SOMMAIRE

Editorial	2
Bibliothèque : sélection des nouveautés disponibles sur CD	6
Avis des lecteurs	13
Agenda des activités de « La Lumière »	15
Informations générales	28
A vos fourneaux !	37

Les personnes qui souhaitent recevoir le bulletin trimestriel enregistré sur CD peuvent contacter la Bibliothèque en téléphonant au 04/222 35 35. Il est également consultable sur internet sur www.lalumiere.be

EDITORIAL

Chers lecteurs, chères lectrices,

Après un été bien rempli, voici déjà venu le temps de la rentrée. Pour beaucoup, septembre rime avec reprise des activités, des projets, des élans d'énergie nouvelle. Pour La Lumière, c'est aussi le moment de se retrousser les manches pour continuer à remplir notre mission d'accompagnement et de soutien aux personnes aveugles, malvoyantes et sourdaveugles vers plus d'autonomie et de lien social.

Nous ouvrons cette rentrée avec notre grande opération de vente de Bonbons de "Grand-Mère".

Une manière à la fois gourmande et joyeuse de soutenir nos actions sur le terrain. Chaque sachet vendu, c'est un pas de plus pour financer nos ateliers, nos activités, nos accompagnements personnalisés. N'hésitez pas à en parler autour de vous, à mobiliser vos proches, vos collègues, vos réseaux : la solidarité peut aussi passer par un peu de sucre… !

En parallèle, nous lançons notre campagne de dons annuelle. Votre générosité est essentielle, c'est elle qui nous permet d'être présents aux côtés de celles et ceux qui en ont le plus besoin. Un don, quel qu'en soit le montant est un geste fort. C'est dire : *« Je crois en votre action ! ».*

Bien sûr, rien de tout cela ne serait possible sans le travail remarquable de nos professionnels, ni sans l'engagement indéfectible de nos bénévoles. Jour après jour, sur le terrain, ils donnent de leur énergie, de leur temps et de leur cœur pour animer

des activités, tisser du lien, créer des espaces d'écoute, de joie et de partage. Leur dévouement est un véritable pilier de notre action.

C'est d'ailleurs pour leur exprimer notre gratitude que nous avons organisé, le 29 août dernier, un moment convivial et festif autour d'un barbecue. Une belle fin de journée placée sous le signe de la reconnaissance et de la convivialité, autant de valeurs qui nous rassemblent et nous portent tout au long de l'année.

Nous espérons que cette rentrée sera, comme toujours, solidaire et engagée et toujours plus proche des personnes que nous accompagnons.

Chaque don, chaque sachet de bonbons, chaque mot partagé autour de vous compte.

Ensemble, nous faisons avancer les choses.

Merci d'être à nos côtés et très belle rentrée à toutes et tous !

Fabienne Collard
Directrice de l'ASBL La Lumière.

CAMPAGNE ANNUELLE

Une rentrée sous le signe de la solidarité

Dès le 15 septembre, notre grande campagne d'appel aux dons prendra son envol dans toute la province de Liège. Elle s'invitera dans des milliers de boîtes aux lettres, avec deux lettres pleines d'émotions qui racontent les parcours de Jules, passionné de musique, et de Louana, petite fille vive et drôle.

Notre campagne s'invite aussi sur les écrans puisque deux spots seront diffusés sur Qu4tre pour montrer concrètement comment La Lumière change des vies. On y verra des visages, des gestes, des sourires, des petites victoires du quotidien. On y entendra ce qui ne s'explique pas toujours avec des mots : la force du lien.

NOUVEAUTÉ cette année :
Opération Lumière avec les Bonbons de Grand-mère

Parce qu'une petite douceur peut aussi changer une vie, cette année nous vendrons des sachets "Bonbons de Grand-mère" pour soutenir notre campagne.

Dans les écoles, les clubs de sport, certains magasins ou galeries, ou encore grâce à toutes celles et ceux qui en vendront autour d'eux avec enthousiasme !

Et si, vous aussi, avez envie de donner un coup de pouce en proposant des bonbons autour de vous, faites-nous signe ! Chaque sachet vendu, c'est un pas de plus vers un monde plus accessible. Contactez Carole CHAMBEAU, Chargée des événements de récolte de fonds via carolechambeau@lalumiere.be ou au 04/222 35 35.

Cette campagne d'automne est un moment fort pour notre association. Ensemble, allumons des lumières ! MERCI d'être là ! Vos gestes solidaires et vos partages font du bien !

100 ANS
la lumière
OPÉRATION
LUMIÈRE
CACAHUÈTES CARAMÉLISÉES
4€
100 ANS
la lumière
OPÉRATION
LUMIÈRE
BONBONS PANACHÉ
4€

Sélection thématique de livres disponibles sur CD et notre site bibliotheque.lalumiere.be

Les Nations Unies ont proclamé le 21 septembre « Journée internationale pour la paix » afin d'encourager toutes les initiatives visant à « promouvoir les idéaux de paix ».
La campagne belge appelle à une Belgique sans armes nucléaires, dans un monde sans armes nucléaires.

