



# La marche : un déterminant de santé entre inégalités et accessibilité.



Christine BOURDEAUDUCQ

Analyse Esenca 2025

**Éditrice responsable** : Ouiam MESSAOUDI

**Siège social** : rue Saint-Jean, 32-38 - 1000 Bruxelles

**Accès public** : place Saint-Jean, 1 - 1000 Bruxelles • **Contact Center** : 02 515 19 19

**Numéro d'entreprise** : 0416 539 873 • **RPM** : Bruxelles • **IBAN** : BE81 8778 0287 0124

**Tél** : 02 515 02 65 • [esenca@solidaris.be](mailto:esenca@solidaris.be) • [www.esenca.be](http://www.esenca.be)



Avec le soutien de :



**FÉDÉRATION**  
WALLONIE-BRUXELLES



## Introduction

Durant la période Covid, le confinement n'a pas permis à la population de sortir dans des lieux publics ou de se voir en famille ou entre amis.

La population n'avait pas souvent d'autres loisirs possibles que de pouvoir s'aérer dans son quartier ou de faire de la marche dans un environnement assez proche quand les autorités l'autorisaient et/ou quand cela était possible pour la personne en situation de handicap en fonction de son état de santé. Un nombre conséquent de marches éphémères ont vu le jour ou des aménagements urbains ont été possibles pour concilier proximité et urbanisme<sup>1</sup>.

En Fédération Wallonie Bruxelles, on rencontre 4 millions de marcheurs en Région wallonne et 1 million à Bruxelles<sup>2</sup>.

Dès 2019, le ministre Henri annonce dans la politique régionale de mobilité la volonté d'augmenter la part modale de la marche de 3 % à 5 %, de celle du vélo de 1 % à 5 %, de celle des transports en commun de 13 % à 25 % d'ici 2024. Le plan cyclable est lancé dès 2022 puis le plan piéton en 2023<sup>3</sup>. Ce plan piéton intègre la notion d'accessibilité, car ce dernier est une des actions du plan accessibilité 2022-2024<sup>4</sup>.

En région Bruxelloise, dès 2018 le Plan régional de Développement Durable<sup>5</sup> suivi, en 2020, par le Plan régional de mobilité Good Move<sup>6</sup> sont opérationnels. La marche est au cœur du projet de ville, et plus particulièrement à Bruxelles Ville.

La marche est le moyen de déplacement le plus économique et à la portée de quasi tous, en ce compris pour les personnes à besoins spécifiques moyennant pour certains des aménagements de l'espace public et particulièrement en milieu urbain.

Ce sport ne demande pas un investissement particulier en termes d'équipement ou d'abonnement à un club sportif. C'est l'occasion pour des personnes en situation de handicap de pouvoir sortir de chez elle et de s'inclure dans la société, de rencontrer d'autres personnes ou pas. Les équipements tels que les Ravels, les aménagements de sentiers, de chemin forestier, sont de plus en plus nombreux, et sont des opportunités offertes à la population pour s'aérer, mais surtout effectuer une activité physique à la hauteur des capacités et ainsi maintenir ou améliorer certains facteurs de santé.

---

<sup>1</sup> Nous vous invitons à consulter l'analyse publiée par Esenca en 2020 : Covid 19 : Paerage de l'espace public à l'heure du 1<sup>er</sup> déconfinement : <https://www.esenca.be/analyse-2020-covid-19-espace-public-et-handicap-deconfinement/>

<sup>2</sup> <https://www.tousapied.be/>

<sup>3</sup> Pour en savoir plus : <https://mobilite.wallonie.be/files/politiques-mobilite/Plan-wallonie-pietonne-2023.pdf>

<sup>4</sup> La Wallonie adopte son plan accessibilité 2022-2024 : <https://www.aviq.be/fr/actualites/la-wallonie-adopte-son-plan-accessibilite-2022-2024-au-benefice-des-personnes-en>

<sup>5</sup> <https://perspective.brussels/fr/outils-de-planification/plans-strategiques/plan-regional-de-developpement-prd/prdd>

<sup>6</sup> [https://mobilite-mobiliteit.brussels/sites/default/files/2021-04/goodmove\\_FR\\_20210420.pdf](https://mobilite-mobiliteit.brussels/sites/default/files/2021-04/goodmove_FR_20210420.pdf)

## Quelle différence entre activité physique et sport, la marche peut-elle être considérée comme un sport ?

La marche existe depuis la nuit des temps, elle a été le premier moyen de déplacement de la civilisation. Aujourd'hui, malgré l'usage d'autres moyens de transport tels que la trottinette, le vélo, le bus, le train, la voiture, l'avion..., tous les trajets ont un début ou une fin où la marche est nécessaire pour rejoindre ces transports ou se rendre dans un lieu public, mais peut-elle être considérée comme une activité physique suffisante pour qu'elle soit reconnue comme un sport ?

