



mouvement social des aînés

Belgique – Belgïe P.P.- P.B.
4430 – Ans 1.
P 008688

Bureau Postal : 4430 - ANS 1.
Périodique Mensuel.
Paraît le 1^{er} de chaque mois.
DECEMBRE 2018. N° 240

ANS SAINTE MARIE INFO

**nos
ressources**

Marches et Visites	Animateur responsable :
	Michel Tomsin 04.226.14.41
	Autres animateurs : voir à l'intérieur.
Bowling	Marie-Julie Polain 04.262.57.24
Cinéma	Claudette Antoine 04.278.71.96
Cuisine	Marie-Thérèse Joannès 04.250.35.33
	Josiane Beauvois 04.263.80.19
Danses folkloriques	Arlette Drapeau 04.246.54.83
Espace Convivialité	Huguette Sauté 04.263.45.49
Gymnastique en musique	Francine Drion 04.227.27.90
Histoire de l'Art	Anne-Marie Poncin 04.252.29.58
Oenologie	Marie-Thérèse Calende 04.247.13.26
	Marie-Josée Guilliams 0497.70.70.75
Peinture	Yvette Bilet 04.225.09.32
Pétanque	Michel Tomsin 04.226.14.41
Tricot	Monique Bernard 04.246.14.99
Vélo	Claude Yernaux 0478.77.71.59
	Autres animateurs : voir à l'intérieur.
Voyage Evasion	Francis Honhon 04.239.05.11
	André Michel 04.263.97.59
	Autres animateurs : voir à l'intérieur.
Whist	Jacques Bolle 04.263.45.49
	Sylviane Marchand 04.246.53.48
Yoga	Yvette Bilet 04.225.09.32

Joyeux Anniversaires

01	Anne Roly	14	Anne-Marie Quiter
02	Josiane Mataloni	15	Michel Maas
04	Marie-Claire Lambrecht	15	José Schaus
05	Marie-France Gohy	16	Natalino Costanzo
05	Christiane Jamin	17	Jules Counson
05	Christiane Mathieu	18	Yvon Colson
06	Robert Fabris	18	Jean Dupont
06	Nicole Mélon	19	Yvette Bilet
08	Léa Gouverneur	19	Suzanne Lantin
09	Madeleine Jamart	20	Annette Sart
09	Marie-Thérèse Joannes	21	André Malcorps
09	Claire Simonis	23	Colette Dans
09	Colette Thibô	24	Madeleine Francis
10	Anne-Marie Humblet	25	Emile De Grady de Horion
10	Gisèle Lincé	25	Christiane Jacob
10	Bernadette Nowak	26	Espérance Lopez
10	Anne-Marie Poncin	26	André Thiry
10	Flory Rochus	27	Edouard Briers
11	Maria Piette	27	Monique Poncin
11	Paule Plum	28	Adriana Fumarola
11	Catherine Reggers	28	Dominique Leloup
11	Denise Reynaerts	29	Fernande Balancier
11	Paul-Henri Themlin	29	Stella Dupont
13	Cary Lambrecht	30	Bernadette Strodiot
14	Andrée Detaille	30	Jean-Louis Verlhac
14	Christian Dupont	30	Chantal Vrancken
14	Marie-Josée Guilliams	31	Graziella Schiesaro
14	Julien Hestermans		



Décembre

Entre le 1^{er} et le 21 décembre, les jours décroissent de 19 minutes.

Entre le 22 et le 31 décembre, ils croissent de 5 minutes

Durée moyenne d'une journée : 8h24.

Cotisations Énéo 2019.

Le temps de renouveler sa cotisation annuelle est arrivé.

Membres affiliés aux mutualités autres que la Mutualité Chrétienne:

- cotisation de base	13.00 EUR
- participation frais Ans Ste-Marie	1.50 EUR
<u>prix de l'affiliation</u>	<u>14.50 EUR</u>

Membres affiliés à la Mutualité Chrétienne:

- cotisation de base (réduction de 3 EUR)	10.00 EUR
- participation frais Ans Ste-Marie	1.50 EUR
<u>prix de l'affiliation</u>	<u>11.50 EUR</u>

Cette somme est à verser au compte de l'Amicale Ans Ste Marie (BE75 7925 8812 0651) avec la mention "cotisation 2019 et votre nom (de jeune fille pour les dames).

Les personnes participant à l'activité Cinéma doivent payer la participation annuelle de 2€ à Claudette Antoine.

Pour les personnes non membres de notre amicale qui désirent recevoir le bulletin mensuel d'Ans Ste Marie, le montant de l'abonnement reste inchangé, soit 6€ par an, à verser sur le compte de l'amicale avec la mention "Abonnement journal" et votre nom (de jeune-fille pour les dames) et bien sûr votre adresse postale.

Les membres du Comité de notre amicale se tiennent bien entendu à votre disposition pour tout renseignement complémentaire éventuel.

Un ou deux « pavés noirs ■ » figurent sur l'étiquette de votre journal. Cela signifie que la période de renouvellement des cotisations est en cours et que vous et/ou votre conjoint n'avez pas encore payé la cotisation 2019. Ne tardez pas pour régler cette cotisation, et ce avant le 31/12/2018. Voir modalités ci-avant. Les « pavés noirs » disparaîtront dès votre paiement enregistré sur notre compte.



Pour **toutes** les activités, vous devez pouvoir présenter votre carte de membre de l'année en cours.

Les aphorismes de Paul-Henri Thomsin

I fât qu' nos raprindanse li vèye, dès vîs qu' ont fêt l' grande asco-hèye.

Il faut que nous réapprenions la vie des anciens qui nous ont quittés.

Diner co traze côps d' min sins l' dîre, c' èst s' sansouwer po s' fé plêzîr.

Donner des coups de main sans le dire, c'est se donner de la peine pour son propre plaisir.

Li ci qui n' a nin trop' di çans', d' èsse ritche pout todi fé lès cwanses.

Celui qui n'a pas trop d'argent peut toujours faire semblant d'être riche.

Di vos potches, sètchîz don vos mins, Pènêye a dandjî d' on côp d' min.

De vos poches, sortez les mains, il y a bien quelqu'un qui a besoin de votre aide.

Quelques Nouvelles

De nos familles...

Nous sommes heureux de vous annoncer que Claire VERITER (whist) est grand-mère pour la 2ème fois. Un petit Aurélien est né le 24 octobre 2018. Nos chaleureuses félicitations à toute la famille.



Nous devons malheureusement vous communiquer le décès inopiné, le 29/10/18, de notre membre Pierre HERBILLON, âgé de 87 ans et victime d'une rupture d'anévrisme.

