



HT029

PERIODIQUE TRIMESTRIEL

AVRIL
MAI
JUIN

2011

2

**LES
SANS
SOUCIS**



Editeur Responsable :

Jean Primosig
Rue Marcel Dehon, 2
7011 GHLIN



Photos de couverture :
Jean-Claude Havaux



ORGANIGRAMME 2011 - HT029



Président	Jean PRIMOSIG	Rue Dehon, 2 7011 GHLIN Phone + fax: 065 31.81.31 GSM: 0477 51.02.54
Vice-Président	Paul CAMPION paul.campion@skynet.be	Cité G. Cornez, 52 7340 WASMES Phone: 065 67.63.50 GSM: 0477 86.95.19
Secrétaire Correspondant Club	Christian LEPORCQ ch.leporcq@gmail.com	Rue de la Liberté, 5 7390 QUAREGNON Phone: 065 78.12.05 GSM: 0498 22.99.77
Trésorier	Jean-Claude FIEVEZ jean-claude.fievez@skynet.be	Rue Fleurichamps, 55 7370 DOUR Phone: 065 65.53.57
Trésorier adjoint Responsable Matériel	Emile LERMUSIEAUX	Rue de la Culture, 19 7011 GHLIN Phone: 065 36.42.06 GSM: 0498 42.44.35
Responsable Assurances	Joseph DURIEUX joseph.durieux@yahoo.fr	Rue du Temple, 37 7011 GHLIN Phone: 065 33.68.56
Responsable Assurances Adjointe	Huguette JENART fernand_huguette@hotmail.com	Rue des Moineaux, 6 7011 GHLIN GSM: 0473 78.14.95
Relations Publiques	Sabrina HARVENGT sabharvengt@hotmail.com	Rue Hanotte, 30 7390 WASMUEL GSM: 0478 47.32.16
Responsable Cars	Jean-Pierre MOREAU jpmo46@hotmail.com	Clos de la Verte Colline, 32 7080 LA BOUVERIE Phone: 065 75.95.50 GSM: 0478 78.61.86
Responsable Salles, Animation, Tombolas et Carnets de Marches	Philippe ANTHOON phil.anthoon@gmail.com	Rue d'Ath, 37 7321 BLATON GSM: 0497 20.76.21 ou 0497 76.06.87
Responsable Cuisine	Bianca MURRU efisiolai@hotmail.com	Avenue Maréchal Foch, 862 7012 JEMAPPES Phone: 065 88.64.13
Responsable Contrôles	Frans CAUCHETEUR	Rue de Boussu, 114 7370 DOUR GSM: 0472 71.74.47
Responsable Vêtements et Périodique	Huguette JENART fernand_huguette@hotmail.com	Rue des Moineaux, 6 7011 Ghlin GSM: 0473 78.14.95
Responsable Bar	Jean-Paul DEQUEVY	Rue des Mineurs, 10 7390 QUAREGNON GSM: 0494 30.14.54
*** HORS COMITE ***		
Site Web et circuits	Pascal URBAIN pur@swing.be	Rue Delporte, 21 7350 THULIN Phone: 065/65.28.90 // GSM: 0475/54.01.17
	Efisio LAI efisiolai@hotmail.com	Avenue Maréchal Foch, 862 7012 JEMAPPES Phone: 065/88.64.13
Présidente d'Honneur	Francine CRUVEILLER	Echevine de la Mobilité et de la Jeunesse à Mons
<u>Compte bancaire</u>	IBAN: BE32795579120402 BIC: GKCCBEBB Les Sans Soucis 7370 Dour	<u>Veuillez communiquer tout changement d'adresse au Trésorier ou à un membre du Comité.</u>

Site web: <http://users.skynet.be/sans.soucis/>

Le mot du président ...

Mars 2011.



Chers amis,

Au nom de tout mon comité, je souhaite la bienvenue aux nombreuses personnes qui se sont récemment inscrites au club des « Sans Soucis ». J'espère qu'elles passeront d'agréables moments parmi nous.

Le 12 février, lors de notre marche du Mouligneau à Ghlin, nous avons accueilli 1198 marcheurs venus de tous les coins du pays. Enchantés par les circuits des années précédentes, ils ont encore répondu présents cette année.

Je remercie tout spécialement Pascal pour les circuits proposés ainsi que les « flêcheurs » des parcours qui rencontrent parfois de grosses difficultés surtout par mauvais temps. Un grand merci également aux différents membres qui se dépensent sans compter pour leur club. Nous avons tous passé une journée magnifique, une journée « Sans Soucis » en somme.

Notre marche du printemps aura lieu le 09 avril prochain à Elouges. Pour mener à bien les nombreuses tâches qui nous incomberont pour le bon déroulement de cette journée, je sollicite dès à présent votre aide. Je suis convaincu que vous serez nombreux à répondre présents ! D'avance, je vous en remercie.

J'espère que vous avez tous apprécié le confort des cars de la nouvelle société de transport de même que l'amabilité des chauffeurs à notre égard. Notre premier voyage à Banneux a connu un réel succès et je m'en réjouis.

Notre prochaine excursion est prévue pour le 27 mars et aura comme destination Mirwart. Je compte beaucoup sur votre participation.

Je vous propose de consulter le site des « Sans Soucis » <http://users.skynet.be/sans.soucis> Vous y trouverez tous les renseignements sur nos prochaines marches ainsi que nos futurs déplacements en car.

J'espère vous rencontrer lors de nos prochaines randonnées car souvenez-vous, le slogan des marcheurs et spécialement celui des « Sans Soucis » est « L'amitié par la marche ».

A bientôt sur les sentiers !

Votre dévoué,
Jean.

Le journal du club en pdf



Téléchargez le journal du club. Les infos détaillées sur nos activités passées ou futures, sur l'inscription au club...

Télécharger

Un petit geste pour la Terre, et pour la trésorerie des Sans-Soucis :

Vous pouvez demander à recevoir par e-mail la version pdf (en couleurs) de notre périodique dès sa parution. Pour cela, il vous suffit d'envoyer un e-mail à paul.campion@skynet.be. Cette version pdf vous permet également de profiter des hyperliens qu'elle contient. En vous inscrivant à notre « distribution list », vous recevrez également les périodiques de nos clubs amis et une foule d'autres renseignements concernant votre passe-temps favori.

La version pdf du dernier périodique paru peut également être téléchargée à partir de notre site web : <http://users.skynet.be/sans.soucis/>

Paul.

Le mot du Responsable Carnets de Marche et Tombola

Carnets de Marche

Chers Membres du Club,

Ceci est un rappel pour les anciens membres, ou une information, pour les nouveaux membres qui ont marché en 2010 pour le Club des « Sans Soucis de Ghlin – HT029 » et qui se sont ré-affiliés cette année 2011.



Vos kilomètres parcourus pendant l'année 2010, vous rapportent des points, et ces points sont transformés en valeur argent (exemple : 200 points égale 5€). Ces points pourront vous servir au sein du Club : boissons, repas lors de nos marches, vêtements et, lors de nos déplacements en car, pour le paiement du car.

Les carnets doivent être contrôlés du 1^{er} janvier 2011 au 31 mai 2011 inclus.

Les points sont attribués pour les marches de la Fédération et non pour les marches ADEPS, etc.

Ces bons peuvent être utilisés à partir du 1^{er} juillet 2011 jusqu'au 31 mai 2012 inclus.

Comment faire ?

Je vous ai proposé, Chers Membres, de contrôler vos carnets lors de la marche de février à Ghlin, ce que j'ai fait, ou de le faire lors de la marche d'avril à Elouges.

Si ce n'est pas possible pour vous, vous pouvez toujours les apporter (ou les déposer dans la boîte aux lettres en cas d'absence) :

- chez moi à l'adresse suivante : Philippe ANTHOON-37 rue d'Ath-7321 BLATON
- ou à l'adresse de Nathalie GONDRY-110 (Boîte 5) avenue de la Grande Barre-7033 à CUESMES
- ou encore chez Mauricette MESTDAGH-96 rue de la Garenne-7011 GHLIN

Déjà, je vous en remercie d'avance pour votre aide !

Tombola

Je vous rappelle que pour les lots, je les accepte à de novembre à janvier, à cause du manque de place pour les stocker. La recette de la tombola que nous organisons à la marche de février est entièrement au profit du Club. Je remercie toutes les personnes qui ont donné différents lots pour notre tombola.

Un petit rappel :

- en 2008, nous avons récolté la somme de 424 €
- en 2009, nous avons récolté la somme de 256 €
- en 2010, nous avons récolté la somme de 337 €
- en 2011, nous avons récolté la somme de 307 €

Pour cette année, je l'ai préparée avec Nathalie, un peu tous les soirs, pendant +/- 3 semaines et placé les numéros dans les enveloppes +/- 3 heures (seul).

Je remercie Nathalie, Germaine, Sabrina et Christine pour leur aide à cette activité le jour de notre marche.

Je remercie aussi toutes les bonnes volontés pour l'organisation de cette marche, car sans eux, il n'y aurait pas de marche, ni de club. Dommage que ce soient toujours les mêmes aidants, pour un Club qui a +/- 300 membres.

Merci de votre compréhension.

Philippe

Assemblée Générale du 28 janvier 2011 (photos de Jean-Claude Havaux)



Jean, notre Président, ouvre la séance.



Jean-Claude, notre trésorier donne l'état des finances.



De nombreux membres sont présents.



On passe aux élections.



Jean félicite Huguette.



Le repas fromages est prévu.