« L'OMS définit l'activité physique comme tout mouvement corporel produit par les muscles squelettiques qui requiert une dépense d'énergie. L'activité physique désigne tous les mouvements que l'on effectue notamment dans le cadre des loisirs, pour se déplacer d'un endroit à l'autre, sur le lieu de travail ou lors des tâches ménagères. Une activité physique d'intensité modérée ou soutenue a des effets bénéfiques sur la santé. La marche, le vélo, les déplacements en fauteuil roulant, en skateboard, en patins à roulettes ou en trottinette, par exemple, le sport en général, la détente active et le jeu sont autant de façons courantes de pratiquer une activité physique pouvant être appréciée de tous, quel que soit le niveau de chacun.

Les lignes directrices de l'OMS sur l'activité physique et la sédentarité contiennent une série de recommandations applicables aux enfants (âgés de 5 ans et plus), aux adolescents, aux adultes, aux personnes âgées, aux femmes enceintes et en post-partum, et aux personnes présentant des maladies chroniques ou un handicap. Ces recommandations indiquent la quantité d'activité physique (fréquence, intensité et durée) qui est nécessaire pour que celle-ci ait des effets bénéfiques significatifs sur la santé et permette d'atténuer les risques liés à la santé. Ces lignes directrices soulignent que toute quantité d'activité physique vaut mieux qu'aucune; que toute activité physique compte; que toutes les tranches d'âge ont intérêt à être plus actives et moins sédentaires; et que le renforcement musculaire est bénéfique pour toutes et tous...

Le Plan d'action mondial de l'OMS pour l'activité physique donne des recommandations aux pays et aux communautés en vue de promouvoir l'activité physique et de faire en sorte que chacun ait davantage de possibilités d'être régulièrement actif. Il préconise notamment de mettre en place des politiques qui garantissent l'accès à la marche, au vélo et aux transports non motorisés; qui augmentent les possibilités d'activité physique à l'école, au travail, dans les services de garderie et là où des soins de santé sont prodigués; et qui augmentent l'accessibilité et la disponibilité des sports communautaires et des espaces publics ouverts.

La mise en œuvre de politiques efficaces visant à augmenter les niveaux d'activité physique nécessite un effort collectif, coordonné entre plusieurs ministères à tous les niveaux, y compris ceux de la santé, des transports, de l'éducation, de l'emploi, des sports et des loisirs, et de l'urbanisme. Elle exige également l'engagement national et local des organisations non gouvernementales ainsi que de divers secteurs, parties prenantes et disciplines pour soutenir la mise en œuvre de politiques et de solutions adaptées au contexte culturel et social du pays. La priorité devrait être accordée aux mesures qui s'attaquent aux disparités dans les

niveaux d'activité physique en s'attachant à promouvoir, à favoriser et à encourager l'activité physique pour tous<sup>7</sup>. »

Pour que l'activité physique soit considérée comme un sport, elle doit être pratiquée de manière régulière et sur une durée suffisante. Toutefois, suivant l'état de santé de la personne qui la pratique, les efforts à fournir ne seront pas les mêmes pour en ressentir les bénéfices.

## La marche pour quel type de public

La marche peut être pratiquée seule ou en groupe, en famille, entre amis sous forme organisée ou en libre parcours. La pratique de la marche varie en fonction des profils de l'utilisateur, de son âge, de sa condition sociale, voire du handicap de la personne. À ce jour, la marche est pour certains encore le seul moyen de déplacement possible faute de moyen financier pour s'acheter un véhicule (mobylette, vélo, ou autre moyen de déplacement) ou simplement par choix. Mais faut-il encore pouvoir pratiquer cette activité avec aisance et sécurité !

Dans bon nombre de communes, des parcours sont proposés pour découvrir son quartier. De nouveaux Ravels<sup>8</sup> fleurissent depuis quelques mois afin d'améliorer la mobilité douce. Toutefois, il est déplorable de constater un état pitoyable des trottoirs en milieu urbain ou inexistant en milieu rural.

