

Les Sans Soucis

PÉRIODIQUE TRIMESTRIEL – JANVIER – FEVRIER – MARS – 2016

Belgique -België
P.P.
7000 Mons
5/955

Bureau de dépôt : La Poste
Rue de la Clef 25-27
7000 - MONS

Numéro d'agrément : P304133

Editeur Responsable :

Jean Primosig
Rue Marcel Dehon, 2
7011 GHLIN

A l'attention de :



La Passion est notre force !





ORGANIGRAMME 2016 - HT029



Comité		
Président	Jean PRIMOSIG	Rue Dehon, 2 – 7011 GHLIN
Responsable Cars		Phone + fax: 065 31 81 31 GSM: 0477 51 02 54
Vice-président Responsable Périodique Vignettes marche	Paul CAMPION paul.campion@skynet.be	Cité Georges Cornez, 52 – 7340 WASMES GSM: 0477 86 95 19
Secrétaire Correspondant Club	Christian LEPORCQ christian.leporcq@gmail.com	Rue de la Liberté, 5 – 7390 QUAREGNON Phone: 065 78 12 05 GSM: 0498 22 99 77
Secrétaire adjoint Responsable Matériel Correspondant ACHO	Patrick JOLY jolypatrick1963@hotmail.be	Rue de Mons, 115 – 7011 GHLIN GSM: 0470 57 68 51
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
Responsable Assurances	Chantal DESCAMPS chantal-descamps@hotmail.be	Rue Monsville, 128 – 7390 QUAREGNON GSM: 0498 23 65 87
Responsable Salle et Animation Correspondant ACHO	Jean-Marie LETE l.jean-marie.02@hotmail.fr	Rue du Vieux Temple, 25 – 7340 PATURAGES GSM: 0495 68 91 52
Relations publiques Promotion de la marche	Christiane LHOIR Lhoirc@hotmail.be	Rue Courbelette, 70 – 7390 QUAREGNON GSM: 0474 10 37 62
Responsable Vêtements Club	Jacqueline LHOIR jacko2206@hotmail.fr	Avenue du Champ de Bataille, 64 – 7012 JEMAPPES Phone: 065 82 52 34 GSM: 0476 69 86 16
Responsable Contrôles	Frans CAUCHETEUR	Rue de Boussu, 114 – 7370 DOUR GSM: 0477 80 11 39
Responsable Achats	Micheline LERNOULD	Rue des Vainqueurs, 81 – 7370 BLAUGIES GSM: 0496 36 84 11
Bénévoles		
Responsable Circuits Webmaster	Pascal URBAIN purb@skynet.be	Rue Delporte, 21 – 7350 THULIN Phone: 065 65 28 90 GSM: 0475 54 01 17
Logistique Circuits	Annie Tilmant ; Jean-Luc Nef ; Bianca Murru ; Efsio Lai ; Christine Verhostadt ; Michel Defauw ; Jean-Jacques Debeil ; Marc Thouillez ; Henri Williaume	
Composition articles du périodique, photos et mise en page	Jean-Claude HAVAUX jeanclaudehavaux@gmail.com	Chaussée Brunehault, 9A Bte E4 – 7080 SARS-LA-BRUYERE Phone: 065 56 97 91 GSM: 0478 82 31 29
Carnets de Marches	Philippe ANTHOON philippeanthoon@gmail.com	Rue d'Ath, 37 – 7321 BLATON GSM: 0497 76 06 87
Responsable Bar	Marius WETTERENE	Avenue du Champ de Bataille, 64 – 7012 JEMAPPES Phone: 065 82 52 34
Compte bancaire	IBAN: BE32 7955 7912 0402 BIC: GKCCBEBB Les Sans Soucis 7370 Dour	Veillez communiquer tout changement d'adresse au Trésorier ou à un membre du Comité.

Site web: www.sans-soucis-ghlin.be

e-mail : ht029@ffbmp.be



Sans-Soucis Marche

Le mot du président

Décembre 2015.



Chers amis,

Le 4 octobre dernier, a eu lieu notre marche d'automne. Près de 600 marcheurs nous ont rendu visite par une journée presque printanière. Tous sont rentrés enchantés comme d'habitude des superbes circuits préparés par nos équipes de flécheurs. Je voudrais, et je ne m'en lasserai jamais, remercier tous les bénévoles qui se sont dépensés sans compter, pour faire de cette journée un dimanche sans souci.

Le 8 novembre dernier était consacré à notre traditionnel banquet. Tout était parfait de l'apéritif au dessert, café et pousse-café.

Merci à notre traiteur et à son équipe qui se sont surpassés !

Merci à Jean-Marie pour avoir mis l'ambiance, pour nous faire danser et bien nous amuser ! Je lui demanderai juste de mettre la musique un peu moins fort la prochaine fois.

Le 4 décembre, Saint-Nicolas est venu récompenser les enfants sages, ainsi que les seniors sages. Là encore, tout était parfait. Le magicien Festy 'Oli, qui a animé la soirée, avait encore une fois plus d'un tour dans son sac pour émerveiller petit et grands, qui en restaient bouche bée la plupart du temps.

Je voudrais souhaiter un prompt rétablissement à tous nos membres qui sont hospitalisés ou souffrants.

A bientôt sur les sentiers et bonnes fêtes de fin d'année !

Jean

Le mot du vice-président



Chers amis,

Lors de la dernière réunion du comité du « **Challenge des Classiques des Cinq Provinces** », je dois vous avouer que Jean-Claude et moi n'étions pas très fiers de voir le peu de participation des Sans-Soucis à l'édition 2015 de ce Challenge.

Les anciens membres du club vous le confirmeront : c'est grâce au « **Challenge des Classiques des Cinq Provinces** » que les Sans-Soucis ont vu le nombre de participants à leurs longues distances augmenter de manière significative, et qu'ils se sont fait connaître plus largement dans tout le pays, et même hors de nos frontières.

Le 9 avril 2016, la **34^{ème} Marche du Printemps** organisée par notre club « **Les Sans-Soucis de Ghlin** » constituera la **3^{ème}** des 5 manches du « **Challenge des Classiques des Cinq Provinces** ». Alors, j'aimerais que les Sans-Soucis marquent le coup et fassent un effort pour participer aux 5 marches du « **Challenge des Classiques des Cinq Provinces** ». Si vous ne pouvez pas vous rendre à l'une ou l'autre d'entre elles, sachez que la participation au prologue compte aussi comme participation à la marche. Je vous rappelle aussi que, depuis plusieurs années, vous pouvez choisir de faire 5 x 10, 5 x 20 ou 5 x 40 km. Il y a donc des distances accessibles à la plupart d'entre nous. J'espère que cet appel sera entendu et que les « **Les Sans-Soucis de Ghlin** » sauront montrer qu'ils sont dignes de faire partie de ce Challenge.

En attendant, je vous souhaite de très agréables fêtes de fin d'année.

A bientôt !

Paul.

2016
30^{ème} Challenge
«Les classiques des
5 provinces»

200 km

5x 10 km · 5x 20 km · 5x 40 km

TOMBOLA GRATUITE



100 km

50 km

BADGE GRATUIT
à tous les marcheurs
terminant les 5 marches
(minimum 5x10km)

Marches placées sous le patronage
de la Fédération Francophone Belge
de Marches Populaires et de la FISP (IVV)
Approuvées sous le n° 1/16/004/NE



