

Bureau de dépôt : 7000 MONS 1
N° d'agrégation : P 304133

Belgique-Belgie
P.P.
7000 MONS
5/955



PERIODIQUE TRIMESTRIEL

3

JUILLET
AOÛT
SEPTEMBRE

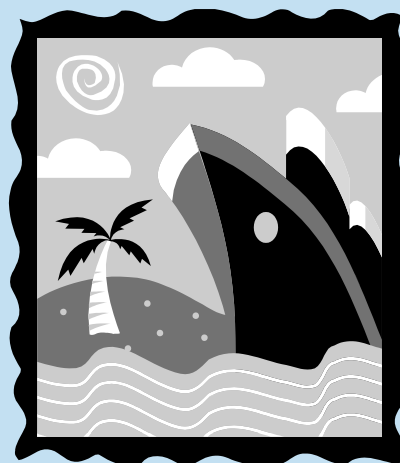
2008

LES SANS SOUCIS



Editeur Responsable :

Joly Patrick
115, rue de Mons
7011 GHLIN



ORGANIGRAMME



Président	Jean PRIMOSIG	Rue Dehon, 2 7011 GHLIN Phone + fax: 065/31.81.31 // GSM: 0477/51.02.54
Vice-Président	Paul CAMPION	Cité G. Cornez, 52 7340 WASMES
Encadrement des Jeunes	paul.campion@skynet.be	Phone: 065/67.63.50 // GSM: 0477/86.95.19
Secrétaire	Christian LEPORCQ	Rue de la Liberté, 5 7390 QUAREGNON Phone: 065/78.12.05
Trésorier	Jean-Claude FIEVEZ jean-claude.fievez@skynet.be	Rue Fleurichamps, 55 7370 DOUR Phone: 065/65.53.57
Trésorier adjoint	Emile LERMUSIEAUX	Rue de la Culture, 19 7011 GHLIN Phone: 065/36.42.06 // GSM: 0498/42.44.35
Edit. Resp. Périodique et Promotion Marche	Patrick JOLY jolypatrick63@hotmail.com	Rue de Mons, 115 7011 GHLIN GSM: 0497/68.41.74 (par s.m.s. uniquement)
Responsable Cars	Jean-Pierre MOREAU	Clos de la Verte Colline, 32 7080 LA BOUVERIE Phone: 065/75.95.50 // GSM: 0478/78.61.86
Responsable Salles et Tombola	Philippe ANTHOON	Rue d'Ath, 37 7321 BLATON GSM: 0497/20.76.21 ou 0497/76.06.87
Resp. Cuisine et Vêtements Club	Bianca MURRU	Avenue Maréchal Foch, 862 7012 JEMAPPES Phone: 065/88.64.13
Responsable Assurances	Joseph DURIEUX	Rue du Temple, 37 7011 GHLIN
HORS COMITE		
Relations Publiques	Sabrina HARVENGT sabharvengt@hotmail.com	Rue Hanotte, 30 7390 WASMUEL
Responsable Bar	Jean Pol DEQUEVY	Rue des mineurs, 10 7390 QUAREGNON
Responsable Carnets Marches	André DESCAMPS	Rue de Milfort, 20 7011 GHLIN Phone: 065/34.73.03
Conception des Circuits	Pascal URBAIN pur@swing.be	Rue Delporte, 21 7350 THULIN Phone: 065/65.28.90 // GSM: 0475/54.01.17
assisté par	Roger HALLEZ	Rue Grande, 133 7340 PATURAGES
	Efizio LAI efiziolai@hotmail.com	Avenue Maréchal Foch, 862 7012 JEMAPPES Phone: 065/88.64.13
Responsable Matériel	Patricia SCHUYTS vickyjoly115@hotmail.com	Rue de Mons, 115 7011 GHLIN GSM: 0474/68.91.11
Présidente d'Honneur	Francine CRUVEILLER	Echevine de la Solidarité à la Ville de Mons
"Les Sans - Soucis"	Compte bancaire du Club	A tous les membres
I.P.E.S.	Dexia 795-5791204-02	En cas de changement d'adresse, ou d'erreur
Rue du Temple	"Les Sans - Soucis"	dans celle-ci, veuillez le faire savoir <u>sans tarder</u>
GHLIN	Rue Fleurichamps, 55 7370 DOUR	à Jean-Claude, le trésorier.
Site web: http://users.skynet.be/sans.soucis/		
Email: sans.soucis@skynet.be		Blog: http://sans-soucis.skyblog.com
Les articles pour le périodique sont à remettre à un Membre du Comité.		
Le Comité remercie toutes les personnes qui aident à la préparation des périodiques.		



Le mot du Président ...

Chers amis,

Voilà déjà la fin de l'année scolaire. J'espère que tout c'est bien passé au niveau des examens pour nos petits Sans-Soucis.

Et maintenant, place aux vacances : soleil, mer, montagne, évasion seront le lot de la plupart d'entre nous, prendre un vrai repos bien mérité.

Je vous souhaite à toutes et à tous de merveilleuses vacances mais de grâce, prudence sur les routes.

Pour nos Membres moins chanceux, il reste malgré tout de nombreuses marches avec des coins splendides dans notre petite Belgique. Profitez en un maximum.

Le 14 septembre prochain, pour rappel, nous organisons un car pour Plombières pour les 25 ans du jumelage entre l'AMTF Plombières et les Sans-Soucis. Je voudrais voir ce jour là un car complet pour rendre visite à nos amis. Ambiance assurée là bas, vous ne regretterez pas le déplacement.

Novembre 2008, souper annuel. Le Comité et notre traiteur, nous vous avons préparé un menu de rêve à lire plus loin dans le périodique. Retenez déjà la date : 15 novembre, 18h30'. 120 places maximum. Le thème sera l'Europe, nous visiterons 6 pays savoureux.

Pour terminer, je voudrais souhaiter un prompt rétablissement à Anna, Philomène et Efisio pour leur opération ainsi qu'à notre ami Jules Duez pour sa récente hospitalisation mais je vous rassure, ils vont mieux et c'est bien la l'essentiel.

Pour ceux qui ont été souffrants et que nous ne l'avons pas su, bon rétablissement également. Après la pluie vient toujours le beau temps.

A bientôt sur les sentiers.

Jean.

La pensée du marcheur...

Quand j'étais petit, on m'a dit que n'importe qui pouvait devenir président. Je commence à le croire.

Clarence Darrow (avocat américain, 1857-1938)



Le mot du Comité ...

A toutes et à tous, nous vous souhaitons de bonnes vacances et vous donnons rendez-vous à notre journée de l'amitié au mois de septembre.

Le Comité.

Le mot du responsable promotion de la marche ...

Un nouveau prospectus de promotion de la marche est disponible. Si vous souhaitez en obtenir quelques exemplaires, faites le moi savoir. Destinés à faire connaître les clubs de l'entité montoise, **ces documents ne peuvent en aucun cas être placés lors d'une marche fédérale** et personnellement, je déconseillerais même de les placer lors des marches ADEPS puisque nous disposons déjà de notre propre document. Par contre, si votre libraire, boucher, épicier ... veut bien le déposer sur son comptoir... Une salle de médecin ou de dentiste fera tout aussi bien l'affaire.

Vous remarquerez, lors de vos marches, que nous avons imprimé un nouveau prospectus : tout aussi lisible, celui-ci est plus petit puisque sur une feuille de format A4, il y a 2 prospectus ' nouveau modèle '. Nous pouvons ainsi en imprimer moins : nous soulageons notre budget tout en respectant la nature. Deux gestes appréciables.

Et pour terminer, je tiens aussi à votre disposition de petits documents (1/4 de format A4) qui servent à faire connaître notre Club **mais à ne placer qu'en dehors des marches fédérales impérativement.**

Merci pour votre collaboration en faveur de notre Club.



Patrick.



La petite boutique de Bianca ...

Training complet	50 €
Veste training seule	30 €
Pantalon seul	25 €
Veste d'hiver sans manches	25 €
Sweat-shirt	20 €
Singlet ou top	12 €
Sac banane	09 €
Casquette	09 €
Tee-shirt avec logo 3 couleurs	07 €
Tee-shirt avec logo bleu	06,5 €

Envie de vous ' relooker ' ? N'hésitez pas à me contacter ! Vous pouvez passer prendre votre commande le mardi ou le jeudi de 17h à 19h.

P.S. : un coup de fil avant votre passage vous évitera un déplacement inutile !

Bianca.



Le mot de l'équipe responsable périodique ...