En milieu urbain, la largeur du trottoir disponible est bien souvent insuffisante à 150 cm de libre passage, encombrée de nombreux obstacles. Le trottoir ne dispose pas toujours de bordures baissées et/ou aménagées qui permettent d'avoir une circulation de plain-pied sur tout le parcours...

En milieu rural, en dehors de l'hypercentre, les trottoirs sont souvent inexistantes. On retrouve par exemple des plates-bandes en caillou, en herbe impraticable, voire aucun espace en dehors de la voirie qui permet à l'utilisateur de se sentir en sécurité face aux véhicules roulants.

Tous les jours, les personnes en situation de handicap sont confrontées à des obstacles de mobilité que ceux soient sur les trottoirs ou dans les transports en commun. Il est donc nécessaire de travailler la mobilité. Élargir un trottoir, baisser une bordure permet aux parents d'utiliser une poussette d'enfants plus facilement, aux personnes âgées de circuler aisément aussi.

---

<sup>7</sup> Activité physique, les principaux faits : <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>, consulté le 06/08/2025

<sup>8</sup> Inauguration de nouveaux Ravels depuis ce printemps : <https://ravel.wallonie.be/home/a-la-une/news.html>, consulté le 07/08/2025

Lors de rénovation, de l'entretien ou de la construction de trottoirs, il est nécessaire de prendre en compte les normes d'accessibilités pour les PMR — personne à mobilité réduite<sup>9</sup> qui représente près de 40 % de la population. « Plusieurs facteurs peuvent rendre les déplacements difficiles : le handicap physique, la cécité, la surdité, la déficience intellectuelle, la grossesse, l'accident, les difficultés de compréhension de la langue ou simplement l'encombrement par l'utilisation d'un caddie, d'un landau, de colis, de bagage<sup>10</sup>. » Travailler à l'aménagement de l'espace public en prenant en compte les besoins spécifiques des PMR, permet que la marche devienne accessible à tous. Force est de constater que l'accessibilité apporte des bénéfices à toute la population. Au travers du Plan piéton de la Région wallonne, ce dernier ouvre la porte à faire découvrir son quartier, à avoir une vie sociale et culturelle, si et seulement si, le maillon entre la voirie et l'entrée du bâtiment est prévu.

En effet, il ne faut pas seulement pouvoir faire sortir la population de chez elle, grâce à l'aménagement urbain, mais il faut aussi pouvoir utiliser les espaces publics extérieurs en toute autonomie, comme les parcs, les jardins ou les bâtiments ouverts au public, comme les administrations communales, bibliothèques, centres sportifs, commerces, centres culturels, cinémas, théâtres... et pour ce faire, la mise en accessibilité plurielle est un impératif.

Il serait illusoire de penser que la marche offre les mêmes bienfaits à toutes et tous. Le lieu de vie, les conditions sociales, l'état de santé ou même les obligations familiales et professionnelles impactent directement la possibilité, ou non d'intégrer la marche dans sa vie quotidienne. Mais encore faut-il que les conditions pour la pratiquer soient réunies. Car dans les faits, selon l'endroit où la personne en situation de handicap habite, marcher peut s'avérer agréable, voire thérapeutique ou au contraire source de dangers et de stress supplémentaires. Dans les quartiers plus populaires où on retrouve des logements sociaux en masse ou dans des zones fortement urbanisées, le bruit, le manque d'espaces verts, la pollution de l'air ou sonore sont autant de facteurs pouvant réduire les bienfaits de la marche.

## La marche, comme vecteur d'inclusion

Comme mentionné précédemment, la marche est aussi l'occasion de sortir de chez soi, de s'oxygéner ou de découvrir des espaces naturels, faire du tourisme.

Aujourd'hui, la marche rencontre plusieurs vecteurs et/ou objectifs suivant le type de marche et/ou de public.

Suivant le type de public, celui-ci marche pour :

- Le plaisir, ses loisirs
- Faire une activité sportive, acquérir une endurance

---

<sup>9</sup> Définition d'une PMR — personne à mobilité réduite : On entend par PMR toute personne gênée dans ses mouvements en raison de sa taille, de son état, de son âge, de son handicap permanent ou temporaire ainsi qu'en raison des appareils ou instruments auxquels elle doit recourir pour se déplacer. <https://cawab.be/-Missions-> consulter le 07/08/2025

<sup>10</sup> <https://cawab.be/-Missions-> consulter le 07/08/2025

- Maintenir une activité physique pour sa santé
- Sa spiritualité (Chemin de Compostelle...)
- Rencontrer d'autres personnes, échanger
- Participer à des œuvres caritatives (marche parrainée, Télévie, Cap 48...)
- Découvrir une région touristique
- ...

