



MacaZ



Bulletin trimestriel du groupement local de Wavre et de Grez-Doiceau

N°53 Mars – Avril - Mai 2018



Sommaire

LE MOT DU PRÉSIDENT	3
REMERCIEMENTS	3

L'ACTUALITÉ

A-Devoirs et droits.....	4
B-Épidémie, quand tu nous tiens ... Stop aux microbes de tous poils	4

NOS PROPOSITIONS POUR LE TRIMESTRE

A-Visite de Thuin et l'Abbaye d'Aulne le 19 avril 2018.....	5
B-Marche de la solidarité	7
C-Diner des Sportifs et des Culturels.....	7

NOUVELLES DES ACTIVITÉS

Activités sportives

A-Rallye raquettes de Grez-Doiceau du 4/11/2017	8
B-Tournoi de tennis de table de Nivelles du 2 novembre 2017	8
C-Vie active: dédoublement du cours à Grez..... & appel aux volontaires	8
D-Tournoi de Châtelet du 24/10/2017	9
E-Yoga des aînés.....	9
F--Nouveau cours de stretching à Grez	9
G- Marche nordique : seule formation de l'année 2018	10

Activités culturelles

A-A la recherche d'un-e vice-président-e.....	10
B-Nos « balades découverte nature » reviennent au printemps	11
C-Tournoi de whist	11
D-Info du CPAS de la Ville de Wavre	12
E-Conférence : L'épaule douloureuse.....	12
F-Le Bouthan	12

Activités artistiques.....

NOUVELLES DE NOS MEMBRES

DU NOUVEAU SUR WWW.ENEOWG.BE.....

DIVERS

A-Maca Z : Adresse mail.....	14
B- Merci - Diner des animateurs du 8 décembre 2017	14
C-L'asbl "TaAwun	15

POUR EN RIRE ET EN SOURIRE.....

LE MOT DU PRÉSIDENT

Bien chers membres,

La roue tourne...

Le monde évolue en mieux ... !? – à vous d'en juger-- et nous interpelle à des degrés divers.

Et, Énéo aussi évolue quelque peu ! ... vous interpelle-t-il ?

Le dîner des « Volontaires » du 8 décembre passé et le cocktail du 25 janvier ont ravi aussi bien les organisateurs (trices) que les participant(e)s.

Donc, à ce point de vue : **UN VRAI BONHEUR PARTAGÉ.**

Et, cerise sur le gâteau, une réaction sympathique et ... signée, concernant le drink du 25 janvier, que vous pouvez lire dans ce MacaZ.

Chers membres, ce MacaZ, c'est aussi LE-VOTRE ; vous pouvez VOUS AUSSI REAGIR, vous manifester, vous exprimer, donner un avis positif ou négatif d'ailleurs; un petit article signé de votre part sera toujours pris en considération. Affutez vos crayons sans crainte.

Le printemps s'annonce, la nature va s'épanouir et les cloches de Pâques vont résonner, vous rappelant des jours heureux.

Et n'oubliez pas de profiter de la vie.

Roger Courtois

Président Énéo Wavre-Grez-Doiceau



REMERCIEMENTS :

Roger, pourrais-tu être mon interprète pour remercier **TOUTES** les personnes qui se sont investies pour le cocktail du 25 janvier afin d'honorer les « Seconds ». Je te l'ai dit à toi et à bien d'autres, c'est une attention qui m'a fait chaud au cœur !

Bravo aux deux nouvelles « cuisinières » à qui j'ai moi-même souhaité bon courage dans leur nouvelle fonction. Au vu de cette soirée, j'aurais tendance à leur faire confiance pour le restant de leur nouveau mandat. Elles n'en seront jamais assez remerciées. Je compte sur toi pour transférer mes sentiments à qui de droit, y compris à toi.

Amicalement.

Jean-Louis Blero

L'ACTUALITÉ

A-Devoirs et droits

Nous avons tous une réflexion par rapport à ces deux mots que tout semble opposer.

En effet, par exemple, nous avons le droit de profiter des activités qu'Énéo-Wavre nous propose. Est-ce que ce « droit » nous éloigne de tout « devoir » ? Est-ce que, derrière ce plaisir, pensons-nous aussi aux devoirs que cela peut créer ?

Énéo est un mouvement social ouvert à tous mais restons-nous « consommateurs » ou osons-nous nous engager ? Un coup de main est toujours apprécié et nous permet d'en retirer une satisfaction que peut-être nous ne connaissons jamais si nous ne faisons pas le premier pas.

Notre société actuelle est très axée sur le tout et tout-de-suite ! Heureusement, le mot de remerciement d'une animatrice qui a participé à ce dîner des volontaires apporte beaucoup de chaleur au cœur de ceux qui l'ont préparé. La déception qu'un animateur avait manifestée dans le précédent MacaZ suite à une assemblée générale où si peu d'entre nous étaient présents, est un autre exemple de ce que partager peut vouloir dire.

Énéo n'est pas une société de services offerts et auxquels nous aurions « droit », mais bien un mouvement de partage et où, grâce à tous ceux qui s'impliquent, nous pouvons profiter de diverses activités à des tarifs planchers et avec une chaleur de rencontre et de partage.

Un autre exemple de *droit* : je suis « un peu » grippé mais je ne voudrais pas manquer mon activité !

Pourtant mon *devoir* devrait me raisonner à ne pas y participer car je vais contaminer d'autres membres.

