>p.8</b>
<b>Ca se passe ailleurs.....</b>	<b>p.9</b>
<b>Les témoignages de.....</b>	<b>p.13</b>
<b>Espace bien-être.....</b>	<b>p.14</b>
<b>Petite annonce.....</b>	<b>p.15</b>
<b>Le coin des artistes.....</b>	<b>p.16</b>
<b>Le petit reporter.....</b>	<b>p.20</b>
<b>Voyage, voyage... Le Vietnam.....</b>	<b>p.25</b>
<b>Recette.....</b>	<b>p.27</b>
<b>Présentation de l'asbl, « Transition » pour nous c'est.....</b>	<b>p.28</b>



# Edito

Bonjour à toutes et à tous !

J'ai l'honneur de rédiger mon premier article dans le Transit-Express. Je profite dès lors de cette occasion pour me présenter. Je m'appelle Lan et je suis accompagnante au sein de l'équipe Transition depuis 2 mois.

C'est à travers les activités telles que culturelle, cuisine, journal, jeudi-loisirs que j'ai appris à vous connaître plus amplement et me permettre de tisser des liens en dehors des suivis.

Ce fut un réel plaisir de partager ces moments avec vous et je suis impatiente de voir ce qui nous attend pour la suite.

J'en profite également pour vous remercier de votre accueil chaleureux et de votre sourire rayonnant.

L'année 2014, pour moi, débute à merveille à vos côtés, je terminerai par une citation de Christian McCandless qui me tient à cœur : « *Le bonheur n'est réel que lorsqu'il est partagé.* »

Bonne lecture !



# Activité en un coup d'oeil ...

 Nos activités en un Coup d'œil 			
Activité	Mars	Avril	Mai
 Club Info	Tous les lundis matin de 10h à 12h bureau	Tous les lundis matin de 10h à 12h bureau	Tous les lundis matin de 10h à 12h bureau
 Cuisine	lundi 10 mars de 16h à 20h Vdk	lundi 7 avril de 16h à 20h Vdk	lundi 5 mai de 16h à 20h Vdk
 Jeudi-Loisirs	jeudi 13 et 27 mars de 13h à 16h Vdk	jeudi 10 et 24 avril de 13h à 16h Vdk	jeudi 8 et 22 mai de 13h à 16h Vdk
 Ping-Pong	jeudi 6 et 20 mars de 14h à 17h Vdk	jeudi 3 et 17 avril de 14h à 17h Vdk	jeudi 15 mai mardi 27 mai de 14 à 17h Vdk
 Ciné Club	mardi 18 mars de 17h à 20h Vdk	mardi 22 avril de 17h à 20h Vdk	mardi 20 mai de 17h à 20h Vdk
 J ♥ LA CULTURE	mercredi 5 mars de 13h à 17h Bureau	mercredi 2 avril de 13h à 17h Bureau	mercredi 14 mai de 13h à 17h Bureau
 Rétrophoto		mardi 15 avril de 17h à 20h Vdk	

Bureau = Chaussée d'Alseberg 303 (Forest)

Vdk = rue Vanderkindere 37 (Uccle)



**Jouons un peu ... !**

# *Jeu des erreurs*



Il y a 6 différences entre les 2 dessins ... A vous de les trouver !



# Le mot de l'équipe ...

Samedi 7 juin 2014

De 10h à 13h

À la place Saint-Augustin à Forest

Différents services pour les personnes handicapées de la commune de Forest feront des animations pour sensibiliser les habitants au handicap.

Transition tiendra un stand avec des jeux et des brochettes de bonbons.

**Bloquez dès à présent cette date dans votre agenda**

pour venir nous rejoindre !

Edwige, Thérèse et Marianne



# Le mot de l'équipe ...

Connaissez-vous ce logo ?



Ce logo veut dire "facile à lire".

Quand vous voyez ce logo, ça veut dire que le texte est écrit d'une manière plus facile à lire mais surtout plus facile à comprendre.

## **Pourquoi ce logo ?**

Dans l'article 9 de la Convention des Nations Unies relative aux droits des personnes handicapées, il est écrit que les personnes en situation de handicap ont le droit d'avoir accès à l'information comme tout le monde.

## **Comment ?**

Pour écrire un texte en «facile à lire» il faut suivre des règles qui disent comment rendre une information, un texte accessible. C'est-à-dire un texte qui soit facile à lire et à comprendre.