Toutes ces activités bien souvent réalisées en groupe sont des opportunités pour les personnes en situation de handicap de rencontrer d'autres personnes, de tisser des liens sociaux, d'améliorer leur bien-être général et particulièrement leur santé mentale. Toutes fois, pour que ces activités soient possibles, il faut penser accessibilité. Dans le monde touristique, un gros effort d'accessibilité a été entamé dans le cadre du Plan wallon pour investissement et/ou le soutien du CGT — Commissariat général du tourisme en vue de favoriser un tourisme accessible pour tous, mais les gestionnaires n'ont pas toujours la main mise sur les aménagements de voirie/trottoir. C'est ainsi qu'aujourd'hui, on peut retrouver des bâtiments ouverts au public dont l'intérieur est entièrement accessible, mais dont l'accès est rendu impossible simplement parce que l'entrée, par exemple, n'est pas elle-même accessible. L'opportunité d'avoir un passage latéral ou une entrée parallèle n'est pas toujours possible. Cette inaccessibilité réduit ainsi fortement la participation à la vie sociale et culturelle pour certains types de publics qui devraient bénéficier de bâtiment de plain-pied depuis la voirie.

## La marche, comme déterminant de la santé

La marche peut être une activité pratiquée par nombre de personnes en ce compris les personnes en situation de handicap en fonction de leur mobilité. La marche est une activité la plus naturelle qu'elle soit et peut être pratiquée à tout moment de l'année. Elle ne nécessite pas d'entraînement particulier si nous l'intégrons à notre vie quotidienne.

Elle favorise l'usage de ces muscles, en ce compris pour les personnes en fauteuil roulant qui par exemple, doivent compenser l'usage de leurs jambes par d'autres muscles des membres supérieurs. La marche est bonne pour le cœur et peut réguler la tension artérielle. Elle est également un bon moyen pour conserver une certaine tonicité des muscles, maintenir des articulations flexibles, mais aussi brûler quelques calories. Les effets de la marche ne se limitent pas à l'aspect physique : ils comprennent aussi des avantages psychologiques et de meilleures relations sociales réduisant ainsi l'anxiété.

Pratiquer régulièrement la marche peut être un déterminant de santé non négligeable réduisant ainsi les frais médicaux.

Aujourd'hui, dans le cas de certaines pathologies, la reprise d'une activité physique dont la marche, encadrée par des professionnels du sport peut être prescrite par les médecins afin d'améliorer les facteurs de santé, c'est ce qu'on appelle le sport sur ordonnance. « Le Sport sur Ordonnance est un dispositif dans lequel les médecins ont la possibilité de prescrire de



l'activité physique aux personnes sédentaires et/ou ayant une affection de longue durée (diabète, hypertension artérielle, lombalgie, ostéoporose, cancer...).

Ce dispositif innovant permet une meilleure intégration de l'activité physique dans le traitement de ces pathologies chroniques. Les patients, provenant des structures hospitalières et médicales avoisinantes, pourront réaliser une activité physique régulière sous supervision d'un moniteur diplômé et dans le respect des guidelines de l'Exercice Medicine»<sup>11</sup>.

En Belgique, le sport sur ordonnance se développe en partenariat avec une dizaine de communes depuis 2018. L'ASBL « le sport sur ordonnance » est une structure agréée par l'AVIQ comme opératrice en prévention et promotion de la santé depuis 2023. Cette ASBL permet de mettre en relation les prestataires de soins (médecins, spécialistes) les centres sportifs des communes avec des moniteurs formés à l'activité physique adaptée (APA) et les bénéficiaires<sup>12</sup>. Le médecin prescrit dans un premier temps une ordonnance pour 12 séances en termes de prévention. L'objectif étant que le bénéficiaire puisse reprendre goût à une activité physique de manière encadrée et qu'il puisse la poursuivre au-delà de cette période

D'autres initiatives se sont créées en 2021 en région Bruxelloise pour ouvrir 4 MSBE® — maisons de santé et de bien-être. Suite à un franc succès, ce projet soutenu par l'AVIQ s'est développé également en Wallonie depuis 2023.