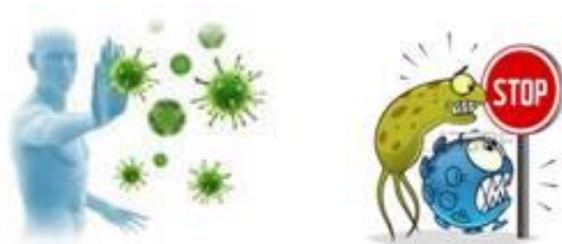


Voilà ma réflexion sur ce sujet qui parfois, lorsque nous rencontrons un acteur réclamant ses droits, nous avons de la peine et le sentiment que cette personne a raté quelque chose.

Que 2018 continue à nous donner le meilleur et nous garde en bonne santé pour partager ces bons moments.

Baudouin Ectors

B- ÉPIDÉMIE, quand tu nous tiens ... STOP aux MICROBES DE TOUS POILS



Cher(e)s Tou-te-s,

L'année a repris avec toutes ses activités ... et son lot de chauds et froids, qui, il faut bien le constater, nous occasionne des « refroidissements ».

Il y a parmi nous des personnes fragilisées par des traitements ou des maladies de longue durée.

Le minimum est qu'elles puissent fréquenter un milieu sain pour « bouger-pour-leur-santé », comme tout le monde d'ailleurs.

Pouvons-nous donc vous demander d'en tenir compte de façon tout à fait responsable ?

Consignes (nous ne parlons pas d'allergies, bien entendu !) recommandées par TOUS les médecins, épidémiologistes, infectiologues :

1. Si vous avez le nez chiffonné
2. Si vous tousez
3. Si vous avez un rhume, même minuscule
4. Si vous pensez que vous démarrez un début de grippe, d'angine, ...

ALORS s'il vous plaît, **ne venez pas aux activités** car vous risqueriez de contaminer le groupe ET d'aggraver votre maladie

La meilleure chose à faire dans ces cas-là, c'est de garder égoïstement vos microbes et virus bien au chaud chez vous. Ils disparaîtront d'autant plus

vite, et vous respecterez les autres et vous-mêmes. Coccoonez, faites-vous plaisir chez vous.

Vous souhaitant une belle année sportive, nous vous remercions pour votre compréhension, à bientôt,



Le Comité Énéo-Wavre, qui veille sur votre santé.

NOS PROPOSITIONS POUR LE TRIMESTRE

A. VISITE DE THUIN ET L'ABBAYE D'AULNE LE 19 AVRIL 2018.

De nombreuses traces préhistoriques d'occupation sont présentes dans la commune et les environs. Possession de la Principauté de Liège depuis 889, elle en suivit le destin tout au long de son histoire. Les comtes du Hainaut s'en emparèrent en 1053, 1298 et 1408.

Elle subit les occupations des Espagnols en 1654 et Françaises en 1675.

Capitale de la Thudinie, Thuin occupe un site situé au confluent de la Sambre et de la Biesmelle.

C'est aussi la **capitale de la batellerie** puisque bon nombre de propriétaires de péniches en sont originaires et qu'ils choisissent ce lieu pour séjourner quand sonne l'heure de la retraite.

La péniche du restaurant situé chaussée de Huy à Wavre provient de Thuin.

Nous visiterons l'écomusée de la batellerie. Celui-ci est aménagé à bord d'une péniche, « Le Thudo »,

amarrée au quai de la Sambre. Elle fut restaurée par le dernier des chantiers navals encore en activité (aujourd'hui fermé) et qui l'avait construite dans les années 50.

Le quartier du Rivage.

Pendant des siècles la batellerie fut une des activités les plus importantes de Thuin. Les traces de ce passé se lisent encore dans ce petit quartier que nous visiterons. Les bateliers ont eu à cœur de placer sur leurs façades une ancre ou le nom de leur péniche.

Les premiers bateliers à faire le voyage à Paris par voie d'eau en 1835 étaient des Thudiniens. Au début du XIX^{ème} siècle, Thuin comptait plus de 1.100 chefs de famille bateliers sur une population de 5.000 habitants.

Les jardins suspendus.

Au nombre de 250, ils couvrent toute la pente méridionale de la vieille ville, jusqu'à la petite rivière, la Biesmelle. Anciens potagers de la ville haute, les terrasses furent aménagées au rythme du développement des remparts.

Les habitants de la ville fortifiée, ne disposant que de très peu d'espaces verts, ces jardins leur permettaient d'exploiter des potagers afin de se nourrir.

Anciennement, des vignes poussaient dans ces jardins bourgeois et monastiques. L'ensoleillement exceptionnel et la chaleur emmagasinée par les murs en moellons gréseux créent un microclimat.

L'abbaye d'Aulne.

L'histoire attribue sa fondation à Landelin, dont la naissance dans une famille noble et vertueuse remonterait à l'an 613. Fréquentant une bande de voleurs et de débauchés, il commet larcins et brigandages à proximité de la Sambre parcourue par des marchands fortunés. Habité par le repentir, il effectue 3 pèlerinages à Rome. Ordonné prêtre, il évangélise la vallée sambrienne et, en 635, c'est la création d'un petit monastère à Lobbes. Deux ans plus tard, un lieu planté d'aulnes deviendra les premiers fondements de l'Abbaye.

D'abord bénédictine, elle devient cistercienne au XII^{ème} siècle. Sur décision de l'évêché de Liège, les habitants vivant à proximité doivent vendre leurs biens au monastère. De plus, la manne financière se remplit grâce à de nombreux et généreux donateurs. Grâce à ce pactole ? la construction de l'église abbatiale peut débuter en 1214.

