

# énééo

mouvement social des aînés

Bureau Postal : 4430 - ANS 1  
Périodique Mensuel  
Paraît le 1er de chaque mois  
NOVEMBRE 2023 N° 11  
P 008688

bpost  
PB-PP  
BELGIE(N) - BELGIQUE



## ENEEO ANS-ALLEUR INFO



Quand octobre prend sa fin, dans la cuve est le raisin  
Si en novembre il tonne, l'année suivante sera bonne  
À la Saint-Urbain, ce qui est à la vigne est au vilain  
À la Saint-Martin l'hiver est en chemin  
Manchons aux bras et gants aux mains  
Le mois de novembre est malsain, il fait tousser dès la Toussaint.  
Sainte-Catherine, toute fille veut la fêter, mais point ne veut la coiffer.

# Nos responsables d'activités

<b>Nos activités</b>	<b>Nos animateurs</b>	<b>Contact</b>
Aquadynamic	Nicole Michel	04.263.10.51
Aquagym	Marie-Paule Goffinet	04.246.39.28
Cinéma	Claudette Antoine	04.278.71.96
Cuisine	Marie-Thérèse Joannès	0493.47.83.10
	Michèle Withofs	04.263.99.42
Danses folkloriques	Marylène Henrard	0487.15.37.79
Espace Convivialité	François Taravella	0495.48.71.83
Gymnastique	Suzanne Liesenborghs	0474.64.42.27
	Denise Reynaerts	0476.54.03.08
	Monique Chanteux	04.226.67.45
Histoire de l'Art	Monique Maréchal	019.63.45.11
Marches et Visites	Jacques Noël	0476.55.17.73
Marches 5km	Jacqueline Dupont	04.233.76.78
Marches 8km	Liliane Hazée	0479.24.82.97
Marches 10-12km	Robert Koopmansch	04.263.25.94
Œnologie	Dino Marinutti	04.275.47.01
Peinture	Marie-Guy Vilenne	0471.85.84.51
Pétanque	Marc Dewé	0476.66.26.77
	Michel Tomsin	04.226.14.41
	Evelyne Tinel	04.262.86.80
Rumicube	Josette Galère	04.263.66.30
Stretching	Danièle Brans	0476.76.03.94
Tricot	Monique Bernard	04.246.14.99
Vélo	Claude Yernaux	0478.77.71.59
Voyage Evasion	Claude Yernaux	0478.77.71.59
	André Michel	04.263.97.59
Whist	Jacques Bolle	04.263.45.49
	Sylviane Marchand	04.246.53.48
Yoga	Annick Nicolas	0497.21.07.60

# Joyeux Anniversaires

01	Monique Bastin	13	Chantal Reginster
01	Marcel Flemal	16	Suzanna Claessens
01	Frieda Van Mellaert	16	José-Anne Lenaers
02	Jeanine Mouillard	17	Claudette Antoine
03	Jean Moffarts	18	Jeanne Kersten
04	Marie Claessens	19	Marcel Desnouck
04	Sabine Dehousse	19	Claude Leclercq
04	Fredy Fevrier	19	Mathilde Ledent
04	Julia Jacquet	20	Robert Koopmansch
04	Anne Keirse	20	Claudine Reul
04	Huberte Royakkers	20	Christiane Sonnet
05	Colette Piroux	21	Benito Campioli
06	Rita Moons	21	François Janssis
06	Marie Rossion	21	Bernadette Wera
07	Katy Herman	22	Annie Bruskin
07	Vincenzo Scaglione	22	Alice Jacques
07	Irène Skobel	24	Barthélemy Lovinfosse
07	Casimir Wilk	26	Josiane Davister
08	Jeanne De Chantal Coart	27	Jules Paquay
09	Lina Mariotti	28	Charles Dejong
09	Bernadette Muller	28	Odette Pasleau
11	Pierre Laport	29	Denise Mertens
12	Jeannine Leburton	29	Christiane Veekmans
12	Danielle Mottet	30	Francois Hubert
12	Georges Vlassis	30	Jeannine Lambrechts
13	Carine Mazy	30	Sylviane Vincent
13	Marie Paque		

# Quelques nouvelles

De nos familles...

Nous avons appris le décès le 03 octobre de Gabrielle Goethals, maman d'Annick Nicolas, responsable du Yoga, et belle-maman de Claude Mottart, moniteur des ateliers Cuisine et des séances d'œnologie.

Nous apprenons également le décès le 14 octobre à l'âge de 86 ans, de Laure Massin, l'épouse de Jean-Paul Gérarduzzi (joueur de whist et de pétanque). Laure participait à Voyage-Evasion et Histoire de l'art, avant sa maladie.