« Une MSBE®, c'est une structure innovante mise en place par l'Adeps, l'Administration générale du Sport de la Fédération Wallonie-Bruxelles, afin de promouvoir l'activité physique auprès de tous les citoyens, quel que soit leur âge, leur condition physique ou leur état de santé. Ce centre pluridisciplinaire réunit des professionnels du sport, de la santé et du secteur social et propose un encadrement sur mesure aux personnes qui souhaitent débiter ou reprendre une activité physique/sportive à des fins de bien-être et d'épanouissement personnel. L'objectif est de permettre à chacun de s'engager dans une pratique régulière et adaptée, en tenant compte de ses capacités, de ses besoins et de ses envies<sup>13</sup>. »

Par ailleurs, dans le cadre de la lutte contre la sédentarité, l'OMS recommande un minimum de 150 minutes d'efforts modérés d'endurance par semaine, ainsi que deux ou trois sessions de renforcement musculaire et d'assouplissement<sup>14</sup>, mais c'est également pour elle un enjeu comme vecteur d'autonomie et de dignité pour tous reconnu comme un droit élémentaire. Il est donc plus que nécessaire que le citoyen puisse être pris en charge afin d'en améliorer sa santé.

La pratique régulière d'une activité physique sous prescription permet à la personne de reprendre confiance en elle, d'être encadrée et d'évoluer progressivement dans sa

---

<sup>11</sup> Pour en savoir plus : <https://www.sport-sur-ordonnance.be/>, consulter le 07/08/2025

<sup>12</sup> Pour en savoir plus : <https://www.mc.be/en-marche/sante/sport-sur-ordonnance-bouger-pour-se-soigner>, consulter le 07/08/2025

<sup>13</sup> Journal C'est l'AVIQ numéro 34 été 2025 : [https://www.aviq.be/sites/default/files/documents\\_pro/2025-06/CLA034.pdf](https://www.aviq.be/sites/default/files/documents_pro/2025-06/CLA034.pdf), voir pages 8-9, consulté le 07/08/2025

<sup>14</sup> Pour en savoir plus : rapport de l'OMS « Lignes directrices de l'OMS sur l'activité physique et la sédentarité » <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/337003/9789240014862-fre.pdf>, consulté le 07/08/2025



démarche. L'opportunité d'être encadrée par un coach permet également de se sentir soutenu par un professionnel.

Dans le même ordre d'idées, plusieurs mutuelles proposent un avantage complémentaire pour toutes personnes qui s'inscrivent à une activité sportive.

Ce type d'initiative de prévention permet au gouvernement fédéral et particulièrement au budget des soins de santé, de réduire l'impact sur l'usage de médicament et/ou l'apparition de nouvelles pathologies, etc. Mais une nouvelle fois, il ne suffit pas de faire une activité physique dans le cadre d'un objectif précis, il faut pouvoir pratiquer une activité quotidienne en dehors de ces prescriptions. C'est-à-dire au moins, faire de la marche dans son quartier, pouvoir faire quelques courses, rencontrer des amis. Et de plus, nous l'avons vu l'accessibilité à la marche en tant que déterminant de la santé reste inégalement répartie selon les milieux de vie.

## Conclusion

Dans le cadre de cette analyse, nous avons abordé la marche sous différents angles. Les différents aspects nous amènent systématiquement à prévaloir une règle commune à chacun : c'est-à-dire assurer une bonne répartition de l'espace public pour tous, mais surtout penser à son accessibilité totale ou complète. Cette accessibilité doit être pensée et réfléchie par tous les acteurs qui gravitent autour de cette mobilité (élus, usagers faibles, les transports en commun).

Les personnes à mobilité réduite représentent +/- 40 % de la population européenne dont 18 % sont des personnes âgées. La population vieillit de plus en plus et rencontre des besoins spécifiques adaptés à ses nouvelles difficultés. Chacun de nous, si l'espérance de vie nous le permet, nous passerons par la case de «vieux». En 2050, les plus de 60 ans représenteront 22 % de la population mondiale<sup>15</sup>. L'accessibilité pour tous est donc primordiale et plus que nécessaire.

L'accessibilité de la voirie, des sentiers permet une pleine participation à la vie sociale et citoyenne. L'accessibilité a toute son importance et un impact non négligeable selon que l'environnement soit urbain ou pas et dans la qualité d'une activité physique telle que la marche.