Nous sommes TOUJOURS à la recherche d'articles en rapport avec la marche. N'hésitez à nous les communiquer le plus rapidement possible pour ne pas devoir attendre la dernière minute pour les insérer dans le périodique. Merci.

Nous remercions encore une fois toutes les personnes qui participent d'une manière ou d'une autre à l'élaboration de cette revue.

L'équipe.



Le mot de la responsable matériel ...

Je suis toujours à la recherche de fleurs artificielles et de lots et trophées pour notre journée de l'amitié. Merci.

Patricia.



Bienvenue chez les Sans-Soucis à ...

Martine Lequeux Danielle Moury Andrée Rolland Myriam Vermeulen
Marianne Cardinal Patrizia Buscemi Nadine Dubois Bernard Cornette

Et que ceux qui ne figurent pas dans la liste nous excusent ... ils seront à l'honneur dans notre prochaine édition.



Rappel ...

Dans cette section, des petites choses qu'il faut TOUJOURS garder à l'esprit pour éviter des surprises désagréables ou simplement pour ne pas oublier certains avantages ...

Pour éviter tout litige en cas d'accident, pensez à **toujours** remplir correctement votre carte d'inscription.

Lors de votre randonnée, le code de la route est **de stricte application**.
De plus, les chiens **doivent** être tenus en laisse.

La plupart des mutuelles rembourse à leurs affiliés leur cotisation annuelle à un club sportif. Renseignez-vous et si tel est le cas, demandez alors une attestation à remplir pour y avoir droit. Un Membre du Comité se fera alors un plaisir de vous remplir votre document.

Vous disposez d'une adresse e-mail ?
Communiquez-la à Patrick
mais surtout **pensez à la vider régulièrement !**

Vous aidez le Club ? (fléchage, reconnaissance de parcours ...) Faites le savoir : sous certaines conditions, vous avez droit à être remboursés partiellement pour vos frais d'essence mais aussi à être assurés.

Notre voyage en car, au mois d'avril ...



Nous étions moroses, la météo nous annonçant de la grésil, de la neige, de la pluie et du froid. Mais !... Nul ne dira le contraire je crois, la journée fut belle ce 6 avril dernier.

A 7h30 du matin, ce jour là, le car nous emmenait à Wolvertem, situé au nord de Bruxelles, dans la province du Brabant Flamand.

Comme à l'habitude, l'aller fut très agréable, chacun étant content de retrouver la compagnie des ' Sans-Soucis ' .

Une bonne heure de route et nous étions sur place. Une salle immense nous accueillit. On se paie un petit remontant et ...

Nous voilà partis à travers la nature, suivant l'itinéraire choisi. Monsieur météo avait mal consulté sa grenouille ! Du moins pour nous, nous marchâmes sous un ciel serein et avec une température printanière, fort agréable, non prévue !

Les 20 km eurent du succès ; plusieurs de nos Sans-Soucis s'y engagèrent le site était beau, bien fléché ; on y apercevait même l'Atomium et la basilique de Koekelberg.



Bref, c'était une belle journée, preuve en est : à 14 heures nous étions 2180 marcheurs. Nous nous sentions bien.

A 15 heures, il fallut penser au retour. Nous quittâmes la salle pour un petit détour à Grimbergen ; un léger rafraîchissement nous y attendait. Certains en profitèrent pour visiter l'église : une merveille ! En réalité, par ses sculptures, vitraux, chaire de vérité, nous étions ébahis d'une telle richesse.

Mais il fallait repartir. A 17 heures, nous reprenions nos places respectives dans le car et ce fut le retour.

Un retour des plus chaleureux : tout le monde était gai et pourtant un peu fatigué. Les km étaient aussi présents dans nos muscles ...

Et nous sommes bien rentrés à Ghlin.



Merci à tous, pour la bonne humeur apportée « Ca ravigotte pour la ch'maine » dira le Chti ...

Merci aussi à notre gentil chauffeur très agréable, il faut le dire. A bientôt de vous retrouver tous dans ces mêmes conditions.

Evelyne.

Petites annonces ...

SERVICE : analphabètes ? Ecrivez-nous dès aujourd'hui pour obtenir une brochure gratuite sur nos formations accélérées. DIVERS

- Homme sans histoire recherche éditeur pour devenir écrivain
- Souffrant d'insomnies, échangerais matelas de plume contre sommeil de plomb.
- Echangerais voiture de sport endommagée contre chaise roulante en bon état.

PERDU : rue J. Lecanuet, partie haute d'un dentier. Merfi de le refaire à fon propriétaire aussitôt que possible.



Notre voyage en car, au mois de mai ...

Encore une fois, c'est une journée très agréable que nous avons passée entre Sans-Soucis.

Samedi 17 mai, nous partions pour Masbourg, petit village de l'Ardenne profonde. Je dis petit village, mais club de marche dynamique.

Ce 17 mai, c'était une des marches du Challenge des 5 Provinces.*



Nous partions donc de Ghlin à 7h30', le temps était menaçant, (plus que menaçant) puisque 2h plus tard, nous débarquions à Masbourg sous un léger crachin.

Là, le temps de s'équiper et c'était le départ de chacun sur les sentiers battus de 6, 12, 20, 43km et même un 75 km.

Le décor en valait la peine : chemins bordés de genets, paysage magnifique. Le rêve.

Mais les Sans-Soucis ont bien sué : les itinéraires étaient assez ardues, même pénibles pour certains : les montées étaient longues, longues et les descentes parfois abruptes.

Ce fut dur, dur, dur, pour chacun.

Heureusement, le temps restait serein : quelques gouttes de pluie rafraichissant l'effort mais sans plus.



De retour à la salle, on se réconfortait devant un en-cas ou une bonne bière ; à ce moment là, on oubliait tout !

A 15h30' nous pensions au retour.

Il était prévu de passer un petit moment à Rochefort.

C'est sous la pluie que nous découvrons la ville, quelques marcheurs se désaltèrent une dernière fois, d'autres faisaient achats de charcuteries bien cotées du coin puisque spécialité de Nassogne.

Il fallait quand même penser à rentrer : toute bonne chose ayant une fin alors. A 17h, c'était le retour.

Retour très calme, chacun reposant ses membres fatigués.

Mais il nous manquait notre animateur préféré avec ses taquineries et boutades habituelles, je cite : notre Président car il tient sa place, savez vous !

Voilà donc une journée bien passée. Merci à tous de votre participation et je vous dis à bientôt pour notre prochain déplacement vers Ostende le 29 juin.

Evelyne.

(*) Dans un prochain périodique, on vous présentera le Challenge des 5 Provinces.



Petites annonces

Au profit du club : fleurs artificielles, essuies, couverts (pelle à tarte, couteaux de cuisine, tire-bouchons, ouvre-bouteilles, ouvre-boîtes ...) récipients hermétiques divers, lots de tombola, coupes ... Merci.

Notre marche d'avril ...



Plus de 70 aidants
et un environ 1100 marcheurs.
Encore une fois, ce fut une belle réussite
Si quelques détails restent toujours à régler en Comite
pour encore et toujours améliorer notre travail, nous
pouvons néanmoins être fier des nombreuses
félicitations que nous recevons de la part des marcheurs
qui repartent ravis de nos parcours, notre accueil, notre
repas du jour ... de plus, un beau soleil nous a
accompagné toute la journée.
Nous avons aussi le plaisir d'accueillir quelques
nouveaux Membres.
On déplore toutefois un petit accident mais sans aucune
gravité.
Plus de peur que de mal pour les parents du petit
turbulent qui s'est occasionné un gros bobo à la tête.
Quelques cars nous ont rendus visite mais les marcheurs
les plus éloignés nous venaient de ... Venise !
Nos deux sympathiques amis
nous ont fait le plaisir
de nous rendre visite à nouveau.
Bref, encore une belle réussite
Et une excellente journée !



Nous ne le savons pas toujours ...

Ayons une pensée pour les Membres de notre Club qui sont momentanément dans l'impossibilité
d'être des nôtres et souhaitons leur un prompt rétablissement.



Marche nationale à Ath ...



Cette année, la marche nationale a eu lieu à Ath.
Ce sont donc les clubs de la province du Hainaut qui se sont chargés des différents postes tel bars, contrôles, inscriptions ...

Peu avant la marche, une réunion avait été organisée pour repartir les différentes fonctions au sein de chaque club. C'est ainsi que les Sans-Soucis ont eu la responsabilité de gérer une des buvettes; tâche qu'ils auront remplis à merveille.