Des centaines de moines et convers y vivent mais au siècle suivant, la vie en communauté n'a plus la même aura.

Au XIV^{ème} siècle, Aulne connaît des conditions climatiques moins favorables et elle doit faire face aux épidémies et aux guerres. Le XV^{ème} siècle est

un siècle noir. Les moines doivent fuir à plusieurs reprises et l'abbaye subit des dégâts considérables.

Cependant le XVIII^{ème} siècle fut un siècle d'or. On la nomme « Aulne la riche ». Les excellentes finances permettent de somptueuses rénovations et des agrandissements : cloître, maison des hôtes, infirmerie. Devant l'entrée de l'église gothique, on construit la façade de style classique presque intacte actuellement.

Mais en 1794 les moines fuient à l'annonce de l'arrivée des révolutionnaires français qui pillent l'abbaye, la détruisent et l'incendient. La bibliothèque, riche de 44.000 manuscrits, est totalement détruite.

En 2010 la région wallonne achète le site entier pour la somme symbolique de 1 euro et projette de la restaurer.

Rendez-vous le **19 avril** au **centre sportif de Basse Wavre à 7h45**, départ à 8h précises. Veuillez à avoir votre GSM OUVERT le jour du départ. Je peux alors vous atteindre au cas où vous seriez en retard et le car attend quelques minutes

Le **prix** de l'excursion est de **56€** à verser sur le compte d'Énéo en indiquant dans la communication **THU**, votre nom et le numéro de votre GSM. Ce prix comprend un café à l'arrivée et, le midi, entrée, plat, dessert et café.

En cas d'empêchement, pas de remboursement : vous devez vous trouver un remplaçant.

.ATTENTION : vous ne serez inscrit que si vous me téléphonez, le soir, au 010 401734 OU 0478 488 491, ceci afin d'éviter des problèmes qui se sont posés précédemment : un incident technique est toujours possible, avec comme conséquence, que je ne sois pas informée de votre inscription par virement.

Christine Dupaix-Moulin.

B. MARCHE DE LA SOLIDARITÉ



Dimanche 25 mars 2018

**MARCHE de la « SOLIDARITÉ
INTERNATIONALE »**

De quoi s'agit-il ?

En synergie avec la Mutualité Chrétienne du Brabant-Wallon, **Énéo et ÉnéoSport** se mobilisent pour **soutenir le développement des mutualités de santé au Bénin**

Deux projets sont proposés :

- Affilier 1000 Béninois à une mutuelle grâce à un partage des coûts : chaque parrainage coûte 6 € et le Béninois contribue à son adhésion à hauteur de 1,5 €
- Récouter des fonds supplémentaires (déduction fiscale à partir de 40 €) pour mettre en place un programme de formation pour les prestataires de la maternité de Sinendé

Notre action : les guides des marches d'Énéo Wavre-Grez vous proposent de découvrir ou redécouvrir les environs de Grez-Doiceau au travers de deux parcours.

Rendez-vous au **Centre Sportif de Grez-Doiceau** 99, Ch. de Wavre – 1390 Grez-Doiceau **dès 14 h**
Heure de départ : **14h30'**

Nombre de kms : **5 km et 10 km**, plusieurs départs sont prévus en fonction du nombre de marcheurs sur place

Comment participer ?

- Je participe à la marche et je paie sur place.
- Je ne marche pas mais je m'associe au mouvement de solidarité en me rendant au Centre Sportif où je pourrai verser ma contribution.
- En vous associant au mouvement de solidarité par le don, sachant que vous pouvez :
 - parrainer un ou plusieurs Béninois par un virement de 6€ ou d'un multiple de 6€ sur le compte Énéosport : BE68 0682 4624 4934 communication «parrainage Bénin »
 - aider la maternité de Sinendé par un virement du montant de votre choix sur le compte Solidarité Mondiale E96 7995 5000 0005 – communication : MCBW Aprosoc « parrainage » ou MCBW Aprosoc « don formation Bénin » (les dons de plus de 40€ bénéficient de la déduction fiscale).

Venez nombreux avec votre famille, vos amis, vos connaissances marcher avec nous ou simplement partager un moment entre amis !

C- DINER DES SPORTIFS ET DES CULTURELS

On ne change pas une formule gagnante ...
Comme chaque année, nous invitons tous les sportifs et tous les culturels qui le souhaitent à partager ce dîner festif annuel.

Rendez-vous le mardi 27 mars
à partir de 12h au Méga-Grill
(7, rue de la station à Gastuche) !

L'apéritif, le buffet très varié, les fromages et desserts, le café et les boissons à volonté jusqu'à 15h, le tout est proposé pour la somme de **25€**.
Ensuite une animation dansante nous permet de prolonger ce bon moment jusqu'à 17h ; les consommations après 15h sont à régler au bar !

Envoyez un mail à Marie-Eve De Keyzer (me.dekeyzer@gmail.com) ou à Nicole Simar (nicsimar@yahoo.fr) pour demander un numéro **avant le 15 mars !**

Si vous ne disposez pas d'adresse e-mail, contactez-les par téléphone entre 18h et 20h aux numéros

0473 26 28 37 ou 0499 98 76 42.

Attention, le nombre maximum d'inscrits est limité à 250 ...

Formez vos tables avec votre animateur et votre numéro !

