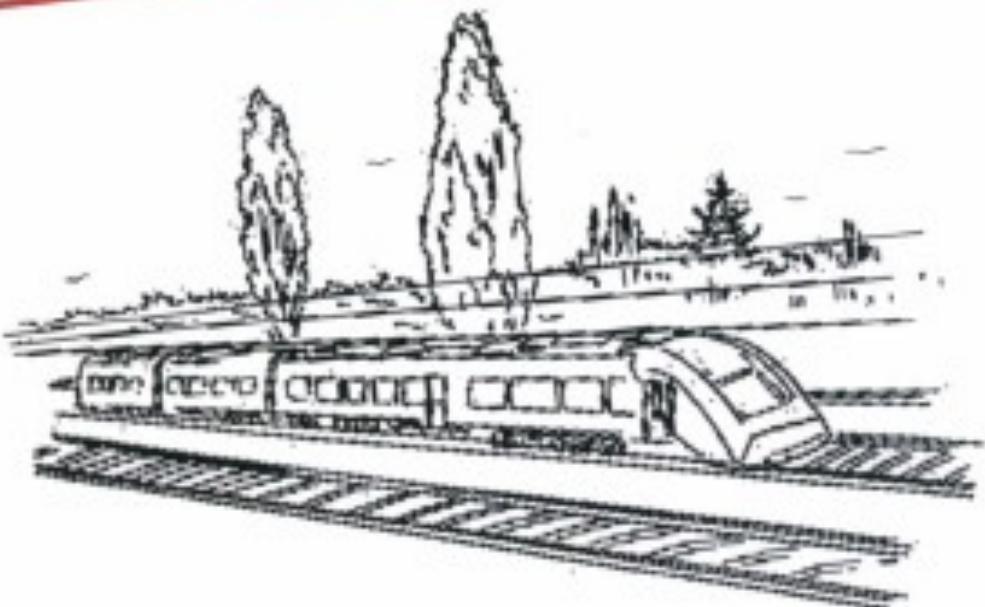


*Edition n° 21 – Juin 2014*



# **Transit-Express**

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

**chaussée d'Alsemberg 303 bte 2.2 - 1190 Bruxelles** ☎ 02 346 08 00

Email [transitionasbl@hotmail.com](mailto:transitionasbl@hotmail.com) Site internet : [www.transitionasbl.be](http://www.transitionasbl.be)

Service agréé et subsidié par la Cocof

# Sommaire

<b>Edito.</b> .....	<b>pg 3</b>
<b>Activité en un coup d'œil</b> .....	<b>pg 4</b>
<b>Les petites charades de Maud</b> .....	<b>Pg 5</b>
<b>Le mot de l'équipe</b> .....	<b>pg 6</b>
<b>Ca se passe à Transition</b> .....	<b>pg 8</b>
<b>Ca se passe ailleurs</b> .....	<b>pg 10</b>
<b>Jouons un peu</b> .....	<b>pg 11</b>
<b>Ca se passe ailleurs</b> .....	<b>pg 12</b>
<b>Expression libre</b> .....	<b>pg 14</b>
<b>Témoignage de</b> .....	<b>pg 15</b>
<b>Envie de lire ? Vinciane vous conseille</b> .....	<b>pg 16</b>
<b>Le coin des artistes</b> .....	<b>pg 18</b>
<b>Présentation de l'asbl «Transition»</b> .....	<b>pg 19</b>
<b>Les logements accompagnés à Transition pour nous c'est</b> .....	<b>pg 20</b>



# **Edito**

Bonjour à tous et à toutes,

Je profite du Transit-Express pour vous faire part d'une information concernant les activités organisées par l'équipe de Transition.

A partir du mois de juin, vous recevrez un tableau qui reprendra les dates des activités sur 3 mois (calendrier pour Juillet, Août et Septembre → voir page 4).

Il n'y aura plus d'invitations tous les mois sauf pour l'activité culturelle (qui est différente tous les mois) et pour les activités de l'été.

Nous espérons que ce sera plus facile, plus simple pour vous et nous faisons aussi un petit geste pour la planète en économisant un peu de papier ... ☺

N'hésitez pas à réclamer votre tableau d'activités lors de vos rendez-vous, et votre accompagnante vous aidera à surligner au marqueur «fluo» les activités qui vous concernent.