A 12h, près de 2000 personnes avaient donc rejoint la cité des géants et découverts la région et ses environs sur des circuits bien agréables de 5-7-12-20-30 et 42 km

Le soleil aidant ce fut une bien belle journée placée sous le signe de la détente et de l'amitié.



FLASH INFO ...



Ghlin – Plombières ... à pied !

Il avait été proposé, dans notre périodique précédent, à l'occasion du 25^e anniversaire du jumelage de notre Club et le Club AMTF de Plombières, d'organiser, tout comme il y a 25 ans, une randonnée qui aurait du permettre aux plus courageux de rejoindre Plombières à pied depuis notre local de Ghlin.

Cette randonnée est malheureusement annulée MAIS notre car est bien sur maintenu et on vous y espère TRES nombreux, histoire de marquer quand même l'évènement.

Marche à Vijlen le dimanche 4 mai 2008

Introduction

Annie, Christian et moi-même participons cette année à l'Euroregio Marching Trophy et au VVR Toer. La magnifique ville de Vijlen avait pour cadre la marche comptant pour les 2 challenges, ce dimanche 4 mai 2008. Je ne m'étendrai pas sur le VVR Toer qui consiste à réaliser 10x 42km en 3 ans dans 10 clubs différents du Limbourg. Je vais plutôt vous expliquer ce qu'est l'Euroregio Marching Trophy

L'Euroregio Meuse-Rhin

Il s'agit d'un des plus anciens accords de coopération entre pays européens. L'euroregio Meuse-Rhin réunit la région d'Aachen, le sud du Limbourg néerlandais, les provinces de Liège et du Limbourg et la région germanophone de Belgique. Les régions décrites coopèrent de différentes façons.

L'Euroregio Marching Trophy

Six clubs de marche amis de cette région ont décidé d'organiser un challenge de marches annuel dans le but de promouvoir cette région dotée d'un paysage merveilleux et d'un riche patrimoine culturel : ce challenge a été baptisé l'EUROREGIO MARCHING TROPHY.

Les clubs participants sont : pour la province de Liège-Wallonie Les marcheurs de l'Alliance Warsage, pour le Limbourg néerlandais, De Veldlopers GULPEN et JO-NE Vijlen, pour le Limbourg belge, les Berg-& Boswandelaars Voeren et de Heikneuters Genk, et pour l'Allemagne, Touristenverein 1910 Venwegen.



Banderole bien connue du trophée

Tous ces clubs sont évidemment membres de l'IVV. Le principe de base est que chaque club participant organise chaque année une marche dans le cadre de ce challenge (marche qui est une organisation existante dans le calendrier de chacun des clubs). Le challenge peut se faire par clubs ou individuellement.

La marche de Vijlen

Ce dimanche 4 mai, nous étions à Vijlen, club qui nous a rendu visite lors de notre marche d'avril. La marche proposée était tout simplement magnifique, le 42 km faisant une grande incursion en Belgique dans la région de Plombières. Tout le long du parcours, ce fut une succession de forêts profondes et ombragées alternant hêtraies naturelles et plantations résineuses, de zones ouvertes avec des paysages magnifiques. Nous avons également traversé de belles réserves naturelles et sommes passés par le point des 3 frontières (Allemagne, Belgique et Pays-Bas)...mais trêve de commentaires et place aux photos.



Christian et Jean-Luc en plein effort



Annie au contrôle



Site des 3 bornes



Paysage ouvert typique



A l'ombre de la forêt



Magnifique tapis de myosotis



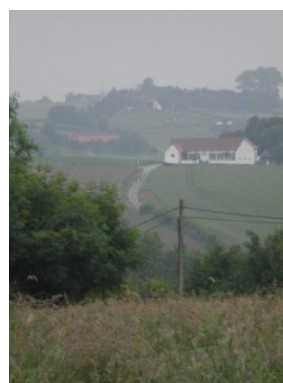
Château de Vijle

J'espère que cet article vous incitera à visiter cette magnifique région et peut-être à y effectuer l'une ou l'autre marche.

Jean-Luc NEF – amitiés sportives.

LA MEGASLOEBERTOCHT (100km)

Ces vendredi 13 juin et samedi 14 juin, nous étions 4 valeureux Sans-Soucis sur le 100km de la Megasloebertocht, organisée par le club de marche « De Scheldestappers » au départ De Zingem. Si le parcours était splendide, il était malheureusement excessivement boueux et parfois très dangereux. Une trentaine d'abandons était à signaler sur les 370 marcheurs inscrits. Nous sommes donc tous fiers (Annie, Rik, Christian et moi-même) d'avoir pu terminer ce 100km.



Paysage typique.



Rik en tête dès le départ.



A la brasserie Roman.



Christian dans la boue.



Jean-Luc en plein effort.



Annie à l'arrivée (hyper relax).



Et le tee-shirt mille fois mérité.

Jean-Luc NEF – amitiés sportives.



Joyeux anniversaire ...

JUILLET	
Roger Hallez	3
Florent Brouillard	6
Emile Daniaux	6
Marie-Paule Vanderlinden	6
Efizio Lai	7
Tatiana Dequévy	7
Anna-Maria Della Selva	9
Annie Vanderelst	10
Sylvianne Fouquet	13
Muguette Duez	16
Arlette Foriez	16
Philomène Mazzeo	18
Rik Claeys	19
Adelina Lai	19
Daniel Algrain	21
Jean Primosig	23
Emilie Champion	24
André Wala	25
Jean-Claude Raux	27
Karl Dubuisson	28
Michel Viart	29
Michael Detourbe	29

AOÛT	
Jean-Pierre Moreau	5
Anne-Marie Place	5
Robert Wullaert	8
André Harvengt	14
Patrick Guérit	15
Frans Poortmans	21
Annie Crombez	22
Jocelyne Maton	24
Véronique Rinchon	26
Myriam Locatelli	26
Myriam Vermeulen	26
Michel Bauvois	29

SEPTEMBRE	
Théo Doverchain	2
Luc Houyoux	4
Jean-Luc Trinidad	6
René Durieux	7
Micheline Faniel	9
Jeannine Platteau	10
Jean-Paul Harmegnies	11
Baldassarre Faiella	14
Jean-Luc Gondry	15
Jérémy Delaunoy	15
Jean-Claude André	17
Christian Chaineux	18
Patrice Duvivier	19
Sarah Ledoux	20
Pascal Vandekerkove	21
Thomas Brogniez	24
Arlette Boone	24
Léa Doverchain	26
Véronique Dubroux	27
Pascal Urbain	28
Jean-Jacques Detourbe	28

Appel à projets

« Rendez-vous sur les sentiers »

Le week-end des 18 & 19 octobre pour des réhabilitations
Fin novembre lors de la semaine de l'arbre pour des plantations

**Vous utilisez (ou souhaitez utiliser) les chemins et sentiers à pied, à vélo, à cheval pour vous déplacer ? Pour vos loisirs ?
Vous trouvez que trop de chemins et sentiers disparaissent ?
Que ce patrimoine mérite d'être remis en état et sauvegardé ?
Vous êtes prêts à agir ?**

Alors soyez porteur d'une action locale « Rendez-vous sur les sentiers » !

« Rendez-vous sur les sentiers », c'est agir concrètement sur le terrain en réhabilitant des chemins et des sentiers peu praticables voire impraticables et/ou planter haies et arbres le long de ces voies. C'est aussi l'occasion d'attirer l'attention d'un large public et des décideurs sur les multiples intérêts de sauvegarder ces petites voies publiques.

L'appel à projets est ouvert : aux associations, comités, clubs, mouvements de jeunesse, syndicats d'initiative, maisons et offices du tourisme, PCDN, PCDR, Parc Naturels et à tous citoyens sensibilisés.

Date d'inscription : au plus vite, avant le 15 juillet pour bénéficier d'un encadrement personnalisé, avant le 30 septembre pour figurer dans la liste d'action.

Concrètement

Sentiers.be propose aux porteurs locaux :

* Des guides « clef en main » explicitant les différentes étapes: choix du chemin ou sentier, contacts avec la commune, organisation et publicité des activités...

* Un soutien logistique: communiqué de presse, affiches et feuillets d'invitation, un balisage/une signalisation... ;

* Un encadrement personnalisé tout au long du projet.

En vertu de l'article 2 de nos Statuts et soutenu notamment par notre Fédération, je vous invite à lire et à soutenir le projet ci-contre.

A Ghlin, quelques sentiers demandent à être entretenus : c'est pour le bien-être de tous et dans l'intérêt de notre Club.