<p>12-21-42</p>  <p>LES DJOYEÛS D'À TULTAY Tavier - Condroz LG 172</p>	<p>25^{ème} Marche des Djoyeûs Hody Samedi 12 et dimanche 13 mars 2016 4 - 7 - 12 - 21 - 30 - 42</p> <p>Dany LIMBOURG Rue d'Ouffet, 1 4590 OUFFET GSM 0496 03 04 13 @ danylimbourg@hotmail.fr</p>	<p>Départ et arrivée <i>Les Djoyeûs d'à Tultay</i> Salle Li Hody's Chemin Moulin, 20 4162 HODY</p>	<p>Heures de départ 42 km de 7h à 9h 30 - 21 km de 7h à 12h 12 - 7 - 4 km de 7h à 15h</p>
<p>10-20-40</p>  <p>LES BOTTINES BORQUINES SAINT-HUBERT LUX 042</p>	<p>Marche de Printemps Saint-Hubert Samedi 26 mars 2016 6 - 12 - 20 - 42</p> <p>Edgard PIERARD Rue Haye Pierson, 7 6870 SAINT-HUBERT Tél. 061 61 22 87 GSM 0496 20 99 46 @ edgard.pierard@gmail.com</p>	<p><i>Les Bottines Borquines</i> Salle communale des fêtes Rue Général Dechesne, 1 6870 SAINT-HUBERT</p>	<p>42 km de 6h30 à 9h 20 - 12 - 6 km de 6h30 à 14h</p>
<p>10-20-40 Les SANS-SOUICIS GHLIN HT029</p>  <p>HT 029</p>	<p>34^{ème} Marche du Printemps Eugies Samedi 9 avril 2016 5 - 10 - 20 - 40 - 50 - 60</p> <p>Paul CAMPION Cité Georges Comez, 52 7340 WASMES GSM 0477 86 95 19 @ paul.campion@skynet.be</p>	<p><i>Les Sans-Souicis de Ghlin</i> Le Foyer Rural Rue Haute, 38 7080 EUGIES E19-E42 Sortie R5 (Maubeuge - Frameries - Jemappes) Puis Sortie N544 (Cuesmes - Frameries) Fléchage «MARCHE»</p>	<p>60 - 50 km de 6h à 9h 40 - 20 km de 7h à 13h 10 - 5 km de 7h à 15h</p>
<p>10-20-42 Les Kangourous de Falisolle NA 035</p> 	<p>35^{ème} Marche des Étoiles Falisolle Samedi 23 avril 2016 4 - 7 - 10 - 15 - 20 - 25 - 42 - 50</p> <p>Mariano BOCCHESI Rue des Combattants, 10 5060 FALISOLLE Tél. 071 77 43 05 GSM 0485 10 43 66 @ marianobocchese@skynet.be</p>	<p><i>Les Kangourous de Falisolle</i> Ecole des Soeurs Rue G. Héraly, 1 5060 FALISOLLE E42, Sortie 14 (Sambreville)</p>	<p>50 - 42 km de 6h à 9h 25 - 20 km de 6h à 15h 15 - 10 - 7 - 4 km de 6h à 15h</p>
<p>12-20-40</p>  <p>LES MARCHEURS DU HAIN Braine-l'Alleud BBW 016</p>	<p>Marche de L'Empereur Braine-l'Alleud Samedi 17 septembre 2016 4 - 12 - 20 - 40 - 60</p> <p>Vincent MATHIEU-DAUDE Avenue Gaston Mertens, 11 1440 BRAINE-LE-CHÂTEAU Tél. 02 366 09 21 GSM 0478 20 71 27 @ fb304608@skynet.be</p>	<p><i>Les Marcheurs du Hain</i> Salle Communale d'Ophain Rue des Combattants, 3 1421 OPHAIN - B.S.I. Ring 0 - Sortie 23</p>	<p>60 - 40 km de 6h à 8h30 20 km de 7h à 14h 12 - 4 km de 7h à 15h</p>

Le mot du trésorier



Je commencerai ce petit mot par un rappel, qui confirmera la réputation de « pic-sous » dont certains m'affublent : si ce n'est déjà fait, il est temps de renouveler votre cotisation pour l'année 2016 : 6 € par personne à verser sur le compte BE32 7955 7912 0402 du Club Les Sans Soucis).

Dès réception de votre paiement, votre carte d'affiliation 2016 vous sera transmise.

Au sujet de cette carte, suite aux questions posées par certains d'entre vous qui l'ont déjà reçue, je voudrais vous expliquer trois modes d'écriture d'une date :

1. Année/mois/jour - exemple : 1969/01/23 = 23 janvier 1969
2. Mois/jour/année - exemple : 01/23/1969 = 23 janvier 1969
3. Jour/mois/année - exemple : 23/01/1969 = 23 janvier 1969

Les modes d'écriture 1 et 2 sont dit « à l'anglaise » ou « anglo-saxon », tandis que le mode 3 est bien le mode « à la française » utilisé dans nos contrées.

L'impression de la date de naissance sur la plupart des cartes de membres a été faite selon le mode 2, d'où la question fréquemment posée : n'y a-t-il pas une erreur dans ma date de naissance ?

Exception toutefois pour les nombreuses cartes manquantes qui ont été réimprimées par après par la Fédération, avec la date dans le bon format cette fois (mode 3).

Dernière petite rectification dans le message du Président de la Fédération accompagnant la carte : dernier paragraphe : il faut lire « en 2016 », et non « en 2015 ».

Espérons que pour 2017, l'imprimeur veillera au bon choix du mode de date... et n'oubliera plus une carte sur quatre ☹ ☹ ☹

Mais avant 2017, encore très loin, je voudrais vous présenter mes meilleurs vœux « borains » pour 2016 : bonne et heureuse année à tertoutes, enn' bonne santé, des bonnes gambes éyé ée bon stoumac.

Jean-Claude

Samedi 30 janvier 2016 : Prologue de la marche du 14 Février



**Rendez-vous à 8h00 à la
Chapelle du Mouligneau pour
12 ou 30 km.**

Parcours boisé.

Pas de voiture suiveuse.

**Renseignements :
Pascal Urbain 0475 54 01 17**

ASSEMBLEE GENERALE DU 22 JANVIER 2016

Cette invitation concerne les membres en ordre de cotisations pour 2015 ET 2016, mais l'annonce de votre participation auprès du secrétaire ou du trésorier est indispensable.

Les membres du Club sont invités à participer à l'Assemblée Générale annuelle qui se tiendra le **vendredi 22 janvier 2016 à 19 heures précises** dans les locaux de l'école Saint Louis, rue de Mons, n°4 à Ghlin (près de la place triangulaire).

Ordre du jour

- Discours du Président
- Rapport financier du Trésorier
- Rapport des Commissaires-Réviseurs
- Vote sur les propositions émises de modifications des Statuts. **Seules seront recevables les propositions émises conformément à l'article 27 des Statuts et déposées chez le secrétaire au plus tard le 10 janvier 2016.** Pour rappel, l'article 27 stipule ceci : « Les propositions de modifications doivent parvenir par écrit au Secrétaire dans les délais annoncés par la voie du périodique et doivent être contresignées par 20 membres au moins. Toute modification aux Statuts doit être approuvée à la majorité simple par l'Assemblée Générale Statutaire, et le cas échéant, entrera en vigueur immédiatement. » **Vous trouverez le texte des Statuts dans ce périodique.**
- Désignation des commissaires-réviseurs pour 2016
- Divers : questions, réponses, suggestions... Vous avez la parole...
- Collation fromages ... **Pour éviter des gaspillages, l'annonce de votre participation auprès du secrétaire ou du trésorier est indispensable.**

Pour animer vos soirées, faites confiance à Sono Bingo Flash : Jean-Marie Lété, rue du Vieux Temple 25 à 7340 Pâturages



CLUB DE MARCHÉ LES SANS-SOUCIS GHLIN

STATUTS ET REGLEMENTS EN VIGUEUR AU 23/01/2009

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 toute personne animée d'un esprit d'amitié, d'entraide et amoureux de la nature.

Art 7. Toute personne 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 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...). Toutefois, la Présidence, le Secrétariat et la Trésorerie ainsi que les postes adjoints doivent être assurés par six 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. Toutefois, deux membres d’une même famille ne peuvent occuper un poste et le poste adjoint équivalent.

Art 13. Tous les deux ans (années impaires), 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 et avoir manifesté de l’intérêt dans la gestion et/ou l’organisation du Club. 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 50% 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 régulièrement à une fréquence fixée de commun accord, de manière à préparer les activités et à développer de nouvelles idées. 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 dispose d’un droit de réponse dans le périodique et ne pourra se représenter aux élections.

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'octroi 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.

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 janvier. 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 ayant toutefois un rapport avec les activités du Club ou servant les intérêts des membres (exemple : petites annonces). Chaque membre du Club pourra envoyer des articles au responsable du périodique.

VII. 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 et doivent être contresignées par 20 membres au moins. Toute modification aux Statuts doit être approuvée à la majorité simple par l'Assemblée Générale Statutaire, et le cas échéant, entrera en vigueur immédiatement.

VIII. 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.

Le mot de la responsable des assurances

Rappels Importants

Depuis le 1^{er} janvier 2014, il est impératif de respecter l'heure de départ inscrite dans le calendrier.
La vente des cartes est interdite avant cette heure.