Bon appétit !



In vino veritas.

Marche du 13 février 2011 (photos de Jean-Claude Havaux)



La table des inscriptions.



Le contrôle départ.



Contrôle à Mouligneau.



Contrôle de la Ronde Maison.



La cuisine.



Une des deux salles.

Un petit mot de remerciement

Lors de L'assemblée générale du 28 janvier 2011, vous m'avez élue au sein du comité de votre club « Les Sans Soucis » et ce, sans me connaître.

Je vous en remercie de tout cœur. J'essaierai d'aider de mon mieux les différents membres du comité et d'exécuter consciencieusement les tâches qui me seront confiées.

Encore une fois, merci à toutes et à tous.

Huguette.

Informations générales

Chaque année, il y a lieu de remettre votre carnet de marche à Philippe qui comptabilisera les kilomètres parcourus. Il vous remettra alors un bon en indiquant sa valeur et sa date de validité.

Ce bon est valable pour toute dépense au sein du club des « Sans Soucis » à savoir : cars, cotisations, vêtements consommation...Il pourra également être remboursé sur présentation d'un ticket de caisse correspondant à un achat d'équipement relatif à la marche dans un magasin de sport.

De plus, si vous pratiquez un sport qui vous occasionne certains frais, en l'occurrence la marche, il vous suffit de vous rendre au bureau de votre mutuelle. Le responsable vous remettra un formulaire à compléter par Christian. Retournez alors ce formulaire dûment complété auprès de votre mutuelle et vous recevrez une somme d'argent variable d'une mutuelle à l'autre.

Si vous ne possédez pas de vignettes à apposer sur vos cartes de marche, adressez une demande à un membre du comité. Suite y sera réservée rapidement.

Des écussons brodés, au prix de 5 euros, seront à votre disposition lors de notre voyage à Mirwart et à la marche du printemps le 09 avril à Elouges.

Pour rappel, lors de votre inscription à un voyage en car, n'oubliez pas d'effectuer le paiement sur le compte des « Sans Soucis » le plus rapidement possible. **En effet, votre réservation ne sera effective qu'après réception du paiement.** De plus, cela facilitera le travail de Jean-Pierre et lui évitera toute manipulation d'argent dans le car.

Merci de votre compréhension.

Huguette

Vignettes Club

HT029 Les Sans-Soucis Ghlin

Albert DOUILLE

32/13/2014

F.F.B.M.P.

Rue Cache Après

7033 Cuesmes



Nouveauté 2011 !

Si vous avez besoin de vignettes « Sans-Soucis » pour apposer sur vos cartes de contrôles, envoyez simplement un e-mail à paul.campion@skynet.be ou un SMS au 0477 86 95 19, en mentionnant votre n° de membre. C'est gratuit !

Paul.

La Marche, ses bienfaits pour la santé.



La marche est conseillée dans tous les cas, à raison d'une ½ heure tous les jours. Ceci permettra non seulement d'entretenir une bonne condition physique, mais d'éviter un gain de poids.

La marche peut même, dans de bonnes conditions de pratique, permettre de perdre du poids.

[Marcher est bon pour la santé](#), même lorsque les articulations sont atteintes par des phénomènes arthrosiques.

Bien entendu, lors de crises de poussées aiguës, il est recommandé de mettre les articulations au repos et de solliciter au minimum ses genoux. **Peut-être est il possible dans ces cas particuliers de marcher avec le port de genouillères adaptées.**

En tout état de cause dans ces cas là, il est nécessaire de demander l'**avis de son médecin** et d'éviter les marches sur des terrains accidentés ; les marches en descente sont largement déconseillées. Il en est de même pour les articulations de la hanche, voire des pieds.

Le principe même de la prudence impose de ne pas forcer, de ne pas réveiller une douleur, mais de **s'astreindre à marcher régulièrement le plus souvent possible.**

Il est plus facile, si votre emploi du temps le permet, de marcher **tous les jours ½ heure**, que de faire une heure de marche trois fois par semaine.

Ne pas forcer, c'est :

- marcher à son rythme
- ne pas prendre de chemins difficiles
- s'organiser à marcher dans des endroits agréables

Faire des courses, piétiner dans un magasin ne rentre pas dans ce cadre précis.

Se rendre au travail, aller faire ses courses à pied permet de marcher si l'on fait l'effort de garer sa voiture un peu plus loin que d'habitude ou de descendre du métro ou du bus une station avant la destination.

Après avoir pris l'habitude de marcher à votre rythme, vous pourrez progressivement essayer de marcher d'un bon pas avec une marche suffisamment rapide pour que votre système d'adaptation cardio-respiratoire soit encore plus sollicité. Vous ferez alors un travail d'endurance sans vous en rendre compte.

Il est recommandé de porter de [bonnes chaussures avec des semelles adaptées à la forme de vos pieds](#). Les diabétiques qui doivent surveiller particulièrement leurs pieds doivent également consulter régulièrement un podologue et porter des semelles orthostatiques de correction. Vous devez également choisir vos chaussettes afin de limiter la transpiration, la macération qui conduisent à l'apparition de [mycoses](#) avec éventuellement également ampoules ou cors aux pieds.

Retenez bien que le choix de la chaussure joue un grand rôle dans la prévention des chocs et limite bien entendu les douleurs ainsi que l'apparition de l'arthrose.

Si vous marchez spécifiquement pour le plaisir, **n'oubliez pas de vous équiper en pantalon de détente, avec des vêtements suffisamment amples pour ne pas être gêné.**

Si vous vous rendez au travail ou allez faire vos courses, veillez à porter des chaussures de ville suffisamment confortables pour ne pas être gêné pendant la marche. Les hauts talons sont bien sûr à éviter.

L'échauffement est important. Tout sportif connaît bien la nécessité de s'échauffer. Vous devez vous-même employer les mêmes recettes. **Démarrez votre marche tranquillement à votre rythme**, sans forcer, et augmentez la vitesse du pas petit à petit.

En cas de douleur, de fatigue, de palpitations ou de survenue de douleurs anormales, arrêtez-vous, reposez vous et si cela se prolongeait, consultez un médecin ou parlez en à votre médecin lors d'une consultation.

En suivant tous nos conseils, la marche deviendra quelque chose de naturel. Vous y prendrez goût, et progressivement vous pourrez augmenter vos distances.

Entraînez vos amis ou votre famille avec vous dans vos marches, rejoignez éventuellement des sections spécialisées dans les randonnées nature.

En avant donc pour la forme. N'oubliez pas que ... **Bougez c'est la Santé** ® ...

Source : <http://www.irbms.com/rubriques/Activite-Physique/marche-bienfaits-sante.php>

Sabrina Harvengt
Responsable Communication



Et un de plus ! Bon anniversaire !

AVRIL	
Achille Tuzzolino	3
Attilio Tuzzolino	3
Geneviève Ysabeaux	3
Eliane Champenois	4
Alain Claus	4
Jacques Laurent	4
Alain Marine	4
Antonio Costanzo	5
Monique Brine	6
Rosa Depraetere	7
Frans Caucheteur	9
Marianne Clerquin	10
Marie-Daphnée Duez	10
Dirk Maes	13
Henri Allongue	14
Yvette Larock	16
Claudine Godart	17
Christine Meneghini	17
Marius Wetteren	18
Christian Gérard	19
Jean-Pierre Donfut	19
Josette Lerat	19
Marie-Paule Vandevoorde	19
Jean Nisol	21
Kevin Wetteren	21
Evangelos Sgouros	24
Richard Lermusiaux	25
Gisèle Renard	25
Alfred Warthold	28
Josiane Lerat	29

MAI	
Nathalie Gondry	1
Sabrina Harvengt	1
Francine Mambourg	3
Medhi Snoussi	3
Françoise Brouyère	4
Anne Hottois	6
Salvatore Mazzéo	6
Claire Moreau	6
Gérard Rotru	6
Marie-Antoinette Soors	7
Isabelle Bothuyne	8
Christine Caty	8
Julien Defreyne	8
Dorian Gérard	8
Michèle Bogaert	9
Charlotte Berquemanne	11
Michèle Varsalona	14
Nicolle Cottin	16
Marie-Claire Dardenne	16
Thérèse Delhaye	18
Claudine Descamps	19
Pierre Campion	20
Isabelle Plusquin	20
Sylvia Ricci	20
André Cornez	22
Jean-Paul Dequévy	22
Yvon Detombe	24
René Jouret	24
Bernard Sauter	24
Chantal Lesage	25
Marianne Cardinal	26
Jeannine Lerat	26
Fernando Tucci	27
Michel Fissieux	28
Mathis Primosig	28
Emanuela Cursio	29
Marie-Th. Van Caenegem	30

JUIN	
Geneviève Kos	1
Bernard Mauroit	2
Guido Brusselaers	3
Fiorigia Giordano	3
Kylian Joly	3
Michelle Huylebroek	4
Mathilde Boulanger	5
Jean-Louis Ansart	6
Lina Lejeune	6
Karena Ohlsson	6
André Maschietto	9
Loann Chaineux	10
André Assez	12
Anne Dideberg	13
Eliane Faignart	13
Stanislas Deroeck	14
Rudi Marquebreucq	14
Andrea Decarpentry	17
Josiane Lévêque	20
Mireille Santus	21
Jacqueline Lhoir	22
Annie Tilmant	22
Ernesto Bellanca	23
Huguette Jenart	23
Rosa Spagnuolo	23
Gasparo Butera	24
Enzo Caufriez	24
Irène Lazarski	26
Jean-Luc Nef	26
Fernando Antonini	27
Anais Detourbe	27
Luc Depelchin	28
Christianne Sturbois	30

A vos agendas !