La marche est un outil, parmi d'autres, de santé, mais pas universellement vécu de la même manière. Pratiquer une activité physique régulière réduirait fortement les impacts sur notre santé. Ni en France ni en Belgique, le sport sur ordonnance n'est pris en charge par l'Assurance Maladie ou INAMI. Certaines collectivités proposent soit un certain nombre de séances gratuites ou des tarifs préférentiels. En France, ces séances sont parfois financées par les agences régionales de santé, les conseils départementaux ou encore les communes. En Belgique, dans le cadre de l'assurance complémentaire qui propose un «avantage sport», certaines mutuelles interviennent via un remboursement partiel.

---

<sup>15</sup> <https://www.passe-muraille.eu/methodologie/tous-concernes/> , consulté le 07/08/2025

Il serait intéressant que ces séances soient reconnues et remboursées par l'INAMI au même titre que les médicaments. Cette démarche réduirait, nous semble-t-il, fortement la prescription de médicaments, de soins annexes en nombre.

« La littérature scientifique le montre : investir dans la prévention coûte beaucoup moins cher à la collectivité que les traitements curatifs. En Belgique, on a la chance d'avoir un système de santé performant, mais dans lequel la prévention est sous-estimée. » La gratuité du sport semble indispensable pour permettre aux personnes défavorisées de bénéficier de ses bienfaits, d'autant qu'elles sont les plus touchées par les maladies chroniques.<sup>16</sup> »

C'est pourquoi, développer des politiques telles que le sport sur ordonnance ou des maisons du bien-être doivent s'accompagner de conditions concrètes pour être efficaces.

#### **Pour citer cette production**

BOURDEAUDUCQ, Christine (2025). « L'accessibilité peut-elle améliorer votre santé ? », Analyse Éducation Permanente, Esenca.

URL : [www.Esenca.be](http://www.Esenca.be)

---

<sup>16</sup> <https://www.alterechos.be/sport-sur-ordonnance-un-dispositif-efficace-mais-qui-patine/>, consulté le 07/08/2025

## Esenca

Esenca — anciennement ASPH, Association Socialiste de la Personne Handicapée — défend toutes les personnes en situation de handicap, atteintes de maladie grave, chronique ou invalidante.

Véritable syndicat des personnes en situation de handicap depuis plus de 100 ans, Esenca agit concrètement pour **faire valoir les droits de ces personnes** : lobbying politique, lutte contre toutes formes de discriminations, campagnes de sensibilisations, services d'aide et d'écoute, apport et partage d'expertise pour construire une société toujours plus inclusive, etc.

### Nos missions, services et actions

- Conseiller, accompagner et défendre les personnes en situation de handicap, leur famille et leur entourage
- Militer pour plus de justice sociale
- Informer et sensibiliser le plus largement possible sur les handicaps et les maladies graves et invalidantes
- Informer le public sur toutes les matières qui le concernent
- Promouvoir l'accessibilité et l'inclusion dans tous les domaines de la vie
- Lobbying et plaidoyer politique via de nombreux mandats

### Un contact center

Pour toute question sur le handicap ou les maladies graves et invalidantes, composez le **02 515 19 19** du lundi au vendredi de 8 h à 12 h. Il s'agit d'un service gratuit et ouvert à toutes et tous.

### Handydroit®

Service de défense en justice auprès des juridictions du Tribunal du Travail. Handydroit® est compétent pour les matières liées aux allocations aux personnes handicapées, aux allocations familiales majorées, aux reconnaissances médicales, aux décisions de remise au travail et aux interventions octroyées par les Fonds régionaux.

### Handyprotection

Pour toute personne en situation de handicap ou de maladie grave et invalidante, Esenca dispose d'un service technique spécialisé dans le conseil, la guidance et l'investigation dans le cadre des législations de protection de la personne en situation de handicap.

### Cellule Anti-discrimination

Esenca identifie les situations de discriminations relatives au handicap et en assure le suivi : écoute, interpellations, médiation, recherche de solutions avec la personne concernée, etc.