Déclaration d'accident – Que faire en cas d'accident ?

Veillez faire compléter une déclaration d'accident par le responsable « assurances » du club organisateur.

Points importants :

Point ② : Identité de la victime.

Point ⑤ : Date et lieu de l'accident.

Point ⑥ : Description de l'accident.

Point ⑨ : Témoignages (minimum 2 témoins).

- Ayez toujours avec vous une vignette de mutuelle, à apposer sur la déclaration.
- Dated et signez à la page 1.
- Consultez un médecin ou les urgences, le jour même, et faites compléter le certificat médical, page 4.
- Dans les plus brefs délais, transmettez la déclaration d'accident à votre responsable assurance, qui se chargera du suivi.
- Veuillez récupérer la carte d'inscription, obligatoirement complétée des diverses estampilles (contrôles) et la joindre à la déclaration.
- Paiement intégral de toutes les factures (faites des photocopies).
- Avant reprise de toute activité, rentrez le certificat de guérison.
- Au cours de l'évolution de votre guérison, et pendant le suivi de votre dossier, restez en contact avec votre responsable assurance.

Avenant à l'assurance souscrite par la FFBMP

Extension de garantie (un cœur pour le sport)

Il est précisé, qu'est assimilé à un accident corporel, la manifestation soudaine d'un accident vasculaire cérébral ou d'un problème cardiaque (comme une insuffisance cardiaque aigüe, une arythmie cardiaque, un infarctus du myocarde).

Manifestation :

- Soit pendant l'activité sportive assurée (impossibilité de continuer).
- Soit au cours de la récupération immédiate (après et à l'emplacement de la pratique sportive assurée).
- Soit sur le chemin normal du retour, du lieu de l'activité assurée vers le domicile.

L'assurance prend effet quand la victime se rend immédiatement, après la manifestation du problème cardiaque ou vasculaire cérébral, dans un service des urgences d'un hôpital public ou privé.

Condition de la garantie (pratique d'un sport amateur)

Au sens de la présente police, il y a lieu d'entendre par « pratique d'un sport » :

- La mise en œuvre d'une ou plusieurs qualités physiques (activité d'endurance, de résistance, de force, de coordination, d'adresse, de souplesse, etc.)
- Une pratique fédérée (sous la tutelle d'une fédération) ou qui pourrait l'être.

Exclusions :

Sont exclus : les accidents vasculaires cérébraux ou cardiaques résultant de l'utilisation de boissons alcoolisées, de drogues, de substances toxiques ou de produits de dopage.

Je vous souhaite de belles marches.

Chantal



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



Remerciements

Adelina et François remercient le Club des Sans-Soucis pour sa gentille attention à l'occasion de leur mariage.

Cars 2016 (Sans-Soucis Ghlin – Ropieurs Mons – Police Mons)

Date	Club	Lieu	Club visité	Distances
Sam 09 janvier	Police de Mons	PARIS - Rallye Paris Tour Eiffel + visite surprise	Le Godillot Familial	10 15 16 23 km
Dim 21 février	Sans-Soucis	8980 ZONNEBEKE (W-VI)	Drevetrotters Zonnebeke (5078)	6 12 18 24 km
Dim 13 mars	Police de Mons	4162 HODY (Liège)	Les Djoyeûs d'à Tultay (LG172)	4 7 12 21 km
Dim 13 mars	Sans-Soucis	4880 AUBEL (Liège)	Les Compagnons de St Hubert (LG015)	4 7 12 21 30 km
Sam 26 mars	Police de Mons	6870 SAINT HUBERT (Lux)	Les Bottines Borquines (LUX042)	6 12 20 42 km
Dim 17 avril	Sans-Soucis	4970 STAVELOT (Liège)	Stavelot Marche Club (LG142)	4 7 12 21 30 42 km
Sam 23 avril	Ropieurs Mons	8400 OOSTENDE (W.VI)	De Keignaerttrippers Oostende (5011)	6 12 18 km
Dim 24 avril	Police de Mons	59254 GHYVELDE (France)	Randonneurs van de Polders (5459)	7 12 15 17 22 27 km
Jeu 05 mai	Sans-Soucis	4834 GOE (Liège)	Les Goé-lands (LG031)	4 6 12 20 42 50 km
Dim 05 juin	Ropieurs Mons	6600 BASTOGNE (Luxembourg)	C.P du Luxembourg (LUX000)	6 12 20 30 km
Dim 17 juillet	Police de Mons	4960 MALMEDY (Liège)	C.M des Charmilles Xhoffraix (LG109)	4 7 12 22 30 42 km
Sam 30 juillet	Sans-Soucis	8300 KNOCKE-HEIST (W-VI)	WNZB Knokke-Heist (5072)	6 10 15 21 32 km
Sam 20 août	Sans-Soucis	6810 IZEL (Luxembourg)	Les Routheux Izel (LUX008)	6 12 22 30 km
Dim 16 octobre	Sans-Soucis	4608 WARSAGE (Liège)	Marcheurs Alliance Warsage (LG103)	4 7 13 21 32 km
Dim 04 décembre	Ropieurs Mons	4040 HERSTAL (Liège)	C.P de Liège (LG000)	4 6 12 21 km
Sam 10 décembre	Police de Mons	9000 GAND (O-VI)	Florastappers Gent (3103)	6 9 12 km
Décembre	Sans-Soucis	Week-end à Reims (à l'étude)		



Renseignements et inscriptions

Police de Mons	Eliane BLAIRON	0478.36.51.58	eliane.blairon@skynet.be
Ropieurs Mons	Roger CAMBIER	0496.79.26.14 ou 065.31.90.13	
Sans-Soucis Ghlin	Jean Primosig	065 31 81 31 / 0477 51 02 54	

Classement de notre marche du 4 octobre 2015 à Eugies

Club	Fédération	Participants
HT 061 - Les Marcheurs Police de Mons	FFBMP	79
W078 Drevetrotters Zonnebeke	Aktivïa	42
HT 001 - Les Sucriers de Brugelette	FFBMP	37
HT 025 - Les Marcheurs de la Police de Binche	FFBMP	34
HT 018 - Marcheurs du Val de Verne de Péruwelz	FFBMP	24
HT 065 - Les Aigles de Bellecourt	FFBMP	13
Les Randonneurs Pédestres de Bavay	FFRP	11
HT 028 - Marcheurs de la Sylle - Bassilly	FFBMP	10
HT 075 - Mont-Marche Tournai	FFBMP	10
HT 031 - Les Tatanes Ailées Epinois	FFBMP	9
HT 019 - Les Gratte-Pavés	FFBMP	8
HT 060 - Le Roitelet	FFBMP	8
HT 026 - Les Marcheurs Sonégiens	FFBMP	7
HT 062 - Les Trouvères club de marche	FFBMP	7
HT 070 - Marching Team Saint Gabriel	FFBMP	7
HT 050 - Les Vaillants Acrenois	FFBMP	6
HT 069 - Les Randonneurs du Haut-Escaut	FFBMP	6
HT 009 - Les Traîne-Savates Montignies s/Sambre	FFBMP	5
HT 012 - Le Coq d'Or Ecaussinnois	FFBMP	5
BBW 032 - Section Marche Police de Jette	FFBMP	4
FFRP 05326 Haisnes Balade	FFRP	4
HT 006 - Club Pédestre Ecuireuil de Châtelet	FFBMP	4
HT 011 - Les Marcheurs du XII de Marcinelle	FFBMP	4
HT 043 - Les Ropieurs	FFBMP	4
HT 067 - Les Hurlus en Balade	FFBMP	4
HT 074 - Liberchies Sports et Loisirs	FFBMP	4
NA 001 - Footing Club Fosses	FFBMP	4
NA 030 - 1000 Pattes - Philippeville	FFBMP	4
NA 054 - Marcheurs de "Hautes-Roches" - Dourbes	FFBMP	4
O233 Hanske De Krijger Oudenaarde	Aktivïa	4
O398 WV De Ijsbrekers	Aktivïa	4
NA 009 - Wallonia - Namur	FFBMP	3
NA 051 - Les Godasses de Fraire	FFBMP	3
O103 Florastappers Gent vzw	Aktivïa	3
O163 WSV Egmont Zottegem	Aktivïa	3
W361 De Textieltrekkers Vichte vzw	Aktivïa	3
A037 WSV Neteland Duffel vzw	VWF	2
B031 Wandelclub WSV Leuven	VWF	2
B138 Houtheimstappers Steenokkerzeel	Aktivïa	2