Calendrier des activités Sans-Soucis – prévisions 2011	
Ve 01.04.2011	Réunion du Comité
Sa 09.04.2011	Marche de printemps à Elouges
Ve 06.05.2011	Réunion du Comité
Ve 03.06.2011	Réunion du Comité
Septembre 2011 (date à fixer)	La journée récréative initialement prévue en juin est reportée au mois de septembre. La date exacte reste encore à déterminer.
Ve 09.09.2011	Réunion du Comité
Ve 23.09.2011	Réunion du Comité
Di 02.10.2011	Marche d'Automne à Baudour
Ve 28.10.2011	Réunion du Comité
Sa 12.11.2011 à 18h30	Souper des "Sans Soucis"
Ve 02.12.2011 à 18h30	Saint-Nicolas des enfants et des aînés

Attention !
Modification !

Nous vous rappelons que, selon nos statuts, tout membre des « Sans-Soucis » a le droit assister à une réunion du Comité des « Sans-Soucis », à condition d'en faire la demande au préalable au secrétaire.

Christian.

Quelques plaisants exemples de l'emploi du passé simple.

1. Non ! Ce n'était pas chose évidente que cette conversation toute en langue morte. Et pourtant je la tins.
2. Hier, nous achetâmes le DVD d'un spectacle de Félicien Marceau et, tout de suite, nous le mîmes.
3. Comment ? Vous avez mis à la casse votre vieille voiture ? C'est bien dommage ! Tiens ! Vous souvient-il qu'un jour vous me la passâtes.
4. Bien que vous ayez laissé passer votre chance de cesser d'être une prostituée, un jour, vous le pûtes.
5. Merlin n'était qu'un simple mortel jusqu'à ce qu'enchanteur il devint.
6. Deux vieux acteurs hollywoodiens discutent :
- Te rappelles-tu notre premier film ... ce western dans lequel nous jouions les indiens !
- Oh oui ! Et je sais que nous nous y plûmes.
7. Vous saviez que ce manteau était tout pelé ... alors pourquoi le mîtes-vous pour la réception d'hier soir ?
8. C'est dans ce tonneau que notre vin vieux fût.
9. On nous offrit une augmentation et, bien-sûr, nous la prîmes.
10. Les moines brassèrent la bière et la burent.
11. Comme tout bon musulman qui se respecte doit s'y rendre au moins une fois, c'est cet été, qu'au pèlerinage de la Mecque, il alla.
12. C'est bien parce que vous m'avez invité à goûter votre Beaujolais que je vins.
13. Charlotte Corday cacha le poignard en son sein, sortit de chez sa logeuse et, soudain, à l'idée du crime qu'elle allait perpétrer, elle se marra.
14. Que la crevette était un insecte, vous le crûtes assez.
15. A l'idée qu'ils auraient pu y laisser leur vie, à grosses gouttes, ils suèrent.
16. Pour les prochaines vacances, l'idée d'aller en Arabie Saoudite, ils émirent.
17. C'est à cause du trou que cet enfant fit en bas de leur porte, que ses parents le châtièrent.
18. Elle était encore en train de lui bénir la poitrine à coup de surin lorsque les flics la serrèrent.
19. Heureusement que vous avez retrouvé des capitaux ! car mettre la clé sous la porte et déposer le bilan, vous faillites !
20. Comment ? D'enfiler correctement ce pantalon, incapable vous fûtes ?

Classement ACHO

Clubs faisant partie de l'Association	HT 029 13-Fév	HT 069 27-Fév	HT 076 6-Mars	HT 075 13- Mars	TOTAL
HT.061 Marcheurs Police Mons	291	138	217	102	748
HT.060 Les Roitelet Ladeuze	154	141	63	59	417
HT.028 Les Marcheurs de la Sylle	112	92	32	82	318
HT.062 Les Trouvères Ellezelles	129	66	55	67	317
HT.075 Mont-Marche Tournai	84	161	34	X	279
HT.018 Val de Verne Péruwelz	84	73	36	81	274
HT.067 Les Hurlus en Balade	44	54	16	60	174
HT.029 Sans-Soucis Ghlin	X	38	89	42	169
HT.050 Vaillants Acrenois	48	35	28	42	153
HT.001 Les Sucriers Brugelette	54	23	22	15	114
HT.003 Verdigym Flobecq	38	18	20	30	106
HT.069 Randonneurs Ht-Escout	39	X	0	55	94
HT.051 Marcheurs du Souvenir	32	20	12	19	83
HT.043 Ropieurs Mons	39	0	8	34	81
HT.076 Van Gogh Cuesmes	22	10	X	9	41
HT.072 Footing-Club Ostiches	10	26	0	2	38
TOTAL	1180	895	632	699	3406

II Les premiers Clubs ne faisant pas partie de l'Association.	HT 029 13-Fév	HT 069 27-Fév	HT 076 6-Mars	HT 075 13-Mars	TOTAL
HT.025 Marcheurs Police de Binche	141	20	58	8	227
HT.012 Le Coq d'Or Ecaussinnois	61	4	23	6	94
NA.030 1000 Pattes Philippeville	74	0	0	0	74
HT.019 Les Grattes Pavés	51	3	4	0	58
NA.028 Les Bergeots	56	0	0	0	56
HT.009 Traîne SavatesMontignies Sam	54	0	0	0	54
A.026 Herentals WC	0	0	0	53	53
AKT.061 WSV Wervik	0	16	0	25	41
HT.070 Marching team St Gabriel	28	4	5	3	40
HT.031 Tatanes Ailées Epinois	24	0	11	4	39
AKT.376 De Chatons Ronse	14	20	0	5	39
HT.048 Les Roteus Waibiens	32	0	2	3	37
AKT.089 Heuvelandstappers	8	22	0	5	35
HT.065 Aigles Bellecourt	24	4	3	2	33
AKT.163 WSV Egmont Zottegem	14	18	0	0	32
HT.074 Liberchies Sports Loisirs	15	2	2	13	32
AKT.012 WSK Marke	0	29	0	0	29
NA.018 Marcheurs Amitié Landenne	10	0	10	8	28
AKT.078 Drevetrotters Zonnebeke	0	25	0	2	27
HT.011 Marcheurs XII Marcinelle	21	1	3	2	27
HT.063 Promusport Anderlues	16	0	9	2	27
HT.026 Marcheurs Sonégiens	12	0	13	2	27
BBW.032 Police de Jette	14	12	0	0	26
AKT.345 Heerstert	8	8	0	10	26
HT.006 Ecureuil Châtelet	6	3	10	4	23
AKT.358 Kester Gooik	8	13	0	1	22
AKT.105 Scheldestappers Zingen	12	0	0	10	22
AKT.070 WSV Stormvogels Oostende	0	12	8	0	20

PREVISIONS de CARS 2011 (Police de Mons + Ropieurs + Sans Soucis + Van Gogh)

Date	Club	Lieu	Club visité	Distances
Dim 27 mars 2011	Sans-Soucis	MIRWART - Découverte Domaine de Mirwart	LUX 042 - Bottines Borquines St Hubert	5 - 10 - 15 - 20 km
Dim 15 mai 2011	Sans-Soucis	ARLON - 36ème Marche Inter du Maitrank	LUX 012 - Arel's Mar che Club Arlon	5 - 10 - 15 - 20 - 30 km
Dim 12 juin 2011	Sans-Soucis	KNOKKE - 35ste Lotelingenmars	AKT 072 - WNZB Knokke Heist	6 - 10 - 15 - 21 - 32 km
Dim 26 juin 2011	Police de Mons	WARDIN - Marche des vacances + Pommerlocht	LUX 007 - Les Baladins de Wardin	5 - 10 - 20 km
Sam 25 juin et Dim 26 juin 2011	Van Gogh	Samedi : Journée de découverte des guinguettes du bord de Marne à Joinville le Pont et ses environs. Dim : PARIS 17 - Rando Montmartre Moulin-Rouge		
			F 404 - Le Godillot Familial	11 - 22 km
Dim 07 août 2011	Police de Mons	OUPEYE - 37ème Marche de la Godasse	LG 063 - La Godasse d' Oupeye	3 - 6 - 12 - 21 - 30 km
Dim 14 août 2011	Sans-Soucis	BELLEVAUX - 33ème Marche Internationale	LG 138 - Marcheurs de Bellevaux	4 - 6 - 12 - 20 - 25 km
Dim 28 août 2011	Police de Mons	SINT LAUREINS - Grenswandeling	AKT 278 - Wandelclub Roal Benti	6 - 12 - 18 - 24 - 30 km
Dim 18 septembre 2011	Sans-Soucis	COMBLAIN AU PONT - Marche de l' Entité	LG 019 - Marcheurs de l' Ourthe	4 - 6 - 12 - 21 - 30 km
Dim 23 octobre 2011	Sans-Soucis	JETTE - 29ème Marche de la Police de Jette	BBW 032 - Section Marche Police Jette	7 - 12 - 21 - 30 - 42 km
Dim 13 novembre 2011	Police de Mons	HERVE - 37ème Marche Inter du Plateau	LG 003 - Les Piquants de Herve	3 - 5 - 7 - 13 - 18 - 25 km
Sam 17 décembre 2011	Sans-Soucis	ST-MICHIELS - Brugge in Kerstsfeer	AKT 177 - De Brugsche Globetrotters	6 - 11 - 15 - 20 km
Sam 17 décembre 2011	Van Gogh	SALZINNES - 12ème Namur illuminé	NA 009 - Wallonia - Namur asbl	4 - 7 - 14 - 22 km