Quinze jours après son mari, Jeannine BOUILLON nous a quittés ce 15/11/18, à l'âge de 86 ans. Nous savions qu'elle avait été en soins palliatifs et qu'elle avait souhaité revenir chez elle pour son dernier combat.

Ce couple avait participé à nos conférences Voyage-Evasion, et à nos voyages. Nous présentons nos plus sincères condoléances à leurs enfants et à toute la famille.



Nous devons aussi vous annoncer le décès Christiane HENDERICKX, le 30/10/18 à l'âge de 84 ans. Avec son mari, Olivier CLAES (whist) elle participait à Voyage Evasion. A son époux et à ses proches nous présentons nos plus sincères condoléances.



Echos du whist.

Vendredi 19 octobre.

Grande misère étalée par Francine Houbiers.

Vendredi 26 octobre.

3 parts gagnées consécutivement par Bernadette Wéra, Nelly Lardinois, Mireille Delcroix et Jacques Hérin.

Abondance11 par Francine Houbiers.

Vendredi 02 novembre.

Rien à signaler.

Vendredi 09 novembre.

3 parts gagnées consécutivement par Christine Romignot.

Abondance11 par Nelly Lardinois.

Vendredi 16 novembre.

3 parts gagnées consécutivement par Betty Hustings et Michel Tomsin.

J.B. et S.M.

CERTIFICAT MEDICAL.

**Le certificat médical, pour 2019, doit être réclamé aux responsables d'activités sportives. Il doit être complété par votre médecin et ren-
tré avant le 31 décembre. Le formulaire est
disponible dès à présent.**

Histoire de l'art



Par Christine HARDY, Agrégée en HAA de l'ULg - Conférencière accréditée par la RW et les Musées & Expert judiciaire.

Décembre 2018:

L'Égypte pharaonique.

Si dès 4.000 ans avant notre ère, l'art égyptien affirme déjà une forte originalité par rapport aux cultures néolithiques voisines, il ne surgit véritablement qu'à la fin du IV^e millénaire BC. L'apparition de l'art égyptien est indissociable de la naissance de la monarchie pharaonique. Sa longévité est exceptionnelle : plus de 3.000 ans pendant lesquels l'art connaît une évolution incessante sous une apparente uniformité.

La période préhistorique livre peu d'artefacts en Égypte : quelques traces de techniques lithiques paléolithiques, pas ou peu du mésolithique et très peu d'éléments néolithiques hormis la « culture Merimda » qui nous a livré la plus ancienne sculpture connue d'Égypte, une tête de la fin du néolithique conservée au Musée égyptien du Caire.

L'époque prédynastique (- 3 800 à - 3 100) est marquée par la civilisation de Nagada, du nom d'un site de Haute-Égypte. A la fin de cette période, deux faits de prime importance sont attestés par une œuvre clé intitulée « Palette de Narmer » : la naissance de l'écriture et l'unification du pays.

<https://rcf.fr/actualite/actualite-locale/christine-hardy-historienne-de-l-art-ses-cours-liege-et-ans>



La Palette de Narmer", provenance: Haute-Égypte, Hiérakonpolis, Époque prédynastique, Nagada III, vers - 3 000, grauwacke, 64 x 42 x 2.5 cm, Le Caire, Musée égyptien.

Informations complémentaires : www.artdit.eu

Inscription obligatoire ! : hardychristine@hotmail.com, tél.: 04 388 39 09, GSM: 0473 944 809.

Et aussi, Anne-Marie Poncin, tél. : 04.252.29.58, pour les cours à la salle Ste Marie.

Bonnes fêtes de fin d'année à toutes et à tous !

Avis aux marcheurs.

Svp : Adaptez vos vêtements suivant la météo et n'oubliez pas de prévoir une paire de chaussures propres pour le parcours du retour en voiture, afin de laisser l'intérieur des véhicules sans traces de boue.

Merci beaucoup.

Les guides

Lu. 03.12. : Circuit de « Bomiète » avec Jacques Noël (6.3 km)

Modalités pratiques :_Départ parking rue Monfort à 13h00 ou au point de départ à: Verlaine 35 rue de la station (covoiturage 18km x2) à 13h30.

Le changement d'heure ayant eu lieu, on découvrira ensemble ce parcours (pas de repérage) facile et villageois, bel environnement campagnard, rues du village, routes, chemins de campagne, un petit sentier (prairie), petite traversée d'un bois. Parcours sans difficultés apparentes. Bonnes chaussures, vêtements appropriés, la canne peut être utile.

Prévenir de sa participation avant 11h le lundi 03, de préférence sur le gsm 0476551773 (messagerie souhaitée), fixe : 04.246.21.47 , ou jakmatouz@gmail.com.

Svp prévoir de la monnaie . Merci.

Ma. 04.12. : Pas de Gymnastique en musique (Repas de la Saint Nicolas).

Ma. 04 12. Saint Nicolas à la salle Henriette Brenu, rue Gilles Magnée à Ans, à partir de 12h00.

Programme de la journée :

12h00 : Accueil et apéritif offert par l'amicale.

L'assiette apéritive avec zakouskis et salaisons de Noël.

13h00 : Repas préparé par le Plateau Gourmand.

Au menu : Le petit feuilleté de Saint Pierre, sauce homardine.

Le filet de dinde à la fine à l'orange.

Garniture de légumes de saison, gratin dauphinois, pommes macaires ou grenailles rissolées.

Venue de Saint Nicolas et distribution de cadeaux.

Le trio de bavaois et son coulis de fruits.

Café et mignardises.

Les inscriptions devaient être effectuées pour le 23/11/18.

Lu. 10.12.: CINEMA Souvenière à 14h15.



SAUVER OU PERIR

Réalisé par Frédéric Tellier

Interprété par Pierre Niney, Anaïs Demoustier, Vincent Rottiers

Chez les pompiers parisiens, on ne badine pas avec la discipline et le décorum ; chaque jour, rituel immuable, l'énumération des morts se fait à la mode militaire, le drapeau est levé et chacun (et chacune, mais la fonction reste largement masculine) entonne la Marseillaise comme un slam solennel. Viennent les incontournables exercices : montée de corde, épreuve de la planche, bref, tout ce qui est nécessaire à leur mission. Franck vit son métier comme une vocation, un élan, et embrasse sa rigueur avec ferveur. Bien que tout jeune, il est habité d'une gravité qui ne le quitte que rarement, même si, avec sa compagne, ils vivent un bonheur serein et complice. Des jumeaux viendront bientôt égayer leur quotidien. Franck est heureux ; il ambitionne de devenir lieutenant responsable de caserne et suit une formation incendie poussée, préalable requis pour monter en grade. Le jour vient où, sa formation en poche, il dirige son équipe dans un entrepôt en proie aux flammes, appelé en renfort par des services déjà sur les dents depuis plusieurs heures et qui ne parviennent pas à venir à bout de l'incendie. Il connaît son métier et son professionnalisme ne lui fait