Club	Fédération	Participants
B286 WSV De Sluistappers	Aktivïa	2
B386 Vreugdestappers Huldenberg	Aktivïa	2
FFRP 00717 Phalempin	FFRP	2
HT 004 - Les Amis de la Nature Ath	FFBMP	2
HT 073 - Les Marcheurs d'Imbrechies en Thiérache	FFBMP	2
NA 052 - Les Djâles d'Anhée ASBL	FFBMP	2
NA 053 - Les Crayas du Thiry	FFBMP	2
O150 WSV De Reynaertstappers Belsele-Sinaai	Aktivïa	2
O376 De Chatons Ronse	Aktivïa	2
W012 WSK Marke vzw	Aktivïa	2
W177 WJSV De Brugsche Globetrotters	Aktivïa	2
W207 Gezinswandelclub Nooit Moe Boezinge	Aktivïa	2
W217 De 12 Uren Van Lauwe	Aktivïa	2
W245 WSV De Brigandtrotters	Aktivïa	2
W256 Warden Oom Stappers	Aktivïa	2
W274 Op en Rond Tiegemberg	Aktivïa	2
A013 De Kleitrappers Terhagen	VWF	1
A035 Sint Michielstappers Brecht	VWF	1
B021 Trip-Trap Kuntich vzw	VWF	1
B025 De IJsetrappers Overijse vzw	VWF	1
B096 WSV 't Fluitekruid Wolvertem	Aktivïa	1
BBW 007 - Les Roses Noires	FFBMP	1
BBW 020 - Van Asbroeck Marching Team	FFBMP	1
HT 010 - Les Marcheurs Ransartois	FFBMP	1
HT 023 - Les Oursons en Balade	FFBMP	1
HT 048 - Les Roteus Waibiens	FFBMP	1
HT 051 - Les Marcheurs du Souvenir de Leuze	FFBMP	1
HT 076 - Les Marcheurs Van Gogh	FFBMP	1
HT 085 - Les Pestèleûs	FFBMP	1
LG 138 - Les Corsaires de Sart-lez-Spa	FFBMP	1
NA 015 - Les Spartiates de Gembloux	FFBMP	1
O034 Omloop Kluisbergen vzw	Aktivïa	1
O105 Scheldestappers Zingem	Aktivïa	1
O116 De Wase Steinbockvrienden St.-Niklaas	Aktivïa	1
O135 Padstappers Geraardsbergen	Aktivïa	1
W311 vzw De Nacht	Aktivïa	1
HT 029 - Les Sans-Soucis - Ghlin	FFBMP	90
Individuels		51
Total		590



Calendrier des marches Janvier 2016

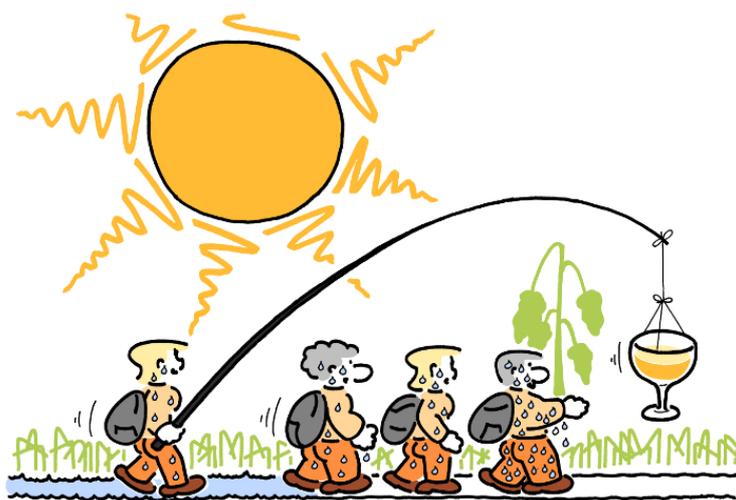
Vendredi 01/01/2016	NA054	Marcheurs de Hautes Roches-Dourbes Office de Tourisme de Viroinval 5670 NISMES	125 175	
Samedi 09/01/2016	NA056	La Caracole Andennaise Salle Paroissiale - Rue Camus 62 5300 - Andenne	6-12 50	08.00-15.00 06.00
Samedi 09/01/2016	HT028	Marcheurs de la Sylle-Bassilly Collège St Augustin - Pavé de Soignies 7850 - Enghien	6-12-18-25-30	06.30-15.00
Dimanche 10/01/2016	HT071	Les Sympas de Landelies Salle omnisports Laloyaux - Rue de Cousolre 6111 - Landelies	4-6-11-21	07.00-15.00
Dimanche 10/01/2016	NA029	Les Spitants de Namur ASBL Arsenal (Université de Namur) - Rue Bruno 11 5000 - Namur	4-7-14-21-30	07.00-15.00
Samedi 16/01/2016	NA036	Les Spirous de Jemeppe S/Sambre Ecole de la Communauté Française Rue Haute,60 5190 - Spy	5-7-14 21	07.00-14.00 07.00-12.00
Samedi 16/01/2016	HT003	Verdigym Collines Flobecq Maison du Village - Rue Abbé Pollart, 4 7880 - Flobecq	5-8-14	12.00-17.00
Samedi 23/01/2016	NA026	Les Culs de Jatte du Mauge Salle de la Maison des Jeunes - Rue St Pierre 5360 - Hamois	6-12-20-30	07.00-15.00
Samedi 30/01/2016	HT061	Les Marcheurs de la Police de Mons Athénée Royal J. d'Avesnes Av. Gouverneur Cornez 7000 - Mons	6-12-20-30 43-50	06.00-15.00 06.00-09.00
Samedi 30/01/2016 Dimanche 31/01/2016	NA046	Les Pimpons de Gembloux Salle le Maillon - Place L. Séverin, 1 5081 - Saint-Denis-Bovesse	4-7-12-21	07.00-15.00
Dimanche 31/01/2016	HT019	Les Gratte-Pavés Centre Culturel - Rue St Médard, 6 6560 - Solre-Sur-Sambre	4-6-12 20	07.00-14.00 07.00-12.00





Calendrier des marches Février 2016

Samedi 06/02/2016	HT045	Les Peleux - Chatelineau Ecole des Frères - Rue Chif 42 6200 - Chatelineau	4-7-12-20	07.00-15.00
Dimanche 07/02/2016	NA035	Les Kangourous de Falisolle Salle Communale - Rue Hurlevent 5060 - Velaine	3-6-12-21	07.00-15.00
Samedi 13/02/2016	HT033	Les Infatigables de Jumet Ecole Communale - Rue Anseele 36 6040 - Jumet	4-6-12-22	07.00-15.00
Samedi 13/02/2016	NA053	Les Crayas du Thiry Salle Espoir et Fraternité - Rue du Calvaire 5670 - Nismes	6-12-21	07.00-15.00
Dimanche 14/02/2016	HT029	Les Sans Soucis - Ghlin Ecole Saint-Louis – rue de Mons 4 7011 - Ghlin	4-7-12 20 30	07.00-15.00 07.00-13.00 07.00-11.00
Samedi 20/02/2016	HT011	Les Marcheurs du XII de Marcinelle Foyer des Haies - Rue des Haies 8 6120 - Nalines	6-12-20 25 42-50	06.30-15.00 06.30-11.00 06.30-09.00
Samedi 20/02/2016	NA034	Les Marcheurs du Samourai Complexe Sportif de Sombreffe Rue Château Chinon 5140 - Sombreffe	3-6-12-20	07.00-15.00
Samedi 27/02/2016	HT048	Les Roteus Waibiens Salle du Patro - Rue de la Cour 6536 - Thuillies	4-6-12-20-30	07.00-15.00
Dimanche 28/02/2016	HT069	Les Randonneurs du Haut-Escaut Salle du café l'Escale - Rue du Centre 57 7640 - Peronnes-Lez-Antoing	5-10-15-20-25- 30	07.00-15.00
Dimanche 28/02/2016	NA051	Les Godasses de Fraire Complexe Sportif - Rue du Battis 5 5651 - Laneffe(Walcourt)	5-10-15 25	07.00-15.00 06.30-12.00