Nous présentons nos sincères condoléances aux familles.



## **Cotisations Énéo 2024.**

Le temps de renouveler sa cotisation annuelle est arrivé.


La cotisation annuelle pour Ans Alleur, s'élève à **19,50€**.

(Augmentation de 2€ suite à une décision des instances fédérales)

Cette somme est à verser au compte de l'Amicale Ans Alleur

(BE75 7925 8812 0651) avec la mention "cotisation 2024 et votre nom (de jeune fille pour les dames).

**Attention** : les nouvelles cartes de membres ne sont pas encore en notre possession. Pour les personnes en règle de cotisation, la carte de membre 2024 ne sera distribuée qu'en novembre au plus tôt.

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 2024. Vous pouvez payer cette cotisation à partir du 01/09/23 et en tout cas avant le 31/12/2023. Voir modalités ci-avant. Les « pavés noirs » disparaîtront dès votre paiement enregistré sur notre compte. Si vous ne souhaitez pas renouveler votre adhésion pour 2024, merci d'en informer le responsable des membres (Jean-Claude Baccus).

# Activités ponctuelles

**Mardi 05 décembre 2023 : Repas de Saint-Nicolas à la salle Henriette Brenu, rue Gilles Magnée à Ans, à partir de 12h00.**

Programme de la journée :

12h00 : Accueil et apéritif.

13h00 : Repas

Menu :

*Le petit feuilleté Gaumais au chèvre*

*Le civet de biche à la forestière, gratin de légumes, poire et airelles, pommes Macaire aux fines herbes*

*Le moelleux au chocolat et sa crème anglaise*

*Café et mignardises*

Le prix du repas est fixé à 38 € pour les membres et 41 € pour les non-membres.

**Réservation pour le 24 novembre 2023 au plus tard ! (Passé ce délai, aucune réservation ne sera acceptée), auprès de André et Andrée Michel de préférence par Mail à l'adresse [ami44ami@gmail.com](mailto:ami44ami@gmail.com), ou par téléphone au 04/263.97.59 uniquement les jeudis 16 et 23 novembre de 9h00 à 12h00.**

Il vous est demandé de signaler avec quelle activité vous souhaitez être placé à table.

**Paiement** : Sur le compte de l'Amicale Ans Alleur, numéro : BE75 7925 8812 0651, en stipulant bien le nom, prénom et « inscription repas St-Nicolas », au plus tard le 24 novembre.

L'inscription et le paiement sont indispensables. Les personnes qui payent sans s'inscrire, seront remboursées et ne pourront pas participer au repas.

Merci d'avance de respecter la procédure afin de rendre le travail des bénévoles plus facile et plus efficace.

## Voyage annuel 2024

Bonjour à toutes, bonjour à tous,

Nous espérons que tout va pour le mieux chez chacun de vous. Nous ne vous ferons pas languir davantage pour vous annoncer que tout est fin prêt pour le voyage 2024. Changement de cap et grande première, nous partons vers l'Est, au **Tyrol autrichien**. Dépaysement assuré.

Un séjour et un car tout confort, la pension complète dans un hôtel 4\*, avec piscine et un bel environnement. Une destination on ne peut plus typique avec un folklore et des paysages de cartes postales, des cités anciennes, des dégustations variées, repas d'alpage, Schnaps, Strudel..., des visites, des promenades... Tout ce qui fait la magie de ce merveilleux moment annuel. Attention, nous voyagerons, pour l'aller et le retour, le vendredi. Les réservations n'étaient pas envisageables autrement.

Vous trouverez tous les détails et les modalités d'inscription dans le prochain bulletin.

Notez dès à présent les dates : du **vendredi 24 mai au vendredi 31 mai**.

L'équipe voyage, Ghislain et Jocelyne

## Activités ordinaires

### Cinéma

Une séance par mois (le lundi ou le vendredi suivant l'agenda prévu).

Notre prochaine séance aura lieu le lundi 20 novembre.

L'agenda des Grignoux n'étant pas encore publié, nous ne pouvons vous communiquer les informations à propos de ce film.

Toutefois, n'oubliez pas de vous inscrire auprès de Claudette le mardi 14 novembre après 17h au 04/278.71.96 ou au 0479/01.89.28.

*L'inscription est indispensable pour la réservation de la salle !*

Agenda cinéma 2023-2024 : premier trimestre

Vendredi 15 décembre (inscription mardi 12)

### Cuisine

Au Cercle Patria, rue de Jemeppe 45, Loncin.