Renseignements et inscriptions



Police de Mons
Ropieurs
Sans Soucis
Van Gogh

Eliane BLAIRON
Roger CAMBIER
Jean-Pierre MOREAU
Jean-Claude NEUSY

0478.36.51.58
0496.79.26.14 ou 065.31.90.13
0478 78 61 86
0478 56 25 45 ou 065 34 97 02

eliane.blairon@skynet.be

jpmo46@hotmail.com



Calendrier des marches Avril 2011

Samedi 02 avril	HT033	Les Infatigables de Jumet	12 heures	7h en masse
		Parc Communal 6031 Monceau-S/Sambre	20-15-10-7-3 km	08h-14h
	NA030	1000 Pattes de Philippeville	30 km	07h-11h
Dimanche 03 avril		C.A.R.P Rue de la Gendarmerie 38	21 km	07h-13h
		5600 Philippeville	12-6-4 km	07h-15h
	HT033	Les Infatigables de Jumet	20-15-10-7-3 km	08h-14h
Dimanche 03 avril		Parc Communal 6031 Monceau-S/Sambre		
	NA030	1000 Pattes de Philippeville	30 km	07h-11h
		C.A.R.P Rue de la Gendarmerie 38	21 km	07h-13h
Samedi 09 avril		5600 Philippeville	12-6-4 km	07h-15h
	HT029	Les Sans-Soucis Ghlin	60-50-40 km	06h-09h
		Ecole Communale 7370 Elouges	25-20-10-5 km	08h-15h
Dimanche 10 avril	HT050	Les Vaillants Acrenois	20-15-10-5 km	07h-15h
		Salle Saint-Roch 7860 Lesssines		
	NA052	Les Djaes D'Anhée	30-22-12-6-4 km	07h-15h
Mercredi 13 avril		Complexe Sportif 5537 Anhée		
	NA000	Comité Provincial de Namur	12-6 km	10h-16h
		I.M.P Reumonjoie 5020 Malonne		
Samedi 16 avril	NA009	Walliona-Namur Club de Marche	50 km	07h-09h
		Ecole du Génie 5100 Jambes	30-22-14-7-4 km	07h-15h
	HT060	Le Roitelet	20-15-10-5 km	08h-15h
Dimanche 17 avril		Centre Culturel et Sportif 7950 Ladeuze		
	HT004	Les Amis de la Nature Ath	40-30-20-10-5 km	08h-15h
		Institut Agricole du Hainaut 7800 Ath		
Dimanche 17 avril	HT038	Le Marabout-Gilly	25-12-6 km	07h-14h
		Salle Destrée 6060 Gilly (Quatre-Bras)		
	NA009	Walliona-Namur Club de Marche	30-20-14-7-4 km	07h-15h
Mercredi 20 avril		Ecole du Génie 5100 Jambes		
	NA028	Les Bergeots	15-10-5 km	13h-17h
		Salle Communale 5621 Morialmé		
Samedi 23 avril	NA035	Les Kangourous de Falisolle	50-42 km	06h-09h
		Salle Communale 5060 Velaine	25-20-12-6-3 km	07h-14h
	HT070	Marching Team Saint-Gabriel Maurage	30-20-12-6 km	07h-14h
Dimanche 24 avril		Salle St-Martin 7110 Strépy-Bracquegnies		
	HT063	Promosport Anderlues	21 km	07h-12h
		Mutualité Chrétienne 6150 Anderlues	12-7-4 km	07h-14h
Lundi 25 avril	HT009	Les Traine-Savates Montignies S/Sbre	20-12-6-4 km	08h-14h
		Salle Pouleur 6280 Acoz		
	NA017	Les Sangliers du Samson	21-12-6 km	07h-15h
Samedi 30 avril		Centre Récréatif 5340 Mozet		
	HT006	Club Pédestre Ecureuil Chatelet	50 km	07h-09h
		Parc Communal 6200 Chatelet	25-20-13-7-4 km	07h-14h



Calendrier des marches Mai 2011

Dimanche 01 mai	HT006	Club Pédestre Ecureuil Chatelet Parc Communal 6200 Chatelet	20-13-7-4 km	07h-14h
	HT061	Les Marcheurs de la Police de Mons Ecole Communale 7050 Masnuy-St-Jean	20-10-5 km	07h30-15h
	NA059	Les Randonneurs de la Haute Meuse Salle "Chez Nous" 5544 Agimont	30-20-12-6 km	07h-15h
Samedi 07 mai	HT023	Les Oursons en Balade Le Scailmont 7170 Manage	45 km 20-10-5-3 km	07h-10h 07h-15h
	NA016	Batteurs de Cuir Dinant Salle "La Balnéaire" Casino Dinant	55 km 20 km	06h-09h 09h30h
		Voir Prospectus Bateau Spécial 5500 Dinant	30-25 km 12-6 km	08h-10h 08h-15h
Dimanche 08 mai	HT026	Les Marcheurs Sonégiens Salle Saint-Martin 7062 Naast	21-12-6-4 km	08h-15h
	NA034	Les Marcheurs du Samourai Salle Samourai 5140 Sombreffe	20-12-6 km	08h-15h
Samedi 14 mai	HT073	Les Marcheurs d'Imbrechies Salle Communale 6596 Seloignes	30-21-14-10-5 km	07h-15h
	NA058	Les Saint-Bernard de Jemeppe S/Sbre Cercle St-Joseph 5190 Moustier S/Sbre	20-10-5-3 km	08h-15h
Dimanche 15 mai	HT018	Marcheurs du Val de Verne Peruwelz Salle Communale 5600 Peruwelz	30-20-12-7 km	07h-15h
	***	Challenge Interclubs	***	
	NA053	Les Crayas duThiry Salle Espoir et Fraternité 5670 Nismes	30-21-12-6 km	07h-15h
Samedi 21 mai	NA030	1000 Pattes de Philippeville Salle Jean Ponsart Route de Florennes 5600 Franchimont (Philippeville)	50-42 km 25 km 12-6-4 km	07h-09h 07h-12h 07h-15h
	HT031	Les Tatanes Alilées Epinois Cercle "L'Union" 7134 Leval-Trahegnies	25-18-12-6-4 km	08h-14h
Dimanche 22 mai	HT031	Les Tatanes Alilées Epinois Cercle "L'Union" 7134 Leval-Trahegnies	25-18-12-6-4 km	08h-14h
	NA031	Les Hull'Ottes Profondville Jennevaux Rencontre 5170 Lesve	30-21-12-6 km	06h-14h
Samedi 28 mai	HT053	Les Agasses Charleroi Salle Laloyaux 6111 Landelies	10 heures 25-13-6-4 km	7h en masse 08h-14h
	NA012	Les Panards Winennois Gîte "Les Panards" 5570 Winenne	20-10-5 km	08h-14h
Dimanche 29 mai	HT028	Les Marcheurs de la Sylle-Bassilly Ecole Communale 7830 Silly	30-20-12-8-4 km	07h-15h
	***	Challenge Interclubs	***	

Déplacements en Cars				
Dimanche 15 mai	LUX012	Arel's Marche Club Arlon Inscription: Jean-Pierre Moreau	30-20-15-10-5 km 0478/78 61 86	065/75 95 50



Calendrier des marches Juin 2011

Mercredi 01 juin	NA036	Les Spirous de Jemeppe S/Sambre Centre de jour "La Mouche" 5640 St-Gérard	15-10-5 km	14h-18h
Jeudi 02 juin	HT001	Les Sucriers de Brugelette Salle Omnisports 7940 Brugelette	30-20-12-6-4 km	07h-15h
Samedi 04 juin	NA018	Les Marcheurs de L'Amitié Landenne Salle Communale 5300 Sclayn	42-30-21-12-7-4 km	06h-15h
Dimanche 05 juin	HT048	Les Roteus Waibiens Thuin Athenée Royal 6530 Thuin	20-12-6-4 km	07h-15h
	NA018	Les Marcheurs de L'Amitié Landenne Salle Communale 5300 Sclayn	21-12-7-4 km	07h-15h
Mercredi 08 juin	NA001	Footing Club Fosses Salle Haut-Vent 5070 Fosses-la-Ville	22-12-6-4 km	10h-18h
Samedi 11 juin	NA028	Les Bergeots Salle Jules Baudouin 5620 Corenne	30-21-12-6 km	07h-14h
Dimanche 12 juin	HT060	Le Roitelet Centre Culturel et Sportif 7950 Ladeuze	30 km 20-12-6 km	08h-12h 08h-15h
	***	Challenge Interclubs ***		
	NA026	Les Culs de Jatte du Mauge Salle Les Murmures du Bocq 5361 Mohiville	25-20-12-6 km	07h-15h
Lundi 13 juin	HT075	Mont-Marche Tournai Salle Paroissiale 7542 Mont-St-Aubert	50 km 36-24-18-12-6 km	06h-09h 07h-15h
	HT074	Liberchies Sports et Loisirs Salle Rue de Frasnès 6238 Liberchies	24-12-6 km	07h-15h
Dimanche 19 juin	NA000	Comité Provincial de Namur Couvidôme (Plaine des Sports) 5660 Couvin Marche Nationale	42-30-20-10-5-4 km	07h-15h
Lundi 20 juin	HT031	Les Tatanes Ailées Epinois Cercle "L'Union" 7134 Leval-Trahegnies	15-10-5 km	08h-15h
Samedi 25 juin	NA036	Les Spirous de Jemeppe S/Sambre Salle Communale de Balâtre 5190 Balâtre	21-12-6 km	008h-14h
	HT054	Vias Prmeneurs Club Ruche Verrière 6042 Lodelinsart	21-12-6 km	08h-15h
Dimanche 26 juin	HT046	La Godasse Faytoise Salle Valère Motte 7170 La Hestre	20-10-6-4 km	08h-14h
	NA051	La Godasse de Fraire Salle "La Silène" 5630 Silenriex	30-20-15-10-5 km	07h-15h

Déplacement en Car				
Dimanche 12 juin	AKT072	Knokke Inscription: Jean-Pierre Moreau	32-21-15-10-6 km 0478/78.61.86	065/75.95.50

2011 : Année du volontariat !

