

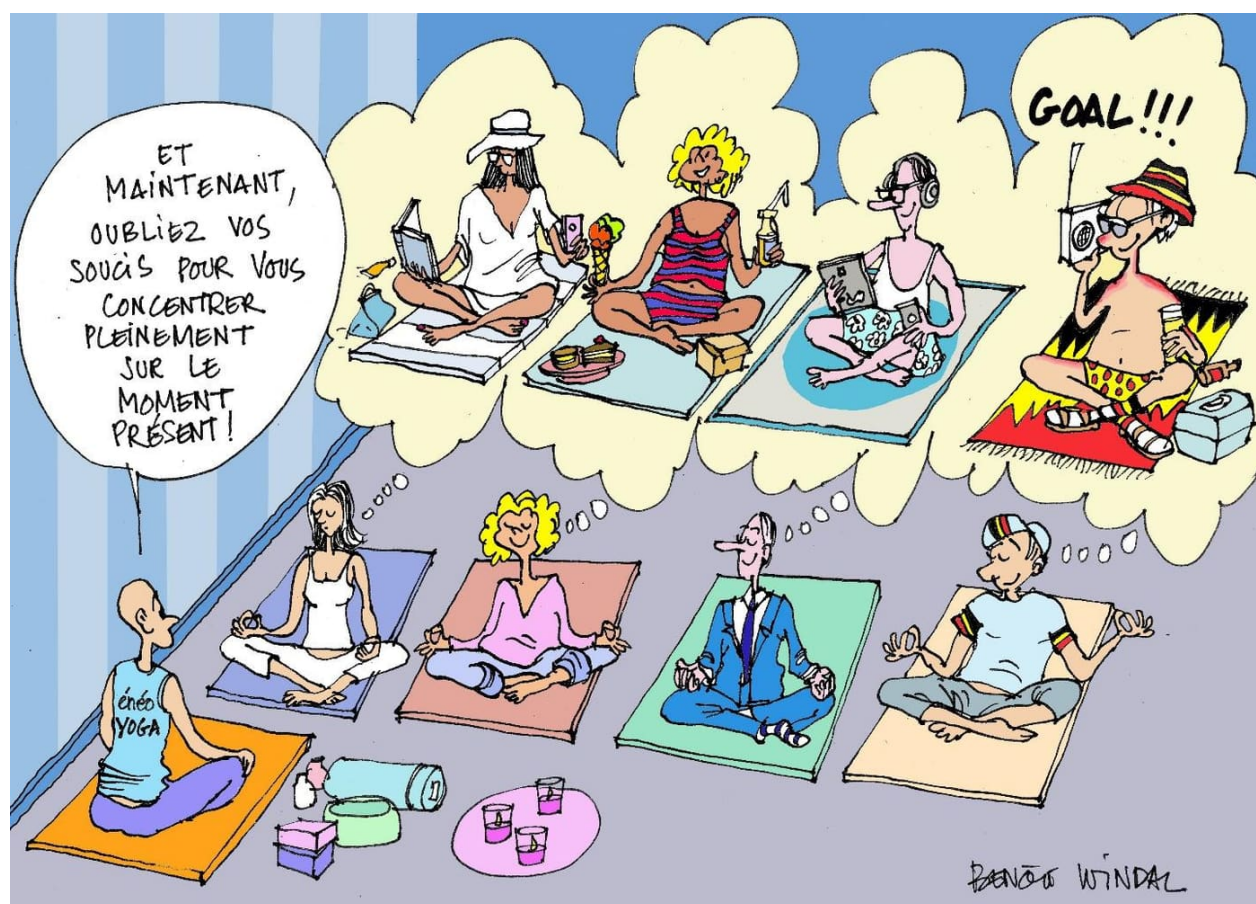


MacaZ



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

N°58 Juin – Juillet - Août 2019



Sommaire

Le mot du président

<u>1. Nos propositions pour le trimestre</u>	3
<u>2. Nouvelles des activités</u>	5
<u>2.1 Activités sportives</u>	5
1. Tennis de table	
2. Pleine conscience	
3. Méditation en mouvement	
4. Yoga à Limal	
5. Trois nouvelles propositions	
6. Résultats au TDT	
7. Randonneurs	
8. Mardi gras à la Pétanque	
<u>2.2 Activités culturelles</u>	10
1. Conversation en wallon	
2. Excursions d'un jour	
3. Balades nature 1 & 2	
4. Balades nature 3 & 4	
5. Pourquoi un atelier d'écriture	
6. Informatique	
7. Jeux de cartes et de société	
8. Cours de langues	
9. Conférences	
10. Appel à projets	
<u>2.3 Activités artistiques</u>	15
Mot de la vice-présidente et l'expo des artistes	
<u>3. Du nouveau sur www.eneowg.be</u>	16
<u>4. Nouvelles de nos membres</u>	18
<u>5. Divers</u>	18
1. Invitation à la formation des premiers soins	
2. Conférence : Zéro déchet – Par où commencer ?	
<u>6. Pour en rire et en sourire</u>	19

Le mot du président

Bien chers membres,

Les jours se suivent et ne se ressemblent pas, ... heureusement d'ailleurs !

Le 1^{er} mai ... et les senteurs délicates des muguets, oh oui !

Le 26 mai ... et là, je ne sais quoi écrire ... oh là là !

Quel futur en résultera pour nous, notre société, notre pays, notre Europe ?

Où en serons-nous lorsque vous lirez ces quelques lignes ?

Quoi qu'il en soit, dans quelques semaines, la plupart de vos activités « énéo » seront suspendues pour deux mois.

Une certaine aubaine, car cela vous permettra de souffler un peu, de profiter autrement de ces instants, de ces « heures de congé » que vous offre énéo par la force des choses.

TRÈS SINCEREMENT, UN GRAND MERCI À TOUTES CELLES ET À TOUS CEUX QUI ONT FAIT VRAIMENT LEUR POSSIBLE POUR QUE

VIVE énéo POUR VOUS

Portez-vous au mieux et à très bientôt.

Roger Courtois Président énéo Wavre - Grez

1. Nos propositions pour le trimestre

Le mardi 25 juin 2019 : les kiosques à danser et les moulins à eau de l'Avesnois.

C'est le pays des prairies bocagères, des forêts de feuillus, des vergers en fleurs, des ruisseaux sinueux, des oratoires en pierre bleue.

Cet itinéraire est une véritable flânerie dans cette région méconnue. Les rivières font chanter les moulins à eau et les kiosques font danser les villageois.

Nous prendrons en charge notre guide, Annie, à Maubeuge où nous prendrons un café.

Puis nous cheminerons par les petites routes de campagne à la découverte des kiosques à danser de Dourlers, joli village de pierre bleue, St Aubin (véritable décor de théâtre et à côté, une église fortifiée), Avesnes-sur-Helpe (bien que la ville soit une sous-préfecture, le kiosque est tout petit mais il trône au milieu d'une grande place ombragée, où les dames de la haute bourgeoisie allaient autrefois montrer leurs belles tenues le dimanche) et Cartignies, superbe village de maisons en briques. Nous verrons les moulins de Maroilles et de Grand-Fayt (le plus beau).



Nous prendrons notre repas dans un pittoresque restaurant d'Avesnelles.

Menu : part de flamiche au fromage de la région sur salade, cuisse de poulet au Maroilles accompagnée de ses trois garnitures, riboche (dessert local). Un verre de vin (ou cidre, ou bière), café et eau.

L'après-midi, nous visiterons le moulin de Felleries classé en écomusée et possédant une jolie collection de vieux objets en bois. Nous profiterons d'une séance de tournage du bois. Ce village se situe dans le Sud-Est du département du Nord (Hainaut) et en plein cœur du Parc Naturel de l'Avesnois (« la petite Suisse du Nord »). C'est le début des contreforts des Ardennes. La Belgique est toute proche.

Sur le chemin du retour nous passerons devant le moulin de Sars Poteries. En 843, le Traité de Verdun (le partage de l'Empire Carolingien entre les 3 petits-fils de Charlemagne), octroie à Lothaire la France médiane qui comprend le Hainaut dont fait partie le village.