pas défaut. Mais dans l'entrepôt, les hommes sont désorientés et un appel d'air les surprend. De l'extérieur, l'ordre est donné de quitter au plus vite les lieux. Franck ne peut se résoudre à laisser un collègue en détresse ; en le sauvant, il se met en danger et ne s'en tire que de justesse (scène oppressante où les pompiers, tels des cosmonautes perdus dans l'espace, tentent de retrouver leurs marques). Grand brûlé, il va devoir entamer un long processus de rééducation douloureuse et, au moins aussi difficile, d'acceptation. Sauver ou périr s'appuie sur ce cheminement sans alléger les difficultés, tant physiques que psychologiques. Le film n'est jamais aussi fort et émouvant que lorsqu'il montre sans fard les tiraillements de sa femme, lasse de porter à bout de bras un mariage qui prend l'eau tout en s'occupant des jumeaux, ou quand il regarde dans les yeux cet homme au bord du gouffre qui se cherche de nouvelles raisons de vivre et semble échouer à se recréer une nouvelle identité. La preuve du talent de Pierre Niney (Yves Saint-Laurent, Franz, L'odyssée) n'est plus à faire. Souvent affublé d'un masque qui couvre sa défiguration, l'expressivité de ses yeux suffit à ressentir la détresse de Franck. Niney campe avec une remarquable finesse les fragilités de cet homme déchu, ses colères, son désespoir, et les timides avancées vers la reconquête de soi.

Catherine Lemaire les Grignoux

Réservation : téléphoner chez Claudette le mardi 4 décembre après 17h au n°04.278.71.96 ou GSM 0479.018.928.

DATES DES SEANCES 2019.

Vendredi 25 janvier..... inscription : mardi 22 janvier

Lundi 18 février..... mardi 12 février

Vendredi 22 marsmardi 19 mars

Pas de cinéma en avril

Lundi 27 mai mardi 21 mai

Vendredi 14 juin..... mardi 11 juin

Repas cinéma prévu le 7 mai 2019.

Lu. 10.12. : Marche à Chaudfontaine de 6.5 km avec Jacques Noël.

Modalités pratiques: R.V. parking de la rue Monfort , 13H Covoiturage (15kxm2) 13h30, esplanade du casino 4050 Chaudfontaine (rdv devant la gare). « A la découverte des thermes et coteaux », la Vesdre, le parc Hauster avec son festival des 5 saisons (circuit des arbres) - je me renseigne), etc ... la laide Heid, le chemin de

la Nole (sentier forestier !!). Vêtements adéquats, la canne peut être utile. Bonnes chaussures obligatoires.

Prévenir de sa participation le mardi 10.12 au plus tard avant 11h. GSM 0476551773 (possibilité de messagerie - à privilégier) ou jakmatouz@gmail.com.

Lu.17.12. : Voyage-Evasion " Vietnam : l'envol du dragon " par J.L. Lerat et A. Delaunois



En 1975, le Vietnam est anéanti, après tant d'années de guerre contre la France puis contre les Etats-Unis. Plus de 40 ans plus tard, les vietnamiens, oscillant entre traditions et modernité, désirent plus que tout profiter des bienfaits de la paix. Côté ville, nous partons à la découverte de Saigon puis Hanoi en passant par

Hué. Côté campagne, nous parcourons les villages et les marchés de la région de Sapa. Au sud, nous naviguerons aussi sur le Mékong et nous voguerons enfin sur les eaux paisibles de la baie d'Halong. Le Vietnam est un pays attachant, aux charmes multiples, à la culture fascinante et aux paysages contrastés.

Rappel important : inscription préalable auprès d'André MICHEL, tél. : 04/263 97 59 pour le jeudi précédant la conférence. En cas de désistement éventuel il y a lieu de lui signaler le plus tôt possible ! Et, si vous avez un doute au sujet de votre inscription, veuillez vous renseigner auprès de lui. Nous espérons pouvoir compter sur le fair-play de toutes et tous à ce niveau. De plus, pour la facilité de la personne qui tient la caisse, il vous est demandé d'éviter de payer votre entrée avec des billets.

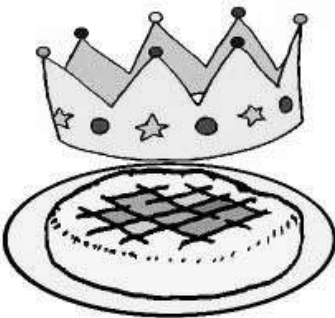
Ma.18.12. : Marche à Esneux de 7km400 avec Roger et Simone. (la dernière de cette année avec « petit papa Noël » .

Modalités pratiques: R.V. parking de la rue Monfort , **11h00 (!! attention à l'heure de départ)**. Covoiturage total (26Km X2) où Esneux : parking du Mary, rue du Parc du Mary 4130 Esneux. Prendre vos collations et boissons, vêtements adéquats, la canne peut être utile. Déni-

velés vallonnés (surtout 1 côte au début), chemins forestiers, bonnes chaussures obligatoires.

Prévenir de sa participation au plus tard le lundi 17 avant 20h30- tél : 04.246.35.61 (Roger) ou par messagerie sur Gsm 0494.08.34.01.

Lu. 07.01.2019. : Fête des Jubilaires à la Salle du Cercle Patria, rue de Jemeppe, 43, 4431 (en face de l'église) à Loncin, de 14h à 16h30.



Comme les années précédentes, le Comité d'Enéo Ans Ste-Marie a décidé d'honorer ses aînés, c'est-à-dire les membres qui ont 4 x 20 ans et plus. Ces membres recevront personnellement une invitation à cette après-midi festive et gratuite pour eux, avec animation musicale et dégustation de la galette des Rois.

Les autres membres (< 80 ans) pourront cependant y participer. Une participation de 4€ leur sera demandée par versement de la PAF au compte de l'amicale.

Nous vous demandons de prévenir de votre participation pour le 17.12.18 au plus tard auprès de : Andrée LAMBERT au 04/263.97.59.

Veillez noter qu'en raison de la fête des jubilaires, il n'y aura pas Tricot en janvier 2019.



NOTRE VOYAGE ANNUEL.

Pays-Bas : Frise, Noord Holland et Zélande, du 6 au 11 mai 2019.

Une fois n'est pas coutume, nous partons vers le Nord. Rassurez-vous, pas au Pôle Nord, juste notre voisin du Nord.

6 jours et 5 nuits (comme pour le voyage en Bretagne), pour découvrir les particularités géographiques de ce pays dont un quart de la superficie se situe sous le niveau de la mer. Petites villes typiques, traditions, culture et nature seront au rendez-vous. Sans oublier quelques découvertes gustatives et peut-être, un peu de sport.

