



Avec les aveugles et les malvoyants

Comité

Ille et Vilaine

Rennes

Le Clin d'Œil

Avril 2025

Association Valentin Haüy Comité d'Ille-et-Vilaine (35)

14 rue Baudrairie - 35000 RENNES

Tél : 02.99.79.20.79

Mail : comité.rennes@avh.asso.fr

Site internet du Comité AVH 35 : <https://rennes.avh.asso.fr/>

Site internet de l'AVH : <https://www.avh.asso.fr/fr>

N'hésitez pas à visiter [le site du Clin d'Oeil Web](#) où vous retrouverez toutes les informations de cette lettre mais complétées et actualisées.

Vous pourrez aussi accéder aux archives des années 2023 et 2024.

Scanner ce QR code pour accéder au Clin d'Oeil Web



Sommaire

1. Edito	2
2. C'était le mois dernier	3
2.1. Du théâtre en marche au musée des Beaux-Arts	3
2.2. Expo "Daylighting, mais c'est l'eau qui parle !"	3
2.3. Bien-être et mouvement au rendez-vous !	3
2.4. L'accessibilité à la vie culturelle	4
2.5. Le club de lecture est lancé	4
2.6. La 3ème édition du poinçon magique	4
3. Aimez-vous lire ?	5
3.1. Fantastique imaginaire avec Eole	5
3.2. Contribuez à la conception d'un portail dédié à la lecture accessible	5
4. Des nouvelles en avril	6
4.1. Stella Le Ray, sophrologue	6
5. Les activités du Comité AVH 35 Rennes	7
5.1. Les activités, chaque semaine, au Comité de Rennes	7
5.2. Les activités pour le mois d'Avril au Comité de Rennes	7
5.3. Déjà, les activités pour le mois de Mai au Comité de Rennes	9
6. Sortir en Ille et Vilaine	9
6.1. Aux Champs Libres	9
En ligne...aux Champs Libres... Des rencontres à écouter ou réécouter:	9
6.2. Au "Carré d'Art" à Chartres de Bretagne	10
6.3. A l'Opéra de Rennes, inscrivez-vous dès maintenant	10
SOUTENIR AVH Comité d'Ille-et-Vilaine	11

1. Edito

Chères et chers membres de notre Comité AVH d'Ille et Vilaine,

Le 4 mars, nous étions une dizaine de personnes à répondre à une sollicitation de Mme Chloé Poisson, responsable accessibilité à Fougères. Nous avons ainsi pu valider la formation de bénévoles pour devenir souffleurs d'images. L'objectif était de permettre aux personnes déficientes visuelles d'assister à une pièce de théâtre tout en bénéficiant d'une audiodescription en direct, assurée par un souffleur d'images.

Au total, une douzaine de bénévoles de Fougères se sont portés volontaires pour cette formation, dispensée par l'association Souffleurs de Sens, venue spécialement à suivre de Paris. Les membres déficients visuels de notre groupe ont beaucoup apprécié cette aide précieuse lors de la représentation. Lors du débriefing, nous avons pu partager nos impressions et surtout remercier chaleureusement toutes les personnes ayant contribué à cet accès à la culture. Bravo à Chloé pour cette belle initiative, qui mérite de perdurer dans le temps.

Par ailleurs, un groupe de parole destiné aux personnes déficientes visuelles, toutes pathologies confondues, a vu le jour. La première séance, animée par Marie-Annick Gobert, a été un succès, avec une douzaine de participants. Tous sont repartis avec le sourire, satisfaits et désireux de renouveler l'expérience (voir le programme ci-dessous). Merci à Marie-Annick pour cette belle initiative !

Nous avons également le plaisir de vous annoncer que Mme Stella Le Ray, elle-même en situation de handicap visuel et bénéficiant des activités du comité AVH 35, propose désormais des séances de sophrologie au sein du comité. Stella, qui s'est formée et a obtenu son diplôme, relève un véritable défi en se lançant dans cette reconversion professionnelle. Ses séances sont proposées au tarif de 35 €, et nous vous encourageons à tenter un essai ! Grâce à la mise à disposition des locaux par le comité AVH 35, elle peut désormais démarrer son activité. Vous pouvez la contacter par téléphone ou par mail pour plus d'informations voir article ci-dessous.

Je vous souhaite un excellent mois d'avril.

