

Belgique-Belgie
PP
6180 Courcelles
P/301109

NEWS

Périodique trimestriel n°111 – Mars 2016



Handicap Visuel Formation Emploi asbl
rue Winston Churchill 121A – B-6180 COURCELLES
Tél: 071/46.18.08 – Fax: 071/46.06.50
info@hvfe.be – www.hvfe.be

Nagelmackers: BE71 8778 5249 0169 - BIC: BNAGBEBB

Bureau de dépôt: B-6180 COURCELLES
Editrice responsable: Souad BOUROUA
rue Winston Churchill 121A – B-6180 COURCELLES

SOMMAIRE

En souvenir de Jeannine PRAET	1
En souvenir de Marcel FRANÇOIS	1
EDITORIAL	2
NOUVELLES TECHNOLOGIES	2
Des évolutions pour Claria Zoom et SmartVision	2
Vers une plus grande autonomie avec les objets connectés	3
Des objets connectés pour aider les aveugles dans leurs déplacements	4
Connecté = sécurité	5
Devialet veut conquérir le marché mondial du son	6
AU CŒUR DU HVFE	8
Sarah – Sur la route de l'autonomie	8
INFORMATION	10
Grande tombola 2016 du journal Le Soir au bénéfice des personnes handicapées	10
La Trêve en audiodescription sur la RTBF: ça continue!	10
INNOVATION	11
Ingénieux système de mots croisés pour aveugles	11
SANTE	13
Smartphone: souffrez-vous de nomophobie?	13

«Les articles n'engagent que leur auteur.»

En souvenir de Jeannine PRAET



PRAET Jeannine
22 septembre 1944 – 09 mars 2016

Donnez-moi le nom que vous m'avez toujours donné.

Parlez-moi comme vous l'avez toujours fait. N'employez pas un ton différent.

Continuez à rire de ce qui nous faisait rire ensemble.

Que mon nom soit prononcé à la maison comme il l'a toujours été.

Pourquoi serai-je hors de vos pensées simplement parce que je suis hors de votre vue?

*Paty et Philippe,
Bernadette et Jean-Claude,
Élodie et Michael et la famille apparentée.*

En souvenir de Marcel FRANÇOIS



Le 13 février, 14^{ème} anniversaire de son décès.

Parti trop tôt... parti trop jeune... parti avant l'heure. Mais pourquoi trop de questions. En regardant le ciel, on se dit qu'il veille sur nous. On pense souvent à lui le matin, le midi, le soir; en regardant les étoiles et la lune.

Une date, une odeur, une photo, une larme qui s'échappe.

«Le fil n'est pas coupé.»

*Son épouse, ses enfants et beaux-enfants,
son petit-fils Michaël et Élodie,
la famille apparentée, ses amis et le HVFE.*

EDITORIAL

Chère Lectrice,
Cher Lecteur,

C'est avec grand plaisir que je vous retrouve pour ce premier NEWS de l'année.

Dans ce numéro spécial «Nouvelles technologies», vous découvrirez, en plus de vos rubriques habituelles, comment les objets connectés peuvent apporter une autonomie sans cesse grandissante aux personnes présentant un handicap visuel.

Munissez-vous de vos agendas car notre Assemblée générale annuelle se tiendra le 16 avril 2016 au Centre Spartacus Huart à Courcelles et notre septième Soirée de Soutien aura lieu le samedi 24 septembre 2016. Comme pour les éditions précédentes, nous vous y attendons nombreux.

Je vous souhaite d'ores et déjà d'excellentes fêtes de Pâques!

Bonne lecture à toutes et à tous.

Souad BOUROUA
Rédactrice en chef

NOUVELLES TECHNOLOGIES

Des évolutions pour Claria Zoom et SmartVision

Claria Zoom présente désormais un clavier Azerty et une ergonomie revisitée. La FAQ sur handicapzero.org viendra répondre à vos besoins d'informations puisqu'elle a été mise à jour.

*Kapsys annonce une nouvelle mise à jour gratuite des *SmartVision* et *SmartVision Lite*.*

Deux nouvelles fonctions (une web radio pour les deux modèles et le *NFC* pour le *SmartVision Lite*) et de nombreuses améliorations (emails, internet, agenda, *Kapten*) basées directement sur vos retours et suggestions. Mise à jour également de la *FAQ* sur handicapzero.org où vous disposez de la liste des raccourcis clavier et des mots clés de la commande vocale notamment.