Littérature

10950 BATAILLE Christophe
L'expérience
1 h 27 min

« Je suis sorti de la tranchée et tout de suite ses yeux m'ont fixé : deux prunelles de cendre. C'était une chèvre, une pauvre chèvre que nous n'avions pas vue, enchaînée sur la plaine, face au pylône et à la bombe. Un chevreau semblait s'abriter derrière elle, sur ses pattes tremblantes. Tous deux étaient comme cuits. J'ai abandonné mon compteur, et la chèvre s'est mise à hurler. Le chevreau était tombé sous elle. Il y avait ce cri, mécanique, sans être, un cri à nous rendre fous. Pour ce cri, j'aurais renoncé à la France. »

Avril 1961, dans le désert algérien. A trois kilomètres de ce point inconnu, une tour de cinquante mètres porte une bombe atomique. Le jeune soldat qui parle, accompagné d'une petite patrouille, participe à une expérience. Il est un cobaye.

Source : éditeur

10958 IBUSE Masuji
Pluie noire
9 h 22 min

« Cinq ans après l'explosion de la bombe, la jeune Yasuko vit avec son oncle et sa tante dans un village proche d'Hiroshima où ils se sont réfugiés après la destruction de la ville. Gracieuse, intelligente et douce, Yasuko ne parvient pourtant pas à se marier. En effet, le bruit court qu'elle a reçu l'averse de pluie noire qui retomba sur tout l'ouest de la ville, après que s'était élevé dans le ciel le monstrueux nuage atomique. Cette pluie était radioactive. Puisque Yakuso ne présente aucun signe de maladie, son oncle entreprend de démontrer qu'elle n'a pas été atteinte. Il a donc recours au journal qu'il tenait en 1945 et à celui de la jeune fille. »

Source : éditeur

8276 JONASSON Jonas
L'analphabète qui savait compter
15 h 00 min

« Quelle était la probabilité pour qu'une orpheline, noire, analphabète, née dans le plus grand ghetto d'Afrique du Sud, se retrouve avec une bombe nucléaire sur les bras et dans un camion de pommes de terre en compagnie du roi de Suède et de son premier Premier ministre ? La réponse : une sur quarante-cinq milliards six cent soixante-dix millions deux cent douze mille huit cent dix, selon Nombeko, ladite analphabète. »

Source : éditeur

6010 McCARTHY Cormac
La Route
7 h 27 min

« Un cataclysme inconnu a dévasté le monde. Dans un décor apocalyptique, un père et son fils, que l'auteur ne dénommera jamais autrement que « l'homme » et « le petit », errent en direction du sud, leurs maigres possessions rassemblées dans un chariot de supermarché et des sacs à dos. »

Source : éditeur

3115 MERLE Robert
Malevil
24 h 47 min

« Un cataclysme du genre explosion nucléaire a ravagé la Terre. Il n'y a des survivants que dans des sites particulièrement protégés, tel le château de Malevil, où Emmanuel Comte et ses compagnons s'organisent pour leur propre survie et leur défense. »
Source : éditeur

10957 MORRIS Edita
Les fleurs d'Hiroshima
4 h 16 min

« « Nos voix ne sont que des murmures et nous chantons ces complaintes qui nous sont si chères [...].
C'est avec toute notre passion que nous lançons ce cri du cœur : « Jamais plus Hiroshima ! » »
Hébergé par une famille japonaise, un jeune Américain découvre les secrets des survivants de la bombe. »

Source : éditeur

Policier - Espionnage - Suspense

10942 GLUKHOVSKY Dmitry
Métro 2033
21 h 32 min

« 2033. Une guerre a décimé la planète. La surface, inhabitable, est désormais livrée à des monstruosités mutantes. Moscou est une ville abandonnée. Les survivants se sont réfugiés dans les profondeurs du métropolitain, où ils ont tant bien que mal organisé des microsociétés de la pénurie. Dans ce monde réduit à des stations en déliquescence reliées par des tunnels où rôdent les dangers les plus insolites, le jeune Artyom entreprend une mission qui pourrait le conduire à sauver les derniers hommes d'une menace obscure... mais aussi à se découvrir lui-même à travers les rencontres improbables qui l'attendent. Guidés par la lecture de Julien Chatelet, plongez dans le métro moscovite et au cœur de ce thriller fantastique qui a passionné les lecteurs du monde entier, et inspiré le jeu vidéo du même nom. »
Source : éditeur

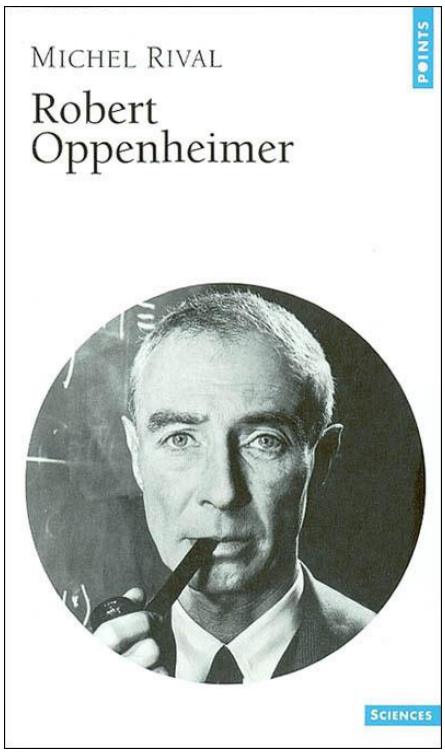
NB : La suite, *Métro 2034* et *Métro 2035*, est également disponible dans nos collections.

