



mouvement social des aînés

Bureau Postal : 4430 - ANS 1

Périodique Mensuel.
Paraît le 1^{er} de chaque mois.
AOUT 2020. N° 260

Bpost
PB-PP B-008688

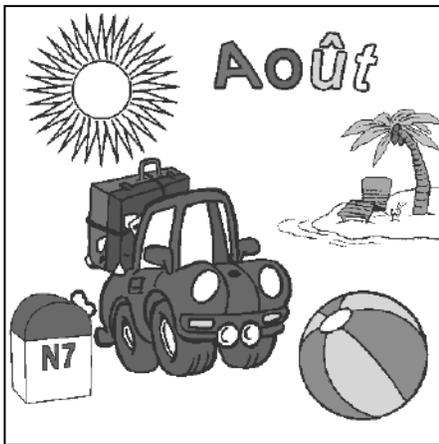
ANS SAINTE MARIE INFO

**N
o
s
a
n
i
m
a
t
e
u
r
s**

Marches et Visites_____	Animateur responsable :
	Jacques Noël_____0476.55.17.73
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_____	Marithé Thomas_____04.248.13.03
Gymnastique en musique_____	Francine Drion_____04.227.27.90
Histoire de l'Art_____	Anne-Marie Poncin_____04.252.29.58
Oenologie_____	Michel Grégoire_____04.248.20.23
	Marie-Josée Williams__0468.09.45.81
Peinture_____	Yvette Bilet_____04.225.09.32
Pétanque_____	Michel Tomsin_____04.226.14.41
	Evelyne Tinel_____04.262.86.80
Tricot_____	Monique Bernard_____04.246.14.99
Vélo_____	Claude Yernaux_____0478.77.71.59
Voyage Evasion_____	Francis Honhon_____04.239.05.11
	André Michel_____04.263.97.59
Whist_____	Jacques Bolle_____04.263.45.49
	Sylviane Marchand_____04.246.53.48
Yoga_____	Yvette Bilet_____04.225.09.32

Joyeux Anniversaires

01	Gérard De Cort	16	Georgine Byloos
02	Denise Fagard	16	Alfio Ciabatta
03	Georges Bolly	16	José Delince
03	Ghislain Havelange	16	Mariette Lambinon
03	Maddy Ory	16	Lucienne Marechal
04	Gilbert Bartholme	17	Danielle Gerard
04	Marie-Claire Defeche	17	Maria Richardy
05	Nicole Dechany	17	Marie-Jeanne Van Herzeele
07	Dominique Coenen	19	Clara Delguzzo
07	Elisabetta Puccetti	19	Mariette Sullon
08	Marie-Claire Guilliams	20	Lut Monard
08	Geneviève Joachim	20	Marie-France Seret
09	Josée Paye	22	Ghislaine Smeets
10	Pierre Charlier	24	Francine Lancereau
10	Janie Mardaga	25	Ghislaine Lahaye
10	Giuseppa Ragusa	26	Maria Gagliano
11	Danielle Joris	26	François Visocchi
12	Jean-Marie Charlier	28	Maria Barbon
12	Huguette Masson	28	Nelly Dachy
12	Michèle Parlon	28	Joseph Henneghien
13	Louis Albert	28	Argentine Ory
13	Simon Heinemann	29	Christiane Cresson
13	Guy Vanderlinden	30	Marie-Hélène Simon
14	Karla Fielbrandt	30	Paul Volon
14	Albert Muller	31	Paulette Coonen
15	Jean-Luc Vanhaeren	31	Marie-Josée Schoenmakers



Entre le 1^{er} et le 31 août, les jours décroissent de 1h36.

Durée moyenne d'une journée : 14h16

Les aphorismes de Paul-Henri Thomsin

C'est po lès djins come po l'ourtye : lès pikeûres polèt fé mèrvèye.

Il en va des gens comme de l'ortie : les piqûres peuvent être bénéfiques.

On-z-a turtos dandjî d'aconte: "èsse in djint", c' èst çoula qui compte.

On a tous besoin de reconnaissance : « être quelqu'un », voilà ce qui compte.

Quelques Nouvelles

De nos familles...

Nous avons appris le décès à l'âge de 74 ans de Monsieur Alain Clarembeau, époux de Nicole Melon, survenu le 5 juillet dernier. Nous présentons nos condoléances à la famille.



Les couples suivants ont fêté leurs noces d'or :

Le 17 juillet pour les époux Gérard Collin et Claudette Antoine

Le 22 juillet pour les époux Franz Schifflers et Bernadette Muller.

Nous félicitons vivement les intéressés.