<http://www.handicapzero.org/newsletter/janvier-fevrier-2016/>

Vers une plus grande autonomie avec les objets connectés

C'est quoi un objet connecté?

C'est un objet électronique qui peut envoyer des informations en « temps réel » via une liaison sans fil à un ordinateur, une tablette ou un smartphone. Ces informations peuvent être de plusieurs ordres: chiffres, sons ou images. On parle de « *wearables* » (objets portés) comme les montres, lunettes, vêtements, chaussures, bracelets ou encore « d'indépendants » avec des capteurs disséminés à plusieurs endroits: stations météo, caméras de surveillance, domotique, voitures...

Une déferlante dans presque tous les secteurs qui culmine aujourd'hui dans:

- la santé et le bien-être: montres, piluliers, tensiomètres, pèse-personnes, contrôles du diabète... améliorent le quotidien, apportent une aide personnalisée, permettent des examens à distance...
- les sports et loisirs: montres, brassards, chaussures... accompagnent la performance, la gestion de l'effort, proposent des nouveaux modes de loisirs...
- l'habitat: éclairages, électroménagers, stations météo, détecteurs de fumée... favorisent la sécurité, les économies d'énergie, le confort...
- les transports: des véhicules connectés qui proposent une aide à la navigation, une plus grande maîtrise de la sécurité et de l'environnement.

En quelques chiffres

- 15 milliards d'objets connectés recensés aujourd'hui dans le monde,
- 80 à 100 milliards annoncés d'ici 2020,
- 3 millions achetés en France en 2013,
- 23 % de français déclarent utiliser un objet connecté,
- 11 % en auraient déjà adopté un dans le contexte santé/bien-être (balances essentiellement).

(Source: Santé connectée, Livre Blanc du Conseil national de l'Ordre des médecins, janvier 2015)

Des objets connectés pour vous

Un domaine où de nombreuses *start-ups* et grandes universités américaines s'investissent! Des projets aboutis, d'autres moins, relayés régulièrement sur handicapzero.org et sur les réseaux sociaux.

Dans les déplacements tout d'abord, avec les différents bracelets, brassards à détecteur d'obstacles comme par exemple le bracelet *Sunu* ou le système *Rango*. Pas encore commercialisés mais prometteurs: cette bague dotée de capteurs et de micros caméras qui permet de s'orienter via des stimuli, cette canne intelligente qui prévient par vibrations des obstacles situés au-dessus de la ceinture ou encore la ceinture vibrante qui indique la direction à suivre.

Dans la vie quotidienne aussi, avec pour la lecture le stylo *Iris* qui scanne des documents. La bague *Finder Reader*, munie d'une petite caméra et d'un OCR, qui vocalise le contenu texte parcouru avec le doigt. Pour les personnes atteintes de diabète, le *Align* qui permet de retrouver le taux de glucose dans le sang et alerte pour la prise de médicaments.

A la maison, à l'instar des contrôles d'éclairage et de fermetures des portes et fenêtres, le détecteur de fumée *Nest Protect* informe vocalement du monoxyde de carbone. En cours de développement, donc à suivre: ce boîtier braille constitué de micros bulles remplies d'air reconstituera la forme d'un graphique ou relief lu sur smartphone ou tablette; ce gant qui devrait faciliter les achats dans un point de vente.

Curieux de connaître la suite? Restez en veille de ces objets connectés en consultant les dépêches et en nous suivant sur les réseaux sociaux. Nous nous engageons à être toujours aussi vigilants sur ces objets de demain; qu'ils soient destinés à faciliter votre quotidien ou pour tous, dès lors que leur accessibilité sera constatée.

Source: <http://www.handicapzero.org/newsletter/janvier-fevrier-2016/#c50777>

Des objets connectés pour aider les aveugles dans leurs déplacements

La tendance des gadgets connectés vestimentaires ne cesse de se développer avec parfois des applications très utiles, et pour preuve, deux entrepreneurs mexicains viennent de créer un bracelet connecté qui permettra aux personnes déficientes visuelles de se déplacer en toute sécurité.