Groupe A-Marie-Thérèse Joannes : 0493/47.83.10, le 1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> jeudis du mois.

Groupe B-Michèle Withofs : 04/263.99.42), le 2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> jeudis du mois, Renseignements auprès des animatrices ci-dessus. Paf : 6€ + prix du repas.

## **Espace Convivialité**

Le 2<sup>ème</sup> lundi du mois, de 14h00 à 16h00 à la Salle Ste-Marie SAUF en juillet et août. Paf 1,50 €. François Taravella : 0495/48.71.83

**Attention : pas de séance en novembre et décembre 2023.**

## **Histoire de l'art**

Les jeudis scolaires de 14h00 à 16h00 à la Salle Ste-Marie.

Professeur : Monsieur Jean Housen.

Inscription auprès de Monique Maréchal, tél. : 0471/57.52.82.

Paiement : 6,50€/séance/personne.

## **Oenologie**

Tous les derniers vendredis du mois sauf aux mois de juillet et de décembre, à la salle Patria Rue de Jemeppe, 45 à Loncin, de 14h00 à 16h00. Paf : 3,5€ + partage des vins.

Renseignements et inscription préalable obligatoire : Dino Marinutti

Tél : 04/275.47.01

## **Peinture « Atelier Elyane Lonay »**

Tous les jeudis scolaires de 09h00 à 12h00 à la Salle Ste-Marie, rue de l'Yser, 236, 4430 Ans. Paf : 8€.

Renseignements : Marie-Guy Vilenne Tél 0471/85.84.51 ou Arlette

Drapeau Tél 04/246.54.83.

## **Rumicube**

Tous les mardis de 14h00 à 17h00 au Centre paroissial rue de l'Aîte 41 à Alleur. Responsable Josette Galère Tél 04/263.66.30 Paf : 1€

## **Tricot**

Le premier lundi du mois, si ouvrable, de 14h00 à 17h00, à la Salle Ste Marie. Nous demandons aux personnes intéressées de signaler leur participation auprès de Monique Bernard au 04/246.14.99. Paf : 1,5€.

## **Voyage-Evasion**

Le quatrième lundi du mois (sauf exception), de 14h30 à 17h00.

Pas de séance en juillet et août.

Au Centre Culturel d'Ans à Alleur.

**Paf : 5€ membres Enéo, 7€ non-membres.**

## Lu.27.11. : Voyage-Evasion "Boucles de Meuse et Bulles de Champagne" par J. Kokelberg



Son montage comme toujours pourra nous combler l'après-midi entière. Le sujet est surtout touristique avec une touche culturelle.



Rappel important : inscription préalable auprès d'Andrée et André MICHEL-LAMBERT, tél. : 04/263.97.59 pour le jeudi précédant la conférence de 09h00 à 12h00.

En cas de désistement éventuel, il y a lieu de leur signaler le plus tôt possible ! Et, si vous avez un doute au sujet de votre inscription, veuillez vous renseigner auprès d'eux. 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 de 50, 100 euros et des pièces de 1, 2, 5, 10, 20 cents.

Dans ce cadre, nous avons la possibilité de vous proposer à la vente des cartes valables pour plusieurs séances, selon le nombre que vous souhaiteriez, et remboursables à tout moment si nécessaire.

### Whist

Salle Ste-Marie tous les vendredis de 13h20 à 17h00.

Jacques Bolle Tél : 04/263.45.49 ou Sylviane Marchand Tél 04/246.53.48

Paf : 1,50€.



# Activités Enéo Sport

## Aquadynamic

Chaque mardi de 16h00 à 17h00 à la piscine d'Ans : rue Edouard Colson 97 à Loncin

Au prix de 35€ pour 10 séances + 9 € par mois.

Pour tout renseignement : Nicole Michel 04/263.10.51.

## Aquagym

Chaque mardi de 12h00 à 13h00 à la piscine de Crisnée : rue Jean Stassart 21b à 4367 Crisnée.

Paf : 6 € la séance.

Pour tout renseignement : Marie-Paule Goffinet 04/246.39.28.

## Danses folkloriques

Cercle Patria, rue de Jemeppe, 45, Loncin ; les jeudis scolaires de 14h00 à 16h00 ; Marylène Henrard : 0487/15.37.79. Paf : 3 €.