Voici tous les détails et les renseignements pratiques tant attendus.

1) Les dates :

Du lundi 6 mai au samedi 11 mai 2019

2) Les transports :

Car Grand Tourisme Léonard pour toute la durée du séjour. Nous aurons aussi droit à une balade en bateau, une traversée en ferry, un train solaire.

3) Les logements :

6, 7 mai à Sneek : Hôtel Amicitia 4*

8, 9, 10 mai à Alkmaar : Hôtel Golden Tulip 4*

Nous avons fait le choix de 2 logements, dans 2 zones différentes, pour réduire les déplacements et profiter au maximum de notre séjour et être au coeur de toutes les particularités à découvrir.

4) Les repas :

Tous les repas sont inclus, y compris celui de midi à l'aller, et ceux de midi et du soir, au retour (Petit déjeuner buffet - Midi 2 services - soir 3 services).

Forfait boisson (1/4 de vin, eau, café) partout **sauf** pour les 3 repas du soir à Alkmaar.

5) Présentation détaillée :

Jour 1

Départ de Ans Sainte-Marie tôt le matin. (Arrêt sanitaire et/ou petit déjeuner libre).

En route vers Giethoorn, la petite Venise, fermes aux toits de chaumes, repas au restaurant puis balade en bateau sur les canaux.

Visite guidée de la vieille ville de IJlst. En fin de journée, arrivée à Sneek, installation à l'hôtel, repas.

Jour 2

Départ pour Leeuwarden, la capitale frisonne, riche de 600 monuments et capitale européenne de la culture 2018. Visite guidée. Repas. Après-midi, bond dans le temps, avec la découverte de Dokkum, ancienne petite ville fortifiée où nous trouverons aussi des quartiers modernes et des boutiques propices au shopping.

Jour 3

Après le petit déjeuner, chargement des bagages. En route pour les villages frisons. Sloten, une des plus petites villes du monde. Bolsward, visite de la distillerie Sonnema qui produit aujourd'hui encore le genièvre hollandais traditionnel (+ dégustation). Repas. L'après-midi, Harlingen, ancien grand port de chasse à la baleine, les quais, les échoppes typiques, ... Passage de l'Afsluitdijk, digue de fermeture du Zuiderzee, 32 kilomètres, un paysage époustouflant, pour rejoindre Alkmaar, en fin de journée. Installation dans notre second hôtel.

Jour 4

Route vers Den Helder. Traversée en ferry pour l'île de Texel où nous passerons la journée. Le matin, pour les uns, centre océanographique Ecomare, musée et aquarium, dédié à la faune et flore des mers de Wadden et du Nord. Pour les autres, visite guidée de la brasserie de Texel (avec dégustation aussi). Tout le monde se retrouvera pour le repas de midi. En après-midi, nous inverserons les deux groupes. Nous pourrons encore un peu nous promener aux alentours avant de reprendre le ferry et rentrer à l'hôtel. Toujours à l'étude (moyennant supplément), la possibilité, pour les plus sportifs, d'une balade à vélo à la découverte de l'avifaune et la flore locale.

Jour 5

La visite guidée du célèbre marché aux fromages d'Alkmaar (en 3 groupes, ce qui permettra de déambuler à travers les échoppes et peut-être, faire quelques achats). Après le repas de midi, nous visiterons la Hollande authentique : moulins à vent, sabots, fromages, ... en passant par Edam, Volendam, Marken, ... Retour en début de soirée à l'hôtel.

Jour 6

Déjà ! Chargement des bagages et route vers le Neeltje Jans en Zélande. Un petit film nous présentera l'ensemble des travaux du plan Delta. Avec un guide, nous visiterons l'intérieur des ouvrages qui préservent le pays. Repas buffet froid. Continuation vers Vlissingen, ville portuaire au plus long boulevard maritime des Pays-bas. Mini périple en train solaire, à travers les beaux sentiers des alentours. Fin de journée à Breskens, après le passage du tunnel sous l'Escaut Occidental. Dernier repas en restaurant et puis retour à Ans.

6) Le prix et les conditions particulières :

a - Réservé aux Membres Eneo en ordre de cotisation 2019, avec priorité aux membres Ans Ste-Marie, liste d'attente provisoire pour ceux des autres amicales, également bienvenus.

b - Prix : 875 €/personne, en chambre double (1lit ou twin, à préciser à l'inscription)

Supplément single : 220 €/personne.

A noter, disponibilité actuelle maximale 4 chambres singles, conditionnée à un nombre pair (2 ou 4) pour optimiser l'occupation du car.

Le prix comprend :

Tous les **hébergements**.

Tous les **repas**, de celui de midi à l'aller à celui du soir, au retour.

Forfait boisson inclus partout **sauf** pour les 3 repas du soir à Alkmaar. Toutes les **visites, dégustations, activités et déplacements** prévus au programme, guide accompagnateur Léonard durant tout le voyage.

Les **pourboires** au chauffeur et aux guides.

L'**assurance Eneo** "santé, accident corporel, rapatriement, responsabilité civile et protection juridique" **obligatoire** est incluse.

L'**assurance annulation est obligatoire** et comprise également. Un remboursement de 17,50 €/par personne (tant chambre double que single) pourra être effectué ultérieurement si production de la

preuve d'une assurance annulation personnelle pour ceux qui en disposent.

A noter : le tarif mentionné est d'application pour autant qu'il y ait 46 à 48 inscrits. Il y aura majoration de 20 €/personne en cas de participation entre 41 et 45 personnes.

Un **forfait de 50 €**, non remboursable, pour les frais administratifs, sera retenu en cas de désistement.

7) Modalités d'inscription :

- **Contrainte d'inscription minimale** : le voyage ne sera organisé que s'il y a inscription de 41 participants au minimum, à la date du 14/01/2019
- **Limitation du nombre de places** : 48 personnes maximum
- **Enregistrement des inscriptions** : près de Francis Honhon , à son **téléphone** fixe (04/239.05.11), dès le lundi 10/12/18 de 10h00 à 12h30 et de 14h00 à 17h30. Les jours suivants de 18h à 20h.
- Un **formulaire** vous sera transmis suite à la confirmation de votre participation au voyage, il sera à rentrer dans la semaine (rue des Héros, 39, 4431 Loncin), (avec la preuve d'assurance annulation personnelle, si nécessaire).
- L'**acompte** sera versé dans la quinzaine pour la prise en compte définitive de l'inscription.