Collez ce tableau à un endroit visible pour ne pas oublier de venir à votre activité étant donné qu'il n'y aura plus de petite invitation chaque mois.

Au plaisir de vous retrouver lors des activités !

**Marion**



Activité	Juillet	Août	Septembre
 <b>Club Info</b>	<b>Tous les lundis matin de 10h à 12h Bureau</b>	<b>Tous les lundis matin de 10h à 12h Bureau</b>	<b>Tous les lundis matin de 10h à 12h Bureau</b>
 <b>Cuisine</b>	<b>lundi 14 juillet de 16h à 20h Vdk</b>	<b>lundi 11 août de 16h à 20h Vdk</b>	<b>lundi 8 septembre de 16h à 20h Vdk</b>
 <b>Jeudi-Loisirs</b>	<b>jeudi 24 juillet de 13h à 16h Vdk</b>	<b>jeudi 7 et 21 août de 13h à 16h Vdk</b>	<b>jeudi 11 et 25 septembre de 13h à 16h Vdk</b>
 <b>Ping-Pong</b>	<b>jeudi 3, 17 et 31 juillet de 14h à 17h à Vdk</b>	<b>jeudi 14 et 28 août de 14h à 17h Vdk</b>	<b>jeudi 4 et 18 septembre de 14 à 17h Vdk</b>
 <b>Ciné Club</b>	<b>lundi 14 juillet de 17h à 20h Bureau !!!</b>	<b>mardi 25 août de 17h à 20h Vdk</b>	<b>lundi 22 septembre de 17h à 20h Vdk</b>
 <b>J'♥LA CULTURE</b>	<b>mercredi 2 juillet de 13h à 17h Bureau</b>	<b>mercredi 6 août de 13h à 17h Bureau</b>	<b>mercredi 3 septembre de 13h à 17h Bureau</b>
 <b>Journal</b>			<b>mardi 9, 16, 23 et 30 sept. de 10h à 12h Bureau</b>
 <b>Activité Eté</b>	<b>lundi 7 et 28 juillet de 8h30 à 18h30</b>	<b>mardi 12 août 8h30 à 18h30 mardi 19 août 13h à 17h</b>	

# Les petites charades de Maud ...



1) Mon premier est un animal tête

Mon 2<sup>ème</sup> est la 5<sup>ème</sup> lettre de l'alphabet

Mon 3<sup>ème</sup> est un poisson

**Mon tout est un animal**

2) Mon premier est le bruit du fusil

Mon 2<sup>ème</sup> est la tienne

Mon 3<sup>ème</sup> n'est pas court

**Mon tout est un vêtement**

3) Mon premier est une marque de biscuit

Mon 2<sup>ème</sup> sert à couper du bois

Mon 3<sup>ème</sup> est le masculin de "la"

**Mon tout est un prénom**

4) Mon premier est un magasin

Mon 2<sup>ème</sup> est la 12<sup>ème</sup> lettre de l'alphabet

Mon 3<sup>ème</sup> est sur une montre

**La police chasse mon tout**

5) Mon premier est des champs

Mon 2<sup>ème</sup> est un magasin

Mon 3<sup>ème</sup> exprime la surprise

**Mon tout s'écoute**



# Le mot de l'équipe ...

## **Petit bilan des actions menées par Transition en 2013**

Chaque année, nous établissons un rapport sur le travail réalisé par notre service au cours de l'année écoulée.

En voici quelques chiffres pour 2013:

Nous avons rencontré 24 jeunes (encore à l'école) dont 13 ont été accompagnés régulièrement (convention).

Nous avons rencontrés 106 adultes dont 75 ont été suivis régulièrement (convention).

Les personnes que nous accompagnons sont très différentes les unes des autres :

- par l'âge (de 4 ans à 69 ans),
- par le type de handicap,
- parfois par la culture,
- par leur histoire,
- par leur situation de vie,
- par les demandes qu'elles nous font,
- ...

.../...



## **Le mot de l'équipe ...**

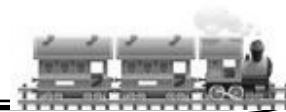
La moitié des personnes habitent Uccle ou Forest. Les autres se répartissent sur les autres communes de Bruxelles.