Calendrier des marches

Mars 2016

Samedi 05/03/2016	HT083	Les Tchots de Gosselies Salle Polyvalente - Rue de Villers 208 6010 - Couillet	5-7-13 21-30	07.00-15.00 07.00-13.00
Dimanche 06/03/2016	HT076	Les Marcheurs Van Gogh Coloma - Place d'Hyon 15 7022 - Hyon	6-12 20 30	07.00-15.00 07.00-14.30 07.00-13.00
Dimanche 06/03/2016	NA001	Footing Club Fosses ASBL Salle Saint Joseph - Rue de la Station 51 5070 - Aisemont	4-6-12 22	07.00-15.00 07.00-13.00
Samedi 12/03/2016	HT034	Trotteux Su'L Roc - Beaumont Salle L'Espérance - Rue Basimont 6500 - Solre-Saint-Gery	5-10-15-20-30-42	06.30-15.00
Dimanche 13/03/2016	HT075	Mont-Marche - Tournai Serres Duroisin - Rue de la Forêt 7621 - Lesdain(Brunehaut)	6-12	14.00-16.00
Samedi 19/03/2016	HT051	Les Marcheurs du Souvenir de Leuze Salle L'Envol - Place 8 7911 - Buissenal	4-7-15-20-25	07.00-15.00
Samedi 19/03/2016	NA0165	Batteurs de Cuir - Dinant Salle La Victorieuse - Rue du Sto 5530 - Evrehailles(Yvoir)	6-12-21-30-42	06.00-14.00
Dimanche 20/03/2016	HT026	Les Marcheurs Sonégiens Salle de la Paix - Rue Felix Eloy 6 7060 - Soignies	4-6-12-21-30	07.00-15.00
Dimanche 20/03/2016	NA049	Les Piverts de Courriere ASBL Salle Cécilia - Rue du Fays 32 5336 - Courrière	6-12-20	06.30-15.00
Samedi 26/03/2016	HT010	Les Marcheurs Ransartois Salle des Fetes - Rue Roi Chevalier 6220 - Wangenies	4-6-12 21	06.30-15.00 06.30-13.00
Samedi 26/03/2016	NA054	Marcheurs de Hautes Roches-Dourbes Cercle Chez Nous - Rue de Bruyère 14 5670 - Treignes	6-10-13-20-30-42	07.00-15.00
Dimanche 27/03/2016	HT003	Verdigym Collines Flobecq Maison du Village - Rue Abbé Pollart 4 7880 - Flobecq	5-8-14-20-30	07.00-15.00
Dimanche 27/03/2016	NA015	Les Spartiates de Gembloux Foyer Communal-Place A.Lacroix 5030 - Gembloux	4-7-12-21	07.00-15.00
Lundi 28/03/2016	HT009	Les Traine-Savattes Montignies S/Sambre Salle Pouleur-Rue des Ecoles 31 6280 - Acoz	4-7-12 21	07.00-15.00 07.00-13.00
Lundi 28/03/2016	NA017	Les Sangliers du Samson Centre Récréatif - Rue des 2 Chênes 5340 - Mozet	6-12-21	07.00-15.00

Challenge 2016 de l'Association des clubs du Hainaut Occidental

Date	Club	Lieu de départ	Distances
14/02	Ht029 Les Sans-Soucis de Ghlin	Ecole Saint-Louis Rue de Mons 4 7011 Ghlin	4, 7, 12, 20, 30
28/02	Ht069 Les Randonneurs du Haut-Escaut	Salle « L'Escale » 7640 Péronnes-lez-Antoing	5, 10, 15, 20, 25, 30
06/03	Ht076 Les Marcheurs Van Gogh	Salle « Le Coloma » Place 15 7022 Hyon	6, 12, 20, 30
13/03	Ht075 Mont-Marche Tournai	Serres Duroisin Rue de la Forêt 6 7621 Lesdain (Brunehaut)	6, 12, 20, 30
29/03	Ht003 Verdigym Collines Flobecq	Maison de Village Rue Abbé Pollart 4 7880 Flobecq	5, 8, 14, 20, 30
15/05	Ht018 Les Marcheurs du Val de Verne	Salle Communale des Sport Verte Chasse 7600 Péruwelz	7, 14, 21, 30
29/05	Ht028 Les Marcheurs de la Sylle	Salle Herman Moreau 2 Rue de la Procession 7830 Bassily	6, 12, 18, 25, 32, 42
12/06	Ht060 Le Roitelet	Centre Culturel & Sportif Rue de la Liberté, 23 7950 Ladeuze (Chièvres)	6, 12, 20, 30
25/06	Ht043 Les Ropieurs Mons	Terrain de Foot Rue des Camps 7034 Obourg	5, 10, 20
02/07	Ht062 Les Trouvères	Ecole communale Vieux moulin 7890 Wodecq	4, 7, 14, 25, 42, 50
31/07	Ht050 Les Vaillants Acrenois	Ecole communale Ancien Chemin d'Ollignies 106 7860 Lessines	6, 12, 20, 30, 42
28/08	Ht001 Les Sucriers de Brugelette	Salle Omnisports Av. G. Petit (Parc Communal) 7940 Brugelette	4, 8, 12, 20, 30
04/09	Ht067 Les Hurlus en Balade	Hall Sportif Place de Bourgogne 7730 Estaimbourg	6, 12, 18, 24, 30
25/09	Ht061 Police de Mons	Salle « Calva » Chaussée Roi Baudouin 39 7030 Saint-Symphorien	6, 12, 20, 30
09/10	Ht051 Marcheurs du Souvenir de Leuze	Salle Entracte Rue Neuve 15 7972 Ellignies Ste Anne	7, 14, 21, 25, 30
27/11	Association des Clubs de marche du Hainaut Occidental REMISE DES TROPHEES 2016	Ecole communale Rue des combattants 24 7912 Saint-Sauveur	5, 8, 14, 20

Règlement du Challenge 2016 du Hainaut Occidental

Le Challenge est ouvert à tous les clubs de marche ; les trophées et les souvenirs seront attribués aux 6 clubs de marche (3 ACHO et 3 non ACHO) qui auront totalisé le plus de points à l'issue des 15 marches reprises ci-dessous.

Chaque club organisateur conserve son classement traditionnel par participations, mais pour le Challenge, un deuxième classement sera établi par points :

- 5 km (ou 6 ou 7) = 1 point
- 10 km (ou 11 ou 12) = 2 points
- 20 km = 4 points
- 30 km = 6 points
- Etc.

Le club ayant remporté le Challenge en sera propriétaire.

Le club organisateur ne participe pas le jour de sa marche.

Le classement mis à jour sera affiché à chaque marche ; il sera envoyé aux 15 clubs organisateurs, aux 15 premiers clubs extérieurs classés ainsi qu'aux autres clubs qui en font la demande.

Les décisions du Comité de gestion sont irrévocables. Les contestations éventuelles sont à formuler par écrit au responsable classement :

Flameng Denis
370, chaussée de Renaix
7862 Ogy
Tel : 0496 995604
Mail : denisflameng@hotmail.be

En cas de contestation les cartes pourront être demandées au club organisateur pour vérification.

Participez et faites pointer votre carte de participation pour 11 des 15 marches reprises ci-dessous pour recevoir le cadeau de l'ACHO ; renseignements auprès de :

Altruit Nicole
Avenue Florent Declercq 3
7950 Chièvres
Tel: 068 687768
Mail: nicole.altruit@skynet.be

Agenda Sans-Soucis 2016

Mercredi	06-01-2016	Réunion de Comité
Mercredi	03-02-2016	Réunion de Comité
Mercredi	02-03-2016	Réunion de Comité
Mercredi	06-04-2016	Réunion de Comité
Mercredi	04-05-2016	Réunion de Comité
Mercredi	01-06-2016	Réunion de Comité
Mercredi	03-08-2016	Réunion de Comité
Mercredi	07-09-2016	Réunion de Comité
Samedi	24-09-2016	Journée de l'Amitié
Mercredi	05-10-2016	Réunion de Comité
Mercredi	02-11-2016	Réunion de Comité
Samedi	20-11-2016	Souper du Club
Vendredi	09-12-2016	Saint-Nicolas



Voyage à Zonnebeke le dimanche 21 février 2016



Zonnebeke est situé en province de Flandre Orientale à 9 km d'Ypres. La commune est une fusion de 5 villages (Beselare, Passendale, Zandvoorde, Geluveld et Zonnebeke) et compte environ 12.000 habitants. La vie à Zonnebeke a été influencée pendant des siècles par la présence de 2 abbayes (l'abbaye des Augustins et le Cloître des Nonnes). Passendale abrite un important cimetière militaire doté d'un centre de visite.