À partir d'un système d'écholocation, utilisé par des animaux tels que les chauves-souris et les dauphins, le bracelet *Sunu* émet des ondes haute fréquence qui lui reviennent après avoir touché un obstacle, permettant ainsi de calculer la distance à laquelle il se trouve. Le bracelet envoie ces informations à la personne qui porte le bracelet grâce au moyen de vibrations, la fréquence de ces dernières augmente à mesure qu'il se rapproche de l'objet. Ce bracelet peut être utilisé en intérieur, mais aussi à l'extérieur.

Marco Antonio Trujillo Tejeda et Cuauhtli Padilla Arias, les concepteurs de cet accessoire, qui travaillent pour l'institut *Tec de Monterrey* au Mexique, ont aussi développé une étiquette qui, une fois associée au bracelet permet de localiser des objets perdus. Il suffit de placer cette étiquette sur ses clés pour aisément les retrouver grâce au *Bluetooth*. Les informations de proximité peuvent être envoyées au bracelet ou à un smartphone, qui grâce à des vibrations indiquera à l'utilisateur la proximité de l'objet recherché.

Le brevet de ce bracelet a été déposé et est en cours de commercialisation à l'international. Ses précommandes ouvriront grâce à une campagne de financement participatif sur *indiegogo.com* qui débutera bientôt.

D'autres innovations du même type

D'autres accessoires ont déjà été conçus pour les déficients visuels, c'est le cas de *BuzzClip*, un petit appareil discret à fixer sur ses vêtements qui, grâce aux ultrasons détecte les obstacles potentiels pour prévenir l'utilisateur en vibrant. On peut choisir la distance de

détection (entre un et deux mètres) et plus la personne se rapproche de l'objet, plus l'appareil vibre. Il est aussi possible de porter plusieurs *BuzzClip* en même temps, sur différentes parties du corps pour prévenir les potentielles collisions. Cette invention canadienne est disponible en précommande sur *indiegogo.com*.

La première montre connectée en braille, appelée *Dot watch*, est aussi en cours de développement pour le même public. Cette invention sud-coréenne, compatible avec les appareils *iOS* et *Android*, permettra aux personnes aveugles ou déficientes visuelles de connaître non seulement l'heure, mais aussi de lire leurs *SMS* et leurs *tweets* une fois connectée à un appareil mobile. Elle est aussi disponible en précommande dès aujourd'hui et sera d'abord proposée aux marchés américains, britanniques et coréens à l'été prochain, au prix de 300\$.

Source: http://www.rtbf.be/tendance/bien-etre/detail_des-objets-connectes-pour-aider-les-aveugles-dans-leurs-deplacements?id=9147214

Connecté = sécurité

L'*IoT*, *Internet of Things* ou Internet des objets, fait le buzz. Sans remettre en cause le bien-fondé de la formule, quelques précautions s'imposent lors de l'utilisation d'objets connectés.

Grâce à l'analyse d'un échantillon aléatoire, les chercheurs de *Kaspersky Lab*, <http://www.kaspersky.com>, entreprise spécialisée dans la sécurité des systèmes d'information, ont découvert de sérieuses menaces pour la maison connectée. Ainsi, ils ont été étonnés de la vulnérabilité de certains de ces objets, comme par exemple des cafetières électriques révélant les mots de passe *Wi-Fi* de leurs propriétaires, des babyphones piratables ou encore, des systèmes de sécurité domestiques commandés par smartphone et pouvant être leurrés au moyen d'aimants.

Si le test montre que les fabricants prennent en compte la sécurité lors de la conception de leurs objets connectés, en revanche, tout objet connecté et lié à une application mobile est quasi certain de présenter au moins une faille en sécurité, expliquent les chercheurs.

«Des criminels peuvent exploiter plusieurs de ces problèmes simultanément. Aussi, il est essentiel que les fabricants les résolvent tous, y compris ceux qui n'apparaissent pas critiques. Ces vulnérabilités doivent être corrigées avant la commercialisation du produit car il est plus difficile d'y remédier lorsque des milliers d'utilisateurs en ont fait l'acquisition», précise Martijn van Lom, *General Manager Benelux* chez *Kaspersky Lab*.