9 personnes ont séjourné dans nos logements accompagnés en 2013.

56 personnes ont participé à nos activités de loisirs.  
Il y a eu plus de 146 moments d'activités.

Les demandes d'accompagnement sont très nombreuses.  
Nous n'arrivons pas à répondre à toutes.  
Nous devons les inscrire sur une liste d'attente ...

Marianne



# Ça se passe à Transition ...

## L'activité Ping-Pong de Transition

Je suis arrivée la première fois à la rue Vanderkindere et j'ai découvert cette nouvelle activité : le Ping-Pong. Je jouais comme un pied ! Au fur et à mesure des séances, je me suis améliorée. Petit à petit, on a commencé par de l'échauffement avec Véro. J'ai réussi des échanges de balle sans la faire tomber pendant 31 fois ! (c'est mon record personnel).

Ensuite j'ai commencé par faire des matchs de 11 coups. Le jeudi 15 mai j'ai gagné 2 matchs. Bref ça me plait beaucoup, ça fait bouger et ça fait travailler les jambes et la tête et en fait tout le corps. C'est vraiment un chouette sport, je joue avec plusieurs personnes.

Vers 16h50 nous démontons les filets des tables et remettons tout dans le sac puis tout le monde rentre chez soi.

Il y a vraiment une bonne ambiance, que ça continue encore longtemps.

Arlette



# Ça se passe à Transition ...

## Le Rétrophoto

Je suis partie de chez moi vers 16h30 et je suis arrivée à la rue Vanderkindere. Il y avait déjà plusieurs personnes qui étaient là. Nous avons attendu dehors dans la cour pendant qu'on préparait le local. Quand tout a été prêt nous sommes tous rentrés. Les photos de l'année 2013 ont commencé à défiler sur le mur une première fois. Ensuite les photos sont repassées une deuxième fois et on a choisi les photos qui nous plaisaient le plus. Pour la commande nous avons reçu une feuille avec des numéros et des flèches. Quant à moi j'en ai choisies 19. Après que les photos ont eu fini de passer nous avons payé les photos car il fallait payer d'avance. Après on nous prévient et on te donne les photos, du moins quand elles arrivent.

Ensuite nous sommes tous retournés à la maison.

Nous voilà maintenant parti pour les activités de 2014 !

**Arlette**

# Ça se passe ailleurs ...

Les élections ... c'est un mauvais moment à passer !

Je suis partie vers 8h30 pour l'école du Val fleuri. Je devais me rendre au bureau n°9 où il y avait déjà plusieurs personnes qui attendaient.

J'ai demandé de l'aide car pour moi c'était compliqué, il y avait trois élections en même temps, pas facile de s'y retrouver. Le président m'a désigné un jeune homme qui m'a expliqué le fonctionnement des ordinateurs. J'ai reçu une carte avec une grande flèche pour la mettre dans la fente puis quand la carte est revenue j'ai été la mettre dans un grand carton. Le président m'a rendu ma carte d'identité et puis comme j'avais encore du temps je suis repassée chez moi. Ensuite je suis partie pour la messe où c'était une messe de communion et confirmation de onze enfants. Après je suis rentrée pour de bon chez moi.

**Arlette**

# Jouons un peu ... !



Il y a **7 différences** entre les 2 dessins ... A vous de les trouver ! - **Véro**

# **Ca se passe ailleurs ...**

## L'exposition chocolat à Bruxelles

Au début du mois de février, le 6 ,7 et 8 2014. Il y a eu un salon de chocolat à Bruxelles, à Tour et Taxi.

Dans ce salon il y avait un défilé de mannequins avec des habits recouverts de chocolat.

Il y avait des choses intéressantes :

Des hauts talons faits avec du chocolat blanc, noir et couleur cacao.

On nous a expliqué, quelles sont les différences entre la torréfaction du café et la torréfaction des fèves du cacao pour en faire du chocolat.

Bon la torréfaction du café c'est pour les chauffer avec la peau.

Tandis que la torréfaction des fèves du cacao, c'est les réchauffer et casser la peau.



On pouvait assister à des ateliers de cuisine, pour préparer des plats.

On pouvait goûter des plats à base du chocolat préparé sur place.

Et même faire du cacao et boire sur place.

Et on nous explique la démarche du chocolat de a à z.