Jean-Marc Trolet, Président Comité AVH 35, Administrateur AVH France
Pour me joindre : president.rennes@avh.asso.fr – Mobile : 07 66 72 31 04
Présent au comité les après-midis du lundi et mercredi

2. C'était le mois dernier

L'ensemble des comptes-rendus est accessible sur le Clin d'Oeil Web, à la page Portfolio des événements passés, [en cliquant ici.](#)

2.1. Du théâtre en marche au musée des Beaux-Arts

Le 7 mars, Un homme regarde intensément, comme figé, l'un des multiples tableaux exposés : "le Christ au Mont des oliviers" de Philippe de Champaigne. Une femme, s'approche et le questionne avant de s'apercevoir qu'il est malvoyant. Que peut bien voir un malvoyant d'un tableau ?

Autour d'eux, un public de visiteurs dont certains avec des cannes blanches, un autre tenant en laisse un chien d'aveugle... Awa Kraska, créatrice de la compagnie Itek, a proposé à cinq déficients visuels du comité AVH 35 de partager leurs expériences, sentiments et réflexions, lors d'une visite dans un musée...

[> l'article complet cliquer ici](#)

2.2. Expo "Daylighting, mais c'est l'eau qui parle !"

Le 7 mars, à La Criée, centre d'art contemporain, depuis 1986, une visite était proposée, descriptive et tactile, de l'exposition de l'artiste Euridice Zaituna Kala.

Les participants, à cette visite guidée, dont certains, du comité AVH 35, ont bénéficié de la présence de Carole Brulard responsable du service des publics (pôle médiation et pôle accueil) pour découvrir cette nouvelle exposition d'art contemporain présente du 08 février au 27 avril 2025 .

Pour quelques-uns, ce rendez-vous à la Criée était un moment incontournable et attendu, pour d'autres, c'était une première découverte pour comprendre cet art supposé complexe voire énigmatique.

[> l'article complet cliquer ici](#)

2.3. Bien-être et mouvement au rendez-vous !

"Le 10 mars, nous avons partagé une belle séance alliant mobilité, équilibre et relaxation, toujours dans une ambiance conviviale et bienveillante... Une heure et demie de bien-être qui s'est déroulée dans une belle énergie. Merci aux participants pour leur engagement et leur enthousiasme." (Julien)

2.4. L'accessibilité à la vie culturelle

11 mars, Jean-Marc TROLET et Sébastien RICHOMME participaient au groupe de travail "accessibilité à la vie culturelle" organisé par Mme Morgane Rouet, [Chargée du développement de l'action culturelle à la Direction Culture - Rennes Métropole / Ville de Rennes](#)

Ce groupe de travail s'est réuni le mardi 11 mars 2025 à la Salle de la Cité. Ce rendez-vous a permis d'échanger sur les avancées en matière d'accessibilité, notamment la Pictothèque, un outil facilitant la communication culturelle inclusive, ainsi que le service d'accompagnement des Champs Libres pour les visiteurs en situation de handicap.

Un retour d'expérience sur le dispositif "Souffleurs d'Images" lors des Trans Musicales a également mis en lumière l'importance de l'accompagnement personnalisé pour permettre aux personnes déficientes visuelles de profiter pleinement des spectacles.

D'autres initiatives inspirantes ont été abordées, comme celles d'Autisme en Fête, qui visent à rendre les événements festifs plus accessibles aux personnes autistes.

2.5. Le club de lecture est lancé

17 mars, cette première fois a aussi été le moment pour s'accorder sur le fonctionnement du club : Le club vise à être un espace d'échange convivial où chacun peut partager ses impressions de lecteur et découvrir de nouveaux livres, de nouveaux auteurs.

Il a été décidé de :

- sélectionner un livre en commun et disponible sur Éole
- parler de ses coups de coeur personnels
- Lire ou faire écouter un extrait de chaque livre.

Prochain rendez-vous le 5 mai de 14h30 à 16h au Comité !

2.6. La 3ème édition du poinçon magique

19 mars, "Catherine, Bleuenn, Geneviève, Stéphane, André, Laurence, tout le monde a passé un bon moment, à réfléchir pour ne pas faire de faute pour la dictée du poinçon magique. Le texte était assez difficile avec des pièges de braille et d'orthographe.

Il y a eu beaucoup de rire et de bonne humeur tout en étant tous très concentrés sur notre dictée." (Laurence)

3. Aimez-vous lire ?

3.1. “Fantastique imaginaire” avec Eole

“Que peut nous dire la littérature de l’imaginaire ?

Qu’avec des oripeaux d’univers magiques, avec des personnages fantastiques, bon ou mauvais, on peut dépeindre énormément de choses venant de notre propre réel. Que n’a-t-on écrit par exemple, à propos de Tolkien et des mondes qu’il dépeint à travers le Seigneur des Anneaux ? Que les elfes, les trolls, les nains et les dragons seraient des métaphores du monde et de la guerre que l’auteur vivait à son époque ?