La disparition de ses petits sentiers rendra de plus en plus difficile la conception de jolis parcours.

Prenons quelques heures de notre temps et mobilisons nous.

En pratique ? Un groupe de 3 à 4 personnes suffit mais plus nous serons nombreux, mieux nous pourrions nous mobiliser.

Intéressés ? Vous pouvez prendre contact avec Sylviane GILMONT (Responsable de projets)

Tel : 081/255.255

GSM : 0498/22.55.90

Sentiers.be

Rue des Genêts, 9

5650 VOGENEE

<http://www.sentiers.be>

Ou prendre contact avec Patrick.

Les bons conseils (et autres infos) de 'Tatie Evelyne' et ses amis ...



Le respect du à la nature ...

On doit laisser la terre aussi propre qu'on l'a trouvée en arrivant. Il faut penser à ceux qui vont venir derrière. Le monde va continuer. Après nous, ce n'est pas le déluge.

- dire bonjour au soleil quand il se lève.
- Ne pas cracher par terre.
- Saluer les arbres qu'on croise.
- Ne pas shooter dans les champignons
- Ne pas cueillir les fleurs avec leur racine : elles ne repousseraient plus
- Ne pas jeter les bouteilles en plastique dans la campagne.
- Ne pas jeter son huile de vidange dans la rivière, les poissons ne la digèrent pas.
- Ne pas jeter son mégot dans la forêt si on veut retrouver la forêt l'an prochain.
- Ne pas traverser les bois avec sa moto, ni avec sa musique à tue-tête, pensez aux oiseaux qui font la sieste.
- Ne pas faire pipi dans la mer par respect pour les crevettes

Mais ... applaudir un ciel étoilé.

Le respect de la nature est sacré car si un jour la terre refuse de faire du blé ou des pommes de terre, avec quoi mangeront nous nos moules ?





Histoire de la marche aux Jeux Olympiques ...

En plus des traditionnels tournois de tennis, grands prix de F1 et autres grands tours cyclistes, 2008 est l'année du foot et des Jeux Olympiques d'été. Ces derniers s'organisent cette année en Chine du 8 au 24 août.

Notre passe-temps favori, en devenant un sport à part entière, est devenu la **marche athlétique**, qui est une discipline sportive qui relève de l'athlétisme dans laquelle les engagés doivent marcher sans jamais courir, c'est-à-dire qu'un pied au moins doit être en permanence en contact avec le sol tandis que la jambe de soutien doit être droite (pas pliée au genou) depuis le moment où le pied touche le sol jusqu'à ce qu'elle passe au dessous du corps. La marche athlétique est une discipline olympique avec des épreuves disputées sur 20 km (hommes et femmes) et 50 km (hommes seulement). Il faut savoir que pour pouvoir participer aux Jeux Olympiques et ainsi représenter son pays, des pré-sélections sont organisées et les athlètes doivent alors pouvoir effectuer leur distance de prédilection en un temps déterminé. Lors de l'épreuve, les compétitions se déroulent sur des pistes en circuit, des juges surveillant les athlètes pour relever les infractions aux règles. Les juges peuvent sortir des « cartons rouges » pour signaler les infractions et, au bout de trois infractions, une palette rouge qui signifie la disqualification de l'intéressé. Les disqualifications sont courantes dans les courses d'élite.

Les plus rapides ... le Russe Vladimir Kanaykin qui termine l'épreuve du 20 km en 1h17'16''
 le Russe Denis Nizhegorodov qui termine l'épreuve du 50 km en 3h34'14''
 et chez les dames, la Russe Olimpiada Ivanova qui termine l'épreuve des 20 km en 1h24'50''

Un peu d'histoire ... c'est en 1924 qu'apparaît pour la 1^o fois une épreuve de marche : il s'agit d'un 10 km pour hommes remporté par l'Italien Ugo Frigerio en 47'49''. Il faudra ensuite attendre 1932 pour voir l'Anglais Thomas Green remporter cette fois un 50 km en un peu moins de 5h. C'est en 1948 que sont alors proposés un 10 et un 50 km et ce sera en 1956 que le 10 km sera définitivement remplacé par un 20 km. En 1992, les premières compétitions féminines sur 10 km voient le jour et depuis l'an 2000, les dames s'affrontent exclusivement sur un 20 km.

Les choses ont fortement évolués depuis les 1^o Jeux Olympiques modernes de 1896 au cours desquels ne participèrent que 241 athlètes (aucune femme) dans 43 épreuves et représentant seulement 14 pays dans des stades pour ainsi dire vides. Depuis, sont nés les Jeux Olympiques d'hiver, les Jeux Paralympiques, les Jeux Olympiques de la Jeunesse d'été et d'hiver. Certaines disciplines ont disparus (la lutte à la corde, le hockey en patins à roulettes) pour laisser place à d'autres. Pour 2008, 70.000 volontaires sont attendus mais aussi plus de 10.000 athlètes dont 1/3 de femmes, représentant plus de 200 pays, dans plus de 300 disciplines. Nous serons près de 4.000.000.000 de téléspectateurs à suivre les exploits de ces sportifs retransmis dans le monde entier entraînant en cela un formidable marketing.

Allez, bonnes vacances ... sportives à tous !



A savoir ...

L'influence positive de l'activité physique ne se limite pas à la perte de poids. C'est en effet une excellente manière de souffler un peu, de chasser le stress et d'améliorer sa condition générale.

Nous aurions intérêt à faire un peu plus d'exercices, c'est une véritable assurance santé. Le taux de cholestérol est revu à la baisse. Il y a un moindre risque d'ostéoporose, de diabète, d'affections cardiaques. Le stress est évacué et on se sent mieux dans sa peau.

Beaucoup ne sont pas encore convaincus que l'activité physique est une condition essentielle à une bonne santé. Mais, nul besoin de devenir champion : il suffit de s'entraîner à son propre rythme, de bouger sainement et régulièrement pour garder son cœur en forme.

Pensez-y !



Revue de presse ...

Article issu du journal toutes-boîtes 'Passe-Partout', peu après notre marche d'Halloween.



Marcheurs «Sans Soucis»

GHLIN - Le club des Sans Soucis à Ghlin a été fondé en 1975. Il compte aujourd'hui quelque 250 membres... tous «marcheurs»! Dans leurs nombreuses randonnées, les Sans Soucis entendent promouvoir la découverte et le respect de la nature, l'entretien et la condition physique, la création de liens d'amitiés entre randonneurs de tous âges et de tous horizons. Les Sans Soucis organisent 4 marches pendant l'année et ils participent en masse aux organisations de leur fédération (FFBMP). Leur prochain rendez-vous? Le 17/2/08 à Ghlin pour des promenades de 7 à 30 km. Infos: <http://users.skynet.be/sans.soucis>.

ECU

Classement du Challenge A.C.H.O.



Voilà déjà qu'une petite moitié des marches de l'A.C.H.O. sont organisées et nous naviguons toujours au milieu du tableau (c'est déjà mieux que l'Albert diront certains ! ☺) ! Malheureusement, au moment de mettre sous presse, nous ne disposons pas d'un tableau actualisé Mais bon l'important reste de participer et surtout de continuer à marcher par plaisir avant toute chose.

Pour cette année l'A.C.H.O. a choisit d'offrir un superbe parapluie pour les marcheurs qui, à la fin de l'année, auront accompli un minimum de 12 marches sur les 15 proposées pour le Challenge.

																				TOTAL
HT.028	Marcheurs de la Sylle	194	174																	368
HT.061	Marcheurs Police Mons	168	93																	261
HT.060	Le Roitelet Ladeuze	125	129																	254
HT.018	Val de Verne Péruwelz	82	114																	196
HT.001	Les Sucriers Brugelette	81	58																	139
HT.067	Les Hurlus en Balade	44	78																	122
HT.076	Van Cogh Cuesmes	58	31																	89
HT.062	Les Trouvères Ellezelles	48	18																	66
HT.072	Footig-Club Ostiches	34	22																	56
HT.050	Vaillants Acrenois	28	27																	55
HT.043	Ropieurs de Mons	35	17																	52
HT.029	Sans-Soucis Ghlin	X	45																	45
HT.051	Marcheurs du Souvenir	22	22																	44
HT.003	Verdigym Flobecq	12	10																	22
HT.069	Randonneurs Ht-Escout	21	X																	21

Le 14 septembre, le car nous emmène à ...

... Plombières, club avec qui nous sommes jumelés depuis 25 ans et qui nous proposera des parcours de 6,12 et 21 km.