Nous verrons les kiosques à danser de Dimechaux et Wattignies-la-Victoire. Son nom fait référence à la bataille de Wattignies qui eut lieu en 1793 : les Français repoussèrent les Autrichiens à la surprise de tous.

Nous nous arrêterons dans chaque village cité. À certains endroits, vous pourrez faire des achats de produits du terroir (à Maroilles, le célèbre fromage). À Felleries, il y a de très beaux objets en bois.

Rendez-vous à 8h15 et départ à 8h30 précises.

Le prix de cette excursion (tout compris) est de **52€**, à verser sur le compte d'énéo avec dans la communication votre nom, la référence **AVE** et le numéro de votre GSM. Celui-ci m'est utile au cas où vous ne seriez pas au départ. Je peux alors vous téléphoner et le car attend quelques minutes.

Pourriez-vous effectuer le paiement avant le 18 juin : cela m'évitera de faire de nombreux rappels par téléphone.

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 40 17 34 ou 0478 488 491, ceci afin d'éviter les problèmes qui se sont posés précédemment : un incident technique est toujours possible avec, comme conséquence, que je ne sois pas informée de votre inscription. Donc d'abord me téléphoner et, après mon accord, vous faites votre paiement.

Le numéro de mon GSM est le **0478 488 491**. Notez-le et gardez-le sur vous toute la journée au cas où vous égareriez.

Pendant l'excursion je prendrai des photos des sites que nous visiterons et de vous au restaurant. Vous pourrez les voir sur notre site « énéo Wavre-Grez » quelques jours plus tard. Si des personnes ne désirent pas figurer sur les photos, merci de me le dire au départ, dans le car.

À notre arrivée à Wavre, ceux qui le désirent peuvent venir boire le verre de l'amitié au centre sportif. Nous serons de retour vers 19h30.

Christine Dupaix-Moulin.

2. Nouvelles des activités



2.1 Activités sportives

2.1.1 Tennis de table

Ou quand les pongistes d'énéo occupent le Royal Bowl de LLN pour vivre une soirée conviviale !

C'est via un courriel que Daniel Georges, responsable du TDT2, et que Nicole, son épouse (et précieux bras-droit) ont lancé l'idée d'une soirée festive à l' intention des membres des trois sections du Tennis de table d'énéo Wavre/Grez.

Les conjoints étaient courtoisement invités à être de la partie.

Ce couple dynamique, sans la certitude que cette première serait couronnée de succès, a été poussé dans le dos, encouragé par tous à aller de l'avant.

Pour proposer une soirée bowling ouverte à tous (TDT 1, 2, 3), Daniel s'était fait fort d'obtenir des conditions avantageuses avec la direction du bowling de LLN pour accéder aux pistes et partager un repas simple au goût de tous.

Fort de la promesse de réunir plus de quarante participants, Daniel obtint de la direction du bowling l'accès exclusif :

- des pistes avec deux parties pour tous (plus en prime, une 3e partie !)
- des tables dressées pour déguster un plat de pâtes

...le tout pour le prix imbattable de 15 euros ! Merci pour ce tour de force !

Rendez-vous était donné ce 26 mars pour 18h45 sur place.

Avant l'heure, les pongistes se bouscuaient déjà et attendaient joyeusement un verre à la main, les derniers arrivants. Nos hôtes se multipliaient pour assurer l'accueil et informer chacun du modus operandi de la soirée.

Des équipes de 4 ou 5 joueurs avaient été constituées avec sagacité par les organisateurs ; manifestement chacun y a trouvé son compte tout heureux de figurer dans une équipe aux visages familiers. L'établissement offrait à la petite dizaine d'équipes concernées, deux/trois banquettes et des tables ; à chacune, son périmètre et sa piste.

L'impatience grandissant, on pouvait entamer la première partie (10 fois 2 boules, à tour de rôle). Nombre d'entre nous étaient néophytes en la matière, et nombreux étaient ceux qui posaient les pieds pour la première fois dans un bowling. Tant bien que mal, en regardant autour de soi, chacun se faisait un devoir de trouver une boule conforme à ses possibilités et à ses ambitions. Comment tenir cette boule du bout des doigts ?

Et, surtout, comment ne pas se payer le ridicule par un jet dans la rigole ou par un résultat misérable ? Fallait-il prendre un grand élan ? Se casser en deux pour mieux lancer ? S'inspirer de la pétanque pour s'assurer d'une bonne trajectoire de la boule ?

Comment éviter la honte d'un échec lamentable avec un zéro quille ?

Les meilleurs étaient manifestement ceux qui avaient acquis du galon grâce à une pratique déjà ancienne. D'autres se révélèrent des amateurs doués, mais pas tous ! Car la fatigue aidant, certains se firent moins bons en fin de soirée.

À noter que des dames firent mieux que se défendre, ce qui de nos jours ne constitue plus une surprise ...

Après les deux premières (longues) parties, tous, ravis, nous sommes passés à table. Il était grand temps de faire honneur aux assiettes de pâtes servies par un personnel jeune et souriant. Le bar tout proche était rutilant et les barmen faisaient le service avec toute l'efficacité nécessaire...

Nous avons terminé cette soirée très enjoués, pas loin de minuit pour les derniers, mais je n'étais plus là pour fixer l'heure exacte de leur départ. Les jours suivants, aux entraînements de la semaine, le verdict était unanime : « à renouveler ! »

Il va sans dire que Daniel et Nicole buvaient du petit lait en promettant d'y revenir !

Michel Angenot.

2.1.2 PLEINE CONSCIENCE

La proposition faite dans le Maca Z précédent, n°57, a récolté un franc succès ! 26 personnes ont marqué leur intérêt pour suivre cette formation.

Le cours est limité à 15 personnes ; minerval de 85€ - code PLC ; les 1+10 cours se donneront les vendredis de 14h à 16h (durée de 1h45 par séance) au Hall Omnisports de Grez, salle polyvalente (sous-sol).

Une séance d'essai aura lieu le 27/9 et sera suivie de 10 séances (4/10, 11/10, 18/10, 25/10, 8/11, 15/11, 22/11, 29/11, 6/12 & 13/12). Equipez-vous d'une tenue relax permettant diverses positions (assise, couchée, ...) et donc aussi d'une couverture et d'un tapis (style yoga) permettant la position couchée.

Si les 15 places sont réservées, nous pourrions envisager une seconde série en 2020.

Merci de réserver par mail : eneo-sports-wavre1@hotmail.be

2.1.3 MEDITATION EN MOUVEMENT

La seconde proposition a recueilli un succès plus modéré. Mais il y a 15 personnes intéressées. Et donc encore une ou 2 places ou plus en fonction des inscriptions définitives. Ce cours commencera en septembre le vendredi, de 10h45 à 12h00, au CFS.

L'inscription est fixée pour un minerval de 100€ - code MEM.

Un-e candidat-e pour assumer le rôle d'animateur sera nécessaire...

Pensez-y et engagez-vous !

Merci de réserver par mail : eneo-sports-wavre1@hotmail.be

2.1.4 YOGA – Limal

Notre professeure, Muriel Wibert, souhaitait rassembler les 2 cours (YOL5 & 6) qui se donnent tous deux au CFS. Afin de pouvoir réaliser cette demande, nous avons fixé les cours comme suit :

YOL5 : mardi 13 :30 – 14 :30

YOL6 : mardi 14 :30 – 15 :30

Bien sûr, ceci entraine pour le cours du vendredi un important changement et que tous ne pourront sans doute pas faire. Mais il est bon de signaler que des **places sont disponibles** et que de nouveaux candidats pour le yoga peuvent s'inscrire.

De plus si la demande le permet, nous sommes à la recherche d'un-e professeur-e pour recréer un cours supplémentaire le vendredi matin.

Donc, signalez rapidement à votre animatrice, Jacqueline Pinchart, 010 22 49 16, (jacqueline.pinchart@gmail.com) à quel cours vous souhaitez vous inscrire la saison prochaine 2019-2020 !

2.1.5. Trois nouvelles propositions

A. STEP

Suite aux listes de sports qu'énéo Sport peut proposer, je ne pensais pas que cette discipline serait recommandée pour les +50 ans ! Erreur de ma part...