Et pourquoi pas vous ? Si vous disposez de quatre heures/semaine de temps libre, si vous voulez vous rendre utile, pourquoi ne vous engageriez-vous pas dans un volontariat (plus souvent appelé « bénévolat ») au service des malades dans les cliniques ? Je vous assure que c'est une expérience formidablement enrichissante et combien utile !

Si vous êtes intéressés, si vous voulez en savoir plus, vous pouvez me contacter ; je me ferai un plaisir de vous renseigner ! Tél 065 / 56 97 91 ou 0478 / 82 31 29.

Jean-Claude Havaux

Les randonneurs transfrontaliers du Mercredi matin .

PROGRAMME Avril – Mai – Juin 2011

Date **Localité** **Lieu de départ** **Départ de Dour à :**
9h30 sauf 9h00
le 25/05/2011

Avril

06/04	Taisnière sur Hon F59570	Place de l'Eglise Rue Williot	9h00
13/04	Mesvin B7022	Place	8h45
20/04	Houdain lez Bavay F59570	Place Rue des Martyrs	9h00
27/04	Blaton B7321	Place de l'Eglise (place de Blaton)	8h45

Mai

04/05	Mecquignies F59570	Place de l'Eglise – Rue de l'Eglise	8h45
11/05	Angré B7387	Place de l'Eglise- Place London Scottish	9h00
18/05	St Waast F59570	Place Louise Thuliez Rue de la Passerelle	9h00
25/05 (9h00)	Thulin B7350	Place de l'Eglise	8h15 (prévu 10 ou 15 km)

Juin

01/06	Condé sur Escaut F59163	Magasin Carrefour Avenue de la Liberté	8h45
08/06	St Symphorien B7030	Place de l'Eglise – Place	8h45
15/06	Gommegnies F59144	Place de l'Eglise Rue Barbeaux	8h45
22/06	Bonsecours B7603	Maison de repos ND Rue de la Forêt	8h45
29/06	Sebourg F5990	Place de l'Eglise	8h45

- **Contacts** : Robert 065.653977 – GSM 0473/82.22.23
 Jean 065.633166 - GSM 0477/70.70.34

- **Notre site Internet** : <http://randodour.skynetblogs.be>

Nous vous conseillons de consulter ce site la veille de la rando en soirée .
Même si c'est exceptionnel , toute annonce importante liée à la modification du planning y
serait mentionnée.
Si vous ne possédez pas Internet , vous avez certainement des connaissances qui pourront
vous informer de toute modification (annulation , changement de point de départ, ..)
En cas de doute , contacter Robert .

- **Participation aux frais** : 0,5 € par personne .

Les règles du code de la route sont de stricte application



**Les chiens doivent être tenus en laisse
durant toute la durée de la marche**



Les randonneurs transfrontaliers sont sur Youtube : <http://www.youtube.com/watch?v=uUQe3L7vas>

COMPTE-RENDU DE NOTRE VOYAGE A BANNEUX

Ce dimanche 20 février, les 100 participants pour le voyage à Banneux sont au rendez-vous à la place de Ghlin. Deux cars pour les « Sans Soucis », c'est un record ! Le temps n'est guère de la partie, il bruine et il fait froid. Cependant, l'espoir fait vivre...Notre Dame des Pauvres nous fera peut-être une faveur.

Le voyage se déroule comme d'habitude dans le plaisir des retrouvailles et la connaissance des nouveaux venus.

Après 3 heures de route assez plaisantes, nous arrivons à Banneux. Le temps de prendre une petite collation et nous voilà dispersés sur les sentiers. Les parcours proposés sont 4, 7, 13 et 20 km. Le parcours des 4 Km semble facile, celui des 7 km paraît plus compliqué et celui des 13 Km présente plus de difficultés de par sa descente de 5 km et sa montée de 7km !

On monte, on s'arrête pour souffler un peu, c'est très dur mais on arrive quand même à destination. Les quelques courageux qui ont osé entreprendre les 20 km, c'est sans commentaire. Ce sont des durs !

Malgré les quelques flocons de neige, le paysage nous fait très vite oublier notre peine...sauf Eliane qui reste assez choquée d'une chute faite sur le parcours des 7 km. La pauvre a bien souffert car elle est tombée face contre terre dans une plaque de boue. Nous la retrouvons à la salle un peu souffrante malgré les soins prodigués par un docteur au centre des pompiers.

Chacun prend une petite collation avant de rendre visite à la Vierge des Pauvres au monastère situé à environ 1km du club. Comme le temps n'est guère favorable, nous visitons le site sans trop nous attarder et à 16h15, c'est l'heure du retour.

Nous sommes tous satisfaits de la journée malgré la fatigue due aux kilomètres parcourus. Le retour se fait dans le calme ; nous nous remémorons les moments agréables que nous avons passés dans un site particulièrement beau.

Arrivés à Ghlin, nous proposons à Eliane de l'accompagner chez J Durieux afin de lui remettre la déclaration d'accident. Nous la raccompagnons ensuite chez elle et lui souhaitons une prompte guérison.

Nous nous reverrons très bientôt lors de notre prochain voyage à Mirwart mais serons-nous encore aussi nombreux ?

Merci de votre participation.

Evelyne.



Vue de Fraipont



On monte, c'est dur !



Pauvre Eliane

Photos réalisées par notre photographe Jean-Claude Havaux.



Dimanche 27 mars : Voyage en car à MIRWART



Bienvenue à tous les marcheurs.

Mirwart, sympathique petit village, est une entité de la ville de Saint-Hubert située en région Wallonne dans la province de Luxembourg.

Son château chargé d'histoire est d'une très grande beauté.

Le Domaine provincial de Mirwart de 1350 ha est en grande partie couvert d'une magnifique forêt de feuillus (hêtres et chênes) et de résineux (épicéas et mélèzes). C'est un endroit accueillant et séduisant qui s'offre à tous ceux qui recherchent un peu de calme, de quiétude, de liberté et d'évasion..... Il y a également une pisciculture renommée. Les étangs de la pisciculture de Mirwart sont alimentés par un ruisseau sauvage « le **MARSAULT** » que vous découvrirez au cours de vos randonnées.

Vous pourrez également vous restaurer comme bon vous semble

N'hésitez pas à vous inscrire, vous ne le regretterez pas !



Le château de Mirwart



Le Domaine provincial de Mirwart



Le village de Mirwart

Départ : place de Ghlin à 7 h. précises.

Retour : Place de Ghlin à 19h30.

Participation : adultes et enfants (+12 ans) : **12 €.**
enfants (- 12 ans) : **3 €.**

Renseignements et inscription :

JEAN-PIERRE MOREAU : GSM 0478/78.61.86 OU 065/75.95.50.

Paiement : virement au compte « *SANS-SOUCIS* »

795-5791204-02

Rue Fleurichamps,55

7370 – DOUR

Toute réservation ne sera effective qu'après réception du paiement.

Dimanche 15 mai : Voyage en car à la 36^{ème} MARCHE INTERNATIONALE DU MAITRANK

DIMANCHE 15 MAI, nous aurons le plaisir de nous rendre à **ARLON**, chef-lieu de la province de Luxembourg.



Situation géographique d'Arlon



L'église Saint Donat



Le musée Gaspar

Arlon partage avec Tournai et Tongres le statut de plus ancienne ville de Belgique.

La ville abrite un musée archéologique riche en vestiges gallo-romains et mérovingiens ainsi que le musée **GASPAR** entièrement rénové en 2004.

Le cimetière de la ville comporte une section juive qui est le plus grand cimetière juif de Wallonie. Au centre ville, il y a de nombreux restaurants et différents commerces. Que celles et ceux qui font une petite randonnée ne se laissent pas tenter !

La langue régionale endogène est le **luxembourgeois**, langue reconnue le 24/12/1990 par un décret de la Communauté française. La seule langue officielle reste toutefois le français.

Nous pourrions également déguster « **le maitrank** » ou « **boisson de mai** », apéritif typique de la ville d'Arlon. Depuis 1955, les fêtes du Maitrank ont lieu le 3^{ème} ou le 4^{ème} week-end du mois de mai et sont l'un des événements du folklore ardennais. Malheureusement, cette année, ces festivités se déroulent les 21 et 22 mai.

Après environ 2h30 de route, nous arriverons au lieu de rendez-vous de tous les marcheurs !

Venez nombreux car la marche est excellente pour la santé et en plus, nous passerons un agréable moment ensemble.

Dimanche 12 juin : Voyage en car à Knokke

Les marcheurs les « Sans Soucis » vous proposent une destination attirante pour petits et grands : **KNOKKE**

Le club que nous allons visiter aujourd'hui est situé dans la commune de **KNOKKE-HEIST**, commune néerlandophone de Belgique située en région flamande dans la province de Flandre Occidentale.