## Gymnastique

Habituellement le lundi, de 14h00 à 15h00 dans les infrastructures de l'Espace Vital, route militaire 374 à Alleur. Paf : 5 € (tarif actuel de l'Espace Vital). Téléphoner au préalable à Suzanne Liesenborghs, 0474/64.42.27

## A Sainte-Marie

Les mardis scolaires, de 10h00 à 11h00 Paf : 3 €.

Denise Reynaerts : 0476/54.03.08. Monique Chanteux : 04/226.67.45

## Marches - Les joyeux baladeurs

### **Les lundis - Marches diverses**

Jacques Noël 0476/55.17.73. Paf : 1 €

Les informations concernant les balades peuvent également être consultées sur le site du secteur.

### Situation COVID

Soyons attentifs à la situation actuelle.

Quelques recommandations : « *la vaccination n'est pas obligatoire mais conseillée ...* »

Toute personne peut être vaccinée gratuitement chez un médecin ou même à la pharmacie.

**La vaccination est fortement recommandée pour les personnes âgées de 65 ans et plus.**

Soyons solidaires, si on est malade il est important de rester chez soi pour éviter la propagation du virus. (En moyenne 8 jours)

Il y aura toujours une balade qui nous attendra afin de reprendre des forces et partager en toute quiétude nos escapades avec covoiturage, verre de l'amitié et l'équipe des guides.

Merci à tous et toutes

J.N.

**Lu. 06.11 : Balade à Cortil (Tilff) 5,5 kms avec Jacques Noël**

Départ parking Monfort 13h00, (covoiturage possible à signaler), ou Rue Sart Lemaître, 25 à 4130 ESNEUX (18 kms x 2) « Chapelle de la Chawresse ».

Parcours forestier (boueux par endroits.) La canne pourrait être utile, bonnes chaussures de marche, vêtements adéquats, collation, boisson (« Bois des manants ») Dénivelés cumulés : 96 M (maxi 267 M mini 185 M)

Téléphone le 6.11 entre 9h00 et 11h00 au 0476/55.17.73 (messagerie souhaitée), ou par mail : [jakmatouz@gmail.com](mailto:jakmatouz@gmail.com).

**Lu. 13.11 : Balade avec Annette et Michel**

Afin de ne pas effectuer un trop long déplacement, (l'hiver approche...), nous vous proposons une autre découverte du Sart-Tilman en suivant notamment le ruisseau de Sordeye avant de traverser à nouveau le domaine universitaire mais d'une autre manière.

Balade de difficulté moyenne - 6 km - Dénivelés cumulés : 55 m

Modalités pratiques : RV rue Monfort à 13h00 (covoiturage possible- 2x15km) ou à 13h30 : au bout du cul-de-sac de la rue des Hommes près des logements universitaires pour étudiants.

Prévenir de sa participation le lundi 13.11 entre 09h00 et 11h00 aux numéros : 04/226.14.41 ou 0496/20 76 43 ou par mail : [michel.tomsin@hotmail.com](mailto:michel.tomsin@hotmail.com)

**Lu. 20.11 : Balade à Eijsden avec Christine Lotin**

A la frontière entre la Belgique et les Pays-Bas se cache une « réserve naturelle » Eijsder Beelden. De nombreux sentiers permettent de se balader le long de la Meuse et des étangs. Des vaches « Galloway » et des chevaux sauvages se promènent en liberté dans la réserve. Balade facile de +- 7km (ou 5km si temps mauvais). Modalités pratiques : RDV rue Monfort à 13h00 (covoiturage possible 2 x 24 km) ou à Eijsden, Trichterweg (parking possible le long de la route entre les numéros 2 et 20. Prévenir de sa participation le lundi 20.11 entre 9h00 et 11h00 au 0497/11.97.25 (SMS souhaité).

**Lu. 27.11 : Balade à Oneux "Esneux" avec Roger et Simone**

Balade de 6 km dans les bois, départ 13h00 du parking Monfort ou sur place à 13h30, Chemin des crêtes, 45 à 4130 Esneux (covoiturage possible à signaler 27 kms x 2 = 5€).

Parcours modéré pouvant être boueux par endroits, altitude maxi 277 m, mini 202m. Bonnes chaussures obligatoires, la canne peut être utile, collation et vêtements adaptés.

Prévenir de sa participation le lundi 27 entre 09h00 et 11h00 par messagerie ou tél au 0494/08.34.01 ou par mail : valetroger@gmail.com.

(Précisez si vous souhaitez le covoiturage ou directement sur place)

### **Les mercredis**

Pas de participation aux frais.

### **Marche 5 km**

Départ à 13h30 au Centre Paroissial d'Alleur, rue de l'Aîte 41

Jacqueline Dupont 04/233.76.78.