Esenca est par ailleurs reconnu point d'appui UNIA en ce qui concerne les situations discriminantes liées au « critère protégé » du handicap. Cela veut dire qu'Esenca peut introduire un signalement directement auprès d'Unia à la demande d'une personne. Votre employeur refuse de mettre en place les aménagements de travail recommandés par votre médecin ? Votre enfant rencontre des difficultés au sein de son école pour bénéficier d'adaptations nécessaires lors des contrôles ou des examens ? Votre administration communale ne donne pas de suite favorable à votre demande d'emplacement de parking PMR ? N'hésitez pas à prendre contact avec la cellule anti-discrimination. Elle investiguera la situation et si cela s'avère nécessaire et avec votre accord, signalera la situation à UNIA. La cellule anti-discrimination peut alors vous aider à faire parvenir tous les éléments dont auront besoin les services d'Unia afin de procéder à l'analyse de votre dossier.

### **Handyaccessible**

Notre association dispose d'un service en accessibilité compétent pour :

- Effectuer des visites de bâtiments et de sites et proposer des aménagements adaptés
- Analyser des plans et vérifier si les réglementations régionales sont respectées
- Auditer les événements et bâtiments selon les critères d'usages « Access-i » et délivrer une certification
- Proposer un suivi des travaux pour la mise en œuvre de l'accessibilité

### **Un travail d'information, de communication et d'interpellations**

Au quotidien, Esenca communique via de nombreux canaux pour favoriser la connaissance des droits fondamentaux dont celui de l'accès à l'information, la sensibilisation et la diffusion d'informations liées au secteur du handicap : newsletter, guides et brochures, périodique Handylogue, réseaux sociaux, contribution à la presse associative, communiqués de presse, etc. Le magazine Handylogue propose par ailleurs une déclinaison de l'ensemble des articles en Facile à Lire à et Comprendre (FALC).

Notre association exerce activement de très nombreux mandats à différents niveaux de pouvoir sur l'ensemble du territoire afin de pleinement exercer le rôle d'interpellation, de veille et de participation à la construction d'une société inclusive, solidaire et accessible.

### **Une reconnaissance en Éducation Permanente**

Dans le cadre d'une reconnaissance en Éducation Permanente, Esenca réalise chaque année de nombreuses analyses, études et recherches participatives. Celles-ci ont pour vocation d'alimenter la réflexion autour de questions en lien avec le handicap qui traversent notre société, son fonctionnement et ses évolutions. Des campagnes de sensibilisation et de communication ainsi que de nombreuses actions s'organisent également chaque année.

## Un label communal : Handycity®

Handycity® est un label visant à **encourager les communes** tant à Bruxelles qu'en Région wallonne qui travaillent l'inclusion des personnes en situation de handicap dans leurs **différentes compétences transversales**.

Chaque initiative, petite ou grande, peut **contribuer à l'amélioration de la qualité de vie** des personnes en situation de handicap et de tout un chacun.

Dans ce processus, **Esenca s'adapte aux réalités des communes** tant qu'elles veillent à incorporer, avec un soin particulier, une dimension handicap dans les différents projets concernant l'ensemble de la population.

**Handycity®** est une reconnaissance du travail accompli par les communes pour leurs actions inclusives. Il est remis (ou non) **tous les 6 ans** aux communes signataires de la Charte qui ont introduit un pré-bilan à mi-mandat et leur candidature au Label.

## Des formations

Les **formations** que nous proposons couvrent de **nombreux domaines** : accessibilité, législation, anti-discrimination, troubles cognitifs, rédaction en Facile À Lire et à Comprendre et sensibilisations aux handicaps.

Ces formations sont en grande partie **dispensées par les collaboratrices Esenca, expertes et passionnées par leurs métiers**. Parce que les éléments théoriques n'ont de sens qu'en lien avec votre pratique, nous vous proposons un **contenu adapté à vos réalités** et adaptons le contenu des formations à vos demandes et attentes spécifiques.

Nos **formations sont dispensées à Bruxelles et en Région wallonne**. Nous pouvons également dispenser ces formations **au sein de vos structures** et à la demande.

## Esenca sur le terrain en Fédération Wallonie-Bruxelles

Esenca est une association présente sur l'ensemble du territoire de la FWB. Les entités territoriales sont les suivantes : Brabant, Brabant Wallon, Centre, Charleroi et Soignies, Liège, Luxembourg, Mons Wallonie picarde et Namur.

## Contact

Tél : 02 515 02 65 • [www.esenca.be](http://www.esenca.be) • [esenca@solidaris.be](mailto:esenca@solidaris.be)



POUR UNE SOCIÉTÉ INCLUSIVE, SOLIDAIRE ET ACCESSIBLE