Les experts de la multinationale basée à Moscou conseillent dès lors, avant d'acquérir un objet connecté, de rechercher sur Internet si celui-ci ne présente pas de vulnérabilités, de préférer des produits dont le logiciel a déjà fait l'objet de plusieurs mises à jour, d'opter pour une alarme professionnelle en remplacement ou en complément du système existant et de commander par smartphone ou de configurer ce dernier en vue d'éviter que toute vulnérabilité potentielle n'ait une incidence sur son fonctionnement.

Jean-Claude QUINTAR
Athena - Le mag' scientifique – N° 316

Devialet veut conquérir le marché mondial du son

L'entreprise française Devialet ne cache pas ses ambitions pour poursuivre sa croissance et séduire les passionnés prêts à mettre beaucoup d'argent pour obtenir un excellent son.

«On a le meilleur son du monde!» Sans fausse modestie, la jeune entreprise française *Devialet* s'est rapidement fait un nom sur le marché pointu des amplificateurs et des enceintes haut de gamme, et entend maintenant équiper autos et téléviseurs.

«On s'est dit, quand on a lancé l'entreprise en 2007: Notre objectif, c'est d'être le leader mondial du son», raconte son cofondateur et directeur général Quentin Sannié.

Le secret? Un amplificateur hybride qui allie la qualité de l'analogique – trop gourmand en énergie – et la puissance du numérique – relativement lent, et incapable de reproduire les fréquences élevées –, mis au point il y a une dizaine d'années par Pierre-Emmanuel Calmel, à l'époque ingénieur chez l'équipementier en télécoms *Nortel*.

«Personne d'autre n'est sur cette voie-là, qui est en fait la bonne voie, la plus prometteuse», se réjouit le chef d'entreprise. Il n'a pas hésité à plonger des investisseurs potentiels dans le noir pour les immerger dans son son, et lever des fonds. Et a encore récolté en juin dernier 25 millions d'euros auprès d'actionnaires tels que Bernard Arnault (PDG de *LVMH*), Jacques-Antoine Granjon (*vente-privée.com*), Xavier Niel (fondateur de *Free*) et Marc Simoncini (fondateur de *Meetic*).

Devialet a vendu son premier ampli en 2010, en remplaçant au pied levé un système défaillant au CES, le grand salon de l'électronique de Las Vegas. L'entreprise parisienne – qui se définit toujours comme une start-up, à huit ans – en a vendu depuis plus de 10.000. Une gageure, alors que les amplificateurs en question valent de 5.000 à 30.000 euros. «Il y a vraiment un marché de passionnés, prêts à mettre beaucoup d'argent pour cette qualité de son», relève Quentin Sannié. «Surtout des hommes.» Tout est fabriqué en France, «pour des raisons de sécurité de notre propriété intellectuelle», précise-t-il.

La phase suivante a été en 2013 la mise au point d'une puce électronique qui concentre la technologie sur 25 millimètres carrés, sans affecter la qualité du son. «On a inventé le microprocesseur de l'audio», s'amuse M. Sannié.

Multiplier les brevets

Sa première application a été l'an dernier le lancement de l'enceinte avec ampli intégré *Phantom*, au design toujours très étudié et dont les boomers vibrent avec les basses, à un prix inférieur à 2.000 euros. «C'est le premier produit qui intègre pour un prix abordable le summum de ce qui existe», s'enflamme le dirigeant. Il est d'autant plus confiant que *Devialet* a séduit le géant américain *Apple*, qui commercialise désormais les enceintes *Phantom* dans ses *Apple Store* aux Etats-Unis, «avant une diffusion mondiale». Un débouché qui complète avantageusement les cinq boutiques de *Devialet* (à Paris, Londres et Berlin), et un marché assez gros pour racheter l'usine d'un fournisseur à Fontainebleau (Seine-et-Marne).

Le chiffre d'affaires de la société a atteint les 30 millions d'euros l'an dernier. «C'est trois fois 2014, et j'espère entre la moitié et le tiers de 2016», relève M. Sannié. Les activités sont rentables, mais «nous continuons à investir des dizaines de millions d'euros dans le développement de nos technologies», et à multiplier les brevets, ajoute-t-il. L'idée est maintenant de trouver d'autres applications à la fameuse puce et au logiciel SAM, qui adapte le son de l'ampli aux enceintes. Ce dernier devrait équiper des voitures avant la fin de l'année, avance le directeur général.