8) Modalités de paiement :

- L'**acompte de 30 %**, sera versé, **dans la quinzaine**, sur le compte de l'Amicale Eneo Ans Sainte-Marie BE75-7925-8812-0651, avec les mentions "Nom - Prénom Acompte Pays-Bas"
- a) 265 €/ personne pour les chambres doubles
- b) 325 €/personne pour les singles
- **Le solde**, à verser sur le compte de l'Amicale, **pour le 01/04/19**, avec les mentions "Nom - Prénom Solde Pays-Bas"
- a) 610 €/personne pour les chambres doubles (+20 € si moins de 46 participants)
- b) 770 €/personne pour les chambres singles (+20 € si moins de 46 participants)

9) Renseignements complémentaires :

Contacts :

- Honhon Francis : 04/239 05 11
- Schoovaerts Jocelyne : 04/257 58 57

10) Réunion préparatoire :

Une réunion préparatoire, aura lieu, dans le courant du mois d'avril (date dans un prochain bulletin).

L'ensemble du voyage vous y sera présenté.

Les derniers détails d'horaires (départ, retour) vous seront précisés. Au plaisir de faire route avec vous.

A vos agendas.



Marches, visites guidées et découvertes :

En décembre 2018 : les 03, 10 et 18, marches normales à définir.

Responsable de l'équipe :

Michel TOMSIN : michel.tomsin@hotmail.com Tél. : 04.226.14.41
0496.20.76.43

Les animateurs :

Yvette Bilet : yvette-bilet@hotmail.com Tél. : 04.225.09.32
Jean-Pierre Frippiat : frijeanpie@gmail.com Tél. : 0497.13.95.21
Francis Honhon : francis.honhon@skynet.be Tél. : 04.239.05.11
Jacques Noël : jakmatouz@gmail.com Tél. : 0476.55.17.73
Annette Sley penn : annettesley penn@outlook.be Tél. : 0498.14.80.72
Michelle Tijskens: Tél. : 04.263.26.63
Roger Valet : valetroger@gmail.com Tél. : 0494.08.34.01
Claude Yernaux: clyernaux@gmail.com Tél. : 0478.77.71.59

Vélo : Responsable de l'équipe des cyclistes :

Claude Yernaux : clyernaux@gmail.com Tél. : 0478.77.71.59

Les animateurs :

Brigitte Detrixhe : brigitte detrixhe@gmail.com Tél. : 04.278.72.90
Victor Gray : vic.mic.gray@gmail.com Tél. : 04.247.21.76
Michel Hayen : michelhayen@hotmail.com Tél. : 0476.31.29.57
Christian Javaux : christian.javaux@skynet.be Tél. : 0478.30.04.54

Voyage Evasion : Responsable.

Francis Honhon : francis.honhon@skynet.be

Tél : 04.239.05.11

Les animateurs :

André Michel : ami44ami@gmail.com

Tél : 04.263.97.59

Michelle Tijskens :

Tél : 04.263.26.63

Jean-Marie Vuylsteke :

Tél : 0496.71.29.19

Claude Yernaux: clyernaux@gmail.com

Tél. : 0478.77.71.59

Echos de nos Activités



Et revoici « L'Opération Chocos ».

Cette fois pour vous remercier de l'accueil que vous m'avez réservé lors du repas de Secteur avec les amicales d'Alleur, Ans Ste Marie, Ans St Martin et Rocourt-Juprelle.

Spontanément vous veniez vers moi et cela m'a beaucoup touchée. Grâce à votre générosité, cette année, bon nombre de projets pourront se réaliser.

Encore MERCI et je vous donne rendez-vous à l'année prochaine.

M.Tijskens.

Je. 04.10. : Balade à vélo d'une journée guidée par Gilbert Schiepers et son épouse Catherine dans le Limbourg thème entre nature et industrie.

Ce jeudi 4 octobre, nous nous retrouvons à 16 à Munster-Bilzen, sous un beau soleil, pour entamer notre promenade sous la conduite de Gilbert qui nous a concocté une visite du Limbourg comme lui seul peut faire, car non seulement le circuit était parfait mais en plus, cerise sur le gâteau, ses commentaires étaient des plus précis sur tout ce que nous avons visité! Nous passons le canal Albert et ensuite nous arrivons au domaine de Bokrijk en passant par le fameux chemin au milieu des eaux et après 21 kms, nous arrivons au restaurant du domaine et nous prenons notre pique-nique sous un beau soleil à la terrasse de ce restaurant. Après le repas nous arrivons alors à Genk au charbonnage de Winterslag que nous visitons et cela en vaut la peine, c'est magnifique. Ensuite, nous arrivons au charbonnage de Waterschei.

Ce fut une magnifique journée où Gilbert et son érudition furent appréciés car vous apercevrez que la moitié du temps de la balade a été consacrée aux commentaires explicatifs!! Nous aurons fait 60 km et chapeau aux cyclistes sans assistance électrique.

Merci à Gilbert, Catherine et à Claude pour avoir organisé cette magnifique randonnée.

Fr. L.

Lu. 08.10 : Espace Convivialité.

Nous accueillons 4 nouvelles participantes et ...nous parlons vacances. Certaines personnes aiment le repos sur la plage et d'autres racontent leurs découvertes : la visite d'Auschwitz, la Bretagne et le Puy du Fou, ou la Toscane....Nos souvenirs passent de l'Égypte à Prague et à Calcutta et nous revenons dans nos Ardennes belges! Si certains ne voyagent plus, un bon conseil à suivre "on peut aussi voyager à travers des livres". Peu importe le choix, l'important est de rester curieux et garder l'esprit ouvert.

M.T.T.

Lu. 08. et Ma. 09.10. : Visite guidée de Liège avec Annette et Michel Tomsin.

Nos deux compères nous attendaient à l'Espace Tivoli pour découvrir un « pan » de l'histoire de notre belle cité. (33 participants le lundi et 27 le mardi). Nous empruntons la rue Neuvice avec son tracé médiéval, et puis, nous évoquons la rue du Pont qui reliait à l'époque la place du Marché au pont des Arches. Bien entendu ces deux rues étaient prospères et propices à l'établissement de nombreux artisans (orfèvres, cordiers, etc.). Et hop, le quai de la Goffe, sa halle aux viandes, la maison Havart, et en terrasse deux mats qui rappellent le passé portuaire de cet endroit. L'esplanade Saint-Léonard avec en toile de fonds son mur de la Liberté et sa table en acier qui représente la carte d'Espagne. N'oublions pas le poète espagnol Federico Garcia Lorca, et Mariana Pinéda. La rue Hors Château nous attend avec ses impasses et ses nombreuses façades classées. Au bout, le musée de la Vie Wallonne avec la Cour des Mineurs, la maison Chamart. Le lundi, le verre de l'amitié est pris sur la place du Marché et le mardi (les vernis), à la cafétéria du Musée de la Vie Wallonne. Et surtout, n'oublie pas, si tu passes par Liège, va reposer tes gambettes et rafraîchir ta tête à la cafétéria de ce Musée (personnel accueillant, ambiance bon enfant, et chaleureuse). Merci encore à nos deux guides pour cette nouvelle découverte de Liège. A ta santé et à plus...