Si vous ne pouvez participer à une marche, prévenez le jour même avant 10h00 au 04/233.76.78 ou 0475/82.81.24

### **Me. 08.11 : Balade à Heers - Mettekoven**

Départ : Parking Martenshof - Brasserie Mettekovenstraat, 2

5 Kms : suivre point rouge

3 kms, suivre point bleu

### **Me. 15.11 : Balade à Esneux**

Boucle de l'Ourthe

Départ : Parking rue de l'Athénée à Esneux

### **Me. 22.11 : Balade à Montegnée**

Ravel maison des terrils

Départ Parking maison des Terrils, rue Chantraine à Saint-Nicolas

### **Me 29.11 : Balade à Hermalle-sous-Argenteau**

La Gravière

Départ Aldi, rue d'Argenteau

### **Marche 8 km**

Départ à 13h00 au Centre Paroissial d'Alleur, rue de l'Aîte 4

Avertir de votre présence : Liliane Hazée 0479/24.82.97 ou par mail, messenger ...

### **Me. 08.11 : Promenade proposée et guidée par Liliane**

La Charmille

Point de départ Route du Maquisard 14, 4910 THEUX (en face de la Pharmacie de La Reid sprl)

7 km - balisage rectangle rouge - modérée

Départ d'Alleur 13h00 - covoiturage

Sur place vers 13h40 ± 40 km

### **Me. 15.11 : Promenade proposée et guidée par Francis Liégeois**

#### **La petite boucle de l'Ourthe**

Point de départ vaste parking au début de la Rue de l'Athénée 4130

**ESNEUX**

± 7 km - facile

Départ d'Alleur 13h00 - covoiturage

Sur place 13h30 ± / 22 km

### **Me. 22.11 : Promenade proposée et guidée par Liliane**

#### **Promenade campagnarde à Heers**

Pont de départ Brugstraat 30, 3870 Heers (Vechmaal)

± 6 km - facile

Départ d'Alleur 13h00 - covoiturage

Sur place 13h30 +/- 20 km

### **Me 29.11 : Promenade proposée et guidée par Michel Lempereur**

#### **Balade à Hockai**

± 7 km - facile - juste une côte de ± 150m après le pont du Centenaire

Départ d'Alleur 13h00 - covoiturage

Sur place vers 13h40/45

### **Marche 10-12 km**

Départ à 9h30 au point de rendez-vous. Renseignements Robert

Koopmansch : 04/263.25.94

## **Pétanque**

Centre paroissial, rue de l'Aîte, Alleur :

tous les mardis et mercredis de 14h00 à 17h00 ;

Marc Dewé 0476/66.26.77 pour le mardi et

Michel Tomsin 04/226.14.41 pour le mercredi. Paf : 2 €.

## **Stretching**

Tous les mercredis, de 16h00 à 17h00 Centre paroissial, rue de l'Aîte 41 à

Alleur. Responsable Danièle Brans : Tel : 0476.76.03.94. Paf 3 €.

## **Vélo**

Tous les jeudis du mois d'avril à octobre, excepté en avril et octobre, tous les quinze jours. Paf 1 €

Responsable : Claude Yernaux : 0478/77.71.59

## Yoga

Salle Ste-Marie : les lundis scolaires de 16h00 à 17h00 et les mercredis scolaires de 10h15 à 11h15.

PAF : 3€ la séance. Renseignements : Annick Nicolas : 0497/21.07.60.

# Echos de nos Activités



## Echos du Whist

### Vendredi 22 septembre

Abondance 11 par Jean-Paul Gerarduzzi

### Vendredi 29 septembre

Petit chelem par Sylviane Marchand

Abondance 11 par Rose-Marie Piron

4 parties gagnées consécutivement par Henri Thonard

### Vendredi 06 octobre

Abondance 11 par Albert Aengeveld

3 parties gagnées consécutivement par Henri Thonard et Jean-Paul Gerarduzzi  
S.M. et J.B.

### Je. 07.09 : Balade vélo d'une demi-journée guidée par Victor Gray

Ce jeudi nous sommes 14 cyclistes à suivre notre guide au départ de l'église de Villers-l'Evêque, sous un beau soleil. Nous prenons la direction du château d'Hex. Le paysage est beau et nous apercevons de beaux châteaux. Une grande partie du trajet est ombragée et cela fait du bien vu la température élevée. A mi-parcours on fait une halte au bistro t'Velohofke pour prendre une collation bien méritée. De là, on se dirige vers Tongres. On rentre à Villers-l'Evêque vers 12h45 en ayant parcourus environ 34 km.