Le son *Devialet* devrait ensuite être intégré dans des téléviseurs, «sans doute l'année prochaine». «Car le son, c'est super important dans un film!» Pas question en tous cas, pour l'équipe dirigeante, de céder l'entreprise maintenant qu'elle a fait son trou.

«C'est l'histoire d'une vie!», assure Quentin Sannié, qui dit être encore et encore ému par le son de ses amplis.

«Ce qui nous intéresse, c'est d'arriver en haut de l'Everest, et je n'ai pas de doute sur le fait qu'on peut réussir», souligne-t-il. «Ce n'est pas d'avoir à expliquer au reste de la cordée pendant l'ascension que l'on va retourner au camp de base et laisser la direction à d'autres.»

Alexandre Colleau

Source: <http://belgium-iphone.lesoir.be/2016/02/23/devialet-veut-conquerir-le-marche-mondial-du-son/>

Sarah – Sur la route de l'autonomie

Je m'appelle Sarah, j'ai 24 ans et je suis non-voyante depuis 4 ans maintenant. Pour ceux qui ne me connaissent pas, j'ai eu envie de me présenter et de vous raconter brièvement mon parcours.

Il y a 4 ans, j'ai donc perdu la vue assez rapidement. Je me suis retrouvée non-voyante en 9 mois! Pour moi, devenir aveugle quasi du jour au lendemain, alors que quelques mois avant j'étais encore sur les bancs de l'Université, a été une réelle descente aux enfers. Pendant 2 ans, j'ai refusé toute aide et je refusais de sortir de chez moi.

Jusqu'au jour où j'ai décidé de me prendre en main. Cela fait maintenant 2 ans que je mène un combat pour retrouver mon autonomie perdue! J'ai donc décidé de me tourner vers un CRF (Centre de Réadaptation Fonctionnelle) pour obtenir de l'aide. C'est là que j'ai appris le braille et réappris tous les petits gestes du quotidien avec une ergothérapeute. J'y prends aussi des cours de cuisine et des cours de locomotion. J'ai également commencé une formation au HVFE.

Certes la route vers l'autonomie est longue et semée d'obstacles, mais elle en vaut la peine car, quand on réussit enfin à faire quelque chose par soi-même, on en est tellement fière!

Après avoir retrouvé un minimum d'autonomie, (selon moi), un nouveau mal-être est apparu! J'ai commencé à me sentir mal dans ma peau, dans mon corps de jeune femme. Je pense que cela venait du fait que, depuis la perte de ma vue, j'avais beaucoup de mal à appréhender ma féminité à cause du fait que je ne savais plus assortir mes vêtements, plus me maquiller,... Je n'étais plus une jeune femme comme les autres! Il fallait que je trouve une solution, car cela me pesait de plus en plus.

J'ai donc fini par trouver une idée: j'allais réapprendre à me maquiller!

Une seule ombre au tableau, il fallait que je trouve quelqu'un pour m'apprendre. Au fil des mois, apprendre à me maquiller sans ma vue devenait donc indispensable. J'en avais besoin pour reprendre confiance en moi et pour l'estime de moi-même. Mais c'était aussi important pour retrouver une part de ma féminité perdue.

Je me suis donc adressée à des associations pour personnes déficientes visuelles et là, on m'a dit qu'elles ne proposaient pas ce genre de service. Ensuite, je me suis adressée à différentes enseignes de beauté, mais là encore je n'ai reçu que des refus! J'avais l'impression que les gens trouvaient ma requête débile, un peu comme s'ils pensaient: «Pourquoi une aveugle aurait-elle besoin de se maquiller ?». J'ai fini par me démoraliser et j'avais envie de baisser les bras. J'avais l'impression que personne ne comprenait le besoin qui m'habitait, jusqu'à ce que mon compagnon me dise qu'il avait fait des recherches et avait trouvé une grande enseigne de beauté française qui donnait des cours de maquillage. Je leur ai donc téléphoné pour leur expliquer ma situation et leur ai demandé s'ils étaient d'accord de me donner un cours. Ils m'ont répondu qu'ils n'avaient jamais donné de cours à une personne non-voyante, mais qu'ils voulaient bien essayer. Ils devaient d'abord se renseigner sur la manière de faire et me tiendraient au courant quand ils auraient leurs renseignements.