NOUVELLES DES ACTIVITÉS

ACTIVITÉS SPORTIVES

A. RALLYE RAQUETTES DE GREZ-DOICEAU DU 4/11/2017

A l'invitation d'Alex Van Der Linden, président de l'ASBL « Au grez des sports loisirs », 3 joueurs de ping Td3 Grez et plusieurs paires de joueurs de badminton d'Énéo Wavre/Grez-Doiceau ont participé, le samedi 4 novembre après-midi, au Rallye raquettes organisé au Hall omnisports de Grez, au profit du Télévie.

Les 2 disciplines sportives étaient ouvertes à tout le monde quel que soit l'âge, sur 6 terrains de badminton et 3 de ping. Il n'y avait évidemment pas de compétition : chaque participant jouait un quart d'heure contre x, y, z... selon la grille horaire prévue en comptant les points ou non. Les seuls mots d'ordre étaient FAIR-PLAY - AMUSEMENT - BONNE HUMEUR.

Durant tout l'après-midi des produits Télévie étaient en vente et il y avait une petite restauration préparée sur place par les organisateurs (galettes maison, cakes...). Le soir, un souper plat-dessert était organisé à la cafétéria, Tous les bénéfices de cette journée seront reversés intégralement au Télévie. Ce fut une agréable demi-journée sportive, festive et de rencontres au profit d'une bonne cause.

Espérons être plus nombreux l'année prochaine !

Léon Lenglois et Alain Chang, animateurs tennis de table et badminton Grez

Ensuite versez rapidement votre participation au compte énéo (voir à la dernière page) en mentionnant : Nom – Numéro – MEGA.

Les tickets vous seront remis par votre animateur. Pour faciliter l'organisation, dès l'entrée, regardez où se situe la table de votre groupe, déposez votre manteau/veste sur votre chaise ou au vestiaire, puis allez prendre votre verre d'apéritif au bar. Ensuite profitez de ce moment très convivial !

B. TOURNOI DE TENNIS DE TABLE DE NIVELLES DU 2 NOVEMBRE 2017

Ce dernier tournoi Énéo d'automne comportait 42 joueurs en Simple et 18 paires en Double. Nos 5 joueurs de Wavre/Grez-Doiceau s'étaient inscrits en Simple. Bon tir groupé : après s'être qualifiés le matin en Masters, tous se sont classés dans les 13 premières places : Daniel Meyer (4ième), Léon Lenglois (6ième), Claudio Pernechele (9ième), Claude Lietart (11ième) et Daniel Georges (13ième).

C'est le meilleur résultat global des 7 clubs représentés, Quelle équipe ! Mais ,dommage que les dames ne nous ont pas accompagnés cette fois-ci.

Léon Lenglois, animateur TDT 3 Grez

C. VIE ACTIVE: DÉDOUBLEMENT DU COURS À GREZ.

Chers Membres d'Énéo – Wavre – Grez, Le succès étant au rendez-vous de ce début septembre, le cours de Viactive a été dédoublé.

Il existe donc un 1er cours de 09.30 à 10.30 heures et le 2ème de 10.30 à 11.30 heures.

Toujours le jeudi, dans la salle polyvalente au sous-sol.

Nous vous y attendons avec plaisir, on s'amuse bien et on soigne sa santé.

Au plaisir de vous y accueillir !

Il reste des places à Viactive. Venez bouger avec nous en musique...

BOUGER EST UNE QUESTION DE SANTÉ !

Quand ? Le jeudi de 09.30 à 10.30 heures et de 10.30 à 11.30 heures

Où ? Au Hall Omnisport de Grez, salle polyvalente

APPEL AUX VOLONTAIRES

Viactive est un mouvement solidaire ; créé sur le principe de l'entraide il est donné par des VOLONTAIRES !

Afin de garantir la pérennité de cette activité, il serait bon que l'une ou l'autre personne se lance dans la formation d'animatrice-teur.

Aucun prérequis n'est demandé. Les formations sont gratuites et très bien données. Ça se passe à Nivelles et dans d'autres endroits de Wallonie. Allez-y à plusieurs, c'est encore plus sympa !

Si vous vous sentez concerné-e, n'hésitez pas à m'en faire part ou à Baudouin Ectors, afin que nous puissions vous avertir des prochaines sessions de formations.

Déjà merci !

Marie-Eve De Keyzer.

Tél. 010 454 332 – Gsm 0473 / 26 28 37-me.dekeyzer@gmail.com

D. TOURNOI DE CHÂTELET DU 24/10/2017

Dix valeureux pongistes se sont rendus à Châtelet pour le tournoi en double.

En consolante Alain Daoust et Gilbert Denis terminent à la 2^{ème} position

En masters Daniel Georges et Daniel Meyer, Léon Lenglois et Christiane Villers se sont fait sortir en ¼ de finale et sont 5^{ème}.

Henri Buelens et Jean Claude Dehonin quittent le tournoi en 9^{ème} position

Martine Berger et Jean Pierre Gramme quittent en 13^{ème} position sur un total de 31 équipes.

La journée s'est déroulée dans une ambiance amicale comme chaque année.

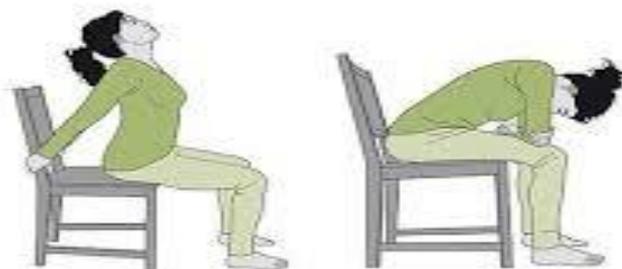
Je peux vous annoncer que nous serons encore invités au tournoi de printemps le mardi 20 mars,

fait super sympa car en principe ils n'invitent les clubs qu'une fois par an.