Merci à Victor pour cette belle balade.

### Me. 13.09 : Balade à Houthalen-Helchteren au Limbourg

Après une vague de chaleur inhabituelle pour le mois de septembre, suivie d'une réaction orageuse et pluvieuse tout aussi intense, nous voyons enfin poindre un jour frais et aéré. La route pour se rendre au Kelchterhoef est un peu longue (environ une heure) mais le lieu en est la récompense immédiate.

Dans ce site naturel, orné de lacs, s'étend une splendide forêt dont les arbres se laissent conjuguer : - au singulier : ce marronnier vigoureux ne peut être qu'un guerrier au repos, laissant négligemment tomber au sol ses munitions de bogues, - au pluriel : les bouleaux, fragiles et élégants, se sont rassemblés en une colonie frissonnante de feuilles argentées, - au masculin : puissant, tranquille, chêne est le John Wayne de cette forêt ; - au féminin : à quoi rêve un(e) saule ?

En plus des lacs déjà existants, les fortes pluies ont laissé partout des flaques d'eau stagnantes et si l'humidité ambiante nous apaise la peau, elle a aussi donné un essor exceptionnel aux moustiques ! Le plat traditionnel de la région ne nous est pas connu mais celui des moustiques c'était nous ! En formations serrées et avec la tactique du harcèlement, ils ne nous ont pas laissé de répit. Et il y a eu des victimes ! Ceux d'entre nous qui n'avaient pas pensé à se protéger avant d'entamer la balade ont été ponctionnés à plusieurs reprises, assurant ainsi la future descendance des moustiques. Dans le fond, c'est un beau geste...

Et c'est le seul inconvénient de cette promenade en forêt qui par ailleurs n'a été que calme, verdure, marche aisée et présence bienfaisante des ces nobles créatures que sont les arbres. Savez-vous qu'ils se parlent ? Leurs racines, telle une canopée souterraine, se touchent et communiquent.

Un autre élément de beauté était présent : un ciel nuancé de « 50 shades of grey » ! Depuis le gris foncé de la menace, jusqu'au gris délicat de la tourterelle, en passant par le gris argenté de la séduction, il aurait mis à genoux le peintre anglais William Turner, pré-impressionniste, surnommé le peintre de la lumière et des atmosphères.

Et en fin de parcours, c'est l'établissement « l'Abdijhoeve » qui nous a accueillis pour l'étonnante-soif traditionnel, où nous avons été parfaitement reçus et servis avec dextérité et courtoisie, fait devenu tellement rare, qu'il mérite d'être mentionné. Un trois étoiles pour cette balade. Sza.

### **Je. 14.09 : Une journée vélo guidée par Jean-Marie Schevers**

On est 11 cyclistes à 10h30 pour suivre Jean-Marie au départ du Pont Barrage à Colonster. Ensuite, on se dirige vers le parc de la Boverie, pont Val Benoit, canal de l'Ourthe, château des Thermes à Chaudfontaine où l'on va manger son pique-nique puis nous remontons l'Ourthe jusqu'à Esneux et retour en suivant l'Ourthe au Pont Barrage après avoir parcourus +/- 56 Km.

Encore merci à Jean-Marie pour cette belle randonnée vélo d'une journée.

C.Y.

### **Lu. 18.09 : Balade près de Limbourg (6,4 kms) avec Jacques Noël**

Accompagné par Roger et Simone nous parcourons pour la première fois (marches du lundi) la forêt domaniale de Grünhault (une centaine d'hectares...) Le bois est séparé en deux parties par les liaisons autoroutières et ferroviaires.

De magnifiques paysages, des petits sentiers dans tous les sens, un peu boueux par endroits, et une mare qui abrite des espèces d'amphibiens et de reptiles.

Nous ne sommes pas loin des villages de Hoyoux et Villers, mais le verre de l'amitié ... à Dolhain (partie basse de la ville de Limbourg), près de la place et sur une belle terrasse à l'ombre...

Merci de nous avoir accompagnés.

J.N.

### **Lu. 18.09 : Cinéma « Anatomie d'une chute »**

Très bon film, excellents acteurs, suspense, plongée dans les mystères d'un couple, bonnes analyses des caractères des trois protagonistes principaux, l'épouse, l'enfant et l'avocat, très bien interprétés.

L'approche chaleureuse de l'assistance sociale qui aide l'enfant avant son passage au tribunal. Un beau décor, un chalet dans la neige. Film un peu long et pour les personnes qui ne maîtrisent pas l'anglais, obligation de lire les sous-titres. La fin est inattendue et on se dit que c'est à chacun de l'imaginer.