Les sous-textes sont ainsi légions. On peut aussi espérer que le lecteur aura sa propre interprétation, c’est le propre des œuvres d’art que de nous embarquer avec notre propre imaginaire dans des œuvres foisonnantes.

Non, la magie n’a pas disparu. Notre sélection nous dit aussi qu’à travers les multiples thèmes qu’elle recouvre, elle n’est pas uniquement réservée à un public jeunesse : elle sert bien évidemment à des récits exaltants, rituels de passage de l’âge enfantin à l’âge adulte.

Mais nous lectrices et lecteurs, n’aurait-on pas le droit de rêver aussi tout haut en tant qu’adultes ?

Nous vous souhaitons de fantastiques lectures.” (la Gazette Eole)

Pour la consulter en ligne : [afficher la version web](#)

3.2. Contribuez à la conception d’un portail dédié à la lecture accessible

La Bibliothèque nationale de France, missionnée par le Comité interministériel du handicap, va développer un site web qui proposera des livres accessibles aux personnes empêchées de lire en raison d’un handicap. Afin de s’assurer de bien répondre aux attentes des personnes concernées, elle souhaite les associer à sa démarche tout au long du projet.

Vous êtes en situation de handicap et rencontrez des difficultés de lecture : la BNF vous adresse un questionnaire anonyme afin de mieux comprendre vos pratiques de lecture, vos besoins et vos attentes. À l’issue de ce questionnaire, vous pourrez si vous le souhaitez vous

inscrire afin de recevoir à l'avenir des propositions de participation à des entretiens, focus groups ou tests utilisateurs. Ceux-ci font l'objet d'un dédommagement sous forme de chèque cadeau.

Questionnaire en ligne : [Questionnaire en ligne](#)

Pour répondre à toutes vos questions : pneaa@bnf.fr

4. Des nouvelles en avril

4.1. Stella Le Ray, sophrologue

Vous êtes en situation de déficience visuelle et souhaitez mieux gérer votre stress, retrouver un sommeil apaisé, renforcer votre confiance en vous ou encore vivre votre handicap plus sereinement au quotidien ?

“Je suis Stella LE RAY, Sophrologue Certifiée, nouvellement installée et moi-même en situation de déficience visuelle, je vous propose un accompagnement sur mesure, bienveillant, basé sur l'écoute et des techniques adaptées, conçu pour vous offrir un espace de détente et d'épanouissement personnel, tout en vous aidant à mieux vivre votre quotidien.

Grâce à la sophrologie, vous pourrez :

- Apaiser le stress et les émotions pour un meilleur équilibre mental,
- Retrouver un sommeil de qualité pour plus d'énergie au quotidien,
- Développer la confiance en soi et renforcer votre autonomie,
- Mieux gérer la fatigue et les tensions liées à votre handicap,
- Améliorer votre bien-être général et votre relation au monde extérieur.

Des séances adaptées à votre rythme et accessibles où que vous soyez, à un tarif spécial de 35 € la séance, par personne.

Laissez-vous guider par ma voix pour retrouver bien-être et sérénité avec une approche accessible et bienveillante.

Contactez-moi pour en savoir plus ou réserver votre séance :

Mobile : 06 77 42 13 46 – Mail : stella.sophrologie35@gmail.com

Site internet : www.stella-sophrologie.fr

5. Les activités du Comité AVH 35 Rennes

Pour une bonne organisation des activités, nous vous remercions de bien vouloir vous inscrire auprès de l'accueil au 02 99 79 20 79 ou à l'adresse comité.rennes@avh.asso.fr. Également, merci de régler le jour même les activités avec participation financière.

5.1. Les activités, chaque semaine, au Comité de Rennes

Bibliothèque sonore : à partir d'octobre 2024, tous les jeudis de 14h00 à 17h00 avec Patrick. Des mercredis ou vendredis sont possibles, en prenant rendez-vous au Comité. Aide à l'accès gratuit aux livres audio. Pour mieux connaître le dispositif Éole et les livres audio disponibles, cliquer ici : <https://urls.fr/wLAnYc>

Bibliothèque et apprentissage braille : tous les mardis de 14h à 18h avec Laurence.

Espace numérique du Comité : permanence le mercredi de 14h à 18h, hors périodes de vacances scolaires, animé par Gilles pour rendre accessible vos ordinateurs, tablettes, téléphones portables.

Possibilité de prendre rendez-vous sur d'autres créneaux horaires.

Piscine : tous les vendredis de 16h à 17h à la piscine Saint Georges de Rennes, accompagnés de Jean-Dominique et Jacques. Hors périodes de vacances scolaires.