Une nouveauté : grâce à Mireille Bermont et Robert Hertsens, ceux qui le souhaitaient ont pu acheter un Tshirt bleu avec le logo de ENEOWG et de ce fait nous serons reconnaissables lors des tournois.

Christiane Villers animatrice du lundi TDT 2 à Limal

E. YOGA DES AÎNÉS



Le yoga est une voie de sagesse qui en rendant grâce à la vie permet de la traverser en conscience.

Le corps est notre véhicule, amenons-le dans la bonne direction.

Le yoga peut se pratiquer à n'importe quel âge. Le yoga sur chaise nous permet d'aborder cette pratique, lorsque certaines difficultés physiques surviennent.

La chaise nous aide dans la réalisation des postures, le travail de la respiration, de la concentration.

Les mouvements sont proposés, jamais imposés et tout cela dans la bienveillance et la bonne humeur.

Si vous avez envie de vous détendre, d'accroître votre vitalité, travailler votre corps en profondeur, tentez cette expérience.

Michèle Magain, professeur Yoga des aînés.
Contact via Martial Pesché – 0478 46 19 68

F. NOUVEAU COURS DE STRETCHING À GREZ

Depuis ce début d'année, les cours de stretching de Limal sont saturés et plus aucune inscription (sauf désistement) n'est possible. C'est pourquoi

un nouveau cours, toujours animé par Céline Marique, s'est ouvert au Hall Omnisports de Grez.

Si vous souhaitez vous inscrire, le cours se donne le mardi de 11h30 à 12h30.

Pour vous inscrire, contactez Suzy Wilson – 010 41 29 82

G. MARCHE NORDIQUE : SEULE FORMATION DE L'ANNÉE 2018

La marche nordique nécessite une formation pour la bonne coordination des mouvements.

Ce sport, tout en sollicitant environ 90 % de nos muscles, augmente la performance physique (mobilité et coordination) et aide à lutter contre différentes maladies.

Les formations se font 6 vendredis respectivement le **16/23/30 mars**, ainsi que le **20/27 avril et 4 mai 2018** au parc de Beumont, Rue de Wavre à Bierges. Elle est donnée par notre professeur, Véronique Chapelle kiné agréée par la fédération Belge de marche nordique...

Vu le succès nous avons décidé de vous proposer 2 séances de +/- 13 personnes par journée de formation respectivement de 9h30 à 11h00 et de 11h00 à 12h30. Rendez-vous sur le parking 10 minutes avant le cours.

Pour cette nouvelle formation, vu le nombre limité de places et les réservations existantes, il est essentiel de contacter l'animateur avant de payer le



ACTIVITÉS CULTURELLES

A. A LA RECHERCHE D'UN-E VICE-PRÉSIDENT-E



minerval afin de vous assurer s'il reste encore des places, et uniquement en cas de contrainte majeure indiquer l'heure à laquelle vous désirez faire la formation.

Après acceptation de votre réservation, il faudra verser au plus tôt **30 €** au compte d'ENEO Wavre-Grez-Doiceau (BE58 7955 5146 3779) avec la communication : **FNOR2018** + nom et prénom du participant (nom de jeune fille pour les femmes mariées). Si vous n'êtes pas encore membre d'Énéo Wavre, il faudra également payer une cotisation de 14 € (ou 6 € pour les membres d'un autre club ENEO).

Le minerval couvre outre la formation, la mise à disposition des bâtons durant celle-ci et la poursuite de l'activité jusqu'en août 2018.

Donc inutile de se procurer des bâtons avant la formation, ce qui vous évitera éventuellement de faire un mauvais choix.

Après la formation, les promenades se font le jeudi (+ courtes) ou le vendredi matin de 10 h à 12 h. Il y a possibilité de covoiturage.

Pour toute information complémentaire ou inscription contactez au plus tôt André Mertens, au 010/41.32.95 ou par mail à « mertensa@hotmail.be ».

Nous n'avons toujours pas de remplaçant(e) pour Anne Barniche à la vice-présidence des activités culturelles.

Aussi, certaines des tâches qu'elle assumait sont actuellement reprises par :

- Luc Bernard qui gèrera les tables de conversation en anglais
- Marc Roose qui gèrera les promenades-natures (voir article dans ce Maca Z)
- Roger Courtois qui gèrera l'organisation des conférences.

Pour le reste, nous sommes toujours en attente de bonne volonté.

Alors, qui peut nous aider ? Faites-vous connaître et nous vous enverrons un extrait du R.O.I. (règlement d'ordre intérieur) pour mieux préciser en quoi consiste ce poste !

Roger Courtois

B. NOS « BALADES DÉCOUVERTE NATURE » REVIENNENT AU PRINTEMPS !

Nous comptons aujourd'hui une petite cinquantaine de membres qui participent régulièrement à ces balades axées sur la découverte de la faune, de la flore et de la géologie de nos régions. Ils sont répartis en 4 groupes, et pilotés par nos Guides Nature diplômés.

Pour les groupes 1 et 2 (BNAT 1 et BNAT 2) :

voici déjà le calendrier des sorties prévues par

Noël De Keyzer :

Groupe 1

lundi 23 avril

lundi 2 juillet

lundi 20 août

lundi 8 octobre

Groupe 2

mardi 24 avril

mardi 3 juillet

mardi 21 août

mardi 9 octobre

Notez soigneusement ces dates dans votre agenda !