Nous serons reçus par le club "Wandel Club De Drevetrotters" qui organise ce 21/2 la "Warme Wijntocht". Les distances prévues sont de 6-12-18-24 km.



Voyage à Aubel le dimanche 13 mars 2016

De mémoire d'homme, Aubel a toujours été le centre économique du pays de Herve. Aubel recèle une nature préservée et a su garder de belles traces de son passé avec l'Abbaye de Val-Dieu (XIIIe siècle) et de nombreux bâtiments, fermes et chapelles que l'on peut découvrir au détour d'une balade sur le territoire communal. Les produits du terroir sont bien connus (cidres, sirops, bières et fromages d'abbaye).



Nous serons reçus par le club "Les Compagnons de St Hubert" qui propose des distances de 4-7-12-21-30 km.

Paul.



[Renseignements pour ces deux marches :](#)

Départ : Ghlin 7h précises, Lido Mons 7h15, Nimy (Brantano) 7h30

Retour : prévu place de Ghlin vers 19h

Inscriptions : Jean Primosig

Frais de participation : Adultes et enfants de 12 ans et + : 15 € ; enfants – de 12 ans : 5 €

Paiement via compte bancaire BE32 7955 7912 0402 des Sans Soucis.

La semaine de vacances des « Sans Soucis » dans l'île de Noirmoutier du 29 août au 5 septembre 2015.

Nul n'oubliera de sitôt ces vacances en Vendée, à Noirmoutier. Les 53 participants en garderont, c'est certain, un bon souvenir !

Partis de Ghlin le 29 août à 04h00, nous voilà en route pour une douzaine d'heures ; d'abord on somnole pour terminer la nuit puis on regarde calmement le paysage... Peu avant l'arrivée, nous passons sur le pont de Fromentine, vue imprenable sur l'océan. Que nous réserve cette semaine de marche ?

Le Centre V.V.F. se situe pratiquement au bord de la mer ; nous sommes accueillis avec beaucoup de gentillesse et, pour nous décontracter, nous prenons un verre entre amis. Ensuite nous prenons possession de notre chambre et sans tarder, nous nous rendons au restaurant pour déguster... un excellent moules-frites !

Durant la semaine entière nous avons pu profiter d'un beau temps, de températures agréables, pratiquement pas de vent... Chouette !

Les guides sont compétents et Thomas, notre chauffeur, s'est souvent mis à notre disposition pour nous rendre des services divers.

Dimanche 30 : le matin, randonnée au Port du Morin ; l'après-midi, marche au village de Barzeau ; et le soir, le traditionnel verre de l'amitié !

Lundi 31 : après la traversée en bateau qui dure une heure et demie, randonnée complète et pique-nique sur l'île d'Yeu ; c'est une magnifique découverte, dommage que la brume nous ait un peu gâché le paysage (la seule journée par temps couvert) ; nous y avons dégusté notre premier pique-nique.

Mardi 1^{er} septembre : marche au départ de La Guérinière, pique-nique et l'après-midi, visite du parc à huîtres avec dégustations !

Mercredi 2 : la randonnée des « roses trémières » dans le splendide « bois de la chaise » et pique-nique ; l'après-midi, visite de Noirmoutier-en-l'île, capitale de l'île pour admirer son château et son port qui change totalement de paysage en fonction des marées.

Jeudi 3 : journée détente ! Nous allons le matin à la Guérinière visiter le musée des traditions et faire un tour au marché local ; retour au V.V.F. pour le repas puis nous allons à Noirmoutier pour visiter l'aquarium avec le dressage des otaries tandis que ceux qui le désirent partent se promener en ville et en profitent pour acheter quelques souvenirs...

Vendredi 4 : Thomas nous conduit à la route du Gois qui permet aux véhicules de rejoindre le continent à marée basse, sans devoir passer par le pont, construit il y a une trentaine d'années. Les longues distances font le circuit des portes de l'île tandis que les autres retournent au centre ; l'après-midi, tous ceux qui le désirent reprennent des sentiers différents vers le Gois, maintenant à marée basse.

Samedi 5 : après avoir bouclé les valises et pris le petit déjeuner, nous quittons Noirmoutier, satisfaits de nos vacances. Pour ce qui est des repas, ils furent copieux, variés et de qualité ; les pique-nique étaient même trop copieux ! En soirée, ceux qui le désirent ont profité des soirées danses, lotos, jeux de cartes, etc.

Un grand merci à tous pour le cadeau qui nous a été offert lors de la dernière soirée ; mais c'est à nous de vous remercier pour votre bonne humeur au cours de ces journées passées ensemble.

A bientôt le plaisir de vous revoir sur les sentiers !

Nous remercions Jean notre Président, pour l'aide apportée, André Calcus pour ses connaissances des lieux et aussi notre chauffeur Thomas, très coopératif.

Christian et Evelyne.



*mardi 1er septembre
Les moulins de la Guérinière*



mercredi 2 septembre un étier de Noirmoutier



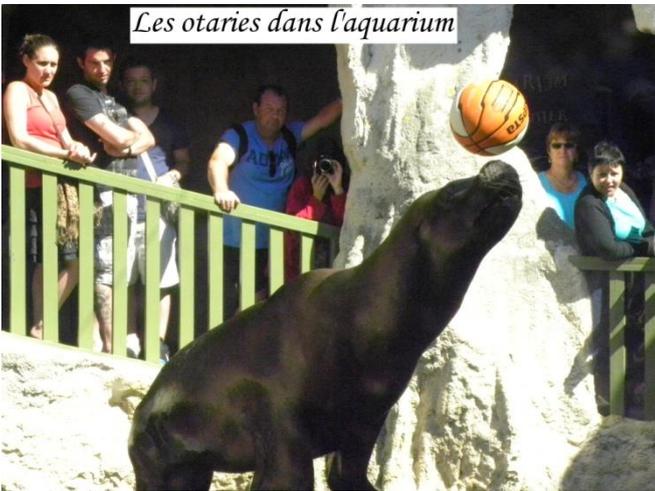
Les petites rues de Noirmoutier



au musée de la ville



Les otaries dans l'aquarium



Jeudi 3 septembre : le souper au VVF



Vendredi 4 septembre



La journée du Gois

Marée haute !





Marée basse !



Les cadeaux pour les organisateurs



Un groupe vraiment "Sans Soucis"



Au revoir Noirmoutier !

Photos JCH.

Toutes les photos se trouvent sur le site des Sans Soucis !

Rions un peu...

C'est quatre amis mariés qui font une marche longue distance, un dimanche matin et qui ont prévu de passer ensuite le reste de la journée à la salle de départ, afin de bien se désaltérer après ce gros effort. On est au quinzième kilomètre et les gars papotent...

Le premier dit :

- Les gars, vous ne pouvez pas savoir comment ça a été dur pour que je puisse venir ici ce dimanche avec vous. J'ai même dû promettre à ma femme que le week-end prochain je referai la tapisserie du salon...

Le deuxième dit :

- Ha, c'est rien ! Moi j'ai dû promettre à ma femme que je lui referai tout le carrelage de sa cuisine ...

À son tour, le troisième enchaîne :

- C'était encore plus dur pour moi ! J'ai dû lui promettre de décaper toutes les boiseries avant de les repeindre !

Alors ils se tournent vers le quatrième qui n'avait encore rien dit et lui demandent :

- Et toi ? Ça n'a pas été trop dur pour venir nous accompagner ce week-end ? Et il répond :

- Beuh non. Ça a été facile comme tout. Ce matin, j'ai fait sonner mon réveil à 5 heures 30. Quand il a sonné, j'ai donné un coup de coude à ma femme dans le lit et je lui ai dit "Sport en chambre ou marche ?... Et elle m'a répondu "N'oublie pas de prendre tes chaussures..."