Pour cette occasion, nous vous espérons très nombreux.

Nichée dans un écrin de verdure, parmi les pâturages et les vallons boisés, la commune de Plombières vous accueille en dévoilant son histoire exceptionnelle et ses traditions. Situé aux confins de la Belgique, logé entre l'Allemagne et les Pays-Bas, le pays des trois frontières s'étend sur 5.382Ha avec une population d'un peu plus de 9.000 habitants.



Départ : 7h30' Place de Ghlin et 7h45' Nimy Retour : +/- 19h30' Date limite inscription : 7 septembre



Pour participer à un voyage, une seule règle à respecter : **s'inscrire et payer à temps !**



- 1) Soit lors d'un déplacement : vous payez alors le car de votre prochain voyage
 - soit le jour même.
 - soit le plus rapidement possible sur le compte.
- 2) Soit
 - d'abord téléphoner à **Jean-Pierre** pour savoir s'il y a de la place.
 - et ensuite payer aussitôt sur le compte.
 - obligation de payer dans les délais pour pouvoir réserver son voyage.
 - attention : pas de réservation = pas de voyage !
 - soyez sympas : un empêchement ? Prévenez vite **Jean-Pierre**.
 - priorité d'abord aux Sans-Soucis, ensuite aux membres d'autres clubs.
 - pas de places réservées dans le car.

Participation : adultes et enfants de plus de 12 ans : 12€ - enfants de moins de 12 ans : 3€



Il est impératif de prévenir Jean-Pierre en cas d'empêchement.

A L'ALLER COMME AU RETOUR, SOYEZ PONCTUELS ! MERCI.

Jean-Pierre.

Flash info ...



Salon de l'accueil extra scolaire au Lotto Mons Expo ...

Au moment de mettre sous presse, nous n'avions toujours reçu aucune nouvelle concernant notre possible participation à ce salon. Nous savons toutefois que ce salon s'organisera les 6 et 7 septembre. Il s'agira d'y faire connaître notre Club en tenant sur place un petit stand à partir duquel nous essayerons de toucher le public le plus large possible. Pour autant que nous ne nous trompions pas, l'entrée et la participation à ce salon étaient gratuites en 2007. Au plaisir donc de vous y rencontrer ...



Barbecue 2008 ...

En dernière minute, nous avons dû annuler l'organisation de notre journée de l'amitié initialement prévue en juin en nos locaux habituels, faute de pouvoir disposer d'une salle.

Ce n'est que partie remise puisque nous organiserons bel et bien notre barbecue le samedi 20 septembre, le programme de cette journée restant inchangé.

Il est donc toujours possible de s'y inscrire et les personnes qui ont déjà payé leur réservation mais sont indisponibles à la date du 20/09, s'arrangeront avec notre Trésorier, Jean-Claude, pour les modalités de remboursement.

LES RANDONNEURS TRANSFRONTALIERS DU MERCREDI MATIN

PROGRAMME JUILLET-AOÛT-SEPTEMBRE-OCTOBRE 2008

Date	Localité	Lieu de départ	Départ de Dour (parking Delhaize)
------	----------	----------------	------------------------------------

JUILLET 2008

02/07	Ghlin B7011	Place église	8h45
09/07	Stambruges B7973	Mer de sable	9h00
16/07	Boussu St Charles B7300	Stade RFB	9h00
23/07	Angre B7387	Place église	9h00
30/07	Villerot B7334	Place église	9h00

AOÛT 2008

06/08	Roisin B7387	Place	9h00
13/08	Bonsecours B7603	Maison de repos ND de la Merci	8h45
20/08	Colfontaine B7340	Pavillon de chasse	9h00
27/08	Aulnois B7040	Place du Château d'eau	8h45

SEPTEMBRE et DEBUT OCTOBRE 2008

03/09	Chièvres B7950	Place	8h45
10/09	Houdain les Bavay F59570	Place	9h00
17/09	Herchies B7050	Place église	8h45
24/09	Mecquignies F59570	Place église	8h45
01/10/	Blaugies B7370	Place église	9h00
Dimanche 05 octobre : repas annuel à ARBRE			
08/10	Louvignies-lez -Bavay F59570	Place église	8h45

Contacts : Robert : 065/65.39.77
Claude 065/65.23.70

Participation aux frais : 0,5 € par personne.

Notre site Internet : <http://losin.skynetblogs.be/>

Sur la commune de Dour :
<http://www.communedour.be/site/Marche.html>

Flash info ...



Nous soutenons ...

'Les Liserons' est un centre de jour qui accueille 34 personnes qui présentent une déficience mentale modérée ou sévère avec parfois un handicap associé : handicap sensoriel (auditif ou visuel). L'équipe éducative pluridisciplinaire tente de permettre à ces personnes de s'épanouir pleinement, de conserver et d'accroître leur autonomie ainsi que leurs acquis antérieurs et ce, par diverses activités alliant en un juste équilibre le travail et les loisirs. Pour pouvoir mener à bien un projet d'échange professionnel au Burkina Faso ce qui permettra d'enrichir leurs connaissances et cela les tient fortement à cœur, l'équipe éducative a eu l'idée d'organiser une marche.

Notre Club s'est ainsi engagé à les soutenir. Nous vous demandons donc de leur accorder votre confiance lors de cette manifestation ou de proposer votre aide. Celle-ci se tiendra le 19 octobre de 8h00' à 15h00' selon les parcours et proposera des parcours de 5 – 10 – 15 et 20 km au départ de l'institution 'les Liserons' située rue Bonaert, 29 à Ghlin, à quelques centaines de mètres de nos locaux.



Calendrier des marches - Juillet 2008

Mercredi 2 juillet	NA029	Les Spitants de Namur Salle "La Renardière" 5100 Wépion	14-7-4 km	10-18h
Samedi 5 juillet	HT062	Club de Marche "Les Trouvères" Salle Wallemacq 7890 Ellezelles	50 km 25-14-7 km	07h-09h 07h30-15h
	***	Challenge Interclubs	***	
	NA012	Les Panards Winennois Salle "L'Aventura" 5570 Winenne	30-20-12-6 km	07h-14h
Dimanche 6 juillet	HT072	Footing Club Ostiches Football Club 7804 Ostiches	42-30-20-12-7-5 km	07h-15h
	***	Challenge Interclubs	***	
	NA012	Les Panards Winennois Salle "L'Aventura" 5570 Winenne	20-12-6-4 km	08h-14h
Mardi 8 juillet	NA058	Les Pandas de Jemeppe Sur Sambre Salle Communale 5190 Balâtre	15-10-5 km	14h-19h
Samedi 12 juillet	HT014	Marcheurs de la Police de Jumet A54 Sortie 21 ou 22 6230 Viesville	70 km 50 km 25-15-20-14-7 km	05h30-07h 05h30-09h 07h-15h
Dimanche 13 juillet	HT011	Les Marcheurs du XII de Marcinelle Salle Saint-Martin 6110 Montigny-le-Tilleul	20 km 10-5 km	07h-13h 07h-15h
Jeudi 17 juillet	NA016	Batteurs de Cuir Dinant Ferme "Au Centre du Village" 5560 Hulsomniaux	21-12-6 km	10h-18h
Vendredi 18 juillet	HT025	Les Marcheurs de la Police de Binche Salle du Kursaal 7130 Binche	100 km	21h En masse
Samedi 19 juillet	HT025	Les Marcheurs de la Police de Binche Salle du Kursaal 7130 Binche	25 km 12-6-4 km	06h-11h 07h-14h
	NA040	Les Castors de Comognes de Vedrin Château de Franc-Warêt 5380 Franc-Warêt	42-30-20-12-6 km	07h-15h
Dimanche 20 juillet	HT065	Les Aigles de Bellecourt Salle "La Bergerie" 7170 La Hestre	25-12-5 km	08h-15h
	NA057	Altitude 505 Gedinne Salle Tannerie 5575 Gedinne	28-20-12-6 km	07h30-15h
Lundi 21 juillet	HT069	Les Randonneurs du Haut-Escaut Salle "Le Disco" 7640 Péronnes-lez-Antoing	25-17-12-7-4 km	07h-15h
	NA056	La Caracole Andennaise Salle Polyvalente Site Godin 5300 Andenne	42-21-12-6 km	07h-15h
Samedi 26 juillet	HT031	Les Tatanes Ailées Epinois Cercle "L'Union" 7134 Leval-Trahegnies	50 km 20-10-5 km	06h-09h 07h-15h
	NA050	Les Diables Rouges Salle "Les Echos du Viroin" 5670 Vierves/Viroin	30-20-10-5 km	08h-14h
Dimanche 27 juillet	HT009	Les Traine-Savates de Montignies S/Sbre Salle de Fêtes 6280 Gerpennes	21-12-6-4 km	08h-14h
	NA035	Les Kangourous de Falisolle Salle "Notre Maison" 5560 Houyet	42-30-21-12-8-4 km	07h-15h

Flash info ...