Le step est un concept simple (genre de marche), il est conçu en plastique dur et permet de réaliser un grand nombre d'exercices visant l'amélioration et l'entretien de la condition physique et une évolution du système cardio-vasculaire en provoquant une augmentation de la capacité aérobie (meilleure endurance). (extrait de Wikipedia)



Nous pourrions envisager de débiter cette activité. Cependant, il nous faut réunir suffisamment de candidat-e-s. Donc si cette activité pourrait vous intéresser, faites-moi signe par mail : eneo-sports-wavre1@hotmail.be

B. Tennis

Plusieurs membres me parlent de tennis. Cette activité a existé il y a plusieurs années mais avait cessé faute de participant.

Nous sommes prêts à chercher une possibilité (probablement au C.S. Wavre) si la demande récolte suffisamment de candidatures.

Intéressé ? Faites-moi signe ! Mentionnez l'activité – nom, prénom – tél ou GSM – adresse mail.



C. Danse en ligne

Cette activité a rencontré un franc succès ! Nous pensons ouvrir un second cours « pour débutants ». En effet, les habitués ont une pratique que les nouveaux n'ont pas encore.

Le second cours (**DANS2**) se donnera à la suite du premier, soit le lundi de 11 :00 à 12 :00 dans la salle omnisports du Hall des Sports de Grez.

Inscrivez-vous auprès de l'animatrice C.Dubois – 010 41 84 05 - en attendant de trouver une responsable pour ce cours.

Sportivement vôtre Baudouin Ectors - eneo-sports-wavre1@hotmail.be

2.1.6. Résultats TDT :

Ce mardi 19 mars 2019, 6 paires représentant énéo Wavre-Grez ont participé au tournoi de doubles à Châtelet.

- 2 équipes se sont qualifiées pour les "masters"
 - Jean-Claude DEHONIN et Claude LIETART ont été éliminés au stade des 1/4 de finales
 - Daniel MEYER et Daniel GEORGES ont été éliminés en phase de poules
- Les 4 autres équipes ont disputé la consolation
 - Gilbert DENIS et Alain DAOUST se sont inclinés en finale
 - Jean-Pierre GRAMME et François SALMIN ont été battus en 1/2 finale par les futurs vainqueurs
 - Christiane VILLERS - Stephan LEGLISE et Martine BERGER - Henri BUELENS ont été éliminés en phase de poules

Si toutes les équipes précitées ont tenu leur rang durant ce tournoi (au demeurant très relevé), on peut seulement regretter qu'au sein d'énéo Wavre-Grez, ce sont toujours les mêmes "têtes" que l'on retrouve lors de ce type d'organisation.

Alors quel que soit votre niveau, n'hésitez pas à vous joindre de temps en temps à nous lors d'une future activité de ce type. L'ambiance y est généralement très sympa et permet de sortir de la routine de nos rencontres hebdomadaires.

Bien à vous Daniel GEORGES TDT2

2.1.7 Randonneurs :

À une ou deux occasions par an, les randonneurs font une visite instructive pour mieux connaître les environs de Wavre et ne pas faire que des kilomètres ! Après avoir visité la station d'épuration de Rosières, le centre de compostage de Basse-Wavre, Walibi (en visite guidée lors de la fermeture hivernale) et bien d'autres visites, sans compter ses beaux paysages, belles demeures et fermes rustiques.

En ce début mars, nous avons visité, après un parcours de 4 km (aller/retour), le centre de fabrication d'électricité RENEWI à partir du gaz produit par les déchets enfouis à Mont st Guibert. Ce fut fort intéressant.

À bientôt pour une autre visite locale.

Christian De Keuleneer.



2.1.8 Pétanque :

Un jour à la Royale Pétanque Limaloise : **Mardi gras 5 mars 2019.**

Enfin ce jour tant attendu est arrivé ; à midi les membres inscrits sont au rendez-vous. L'impatience de voir les déguisements et leur originalité est calmée au fur et à mesure des arrivées. Certains membres sont méconnaissables parfois, souvent très surprenants.

Mais déjà se pointent les carafes et les verres dans une atmosphère de reblochon.

La question est : Christiane et Marc vont-ils réussir l'épreuve d'organiseurs-entrepreneurs ?

Les effluves subtils titillent la gourmandise légendaire des sportifs en « boule », mais les gosiers ne chôment pas !!! Après une attention portée en l'honneur de Jean-Paul, Victor lance fondamentalement la fête et la convivialité hausse le ton. La bonne humeur est de mise et d'une grande hilarité à certaines tables !!!

Chaque convive a pu se servir à volonté, car les émanations invitaient à se resservir... Tout a été englouti : tartiflette et salades, peu de régimes alimentaires ont été respectés.

Le prix du déguisement ; qu'en dire, que du bien de ce couple drainé par une cartomancienne avenante flanquée d'un assistant en « haut de forme » et queue d'aronde.

Quelques jets de boules et nous voilà rassis devant tartes, cafés, vin et bières.

Tout s'est bien enchaîné, pas de temps mort. Tous les bénévoles à vos côtés, Christiane et Marc, je vous dis merci, merci trois fois merci. Ce fut une chouette après-midi. À refaire !



Albert.

Merci à Jean-Pol, Anne-Marie, Viviane, Gustave, Roger D, Pierre, Pauline, Léa, Freddy M, Renée pour leurs commentaires. Les voici :

Que du plaisir, agréables moments de détente avec les amis, prêts à recommencer, excellente ambiance, félicitations pour une première c'est réussi. Bonne organisation, bon choix du traiteur.

Que dire de plus. Nous recommencerons.

Voici l'avis de Marie-Rose et Arthur :

Remerciements aux membres d'énéo qui nous ont accueillis si chaleureusement dans le club de pétanque de Limal.

Les costumes étaient divers, colorés et artisanaux.

Maintenant passons aux choses sérieuses, la table et le repas ; apéro original dont il ne fallait pas abuser. La tartiflette onctueuse, facile à manger a été servie bien chaude.

Le dessert préparé par un petit boulanger artisanal m'a fait penser à grand-mère.

Enfin que du bonheur et du plaisir. VIVEMENT 2020 !

À bientôt - Christiane

2.2 Activités culturelles

2.2.1 CONVERSATION EN WALLON *Po lîre li walon, faut iesse capâbe*

Bondjou vos ôt, j'ai découvert le dernier carré des invincibles wallons de notre région. C'était au CS de Grez-Doiceau, le 4^e lundi.

Ici, on n'si prin nin l'tiesse, on papote, on se taquine, on berdelle, on s'écoute, on parle wallon de Wavve et environs. C'est du sérieux et, en cas de doute ou de contestation, René sort le dictionnaire.

Des projets, y gna sacants', mais pour se donner du cœur à l'ouvrage, l'équipe aimerait accueillir de nouveaux indécrottables amateurs, sachant parler wallon.

N'hésitez pas à faire de la pub. Il y a sûrement au coin de votre rue, une personne ravie d'apprendre l'existence de cet atelier.

On n'a qui l'bin qu'on s'fait.

René Lebrun l'animateur & les commentaires d'une visiteuse.

2.2.2 EXCURSIONS D'UN JOUR

J'organise quatre excursions par an, dans des lieux offrant un intérêt culturel ou historique.

Nous quittons le centre sportif de Basse-Wavre vers 7h30-8h00 pour être sur place vers 10h00, et être pris en charge par deux ou trois guides professionnels. Le midi, nous dînons au restaurant (entrée, plat et dessert). L'après-midi, nous sommes attendus vers 14h pour la seconde visite guidée. Nous revenons à Wavre vers 19h.



Le prix comprend le trajet, le dîner, les visites guidées, le pourboire au chauffeur. Parfois, les boissons au restaurant sont à votre charge.

J'organise également, en septembre, une journée avec le groupe des marcheurs. S'il reste de la place dans le car, les autres membres d'énéo peuvent accompagner. En général, nous alternons les lieux de randonnée par exemple les Fagnes, le Zwin. Cette année ce sera Durbuy.

Tous les trois ans, je vous propose un marché de Noël, avec visite de la ville et temps libre.

Faut-il vous préciser que toutes nos excursions se clôturent par l'incontournable verre de l'amitié ?

J'essaie d'organiser des visites en dehors de la Belgique, ainsi, nous avons vu le Keukenhof, Trèves, Versailles, mais c'est de plus en plus difficile de nous rendre loin, car les caristes sont tenus à des horaires très rigoureux.