J.N.

Lu. 15.10: Balade ½ journée « dans les bois de Tihange avec Jacques NOEL (Balade de 9.5km au lieu de 8.5.)

Nous sommes 26 par cette belle journée. Le bois est vraiment magnifique. Après le premier ponceau, nous suivons les vallons des ruisseaux de Poyou Sart puis du Chéra pour atteindre la crête du bois de Tihange. Après avoir devisé devant le château de la Motte en Gee, nous suivons un court instant le tronçon de la future route de Tihange à Tintlot, on replonge dans les bois vers le hameau des 9 Bonniers, le pont du Maquisart est franchi en suivant le ru du même nom. A la lisière du bois : verts bocages, prairies et vues magnifiques. Le verre de l'amitié se prend au pied de la centrale de Tihange.

MERCI de nous avoir accompagnés et merci d'avoir transmis au guide du jour leur satisfaction pour cette belle balade et à la prochaine.....avec vous tous et toutes. J.N.

Je. 18.10. : Balade d'une demi-journée guidée par Claude Yernaux au départ de Ans.

Ce jeudi nous sommes 19 à nous lancer derrière Claude pour notre dernière balade de la saison.

Le soleil est absent et la température un peu juste, 14°C mais tout le monde est souriant, surtout pas une goutte de pluie!!

Nous suivons l'itinéraire du beau vélo de Ravel de Ans. En gros nous allons aller de Ans vers Lantin, Xhendremael, Château de Waroux, Loncin, Liège et retour à Ans via le Ravel de la ligne 210. Nous aurons effectué environ 30 km. Fr. L.

Lu. 22.10. : Marche douce à Seraing avec Yvette Bilet :

Trois fois quatre pour les voitures + 3 sur place, nous sommes quinze pour cette promenade. Le site des bois du dessus de Seraing est aussi magnifique que surprenant. Une après-midi calme et même ensoleillée nous permet d'admirer cette forêt bien aménagée (parcours fléchés, bancs pour le repos des fainéants, larges chemins bien dégagés, propreté des lieux). Bref ce fut un plaisir partagé par tous. Nous avons goûté le calme et admiré le soleil à travers les frondaisons d'une très grande variété de feuillus et d'épicéas remarquables. Nous avons parcouru environ cinq kilomètres et nous avons rejoint un petit café en face de l'Athénée de l'Air Pur à Seraing pour y savourer une boisson bien méritée. Bref une excellente après-midi de fin de saison dans un cadre splendide et si proche du centre-ville. A conseiller.

Merci Yvette.

F.Lh.

Lu. 22.10. : Marche d'un jour « Dison-Mont-Andrimont » avec Francis Honhon :

Douze courageux (7 dames et 5 messieurs) ont parcouru les 12,4 km prévus pour cette journée. Courageux parce que la météo n'était pas très encourageante, avec ce petit crachin froid, typiquement automnal, avec heureusement des périodes plus sèches. Courageux aussi vu le profil assez dénivelé du parcours. En effet, on commence en force par gravir quelques volées de marches pour s'extirper rapidement de la circulation bruyante du centre-ville, et atteindre le sommet de notre 1^{ère} colline de Bonvoisin, avant de redescendre par des chemins, puis, via les prés et les bocages, remonter vers notre 2^{ème} colline, Mont. Ayant bien marché, nous arrivons donc vers 11h30 chez la maman de Francis, qui nous accueille et met son garage à disposition pour que nous puissions prendre notre pique-nique, à l'abri, bien assis et attablés. Trop bien installés et à l'aise au niveau du timing, c'est vers 12h30 que nous remercions et prenons congé. Et nous entamons la 2^{ème} partie. À nouveau, on traverse une vallée pour se retrouver au sommet de la 3^{ème} colline, Andrimont. De là, nous redescendons vers Dison, toujours par un maximum de chemins à l'écart du trafic, et plusieurs séries d'escaliers, le tout accompagné de quelques commentaires sur certaines constructions, et agrémenté de quelques points de vue. Le verre de l'amitié se prendra au « Fortin » à Barchon. Et là, la météo devient plus clémente...

F.H.

Lu. 05.11. : Marche (11km) à Seraing avec Roger et Simone accompagnés de Jacques Noël.

Nous sommes 16 au départ (5 hommes et 11 dames) au départ du quartier des Anémones pour un parcours ensoleillé, dans une partie du bois de la Vecquée que certainement peu d'entre nous connaissait, avec en plus, des splendides couleurs automnales. Magnifique est le mot qui convient. Tout le monde est ravi, et on découvre avec nos ami(e)s un parcours vallonné couvert d'un tapis de feuilles mortes, un petit ruisseau, quelques mares, des oiseaux. Le célèbre pont des cosaques, la fontaine des amoureux. Le verre de l'amitié nous attend à « L'Air Pur ». Merci à tout le monde pour le succès de cette balade forestière pleine de charme. Notre guide soutenu par Simone a brillamment passé son brevet de « guide balades ». Bravo à nos compères. On se propose d'ailleurs de renouveler l'expérience : disons au printemps.

J.N.

Il y avait longtemps : un petit clin d'œil que Jacques n'a pas dit mais bien : Pierre Dac « Pour la marche, le plus beau chapeau du monde ne vaut pas... une bonne paire de chaussures.... »

Je.08.11. Repas annuel des cyclistes.

Contrairement à ce qui avait été annoncé, ce repas a eu lieu le jeudi 8 novembre et non le jeudi 25 octobre et ce, pour une raison d'organisation.

Nous sommes 30 convives à nous retrouver vers 19h00 au restaurant "La Liègeoise" rue Lambert Dewonck à Ans. Tout fut parfait, tant au niveau du restaurant, du menu, sa qualité, etc... et plus particulièrement au niveau de la convivialité qui fut des plus chaleureuse.

Ve. 09.11.: CINEMA Souvenière à 14h15.



EN LIBERTE

Un film comique, plutôt un film burlesque.

Les histoires que conte la maman pour endormir son fils en ont fait sursauter plus d'un par leur violence (bien sûr, il fallait en rire, mais le rire ne viendra que lors de la deuxième histoire contée). Presque tout est au second degré.

Puis, tout s'enchaîne rapidement dans un grand désordre.

Quelques moments de tendresse mais combien d'humour décalé, grand-guignol et parfois trivial.

L'équipe ciné

Nous étions 38 à partager ce film et 15 à la cafétéria.

Lu. 12.11. : Balade de la Bel à Aubel 6.5 km avec Jacques Noël et la collaboration efficace d'Yvette Bilet..