Pour les groupes 3 et 4 (BNAT 3 et BNAT 4), il y aura un peu de changement.

Nos guides Paul Jacquet et Isabelle de Blommaert sont en effet frappés par une situation qui mobilise toute leur énergie, et qui les empêchera temporairement de poursuivre la tâche entamée avec le succès que l'on sait. Mais ils ont aussi, au cours de la (longue) formation qui leur a permis d'obtenir leurs titres de Guide Nature, rencontré d'autres personnes, certaines de celles-ci comptant même parmi nos membres ! C'est ainsi que **Marie-Christine et Jean-François MISONNE** ont accepté immédiatement de prendre la relève en attendant le retour d'Isabelle et Paul; et c'est donc sous leur houlette avisée que se poursuivront les découvertes des promeneurs de ces deux groupes

La prochaine balade se tiendra **le mardi 6 mars** (Groupe 3) OU **le vendredi 9 mars** (Groupe 4), selon le même circuit dans la Vallée de la Dyle. Le départ pour le covoiturage est fixé au Décathlon à 13h30. Et le départ de la balade est fixé à la **Chapelle Robert à Pécrot à 14h00** (GPS : rue de la Chapelle Robert ±20, Grez-Doiceau, au croisement). Les organisateurs demandent à quelques-uns d'entre vous de s'y rendre dès 13h45 pour conduire quelques voitures à l'étang de Pécrot, ce qui facilitera le retour en fin de balade.

Pour joindre nos guides : Marie-Christine 0472/513276 mc@misonne.be ou Jean-François 0478/557500 jf.misonne@skynet.be

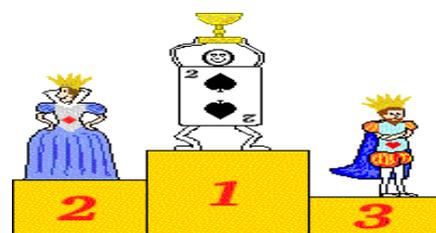
Rappelons que les dates des sorties peuvent toujours subir de légères modifications : l'observation de la nature est par définition tributaire de l'évolution de celle-ci, il serait illogique de prévoir une après-midi consacrée aux champignons par exemple à une date précise alors qu'une période de sécheresse aurait retardé leur éclosion...

Cela va de soi, les participants seront tenus au courant !

Entretemps, ayons une pensée pour nos amis Isa et Paul, qu'ils sachent que nous leur souhaitons toute la force et le courage nécessaires pour affronter les épreuves qu'ils vivent.

Marc Roose, secrétaire

C. TOURNOI DE WHIST



Quand : le jeudi 22 mars 2018 à 13 h30

Où : au **Complexe sportif de Limal** rue Charles Jaumotte 156, 1300 Wavre

Les activités culturelles "jeux de cartes" vous

invitent à un tournoi de whist.

Inscrivez-vous vous en virant **5 €** au compte BE51-9796-4187-4162 de Pierre KRAFFT, **avant le 12 mars 2018**, en indiquant les nom et prénom du participant ainsi que le code **WHIST**.

Le concours est ouvert aux amateurs et aussi aux 'professionnels' du whist. Ce sera l'occasion d'y rencontrer des membres des sections d'Ottignies, Lasne, La Hulpe et Rixensart.

Un lot sera attribué à chaque participant.

Le bar vous servira quelques boissons à prix démocratiques.

Pour tout renseignement : P. Krafft : tél.010 / 41 54 48 ou 0496 /96 42 29

D. INFO DU CPAS DE LA VILLE DE WAVRE

Nous avons déjà relayé, dans ces pages, quelques infos en provenance de la Ville de Wavre ou de son CPAS.

En voici encore quelques-unes, qui pourraient vous intéresser.

1° Potager collectif

Un potager collectif a été créé le 18/04/2013 à la Plaine de l'Orangerie, Chaussée des Gaulois à Wavre.

Ses activités ne reprendront qu'après le 15 février, mais si la chose vous intéresse, vous pouvez prendre contact avec Amélie Morel – 0476/211.561 - 010/230.454 ou via mail à l'adresse cohesionsociale@wavre.be

2° Rencontres « Alzheimer & Co »

Ces rencontres, créées en septembre 2014, ont pour but d'apporter un soutien significatif aux personnes touchées directement ou indirectement par les maladies neurodégénératives. Elles sont entièrement gratuites et ont lieu chaque deuxième lundi du mois de 14 à 16 heures.

Si cette proposition vous intéresse, vous pouvez prendre contact avec le CPAS de Wavre au 010/237646 ou par mail à l'adresse rencontres.alzheimer@wavre.be

3° « Moment de partage »

Les mêmes services réfléchissent actuellement à la création d'un « moment d'accueil » des personnes âgées. L'idée serait d'ouvrir un lieu, à raison de 2h semaine, pour accueillir les personnes âgées et leur offrir un moment de convivialité. Le but étant de permettre aux personnes de sortir de chez elle, de rencontrer d'autres personnes et ainsi (re)créer du lien social. Nous reviendrons sur ce dernier point en fonction de l'avancement du projet.

E. CONFÉRENCE : L'ÉPAULE DOULOUREUSE

Par **Didier Henne** Kinésithérapeute

L'épaule, articulation sensible étant donné son architecture anatomique et la diversité de sa mobilité, peut nous occasionner des douleurs, voire une perte de mobilité bien invalidante dans la vie quotidienne.

Après avoir évoqué les principales pathologies de l'épaule, Didier Henne vous parlera des traitements généralement préconisés ainsi que des attitudes préventives ou compensatoires propres à soulager quelque peu la douleur.