A Transition toute l'équipe a décidé de se former à cette méthode pour rendre nos documents plus faciles à lire et à comprendre (convention, règlement d'ordre intérieur, inscription loisirs ...).

Vous pourrez donc trouver ce logo sur des textes mais également sur des sites internet ... Ouvrez l'œil !

Bonne lecture en "facile à lire" !



# Ça se passe à Transition ...

## Le théâtre du Peruchet

Au moins de décembre, nous sommes allés au Théâtre du Peruchet. C'est une grande maison avec une grande pièce. Il y a un comptoir où on paie et sur le côté se trouve la scène. On a dû s'asseoir sur des bancs en attendant la séance. Puis la dame a tapé trois coups dans un tambour pour faire le silence et elle a expliqué comment allait se passer l'après-midi. Elle est partie et les marionnettes sont arrivées sur scène.

La pièce présentée était « Casse Noisette ». C'est une histoire d'une petite Clara qui reçoit un casse noisette et elle se retrouve dans un monde féérique. Elle se balançait sur une balançoire. Il y avait à chaque fois des décors de différents pays. On a pu voir plein de marionnettes différentes qui dansaient avec Clara et le prince. La musique était très agréable, très entraînante, on dansait avec.

Pendant l'entracte, nous avons visité le musée, on a pu voir tout plein de marionnettes qui représentaient différents personnages d'histoires connus. C'est la première fois que je vois des marionnettes d'aussi près. Elles étaient vraiment magnifiques, en bois et en tissus.

La sortie avec le groupe était très agréable et très chouette.



Isabelle



# Ça se passe ailleurs ...

## Les sculptures de glace

J'ai visité une exposition de sculptures de glace. Je trouve qu'elle vaut vraiment la peine d'être vue. On y croise tout plein de personnages de bandes dessinées en glace. Par exemple : Lucky Luke, Gaston Lagaffe, les Schtroumpfs, l'Agent 212, Corto Maltese, Tintin et ses amis, Blake et Mortimer, Astérix et Obélix et encore bien d'autres ...

Informations pratiques : Cette exposition se trouve près de la station de métro Parc et le prix est de 15 euros par personne.

Il est vivement conseillé de s'habiller chaudement.

On peut y prendre autant de photos et de vidéos qu'on souhaite.

Après la visite, il est possible d'aller boire un verre pour se réchauffer.

Ensuite, pour pouvoir observer une belle vue de Bruxelles, je suis monté dans une nacelle qui s'élève et qui tourne sur elle-même (rotation de 360 degrés). Le prix est de 8 euros par personne.

Au final, je vous conseille d'aller voir cette «rafraîchissante» exposition de glace et d'admirer le paysage de Bruxelles dans cette haute tour.



# Ca se passe ailleurs ...

## Tournai, ma ville

Nous sommes partis vers 9h15 des Tropiques avec la camionnette vers la ville de mes racines ...

Sur la route, il y avait des embouteillages que nous avons essayé d'éviter en prenant les petites routes secondaires de campagne ... Pour reprendre l'autoroute quelques dizaines de kilomètres plus loin, TOUJOURS DES BOUCHONS !!! Flûte !!! Après une demi-heure nous décidâmes de faire une pause dans une ville dont je ne me souviens plus du nom mais où a habité une éducatrice pour prendre le petit déjeuner et faire la pause pipi et pause cigarette. Nous nous arrê tâmes près d'un hôpital classé, magnifique !!! La pause nous a fait un grand bien : visite de la cour de cet hôpital vraiment typique !!!

Après nous décidâmes de prendre notre mal en patience et nous reprîmes l'autoroute vers Tournai, là où j'ai mes racines.

Nous arrivâmes enfin !!!

Après avoir garé la camionnette dans un parking pas loin du centre commercial du nom «Les Bastions» et de la prison de Tournai, nous marchâmes dans le piétonnier, rue des Chapeliers jusqu'à la Grand Place où on a pris le pique-nique dans un café. Chacun a payé sa consommation, une très bonne bière pour moi. A côté de notre table, il y avait un aquarium avec des tout petits mais vraiment mini poissons. Les sandwiches du boucher Andries VDK étaient vraiment délicieux : club beurré avec crudités.

Ensuite, on s'est dit entre nous : «rendez-vous à 14h pile devant le beffroi, quartier libre !!!».