Souper 2008 ...

Déjà, histoire de vous mettre l'eau à la bouche mais aussi pour ne pas oublier notre rendez-vous (ce sera le samedi 15 novembre), nous pouvons vous annoncer le thème de notre prochain souper : après la Grèce, c'est l'Europe qui sera mise à l'honneur. Sous forme de buffet, de l'Espagne (sangria) à la Norvège (saumon rose fumé extra doux), de la France (rôti de charolais au thym) à la Grèce (gambas grillé), nous visiterons 6 à 7 pays et tout ça, pour le même prix que l'année précédente.

Allez, à vos fourchettes !



Calendrier des marches - Août 2008

Vendredi 1 août	NA052	Les Djales D'Anhée Salle Ste Thérèse 5537 Annevoie	18-12-6-4 km	10h-17h
Samedi 2 août	HT012	Le Coq d'Or Ecaussinois Maison du Peuple 7190 Ecaussines	45 km 35 km	07h-09h 07h-11h
		Challenge des 5 Provinces	25-15-7-4 km	08h-15h
	NA017	Les Sangliers du Sanson Salle de Haut-Bois la Vie 5340 Haltine	21-12-6 km	07h-15h
Dimanche 3 août	HT050	Les Vaillants Acrenois Athenée Royal de Lessines 7860 Lessines	30-20-12-6 km	08h-15h
	***	Challenge Interclubs (25e anniversaire)	***	
	NA015	Les Spartiates de Gembloux La Bulle Terrain de Football 5032 Bossière	21-12-6 km	07h-14h
Lundi 4 août	NA012	Les Panards Winennois Athenée Royal 5570 Beauraing	20-12-6 km	10h-17h
Mercredi 6 août	NA018	Les Marcheurs de l'Amitié Salle de l'Amicale 5300 Petit-Waret	12-6 km	09h-17h
Samedi 9 août	HT010	Les Marcheurs Ransartois Salle de Fêtes 6220 Wangenies	20 km 10-5 km	07h-13h 07h-15h
	NA054	Marcheurs des Hautes-Roches Salle Dothorpa 5670 Dourbes	42-30-20-11-8-5 km	07h-15h
Dimanche 10 août	HT006	Club Pedestre Ecuireuil Chatelet Ecole St Joseph 6250 Presles	20-13-6-4 km	07h-14h
	NA054	Marcheurs des Hautes-Roches Salle Dothorpa 5670 Dourbes	42-30-20-11-8-5 km	07h-15h
Vendredi 15 août	HT071	Les Sympas de Landelies Salle Omnisports H.Laloyaux 6211 Landelies	21-11-6 km	07h-15h
	NA060	Le Joyeux Marcheur Flawinne Centre Sportif de Flawinne 5020 Flawinne	30-25-18-12-7 km	07h-15h
Samedi 16 août	NA058	Les Pandas de Jemeppe-Sur-Sambre Salle des Fêtes 5190 Spy	20-10-5 km	08h-15h
Dimanche 17 août	HT073	Marcheurs d'Imbrechies en Thierache Salle Familia 6591 Macon	30-21-14-10-5 km	07h-15h
	NA001	Footin Club Fosses Salle La Baillerie 5070 Fosses-la-Ville	20-15-10-6-4 km	07h-14h
Mercredi 20 août	HT048	Les Roteus Waibiens Thuin Buvette du Football 6530 Thuin-Waibes	12-6-4 km	10h-18h
Samedi 23 août	NA026	Les Culs de Jatte du Mauge Salle "Le Petit Baillonville" 5377 Baillonville	50 km 30-21-14-7 km	06h-09h 06h-15h
Dimanche 24 août	HT000	Comité Provincial du Hainaut Salle Athur Beghin 6183 Trazegnies	30-22-16-10-5 km	07h-15h
	NA044	Les Fougans Brasserie du Bocq 5530 Purnode-Yvoir	30-22-12-7 km	07h-15h
Mercredi 27 août	NA031	Les Hull'ottes Profondville Buvette Terrain de Football 5170 Profondville	12-6 km	14h-19h
Samedi 30 août	HT070	Marching Team Saint Gabriel Maurage Salle St Joseph 7110 Strepy-Bracquegnies	43 km 30-20-10-5 km	07h-09h 07h-14h
	NA028	Les Bergeots Complexe Sportf 5620 Florennes	50 km 30-21-12-6 km	07h-09h 07h-14h
Dimanche 31 août	HT001	Les Sucriers de Brugelette Salle Omnisports 7940 Brugelette	30-20-12-6 km	07h-15h



Calendrier des marches - Septembre 2008

Vendredi 5 septembre	NA015	Les Spartiates de Gembloux Salle "Chez Nous" 5031 Grand-Leez	21-12-6 km	08h-14h
Samedi 6 septembre	HT019	Les Gratte-Pavés Erquelinnois Centre Culturel Rue St Médard,6 6560 Sole-Sur-Sambre	30 km 20 km 12-6 km	07h-10h 07h-12h 07h-15h
	NA053	Les Crayas du Thiry Ecole Communale 5670 Oignies-En-Thierache	42-30-21-12-6 km	07h-15h
	HT051	Les Marcheurs du Souvenir de Leuze Salon "L'Essor" 7903 Chapelle-A-Oie	12-6 km	14h-19h
	HT067	Les Hurlus en Balade Salle Roger Lefebvre 7742 Herinnes (Pecq) *** Challenge Interclubs ***	30-24-18-12-7-5	04h-15h
Samedi 13 septembre	NA035	Les Kangourous de Falisolle Salle St Ghislain 5640 Devant-Les-Bois	21-12-6-3 km	07h-15h
	HT060	Le Roitelet Centre Culturel et Sportif 7950 Ladeuze(Chièvres)	20-15-10-5 km	08-15h
	NA059	Les Randonneurs de la Haute Meuse Salle "Récréar" 5540 Hastière	20-12-6 km	07h-15h
	HT011	Les Marcheurs du XII de Marcinelle Ecole Bois Marcelle 6001 Marcinelle	12-6 km	14h-19h
Dimanche 14 septembre	HT045	Les Peleux Chatelineau Ecole des Frères 6200 Chatelineau	20-12-6-4 km	07h-15h
	NA017	Les Sangliers du Samson Centre Récréatif 5340 Mozet	32-24-13-6 km	07h-15h
Mercredi 17 septembre	NA000	Comité Provincial Namur Buvette du Jeu de Balle 5580 Eprave	12-6 km	14h-19h
Samedi 20 septembre	NA051	Les Godasses de Fraire Salle Paroissiale 5650 Fraire	15-10-5 km	14h-19h
Dimanche 21 septembre	HT034	Trotteux Su L'Roc Beaumont Salle de l'Espérance 6500 Solre-St-Gery	20-15-10-5 km	07h15h
	NA052	Les Djaes d'Anhée Salle du Chérumont 5537 Bioul-Anhée	30-22-12-6-4 km	08h-15h
Samedi 27 septembre	HT033	Les Infatigables de Jumet Salon Communal 6030 Goutroux	21-14-7-3 km	08h-14h
Dimanche 28 septembre	HT061	Les Marcheurs de la Police de Mons Salle Calva 7030 Saint-Symphorien	30-20-12-6 km	07h30-15h
	***	Challenge Interclubs	***	
	NA049	Les Piverts de Courrière Salle "Cécilia" 5336 Courrière	25-20-12-6 km	07h-15h
Déplacements en Car				
Dimanche 14 septembre	LG091	Plombières Inscription: Jean-Pierre Moreau	21-12-6 km	Sans-Soucis

Flash info ...

Pour certains d'entre vous, il est bientôt temps de faire les valises. Le voyage pour l'Aveyron approche à grands pas et il reste quelques détails à régler. N'hésitez pas à contacter Christian Leporcq qui se fera un plaisir de vous donner les derniers détails pour que tout soit en ordre avant de partir.

Allez, amusez vous bien et rapportez nous encore pleins de belles photos. A bientôt les amis !



Compte-rendu de ...