Nous étions au nombre de 14 participants et 9 à la cafétéria.

L'équipe ENEO

### **Je.21.09. Balade vélo d'une demi-journée guidée par Jean-Claude Roche**

Balade annulée suite aux mauvaises conditions atmosphériques.

### **Lu. 25.09 : Marche à Banneux avec Roger et Simone**

24 marcheurs (15 dames et 9 messieurs), encore à Banneux pensent-ils !!! Oui mais cette fois pour une balade inattendue.

D'une part, le rendez-vous n'était pas au sanctuaire mais bien au terrain de football, ce qui nous a étonnés.

D'autre part nous sommes entrés dans un bois pour n'en sortir que deux heures plus tard avec les 5 kms 500 annoncés parcourus d'une cadence soutenue et une montée assez impressionnante à travers cette belle forêt où coulent deux ruisseaux nommés : fond Georges et fond Faude. Ce dernier ne fût pas évident à enjamber sur des rondins avec l'aide des messieurs qui ont prêté main forte, ce n'est pas un vain mot, aux dames du groupe. Le soleil étant radieux, cette marche a été une réussite totale dans ce coin de Banneux, peu connu de la plupart d'entre nous.

Une fois encore les guides ont été très bien inspirés, merci à eux ! Et notre récompense, une bonne bière au 1912 à Remouchamps clôturait cette journée sportive !

M.G.

### **Je.28.09. Balade vélo d'une journée guidée par Claude Yernaux**

Nous sommes 12 cyclistes au départ du parking du barrage de la Gileppe à 10h15 pour une balade d'environ 40 km mais le départ réel était à 10h40 car deux cyclistes croyaient que le rendez-vous était au parking du barrage d'Eupen...

Nous faisons un voyage silencieux à travers l'Hertogenwald et le long de la Gileppe. La balade se fait sur un parcours vallonné avec parfois une pente raide et des chemins avec en gravier, en suivant les points-nœuds suivants **63, 62, 61, 38, 58, 57, 59, 67, 66, 65, 63**. Le silence est assourdissant, presque irréel.

Nous faisons un arrêt pour se restaurer près du mémorial de la catastrophe de la Soor en 1952 où huit ouvriers perdirent la vie lors du creusement du tunnel entre la Soor (rivière) et le lac de la Gileppe. Nous revenons au point de départ vers 15h00 après un parcours sans aucun souci d'environ 40 km.

Merci à notre guide pour cette belle journée.

F.L.

### **Lu. 02.10 : Balade « gravière Brock » avec Jacques Noël (5km)**

Nous sommes 13 dont 11 charmantes dames. Un record ? Au départ, rue Monfort notre amie Christine H. c'est porté volontaire pour le covoiturage, ouf. Arrivée à Hermalle sous- Argenteau, près de l'Eglise Saint-Lambert. Cet édifice est très ancien et fait partie des monuments classés de la commune (actes de Pépin de Herstal en 640- 714). Une prochaine visite ? La gravière, site de grand intérêt écologique, ses canards, ses pêcheurs, son caillebotis sur le marais, et sa passerelle (un peu de piment à notre balade).

Direction « Hemlot » : terre marécageuse. Ancien bras de la Meuse, ses arbres, ses 3 petits étangs, on suit le bord de Meuse, ses îles, les canards. Belle architecture, des villas anciennes sous un soleil un peu trop chaud et direction un estaminet bien sympa et bien connu.

Merci Mesdames d'avoir partagés cette belle promenade en compagnie de deux « gentlemans » ....

J.N.



# Infos du Secteur

## Activité « Danse en ligne » du Secteur Ans/Rocourt

Tous les mardis scolaires de 13h15 à 14h15 à la Salle Patria, Rue de Jemeppe, 45 à Loncin.

Paf : 4 € la séance ou un abonnement de 35 € pour 10 séances.

Pour tout renseignement : Christiane Wathelet au 0497/27.13.86 ou Jacques Bolle au 04/263.45.49 (bolle.jacques@skynet.be)

## Activité « Zumba Gold » du Secteur Ans/Rocourt

Tous les mardis scolaires de 14h30 à 15h30 à la Salle Patria, Rue de Jemeppe, 45 à Loncin.

Paf : 4 € la séance ou un abonnement de 35 € pour 10 séances.