J'allais voir les magasins de mon enfance et de mon adolescence : le magasin de chaîne-hifi, d'appareils photos, TV et autres MP3 dernier cri, au coin de la Grand Place et de la rue de l'Yser. Ensuite, rue de l'Yser je suis allé voir le magasin où j'avais acheté mon sac de première année humanité, il va y avoir 30 ans cette année-ci : un Samsonite. C'est aussi un magasin où l'on vend des bananes, trousse de toilettes, sacs-à-dos, portefeuilles, trousse d'écolier de grande marque comme la marque Eastpak, en solde.

Malheureusement c'était fermé. Puis, rue du Cygne, le magasin de chaussures branchées mais attention très chères de Tournai : Coisnes où l'on peut trouver les fameuses Docksides Sebago à 130 euros la paire et encore plus chères et plus luxueuses les Church'S à 500 euros la paire. En revenant en arrière, je croisais alors par hasard mes éducateurs dans la rue Notre Dame, nous marchâmes ensemble par la rue des Fosses et je décidais de leur montrer un peu la ville du côté du quai Notre Dame et du quai Marché au poisson. Comme les restaurants : L'eau à la bouche, le Giverny, la piscine Notre-Dame où j'allais et où j'ai d'ailleurs appris à nager enfant. Je leur ai aussi montré les travaux de la Cathédrale, travaux nécessaires. Avant il y avait là le marché au fleur, le marché aux animaux du dimanche matin se trouve sur le quai marché au poisson. Ne vous inquiétez pas, ils ne sont pas maltraités. Puis, nous repassâmes devant le magasin Carrefour de Tournai à la rue des Puits L'eau pour remonter par le piétonnier rue des Chapeliers, vers le Beffroi, pile à l'heure.

Après nous allâmes visiter le musée des sciences naturelles à la rue Saint Martin, il y avait des animaux naturalisés. Il fallait laisser les sacs-à-dos et les vestes à l'accueil et une guide nous expliqua la marche à suivre : ne pas toucher les animaux naturalisés ainsi que les vivariums et ne pas crier. Il y avait de superbes lions vraiment impressionnants par la taille et la hauteur. Heureusement qu'ils sont empaillés (naturalisés).

**Suite**

Il y avait aussi des éléphants, des chameaux, des petits dromadaires que l'on pouvait regarder droit dans les yeux, tout près, drôle d'impression !!! Dans les vitrines se trouvaient des singes, des oiseaux exotiques comme de magnifiques aras d'Amazonie (perroquets verts, bleus, oranges, rouges, jaunes ...) Puis vient le tour des serpents, scorpions et des mygales dans des vivariums : sueurs froides garanties. En dessous de chaque vivarium, il y a des tableaux explicatifs qui racontent où vivent ces animaux, ce qu'ils mangent, comment ils vivent, leur histoire et s'ils sont dangereux pour l'homme. J'ai vu notamment un gros lézard attraper une sauterelle pour la manger. Il y avait même un alligator dans une mare.

Après la visite du musée nous retournâmes dans la camionnette pour rentrer à Bruxelles.

Je dis à bientôt à ma ville préférée  
Vraiment on a passé  
Une bonne journée  
A Tournai.

Merci Tropiques



**Frédéric**

# Les témoignages de ...

## Le tricot

Le tricot est une chose formidable. Ça fait des années que je tricote, c'est une vraie passion pour moi. Je ne dirais pas que je suis une experte mais je me débrouille. Je tricote dès que j'ai du temps. Je tricote des coudières, des pochettes GSM, des étuis de parapluie, j'ai également fait un sac multifonction et un deuxième est en route. Pour tricoter et rompre la monotonie des points, j'utilise un jeu de cartes. Je choisis une carte, si je pioche par exemple le cinq de pique, je fais cinq lignes, cinq points endroits et cinq points envers.

Ensuite, je repioche une carte, par exemple si c'est une dame alors je compte ça pour douze points. Je fais donc douze points endroits, douze points envers pendant douze lignes etc ...

Le résultat est plus original, ça change un peu du tricot habituel. Les livres de tricot sont plus compliqués alors j'ai trouvé ma technique à moi. Maintenant, j'utilise aussi une aiguille spéciale. Il y a un fil qui est attaché d'une aiguille à l'autre et en tricotant les points se mettent tout autour du fil, j'aime beaucoup le résultat.

Pour ceux qui débutent, je conseille de commencer par une manique, c'est le plus simple, ça permet de se mettre dans le bain. J'espère que ça va vous encourager à commencer.