KNOKKE-HEIST est née, à l'origine, de la fusion de quatre communes : Knokke, Heist, Ramskapelle et Westkapelle.

Dans cette commune, nous pourrions découvrir le **ZWIN**, réserve naturelle du littoral et le jardin des papillons qui viennent des quatre coins du monde.

Et, comme de coutume, après notre randonnée, laissons-nous tenter par un des nombreux restaurants qui nous proposent des menus à des prix démocratiques.

Souhaitons que Maître **SOLEIL** nous accompagne toute la journée !!!

Soyez nombreux à vous joindre à nous.



Digue de Knokke-Heist



Marcheurs du club AKT 072



Le Zwin

Pour les modalités d'inscription, veuillez consulter la page 17.

Huguette

Avec le PAC d'Elouges , balade dans la baie de Somme

Samedi , 13 août , 5h30 le réveil se met à sonner et nous rappelle qu'aujourd'hui le départ pour la Baie de Somme est programmé .

Jean Michez , Président de l'association *Présence et Actions Culturelles* Elouges - Dour a préparé de main de maître ce voyage organisé ; documentation de base , plans ont été distribués .

Un seul car était prévu à l'origine et de fil en aiguille , devant les demandes insistantes de candidats au voyage , un second a dû être affrété .



Rapidement , avant le départ , rappelons que l'estuaire de la Somme est situé sur la Côte d'Opale , qu'il fait de l'ordre de 70 km² , qu'il se situe à un peu plus de 200 km d'Elouges . Les participants qui ont l'habitude de faire la grasse matinée pourront profiter des quelques heures de parcours pour prolonger leur nuit de sommeil .

Départ donc à 6h45 . Un brouillard épais ne nous quittera pas jusqu'à proximité de la Côte ; et puis miracle , cette brume se dissipe , le ciel devient bleu et l'astre du jour apparaît . Le moral des troupes est au beau fixe .

Quelques photos prises au Crotoy , point d'arrivée et puis s'organisera la première partie de la journée .



Différentes possibilités nous ont été proposées :

- Avant-midi , soit la promenade en petit train pour permettre aux invités de découvrir la baie sans trop de mal soit le traversée de la baie de Somme avec guide . C'est cette dernière option que les randonneurs les plus intrépides ont choisie . Les quelques photos ci-jointes vous donnent un petit aperçu du parcours du combattant .



Cette promenade qui nous emmènera du Crotoy à Saint-Valery-sur-Somme à travers la partie de terrain appelée "Les Mollières", s'accompagnera d'une initiation à l'approche d'un environnement particulièrement riche tant sur le plan flore (plantes salées amies ou ennemies de la Baie) que faune (oiseaux et invertébrés marins).

Sans oublier les activités humaines qui s'y rattachent : verrotiers, moutons de pré salé, cueillette de salicornes et chasse à la hutte

Ajoutons à cela un léger développement des aspects historiques et artistiques à l'occasion des découvertes et des observations...

Tout cela n'empêche pas les fous rires et les glissades dans la bonne humeur... Promenade "anti-spleen et anti-frim" sur un parcours de trois heures qui présente un relief plein de surprises...

Petits et grands reviennent la tête pleine d'images, de données....
Et les poumons pleins d'oxygène !!!!!

Après-midi , quatre choix s'offrent à nous , soit une randonnée de 10 km , soit une de 14 km , soit la visite de la Maison de l'Oiseau et enfin la visite libre de Saint-Valery .

Nous vous donnons quelques aperçus de cette dernière variante réalisée tant pour l'aspect culturel que ludique .

Départ du port de plaisance où 250 bateaux peuvent séjourner . Direction maison du tourisme et quai Blavet du nom du célèbre officier de marine qui fit la vie dure aux anglais .

En parcourant le quai du Romerel , la Place Saint Martin , la rue du beffroi , la rue de l'Abbaye , nous passons successivement l'Eglise Saint Martin , la Tour Guillaume pour parvenir finalement au sommet d'une petite butte où se dresse la Chapelle de Saint Valery nommée également Chapelle des marins . De cet endroit , les femmes de marins scrutaient la mer au retour de leur époux .

N'oublions pas de citer Guillaume le conquérant qui partit de Saint Valery pour vaincre Harold à Hastings à la célèbre date de 1066 , Jeanne d'Arc qui passa par la ville avant d'être acheminée à Rouen .

Mais assez de culture , il est temps de redescendre vers la plage .

Quelques branches de lilas de mer cueillies au bord de l'eau , une balade sur la Chaussée du Cap Hornu en évitant les diligences qui transportent les touristes et une bonne bière sur la terrasse d'un bistrot au bord de la plage , l'espoir d'apercevoir un phoque , rien de tel pour se relaxer .

Quelques photos valent mieux qu'un long discours .



Tous ces bons moments nous font un peu oublier l'heure , il est temps de reprendre le chemin qui nous mène au point de rendez-vous près du port de plaisance .

Mais nous ne partirons pas le ventre vide . Une bonne salade , un bon verre de rouge et tout cela précédé d'un petit apéro pour nous mettre en appétit seront au menu .

20h30 , les participants dispersés dans la nature se rejoignent avec la discipline d'une armée bien organisée . Notre sympathique chauffeur Lysiane estimait , en guise de boutade , perdre généralement 10 pour cent de ses passagers . Nous avons dérogé à ses statistiques et l'intégralité des randonneurs après un voyage de retour assez calme a réintégré Elouges sans problème .

Jean Nisol



Communication

Suite au succès rencontré lors des précédents voyages en Baie de Somme, Robert du Club de marche **Les Randonneurs Transfrontaliers**, organise une nouvelle journée en Baie de Somme :

Le Crotoy – St Valéry – Le Hourdel

Le **samedi 06 août 2011**. Départ de Dour à 6h15, retour vers 23h45.

Renseignements et inscription

065 / 65.39.77 après 18h00

Le mot de la responsable des vêtements

Lors de la marche du printemps du 09 avril prochain, un stand « vêtements » sera accessible à tous les membres. Nous vous présenterons des vêtements de bonne qualité :

Training	50,00 €
Sweat	20,00 €
Casquette	10,00 €
Coupe-vent	25,00 €

Si vous n'avez pas participé à la marche et que vous avez envie de vous « relooker », il vous est loisible de me contacter soit par e-mail soit par téléphone au 0473/ 78 14 95.

Nous fixerons un rendez-vous et, si je suis disponible, je vous accueillerai avec plaisir.

Les vêtements de la « Boutique de Bianca » seront vendus à moindre prix.

Soyez nombreux à venir visiter mon stand « vêtements », vous serez surpris !

Huguette.



Vous souhaitez boire un bon verre, servi avec le sourire, dans un endroit agréable ?

Le Mouligneau est **la** bonne adresse !

Sandro et Fady vous accueillent avec plaisir au

Café « Le Mouligneau »
Rue d'Erbisoeul, 1
7011 Ghlin

Ouvert du lundi au dimanche
de 10h30 à 20h30.
Tél : 0491 547373





Dimanche 24 avril 2011 - IPA - REGIONALE DE MONS

La régionale de MONS de l'International Police Association vous propose le dimanche 24/04/2011 dès 09.30 heures, au départ de la Place de 7332 SIRAUT, rue des Déportés :

- une ballade familiale de 5,800 Km accessible à tous
- un circuit VTT familial de 10 Kms pour les débutants
- un circuit VTT de 25 Kms ou 40 Kms pour les initiés



Vers 12/12.30 hrs, nous vous proposerons de vous restaurer avec de savoureux jambons rôtis à la broche, accompagnés de pommes de terre en chemise, d'un assortiment de crudités, de succulentes baguettes françaises, de beurre de ferme et sauces froides (mayonnaise, ketchup, aïoli, cocktail).

Cette journée vous est proposée au prix de 16 € (boissons non comprises) pour les membres et sympathisants et 21 € pour les non membres.

Cette activité aura lieu s'il y a au moins 40 participants.

Les bulletins de participation sont à renvoyer au Président de la Régionale :
Pierre CAMPION, rue de Binche n°536 à 7300 BOUSSU soit par courrier ou par mail :
campion.pierre@skynet.be pour le 07/04/2011 au plus tard.

Je soussigné(e)Membre IPA/SYMPA N°.....
Non membre *

ADRESSE :

Tél/GSM :

M'inscris à la journée du 24/04/2011 avec.....personnes.

Je participe à la ballade familiale OUI – NON *

Je participe au circuit VTT OUI – NON * (indiquer nombre de kilomètres) :

Je participe uniquement au repas OUI – NON *

(* biffer le(s) mention(s) inutile(s).)

Je verse ce jour la somme deX 16 € =€

la somme de.....X 21 € =.....€

sur le compte n° BE70 000-1761545-25 de l'IPA régionale de MONS C/O Freddy Francois, rue de Warquignies, 339 7301 BOUSSU.

Dimanche 29 mai 2011 - Marche de La Marjolaine



Le dimanche 29 mai 2011 dès 8h l'Asbl « La Marjolaine » organise sa 7^{ème} marche de printemps au départ du « Petit Salon » à Sirault (place de Sirault).

Cette Asbl organise des après-midi de loisirs pour les enfants et les adolescents en situation de handicap.

Venez les soutenir en marchant à leurs côtés, le parcours est gratuit.

Trois circuits vous seront proposés + un circuit pour les personnes à mobilité réduite. Une petite restauration et des animations vous seront proposées.