Cotisation annuelle

Pour 2021, il a été décidé de supprimer la différence entre un affilié à la Mutualité chrétienne et un affilié à une autre Mutuelle.

Le montant de la cotisation annuelle **pour tous, sera donc de 15,50 €.**

Celle-ci ne devra être versée qu'à partir de septembre 2020.

Pandémie et déconfinement :

Nous vous rappelons les 5 mesures barrières concernant le Covid 19 :

- Si on est malade, on ne sort pas et on appelle son médecin
- On se lave les mains le plus souvent possible, à l'eau et au savon, ou au gel hydroalcoolique
- On reste à une distance suffisante d'au moins 1,50 mètre des gens qui nous entourent
- On porte un masque dans les transports en commun mais aussi le plus possible dans tous les endroits où la distance sociale est compliquée à tenir de manière constante
- On essaie de diminuer les contacts physiques autour de soi, même quand on se rapproche désormais dans des bulles.

Règles de covoiturage lors du déconfinement

Si vous pouvez conserver la distance avec votre partenaire de covoiturage, alors vous ne devez pas le considérer comme appartenant à votre bulle hebdomadaire de 15 personnes.

Par contre, si vous ne pouvez pas conserver une distance de 1,50 mètre, alors votre partenaire de route appartiendra automatiquement à votre bulle hebdomadaire de 15 personnes.

Dans tous les cas, veillez à respecter autant que possible les recommandations ci-dessous :

Se laver les mains avant et après le trajet. Le passager se place en diagonale du chauffeur, à l'arrière du véhicule. Aération du véhicule en continu. Port du masque recommandé pour le conducteur et le passager. Éternuer ou tousser dans son coude. Si vous êtes malade, restez à la maison.

Activités ordinaires.

Activités Enéo :

Toutes les activités Enéo sont suspendues jusqu'à fin août au moins.

Nous vous informerons de la reprise de celles-ci en fonction de l'évolution de la pandémie.

AGENDA CINEMA 2020

<u>Date de séance</u>	<u>Date d'inscription</u>
Vendredi 18.09	Mardi 15.09
Lundi 19.10	Mardi 13.10
Vendredi 20.11	Mardi 17.11
Lundi 21.12	Mardi 15.12

Activités Enéo Sport :

Toutes les activités Enéo Sport sont suspendues jusqu'à fin août au moins, seules les marches et balades à vélo reprennent en août.

Nous vous informerons de la reprise des autres activités en fonction de l'évolution de la pandémie.

AVIS AUX MARCHEURS

Consignes induites par le Covid-19 :

Si vous n'êtes pas bien, RESTEZ CHEZ VOUS et consultez votre médecin traitant.

Pas de covoiturage, sauf pour les couples.

Le nombre de marcheurs est limité à 15.

Pas de transactions financières.

Pas d'organisation systématique du verre de l'amitié.

Distance d'1,5 m minimum entre les marcheurs (sauf d'une même bulle).

Pour leur protection et celle des autres, port du masque lorsque les distances sociales ne peuvent être respectées.

Port du masque obligatoire dans les transports en commun.

Pour dépasser un marcheur ou un groupe de marcheurs, avertir de son arrivée et attendre que celui-ci se place sur le côté.

Consignes valables en toutes circonstances :

La canne de promenade est recommandée. Elle pourra servir à maintenir la distanciation d'1,5 m.

On est conscient de ses capacités physiques, et on choisit sous sa propre responsabilité les marches proposées.

Bonnes chaussures obligatoires. Plus une paire propre pour la voiture.

Vêtements adéquats suivant la météo. Attention au coup de soleil (Chapeau ?).

Petite collation, et de l'eau pour son hydratation indispensable.

Inscriptions obligatoires : **Un seul jour pour s'inscrire. Il sera signalé dans le descriptif de la marche.** Et utiliser en priorité la messagerie.

L'inscription permet de gérer le quota de marcheurs inscrits.

Communications de dernière minute (annulation, report, égarement ...) :

Les guides devront avoir sur leurs smartphones les coordonnées (au moins le numéro de GSM) des participants.

Les choses évoluent rapidement parfois dans un sens positif, parfois à l'inverse. Nous sommes donc tributaires de cette situation, et nous ne voulons pas prendre de risques inutiles.

Les gestes barrières sont indispensables pendant le déconfinement.

Prenez soin de vous, protégez-vous et protégez les autres.

Si vous avez des questions, adressez-vous au guide du jour.

Merci.

Les guides des marches.

Lu. 03.08 : ½ journée (7.5 km) à Ben Ahin avec Roger et Simone.

Modalités pratiques : R.V. rue de la Poudrerie à Ben Ahin (Huy).