Nous sommes 26 (9 + 17) Bravo les filles... Sous un ciel plombé, nous démarrons par l'impasse de la Rondelle pour un parcours verdoyant, à travers les prairies et au total nous franchirons 12 échaliers. Notre ami Théodore Chapelier nous a rappelé le bon vieux temps et nous avons bien entendu chanté sa ritournelle.

« Po passer l'hâhê, binamêye Nanète »

« I fât qu'vos payîse li dreût dè pazê »

« I fât qu'vos m' bâhîse deûs fêyes à picète »
« Po passer l'hâhê » Le guide a montré l'exemple. On lui a même tiré les oreilles au lieu des joues..... La chapelle Ste Anne nous attend, une petite collation devant une magnifique vue sur les clochers d'Aubel et de Saint Jean de Sart. N'oublions pas « la Bel » qui nous a aussi tenu compagnie. Le verre de l'amitié bien entendu à Val Dieu. Merci de nous avoir accompagnés. Merci à Yvette, cela a permis aux anciens de se remémorer par mal de souvenirs. J.N.

Lu. 12.11. : Espace convivialité :

J'ai voulu partager, avec le groupe espace-convivialité (22 participants) ce que j'avais appris lors d'une conférence donnée par une naturopathe et herboriste. Grâce aux notes que j'avais prises, j'ai pu parler des fleurs comestibles. Parmi tant d'autres (pâquerette, lilas, pensée, sureau, violette, lavande etc.), j'évoquerai uniquement la capucine qui a le même usage que le cresson. Elle peut être utilisée dans une purée de pommes de terre, dans les pâtes ou potages (courgette, chou-fleur, concombre ainsi que ceux qui ont peu de goût). Voici une timide approche des trésors fleuris de nos jardins. H.S.

Lu. 19.11.: Marche d'après-midi Ans-Glain et le Ravel de la ligne 210 (7 km) avec Francis Honhon.

Ma. 27.11. : Marche douce avec Yvette Bilet à Othée et Villers-l'Evêque.

Ma.27.11. : Marche d'après-midi à St-Nicolas-Montegnée et la ligne 212 (6,8 km) avec Annette et Michel Tomsin .

Ces activités seront commentées dans le prochain bulletin.

A vos agendas.

Nos activités à venir:

Lu. 03.12. : Tricot.

Lu. 03.12. : Circuit de « Bomiète » avec Jacques Noël (6.3 km).



Ma. 04.12. : Saint Nicolas à la Salle H. Bvenu.

Je. 06.12. : Cuisine A.

Lu. 10.12. : CINEMA Sauvenière : à 14h15. : SAUVER OU PERIR

Lu. 10.12. : Espace Convivialité.

Lu. 10.12. : Marche à Chaudfontaine de 6.5 km avec Jacques Noël.

Je. 13.12. : Cuisine B.

Lu. 17.12.: Voyage Evasion : « Vietnam : l'envol du dragon » par Jean-Luc Leray et Annie Delaunois.

Ma. 18.12. : Marche à Esneux de 7km400 avec Roger et Simone. (la dernière de cette année avec « petit papa Noël » .

Je. 20.12. : Cuisine A.

INFO Diverses.

Espace Cyber Séniors - Cours d'initiation Windows, Internet, Messagerie.

Une nouvelle session d'initiation débutera en février prochain en version Windows 10. Cette formation est ouverte à tous, utilisateurs débutants ou désireux de se (re)familiariser avec Windows pour une bonne utilisation des outils informatiques.

Adresse : Chaussée de Tongres, 198 à 4000 Rocourt.

Prix du module complet de 12 semaines : 60€ (40€ pour les personnes ayant déjà suivi la formation).

Les cours se donneront à partir du 05 février 2019, tous les mardis de 0900 Hr à 1200 Hr.

Renseignements et inscriptions : Josiane Weerts : 04/246.57.72 ou 047/67.15.37.

Atelier cuisine B du 25 octobre 2018

Soupe aux poireaux et haricots blancs

Ingrédients (4 personnes)

- 3 blancs de poireau
- 1 oignon
- 200 g de haricots blancs
- huile d'olive
- 2 cubes de bouillon de légumes
- 1 pomme de terre
- 1L d'eau.

Réalisation

1. Coupez le poireau en rondelles, rincez soigneusement et faites revenir dans de l'huile d'olive. Réservez 1/3 du poireau cuit pour la finition de la soupe.
2. Épluchez et émincez l'oignon. Épluchez la pomme de terre et coupez-la en dés.
Faites revenir le tout dans un peu d'huile d'olive.
3. Ajoutez-y le poireau et les haricots (avec le liquide). Assaisonnez de poivre et sel.
4. Arrosez d'eau et ajoutez les cubes de bouillon.
5. Faites cuire la soupe pendant 20 min.
6. Mixez la soupe et garnissez-la de poireau cuit. Rectifiez l'assaisonnement de poivre.

Vindaloo

Ingrédients (4 personnes)

- 700 g de carbonnades de porc ● 75 ml de vinaigre de cidre ● 4 c à s de beurre clarifié
- 4 oignons ● 10 gousses d'ail ● 5 cm de gingembre ● 4 tomates mûres
- 2 piments chili verts
- 1 c à s de sucre brun ● 1 c à c de sel ● 50 ml de jus de citron.

Vindaloo masala :

- 2 c à s de paprika en poudre ● 1 c à c de grains de poivre noir ● 10 clous de girofle
- 1 c à c de cumin en poudre ● ½ c à c de coriandre en grains ● ½ c à c de curcuma
- 2 bâtons de cannelle ● ½ c à c de muscade ● pincée de gingembre en poudre.

Réalisation.

1. *Vindaloo masala* : mettez tous les ingrédients dans le mortier ou le hachoir et écrasez-les.
2. Incorporez le vinaigre et frottez la viande de porc avec ce mélange. Laissez reposer au moins 2 h.
3. Épluchez l'oignon, coupez-le en deux et ensuite en tranches fines.
4. Épluchez l'ail et coupez-le en lamelles.
5. Épluchez le gingembre et coupez-le en julienne.
6. Coupez les tomates en morceaux.

7. Hachez les piments.
8. Faites chauffer le beurre clarifié dans une grande casserole. Faites-y blondir les oignons. Quand ils sont tendres, ajoutez l'ail et le gingembre et faites cuire en remuant.
9. Ajoutez les tomates et le piment et faites sauter jusqu'à ce que les tomates se défassent.
10. Ajoutez la viande de porc ainsi que la marinade et portez à ébullition.
11. Saupoudrez de sucre et de sel.
12. Arrosez de jus de citron, couvrez la casserole et faites mijoter 1 h à petit feu.
13. Retirez le couvercle et faites mijoter encore ½ h, jusqu'à ce que la viande soit cuite et que la sauce ait épaissi.