Merci pour eux.



Emile

Le 9 avril 2011 : Marche de Printemps au départ d'Elouges

Petit Historique d'Elouges

Le village d'Elouges est sans conteste un lieu riche en vestiges archéologiques. Découverts en fouillant le sol des différentes époques, ils témoignent de l'occupation du site.



Vestiges archéologiques

Grâce aux recherches entamées par monsieur Charles Debove, archéologue élougeois, des découvertes de nombreux outils et armes en silex montrent que le site était déjà occupé à l'âge de la pierre. Il est probable qu'une villa ait été construite sur les monts d'Elouges dès le premier siècle de notre ère mais elle ne servait probablement que d'habitation relais. Cette habitation deviendra une villa agricole dans le courant du 2ème siècle.

Des périodes franques et mérovingiennes, on se souviendra de la découverte de deux nécropoles, l'une qui se situait au mont d'Elouges l'autre sous le « terail du 4 » Rue de la Grande Veine.



Puits n°4

Les mérovingiens ont étendu la surface du village et lui ont donné la superficie qu'il occupe aujourd'hui. Durant le Moyen-âge la population se regroupa et forma le village tel qu'on le connaît aujourd'hui. Les grandes fermes étaient installées le long du ruisseau et 2 châteaux seigneuriaux se partageaient le territoire : les « Castellois » au Monceau et les « Elouges » à Elouges centre.



Eglise du Monceau



Place de l'Eglise

L'abbaye de Crespin était responsable de la cure d'Elouges centre, tandis que l'abbaye de Saint Ghislain était responsable d'Elouges Monceau. Au milieu du 14ème siècle, Elouges possédait sa propre magistrature locale. Ce n'est qu'en 1842, après beaucoup de péripéties, que les habitants du Monceau purent enfin construire une église paroissiale indépendante en remplacement de la chapelle qui dépendait de la cure de Dour. En plus de nombreuses sociétés charbonnières qui se développèrent durant le 18ème siècle et le 19ème siècle, on dénombrait 6 carrières de pierre à chaux dont 6 survécurent jusqu'en 1896 et une seule jusqu'en 1967.



Le site de Cocars dans le bois d'Epinois est probablement le site le plus connu d'Elouges.

Il ne reste pratiquement plus rien de l'établissement scolaire qui eut une grande renommée. Les archives communales de Dour signalent la présence d'un vicaire de Dour qui fut aussi chapelain de Cocars. L'école qui était renommée comptait 150 à 200 élèves venus non seulement des alentours mais aussi de Tournai, Lens, Mons (mais tous n'étaient pas pensionnaires).

On y enseignait la catéchèse, la lecture, l'arithmétique, les premiers éléments de la langue latine, l'histoire, la géographie, l'écriture et même une écriture bâtarde spéciale à l'école. L'ermitage possédait sa propre grammaire intitulée « grammaire françoise à l'usage de l'ermitage de Cocars ».



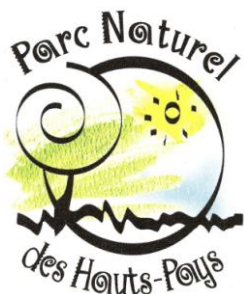
En 1851 l'école de l'ermitage est démolie mais il est difficile de dire si son activité d'enseignement s'est arrêtée en même temps. La chapelle de Cocars est le seul témoin de l'ermitage.

Elle fut réunie à la paroisse de Dour en 1837 suite à une demande de la famille de Royer (bourgmestre de Dour) pour y établir les sépultures familiales. Elle présente la particularité d'être sur le territoire d'Elouges mais elle est desservie par l'autel Saint Victor de Dour.

Le bâtiment actuel de style renaissance est de forme rectangulaire avec un demi-cercle formant le chœur. Elle est bâtie en briques sur des assises de pierres provenant d'une ancienne construction. Sous la chapelle, on trouve la crypte abritant les dépouilles de la famille des De Royer. Des vandales l'ont profanée plusieurs fois pensant trouver de l'or et des bijoux.

Depuis, la crypte est fermée avec une porte en fer.

Jadis une messe y était célébrée le lundi de Carême puis elle fut déplacée au 25 mars marquant l'ouverture des festivités de la ducasse « à figes ». Cette kermesse attirait même les habitants des villages environnants et la bière y coulait à flots. L'ampleur des festivités est proportionnelle aux absences signalées dans les fosses le lendemain de ducasse. Depuis quelques années, une nouvelle manifestation de cette ducasse a vu le jour mais elle se déroule maintenant le 15 août. Une bénédiction d'enfants ainsi que des jeux populaires tentent de rendre à cette festivité locale tout son aura d'antan.



Certains de nos parcours passeront par :

Le Parc Naturel des Hauts Pays

Le Parc naturel des Hauts-Pays s'étend sur le territoire de 6 communes :

- Colfontaine, pour le Bois du même nom ;
- Dour, pour les anciennes communes de Blaugies, Petit Dour, Wihéries et le sud d'Elouges ;
- Frameries, pour Sars-la-Bruyère, le sud d'Eugies et Noirchain ;
- Honnelles, en totalité ;
- Quévy, en totalité ;
- Quiévrain pour les anciennes communes de Baisieux et d'Audregnies.



Sa superficie est d'environ 15.700 hectares pour 20.000 habitants.

Son territoire occupe une partie de la zone de partage des eaux qui sépare les deux principaux bassins hydrographiques du pays : l'Escaut, via la Haine, et la Meuse, via la Sambre dans son parcours français. Et comme la Haine, à la frontière franco-belge, est à l'altitude de 16m, on comprend cette appellation de « Hauts-Pays ».

En fait, cette bande frontalière est divisée en deux parties plus ou moins égales, par la seule véritable forêt du Parc, la forêt de Colfontaine et ses dépendances.

A l'ouest, le Haut-Pays de Roisin ; à l'est le sommet de cette zone de partage des eaux, à Blaregnies et Sars-la-Bruyère. **C'est en additionnant les deux que l'on s'est permis le pluriel de « Hauts-Pays ».**

La valeur paysagère de l'ensemble du Parc naturel des Hauts-Pays est élevée. Il n'y a pas de dégradations importantes du paysage (absence de zonings industriels ou de lignes à haute tension). Le paysage est très différent de celui des régions voisines et donc de ce qu'une grande majorité de la population des alentours (Valenciennes et Mons-Borinage) connaît et a l'habitude de voir : la présence de forêts, de rivières et ruisseaux à cours rapide, de cascades, de vallons encaissés, de promontoires, de villages nichés au creux des vallées et au sommet des plateaux sont autant d'éléments « dépayssants ». Le parc naturel des Hauts-Pays possède grâce à ces caractéristiques un grand pouvoir attractif sur les populations environnantes.

Il faut également noter, comme autre élément attractif d'importance, la présence de nombreux points de vue vers les zones d'où sont issus les visiteurs potentiels (point de vue sur la vallée de la Haine et même de l'Escaut, la région de Mons et le Borinage,...).

Le gouvernement wallon a approuvé la reconnaissance du Parc naturel des Hauts-Pays le 20 juillet 2000 et a désigné sa Commission de gestion le 08 février 2002.

Le ministre José Happart a mis en place la Commission de gestion le 18 avril 2002.

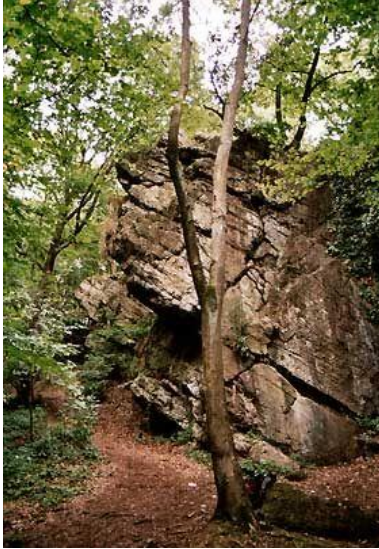
Le Pouvoir organisateur

- Président : Bernard Paget
- Vice-présidente : Florence Lecompte
- Vice-président : Carlo Di Antonio
- Vice-président : Bernard Sirault
- Trésorier : Georges Denis
- Secrétaire : Jean-Michel Dieu

La Commission de gestion

- Président : Pierre Tachenion
- Trésorier : Guy Lisbet
- Secrétaire : Salvatore Miraglia

Le Caillou-qui-bique



Situé le long de la Grande Honnelle, le site du Caillou-qui-bique attire, par sa beauté naturelle, de nombreux curieux et promeneurs.

Ce Poudingue (sédiment de roches dures), vieux de 370 millions d'années, a une hauteur de plus ou moins 25 mètres.

Selon la vieille croyance populaire, ces roches auraient, pour la plupart, une origine diabolique.

La légende raconte qu'en ce temps-là, l'abbaye de Stavelot, en Ardenne liégeoise, est en construction et que Satan est furieux parce que le monastère risque fort de limiter son champ d'action, de s'opposer à son œuvre de recrutement et de lui enlever de nombreuses âmes. Ses intérêts sont compromis et il est bien décidé à faire tout ce qui est en son pouvoir pour s'opposer au dessein de Saint Remacle, qui a pris l'initiative d'édifier l'abbaye de Stavelot.