5.2. Les activités pour le mois d'Avril au Comité de Rennes

Mardi 1er avril : Repas à partir de 12h au restaurant "Au Bonheur d'Asie" en face de l'AVH 35. Rendez-vous devant la porte d'entrée du Comité AVH. Merci de vous inscrire auprès de nos bénévoles de l'accueil.

Mardi 1er avril : Lecture à haute voix à 14h15 sur le thème "Fêtes et traditions populaires"

Jeudi 3 avril : Promenade avec Solange et Brigitte.

On se retrouve à 13h45 à Villejean Université pour une balade sur Villejean et environs. Retour AVH pour 17h30, demander Handistar pour 17h45.

Lundi 14 avril : Groupe de parole de 14h30 à 16h

animé par Marie-Annick Gobert psychologue clinicienne et malvoyante

Jeudi 24 avril : Promenade avec Anne.

On se retrouve à République à 13h50 pour aller à Chantepie. Retour AVH pour 17h30, demander Handistar pour 17h45.

Jeudi 24 avril de 14h à 16h45 : Balade botanique par Christelle Pichon

“J’ai à cœur de partager ma passion de la nature auprès d’un large public, petits et grands, pour préserver le vivant. Je suis attachée à cette terre nourricière de part mes origines agricoles. Je suis aussi safranière depuis 2018 et cultive le *Crocus sativus* sur la ferme familiale à Saint Evarzec dans le sud Finistère. Grâce à ma rencontre avec Jean-Marc, bénévole et président au comité AVH 35 en juin 2024 et l’excellent retour des participants à la sortie du 16 novembre 2024, on renouvelle la balade botanique au printemps.

Pour retrouver cette ambiance conviviale, je vous propose donc jeudi 24 avril 2025 de 14h à 16h45, de découvrir à Chavagne, sur environ 1,5 km, le bois de la Sillandais et sa mosaïque de milieux. A 30 minutes au sud-ouest de Rennes, nous partirons en sous-bois à la rencontre des manifestations du printemps avec ses palettes d’odeurs, de textures, de couleurs, de goûts et j’espère de chants inoubliables.

Pour échanger et terminer notre balade, nous nous réunirons autour d’un pot et d’une collation printanière. (Christelle)

Rendez-vous au parking du bois de la Sillandais, 13h50, au carrefour La Sillandais-Les Bouvais à CHAVAGNE.

Table de pique-nique, bancs et toilettes sur place.

Places limitées à 14 personnes : 7 accompagnateurs) et 7 personnes déficientes visuelles.

Merci de vous inscrire impérativement au 02 99 79 20 79.

Important : votre inscription sera validée 48 heures avant la sortie, car tout dépendra des bénévoles disponibles.

Lundi 28 avril : Mobilité Physique et confiance en soi de 14h15 à 15h45 avec Julien

Une activité sportive douce visant à améliorer la mobilité et la confiance en soi au travers de jeux et exercices physiques adaptés aux participants.

5.3. Déjà, les activités pour le mois de Mai au Comité de Rennes

Lundi 5 mai : Club de lecture à 14h30

Mardi 6 mai : Repas à 12h

Mardi 6 mai : Lecture à haute voix de 14h30 à 16h

Mercredi 7 mai : Yoga de 15h à 16h30

6. Sortir en Ille et Vilaine

Voici quelques propositions culturelles de nos partenaires. Pour plus d'informations, n'hésitez pas à les contacter directement ou de vous inscrire à leurs newsletters.

6.1. Aux Champs Libres

Mercredi 2 avril à 18h30, pourquoi retourner sur la lune ?

Café de l'Espace des sciences - Café des Champs Libres - 1h
Depuis la mission Apollo 17, plus personne n'a remis les pieds sur notre satellite. Pourtant, ces derniers temps, beaucoup travaillent à y retourner. Renvoyer des humains sur la Lune, d'accord, mais comment et surtout pourquoi ? Avec Sylvain Pernon, ingénieur spatial et enseignant-chercheur à l'Université de Rennes.

Mercredi 23 à 12h30, à la découverte du tango

Le live du Mercredi - Auditorium - 1h

S'appuyant sur des moments de danse, et ponctuée d'extraits musicaux et vidéos, cette conférence de Fanny Quemeneur et Fabien Pavelet se propose de broser un panorama sensible du tango argentin. En partenariat avec l'association Une touche de tango.

En ligne...aux Champs Libres... Des rencontres à écouter ou réécouter:

Stéphanie Roza : Le travail aujourd'hui, aliénation ou libération ?