Voilà, je vous ai présenté mes excursions. Si vous avez des idées à me proposer, vous pouvez me téléphoner, le soir, au 010 401734 ou 0478 488 491.

Christine Dupaix-Moulin.

La cotisation inclut l'envoi trimestriel du magazine « MacaZ » par e-mail ou par la Poste et l'assurance couvrant les membres (*accidents et responsabilité civile, sous réserve de remise d'un certificat médical d'aptitude pour les participants à une activité sportive*).

RENOUVELLEMENT DE COTISATION			
	Montant		CODE
Membre	16 €		COT 1
Membre autre groupement énéo (**)	6 €		COT 3
COTISATION NOUVEAUX MEMBRES			
Inscription	AVANT le 31/12/2019 (*)	APRES le 31/12/2019	CODE
Membre	25 €	16 €	COT 11
Membre autre groupement énéo (**)	9 €	6 €	COT 31

(*) Le montant de la cotisation « nouveau membre » à payer en cas d'inscription **AVANT** le 31/12 comprend une part de cotisation 2019 et la cotisation 2020.

(**) La cotisation réduite pour les personnes qui sont déjà membres d'un autre groupement énéo ne s'applique que si elles paient, auprès de cet autre groupement, la cotisation au tarif normal et leur évite donc de payer deux fois certains frais comme ceux liés à l'assurance.

Pour nous faciliter la tâche, nous vous invitons à bien reprendre, dans la communication de votre virement, le(s) code(s) de la cotisation et du (des) minerval(s) ainsi que le nom des personnes auxquelles ils s'appliquent et à toujours utiliser le **nom de jeune fille** pour les femmes mariées.

Exemple pratique : Mr Pierre Colin veut s'inscrire au Badminton 1 et à la Pétanque, et son épouse (connue dans nos fichiers sous son nom de jeune fille Mireille Stiens) au Jeux de cartes, au Yoga 4 à Grez et la Balade.

Ils mentionnent: **COLIN P. : COT1, BADL1, PET – STIENS M. : COT1, CART, YOG4, BAL = 141 €**

Pas très compliqué avec un peu de bonne volonté ! Et tellement plus facile pour notre trésorier et notre secrétaire !

compte énéo Wavre-Grez-Doiceau : BE58 7955 5146 3779

Bic : GKCCBEBB

adresse : Avenue Jean Hermant, 15 à 1330 Rixensart

PROGRAMME DES ACTIVITES PERMANENTES 2019-2020

ACTIVITES ARTISTIQUES

dénomination	lieu	horaire	min (€)	animation	anim tel
AQUM - Aquarelle mardi	Herbatte	mardi 9:00-12:00	100	C. Stroobant	0478/457790
AQUV - Aquarelle vendredi	Herbatte	vendredi 9:00-12:00	100	A. Anthoon	010/657337
DESJE - Dessin jeudi	Herbatte	jeudi 9:00-12:00	65	B. De Monte	081/640511
DESLU - Dessin lundi	Herbatte	lundi 12:30-15:30	65	B. De Monte	081/640511
DESMA - Dessin mardi	Herbatte	mardi 12:30-15:30	65	B. De Monte	081/640511
FLO1 - Art Floral 1	CS Limal	1er vendredi 9:00-11:00	30	J. Grandjean	010/223532
FLO2 - Art Floral 2	CS Limal	1er vendredi 11:00-13:00	30	J. Grandjean	010/223532
FLO3 - Art Floral 3	CS Limal	3è vendredi 9:00-11:00	30	M.-C. Journe	010/844065
FLO4 - Art Floral 4	CS Limal	3è vendredi 11:00-13:00	30	M.-C. Journe	010/844065
FLO5 - Art Floral 5	CS Limal	2è vendredi 9:00-11:00	30	M.-H. Nannetti	0493/194081
PHO1 - Atelier Photo 1	CS Grez-Doiceau	1er et 3è jeudi 14:00-16:00	20	P. Mareschal	010/450089
PHO2 - Atelier Photo 2	CS Grez-Doiceau	2è et 4è jeudi 14:00-16:00	20	P. Gysens	010/222678
PPALU - Peinture Pastel lundi	Herbatte	lundi 9:00-12:00	65	F. Mertens	0475/544606
PPAME - Peinture Pastel mercredi	Herbatte	mercredi 9:00-12:00	65	P. Vanderhaeghen	0473/637004
SCRAP1 - Scrapbooking 1	CS Limal	1er lundi 9:00-12:00	10	M. Lefebvre	0498/638594
SCRAP2 - Scrapbooking 2	CS Limal	3è lundi 9:00-12:00	10	M.-C. Careme	02/6532702
TECH - Techniques variées	Herbatte	jeudi 12:30-15:30	55	M. Thuin	010/811886
TRI - Tricot	CS Limal	mardi 10:00-12:00	5	N. Lardinois	010/226665

ACTIVITES CULTURELLES					
dénomination	lieu	horaire	min (€)	animation	anim tel
BNAT1 - Balade découverte nature 1	variable	4x par an, lundi	15	A. Barniche	010/416839
BNAT2 - Balade découverte nature 2	variable	4x par an, mardi	15	A. Barniche	010/416839
BNAT3 - Balade découverte nature 3	variable	4x par an, mardi	15	M. Roose	010/658405
BNAT4 - Balade découverte nature 4	variable	4x par an, vendredi	15	M. Roose	010/658405
CART - Jeux de cartes	CS Limal	jeudi 14:00-18:00	5	J. Coulonvaux	010/223613
CRI1 - Atelier d'écriture 1	CS Limal	2è et 4è jeudi 9:15-11:15	20	N. Legrand	010/416776
INFOAT - Atelier informatique	EPN Wavre	4è jeudi 15:00-17:00	5	R. Courtois	010/225481
INFOCO - Cours informatique	EPN Wavre	3 premiers jeudis 15:00-17:00	5	R. Courtois	010/225481
ITA1 - Cours d'Italien 1	Maison des Aînés	lundi 9:30-11:30	50	B. Rabbia	010/226568
JEUXG - Jeux de société Grez	Salle des Crayeux - Doiceau	jeudi 14:00-18:00	5	M. Six	010/840276
JEUXL - Jeux de société Limal	CS Limal	vendredi 14:00-18:00	5	J. Vannitsem	010/418583
PANG1 - Pratique de l'Anglais 1	CS Grez-Doiceau	lundi 9:30-11:30	65	F. Dubois	010/450029
PANG2 - Pratique de l'Anglais 2	CS Limal	mercredi 9:00-11:00	65	F. Dubois	010/450029
TCA1 - Table conversation Anglais 1	CS Limal	lundi 9:30-11:00	65	Luc	0495/386128
TCA2 - Table conversation Anglais 2	CS Limal	jeudi 11:30-13:00	65	Luc	0495/386128
TCA3 - Table conversation Anglais 3	CS Limal	mardi 13:30-15:00	65	Moirra	0476/281122
TCA4 - Table conversation Anglais 4	CS Limal	mardi 15:15 - 16:45	65	Carol	0479/671782
TCI - Table de Conversation Italien	Maison des Aînés	mercredi 11:00-12:30	65	E. Evrard	0479/395238
WAL - Wallon conversation	CS Grez-Doiceau	dernier lundi 14:00-16:00	10	R. Lebrun	010/226671

Balade découverte nature : chaque balade est organisée deux fois à des dates à préciser. **Guide Nature** des balades BNAT1 et BNAT2 : Noël De Keyser – **Guides Nature** des balades BNAT3 et BNAT4 : Marie-Christine et Jean-François Misonne.