# Espace bien-être



## L'alimentation

C'est important de bien s'alimenter et de s'hydrater. Il faut manger des légumes, des fruits, des féculents, des protéines, de la viande et du poisson.

Il faut aussi consommer des produits laitiers pour avoir des os solides, un peu de matière grasse et du sucre en toute petite quantité.

Bien s'alimenter permet de se protéger de certaines maladies. Il faut manger sainement pour être en bonne santé.



## Petite annonce ...

Cherche un électricien pour rétablir le courant entre les gens, un opticien pour changer leur regard, un artiste pour dessiner un sourire sur tous les visages, un maçon pour bâtir la paix, un jardinier pour cultiver la pensée et surtout un prof de math pour nous apprendre à compter les uns les autres !!!

Véro

# Le coin des artistes



# Le coin des artistes



# Le coin des artistes



Adrien BOVENDEERD

# Le coin des artistes



Nourredine



# Le petit reporter ...

## Interview

Dariusz a rencontré Marianne, la directrice de Transition pour lui poser les questions suivantes :

### En quoi consiste la fonction de directrice au sein de l'asbl Transition ?

La directrice de l'asbl Transition, c'est être celle qui porte la responsabilité du bon fonctionnement du service. Pour qu'un service fonctionne bien, qu'est-ce qu'il faut ? Il faut avoir une bonne gestion administrative et financière et une bonne qualité de service aux personnes accompagnées.

L'Etat nous donne des subsides pour apporter de l'aide aux personnes en situation de handicap, pour qu'elles puissent mettre en place, dans leur vie, les choses qui sont importantes pour elles. Notre service est là pour donner cette aide, ou accompagner les personnes pour trouver cette aide autour d'elles.

Pour cela il faut engager du personnel, faire des contrats de travail, payer les salaires, ... Il faut aussi s'assurer que tout le monde reste bien dans le projet de travail du service, que tout le monde travaille dans le même objectif et dans le même cadre pour assurer un service de qualité aux personnes qu'on accompagne.

Donc mon rôle c'est d'assurer cette gestion administrative et financière, la gestion du personnel et la gestion pédagogique du service.

### Que pensez-vous de l'asbl Transition ?

Je trouve que c'est un chouette service parce qu'on a l'occasion de parcourir un bout de chemin avec des personnes qui ont la particularité d'être en situation de handicap.

Chaque situation est vraiment différente et on a l'occasion de voir évoluer les personnes souvent de façon impressionnante. On se rend compte qu'en donnant des petits coups de pouce, en donnant des pistes et en soutenant les projets de chacun, on voit les personnes évoluer de façon très positive. Je trouve cela très enrichissant et motivant comme travail.

### Depuis combien de temps l'asbl Transition existe-t-elle ?

En tant que service d'accompagnement pour personnes handicapées, Transition existe depuis plus de 25 ans. On fait partie des premiers services d'accompagnement pour personnes handicapées.

Avant, les personnes handicapées étaient souvent prises en charge par leur famille, dans leurs institutions et vivaient dans des milieux assez clos. Elles participaient peu à la vie de la société et avaient moins facilement la possibilité de vivre leur vie un peu comme tout le monde, comme chacun des citoyens ici en Belgique.

Les services d'accompagnement ont été créés justement parce que les personnes handicapées ont dit « nous aussi on a envie de pouvoir travailler, de pouvoir vivre de façon plus autonome, de pouvoir faire des loisirs à l'extérieur » et c'est comme cela que les services d'accompagnement sont nés il y a une trentaine d'années.

### Depuis combien de temps êtes-vous la Directrice ?

Depuis plus de 25 ans, depuis le début.

### Que faisiez-vous auparavant ?

J'étais fort jeune, je n'avais pas encore eu beaucoup d'expériences professionnelles.

J'avais travaillé quelques mois dans une maison pour enfants handicapés. Ensuite, j'avais travaillé aussi une petite année pour lancer une maison d'accueil pour femmes en difficultés.

### Qu'est-ce qui a changé en 25 ans ?

Au départ, on avait surtout les appartements supervisés et on travaillait essentiellement avec des personnes qui avaient une déficience intellectuelle, donc un handicap mental. On ne travaillait qu'avec des adultes.