Biographie

10593 RIVAL Michel
Robert Oppenheimer
12 h 15 min

« Le physicien Robert Oppenheimer (1904-1967) est l'homme du plus grand programme militaro-scientifique jamais entrepris : le projet « Manhattan » de fabrication et de mise au point de l'arme nucléaire. L'aventure fut un succès technique mais aussi une catastrophe morale pour ses principaux protagonistes. Obsédé par le souvenir d'Hiroshima, Oppenheimer s'opposa fermement, en 1949, au projet de bombe H, déchaînant les foudres maccarthystes qui allèrent jusqu'à le priver de toute accréditation et à l'accuser d'espionnage au profit de l'URSS. Ce récit biographique est aussi une analyse exemplaire de l'alliance - on ne peut plus étroite au XX^{e} siècle - entre la science et la politique. »

Source : Librel



Documents

10961 OE Kenzaburo
Notes de Hiroshima
7 h 55 min

« En août 1963, Kenzaburô Ôé, alors brillant écrivain de vingt-huit ans, part à Hiroshima faire un reportage sur la neuvième Conférence mondiale contre les armes nucléaires. Indifférent à la politique politicienne, il est immédiatement sensible aux témoignages des oubliés du 6 août 1945, écartelés entre le « devoir de mémoire » et le « droit de se taire » : vieillards condamnés à la solitude, femmes défigurées, responsables de la presse locale et, surtout, médecins luttant contre le syndrome des atomisés, dont la rencontre allait bouleverser son œuvre et sa vie. Dans leur héroïsme quotidien, leur refus de succomber à la tentation du suicide, Ôé voit l'image même de la dignité.
Quel sens donner à une vie détruite ? Qu'avons-nous retenu de la catastrophe nucléaire ? « À moins d'adopter l'attitude de celui qui ne veut rien voir, rien dire et rien entendre, demande-t-il, qui d'entre nous pourra donc en finir avec cette part de Hiroshima que nous portons en nous-mêmes ? » À aucune de ces questions, toujours d'actualité, Ôé n'apporte de réponse. Il s'interroge, nous interroge. Ainsi confère-t-il à son reportage la dimension d'un traité d'humanisme d'une portée universelle. »

Source : éditeur

Société - Réflexion

10960 PHILIPPE Sébastien et STATIUS Tomas
Toxique : enquête sur les essais nucléaires français en Polynésie
3 h 52 min

« Entre 1966 et 1996, la France a procédé à 193 essais nucléaires en Polynésie. Le dernier sous la présidence de Jacques Chirac. En trente ans, le programme a laissé des traces : dans la société polynésienne, dans les corps de ses habitants et de nombreux vétérans, dans l'environnement de ce territoire vaste comme l'Europe.
Grâce à l'exploitation de 2 000 pages d'archives déclassifiées, de centaines d'heures de calculs et des dizaines de témoignages, ce livre présente le résultat d'une enquête de plus de deux ans sur cette expérience collective, traumatique et encore taboue.
Fruit d'une collaboration inédite entre un scientifique expert du nucléaire, un journaliste du média d'investigation Disclose et Interprt, un collectif d'architectes spécialisés dans l'analyse criminalistique, ce travail met au jour ce qui a longtemps été caché au public : les conséquences sanitaires et environnementales des essais nucléaires français dans le Pacifique. »

Source : éditeur

Avis des lecteurs

10756 BONNET Jean-Pierre
Un départ sans adieux
6 h 09 min

Nicolas, un homme jeune, qui a fui lâchement sa région et sa fiancée enceinte, pour tenter sa chance à Paris, va vivre des événements terribles qui l'obligeront à endosser le rôle de père d'un enfant qui n'est pas le sien.

Une histoire touchante, un peu trop mélo penseront certains, mais qui peut captiver le lecteur jusqu'à la fin, bien que celle-ci soit assez conventionnelle.

8765 DAHL Roald
Mon oncle Oswald
10 h 04 min

… de ce surprenant Roald Dahl. Je le connaissais via mes enfants alors en âge de découvertes multiples, et avais apprécié son talent de conteur avec "Charlie et la chocolaterie".
Un Dahl tout différent ici, qui entraine son lecteur dans un fabuleux tour très vivant, d'une vivacité incontrôlable : choc des pulsions et de la raison, du bestial et de l'aristocratie coincée. Société anglaise aux goûts de luxe, "impérialisme" en Afrique et influence de la couronne britannique, humour "british", on ne s'ennuie pas. Les pages évoquant Marcel Proust resteront gravées longtemps, telle une madeleine tenace.