Pour tout renseignement : Christiane Wathelet au 0497/27.13.86 ou Jacques Bolle au 04/263.45.49 (bolle.jacques@skynet.be)

## Assistance numérique

Un souci avec votre PC, votre tablette ou votre smartphone, n'oubliez pas nos ateliers libres du jeudi matin de 9h00 à 10h30 et de 10h30 à 12h00. Ces ateliers sont exclusivement réservés aux membres Eneo en ordre de cotisation. PAF : 2€ la séance.

Atelier de soutien : Josiane Weerts - Tél : 04/246.57.72

Aide et dépannage : Vincent Panzetta - Tél : 0476/75.33.74

## Photo numérique

Renseignements complets, calendrier et inscription via le site : <http://www.eneo-ans.be> ou 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](mailto:jacques.mathei@skynet.be)

## Tremplin vers le numérique

Le salon « Tremplin vers le numérique » sera organisé par la Régionale de Liège, le 09 novembre de 10h00 à 16h00, au Centre Culturel d'Ans.

Différents stands, conférences et tables rondes.

Entrée gratuite mais inscription souhaitée à [liege@eneo.be](mailto:liege@eneo.be) ou au 04/221.74.46.

## **Animation Cyber**

Le secteur Ans/Rocourt a le plaisir d'inviter les membres d'Enéo à une animation « Cyber » axée sur :

- L'utilisation d'un gestionnaire de mots de passe « bitwarden »
  - 10 applications sur smartphone indispensables pour le « sénior » :
  - Authentification par ITSME, rapports médicaux, médicaments, pharmacie
- Mobilité, accès au Portail Fédéral, balades et loisirs.

**Quand** : le jeudi 14 mars 2024 de 9h00 à 11h30

**Où** : Salle Sainte-Marie 236, rue de l'Yser à ANS.

**P.A.F** 3 €

### **Inscription et renseignements :**

- Via le site « [eneo-ans.be](http://eneo-ans.be) » en sélectionnant « agenda des activités ponctuelles » en date du 14 mars 2024
- Par Email à [laurent.freddy07@gmail.com](mailto:laurent.freddy07@gmail.com) ou à [jacques.mathei@skynet.be](mailto:jacques.mathei@skynet.be)
- Par téléphone au 0478/83.50.04 (Freddy) ou au 0475/26.59.58 (Jacques).

## Ananas rôti au miel aromatisé



### Ingrédients pour 10 personnes

2 gros ananas  
Crème fraîche ou glace  
Beurre,  
Sucre ou miel  
Alcool au choix

Eplucher les ananas et enlever le centre.

Couper en tranches de 1 cm

Faire fondre le beurre dans une poêle.

Rôtir les ananas, ajouter le miel ou du sucre pour faire un sirop

Déglacer à l'alcool choisi.

Servir tiède avec de la crème fraîche ou de la glace ou les 2.

**Amicale Ans-Alleur, rue de l'Yser, 236, 4430 ANS**

- Président** Francis Honhon, Rue des Héros, 39 à 4431 Loncin.  
☎ 04/239.05.11 - E-Mail : francis.honhon@skynet.be
- Vice-président** Michel Tomsin, Rue Burenville, 113 à 4000 Liège.  
☎ 04/226.14.41 - E-Mail : michel.tomsin@hotmail.com
- Trésorière** Suzanne Alexandre, Chaussée de Ramet, 88  
à 4400 Ivoz-Ramet.  
☎ 0478/78.08.22 - E-Mail : suzannealexandre@live.be
- Vice-trésorière** Jacqueline (Coco) Dupont, Rue des Priesses, 24  
à 4400 Flémalle  
☎ 04/233 76 78 - E-Mail : omaline24@gmail.com
- Gestionnaire administratif des membres et cotisations**  
Jean-Claude Baccus, Rue A. Rorif, 11 à 4342 Hognoul  
☎ 04/257.51.76 - E-Mail : jcbaccus@gmail.com
- Secrétaire** Dino Marinutti, Sart d'Avette, 52 à 4400 Awirs  
☎ 04/275.47.01 - E-Mail : dino.marinutti@gmail.com
- Secrétaire-adjointe** Josette Galère Rue du Moulin, 94 à 4432 Allieur  
☎ 04/263.66.30
- Editrice responsable** Josiane Weerts, Rue de l'Yser, 385/31 à 4430 Ans  
☎ 04/246.57.72 - E-Mail : weerts.josiane@outlook.be

**Prix de la cotisation pour un nouveau membre : 19€50**

**Compte bancaire BE75 7925 8812 0651 de l'Amicale Ans-Alleur**

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

**Expéditeur : Francis Honhon, rue des Héros, 39 à 4431 Loncin**