Les prochaines réunions de Comité se tiendront en nos locaux habituels à Ghlin et auront lieu le 19/09, 24/10 à 19h30. Sur demande, auprès d'un Membre du Comité, vous pouvez assister à ces réunions.

La réunion de Comité du mois d'avril ...

Après lecture et discussion des courriers reçus et envoyés, la réunion est essentiellement passée à préparer la marche d'avril.

La réunion de Comité du mois de mai...

Après l'habituelle évocation des courriers reçus et envoyés, le Comité met essentiellement cette réunion à profit pour préparer la journée de l'amitié et faire le bilan de la marche du mois d'avril. Nous recevons la visite d'une responsable des ' Liserons ' qui souhaite obtenir notre aide et nos conseils pour l'organisation d'une marche.

La réunion de Comité du mois de juin ...

Petite réunion avant les vacances (bien méritées pour le Comité qui se retrouvera alors en septembre) : habituels courriers reçus et envoyés. Faute de salle disponible, la journée de l'amitié est reportée en septembre. Déjà, on décide le thème du banquet de fin d'année.

La réunion de l'A.C.H.O. du mois de

En l'absence de Roger, c'est Nicole qui assume la direction de la réunion.

Le choix du lot pour les participants au challenge de l'A.C.H.O. se porte à l'unanimité sur un parapluie.

Les Van Gogh de Cuesmes se proposent d'organiser le prochain souper.

A sa demande, le club de Mont Marche Tournai sera invité à une réunion de rencontre avant d'intégrer l'A.C.H.O.

Joseph, trésorier, fait rapport des finances. On évoque le souper précédent avant la désignation des vérificateurs aux comptes. Enfin, Francis présente la marche nationale et appelle les Clubs à aider pour assurer une bonne organisation générale.

Les déplacements en car des Clubs de l'entité montoise ...



HT 061	Police de Mons	14 septembre	Saint Vith	Eliane BLAIRON	0478.36.51.58
HT 043	Ropieurs	26 octobre	Anvers	Roger CAMBIER	0496.79.26.14 ou 065.31.90.13

Flash info ...



Assemblée Générale 2009 ...

Les vacances commencent à peine, qu'il nous faut déjà parler de l'hiver et de notre prochaine Assemblée Générale. D'ores et déjà, nous ouvrons les candidatures pour rejoindre le Comité. Vous pouvez aussi apporter vos modifications aux Statuts et Règlements du Club. Une seule marche à suivre : rentrer candidature et/ou modifications des Statuts et Règlements par écrit avant le 15 décembre en envoyant votre courrier à notre Secrétaire, Christian ou en le remettant à un Membre du Comité. Sans pour autant intégrer le Comité, vous pouvez aussi proposer votre aide pour des tâches bien spécifiques. Renseignez vous auprès d'un Membre du Comité si cela vous intéresse.

Dans ce périodique, vous trouverez les Statuts du Club. Dans le prochain numéro, vous y trouverez le Règlement de Comité et dans le 1^{er} périodique de 2009, les noms des possibles futurs Membres du Comité ainsi que les noms des Membres rééligibles.

Statuts du club ... 1^o partie



CLUB DE MARCHÉ LES SANS-SOUCIS (Ghlin) STATUTS ET REGLEMENTS EN VIGUEUR AU 10/11/2006

I. DISPOSITIONS GENERALES, BUTS ET SIEGE

- Art 1.** Le 25 juin 1975, un club de marche fut créé sous forme d'association de fait. Les membres fondateurs étaient : Hilaire Debeil – Jean-Claude Debeil – Fernand Lelong – Willy Wéry - Jean-Noël Lamblin. Le nom de « Sans-Soucis » fut adopté le 30 avril 1976.
- Art 2.** Le Club des « Sans-Soucis » a pour but de promouvoir toutes les activités liées à un retour à la nature, l'entretien de la condition physique et de l'amitié, en faisant abstraction de toute considération d'ordre philosophique, politique ou religieux.
- Art 3.** Le siège social de l'Association est situé à l'adresse du Secrétaire.
- Art 4.** Le Club des « Sans-Soucis » est affilié à la Fédération Francophone Belge de Marches Populaires (FFBMP) depuis le 10 mars 1978, sous le numéro matricule HT029, et s'est engagé à en respecter les statuts et règlements. Pour être admis à la FFBMP, le Club des « Sans-Soucis » a été parrainé par les « Amis de la Nature » de Brugelette et les « Pierreux » de Soignies.
- Art 5.** L'association est constituée pour une durée illimitée. Elle pourra être dissoute en tout temps par décision d'une Assemblée Générale extraordinaire convoquée à cet effet, et réunissant au moins 50% des membres.

II. LES MEMBRES

- Art 6.** Le Club est ouvert à tout marcheur animé d'un esprit d'amitié, d'entraide et amoureux de la nature.
- Art 7.** Tout marcheur qui s'inscrit au Club de « Sans-Soucis » s'engage à en respecter les statuts et règlements, le code de la route et les lois de protection de la nature.
- Art 8.** Les membres peuvent se rendre aux marches de leur choix. Ils s'engagent à marcher sous le nom de « Sans-Soucis » et à en porter les couleurs.
- Art 9.** L'inscription des membres est annuelle et doit être agréée par le Comité. Le montant de la cotisation est fixé par le Comité et couvre l'année civile.
- Art 10.** Tout membre portant atteinte au bon renom du Club pourra être exclu par décision du Comité.

III. LE COMITE

- Art 11.** L'administration du Club est confiée à un Comité. Le Comité qui dispose de son règlement d'ordre intérieur qui fait partie intégrante des Statuts et qui est annexé à ceux-ci. Le Comité a pour mission de veiller au respect des statuts et règlements, et de prendre les décisions qui s'imposent pour la bonne marche du Club. Les décisions sont prises à la majorité simple. En cas d'égalité, un deuxième tour est organisé. S'il y a toujours égalité, le Président prend la décision.
- Art 12.** Le Comité assure en outre les responsabilités suivantes : Présidence – Secrétariat – Trésorerie – Relations publiques – Assurances – Conception des parcours – Matériel – Vêtements – Périodique et tout autre poste à responsabilité qu'il juge nécessaire de créer pour assurer son bon fonctionnement.
Ces responsabilités peuvent être partagées (Vice-président, Secrétaire adjoint, Trésorier adjoint, etc...) et peuvent être cumulées. Toutefois, la Présidence, le Secrétariat et la Trésorerie doivent être assurés par trois personnes différentes. Le mandat des membres du Comité est gratuit.
- Art 12.bis** Toutefois, le Comité peut déléguer une partie de ses responsabilités à un ou plusieurs membres du Club à l'exception des postes de Président, de Secrétaire et de Trésorier ainsi que leurs adjoints.
- Art 13.** Tous les deux ans (années paires), des élections seront organisées lors de l'Assemblée Générale Statutaire, dans le but de renouveler au maximum une moitié du Comité, qui sera définie par le Comité lui-même. Une Assemblée Générale Extraordinaire peut également être convoquée, à la demande du Comité, lorsque celui-ci estime que le nombre de membres du Comité n'est plus suffisant pour assurer la bonne gestion du Club.
- Art 14.** Sont admis comme électeurs les membres âgés de 16 ans au moins le jour de l'élection.

- Art 15.* Pour être éligible, le candidat devra être membre du Club depuis un an au moins, et avoir atteint l'âge de 18 ans le jour de l'élection. Il devra envoyer sa candidature écrite dans les délais prévus dans l'appel aux candidats, lancé par la voie du périodique. Seront élus les candidats qui auront récolté un minimum de 40% des voix. Après les élections, le Comité se réunira pour la distribution des postes. Pour accéder à un poste tel que président, secrétaire ou trésorier, le candidat aura une présence d'un an minimum au sein du Comité.
- Art 16.* Le Comité se réunira une fois tous les deux mois au moins. Tout membre du Club peut demander à ce que soit inscrit un point particulier à l'ordre du jour. Il doit alors en aviser par écrit un membre du Comité, qui en fera part au Président. Tout membre du Club a également la faculté de participer à une réunion du Comité, à condition d'en faire préalablement la demande. Un maximum de deux membres ordinaires seront acceptés aux réunions de Comité. Ces membres ordinaires n'auront pas le droit au vote pendant les réunions de Comité.
- Art 17.* Les membres du Comité sont tenus de participer aux réunions de Comité. Trois absences injustifiées entraînent l'exclusion du Comité.
- Art 18.* Si un membre du Comité a gravement failli à ses devoirs, son exclusion peut être demandée par 5 membres du Comité au moins et doit être approuvée par les 2/3 des membres du Comité. Le membre du Comité exclu peut aller en appel devant une Assemblée Générale Extraordinaire.

