



CENTREVUE

Autonomie et intégration
pour personnes aveugles
et malvoyantes

Rue des Poudrières 135
2000 Neuchâtel
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.**

Horaire du Secrétariat :

Lundi : 8h30-12h
Mardi : 8h30-12h 14h-16h
Mercredi : 14h-16h
Jeudi : 8h30-12h 14h-16h
Vendredi: 8h30-12h

CENTREVUE

Info

Novembre - No 20

Madame, Monsieur,

Lorsqu'on est malvoyant-e ou aveugle il est souvent difficile de continuer de pratiquer son sport favori ou de trouver une nouvelle activité sportive.

Il existe depuis longtemps différents groupes sportifs dévolus spécifiquement aux personnes déficientes visuelles. Une nouvelle offre vient de faire son apparition dans le canton afin de promouvoir l'inclusion au sein de clubs ou d'associations sportives régionaux.

Cette initiative émane du SAHA, Service d'accompagnement et d'hébergement de l'adulte, qui vient d'engager une coordinatrice de sport inclusif pour le canton de Neuchâtel afin de favoriser et d'accompagner les personnes dans leur démarche « sportive » pour pratiquer leur activité au sein de clubs existants.

Nous vous proposons dans cette édition de découvrir les différentes offres de sport soit entre pairs, soit de manière inclusive et de lire le témoignage d'une personne qui pratique le triathlon depuis plusieurs années.

Nous sommes à votre disposition pour évaluer avec vous vos souhaits et vous mettre en contact avec les clubs ou la coordinatrice neuchâteloise de sport inclusif.

Olivier Blaser, Directeur de Centrevue

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

Sommaire

- ◆ Sport inclusif - p.2-3
- ◆ Témoignage - p.3
- ◆ Quelques clubs sportifs - infos - p.4

Le programme Unified

Depuis août 2023, le canton de Neuchâtel a engagé une coordinatrice pour le sport inclusif. Ce projet, soutenu conjointement par le Service cantonal des sports (SSPO) et le Service de l'accompagnement et de l'hébergement de l'adulte (SAHA), s'appuie sur une collaboration avec Special Olympics Switzerland (SOSWI).

Le programme Unified, développé par Special Olympics, est bien plus qu'une simple initiative sportive. Il s'agit d'un programme d'accompagnement destiné aux clubs et événements sportifs qui souhaitent ouvrir leurs portes à tout un chacun, en créant des environnements inclusifs et accessibles. Les personnes avec et sans handicap peuvent ainsi pratiquer ensemble des activités sportives, tout en favorisant l'entraide, la solidarité et le respect mutuel. Ce modèle permet de dépasser les barrières du handicap pour partager le plaisir du sport dans un cadre convivial.

À qui s'adresse ce programme Unified ?

Le programme Unified s'adresse à toute personne qui souhaite vivre une expérience sportive dans un cadre inclusif. Les personnes avec un handicap visuel sont donc pleinement invitées à se joindre à ces activités. C'est l'occasion idéale pour celles et ceux qui souhaitent bouger et rencontrer de nouvelles personnes tout en surmontant les barrières liées au handicap.

Quels sont les clubs et événements Unified du canton de Neuchâtel ?

Dans le canton de Neuchâtel, plusieurs clubs et événements sont labellisés Unified.

Ils sont reconnaissables à ce logo rouge avec Unified écrit dessus, en général présent sur leur site. A ce jour, 7 clubs ont franchi le pas dans le canton, et la liste ne cesse de s'étoffer.



Les événements sportifs labellisés Unified, quant à eux, sont des moments forts, ouverts à toutes et tous, qui attestent que l'organisateur a mis en place des mesures afin de faciliter l'inclusion pour toutes et tous.

Comment être tenu informé des nouvelles offres ?

Pour ne rien manquer des nouvelles offres Unified dans le canton de Neuchâtel, plusieurs options s'offrent à vous :

- **Prenez contact avec la collaboratrice du sport inclusif du canton**, qui pourra vous informer des événements à venir et des clubs participants : cotroneo@specialolympics.ch ou 079/ 531.37.32
- **Inscrivez-vous à la newsletter** de Special Olympics pour recevoir régulièrement les dernières actualités concernant les activités sportives Unified : [Abonnement à la newsletter - Special Olympics Switzerland](#)
- **Consultez la page internet Unified du canton** de Neuchâtel, où sont répertoriées toutes les offres disponibles, les événements à venir et les informations pratiques. [Sport inclusif Unified - République et canton de Neuchâtel](#)

● Comment rejoindre un club ?

Si vous souhaitez rejoindre une activité Unified, voici deux possibilités simples :

- **Contactez directement le club**

de votre choix pour obtenir plus d'informations sur les inscriptions et les modalités de participation.