10204 PEPIN Charles
La rencontre : une philosophie
6 h 45 min

La lecture de ce livre m'a enchantée ! Dans un style clair et captivant, l'auteur nous emmène dans une belle découverte de nous-mêmes (assez inhabituelle). Il répond aux questions que nous nous posons et analyse simplement les raisons de nos situations embrouillées. Edité en 2020, il aborde les problèmes de notre époque. Je l'ai déjà offert en cadeau !

10166 LUNDBERG Sofia
Un petit carnet rouge
10 h 21 min

Une histoire d'amour à partir de 3 pays. Bien écrit et très émouvant, avec la vieille dame et son amoureux.

AGENDA DES ACTIVITÉS DE « LA LUMIÈRE »

Toutes nos activités sont organisées à l'attention des PERSONNES NON ET MALVOYANTES bénéficiant des services de notre association.

Nous vous rappelons que, pour toutes nos activités, les inscriptions sont OBLIGATOIRES auprès de nos réceptionnistes.

La date limite d'inscription et de paiement est fixée à 15 jours avant la date de l'activité, sauf si une autre date particulière est mentionnée.

Le paiement confirme votre inscription. Il est préférable de payer lors de l'inscription.

Si vous désirez des informations complémentaires concernant les activités proposées à l'agenda, n'hésitez pas à contacter nos animatrices ou nos bibliothécaires.

INSCRIPTIONS : chaque jour, de 8 h 30 à 16 h 30, auprès des réceptionnistes. Tél. 04/222 35 35.

PAIEMENT : soit par banque au n° BE34 2400 4301 8490, soit en liquide ou par bancontact à l'accueil, rue Sainte-Véronique.

Toutes les activités organisées intra-muros sont également ouvertes aux BENEVOLES intéressés, moyennant inscription à l'accueil (15 jours avant l'activité) et participation aux frais.

À partir de 2024, les bénéficiaires qui souhaitent participer aux activités organisées par la bibliothèque sont priés de s'inscrire préalablement à la bibliothèque et de verser une cotisation annuelle forfaitaire de 10 euros.

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

Le service d'accompagnement et social et la Bibliothèque de « La Lumière » proposent des activités culturelles, créatives, musicales ou d'éveil dans différents domaines.

Voici ce que nous proposons en ce moment, la fréquence est hebdomadaire, bimensuelle ou mensuelle. Les ateliers sont donnés par les animateurs.trices ou des bénévoles ou encore des prestataires extérieurs.

N'hésitez pas à contacter votre assistant(e) social(e) si l'une d'elles vous intéresse au 04/222 35 35 :

LUNDI	**Matin**	**Papier-mâché**
		Poterie
	Après-midi	**Photo**
MARDI	**Matin**	**Cuisine**
		Marche promeneurs
	Après-midi	**Eveil artistique**
		Textile
		Jogging
MERCREDI	**Matin**	**Papier-mâché**
		Poterie / Activités Nature & Partage
	Après-midi	**Café Papote**
JEUDI	**Matin**	**Chant**
	Après-midi	**Éveil artistique**
		Goûters/animations/repas

VENDREDI	**Après-midi**	**Djembé**
		Marche
SAMEDI	**Variable**	**Tandem**
DIMANCHE	**Variable**	**Marche (Adeps)**

Bibliothèque : Atelier de création de podcasts
Les vendredis d'octobre 2025 à juin 2026
De 9 h à 12 h à la Cafet'

Vous avez une histoire à raconter, un message à faire passer ou simplement l'envie de découvrir l'univers du podcast ? Rejoignez l'atelier de création proposé par la bibliothèque !

De l'écriture à la mise en voix, en passant par l'exploration des thématiques personnelles ou collectives, cet atelier vous invite à créer votre propre contenu sonore dans une ambiance conviviale et bienveillante. Un vendredi matin par semaine, laissez libre cours à votre imagination, affûtez votre écoute et découvrez les coulisses de la production audio.

Un micro, quelques mots, et votre voix peut voyager loin. À vous de jouer !

Infos pratiques :

- **Les vendredis (à partir du 03/10/2025) d'octobre à juin 2026**
- **De 9 h à 12 h, rendez-vous à la bibliothèque.**
- **Limité à six participant.es**
- **Gratuit**
- **Sans transport**

Si cette expérience vous intéresse, inscription pour le 30 septembre (au plus tard) directement auprès des bibliothécaires.

Bibliothèque : Fureur de lire :
Des lectures extraordinaires
Spectacle « La Bibliothèque fantastique »
par la Compagnie de l'Esperluette
Le jeudi 16 octobre 2025 de 13 h 30 à 16 h

À l'occasion de cette édition 2025 de la Fureur de lire placée sous le signe des lectures extraordinaires, nous vous invitons à découvrir un spectacle de la Compagnie de l'Esperluette… Extraordinaire, car c'est vous qui en écrirez le fil ! L'histoire prend vie grâce à votre imagination.

Et si le livre (re)devenait le héros des histoires ?

Laissez-vous emporter dans un tourbillon d'histoires improvisées, où votre participation active est au cœur de l'expérience. Vous choisirez les titres, les personnages et les objets qui prendront vie sur scène.