Cette conférence se tiendra le mardi **13 mars 2018** à 14H, dans la salle de l'Herbatte, chaussée de l'Herbatte 85 1300 Wavre ; elle sera suivie d'échange de questions-réponses et d'une tasse de café et biscuits.

Inscription pour le 08 mars au plus tard, en versant la somme de **4€** par participant(e) au compte habituel d'Énéo – BE58 7955 5146 3779 - en indiquant votre nom et le code **EPAD**.

Je pense que ce sujet devrait intéresser beaucoup de nos membres.

Roger Courtois 010 / 225481

F. LE BOUTHAN

Conférence/projection : « Un certain regard sur l'immensité du monde »

Voulez-vous découvrir quelques aspects du monde assis dans votre fauteuil ?

Celui du « Bonheur National Brut » du Bhoutan, ceux des grandes démocraties, comparer les différentes manières de vivre et de penser, la condition de la femme dans la société, la place des enfants dans la société, bref tout ce qui concourt à rendre l'homme plus heureux pour lui-même et pour son voisin (du moins en théorie).

Par un grand voyageur, membre de ÉnéoSport.

Réservez, d'ores et déjà, la date du

mardi 5 juin à 14h à la chaussée de l'Herbatte.



ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Chers membres,

Nous voici déjà arrivés à la moitié de l'année académique. Tout se passe bien et il est temps de penser à notre future exposition au Château de l'Ermitage. Elle se déroulera du **1er au 10 juin** avec, comme chaque année, le montage le mercredi 30 et jeudi 31 mai.

Appel fervent est fait aux bénévoles pour installer les panneaux. Certains habitués du montage (toujours fidèles au poste et ce, depuis des années) prennent tout doucement de l'âge et il serait grand temps que des plus « jeunes » et sportifs (ça aide) prennent le relais. Si vous êtes volontaires, vous pouvez me contacter au 010/65 73 37 ou 0499/192 005 et je serai très heureuse de vous inscrire sur ma liste. En général, la matinée du mercredi suffit pour l'installation.

Dès que les panneaux seront en place (et pas avant pour éviter de se marcher sur les pieds), les animateur(trice)s pourront commencer à suspendre vos œuvres. A eux de voir avec quel(elle)s bénévoles l'accrochage se fera. Je souhaite vivement que les personnes qui ne sont pas désignées pour ce travail ne restent pas. Cela évitera des bousculades, de la casse et du vol comme l'année dernière. Il vous faudra apporter

vos tableaux ou photos (1 par personne) le mercredi en début d'après-midi (à voir avec votre animateur(trice) et essayer de respecter l'horaire. Il est toujours difficile quand l'accrochage est terminé, d'intercaler un tableau retardataire.

L'éclairage se fait par les ouvriers communaux, le jeudi matin.

Les « fleuristes » travaillent la veille du vernissage, toute la journée et dans une bonne ambiance, à la réalisation des magnifiques bouquets. J'espère pour elles que le beau temps sera de la partie.

Ce sera l'atelier « Dessin » de Bruno du jeudi qui va réaliser l'affiche 2018.

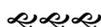
Comme chaque année, le **vernissage** se fera le **vendredi 1er juin à 11h**.

En ce qui concerne les permanences, je ferai passer dans les différents ateliers, la feuille d'inscription.

Si vous avez des questions, vous pouvez toujours me contacter aux n° ci-dessus.

A très bientôt et continuez à prendre du plaisir dans toutes vos activités, qu'elles soient sportives, culturelles ou artistiques.

Annick Anthoon



NOUVELLES DE NOS MEMBRES

Nous regrettons de devoir vous informer du décès de :

Michel GODFROID : Décédé en décembre 2017, il habitait Bruxelles et faisait la route par tous les temps pour « sa famille », comme il disait. Vrai Accro-bad du lundi, mercredi et vendredi. Au total: 6 heures + les super 3ème mi-temps du vendredi. Tu nous manques énormément.

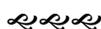
Annie COURTOIS : Décédée en décembre 2017, mordue, entre autres, du badminton, du scrap-booking, elle participait à toute activité qui pouvait donner lieu à des retrouvailles entre copines-qui-la-valent-bien. C'est le portrait de l'Optimisme et de la Battante. La maladie était tenace et a été repoussée par trois fois. Annie, on sait que tu veilles sur nous.

Jacqueline COLLIN : participante à Viactive et aux jeux de société à Limal.

Michel de le Hoye a perdu son papa en janvier.

Bruno De Monte a perdu sa maman, décédée en Italie en janvier.

Le comité et tous les membres qui les ont connus présentent leurs plus sincères condoléances à leurs proches.



DU NOUVEAU SUR WWW.ENEOWG.BE

Le site a été enrichi des photos relatives à la visite du 18 janvier 2018 « Bruxelles, le protestantisme et la maison Autrique.

Merci à la photographe et à Roland Malchaire pour le traitement et le chargement de l'album qui est visible à partir des rubriques « visites et excursions » et « toutes les photos ».

Quelques mises à jour ont également été apportées aux tableaux de nos activités sportives, artistiques et culturelles.

Vous avez des suggestions, des remarques à formuler concernant le site, une adresse :

dekimpe.bernard@outlook.be

Bernard Dekimpe

DIVERS

A. MACAZ : ADRESSE MAIL

Jean-Marie Beguin vous demande de ne pas utiliser pour l'envoi de textes « MacaZ » l'adresse mail : « macazinfo@gmail.com ». Vos courriels risquent de ne pas être lus. Adressez-vous à Martial Pesché (pesche.martial@skynet.be).