Récapitulatif des activités ordinaires.

Activités Enéo :

Bridge : Au Centre paroissial d'Alleur, rue de l'Aîte, à 4432 Alleur. Activité de l'Amicale d'Alleur, tous les mardis de 14h00 à 18h00.

Renseignements : **Manu DETRIXHE - GSM 0495/79 36 08**

Cinéma.

CINEMA Sauvenière : vendredi 10/12 à 14h15 SAUVER OU PERIR

Réalisé par Frédéric Tellier

Interprété par Pierre Niney, Anaïs Demoustier, Vincent Rottiers

Réservation : téléphoner chez Claudette le mardi 6 novembre après 17h au n° 04.278.71.96 ou GSM 0479.018.928

Cuisine.

Groupe A (Marie-Thérèse JOANNES 04.250.35.33), les 1^{er} et 3^{ème} jeudis du mois; Groupe B (Josiane BEAUVOIS 04.263.80.19), les 2^{ème} et 4^{ème} jeudis du mois, au Cercle Patria, rue de Jemeppe 45, Loncin.
Renseignements auprès des animatrices ci-dessus. Paf : 5€ + prix du repas.

Espace Convivialité : le 2ème Lundi du mois de 14h à 16h.à la Salle Ste-Marie.

Nous demandons aux personnes intéressées de signaler leur participation auprès d'Huguette Sauté au 04.263.45.49 ou Marithé Thomas au 04.248.13.03. Paf 1,50 €.

Histoire de l'Art :

Les jeudis scolaires de 14h00 à 16h00; Salle Ste-Marie. Renseignements : Christine Hardy (04.388.39.09 & 0473.944.809) ou Anne-Marie Poncin (04.252.29.58). Paf : 6€.

Oenologie :

Tous les derniers vendredis du mois sauf aux mois de juillet et de décembre; au Presbytère Ste-Marie, à côté de l'église, de 14h00 à 16h30. Paf : 1€ + partage des vins.

Renseignements : Marie-Thérèse Calende (04.247.13.26).

Peinture : « Atelier Elyane Lonay ».

Salle Ste-Marie; tous les Jeudis scolaires de 9h à 12h; Paf : 8€ la séance.

Renseignements : Yvette Bilet (04.225.09.32).

Tricot : le 1^{er} lundi du mois.

Nous demandons aux personnes intéressées de signaler leur participation auprès de Monique Bernard au 04.246.14.99. Paf : 1,5€.

Voyage Evasion : Le lundi 17.12 à 14h30.

Au Centre Culturel d'Ans à Alleur: « Vietnam, l'envol du dragon» par J.L. Lerat et A. Delaunois

Paf : 4€ membres Énéo, 6€ non membres.

Renseignements : **André MICHEL au 04/263.97.59.**

Whist : Salle Ste-Marie; tous les Vendredis de 13h25 à 17h00;

Jacques Bolle (04.263.45.49) ou Sylviane Marchand (04.246.53.48).Paf : 1€.

Activités Énéo Sport :

Aquagym : Piscine de Crisnée; les Mardis de 12h00 à 13h00; Marie-Paule GOFFINET, tél : 04.246.39.28; Activité Mixte de l'Amicale d'Alleur; Parking Aisé; Paf : 4,50 €

Bowling : Tous les vendredis de 14h00 à 16h00 à la salle le Carré d'As, rue Paradis 54, 4000 Liège. Renseignements : Marie-Julie POLAIN au 04.262.57.24 (GSM : 0498.63.14.57).

Marches (covoiturage sauf avis contraire), Paf : 0,50€.
Voir articles de détail à l'intérieur du journal.

Lu. 03.12. : Circuit de « Bomiète » avec Jacques Noël (6.3 km).

Lu. 10.12. : Marche à Chaudfontaine de 6.5 km avec Jacques Noël.

Ma.18.12. : Marche à Esneux de 7km400 avec Roger et Simone. (la dernière de cette année avec « petit papa Noël » .

Danses folkloriques :

Cercle Patria à Loncin, rue de Jemeppe, 45, Loncin; les jeudis scolaires de 14h00 à 16h00; Arlette Drapeau (04.246.54.83); Paf : 2,50 €.

Gymnastique en musique :

Les mardis scolaires de 10h00 à 11h00; Salle Ste Marie.
Francine Drion (04.227.27.90); Paf : 2, 50€.

Pétanque :

Centre paroissial, rue de l'Aîte, Alleur; **tous** les Mercredis de 14h00 à 17h00; Michel Tomsin (04.226.14.41); Paf : 1€.

Ping :

Il n'y a plus de club à Ans Ste-Marie ! Mais 15 membres Énéo s'entraînent tous les jeudis au hall omnisport de Loncin où ils payent leur cotisation. Cfr René Huysmans (04.263.72.44).

Stretching

A la salle paroissiale d'Alleur tous les mercredis de 16 à 17h, un cours d'ENEO Alleur donné par un jeune professeur de gymnastique sympa PAF : 3€ par cours. Renseignements : Monique Terwagne Tél 04/247 14 15

Vélo Club :

Activité suspendue jusqu'au printemps.

Pour tous renseignements : Claude Yernaux au 0478.77.71.59.

Yoga :

Salle Ste-Marie; les Mercredis scolaires de 10h15 à 11h15; Paf : 2,50€ la séance. Renseignements : Yvette Bilet (04.225.09.32).

Salle Sainte Marie, rue de l'Yser, 236, 4430 ANS, à droite de l'église.

Président: Francis Honhon, rue des Héros, 39, 4431 Loncin.

☎: 04.239.05.11 - E-Mail : francis.honhon@skynet.be.

Vice-président : Michel Tomsin, rue Burenville 113, 4000 Liège.

☎: 04.226.14.41 - E-Mail : michel.tomsin@hotmail.com.

Trésorier: Jacques Noël.

☎: 04.246.21.47 - E-Mail: jakmatouz@gmail.com.

Compte bancaire IBAN : BE75 7925 8812 0651 de l'Amicale Ans Sainte Marie.

Le montant de la cotisation annuelle est de 11,50€ pour les membres des Mutualités Chrétiennes et de 14,50€ pour les autres.

Secrétaire-adjointe : Josiane Weerts, rue de l'Yser 385/31, 4430 Ans.

☎: 04.246.57.72 - E-Mail : weerts.josiane@outlook.be.

Editeur responsable et secrétariat: Paul Volon,
rue des Charmilles 13, 4000 Liège.

☎: 04.252.39.13; - E-Mail : pvolon@skynet.be.



Expéditeur: Francis Honhon, rue des Héros, 39, 4431 Loncin.