Dimanche 20 septembre 2015 : le car des Sans Soucis à Wolvertem



Cette fois, nous changeons de direction ; en effet, nous nous dirigeons vers la Flandre pour notre marche. A peine une heure après notre départ de Ghlin, nous arrivons à destination chez les « **Wandelclub Cracks Wolvertem** ». La salle est déjà bien remplie et après le



petit café d'accueil, nous voilà partis découvrir la nature de cette région du pays. Le temps est beau, nous marchons au milieu des champs de maïs,

de pommes de terre, de légumes ; à un moment nous empruntons la « Eddy Merckx route » : en effet, notre champion cycliste habite l'entité.



De retour à la salle, nous cherchons de quoi nous sustenter ; il faut savoir qu'en Flandre, les



organiseurs ne présentent

pas de repas complet ; nous nous contentons donc de pistolets fourrés, de crêpes, de tartes...



Puis nous ré-embarquons dans le car pour nous rendre au **jardin botanique de Meise** situé à quelques kilomètres. C'est un très beau parc, très calme, peu fréquenté ce

dimanche, où nous pouvons découvrir dans les serres de magnifiques plantes exotiques.

La journée n'est pas finie car nous faisons une dernière halte à la brasserie de l'abbaye de **Grimbergen**, histoire de nous détendre en buvant une bonne bière renommée. Nous avons passé une très belle journée !

Texte JCH Photos Henri et JCH visibles sur le site.



au jardin botanique de Meise





Vacances « SANS-SOUCIS » en Italie



Pour 2016, du 2 au 9 septembre, je vous propose un voyage à Gemona à l'hôtel Willy. L'hôtel, 3 étoiles, se situe dans un jardin bordé d'arbres aux chambres spacieuses dotées d'un minibar et de la TV par satellite.

Le départ aura lieu le 2 septembre à 10h de l'aéroport de Bruxelles avec arrivée à Trévise vers 11h30. Une fois sur place, un car de la société D'Orlando SRL sera à notre disposition pour tout notre séjour.

Le prix ? 810 euros comprenant :

- Le voyage en car aller/retour Ghlin - Bruxelles
- Le vol Alitalia aller/retour Bruxelles - Trévise
- Le logement et la pension complète (boissons comprises)
- Les déplacements en car sur place

ATTENTION : supplément pour chambre single : 12 € par nuit

Une fois sur place ...

- Vendredi 2 septembre :
 - o Marche de l'après-midi à Bordano (+/- 6km)
 - o Visite de Venzone, petite ville d'un peu plus de 2.000 hab., à l'architecture ancienne.
- Samedi 3 septembre
 - o Marche à Castelmonte Cividale (4 ou 11 km)
 - o Visite et temps libre à Cividale, ville de 10.000 hab. proposant quelques musées intéressants.
- Dimanche 4 septembre
 - o Marche organisée par le club ' les Aigles du Frioul ' (Fédération Italienne) : 6 ou 12 km à Sungnacco
 - o Visite de Udine de l'après-midi. Capitale de la région du Frioul, Udine est une ville de plus de 100.000 hab. à la gastronomie réputée.
- Lundi 5 septembre
 - o Marche de 5 ou 10 km dans le Parc Naturel des Préalpes avec guide de montagne.



- Mardi 6 septembre
 - o Marche de 5 ou 10 km à Clodig Cosne Podlack (alt. 250m), village natal du papa de notre Président et visite de l'église St Mathias (alt. 515m)
 - o Visite au « village outlet » à Palmanova tel que celui de Maasmechelen.

- Mercredi 7 septembre
 - o Marche de 5 ou 10 km dans le Parc Naturel des Préalpes ou marche de 6 ou 15 km dans les vignobles à Monzano Corné di Rosato

- Jeudi 8 septembre
 - o Marche de 10 km ou temps libre à Caorle, magnifique station balnéaire.

- Vendredi 9 septembre
 - o Préparation des bagages puis visite de Gemona (aller – retour à pied +/- 3 km)



Modalités d'inscription : par tranche de 250 euros que vous verserez les 17 janvier, 15 avril et 15 juillet sur le compte Belfius BE64 0882 3527 9252.

Plus d'infos ? Contactez Jean au 065/31.81.31 ou 0477/51.02.54 ... Et déjà : BON VOYAGE A TOUS !!

A méditer

Entre ce que je pense, ce que je veux dire, ce que je crois dire, ce que je dis, ce que vous avez envie d'entendre, ce que vous croyez entendre, ce que vous entendez, ce que vous avez envie de comprendre, ce que vous comprenez, il y a 10 possibilités qu'on ait des difficultés à communiquer, mais essayons quand même.... (Edmond Wells)

Un homme a des jambes pour marcher. Une femme a des jambes pour avancer dans la vie.

*Marcher tout seul est ennuyeux, on s'amuse mieux quand on est deux. (Jean-François Haumont)
Qui veut marcher longtemps se repose en chemin. (Casimir Delavigne)*

*Mieux vaut marcher sans savoir où aller que rester assis sans rien faire. (Proverbe Touareg).
Les Hommes ont marché sur la lune, il est temps qu'ils apprennent à marcher sur Terre.*

Il n'y pas de racines à nos pieds, ceux-ci sont faits pour se mouvoir. (David Le Breton)

La marche ramène le regard à une juste dimension, apprend à gouverner le temps. Le marcheur est un roi. Un roi qui souffre d'être à contrecourant mais qui a choisi, pour aller mieux, les grands espaces plutôt que le divan des rebouteux. (Bernard Olivier)

La marche apaise. La marche recèle une énergie bénéfique. Cette façon de poser régulièrement un pied devant l'autre tout en ramant au même rythme avec ses bras, la fréquence accrue de la respiration, la légère stimulation du pouls, les activités oculaires et auriculaires indispensables pour déterminer sa direction et préserver son équilibre, la sensation de l'air qui vous frôle l'épiderme : autant de phénomènes qui, d'une manière tout à fait irrésistible, rameutent et rattachent le corps à l'esprit, et font que l'âme, si étioyée et estropiée qu'elle soit, prend de l'ampleur et grandit ». (Patrick Süskind)

Jean-Claude

Les Randonneurs Transfrontaliers du Mercredi Matin

Janvier		Départ: 9H30
6-01-2016	Elouges B7370	Place Eglise - Rue du Commerce
13-01-2016	Autreppe B7387	Place - Rue Renault Moulin
20-01-2016	Thulin B7350	Place Eglise - Rue Ferrer
27-01-2016	Roisin B7387	Place - Rue de la Place
Février		
3-02-2016	Audregnies B7382	Grand Place - Chemin de Whiéries
10-02-2016	Blaugies B7370	Place Eglise - Rue de la Frontière
17-02-2016	Quiévrain B7380	Stade de Foot - Rue de la Douane
24-02-2016	Baudour B7331	Place Eglise - Rue du Parc
Mars		
2-03-2016	Quévy-Le-Grand B7040	Place Eglise - Rue Georges Tondeur
9-03-2016	Houdain lez Bavay F59570	Place des Martyrs
16-03-2016	Blaton B7321	Place Eglise - Rue de la Place
23-03-2016	Angre B7387	Place Eglise - London Scottisch
30-03-2016	Dour B7370	Dour Sport - Chemin des Fours

Meilleurs Vœux à Tous !

Contacts:
 Robert 065.653 977 - GSM 0473.822 223
 Paul 065.846 587 - GSM 0476.258 361
 Gérard GSM 0477.236 073
 Jacques 065.792 462 - GSM 0494.851 260

Notre site Internet : <https://transfrontaliers.wordpress.com>

Participation aux frais : 0,5 € par personne

Les règles du code de la route sont de stricte application
 Chaque randonneur est responsable de sa sécurité



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

Marches des Randonneurs Transfrontaliers en images



Chièvres le 26.08.2015



Chièvres le 26.08.2015



Chièvres le 26.08.2015



Chièvres le 26.08.2015



Wargnies-le-Petit 16.09.2015



Wargnies-le-Petit 16.09.2015



Wargnies-le-Petit 16.09.2015

Samedi 14 novembre 2015 : Le car des "Sans Soucis" à Herve



Une fois de plus, c'est vers une destination verte et vallonnée que nous emmène notre car après embarquement dès 7 h le matin.

La fenêtre météo nous est propice, car les zones de pluie se sont succédées toute la semaine, mais ce samedi de novembre, nous partons en condition sèche et pas trop venteuse.