Pour la première fois, je ne me voyais pas adresser un refus directement. Pour moi, c'était déjà une victoire!

Après un petit moment d'attente, ils ont fini par me recontacter avec une réponse positive. Fin août, je me suis donc rendue à Lille pour y suivre mon cours. Mon souhait tant attendu allait enfin se réaliser! Une fois là-bas, j'ai remarqué qu'ils avaient pris les choses plutôt au sérieux, car la jeune femme qui s'occupait de moi s'était très bien préparée. Elle était allée se renseigner auprès de l'association *Valentin Haüy* sur les choses à faire et ne pas faire. Elle s'était également entraînée chez elle à se maquiller sans se regarder dans un miroir, pour pouvoir me donner des conseils appropriés et elle avait réfléchi à des produits faciles d'utilisation pour moi (au niveau des ouvertures, de la forme différente des boîtiers pour que je les reconnaisse au toucher,...). Le cours en lui-même s'est très bien passé. Dans un premier temps, c'est elle qui m'a maquillée en me donnant des explications pour que je sente bien tous les gestes. Ensuite, j'ai dû reproduire ce que j'avais appris. Une fois mon maquillage terminé, elle m'a dit mes erreurs et comment les corriger. En résumé, ce fut vraiment une super après-midi!

Après cela, à chacune de mes sorties, j'ai commencé à prendre l'habitude de me maquiller. Mais n'étant pas encore très sûre de moi, je ne me maquillais que lorsqu'il y avait quelqu'un à mes côtés pour vérifier que je ne ressemblais pas à un clown. Après un mois, j'ai pris confiance en moi. Aujourd'hui je me maquille seule, sans aide, et je fais même des maquillages plus élaborés que celui appris à la base.

Depuis que j'ai appris à me maquiller, j'ai remarqué un réel changement dans ma vie. J'ai plus confiance en moi, je me sens mieux dans ma peau et ces changements ont eu des répercussions bénéfiques dans mes relations avec les autres.

En conclusion, je ne dirai qu'une chose: je pense qu'il n'y a pas beaucoup de choses qui nous soient inaccessibles, il faut juste que l'on se batte plus pour obtenir ce que l'on veut et parfois il suffit juste de rencontrer les bonnes personnes et de savoir adapter certaines choses pour nous les rendre accessibles.

Je vous encourage tous à vous battre pour réaliser les projets qui vous tiennent à cœur...

Sarah COLSON

INFORMATION

Grande tombola 2016 du journal Le Soir au bénéfice des personnes handicapées

Comme chaque année, le HVFE vend des billets de tombola au profit des Œuvres du Soir.

Le prix du billet est de 3€.

Le carnet de 10 billets est vendu au prix de 30€ avec un billet de couverture gratuit.

- 1000 lots à gagner dont deux voitures, trois voyages, des livres, des BD, des places de cinéma...
- Tirage spécial pour les lots de couverture: une chaîne hi-fi et 49 appareils photos.

La clôture des commandes se fera pour le 14 avril 2016.

Le tirage aura lieu le 26 avril 2016 et parution des résultats dans Le Soir du 27 avril 2016.

Nous vous remercions pour votre participation à cette grande action philanthropique et nous vous souhaitons bonne chance!

La Trêve en audiodescription sur la RTBF: ça continue!

Lors de la rencontre-débat sur l'accessibilité de l'audiovisuel en Belgique organisée par «Les Amis des Aveugles» le mercredi 24 février dans le cadre du Festival International du Film d'Amour de Mons (*FIFA*), il a été rapporté que la série «La Trêve» en audiodescription pour le public déficient visuel était privée d'antenne.

Après vérification, la *RTBF* – présente à la rencontre-débat – nous demande de diffuser les précisions suivantes:

«La rumeur d'une suspension de la diffusion en audiodescription des 6 prochains épisodes de la série «La Trêve» s'avère après information, être totalement infondée.

Certes, suite à la diffusion des deux premiers épisodes, quelques spectateurs ont exprimé leurs désarrois d'entendre l'audiodescription alors qu'ils recherchaient une version classique. Cette situation était due à un réglage inadéquat de leur propre décodeur numérique.