**Suite**

Au fur et à mesure des demandes qui nous sont parvenues, on a commencé à travailler avec des adolescents, avec des personnes qui ont un handicap physique, des personnes qui ont un handicap sensoriel, des personnes qui ont un handicap acquis. Comme par exemple des personnes qui ont eu un accident de voiture et qui se sont retrouvées handicapées.

Pendant longtemps, on travaillait essentiellement avec la personne handicapée et donc uniquement avec des personnes qui étaient capables de formuler leurs demandes, dire ce qu'elles avaient besoin.

On s'est rendu compte qu'il y avait un tas de personnes qui avaient un handicap beaucoup plus important, et qui parfois n'avaient pas la possibilité de demander eux-mêmes ou de se rendre compte eux-mêmes de quoi elles avaient besoin et qu'il fallait travailler avec leurs proches, leurs familles, qui avaient besoin d'aide aussi. On a donc aussi étendu notre accompagnement à ce type de personnes.

En 25 ans, le service a beaucoup grandi. On était 3 personnes au départ dans l'équipe, maintenant on est 10. On a aussi développé d'autres activités, avec les loisirs notamment.

On a dû souvent déménager nos bureaux car le service devenait de plus en plus grand.

Que vous apporte le travail dans l'asbl Transition et êtes-vous satisfaite ?

Le fait d'être tout le temps en mouvement, d'évoluer et de s'adresser à des personnes toutes tellement différentes, ça apporte une richesse dans le travail.

Voir l'évolution des personnes, c'est vraiment très motivant.

C'est aussi un travail très diversifié où on a beaucoup de contacts, avec les personnes accompagnées, avec beaucoup d'autres services, avec le pouvoir politique, avec les instances qui nous subsidient.

J'aime beaucoup notre façon de travailler en équipe, avec les personnes handicapées et leur entourage, ainsi qu'avec tous les autres intervenants qui répondent aux besoins des personnes qu'on accompagne.

## Comment les personnes font pour savoir que l'asbl Transition existe ?

Il y a beaucoup de possibilités différentes.

Bien souvent, ce sont des travailleurs sociaux qui parlent de nous parce que, par exemple, ils travaillent dans une entreprise de travail adapté qui leur conseille de prendre contact avec notre service d'accompagnement pour les aider pour certaines choses.

Cela peut être l'assistante sociale d'un CPAS, d'un centre de guidance, d'un centre de jour ou d'hébergement, d'une école qui propose de prendre contact avec nous.

Parfois c'est par le bouche à oreille parce qu'on a un copain, une copine qui a déjà été accompagné à Transition.

Certaines personnes font des recherches par internet ou dans le guide social, dans les répertoires où on trouve toutes les adresses des services sociaux.

Il y a également beaucoup de personnes qui sont envoyées par Phare. C'est là que les personnes peuvent faire reconnaître leur handicap et obtenir certaines aides.

Phare octroie des aides individuelles directement à la personne mais subsidie aussi certains services, comme le nôtre.

Quand des personnes handicapées s'adressent à eux et qu'elles ont besoin d'accompagnement, Phare leur conseille un service d'accompagnement, Transition ou d'autres.

## Que pensez-vous des participants aux activités de Transition ?

Je les vois moins souvent que les accompagnantes, qui animent les activités. Donc ce serait surtout à elles qu'il faudrait poser la question.

Mais j'en connais quand même beaucoup et quand je peux participer à l'une ou l'autre activité, je trouve ça très sympa.

Je trouve que le contact est différent dans les activités de loisirs par exemple, que dans les rendez-vous d'accompagnement.

**Suite**



Les loisirs c'est pour s'amuser, pour passer un bon moment ensemble, pour découvrir des choses ensemble. C'est différent quand on voit chaque personne en individuel.

C'est gai aussi de voir comment les participants interagissent entre eux, comment ils partagent l'activité ensemble.

On a rarement des problèmes. Quand il y a un problème, en général, on en parle très vite et on cherche ensemble des solutions. Je trouve qu'il y a une chouette ambiance.

### Quelle-est la définition pour vous de « Transition » ?

On s'est appelé Transition car on voulait aider les personnes à acquérir plus d'autonomie.

Nous voulions proposer une transition entre le milieu de vie où les personnes sont prises en charge, où on vit ensemble, de façon plus communautaire, comme en famille ou dans un centre d'hébergement et la vie en autonomie, dans son propre logement.

Grâce à nos logements accompagnés, cela facilitait cette transition entre vivre chez papa, maman ou dans une institution où on ne s'occupe pas forcément de préparer les repas, les courses, ...