ACTIVITES SPORTIVES					
dénomination	lieu	horaire	min (€)	animation	anim tel
ABIKA - Aquabike A	CFS Bierges	lundi 11:15-12:00	variable par trimestre voir animatrice	C. Villers	010/658405
ABIKB - Aquabike B	CFS Bierges	jeudi 10:30-11:15			
ABIKC - Aquabike C	CFS Bierges	jeudi 11:15-12:00			
ABIKD - Aquabike D	CFS Bierges	vendredi 11:15-12:00			
ABIKE - Aquabike E	CFS Bierges	lundi 13:15-14:00		C. Villers	010/658405
AGYA - Aquagym Gr A	Promosports Wavre	lundi 10:15-11:00			
AGYB - Aquagym Gr B	Promosports Wavre	lundi 11:00-11:45			
AGYC - Aquagym Gr C	Promosports Wavre	jeudi 10:45-11:30			
AGYD - Aquagym Gr D	Promosports Wavre	jeudi 13:45-14:30			
AGYE - Aquagym Gr E	Promosports Wavre	jeudi 14:30-15:15			
AGYF - Aquagym Gr F	Promosports Wavre	vendredi 11:00-11:45			
AGYG - Aquagym Gr G	Aquacenter Céroux	mercredi 10:00-10:45			
AGYH - Aquagym Gr H	Aquacenter Céroux	jeudi 10:35-11:20			
AGYJ - Aquagym Gr J	MacaEau Wavre	mardi 8:30-9:15			
AGYK - Aquagym Gr K	MacaEau Wavre	vendredi 9:00-9:45			
AGYL - Aquagym Gr L	Promosports Wavre	lundi 13:15-14:00			
AGYM - Aquagym Gr M	Promosports Wavre	mercredi 9:45-10:30			
AGYN - Aquagym Gr N	Promosports Wavre	lundi 14:00-14:45			
AGYP - Aquagym Gr P	Promosports Wavre	lundi 9:30-10:15			

Aquagym et Aquabike : le minerval est payable par trimestre et varie en fonction du nombre de cours qui peut être différent selon le groupe lorsqu'il y a des jours fériés – Contacter l'animatrice pour plus d'informations.

BADG4 - Badminton Grez 4	CS Grez Doiceau	vendredi 9:30-10:30	20	A. Chang	010/246456
BADG5 - Badminton Grez 5	CS Grez Doiceau	vendredi 10:30-11:30	20		
BADG6 - Badminton Grez 6	CS Grez Doiceau	lundi 9:30-10:30	20		
BADG7 - Badminton Grez 7	CS Grez Doiceau	lundi 10:30-11:30	20		
BADL1 - Badminton Limal 1	CS Limal	mercredi 8:30-9:30	20	Filo Garrido	0478/447654
BADL2 - Badminton Limal 2	CS Limal	mercredi 9:30-10:30	20		
BADL3 - Badminton Limal 3	CS Limal	mercredi 10:30-11:30	20		
BAL - Balade	variable	départ mercredi 14:00	5	C. Moulin	010/401734
CYCL - Cyclotourisme	variable	départ dimanche 9:30	5	A. Mertens	010/413295
DANS1 - Danse en ligne	CS Grez-Doiceau	lundi 10:00-11:00	70	C. Dubois	0476/716342
DANS2 - Danse en ligne	CS Grez-Doiceau	lundi 11:00-12:00	70	C. Dubois	0476/716342
GVIA1 - Gymnastique VIACTIVE	CS Grez-Doiceau	jeudi 10:00-11:00	35	M.-E. De Keyzer	0473/262837
GYDG - Gym douce Grez	CS Grez-Doiceau	mercredi 10:30-11:30	70	M.-C. Decremmer	010/600427
GYDL - Gym douce Limal	CS Limal	mercredi 10:30-11:30	70	M.-C. Bougnet	010/226221
GYMG1 - Gym Grez 1	CS Grez-Doiceau	mercredi 9:30-10:30	70	P. Hubert	0497/776619
GYMJ1 - Gym Limal jeudi 1	CS Limal	jeudi 8:45-9:45	70	N. Walgraeve	010/402058
GYMJ2 - Gym Limal jeudi 2	CS Limal	jeudi 9:50-10:50	70	N. Walgraeve	010/402058
GYMMA - Gym Limal mardi	CS Limal	mardi 11:00-12:00	70	C. Moulin	010/401734
MARS - Marche sportive	variable	départ mercredi 14:00	5	R.-M. Genin	010/650733
MEM - Méditation en Mouvement	CFS	vendredi 10:45-12:00	100	à définir	
NETV - Net Volley	CS Limal	mercredi 10:30-11:30	20	A. Verhasselt	010/226221
NOR1 - Marche nordique 1	variable	vendredi 9:30-12:00	15	A. Mertens	010/413295
NOR2 - Marche nordique 2	variable	jeudi 9:30-12:00	15	J.-C. Briquemont	010/845660
PET - Pétanque	Pétanque Limaloise	mardi 14:00-18:00	20	C. Villers	010/658405
PIBAL1 - Pickle Ball 1	CS Grez-Doiceau	mardi 14:30-15:30	20	A. Chang	010/246456
PIBAL2 - Pickle Ball 2	CS Grez-Doiceau	mardi 15:30-16:30	20	A. Chang	010/246456
PILA - Pilates groupe A	CS Limal	mardi 15:00-16:00	120	A. Declercq	0479/490498
PILB - Pilates groupe B	CS Grez-Doiceau	vendredi 9:30-10:30	120	M.-C. Wiard	0476/716342
PILC - Pilates groupe C	CS Grez-Doiceau	vendredi 10:30-11:30	120	C. Dubois	010/418516
PLC - Pleine Conscience (10 séances)	CS Grez-Doiceau	vendredi 14:00-16:00	85	à définir	
PRO - Promenade	variable	départ mercredi 14:00	5	R. Lebrun	010/226671
RAN - Randonnée	variable	départ lundi 14:00	5	C. De Keuleneer	0475/376397
SELF1 - Self-défense 1	CS Wavre	samedi 10:00-11:00	110	J.-C. Junion	0495/245152
SELF2 - Self-défense 2	CS Wavre	mardi 16:30-17:30	110	J.-C. Junion	0495/245152
SGAG1 - Stretching global actif Grez 1	CS Grez-Doiceau	vendredi 14:30-15:30	70	A. Guilloux	010/689013
SGAL1 - Stretching global actif Limal 1	CFS Bierges	jeudi 11:00-12:00	70	N.-L. Truong	010/615207
SGAL2 - Stretching global actif Limal 2	CFS Bierges	mardi 11:00-12:00	70	N.-L. Truong	010/615207
STEP - Step	en projet - voir article dans ce numéro				
STRG - Stretching Grez	CS Grez-Doiceau	mardi 11:30-12:30	70	C. Jacques-Hespel	0475/548532
STRL1 - Stretching Limal 1	CS Limal	mardi 8:50-9:50	70	S. Wilson	010/412982
STRL2 - Stretching Limal 2	CS Limal	mardi 9:55-10:55	70	S. Wilson	010/412982
TAI1 - Tai Chi Chuan 1	Herbatte	mardi 9:30-11:00	120	Nicole Rogier	010/613672
TAI2 - Tai Chi Chuan 2	CS Grez-Doiceau	mercredi 9:15-10:45	120	M. Douffet	010/603612
TDT1 - Tennis de Table Limal Vendredi	CS Limal	vendredi 16:00-18:00	20	C. Pasteels	010/689006

TDT2 - Tennis de Table Limal lundi	CS Limal	lundi 14:00-16:30	20	D. Georges	010/418651
TDT3 - Tennis de Table Grez	CS Grez-Doiceau	jeudi 9:30-11:30	20	J.-C. Dehonin	010/418516
TEN - Tennis	en projet - voir article dans ce numéro				
YAN - Yoga des Aînés	Herbatte	mardi 11:15-12:15	100	M. Pesché	0478/461968
YOG1 - Yoga Grez 1	CS Grez-Doiceau	vendredi 9:30-10:30	70	N. Simar	0499/987642
YOG2 - Yoga Grez 2	CS Grez-Doiceau	vendredi 10:45-11:45	70	D. Graff	0477/676648
YOG3 - Yoga Grez 3	CS Grez-Doiceau	mardi 9:30-10:30	70	J. Feneau	0475/674575
YOG4 - Yoga Grez 4	CS Grez-Doiceau	mardi 10:45-11:45	70	J. Feneau	0475/674575
YOL5 - Yoga Limal 5	CFS Bierges	mardi 13:30-14:30	70	J. Pinchart	0487/888633
YOL6 - Yoga Limal 6	CFS Bierges	mardi 14:30-15:30	70	J. Pinchart	0487/888633
ZUM - Zumba Gold	CS Limal	mardi 14:00-15:00	70	M. Poffé	0478/388460

Attention: pour les activités "itinérantes" (balade, promenade, randonnée, marche sportive, marche nordique, cyclotourisme), le lieu de rendez-vous pour le départ peut varier. Contactez l'animatrice ou l'animateur avant votre première participation!