B. MERCI - DINER DES ANIMATEURS DU 8 DÉCEMBRE 2017

Merci une fois de plus au comité organisateur pour cette belle journée des volontaires !

Depuis que je fais partie de l'Énéo, je suis émerveillée chaque fois par la qualité des réunions festives auxquelles nous sommes conviés.

Quelle chance avons-nous de faire partie d'Énéo-Wavre !

Merci pour l'imagination créative de ceux et celles qui nous concoctent ces surprises toujours de bon goût et d'originalité. Le dîner gastronomique à l'école hôtelière de Wavre, ne fait pas exception à cette règle de convivialité et d'excellence qui font de chaque invitation, un moment privilégié.

Cette fois encore, j'ai été scotchée. Sensible à l'atmosphère de cette salle élégante, je me suis

crue à l'intérieur d'un bateau de rêve, emportée par la finesse des plats, le service impeccable, la gentillesse de tous.

Encore des instants exceptionnels à marquer d'une pierre blanche.

Merci à tous et toutes de nous faire rêver quelques heures en apportant une fois de plus, un peu de féerie dans notre quotidien.

Nicole Rogier – Animatrice du Tai-Chi-Chuan à l'Herbatte



POUR EN RIRE ET EN SOURIRE

Samedi dernier, j'étais à la salle des mariages de Namur pour celui d'un ami. Quand le bourgmestre a dit : "Si une personne s'oppose à ce mariage qu'elle se manifeste maintenant ou se taise à jamais".

Alors du fond de la salle, une jolie jeune femme enceinte s'est levée et s'est avancée dans l'allée avec un enfant de 2 ans dans les bras

Le marié transpirait, la mariée s'est évanouie.

Tous les cœurs battaient. Arrivée devant le bourgmestre, la jeune femme dit:

"Quand on est derrière, on n'entend pas bien..."



Un type demande à un de ses copains :

- Sais-tu pourquoi la journée sans tabac tombe le 31 mai ?
- Euh ... Non ! Et toi ?
- Non ! Surtout que le lendemain, c'est le 1^{er} joint.



Ce que les enfants pensent de leur père :

A 6 ans : Papa sait tout !

A 9 ans : Papa sait beaucoup de choses.

A 12 ans : Nous nous imaginions que Papa savait plus.

A 15 ans : Nous en savons autant que Papa

A 20 ans : Décidément, Papa ne sait pas grand-chose !

A 30 ans : Nous pourrions tout de même demander l'avis de Papa.

A 40 ans : Papa sait quand même quelque chose

A 50 ans : Papa sait tout !

A 60 ans : Ah, si nous pouvions encore demander l'avis de Papa !

C. L'ASBL "TAAWUN

L'asbl "TaAwun coopération" à Wavre recherche pour son école des devoirs et son atelier "apprendre à apprendre" (adolescents) des volontaires pour quelques heures par semaine (minimum 2h).

Profil pour l'école des devoirs : coup de pouce aux devoirs (école primaire)

Profil pour les ados:

-- connaissance des langues modernes (néerlandais, anglais; ancien prof. de langues...)

-- mathématiques (secondaire inf. et/ou sup)

Information complémentaire : www.taawun.be

Contact : Anne Deroo - 0474/554.122

DATES À RETENIR

Mardi 13 mars 2018	Conférence : l'épaule douloureuse
Jeudi 22 mars 2018	Tournoi de whist
Dimanche 25 mars 2018	Marche de solidarité aux Béninois
Mardi 27 mars 2018	Diner des sportifs et des culturels
Jeudi 24 avril 2018	Visite de Thuin et l'abbaye d'Aulne
Du 1 au 10 juin 2018	Exposition des artistes
Mardi 5 juin 2018	Conférence/projection : le Bouthan

Prochain Maca Z n° 54: Juin-Juillet-Août 2018...

Il paraîtra fin mai

COMPTE ÉNÉO WAVRE – GREZ-DOICEAU : BE58 7955 5146 3779

BIC : GKCCBEBB

Adresse : Avenue Jean Hermant, 15 à 1330 RIXENSART

MacaZ est la revue trimestrielle du groupement Énéo-Wavre-Grez-Doiceau. Elle est envoyée à tous les membres (un exemplaire par ménage), soit par la poste sous forme imprimée, soit sous forme de fichier pdf envoyé par e-mail.

MacaZ Info est la lettre d'information envoyée par e-mail (newsletter), entre les éditions du trimestriel MacaZ, lorsque l'actualité le rend souhaitable. Elle est envoyée aux membres qui ont renseigné une adresse e-mail au secrétaire du comité de gestion (secreneowg@yahoo.fr), à raison d'un seul e-mail par adresse.

Le site d'Énéo-Wavre-Grez-Doiceau : www.eneowg.be . On y retrouve :

- une présentation de notre groupement local, et les liens pour Énéo fédéral, pour la Mutualité chrétienne, et pour leurs publications destinées aux seniors ;
- les coordonnées des membres du comité de gestion et des personnes ressources de notre groupement local ;
- le lien pour la version pdf des derniers numéros de MacaZ ;
- les renseignements détaillés pour devenir membre, notamment le montant des cotisations ;
- le détail de nos activités permanentes sportives, culturelles, artistiques et sociales, ainsi que les visites, excursions et festivités programmées.
- de nombreuses photos prises lors de nos activités

Editeur responsable : Pesché Martial, clos du Relais 14 à 1300 Wavre