Dès lors et afin de prévenir ce genre d'incident, la *RTBF* prévoit pour les prochaines diffusions des éléments de communication précis sur les données technologiques à respecter afin d'obtenir la version sonore souhaitée. Quoiqu'il en soit, la diffusion en audiodescription n'a aucunement été remise en question.»

Prochaine diffusion (épisodes 7 et 8) – dimanche 13 mars – 20h50 sur *La Une*.

Pour activer l'audiodescription, voici la manipulation à effectuer :

- *Proximus TV*: bouton «OK» de votre télécommande, menu «langue». Attention pour la RTBF, l'audiodescription est sur le canal « anglais », appuyez ensuite sur le bouton TV. Pour les aveugles, appuyez sur le bouton rond au centre des flèches directionnelles (bouton OK), ensuite il faut appuyer 5 fois sur la flèche descendante (bouton juste en dessous du bouton OK) et appuyer sur OK pour valider, appuyez une fois sur le bouton directement à droite du bouton OK et ensuite deux fois sur le bouton juste en dessous du bouton OK. Revenez ensuite au mode plein écran, en appuyant sur le bouton TV (il peut changer de place suivant votre télécommande), il s'agit d'un bouton rectangulaire placé en diagonale du bouton OK en haut à gauche.
- Pour VOO : Bouton « info » de votre télécommande, puis bouton « vert » pour sélectionner la langue (choisir le canal anglais), pour les aveugles, le bouton vert se trouve sur la deuxième rangée en partant du bas de la télécommande. C'est le 2ème en partant de la gauche. Il faut appuyer deux fois sur ce bouton.

Vu la complexité des manipulations, nous vous conseillons de laisser l'audiodescription activée en permanence pour n'avoir à effectuer la procédure qu'une seule fois

<https://leblogdesamisdesaveugles.wordpress.com/2016/02/29/la-treuve-en-audiodescription-sur-la-rtbf-ca-continue/>

INNOVATION

Ingénieux système de mots croisés pour aveugles

Après le Sudoku pour non-voyants, Christian Thirion met au point un très ingénieux système de mots croisés. Avec le renfort de l'Esstin Nancy et l'Ensam de Metz.

«Des mots croisés pour non-voyants, où est le problème?», est-on tenté de s'interroger.

Après tout, il suffit d'imaginer une grille sur laquelle on poserait des lettres en braille. Mais ça, c'est typiquement une réponse de voyant. Car imaginez-vous, un bandeau sur les yeux, à devoir identifier du bout des doigts la lettre qui vous est nécessaire dans un fatras de plus de 26 lettres (et même beaucoup plus, du fait des récurrences). Puis recommencer pour la seconde lettre. Et ça 225 fois sur une grille de 15 lignes et 15 colonnes. «À ce niveau-là, ce n'est plus du jeu, ça devient juste pénible.»

Or Christian Thirion a le sens du jeu. Et du jeu d'esprit. Désirant, selon son expression, «se trouver un os à ronger» une fois l'heure de la retraite venue, cet ancien prof de physique en université a décortiqué le principe du *Sudoku*, en a décodé l'algorithme, puis a voulu y jouer «les yeux fermés». C'est ainsi qu'en 2009, il mettait déjà au point un astucieux *Sudoku* pour aveugles. Et c'est avec le même enthousiasme, et cet esprit joueur à haute valeur créative ajoutée qu'il s'est lancé dans l'aventure des mots croisés. «Il en existait déjà, mais des versions soit beaucoup trop compliquées et fastidieuses, soit très onéreuses.»

Le concept développé par le fondateur de l'association «Toucher, voir et jouer» *TV & J* est complètement innovant. Le Lorrain s'est, pour ce faire, adjoint le renfort de l'association «Valentin-Haüy» (à titre de testeuse) et les écoles d'ingénieur messine (Ensam) et nancéienne (Esstin), pour développer le prototype. Le tout reposant sur une idée simple: «avec trois pièces différentes seulement, on peut composer toutes les lettres de l'alphabet braille. Et je n'en ai besoin que de deux par lettres.» Trois et non vingt-six! Ce qui limite considérablement le choix, et accélère d'autant le rythme du jeu.