Donc il y avait du thé avec des pelures des fèves du cacao à boire.

Du cacao mélangé avec du lait ajouté à d'autres épices.

L'expo était de 11h à 18h, sur place on pouvait se restaurer, il y avait beaucoup de monde, c'était super chouette.

Pour entrer, il fallait attendre 5 minutes avant de commencer la visite car il y avait beaucoup de monde.

Il y avait beaucoup des choses à visiter et il y avait beaucoup d'explications.

Le trajet fut assez rapide. Je suis parti de chez moi jusqu'à la station Delta et j'ai dû attendre une amie.

De là on est parti pour aller vers Yser, on a mis 10 minutes à pied.

Cette expo fut intéressante à visiter.

Pour l'année prochaine je vous conseille d'aller la voir car ça vaut la peine.

**Dariusz**

# Expression libre ....

Les oiseaux volent  
Les fleurs sont écloses  
Les arbres sont verts

La nature revit :  
C'est le printemps

Les hommes font de grandes promenades avec leurs amis dans les futaies de sapins après avoir pris leur petit déjeuner bien-être et rigolent bien.  
Les peintres repeignent la cabane  
Le marin est à son gouvernail sur le lac et vogue vers la rivière  
Les fermiers sont dans les champs et font la récolte  
Les écureuils courrent dans les chênes et font leurs provisions de glands pour l'hiver prochain  
Les amoureux qui se bécotent sur les bancs publics  
Les chemins sinueux sont empruntés par les cyclistes qui roulent vers leurs cabanes pour passer leurs vacances :

Bonnes vacances !!!



**Frédéric C**

# Témoignage de ...

## Bénévolat en ludothèque

Depuis novembre 2013, je suis bénévole à la ludothèque Ludivine à Uccle. J'y vais 3 demi-jours par semaine. Nous sommes 2 à y travailler (1 salariée et moi). Nous proposons des jeux à la location. Il n'est pas possible de jouer sur place par manque d'espace mais chaque dernier mercredi du mois, il y a une soirée jeux ouverte à tous.

Les jeux (il n'y a pas de jouet) sont classés d'un point de vue pédagogique car la ludothèque est dans une école qui forme des enseignants (entre autre).

J'aime mon travail à cet endroit car d'une part, je me sens utile et d'autre part, cela me permet d'acquérir de l'expérience. Je suis bibliothécaire de formation mais ce que j'ai appris pendant mes cours peut être utile dans mon travail à la ludothèque.

Mon travail à la ludothèque : vérifier les jeux (ce qu'il faut aussi faire lors des retours, devant les usagers) mais aussi mettre des codes couleur par âge, indiquer un contenu simplifié à l'intérieur de la boîte.

Enfin, ce que j'apprécie à la ludo, c'est de ne pas être considérée comme une personne handicapée. Ce point positif est également valable pour mes deux autres bénévolats.

Stéphanie

# Envie de lire ? Vinciane vous conseille ...

Bonjour tout le monde,

Après quelques années de silence, je reviens "transiter expressément" pour une petite rubrique consacrée à la lecture. Mes prédictions littéraires restent les polars et romans noirs. Toutefois, je partagerai volontiers quelques résumés de Marc Levy, Régine Delforges ou encore Tatiana de Rosnay. En attendant, j'aimerais vous parler de Karine Giébel, qui dans le roman noir, pour moi excelle. On va de surprises en surprises bref, un véritable livre qu'on ne lâche pas dès qu'on le commence.

Voici le résumé :

Il s'agit de son premier roman ***Terminus Elicius***, avec lequel elle a reçu un prix. Personnellement, ses livres me fascinent.

Jeanne est une femme d'âge mûr qui a une vie réglée comme du papier à musique.

Celle-ci travaille dans l'administration d'un commissariat de police hors de son village natal où elle vit sous les griefs de sa maman.

Quand un soir, elle relève une lettre qui lui est adressée dans le train, sa vie bascule. Une lettre tout d'abord qui se veut romantique et qui la bouleverse. Sa vie est si bien rangée que l'auteur de ces lettres a compris son petit manège, elle s'assied tous les soirs à la même place dans le même wagon du train et s'arrange pour ne jamais le rater.