Parking au début de la rue à 13h40. Prendre vos collations et boissons.

Belle promenade en forêt. Dénivelés vallonnés (120-150-133-168-197-220-185-234-120).

Attention : 1^{ère} montée assez forte puis de magnifiques panoramas, 100% de chemins forestiers, vêtements adéquats, bonnes chaussures obligatoires, les cannes sont nécessaires. Altitude min.120 m altitude maxi 234m.

Rappel : on marche en groupe, et on a conscience de sa bonne condition physique

Prévenir de sa participation le **jeudi 30.07 entre 10H00 et 18H00**, de préférence utilisez la messagerie sur Gsm 0494.08.34.01 ou mail : valetroger@gmail.com »

Lu .10.08 : Balade dans les bois entre Seraing et Neupré avec Annette et Michel Tomsin

Au départ de la Mare aux Joncs, nous nous dirigerons vers la source du Père Antoine puis, toujours par les bois, nous irons, en longeant la route de Seraing jusqu'à l'entrée de Neupré. Retour en longeant la route du Condroz par « Li bè Bon d'Ju ».

Difficulté moyenne : 6,400 km - dénivelé : 45 m

Modalités pratiques : départ parking devant la Mare aux Joncs (avenue du Ban,4100 Seraing) à 13h20.

Bonnes chaussures obligatoires. La canne peut être utile car risque de boue.

Prévenir de sa participation le **jeudi 06.08 entre 10h00 et 18h00** aux numéros 04/226.14.41 ou 0496/20.76.43 ou par mail : michel.tomsin@hotmail.com

Lu. 17.08 : ½ journée de marche (environ 9km) au départ de Ans avec Claude Yernaux.

Modalités pratiques : Rendez-vous parking de la rue Monfort à Ans à 13h précise. Cette marche nous conduit par le RAVEL et les chemins du remembrement vers Alleur - Lantin - Waroux - Alleur et retour à Ans après avoir traversé le parc Philosophique d'Alleur.

Une pose est prévue aux environs du kilomètre 4 au pied du château d'eau de Waroux.

Balade assez facile excepté sa longueur.

Inscriptions : le **vendredi 14.08 par messagerie (SMS) au 0478/77.71.59** en mentionnant bien votre nom svp.

Lu. 24.08 : Marche d'environ 6.5 Kms à Tilff avec Jacques Noël.

Rendez-vous : Château de Brialmont Tilff. Départ de la balade 13h30 sur place. Au départ du château de Brialmont nous parcourons le bois des manants Parcours forestier sans difficultés majeures) vers le « Boubou ». Nous nous dirigeons ensuite par un petit sentier vers « Notre dame de la Chawresse ». A la chapelle : choix possible pour le retour entre un sentier sans difficultés particulières ou le long du ruisseau (passages à gué, sentiers étroits, accidentés...).

Pour les inscriptions : **le jeudi 20.08 par messagerie (SMS) au 0476/55.17.73.**

Lu. 31.08 : Marche de 7km à Tilff avec Jacques Noël.

Départ : 13h30 au parking de Colonster, via la voie de gauche sens descente en bas de l'autoroute (plus facile aussi pour le retour.). Belle balade sans difficultés particulières (Tilff - Colonster- Sainval - Tilff). Via le Ravel, le long de l'Ourthe ; on pourra contempler la structure du nouveau pont...) Chemin asphalté et forestier. Bonnes chaussures obligatoires.

Inscriptions : **le jeudi 27.08 par messagerie (SMS) au 0476/55.17.73.**

Merci pour votre compréhension. En route pour une nouvelle aventure pour des mollets consolidés, du soleil plein les yeux et n'oublions pas les gestes barrières.

Pétanque

En accord avec les autres amicales d'Ans - Rocourt, il a été décidé, vu les circonstances actuelles, de ne reprendre l'activité « pétanque » qu'au mois de septembre.

Les conditions actuelles exigeantes imposées ne permettent pas la pratique de la pétanque à un nombre suffisant d'adeptes pour rentabiliser l'investissement financier chaque semaine.

Exemples : partie 1 contre 1
1 terrain sur 2

De plus, nous faisons partie d'une tranche d'âge à risques.

Si la situation devait s'améliorer et les conditions restrictives réduites, on préviendrait tous les joueurs par mail ou téléphone durant le mois d'août ou via le site « Enéo Ans ».

Nous nous réjouissons de vous revoir toutes et tous le plus vite possible.