Ces petites pièces blanches, hérissées de picots, constituent la clef du procédé. Le joueur s'en saisit donc promptement, et les glisse (deux par deux) dans une grille constituée de 225 cases d'un centimètre de profondeur environ. Et le tour est joué! Enfin, pas tout à fait... C'est oublier un peu vite le droit à l'erreur.

Moule en acier de l'Esstin

«Si un joueur veut retirer sa lettre, il faut qu'il ait une prise. Alors bien sûr, on peut faire dépasser toutes les pièces à la surface de la grille, mais ça brouillerait la lecture du bout des doigts », fait remarquer le chercheur. Ses neurones et ceux des étudiants ont donc été remis à contribution sur le sujet, et ainsi a été imaginé un petit système de tirette-levier, permettant de surélever momentanément la colonne de son choix, et permettre ainsi d'appréhender les «lettres» à corriger. Des lettres modélisées à l'Ensam de Metz, le moule en acier ayant été façonné par l'Esstin. Les deux écoles se partagent également concept et fabrication du prototype de la grille.

Testé, rodé, perfectionné jusque dans les moindres détails, le jeu n'a qu'un défaut: il coûte plus de 100€. Mais *TV & J* compte en offrir une trentaine à diverses associations de non-voyants. Et espère bien trouver le moyen de commercialiser à grande échelle le fruit, ingénieux, de réflexions... croisées !

Lysiane GANOUSSE

Source: <http://www.estrepublikain.fr/edition-de-nancy-ville/2016/01/24/nancy-ingenieux-systeme-de-mots-croises-pour-aveugles>

Smartphone: souffrez-vous de nomophobie?

Le smartphone peut-il être à l'origine d'une forme d'anxiété liée à la crainte de ne pas disposer de son appareil comme on le voudrait? Certains spécialistes le pensent, et parlent de nomophobie.

Ce concept a été introduit voici quelques années par des chercheurs britanniques, au terme d'une étude qui indiquait qu'à des degrés très divers, la moitié des utilisateurs de téléphone mobile (et près de 80% parmi les 18 – 24 ans) se sentaient mal, anxieux, quand leur GSM n'était pas pleinement opérationnel (batterie faible, crédit insuffisant, appareil oublié à la maison, pas de réseau...). Le terme «nomophobie» a alors été créé, contraction de «no mobile phone phobia».

Depuis, une série d'études ont confirmé ce phénomène, en particulier dans la population jeune, mais pas seulement. De là à affirmer qu'il s'agit d'une «vraie» phobie (une crainte déraisonnable), à caractère pathologique (avec des répercussions importantes et invalidantes dans la vie quotidienne), il y a encore de la marge. Comme l'explique *Futura Sciences*, une équipe de l'université de l'Iowa conduit des recherches dans ce domaine, et elle affine en particulier un questionnaire destiné à évaluer les risques de développer une nomophobie.

Ainsi, à titre d'exemple, entre 0 (pas du tout d'accord) et 7 (totalement d'accord):

- Je me sentirais mal à l'aise sans un accès permanent à Internet via mon smartphone.
- La perspective de manquer de batterie me stresse.
- Si je n'avais pas mon smartphone avec moi:
 - Je serais inquiet parce que coupé du monde, ma famille ou mes amis ne pourraient pas me joindre.
 - Je serais nerveux parce que déconnecté de mon identité en ligne.
 - Je me sentirais anxieux parce que je ne pourrais pas consulter mes e-mails.
 - Je me sentirais désemparé, sans trop savoir quoi faire.

Et ainsi de suite...

La nomophobie doit être distinguée de l'addiction: c'est l'angoisse de la séparation qui prime. Sans son smartphone, on se sent «nu», isolé, perdu. Les chercheurs veulent aussi essayer de déterminer s'il existe des profils de personnalité plus à risque que d'autres. Un vaste champ d'étude...

Source: *Computers in Human Behavior*
(www.journals.elsevier.com/computers-in-human-behavior)
publié le: 15/11/2015

Rédactrice en chef:

Souad BOUROUA

Comité de rédaction:

Souad BOUROUA
Sarah COLSON

Réalisation technique:

Valérie DUBOIS
Aude LOFGEN
Aurore YOLDAS