Grâce à votre imagination débordante les artistes vont créer des histoires inédites et captivantes. Et n'oubliez pas de nous donner le titre de votre livre préféré, il pourrait bien se retrouver au cœur de l'action sur scène !

N'hésitez plus et rejoignez-nous pour La Bibliothèque Fantastique !

Bibliothèque : Festival de la BiLA :
Blind test multi-supports
Le jeudi 23 octobre de 13 h 30 à 16 h

Blind Test "Coup de cœur" : Ouvrez l'œil, tendez l'oreille… et laissez parler vos émotions !

Dans le cadre du festival de la BiLA, basé sur la littérature sentimentale, préparez-vous à vivre une expérience ludique, sensorielle et 100% "feelings" ! Que vous soyez mélomane, cinéphile ou lecteur passionné, notre blind test multi-supports vous mettra au défi... en jouant sur vos émotions.

Au programme ?

Des extraits musicaux, des répliques de films cultes à l'eau de rose et des passages littéraires qui font battre le cœur plus fort.

Saurez-vous reconnaître une citation d'amour ? Un slow mythique des années 80 ? Une scène de rupture légendaire au cinéma ?

Ce blind test est l'occasion parfaite de tester votre mémoire sentimentale et de partager un moment drôle, convivial et plein de surprises.

Pourquoi participer ?

Pour revivre vos plus belles émotions culturelles ;
Pour découvrir (ou redécouvrir) des pépites romantiques ;
Pour vibrer au rythme de la passion, du drame, de l'amour et de l'humour ;
Et bien sûr... pour tenter de remporter des surprises !

Alors, prêts à deviner avec le cœur ?

Bibliothèque : Festival de la BiLA : Halloween party
Du jeudi 30 octobre à 14 h au
Vendredi 31 octobre 2025 à 10 h

On remet ça les jeunes ???!!!

Pour célébrer Halloween, nous vous concoctons une nouvelle journée et une nuit d'épouvante. Au programme, vous aurez un film d'horreur spécialement choisi pour l'occasion.
Ensuite, vous disposerez de temps libre pour vous installer et préparer la nuit à venir.
Pourquoi changer une formule qui fonctionne…
La soirée débutera avec un apéritif composé de chips et de cocktails sans alcool. Après, place aux pizzas !
À la tombée de la nuit, nous nous rassemblerons dans une ambiance de feu pour partager un moment musical.
À 10 h le lendemain matin, il sera temps de se dire au revoir et de repartir avec des souvenirs plein la tête… ou du moins, pour ceux qui auront survécu à la nuit.

Infos pratiques :

- **Arrivée : jeudi 30/10 à 14 h à « La Lumière »**
- **Départ : vendredi 31/10 à 10 h à « La Lumière »**
- **Inscription (12 – 20 ans) pour le 1er octobre**
- **Prévenir en cas de régime alimentaire particulier (allergies, végétarien…)**
- **Gratuit**
- **A apporter : lit, sac de couchage, oreiller, brosse à dents**
- **Déguisement (non obligatoire) dans l'univers de Twilight (vampire, loup-garou)**

FORUM de Liège : comédie musicale :

« L'île aux trésors » en audiodescription
Le samedi 1er novembre 2025 à 18 h 30 au Forum de Liège

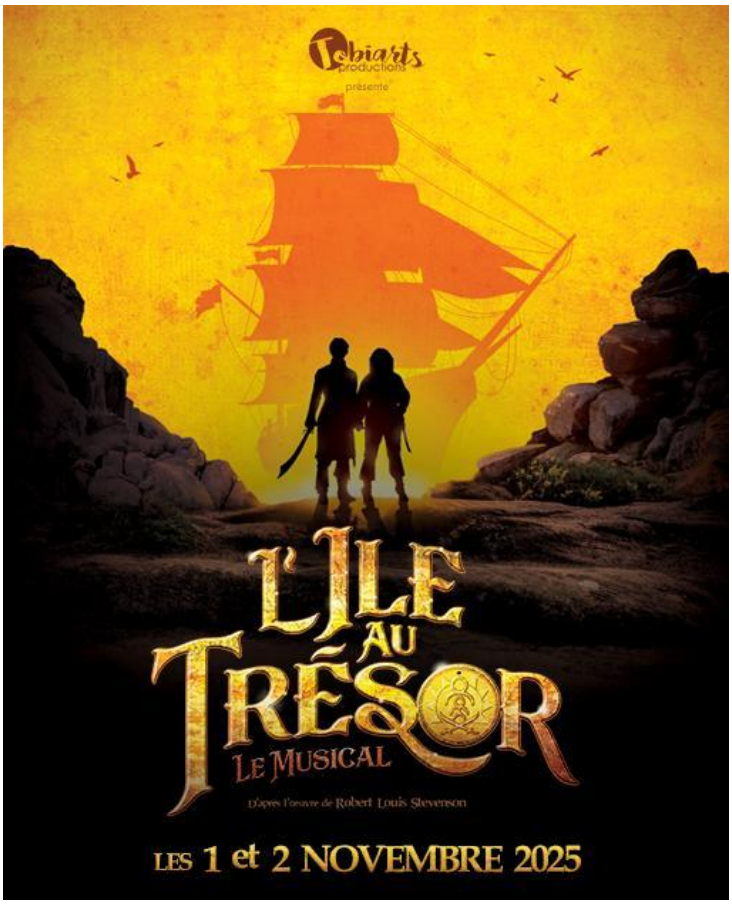
A partir de 5 ans.