Le travail peut-il encore être un lieu d'épanouissement personnel ? Chercheuse en philosophie politique, Stéphanie Roza décrypte l'influence des entreprises du numérique sur nos vies personnelles et professionnelle.

Lien vers le podcast, durée 1h.

Bill François, Confidences du peuple des rivières

_à la rencontre des écosystèmes cachés sous les rivières. Poissons musiciens, libellules invisibles, coquillages centenaires... une faune étonnante qui vit sous nos yeux sans qu'on la remarque, et décryptage de ses incroyables prouesses, de l'anguille qui nage 6000 kilomètres sans s'alimenter aux vers qui contrôlent le cerveau des poissons ! Lien vers le podcast, durée 1h30.

6.2. Au “Carré d’Art” à Chartres de Bretagne

Jeudi 3 avril : expo photo “Tractor Boys”

Le Carré d’Art à Chartres de Bretagne, vous propose une visite descriptive de l’exposition « Tractor Boys» Photographies de Martin Bogren, le jeudi 3 avril à 17H. (visite initialement prévue le 30 mars, mais décalée au 3 avril).

Durée 1h30 – 1h40 - Gratuit – Ouvert à tous

Renseignements et inscriptions auprès de François Boucard, médiateur 02 99 77 13 27 ou carre.art@ville-chartresdebretagne.fr

6.3. A l’Opéra de Rennes, inscrivez-vous dès maintenant

Mardi 6 mai 17h30 (gratuit) : Visite tactile et descriptive dans les coulisses de La Flûte enchantée.

Cette visite d'une heure vous invite à découvrir les costumes et accessoires de La Flûte enchantée grâce aux explications de notre accessoiriste et de la costumière. Sur inscription.

Il reste des places sur ces rendez-vous. N'hésitez pas à appeler au 02 23 62 28 00.

Dimanche 11 mai à 16h (à partir de 10 ans) : La flûte enchantée de Wolfgang Amadeus Mozart en audiodescription.

Durée 3h15 entracte compris. Tarif audiodescription : 20€ - 5€ Carte Sortir.

L’ultime opéra de Mozart n’a pas été présenté à Rennes depuis 1999 ! Plus de 25 ans plus tard, aux côtés du Chœur de chambre Mélisme(s), une très prometteuse distribution s’empare de ce conte merveilleux, portée par le chef d’orchestre Nicolas Ellis et le metteur en scène Mathieu Bauer.

Si vous rencontrez des difficultés avec Internet et à vous rendre sur le site du Clin d'Œil Web, n'hésitez pas à nous contacter au Comité pour trouver des solutions alternatives (messages audios, textes, braille...). À tout moment et à votre demande, vous pouvez bénéficier d'une aide personnalisée pour la maîtrise des outils de l'autonomie (téléphone, ordinateur, appareils du quotidien...). N'hésitez pas à faire connaître vos besoins.

SOUTENIR AVH Comité d'Ille-et-Vilaine

L'association Valentin Haüy agit depuis plus de 135 ans, à travers 126 implantations réparties sur toute la France, DOM-TOM compris et avec l'aide de plus de 3 200 bénévoles. Ensemble, agissons pour les personnes déficientes visuelles. Donner à l'Association Valentin Haüy, c'est contribuer avec nos bénévoles à la défense des droits de ceux qui ne voient pas ou ne voient plus, c'est les aider à sortir de leur solitude et à retrouver leur autonomie. C'est donner un avenir à ceux qui perdent la vue, quel que soit leur âge.

Les données personnelles recueillies par l'association Valentin Haüy en tant que responsable de traitement sont utilisées pour l'envoi de la newsletter et pour vous informer de nos actualités. La base légale de traitement est l'intérêt légitime de l'association à savoir soutenir notre action en faveur des personnes déficientes visuelles. Ces données sont conservées jusqu'à une demande de désinscription de votre part via le lien ou l'adresse mail indiquée. Les données sont destinées aux services compétents de l'association Valentin Haüy et aux tiers mandatés à des fins de gestion interne, pour répondre aux finalités susmentionnées. Vous pouvez accéder aux données vous concernant ou demander leur effacement. Vous disposez des droits à opposition, rectification, limitation, portabilité de vos données. Vous disposez également du droit de définir le sort de vos données « post mortem ». Pour exercer ces droits, contacter : comite.rennes@avh.asso.fr. Si vous estimez que vos droits Informatique et Libertés ne sont pas respectés, vous pouvez également vous adresser à la CNIL.

Si vous souhaitez vous désinscrire de la newsletter Le Clin d'Œil, merci d'adresser un mail à comite.rennes@avh.asso.fr