Arrivés sur place vers 9 h 30, nous enfilons rapidement nos équipements et, après le traditionnel café chaud, chacun choisi son itinéraire plus ou moins long selon sa condition physique. Les paysages sont magnifiques. La vue porte souvent à plusieurs km. Seuls les derniers randonneurs

devront subir les premières averses avant de rentrer à la salle de départ.

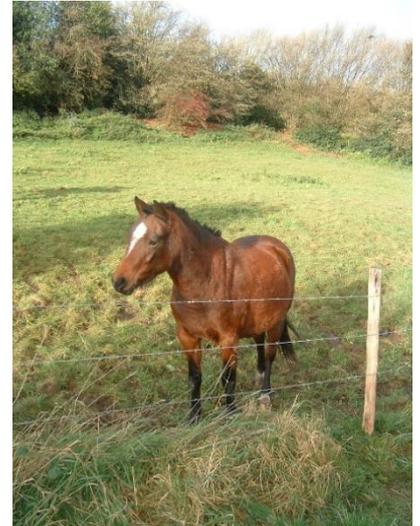
Les installations d'accueil sont vastes et le service irréprochable. Par petits groupes, les commentaires se développent sur les particularités des parcours sélectionnés.

Mais la journée n'est pas terminée pour autant. Notre président nous a



organisé la visite d'une fromagerie artisanale produisant le fromage de Herve si réputé. Les accrocs du Herve font leurs emplettes à cette occasion.

Le car nous ramène enfin à Ghlin et nous nous donnons déjà rendez-vous pour notre très prochain déplacement à Langdorp.



Dimanche 6 décembre 2015 : Le car des "Sans Soucis" à Langdorp

C'est vers le nord du pays que, dès 7 heures, le car nous emmène. C'est à Langdorp, près de Louvain, que notre président a prévu de nous faire randonner.

Etant donné la faible distance à parcourir, c'est dès avant 9 h que nous débarquons à destination. Une fois de plus, c'est en fonction d'une météo clémente et sèche que chacun peut choisir la longueur de son parcours.

Dès le petit café traditionnel consommé, chacun peut s'élancer sur des sentiers majoritairement forestiers.



La nature est superbe. Nous traversons des portions de réserve naturelle sur des pistes fort peu boueuses. Le contrôle central est le point névralgique autour duquel s'articulent les différentes boucles permettant de réaliser les distances choisies.

Dès le retour en salle, chacun tente de trouver un siège pour relater ses découvertes et reprendre quelques forces via quelques consommations.

A l'approche de Noël, nous espérons pouvoir flâner un moment sur le marché de Noël de Louvain, mais force est de constater que nous arrivons trop tôt pour voir quoi que ce soit.

La halte du retour est donc reportée au pied de la butte du Lion de Waterloo pour une ultime consommation.

La place de Ghlin est notre point de chute final vers 19 h.

La journée fort appréciée nous incite à reprendre rendez-vous pour notre prochain déplacement.



Paul.



Et un de plus !

Bon anniversaire

JANVIER	
Vicky Defreyne	3
Monique Brudniak	4
Neela Namur	4
Gérard Preux	4
Marie-Jeanne Boucq	7
Alexandre Renard	8
Martine Godart	9
Rudy Heraut	10
Josiane Houx	10
René De Koninck	11
Christian Stradiot	11
André Calcus	12
André Locmant	12
Nadine Petit	13
Luc Ducobu	15
Donatienne Wanderpepen	15
Bernard Cornette	16
Sarah Dumont	16
Spirydoula Tatsis	16
Jacqueline Fort	18
Albert Ryckooort	18
Marjorie Cocquyt	19
Anik Thirion	19
Philippe Anthoon	22
Donatella Ardenghi	23
Jean-Claude Fiévez	23
Giovanna Chiacchietta	24
Sonia Gruntowy	24
Michel Stiévenart	24
Brigitte Thauvoye	25
Raoul Blommaert	28
Claude Quenon	29

FEVRIER	
Marie-Paule Rousselet	2
Eva Derbaix	5
Maurice Dauchot	7
Mélanie Knaapen	7
Danielle Moury	7
Thérèse Drousie	8
Claude Duez	8
Kylian Gérard	8
Sébastien Duhayon	9
Maurice Lerat	9
Anna-Maria Sposato	9
Huguette Blampain	11
Mélessandre Josse	12
Marie-Agnès Moreau	12
Gilberte Van Brussel	12
Josine Barbier	13
Anna-Maria Cassan	16
Jean-Claude Havaux	16
Nicole Tillier	20
Michel Brognez	21
Maxime Cornez	22
Anne-Marie Cardinal	23
Francine Vanmessen	25
Julie De Foor	26
Patrick Joly	26
Annie Salvérius	27

MARS	
Inès Di Stefano	1
Jean-Pierre Van Caenegem	5
Laly Primosig	7
Jacqueline Szwajka	8
André Descamps	9
Stéphanie Gérard	10
Carine Tartarin	10
Patricia Schuyts	15
Jules Duez	16
Giuseppe Mazzuchetti	16
Michel Dubois	17
Laurence Hallez	18
Fabienne Frère	19
Jacques Lhoir	19
Jean-Marie Lété	20
Bernard Brogniez	21
Patrice Primosig	21
Christine Leenders	23
Claudine Lambert	25
Rudy Querson	26
Claude Caillaux	27
Jean-Jacques Debeil	27
Christine Brocsko	28
Jean-Marie Cocquyt	28
Michel Naizy	29

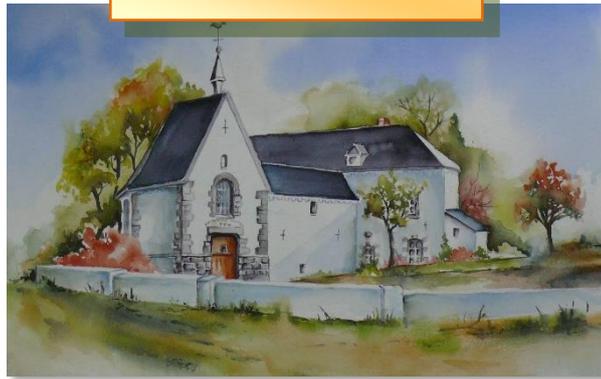
Qui garde son âme d'enfant ne vieillit jamais.

Challenge 2016 du Hainaut Occidental

Les Sans-Soucis Ghlin



HT029



38^{ème} Marche du Mouligneau
Dimanche 14 février 2016

38^e Mouligneau-tocht
Zondag 14 februari 2016

4 - 7 - 12 - 20 - 30

Lieu de départ et d'arrivée : Ecole Saint-Louis - rue de Mons 4 - 7011 Ghlin	
Le parcours est tracé dans sa plus grande partie dans le Bois de Baudour. Curiosité : la Chapelle Notre-Dame du Mouligneau, édifice gothique du XVI ^e siècle.	
Accès : Autoroute E19 : Bruxelles - Paris Sortie n° 24 : Mons Fléchage « Marche ».	
Heures de départ :	
4 - 7 km	de 07:00 à 15:00
12 km	de 07:00 à 14:00
20 km	de 07:00 à 13:00
30 km	de 07:00 à 11:00
Heures d'arrivée : au plus tard à 17 :00	
Permanence FFBMP / IVV de 09:00 à 17:00	
Frais d'inscription : Estampille 0,75 € et badge 3,80 €	

Start en aankomstplaats : Ecole Saint-Louis - rue de Mons 4 - 7011 Ghlin	
Het traject volgt grotendeels het Bos van Baudour. Historische attractie: de Kapel Notre-Dame van Mouligneau, een gotisch gebouw van XVI ^e eeuw.	
Te bereiken : Autoweg E19 : Brussel - Parijs Uitrit nr 24 : Bergen (Mons) Pijlen « Marche » volgen.	
Starturen :	
4 - 7 km	van 07:00 tot 15:00
12 km	van 07:00 tot 14:00
20 km	van 07:00 tot 13:00
30 km	van 07:00 tot 11:00
Aankomsturen : ten laatste om 17 :00	
Permanentie FFBMP / IVV van 09:00 tot 17:00	
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 :	www.sans-soucis-ghlin.be	E-mail: ht029@ffbmp.be



Cette marche est placée sous le patronage de la Fédération Francophone Belge de 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 cercle 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 de 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 kring 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 : 2/16/011/DA