Les jours suivants, la correspondance des plus bizarres continue et tourne à l'obsession pour Jeanne. Débordant d'amour, les lettres la font vibrer au point où rester à cette même place chaque jour devient une véritable fixation mais jamais elle ne découvre qui est l'auteur de ces lettres.

Quand les lettres lui annoncent réellement la couleur de leur message, Jeanne est totalement démunie car l'auteur lui apprend les crimes horribles qu'il sème autour de lui.

Se sentant trahie, Jeanne ne sait plus quoi faire ni que croire et lorsque le commissariat dans lequel elle exerce un métier dans l'administratif, commence à enquêter sur les premiers meurtres qui ressemblent à s'y méprendre aux descriptions de son correspondant secret, sa vie va devenir un enfer et elle ne sait plus du tout comment se comporter face aux événements dramatiques qui se resserrent de plus en plus autour d'elle.



# **Envie de lire ? Vinciane vous conseille ...**



Dans mon article précédent, je parlais de l'auteur Tatiana de Rosnay. Cette romancière est française et a déjà à son actif plusieurs romans dont "Elle s'appelait Sarah", "Le voisin", "Rose" pour ne citer que ceux-ci.

J'ai choisi "Le cœur d'une autre" car l'histoire est vraiment adorable avec un brin d'humour.

Voici le résumé :

Bruce est un quadragénaire divorcé. Un peu ours, un peu antipathique et misogyne. Quand il apprend qu'il souffre de graves problèmes cardiaques, les médecins lui recommande une greffe de cœur , qui seule pourrait le sauver d'une mort imminente.

L'attente d'un nouveau cœur est insupportable. Bruce traverse autant de moments de déprimes que des moments de fols espoirs. Puis le grand jour de l'opération arrive. Dans les semaines qui suivront l'opération, Bruce et ses proches remarqueront des changements de personnalité qui ne lui ont jamais été dévoilé jusqu'ici comme la tendresse, la compréhension et lorsqu'il ira visiter un musée, sa surprise sera d'autant plus grande quand il se sensibilisera d'autant plus aux tableaux de la Renaissance.

Au départ, il pense faire un rejet de ce nouvel organe, ensuite, appréciant les nouveaux changements en lui, il décide coûte que coûte à découvrir qui possédait ce cœur avant de le lui donner.

Il n'aura pas peur de braver le corps médical qui protège l'anonymat des donneurs comme des cerbères et lorsqu'il parviendra enfin à le découvrir, il ira jusqu'au bout de sa quête, voulant connaître absolument l'ancienne personne qui désormais l'habite.

Cette mystérieuse mission l'emmènera en Toscane et ensuite aux sommets des Grisons.

Personnellement, j'ai beaucoup aimé ce livre. Il raconte l'amour, le défi et lorsqu'il nous emmène en Toscane pour finir en Suisse, les paysages sont si bien décrits qu'il en devient bouleversant.

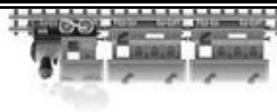
Bonne découverte et bonne lecture ... !

**Vinciane**

# Le coin des artistes



Adrien



# Présentation de l'asbl

## «Transition»

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, jeudi-loisirs, ping-pong, journal, activité culturelle, les activités de l'été et festives ...

-oOo- -oOo- -oOo-

# Les logements accompagnés à Transition



## pour nous c'est ...

J'ai toujours rêvé d'avoir mon appartement à moi, de me débrouiller avec mon fils Emmanuel, de gérer mon quotidien. C'est ce que me permet Transition.

Valérie

Transition est quelque chose d'important, on nous prend tel qu'on est, on ne juge pas les gens, on les respecte. Les personnes handicapées ont leurs différences et on leur donne leur chance. On nous fait faire les choses, on ne fait pas à notre place.

Marie-Fanida

C'est une expérience de vie, des rencontres avec les autres habitants.

Ludovic

Ça nous apprend à devenir autonome pour ensuite se débrouiller seul.

Stéphane

C'est une transition entre un centre d'hébergement et un appartement privé seul en ville. Un endroit où je peux m'épanouir ...

Frédéric

Ça nous donne confiance en nous pour oser, pour y aller. J'apprends beaucoup de choses, c'est génial. Même quelqu'un qui ne sait pas lire y'a des gens formidables pour nous aider.

Aboubacar