Après "Oliver Twist", Christopher Delarue et Shay Alon débarquent avec leur nouvelle création en comédie musicale en première mondiale : « L'ile au trésor », une adaptation du bouquin de Robert Louis Stevenson. 17 artistes sur scène pour une aventure théâtrale immersive, joyeuse, épique et accessible à tous !
Informations : www.lileautresor.be

L'histoire : Angleterre, XVIIème siècle. Le jeune Jim Hawkins vient de perdre son père. Il hérite de son auberge, mais également des dettes qui vont avec. Il essaie, malgré son jeune âge, de s'imposer face à des clients mauvais payeurs. Heureusement, son amie Lisa est là pour l'aider. Un beau jour, arrive Billy Bones, un vieux marin à l'allure sale et sombre. Black Dog, une femme pirate à la recherche d'une mystérieuse carte, débusque Billy, son ancien compagnon. Elle lui donne la tant redoutée « tâche noire », une malédiction qui signera la fin de son voyage. Pris d'une fulgurante crise de panique, il s'effondre sur le plancher. Jim en profite pour aller récupérer ce que Bones lui doit et embarque avec lui un tas de papiers, dont une carte au trésor. Accompagné du Docteur Livesey et du Chevalier Trelawney, Jim va partir à la recherche de ce trésor en constituant un équipage plus que douteux sur le port de Bristol. Trahison et manipulation embarqueront avec nos compagnons à bord de l'Hispaniola. Ce parcours initiatique va faire de Jim un homme malgré lui, et de Lisa une femme forte qui ferait tout pour sauver celui qu'elle aime. L'amour, l'aventure et l'amitié attendent nos compagnons dans leur voyage en direction de la mystérieuse île.

Audiodescription par Audioscenic.

Rendez-vous dans le hall du Forum de Liège à 18h30, activité sans transports domicile. Durée du spectacle : 1 h 30 + entracte



Goûter annuel
Le jeudi 6 novembre 2025 de 13 h 30 à 16 h 30

C'est avec grand plaisir que nous vous invitons à notre goûter annuel ce jeudi 6 novembre 2025 de 13h30 à 16h30 dans nos locaux rue Sainte-Véronique.

Un goûter et une animation musicale vous seront offerts afin de passer un moment festif et convivial ensemble.

Si vous désirez être des nôtres (avec un accompagnant maximum), nous vous demandons de bien vouloir vous inscrire auprès de l'accueil au 04/222.35.35 pour le 23 octobre 2025.

Au plaisir de vous revoir très nombreux lors de ce goûter…

Le Service d'Accompagnement et Social,

Théâtre de Liège : conte écologique et musical :
« Après le feu » en audiodescription
Le vendredi 7 novembre 2025 à 18 h 15 au Théâtre de Liège

A partir de 12 ans.

Spectacle créé le 4 novembre 2025 au Théâtre de Liège, en collaboration avec l'Opéra Royal de Wallonie-Liège.

Une nuit au clair de lune. Une nature envoûtante, les restes enfumés de ce qui était autrefois une luxuriante forêt. Une jeune fille, Plume. Dans un clair-obscur, sa présence se mêle à celle d'un oiseau. Au loin, se font entendre les bruits d'une ville et sa périphérie – ce qu'elle a laissé derrière elle, un matin.
Comme la totalité de la jeunesse, elle a fui sa maison. Les cours de récréation se sont vidées des rires juvéniles et, avec eux, la notion d'avenir s'est envolée. Plume avance. Seule. Elle a quitté la marche et va à contre-courant de sa génération.

Un vieil homme confronté à un groupe d'enfants retrace alors les faits, à savoir ce qui a motivé le départ et vers où mène l'exil de l'une, l'exode des autres. La dimension collective et la dimension intime s'entremêlent dans cette épopée en quête d'une terre rêvée.

En collaboration avec le chœur de la Maîtrise de l'Opéra Royal de Wallonie-Liège, Sarah Seignobosc livre avec *Après le feu*, un conte écologique et musical qui remet la jeunesse au centre de l'action.

Audiodescription par Audioscenic.
Rendez-vous dans le hall du théâtre de Liège à 18h15, durée du spectacle : 1h15. Activité sans transports domicile.

Initiation au secourisme
Le jeudi 13 novembre 2025
De 10 h à 12 h 30 ou de 13 h 30 à 16 h

Cette initiation aux premiers secours vous est proposée par la Ville de Liège, Service Santé. L'occasion de se familiariser avec les premiers gestes à savoir et à appliquer, chez vous ou en dehors.

Bibliothèque : Festival de la BiLA :
Unique en son genre
Le jeudi 20 novembre 2025 de 13 h 30 à 16 h à la MAC

Un : ils sont venus chez nous.