Quand on n'a jamais fait ces choses par soi-même, c'est difficile de faire du jour au lendemain tout cela seul. Donc la transition, par les logements accompagnés notamment, c'est la possibilité de faire ce passage en douceur.



# Voyage, voyage ... Le Vietnam

La plupart d'entre vous m'ont demandé d'où venaient mes petits yeux. Je vais donc vous parler de mon pays d'origine, le Vietnam. Il est situé en Asie du Sud-Est. C'est plus ou moins 12h de vol de Bruxelles.

Si vous croisez un vietnamien, pour dire bonjour, il suffit de dire «chao». Et pour dire au revoir, c'est facile à retenir, c'est aussi «chao». Si vous voulez lui dire merci, c'est «cam on».

Les vietnamiens vous accueilleront chaleureusement et toujours avec le sourire.

Un des plus beaux paysages que j'ai vu au Vietnam, c'est la Baie d'Halong. «Halong» en vietnamien signifie «la descente du dragon». La légende raconte qu'un dragon se serait installé dans ces lieux. Il aurait formé ces grands rochers en se déplaçant.

Ce sont des énormes rochers qu'on voit émerger de l'eau douce et salée. C'est l'érosion dû au vent et à la pluie qui donne cet époustouflant paysage. On y trouve parfois des grottes.

Côté cuisine, mon plat préféré est le «pho». C'est une soupe vietnamienne. Ce sont des nouilles de riz baignant dans un bouillon de bœuf, accompagné de feuilles vertes et morceaux de viande.

La première fois que j'ai été au Vietnam, je pensais retrouver au petit déjeuner des corn flakes, de la confiture, des croissants, ... et bien non ! L'hôtel nous proposait des bols de Pho.

Récemment, vous avez pu voir beaucoup de décorations asiatiques dans les supermarchés. C'est parce que c'est le nouvel an vietnamien. Les vietnamiens suivent le calendrier lunaire, tandis que les Belges suivent le calendrier solaire. Le premier jour de l'an tombe cette année le 31 janvier. L'année est placée sous le signe du cheval.

J'espère que ce moment d'évasion vous a plu et vous donne l'envie d'aller au Vietnam.



## **A propos du chocolat ... !**

**Le chocolat vient du Cacao.**

**Le cacao vient d'un arbre.**

**Un arbre...  
c'est comme une plante.**

**DONC, le chocolat c'est la  
même affaire qu'une salade.**

**Fin.**



Véro

# Recette

## Gâteau au chocolat

Réalisé pendant l'activité Jeudi Loisirs

Pour un gâteau de 4 à 6 personnes

### Ingrédients :

120g de beurre

200g de chocolat noir

150g de sucre

4 œufs

80 g de farine

1. Préchauffez le four à 180°C.
2. Faites fondre le beurre avec le chocolat coupé en morceaux au four micro-ondes ou dans un bain marie tiède.
3. Dans un saladier mélangez le sucre avec les œufs puis ajouter la farine.
4. Incorporez à cette préparation le mélange au chocolat. Mélangez bien avec une cuillère en bois pour avoir une pâte homogène.
5. Beurrez puis farinez légèrement le moule. Versez la préparation dedans. Enfournez pour 30 minutes de cuisson. Sortez du four, laissez refroidir 10 minutes puis démoulez délicatement.

Bon appétit !



# Présentation de l'asbl

L'objectif de l'asbl est d'offrir un soutien individualisé à toute personne handicapée (adulte et adolescente) désireuse de réaliser un projet individuel.

L'accompagnement est réalisé à partir des demandes et des besoins de la personne. Il peut porter sur tous les aspects de la vie quotidienne.

A Transition, il existe également des logements accompagnés où l'on peut expérimenter un mode de vie autonome.

L'asbl propose des activités collectives et de loisirs telles que la cuisine, le club informatique, les activités de l'été et festives ...

## « Transition », pour nous c'est ...

Etre écoutée

Cela me permet de me changer les idées

Un anti-stress

Un endroit où on peut s'amuser, avoir de l'aide si on a des pépins, avoir plein d'amis, faire des rencontres et oublier les soucis

Un lugar donde yo puedo dibujar, y aprender un poco el francés durante las actividades

=

Un lieu où on peut se divertir

Un lieu où je peux dessiner et apprendre un peu le français durant les activités