Pour le confort de tous, la majorité de ces activités prévoit un nombre maximum de participants. Prenez donc TOUJOURS contact avec l'animatrice ou l'animateur AVANT de vous inscrire pour vérifier les disponibilités.

ADRESSES DES LIEUX OÙ SE DÉROULENT LES ACTIVITÉS

Centre Sportif Limal :	rue Charles Jaumotte 156 - Limal
Centre Sportif Grez Doiceau :	chaussée de Wavre 99 – Grez Doiceau
Centre Sportif Wavre :	avenue du Centre Sportif 22- Wavre
CFS Centre de Formation Sportive:	route Provinciale 225 – 1301 Bierges
Herbatte :	chaussée de l'Herbatte 85 - Wavre
Maison des Aînés:	avenue Henri Lepage 5 – 1300 Wavre
Pétanque Limaloise :	rue Bois l'Abbé 34 - Limal
EPN Wavre :	avenue Henri Lepage 5 - Wavre
Salle des Crayeux :	rue Joseph Decooman 31 - Doiceau
Promosport Center :	chaussée de Bruxelles 320 – Wavre
Aquacenter LLN Céroux :	rue du Bois des Rêves 55 – Ottignies LLN
Maca Eau :	avenue de Chèremont 49 – Wavre



TOUTES LES INFOS ACTUALISEES SUR NOTRE SITE :

www.eneowg.be

notre site est régulièrement mis à jour, et vous y trouverez en outre de nombreuses photos.
N'hésitez pas à le consulter !

Nous sommes aujourd'hui plus de 1.000 à pratiquer une activité sportive au sein de notre groupement.

Avec la clé, autant de certificats d'aptitude et bon nombre de documents permettant d'obtenir une intervention de la mutuelle.

Ces documents, s'ils sont mal ou insuffisamment complétés, posent pas mal de problèmes au secrétaire !

Nous nous permettons donc d'insister pour que tout document qui nous est transmis comporte toutes les indications nécessaires.

2.2.3 BALADES NATURE 1 ET 2 : AU FIL DE L'EAU

Le Brabant Wallon est parcouru par deux rivières, la Dyle et la Gette ainsi que par de nombreux ruisseaux et petits rus qui, au cours des millénaires, ont tous façonné ces belles vallées si caractéristiques de notre région. Depuis le début des balades, nous avons croisé environ 13 cours d'eau mais il en reste beaucoup d'autres que nous n'avons pas encore vus.



Au fil des quatre saisons nous irons à la découverte de ces cours d'eau et observerons la faune et la flore typiques de chaque période de l'année. De plus, nous essayerons de nous intéresser un peu plus au monde fascinant des insectes volants et autres.

Noël De Keyzer, guide nature 0475 745 349.

Prochains rendez-vous : 3/4 juin – 19/20 août - 7/8 octobre Parking Décathlon 13:15.

Réservation pour chaque balade et inscription pour l'année auprès d'Anne Barniche 010 416 839

2.2.4 BALADES NATURE 3 ET 4

Les balades sont organisées 4 fois par an pour nos deux groupes (le mardi et le vendredi, ce qui permet, le cas échéant, pour certains de switcher en fonction de leur emploi du temps). Notre but est de découvrir la nature sous tous ses aspects, au cours des différentes saisons.

- Au printemps, ce sont les chants d'oiseaux et l'éveil de la nature qui retiennent notre attention.
- En été, nous observons la luxuriance des floraisons et l'activité de la faune : oiseaux, papillons et autres insectes.
- En automne, nous axons nos visites sur les champignons, les floraisons tardives, la variété des fruits.
- Et en hiver, nous voyons comment la nature se met en sommeil.

Les différents lieux sont choisis en fonction de la saison, de l'intérêt qu'ils offrent et dans la mesure du possible, dans un périmètre proche de Wavre.

Ce ne sont pas de trop longues distances puisque les arrêts sont fréquents pour nos observations. Nous aimons dire, en exagérant quand même un petit peu, que nos promenades se font à du 4 h/km plutôt que 4 km/h.

Le but est de passer un bon moment convivial dans cette nature qui nous ressource tant.

Marie-Christine et Jean-François Misonne, guides nature (0472 513 276 - 0478 557 500)

Inscription pour l'année et réservation par balade : Marc Roose 010 658 405

2.2.5 POURQUOI UN ATELIER D'ECRITURE ?

Nous sommes des êtres de langage. Tous les jours, nous sommes confrontés aux mots : que dire dans telle circonstance, comment exprimer ceci, comment répondre à cela... L'écriture permet de prendre le temps de réfléchir aux mots employés, de jouer avec ceux-ci. L'atelier, lui, ajoute une dimension collective : en lisant les textes à voix haute, en les partageant, on apprend à voir ce qu'il faut améliorer, retrancher, ajouter. On prend conscience de la diversité des points de vue et de la singularité de chacun. Et comme il n'y a pas d'obligation de résultats si ce n'est le plaisir qu'on y prend, le champ est ouvert à l'expérimentation la plus libre.

Nicole Legrand, animatrice de l'atelier

2.2.6 INFORMATIQUE

Débutant ou pas en informatique, énéo continuera de développer un partenariat avec l'EPN – pour rappel : Espace Public Numérique – Av. Henri Lepage 5 1300 Wavre – les jeudis de 15h. à 17h.

- INITIATION – RENFORCEMENT : les 3 premiers jeudis du mois.
- ATELIER - Résolution de problèmes personnels, ponctuels : le 4^e jeudi
- PROBLEME URGENT : Utiliser les « Accès Libres » proposés à l'EPN en contactant le responsable Monsieur Olivier LAPAGE au 010 23 76 27



REMARQUE : Suite à un déménagement à Bruxelles, Monsieur J.P. MITSCH ne pourra plus répondre de façon personnelle à vos problèmes informatiques.

Roger Courtois Animateur Informatique – 010 22 54 81 entre 18h et 19h30

2.2.7 JEUX DE CARTES ET DE SOCIETE : TROIS MOMENTS, DEUX LIEUX, UNE MEME AMBIANCE

Le jeudi à Doiceau et le vendredi à Limal

Le club des fidèles est dans les starting-blocks. Tout le monde s'agite, dans un joyeux brouhaha pour aménager le local. Deux heures sonnent, les jeux commencent. Pas question de louper ces retrouvailles hebdomadaires autour d'un jeu de société (Scrabble, Rummikub...) ou d'une partie de cartes (Whist, Rami, Belote, Barbu...).

Gagner ou perdre, peu importe, l'essentiel est de s'amuser, se détendre dans une bonne ambiance et pas seulement pendant la pause buvette ou la dégustation du gâteau d'anniversaire.

De nouveaux participants s'inscrivent tout au long de l'année. Ils sont ravis, quel que soit leur âge. Les joueurs confirmés se font un plaisir de guider les débutants.

Les deux locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Jeanine et Monique, animatrices

Un jeudi après-midi à l'activité cartes de Limal

Dès 13h30, Nicole et Huguette aménagent le local, Jean affiche le classement de la semaine précédente. C'est alors le défilé des fidèles qui se saluent, s'embrassent et échangent quelques nouvelles. À deux heures tapantes, trois coups de maillet sont nécessaires avant de proclamer le lauréat, transmettre les informations et se dénombrer.

S'ensuit alors le cérémonial d'organisation **du whist avec surenchère**, adopté par presque tous les clubs de whist. Le challenge s'organise en deux manches espacées d'une récréation au bar où nous fêtons une quarantaine d'anniversaires sur l'année ! Actuellement, il nous est impossible d'accepter de nouveaux candidats.

Comment qualifier le club : nous ne sommes pas des professionnels, mais bien des gens capables et très bien entraînés. Deux dames ne connaissant pas le whist jouent au rami, dans un local adjacent.