Amitiés

Evelyne et Michel

Reprise de l'activité vélo à partir du 1er jeudi du mois d'août

Modalités pratiques relatives uniquement pour ce mois d'août :

Rendez-vous parking de la rue Monfort à Ans à 9h précise ou décalage d'une 1/2h par bulle ci-nécessaire (voir explications ci-dessous). Les balades se feront uniquement au départ de ce parking au rythme d'une balade par semaine, la distance des trajets avec retour à Ans seront d'environ 35 km.

Pour info, il n'y aura pas de BBQ cette année comme c'était la coutume.

L'inscription sera obligatoire : procédure particulière étant donné la pandémie.

Un seul jour pour s'inscrire : le lundi précédent la balade par messagerie (SMS) uniquement en mentionnant bien votre nom svp. (on ne peut pas s'inscrire à l'avance...les inscriptions anticipées ne seront pas prises en considération). Le vendredi précédant une balade, les membres de l'activité vélo seront avertis par courriel des guides qui conduiront la balade ainsi que le numéro du GSM de ceux-ci afin de pouvoir s'inscrire le lundi.

En effet, la bulle du guide est de maximum 15 personnes guide y compris. Malheureusement on doit limiter. Les inscriptions serviront au traçage et aussi à prévenir les intéressés si la balade est complète ou annulée (mauvais temps) ... Les personnes qui n'auront pu participer auront priorité pour la prochaine balade. Eventuellement suivant le nombre de participants l'on pourra créer plusieurs bulles (1, 2 ou 3). Ces bulles resteront toujours identiques.

INFO Diverses.

Initiation à la photo numérique

Le secteur Ans-Rocourt organise, en collaboration avec le Centre Culturel d'Ans, une nouvelle formation à la photo numérique. Celle-ci est constituée de deux modules indépendants.

Module 1 : La théorie : Comment prendre une bonne photo avec un appareil numérique. Outre l'utilisation d'un appareil photo numérique (APN), nous avons ajouté la prise de photos avec smartphone et/ou « tablette ».

Module 2 : Comment retoucher une photo avec un logiciel.

En plus de l'outil de retouche sur PC PhotoFiltre 7.2, nous verrons l'utilisation d'une application performante pour smartphone et/ou tablette appelée « snapseed ». Et en « extra » pour un peu de fun, comment constituer un album de photos animées avec de la musique. Tous les logiciels sont gratuits et disponibles sur internet. Les modules sont accompagnés, pour la matière de base de fascicules (Format A4) pour mémoire. Les autres documents « snapseed », « album » peuvent être téléchargés sur le site internet d'ENEO.

Le prix par module est de 25€ (collation comprise après chaque séance). Le module 1 est prévu en 5 semaines, le jeudi, du 01 octobre ou 29 octobre, de 14h à 16h au Centre Culturel d'Ans. Le module 2 est prévu en 5 semaines, du 12 novembre ou 10 décembre, le lieu sera précisé lors de l'inscription.

Inscriptions au plus tard le 17 septembre, paiement faisant foi. Renseignements et inscriptions auprès de Jacques Matheï (Animateur pour le secteur Eneo Ans-Rocourt), entre 16h00 et 19h00 au 0475/26.59.58 ou par mail : jacques.mathei@skynet.be, ou encore via le Site Web du Secteur : <http://www.eneo-ans.be>.

ENGLISH

Envie de vous perfectionner, de participer à une table de conversation ? Rejoignez-nous au **Centre Culturel de Juprelle**, rue du Centenaire, 89 à Paifve.

Reprise des cours le mardi 15 septembre

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter Claudine Noël au 042637702 ou 0494828845
claudinenoel55@gmail.com.

ENEOSPORT Régionale de Liège :

A le plaisir de vous inviter à sa journée sportive qui se déroulera le 17 septembre 2020 aux Etangs de la Julienne (Argenteau).

Pour cette édition, nous accueillons les amateurs et les novices de la marche. Plusieurs parcours seront proposés donc, pas besoin d'être un grand sportif pour participer à cette journée !



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.

Trésorière : Suzanne Alexandre,
Chaussée de Ramet, 88, 4400 Ivoz-Ramet.

☎ : 0478.78.08.22 - E-Mail : suzannealexandre@live.be.

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

Gestionnaire des affiliations : Jean-Claude Baccus,
Rue A. Rorif, 11, 4342 Hognoul

☎ : 04.257.51.76 - E-Mail : jcbaccus@gmail.com

Secrétaire : Dino Marinutti,
Sart d'Avette, 52, 4400 Awirs.

☎ : 04.275.47.01 - E-Mail : dino.marinutti@gmail.com.

Editrice responsable et secrétaire-adjointe : Josiane Weerts,
Rue de l'Yser 385/31, 4430 Ans.

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

Site Web du Secteur : <http://www.eneo-ans.be>

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