Deux : nous sommes allés chez eux.

Jamais deux sans trois… L'amour des mots revient à la Maison Arc-en-Ciel !

La MAC nous ouvre à nouveau grand ses portes. Cette nouvelle édition s'annonce encore plus chaleureuse et éclatante.

Dans le cadre du festival de la BiLA, nous vous convions à une expérience littéraire pas comme les autres, placée sous le signe de la Romance.
« Unique en son genre », c'est une rencontre entre un·e artiste drag, un texte, et vous — homme, femme, jeune, moins jeune… Peu importe qui vous êtes.

Venez écouter des lectures qui font battre le cœur, rire l'âme et briller les yeux.

Des textes vivants, qui interrogent, bousculent parfois, mais toujours dans la joie, l'écoute et le respect.

Le single de Maxime, malvoyant

Maxime, malvoyant, est un trentenaire passionné de musique. Guitariste, bassiste et claviériste, il compose et produit ses projets musicaux avec les membres de son groupe KoDyMaxx.

Guitariste dans un groupe live pendant plusieurs années, il se concentre aujourd'hui sur la production en home studio.

Il fait également partie de plusieurs cercles de musiciens internationaux qui produisent des albums à thèmes liés principalement aux séries mangas et aux jeux vidéo (KodamaSounds et Resonant Union) vendus en grande partie au Japon.

Dernièrement, il a composé un morceau intitulé "Playing in the Dark" avec son amie chanteuse anglaise (BOYCEE). Un morceau qui parle des problèmes liés à la malvoyance/non voyance, un sujet qui leur tient particulièrement à cœur étant tous les deux atteints d'une rétinite pigmentaire.

Dans le cadre de cette maladie, Maxime fréquente nos locaux depuis bientôt une vingtaine d'années.

Cette chanson (en anglais) parle de leur vécu avec cette maladie rare, de la perte progressive de la vue, mais aussi de résilience, de perception intérieure et du fait de continuer à jouer "dans l'obscurité ».

Ils souhaitent, avec cette chanson, sensibiliser un maximum de personnes, qu'elles soient concernées directement ou non par cette maladie.

Le morceau est disponible sous la forme d'une lyric vidéo accessible sur YouTube :
https://youtu.be/fgwznVpmx0A?si=1Oa_mY-9Lpu4-0A1

Le morceau est également disponible sur les plateformes de streaming Spotify :
https://open.spotify.com/intl-fr/track/0PzjBzReRNgBgCyYLC9T38?si=698e32696b114013

Deezer : https://link.deezer.com/s/30zBySQT2SWYAt0QEs6Or

Apple Music : https://music.apple.com/fr/song/playing-in-the-dark-feat-boycee/1827299381

Et en téléchargement sur Bandcamp :
https://kodymaxx.bandcamp.com/track/playing-in-the-dark

Pour plus de facilité vous pouvez aussi encoder KoDyMaxx avec le titre du morceau "Playing in the dark" dans votre moteur de recherche.

Voici les codes QR des liens ci-dessus :

Youtube :

Spotify :

Deezer :

Apple Music :

Badcamp :

Nous vous invitons à écouter leur chanson et à la partager avec vos amis et vos connaissances.

Actualité de la cafétéria

Comme vous le savez certainement, à la Lumière nous avons une cafétéria qui vous accueille du lundi au jeudi de 9 h à 14 h.

Toutes les consommations sont à 1,50 euros et des jetons sont en vente à l'accueil de notre réception.

Mais cette cafétéria organise également des petits événements certains mercredis après-midi, tels que des après-midis jeux société de 13 h à 16 h. Vous y êtes tous les bienvenus.

Voici les dates prévues au programme du trimestre :

- **Les mercredis 8, 15 et 29 octobre**
- **Les mercredis 5 et 19 novembre**
- **Le mercredi 10 décembre**

Nous serons très heureux de vous y accueillir pour un moment de détente.

Nous profitons de cette annonce pour vous dire que nous recherchons des bénévoles pour le service à la cafète.

Si vous êtes intéressés, vous pouvez me joindre au 04 222 35 35 pour plus d'informations.

Martine Colla,
Responsable des sensibilisations et
des relations extérieures.

A vos petits électros en panne, à vos vélos dégonflés, à vos ourlets décousus, le Repair café deuxième édition est de retour à La Lumière le dimanche 26 octobre de 14 h à 18 h.

Vous êtes les bienvenus et notre cafétéria vous accueillera avec des petites douceurs pour vous faire patienter…

REPAIR CAFE

Jeter ? Pas question !
Weggooien ? Mooi niet !

STIMULÉ PAR REPAIR TOGETHER
RÉSEAU DE REPAIR CAFÉS EN BELGIQUE
WALLONIE - BRUXELLES

WWW.REPAIRTOGETHER.BE
INFO@REPAIRTOGETHER.BE
PARTENAIRE DE LA FONDATION REPAIR CAFÉ INTERNATIONAL

Collecte de sang à La Lumière avec la Croix-Rouge : Un petit geste pour vous, une grande aide pour d'autres Le lundi 3 novembre 2025

La solidarité commence par un simple acte : donner son sang. Cette année encore, La Lumière s'associe à la Croix-Rouge pour organiser une collecte de sang et nous faisons appel à vous ! Chaque don est précieux et peut sauver jusqu'à trois vies. Ensemble, faisons la différence.