L'après-midi est vraiment pour tous un réel délassement et un vrai plaisir, partagés avec convivialité et fair-play. Et c'est ainsi depuis la création de notre activité qui remonte à mars 2004 dans un local de la mutuelle Caritas.

Jean, animateur

2.2.8 COURS DE LANGUES

Se débrouiller dans une langue étrangère, un vieux rêve qui devient réalité ?

Découvrir une culture, rencontrer des (pensionnés) passionnés, apprendre dans la convivialité sont les traits majeurs de nos cours de langues.

2.2.8.1 ANGLAIS : LES COURS

- Cours pour les « débutants » (mercredi) : Révision et apprentissage des bases grammaticales, acquisition de vocabulaire, petits exercices oraux. Chacun progresse à son rythme, dans un petit groupe où les erreurs ne sont pas stigmatisées. Oubliés les stress d'autrefois.
- Les cours du lundi supposent une connaissance de l'anglais de base. Les cours, théoriques et pratiques sont destinés à perfectionner son anglais, à travers des exercices écrits, des discussions et des petits dialogues, toujours dans le respect et la bienveillance de chacun.

Pour une présentation plus détaillée, consultez le MacaZ n°57.

Françoise Dubois, animatrice.

2.2.8.2 ANGLAIS : LES TABLES DE CONVERSATION

Organisées depuis janvier 2016 au C.S. Limal avec, au départ, un groupe de 6 personnes, les tables n'ont cessé, depuis lors, de connaître un succès croissant.

Actuellement, il y a 4 groupes (max 6 personnes par groupe) :

1 le lundi animé par Luc (de 9h30 à 11h00)

2 le mardi animé par Moira (de 13h30 à 15h00) et Carol (de 15h15 à 16h45)

1 le jeudi animé par Luc (de 11h30 à 13h00)

Les sujets de conversation sont variés ; ses propres activités, ses projets, l'actualité, un sujet présenté par 1 personne, ses petits problèmes, etc...

Comme le but de ces tables est de parler anglais le plus correctement possible, nous avons organisé depuis septembre 2018 un interview pour les nouveaux candidats. À l'issue de celui-ci ou au plus tard le lendemain, les candidats savent s'ils sont acceptés ou pas.

Cette année, les interviews seront organisées du 2 au 6 septembre.

La rentrée officielle est prévue le lundi 9 septembre 2019 à 9h30 au C.S.Limal.

Si vous êtes intéressé par cette activité, veuillez contacter à partir de fin mai -

Luc (0495 386 128) ou Moira (0476 281 122) ou Carol (0479 671 782).

Au plaisir de vous rencontrer,

Moira, Carol et Luc, les animateurs

2.2.8.3 LE COURS D'ITALIEN

Ouvert à la demande de membres d'énéo, il se donne depuis des années tous les lundis matin de 9h30' à 11h30'. Il est structuré en 2 parties :

- À partir d'un support photocopié et illustré au thème du jour (voir ci-dessous), apprentissage du vocabulaire et formation de phrases, ...
- Mise en pratique par des questions et des réponses sur le thème abordé et discussion entre les participants ...

Le **BUT** principal du cours est de **comprendre** et de **se faire comprendre** dans la langue de Dante, même avec des erreurs !

Thèmes de l'année: La famiglia... Il trasloco... I mestieri... In città... Al bar... Il negozio... Al mercato... In cucina... Nel giardino... In vacanza... Al mare... In campagna... L'ospedale... La fattoria... Lo zoo... Lo sport...

Bruno De Monte



2.2.8.4 ITALIEN LA TABLE DE CONVERSATION

Pour participer à la table de conversation, il faut avoir de bonnes connaissances de base tant en vocabulaire qu'en grammaire. Nous parlons beaucoup, toujours trop peu selon les participants... Les cours de grammaire sont donnés en italien. Il y a des monologues (préparés) et des dialogues spontanés. Parfois, c'est en musique que nous savourons de bons textes italiens. Tout cela accompagné de rire, voire d'éclats de rire qui agrémentent joyeusement le cours. Chacun de vous est le bienvenu, encouragé par les anciens et l'animatrice. On vous attend.

Eliane, animatrice

2.2.9. CONFERENCES

Nous nous efforcerons d'organiser des conférences autour de sujets variés, tels que la santé, notre environnement, la vie quotidienne, la culture. Pour autant que vous en manifestiez l'intérêt et que nous trouvions les conférenciers !

2.2.10 APPEL À PROJETS : ON RECRUTE !

- Pour rappel, nous cherchons quelqu'un-e qui souhaite prendre en charge la vice-présidence des activités culturelles ! Parlez-en autour de vous.
- Certains d'entre vous souhaitent la mise en place d'un cours d'espagnol. Les personnes intéressées peuvent-elles se faire connaître et faire de la publicité pour gonfler les rangs. Des idées pour un-e professeur-e ?
- Des amateurs (professeur et élèves) pour une table de conversation en néerlandais ? Faites-vous connaître !

Merci de vous faire connaître auprès de Roger Courtois – 010 22 54 81 entre 18 et 19 h.

2.3 Activités artistiques

Nous voici déjà arrivés à la parution du n° 58 du MacaZ. Notre 33^e exposition est en cours et sera, je n'en doute pas, une réussite, comme toutes les précédentes.

Les grandes vacances approchent également à grands pas et j'espère de tout cœur que vous pourrez profiter de celles-ci pour exercer vos talents, prendre le soleil (pas trop quand même), voyager ... Tout ce qui vous fera plaisir.

En septembre, vous retrouverez Marie-Rose Moyson à l'atelier du scrapbooking, mais plus en tant qu'animatrice. Celle-ci assistera dorénavant à cette activité en tant que membre d'énéo. Après de très nombreuses années de loyaux et bons services et un âge avancé, elle a décidé d'arrêter. Je la remercie déjà du fond du cœur, ainsi que toutes les « scrapboukeuses » (et oui, il n'y a pas d'hommes) pour son implication sans limite, ses conseils, sa gentillesse et sa serviabilité.

Suite à une demande de Nivelles **concernant l'environnement**, vous avez pu constater qu'à l'Herbatte, nous avons supprimé les filtres à café en plastique (mauvais pour la planète) et sommes revenus au percolateur. Si vous avez d'autres idées dans ce sens, vous pouvez me contacter et nous en discuterons ensemble.

À la demande de quelques membres, j'envisagerais de créer un **atelier de calligraphie**. À discuter en réunion de Comité et également, voir s'il y aurait suffisamment de membres intéressés par cette activité avant d'entamer les recherches (local, animateur-trice capable d'enseigner cette technique, ...).

À bientôt le plaisir de vous revoir.

Annick - Vice-Présidente des Activités artistiques

Exposition

Du 24 mai au 2 juin 2019

Château de l'Ermitage
Rue de l'Ermitage, 23

Eneo
Wavre-Grez-Doiceau



Scrapbooking

Acrylique

Aquarelle

Art floral

Pastel

Dessin

Tricot

Techniques variées

Huile

Photo

Mardi à vendredi de 14 à 17 heures
Jeudi 30 mai de 10 à 17 heures
Samedi et dimanche de 10 à 17 heures

Entrée libre

Sous le patronage du Syndicat d'initiative de la Ville de Wavre

3. Du nouveau sur www.eneowg.be

LE SITE ENEOWG A FAIT PEAU NEUVE

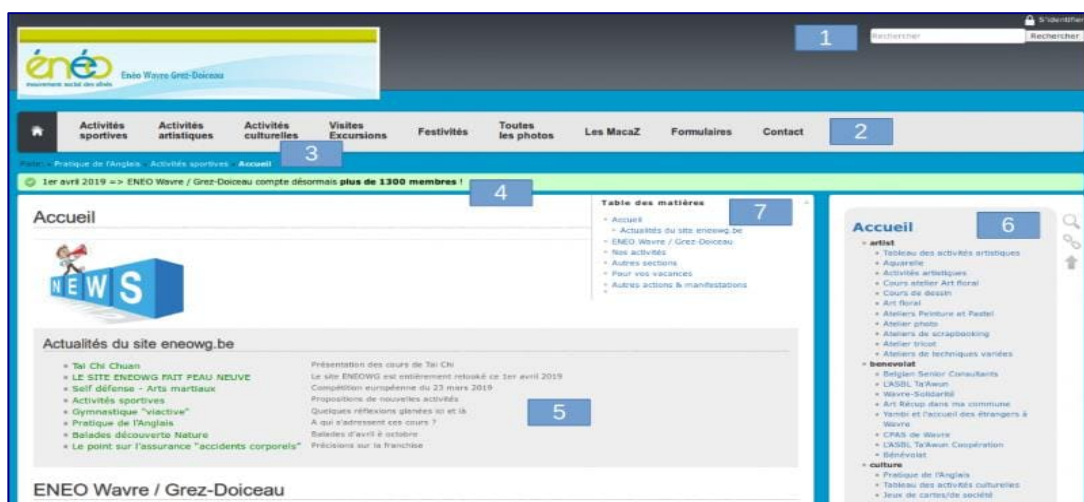
La vocation du site ENEOWG.BE consiste à :

- être la référence, actualisée au jour le jour, pour l'annonce et l'organisation des multiples activités d'énéo
- être la mémoire des événements passés (photos, comptes-rendus, archivages, ...)
- faciliter le travail administratif des membres du comité
- faciliter la communication entre les membres.