IV. BUDGETS ET RESSOURCES DE L'ASSOCIATION

- Art 19.* Le Club n'est pas une entreprise commerciale. Les ventes diverses, lors des marches, doivent être faites à prix démocratiques.
- Art 20.* Toute dépense du Club doit être approuvée lors des réunions de Comité.
- Art 21.* En cours d'exercice, une part de l'avoir en caisse devra être attribuée aux marcheurs sous des formes diverses : participation dans le paiement des voyages en car, Saint-Nicolas des enfants membres, intervention dans le prix du souper Toutefois, pour éviter les abus, le Comité peut être amené à imposer certaines conditions ou restrictions pour l'emploi de certains de ces avantages. Ces conditions ou restrictions devront être stipulées impérativement dans le premier périodique de l'année et seront appliquées sans exception. Un fonds de roulement pour l'année suivante sera maintenu. Annuellement, une somme fixée par le Comité sera attribuée à une œuvre philanthropique désignée par le Comité.
- Art 22.* Le Club peut recevoir tout don, legs, subside ou contribution volontaire.
- Art 23.* En cas de dissolution, le reliquat éventuel des avoirs du Club, après apurement des créances et liquidation des avantages réservés aux membres sera versé à un Club sportif similaire ou à une œuvre philanthropique suivant la décision de l'Assemblée Générale Extraordinaire.
- Art 23 bis.* Les membres composant le Comité gérant la dissolution seront les garants et responsables de l'application de l'article 23.

V. L'ASSEMBLEE GENERALE STATUTAIRE

- Art 24.* Chaque membre est tenu de participer à l'Assemblée Générale Statutaire qui a lieu chaque année en novembre. La date exacte de cette assemblée est annoncée dans le périodique.
- Art 25.* Au cours de l'Assemblée Générale Statutaire, il sera fait appel à deux volontaires, pour la vérification des comptes de l'exercice suivant. Ces deux personnes seront membres du Club depuis un an au moins, et seront âgées de 21 ans au moins. Elles ne pourront ni faire partie du Comité, ni être candidates aux élections de l'année en cours. Elles auront pour mission de vérifier les comptes au nom de tous les membres du Club, une fois l'an, dans les jours qui précèdent l'Assemblée Générale Statutaire, et de faire rapport lors de l'Assemblée Générale Statutaire.

VI. LE PERIODIQUE

- Art 26.* Quatre fois par an, sera édité un périodique, qui sera un lien entre les membres. Il contiendra les informations diverses du Comité, et d'autres articles d'intérêt général. Chaque membre du Club pourra envoyer des articles au responsable du périodique.

MODIFICATIONS AUX STATUTS

- Art 27.* Les présents Statuts peuvent être modifiés tous les deux ans (années paires). Chaque membre a le droit de proposer des modifications aux Statuts. Les propositions de modifications doivent parvenir par écrit au Secrétaire dans les délais annoncés par la voie du périodique. Toute modification aux Statuts doit être approuvée à la majorité simple par l'Assemblée Générale Statutaire, et le cas échéant, entrera en vigueur immédiatement.

VII. DIVERS

- Art 28.* Pour ce qui n'est pas prévu dans les présents Statuts, le Comité prendra les décisions qui s'imposent, au 2/3 des voix.

PERDU - RETROUVE

8 Le positionnement sur une carte (2)

D. Les coordonnées rectangulaires UTM.

Alors que les coordonnées lat. / long conviennent parfaitement aux astronomes, aux marins et aux aviateurs elles sont vraiment peu commodes pour l'infanterie, et a fortiori pour les randonneurs.

Les piétons parlent en kilomètres et en mètres! Et un kilomètre en hauteur vaut toujours un kilomètre en largeur.

Depuis longtemps donc, les militaires utilisent un système de grille rectangulaire qui vient se superposer aux autres indications de la carte. Cette grille est généralement matérialisée par des lignes horizontales et verticales espacées d'1 km et formant des carrés facilement reconnaissables sur la carte. Un point est repéré par des distances par rapport aux bords de la grille.

Cette idée a été reprise pour aboutir à un nouveau système universel de coordonnées métriques et rectangulaires, couvrant toute la planète.

Le système de référence

La terre est divisée en 60 fuseaux de longitude, d'une largeur de 6°, ce qui est relativement étroit. Chaque fuseau est donc centré sur un méridien, et ne s'en écarte pas de plus de 3 degrés de longitude (on admet une tolérance de ½ degré si nécessaire en bord de carte. Ces fuseaux sont numérotés de 1 à 60. Le premier fuseau à l'est du méridien de Greenwich porte le n° 31 et est en fait « centré » sur le méridien 3°E. La Belgique se situe presque entièrement dans le fuseau 31, elle déborde un peu dans le fuseau 32. Les « coordonnées » d'un point sont indiquées par rapport à son fuseau.

Il n'y a plus un seul système de référence, mais bien soixante ! Ceux-ci sont eux-mêmes bien définis par rapport à l'équateur et par rapport au méridien de Greenwich : on passe assez facilement du nouveau système à l'ancien et vice-versa.

Ajoutons que pour la rigueur des calculs géodésiques, on a encore divisé chaque fuseau verticalement en secteur de 10° de latitude (soit 1.111 km) et on a donné à ces secteurs des noms de lettre. La Belgique se situe dans le fuseau numéro 31, secteur U.

Un positionnement commence donc par une référence au fuseau et au secteur : 31 U pour la Belgique. La référence au secteur (le « U ») n'est pas utile pour le piéton, et elle est de plus en plus souvent omise.

L'unité est le mètre : on positionne un lieu théoriquement au mètre près. C'est trop précis pour être exploité graphiquement sur les cartes usuelles, mais les GPS de randonnées peuvent en tirer parti, eux qui atteignent aujourd'hui assez facilement une précision de deux mètres dans bonnes conditions de réception.

Le positionnement d'un point sera donc donné :

- par un nombre appelé « Easting » indiquant en mètres sa position vers l'est à l'intérieur d'un fuseau
- par un nombre appelé « Northing » indiquant en mètres sa position vers le nord depuis l'équateur.

La coordonnée Easting

C'est le pendant de la longitude à l'intérieur d'un fuseau.

Dans un fuseau donné (par exemple le fuseau 31), on devrait logiquement donner, à un point situé sur le méridien central du fuseau, la valeur « zéro » comme mesure de son écartement latéral. A un lieu situé 200 mètres à droite du méridien central, on aurait donné la coordonnée +200 et à un lieu situé 200 mètres à gauche du méridien central, on aurait donné la coordonnée - 200. Cela aurait été symétrique donc beau mais un signe « moins » est toujours source d'erreur, et on a voulu l'éviter.

On a donc tout décalé !

On a donné aux points situés sur le méridien central la coordonnée d'Easting 500.000 (mètres).

Un point situé 200 mètres à gauche du méridien central aura donc la coordonnée dite de « Easting » : 499.800. Comme les points d'un fuseau sont au maximum éloignés de 400 km du méridien central (en tenant compte de la tolérance de recouvrement de ½ degré de longitude) toutes les coordonnées d'Easting seront toujours positives et comprises entre 100.000 et 900.000

La coordonnée Northing

C'est le pendant de la latitude

Quel que soit le fuseau, le « Northing » exprime la distance en mètres par rapport à l'équateur.

Le Northing de l'équateur est donc zéro mètre (de même que la latitude de l'équateur vaut 0°).

Pour éviter des « Northing » négatifs dans l'hémisphère sud, on ajoute 10.000.000 mètres (soit 10.000 kilomètres, soit un quart de circonférence terrestre).

Alors qu'un lieu situé 300 m au nord de l'équateur a naturellement un Northing de 300, un lieu situé 300 mètres sous l'équateur aura un « Northing » de 9.999.700.



1 NOVEMBRE 2008

Le Club de Marche

LES SANS-SOUCIS

Organise sa traditionnelle marche d'Halloween

6 – 10 – 21 – 30 – 42 km

En allure libre

Au départ de la Salle ' Chez Nous '

Place de BLAUGIES

De 8h00' à 15h00' selon le parcours

Infos sur <http://users.skynet.be/sans.soucis/>

Par mail : sans.soucis@skynet.be

Par tél : 0477/51.02.54



Prix démocratiques
Récompenses aux groupes les mieux représentés



BIENVENUE A TOUS