- **Visitez la page Unified** du canton de Neuchâtel pour trouver les coordon-

nées des clubs. Ne manquez pas l'opportunité de vous impliquer dans un projet sportif inclusif et convivial, où chacun a sa place. Que vous soyez novice ou habitué, Unified est là pour vous offrir une expérience enrichissante, en toute simplicité !

Sara Cotroneo, Coordinatrice sport inclusif Neuchâtel et Suisse Romande

Témoignage

Bonjour, je m'appelle Sandrine, j'ai 48 ans et suis en situation de déficience visuelle depuis mon enfance suite à un syndrome grave qui m'a atteint les yeux et plus encore...

Enfant, je n'étais pas plus sportive que ça, mais encouragée par l'entourage du CPHV (Centre pédagogique pour élèves handicapés de la vue), j'ai pris goût à me dépasser. Puis après avoir expérimenté pendant plusieurs années le monde du fitness avec son lot de difficultés, j'ai bifurqué dans la pratique du triathlon et du trail, tout en continuant à fréquenter les salles de sport.

Tout cela n'a pas forcément été très facile à mettre en place car il a fallu trouver des personnes qui avaient envie de me soutenir et surtout de me guider. Pas toujours simple de rassurer les gens et de leur donner envie de faire quelque chose de différent, comme me guider en triathlon et en trail ou de m'aider lorsque j'ai envie de m'entraîner sur les machines en salle de sport.

Ma condition actuelle ne me permet plus de pratiquer un sport seule. Il faut donc avoir le courage de solliciter l'aide des

autres, tout en étant prête à faire face à des soupçons, des questions et des refus.

Vous allez me dire pourquoi je ne m'adresse pas à la Fédération Suisse des Aveugles pour trouver les accompagnants dont j'ai besoin et pour avoir des offres adaptées. Tout simplement, parce que j'ai besoin aussi, parfois de me retrouver dans les conditions de la vraie vie !!

Je peux dire qu'aujourd'hui, j'ai plus ou moins trouvé toute l'aide qu'il me faut mais c'est une situation fragile qui peut changer très rapidement et je dois rester très flexible.

A ce jour, le plus difficile pour moi est de mettre en place un entraînement correct afin de pouvoir, peut-être, me lancer le défi de disputer un triathlon en distance olympique. Mais pour cela, il me faudrait trouver plus de guides dans ma région et surtout de pouvoir rejoindre le club de natation proche de chez moi.

Mais je suis déjà fière de ce que j'ai déjà pu mettre en place et de ce que j'ai pu déjà accomplir, comme une quinzaine de triathlons en distance sprint, une quinzaine de trails entre 13 km et 32 km ainsi que Sierre-Zinal en 2022 et un 4000m à Zermatt en 2023.

GRSA Groupement Romand de Skieurs Aveugles et malvoyants

Il propose du ski alpin, du ski de fonds et du ski de randonnée. <https://grsa.ch>.
Contact via le site internet.

Procap Sport

Les activités de Procap Sport sont multiples, cela va de la natation à la pétanque, en passant par le raftball, le judo, l'aquagym ou le basketball adapté. Contact : Fabienne Kienholz, conseillère sociale, Procap Littoral neuchâtelois, Hôtel des Associations, Rue Louis-Favre 1, 2000 Neuchâtel, +41 32 724 12 34, procap.ne@bluewin.ch, www.procap.ch

Cécifoot

Il est possible de pratiquer du football via l'association Cécifoot qui propose la pratique via une équipe de cinq déficients visuels. Le cécifoot s'inspire du football et suit les règles de la FIFA mais avec des aménagements pour tenir compte du handicap des joueurs. Contact : Angelo DiMicco 079 337 26 19, angelo.dimicco@bluewin.ch

Tandem et gymnastique pour Handicapés de la vue du canton de Neuchâtel

<https://www.tgn.chatelard18.ch/> Contact : Josiane Porret 079 679 38 91
jo.porret@hispeed.ch

GSHV - Groupe Sportif des Handicapés de la Vue

Ce groupe bien que vaudois, accepte les personnes de la Suisse romande et propose des randonnées pédestres ou en raquette à neige, du paddle, de l'aviron, du tandem.
<https://wp.gshv.ch/> Contact Vincent Tourel 079 235 93 29



Accès à Centrevue: le passage inférieur piétonnier de Vauseyon a été complètement rénové pour le rendre plus convivial. Une signalétique indique la direction pour se rendre à Centrevue et l'éclairage du passage sera modifié sous peu.



Vot'Info en facile à lire et à comprendre



La chancellerie d'État du canton de Neuchâtel édite dès maintenant une brochure en langage facile à lire et à comprendre pour toutes les votations et élections cantonales et communales (excepté pour les votations fédérales). Il est possible de la télécharger sur le site internet : www.ne.ch/vote

Cette brochure peut être imprimée et respecte les recommandations en termes de contraste et de taille de police. En outre, un QR-code renvoyant sur cette page se trouve dans la brochure reçue par les électrices et les électeurs.