C'est dans le but d'améliorer significativement la lisibilité générale du site que celui-ci a connu au 1^{er} avril un relooking approfondi et commun à toutes les pages.

Toute l'information collectée depuis 2013 a été conservée. Devant l'ampleur et la richesse considérable de celle-ci, afin de faciliter la convergence rapide vers l'information recherchée, et aussi pour titiller leur curiosité, le site met à la disposition des visiteurs de nombreuses aides à la navigation, en particulier :

1. un **bouton de recherche** d'un mot ou de plusieurs
2. une **barre de navigation** horizontale
3. un suivi des **pages visitées**
4. un **message du jour**, apparaissant sur chaque page, permet de faire une annonce urgente ou importante
5. sur la page d'accueil une **liste des actualités (news)**, càd les pages récemment créées ou modifiées, ainsi que des **dates importantes**
6. un **panneau latéral** contextuel à droite (p.ex. celui-ci affiche tous les sports si la page affichée concerne un sport ...) reprenant en préambule la même liste des pages nouvelles (de façon succincte) et des dates importantes
7. une **table des matières** de la page courante basée sur les titres et sous-titres



et, last but not least, une **lisibilité fluide sur téléphone ou tablette**, dans une interface adaptée ... !



Sous le capot, c'est le logiciel Dokuwiki qui est à la manœuvre. Il permet en outre de modifier les pages en ligne (par toute personne autorisée, donc pas nécessairement par une seule et même personne), de composer certains formulaires simples, et d'autres jouets, potentiellement utiles un jour.

En particulier, pour les nouveaux membres, l'inscription à la saison prochaine pourra se faire en ligne.

J'invite donc toutes et tous à consulter souvent le site <https://www.eneowg.be>. Et aux animateurs/trices, photographes, membres du comité ou tout autre contributeur à me transmettre les contenus qu'ils souhaitent y voir publiés (jp.ledure@eneowg.be).

Je m'efforcerai de les servir au mieux.

Jean-Pierre LEDURE

4. Nouvelles de nos membres

Nous regrettons de devoir vous informer du décès de Jean-Paul Barniche, l'époux d'Anne, grand amateur de pétanque, qui nous a quittés le 26 février après une longue maladie qui demandait toute l'énergie d'Anne pour le soutenir.

Le comité et tous les membres qui l'ont connu présentent leurs plus sincères condoléances à Anne et à ses proches.

5. Divers

5.1 INVITATION À LA FORMATION DE PREMIERS SECOURS

OBJECTIF : Pouvoir réagir de façon adéquate face à un accident en attendant les secours.

CONTENU : La formation comprend les situations les plus fréquemment rencontrées lors d'activités sportives et dans la vie de tous les jours. Vous apprendrez à reconnaître les différentes situations et les gestes adéquats à réaliser en attendant l'arrivée des secours (exemples : entorse, blessure musculaire, syncope), utilisation du DEA.

Formation assurée par un formateur spécialisé en Réanimation cardio-pulmonaire et en DEA et se déroulant durant une journée entière et cela par groupes de min 10 personnes et maximum 15.



Le prix pour les membres de la M.C. en ordre de cotisation est de 9€ ; pour les autres le prix est de 45€ (remboursement partiel possible par votre mutuelle). Cette formation pourrait se dérouler dans les locaux de la M.C. de Wavre le 21 octobre 2019.

Roger Courtois 010 22 54 81 entre 18h et 19h30

5.2 Conférence : Zéro Déchet – Par où commencer ?

Conférence en lien avec la thématique : « Aînés acteurs de changement pour l'environnement ».

L'intervenante Sylvie DROULANS proposera des trucs et astuces permettant de se rapprocher de ce but et présentera les résultats de son expérience personnelle.

Date : mardi 4 juin 2019 de 19h30 à 21h30 – accueil dès 19h.

LIEU : M.C. de Nivelles – boulevard des Archers 54bis - entrée par la porte à droite de l'entrée principale : Salle : Jean de Nivelles

PRIX : membre M.C. gratuit ; non membre 5€

INSCRIPTION : www.mc.be/conference-bw.

Roger Courtois 010 – 22 54 81 entre 18h. et 19h30 / pour co-voiturage possible.

6. Pour en rire et en sourire

Un pasteur s'adresse à ses fidèles :

- Que tous les hommes qui avouent que leur femme les domine se déplacent et aillent s'asseoir du côté gauche.

Tous les hommes de l'église se déplacent à gauche, sauf un.

Le pasteur, heureux qu'il y ait au moins un homme fort, lui demande :

- Comment se fait-il que votre femme ne puisse pas vous dominer ?

Alors l'homme répond calmement :

- C'est elle qui m'a dit de ne pas bouger... !

Deux amis discutent des mérites de leur chien.

- Mon berger allemand est extraordinaire, dit le premier. Chaque jour, je l'envoie chercher la viande chez le boucher. Eh bien, il me la rapporte sans même y toucher.

- Le mien, dit l'autre, est encore plus formidable ; il me rapporte le journal chaque matin !

- Mais cela n'a rien d'extraordinaire !

- Détrompe-toi ; je ne suis même pas abonné !

La secrétaire de l'école complète un formulaire pour un nouvel élève.

- Quelle est l'occupation de ton père ? demande-t-elle.

- Il est magicien, madame.

- Hum... c'est intéressant ! Quel est son tour de magie le plus populaire ?

- Il scie les personnes en deux.

- Woh ! Maintenant, question suivante : as-tu des frères et sœurs ?

- Oui. Un demi-frère et une demi-sœur.

Dans un magasin de musique, un client s'étonne auprès du vendeur :

- C'est la première fois que je vois un magasin d'instruments de musique vendre également des armes !

- Vous savez, Monsieur, quand quelqu'un vient m'acheter une trompette ou un tambour, il n'est pas rare que, quelques jours plus tard, son voisin vienne m'acheter un revolver !

Toto est dans la grande section à la maternelle. Il rentre de l'école et dit :

- Maman, aujourd'hui, l'institutrice m'a demandé si j'avais des frères ou sœurs qui allaient entrer en maternelle bientôt.

- Mais c'est très bien qu'elle s'intéresse à toi comme cela, mon chéri. Et qu'a-t-elle répondu quand tu lui as dit que tu étais fils unique ?

- Elle a juste dit : « Merci mon Dieu ! »

**SI TU METS
CEUX QUI BRASSENT DE L'AIR
D'UN CÔTÉ
ET CEUX QUI TE LE POMPENT
DE L'AUTRE...
T'AS LA CLIMATISATION
GRATUITE !**



DATES À RETENIR

Du vendredi 24 mai au dimanche 2 juin 2019	Exposition des artistes ***
Mardi 4 juin 2019	Conférence Zéro déchet
Mardi 25 juin 2019	Excursion : l'Avesnois
Dimanche 8 septembre	Journée Portes Ouvertes au Hall Omnisports de Grez
Jeudi 26 septembre	Assemblée Générale
Lundi 21 octobre 2019	Formation aux premiers soins

Prochain Maca Z n° 59 Septembre – Octobre - Novembre 2019

Il paraîtra fin Août

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