Pourquoi participer ?

Un don ne prend qu'une heure, mais son impact est immense. Venez partager ce moment de générosité, seul(e) ou accompagné(e), et contribuez à cette chaîne de vie.

Informations sur la collecte :

- **Date : lundi 3 novembre**
- **Heure : 9 h 30 à 12 h 30 et 13 h à 16 h**
- **Lieu : La Lumière, Rue Sainte-Véronique 17, 4000 Liège**

Comment participer ?

- **Inscription souhaitée via l'agenda sur notre site internet**
- **Conditions :**
  - **Être en bonne santé**
  - **Peser au moins 50 kg**
  - **Avoir entre 18 et 65 ans pour un premier don. Attention, le 1er don de sang doit avoir lieu avant le jour du 66e anniversaire. Les donneurs de plus de 71 ans pourront continuer à donner du sang tant que leur santé le leur permet. Les seules conditions ? Avoir déjà donné auparavant et, passer le 66e anniversaire, que le dernier don ne remonte pas à plus de 3 ans. Pour plus de détails, consultez donneurdesang.be**

- **Pas de transport organisé**
- **Avant de venir : Mangez équilibré et hydratez-vous bien**

Merci de faire partie de ceux qui offrent une seconde chance aux autres.

Un don, un espoir.

Le club de jogging de La Lumière cherche des guides bénévoles !

Chaque mardi à 15h, une sortie jogging d'environ une heure est organisée dans le parc de la Boverie (départ : La Lumière).

Nous recherchons des bénévoles capables de courir à allure légère (entre 6'30 et 9'30/km), attentifs à la sécurité et disponibles régulièrement, même en cas de faible affluence.

Guider une personne malvoyante ou non voyante est bien moins compliqué qu'on pourrait le croire : il suffit d'être à l'écoute, de former un vrai binôme et de rester attentif à son environnement.

L'activité se poursuit tout au long de l'année, y compris pendant les vacances. Le besoin de guides est immédiat.

Contact :

Or Bodill (présidente) : 0491 63 23 73

Olivier Matagne (guide) : 0495 70 77 87

AVIS DE DÉCÈS

Marie-Jeanne SCHUTZEICHEL est décédée ce 30/8 à l'âge de 92 ans…

Elle a fréquenté durant de nombreuses années nos activités, ainsi que le club tandem et le club de marche.

Elle a été notre doyenne appelée affectueusement notre reine mère.

Calendrier et agenda 2026 en braille

La rentrée de septembre est à peine derrière nous que nous vous présentons déjà le calendrier et l'agenda de 2026 en braille.

En effet, nous créons nous-mêmes ces documents et cela nous demande donc un certain délai pour les réaliser à temps.

Description :

*** format des feuilles : 15 x 15 cm ;**
*** un mois par feuille ;**
*** indication des numéros de semaine ;**
*** dates des jours fériés 2026 ;**
*** dates des vacances scolaires 2026 ;**
*** dates importantes en 2026 (fête des mères, heure d'été, ...).**

Le calendrier est relié par une spirale d'anneaux en plastique. Son prix est de 12,00 €.

L'agenda, quant à lui, comprend en plus vingt-quatre feuilles vierges - sur lesquelles noter vos rendez-vous - et est inséré dans un classeur. Son prix est de 17,00 €.

Il est également possible d'acquérir un lot de vingt-quatre feuilles braille vierges supplémentaires (à ajouter dans l'agenda braille), au prix de 8 €.

N'hésitez pas à vous adresser à Anne Dautrebande pour tout renseignement et/ou commande.
Téléphone : 04 222 35 35
E-mail : braille@lalumiere.be

À VOS FOURNEAUX !

Filet mignon aux mirabelles, sauce à la moutarde

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- **400 g de mirabelles**
- **4 grosses échalotes**
- **20 g de beurre**
- **2 cuillère(s) à soupe d'huile d'olive**
- **1 filet mignon (600 g environ)**
- **2 cuillère(s) à soupe de moutarde à l'ancienne**
- **1 cuillère(s) à soupe de miel**

Préparation :

1
Pelez et coupez les échalotes en quatre dans la longueur. Lavez les mirabelles. Faites chauffer le beurre et l'huile d'olive dans une cocotte sur feu moyen. Ajoutez le filet mignon et les échalotes. Laissez colorer 5 mn en tournant régulièrement la viande pour la cuire sur toutes les faces. Ajoutez les mirabelles entières, salez, poivrez au moulin et versez 4 c. à soupe d'eau. Couvrez et laissez cuire 20 mn à feu doux.

2
Ôtez le filet mignon, les mirabelles et les échalotes en gardant le jus de cuisson dans la cocotte. Ajoutez la moutarde et le miel, et faites chauffer à feu moyen pour obtenir une sauce épaisse. Nappez la viande de sauce et servez aussitôt avec la compotée de mirabelles.