Le Diable, en passant par les Pyrénées, remarque un énorme rocher qui peut être l'instrument de sa vengeance. Il le charge sur ses épaules, traverse toute la France et se dirige vers Stavelot où, il le sait, on se prépare à célébrer la dédicace de l'abbatiale. Il envisage de lancer son rude fardeau, lors de la cérémonie, sur l'église, détruisant celle-ci et ensevelissant, sous ses pierres, l'abbé et toute la communauté monastique. Et, tout en avançant – de plus en plus péniblement – vers son objectif, il se réjouit déjà à la perspective de son exploit et ricane...

La route de Satan passe par la vallée de la Grande Honnelle, entre Angre et Autreppe et, tandis qu'il marche lentement, il aperçoit, venant à sa rencontre, un pauvre hère.

Lorsque celui-ci n'est plus qu'à quelques mètres de lui, il remarque que l'homme, qui est chargé d'un grand sac assez encombrant, a des chaussures en très mauvais état.

Le Diable s'adresse au passant :

- « Pauvre homme, pourriez-vous me dire si je suis encore loin de Stavelot où je souhaiterais arriver bientôt ! »

Le voyageur en haillons est, en fait, un messenger de Saint Remacle, voire Saint Remacle lui-même.

Ce dernier a été averti l'avant-veille, par un ange, de l'approche du Malin et de son intention de s'attaquer à l'abbaye. Il n'est donc nullement surpris.

- « Stavelot ? » répond-il, « mais j'en viens précisément. J'ai traversé l'Ardenne et ses forêts, la Famenne et ses marécages, le Condroz et ses champs pierreux et la montueuse région de l'Entre-Sambre-et-Meuse. J'ai marché des jours et des jours avant d'arriver ici... »
- « C'est donc si loin ! » s'étonne le Diable.
- « Oui, c'est encore très loin ! Voyez, toutes les chaussures que j'ai usées pour arriver jusqu'ici ! »

Pour prouver l'exactitude de ses propos, le voyageur se décharge de son sac et le retourne. Une énorme quantité de bottes, souliers, et sandales dont les semelles sont trouées s'en échappent.

- « Voyez vous-même ! »

Le surprenant spectacle des chaussures élimées, usées jusqu'à la dernière extrémité, ne peut manquer de susciter la rage et le découragement de Satan qui jure :

- « Mais je n'arriverai jamais à temps ! »

Et, soudain, plein de colère, il laisse choir son fardeau qui culbute et s'enfonce, de biais, dans le sol, en vue de la Petite Honnelle, en un lieu qui sera dès lors appelé le Thier du Diable. Ce rocher, qui a environ 25 mètres de haut, est lui-même dénommé Caillou-qui-bique parce que, selon Louis Sarot, « en patois local, dans le jeu du « tric-trac » ou de « zanzibar », on nomme ainsi un dé qui ne repose sur aucune faces mais se maintient en équilibre sur une arête en s'appuyant sur le rebord du jeu ou sur un autre dé... »

En tombant et en s'enfonçant dans le sol, le rocher provoque un tremblement de terre aux alentours. Qu'importe ! C'est en lançant un blasphème tonitruant que Satan, brusquement, s'éclipse. Le voyageur sourit puis s'agenouille afin de remercier le ciel.

Paul Evère faisait observer qu'il eût été plus logique, ou plus piquant, d'attribuer la mise en fuite du Diable à Saint-Ghislain qui, nous le savons, avait exercé son apostolat dans la région des deux Honnelles et qui, lui aussi, était fondateur d'une abbaye... bien plus proche que celle de Stavelot puisque située à quelques kilomètres seulement de Mons, entre le Haut-Pays, où se situe le Caillou-qui-bique, et le chef-lieu de la province.

Il nous est loisible de substituer Ghislain à Remacle puisque cette substitution ne modifie pas le récit, dont la trame demeure identique et dont l'enseignement n'est pas altéré.

Dans tous les cas, le Diable est mis en échec.

Je vous souhaite d'ores et déjà une excellente marche et profitez bien des paysages...

Sabrina Harvengt – Responsable Communication.

**Dernière
minute !**



VERDIGYM COLLINES FLOBECQ HT003

Le Comité de Verdigym Collines Flobecq HT003 nous prie de vous communiquer l'information suivante :



Une manifestation à caractère communautaire est prévue dans la Région des Collines le 27 mars prochain, date de notre 41e édition de la Marche des Collines. Cette manifestation risquant de perturber la quiétude de notre marche et d'entraîner une confrontation non désirée entre nos marcheurs et les manifestants.

Vu les avis négatifs qui nous sont parvenus des Polices de la zone des Collines ainsi que celle d'Ath et l'interdiction du Bourgmestre de la commune de Flobecq quant à l'organisation de cette marche, vu le caractère exceptionnel qui en résulte, en concertation avec la FFBMP, nous sommes de l'impossibilité d'organiser notre marche.

C'est pourquoi nous annulons purement et simplement la MARCHÉ DES COLLINES prévue le 27 mars prochain.

Notre principale tâche aujourd'hui est de prévenir tous les Clubs, soit par mail ou par écrit. Clubs à qui nous demandons leurs collaborations pour prévenir leurs marcheurs de cette annulation.

Conscient des désagréments qu'occasionne cette décision, notre club étant le premier pénalisé, nous espérons de tout cœur vous retrouvez nombreux lors de nos prochaines activités.

Le Club de Verdigym Collines Flobecq, vous remercie de l'attention que vous apporterez à ce courrier et vous prie d'agréer, Messieurs les Présidents de la FFBMP et du CP Hainaut, Mesdames et Messieurs les Présidents de Club, nos salutations distinguées.

Nos amitiés par la marche.

Paul Hageman Secrétaire de **Verdigym Collines Flobecq HT003**

0475/96.30.15 paul.hageman@skynet.be



paul.hageman@verdigymcollines.be



29^{ème} Marche du Printemps
Samedi 09 avril 2011

5 - 10 - 20 - 25 - 40 - 50 - 60

29^{de} Lentetocht
Zaterdag 09 april 2011

Lieu de départ et d'arrivée : Ecole Communale d'Elouges Rue Charles Wantiez, 27 - 7370 Elouges		Start en aankomstplaats : Ecole Communale d'Elouges Rue Charles Wantiez, 27 - 7370 Elouges
Le parcours de longue distance traverse le parc éolien de Dour-Quévrain, le Parc Naturel des Hauts Pays : Bois de Roisin, Caillou-qui-bique, brasserie artisanale, incursion en France ...		Het langasftand traject steekt het windpark van Dour-Quévrain en het Natuur Park van de Hoge Landen over; Bos van Roisin, Caillou-qui-bique, ambachts-brouwerij, inval in Frankrijk ...
Accès : En voiture : Autoroute E19 : Bruxelles - Paris Sortie n° 26 : direction Dour Fléchage « Marche ». En train : Gare de Thulin + navette gratuite (☎ 0477 869519)		Te bereiken : Met de auto : Autoweg E19 : Brussel - Parijs Uitrit nr 26 : richting Dour Pijlen « Marche » volgen. Met de trein : Station van Thulin + gratis pendel (☎ 0477 869519)
Heures de départ : 5 - 10 km de 08:00 à 15:00 20 - 25 km de 08:00 à 13:00 40 - 50 km de 07:00 à 09:00 60 km de 06:00 à 09:00 Heures d'arrivée : au plus tard à 21:00 Permanence FFBMP / IVV de 09:00 à 21:00 Frais d'inscription : Estampille 0,75 € et badge 3,80 €		Starturen : 5 - 10 km van 08:00 tot 15:00 20 - 25 km van 08:00 tot 13:00 40 - 50 km van 07:00 tot 09:00 60 km van 06:00 tot 09:00 Aankomsturen : ten laatste om 21:00 Permanentie FFBMP / IVV van 09:00 tot 21:00 Inschrijvingskosten : Afstempeling 0,75 € en badge 3,80 €

Organisateurs responsables / Verantwoordelijke organisatoren :

Président / Voorzitter :	0477 510254	Jean Primosig - Rue Dehon 2 - 7011 Ghlin
Vice-Président / Vice-Voorz. :	0477 869519	Paul Campion - Cité Georges Cornez 52 - 7340 Wasmes
Responsable parcours :	0475 540117	Pascal Urbain - Rue Delporte 21 - 7350 Thulin
Inlichtingen (NL) :	068 280053	Rik Claeys - Rue Willaufosse - 7812 Ath
Web :	http://users.skynet.be/sans.soucis	
	E-mail: sans.soucis@skynet.be	

Cette marche est placée sous le patronage de la Fédération Francophone Belge des Marches Populaires (FFBMP) et de la Fédération Internationale des Sports Populaires (FISP) ou Internationaler Volkssportverband (IVV).

La marche aura lieu quelles que soient les conditions atmosphériques. Le Club est assuré en responsabilité civile.
 Buvette et restauration à prix modique. Vaste parking assuré. Récompenses aux groupes les plus nombreux.

L'inscription à la marche vaut certificat de bonne santé.

Deze wandeltocht staat onder de bescherming van de Fédération Francophone Belge des Marches Populaires (FFBMP) en van de Fédération Internationale des Sports Populaires (FISP) of Internationaler Volkssportverband (IVV).

De wandeltocht zal onder eender welke weeromstandigheden doorgaan. De Club is verzekerd voor burgerlijke aansprakelijkheid.
 Spijzen en dranken aan democratische prijzen. Parking verzekerd. Bekers aan de meeste vertegenwoordigde groepen.

De inschrijving aan de wandeling is een certificaat van goede gezondheid.

Ne pas jeter sur la voie publique s.v.p.

Niet op de openbare weg werpen a.u.b.

N° d'agrégation : HT / 045 / DA