

# BULLETIN D'INFORMATION



Ourthe Amblève

Aywaille / Banneux / Esneux  
Remouchamps / Sprimont

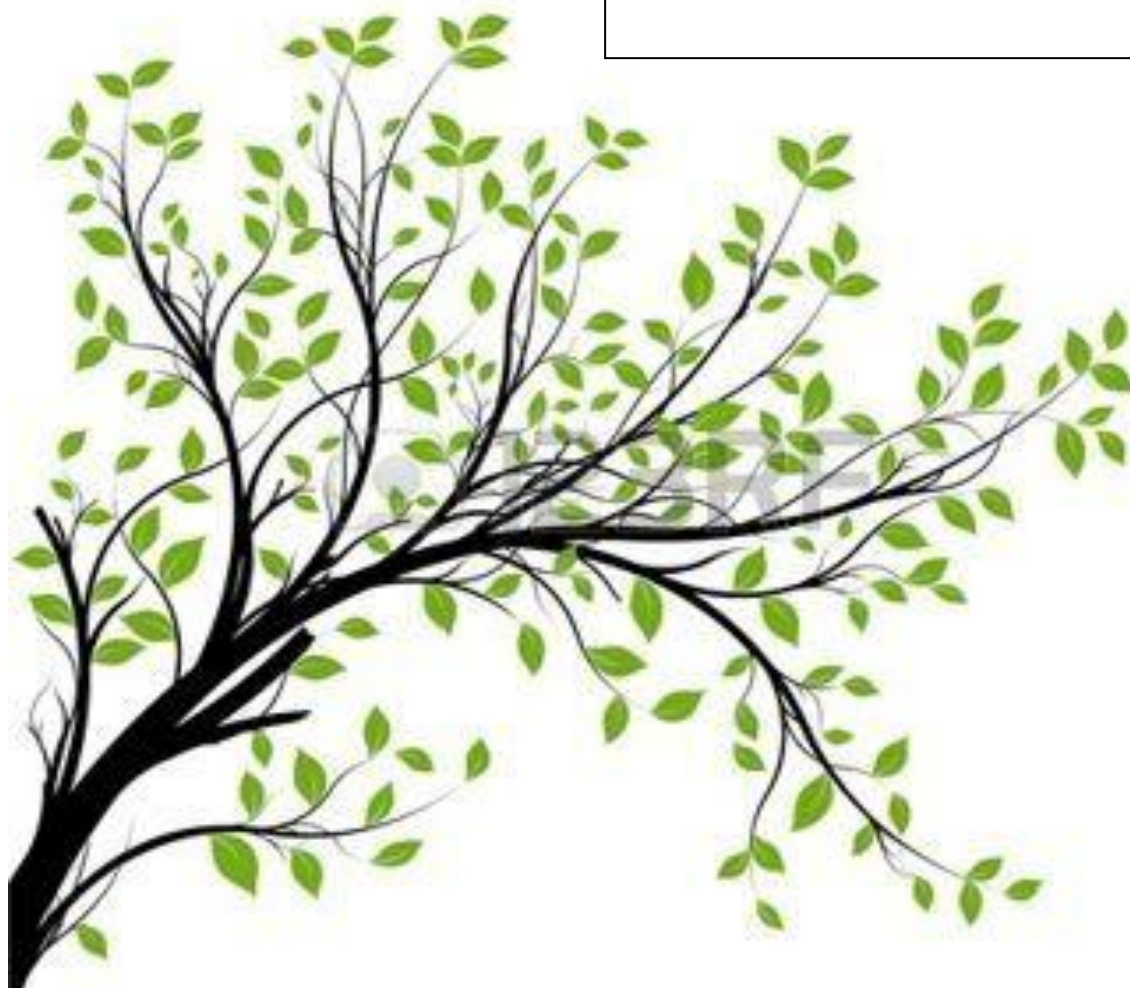
[www.eneo-aywaille.jimdo.com](http://www.eneo-aywaille.jimdo.com)



PB-PP | B- P 916847  
BELGIE(N) - BELGIQUE

Bureau postal de 4140 Sprimont  
Périodique trimestriel n° 12  
avril 2017

Design et mise en page : Jacques Pirard



Éditeur responsable : Jacques Pirard - 04.360.88.99  
En cas de non distribution, retour à  
Jacques Pirard, rue de Sendrogne 70 à 4141 Louveigné

# Mot du Président de l'Amicale d'Aywaille

## **Nous sommes des « Baby-Boomers ».**

Selon les dernières études faites sur les aînés, les baby-boomers, sont les personnes nées entre 1946 et 1968. Certains font remonter le phénomène à 1940.

Avant, les grands-parents, surtout les dames, gardaient leurs petits-enfants toute la semaine. Maintenant, avec l'évolution de notre société et l'ouverture des services à la petite enfance, les grands-parents ne gardent plus leurs petits-enfants qu'une ou deux fois par semaine.

Il en résulte que nous avons énormément de temps à consacrer aux loisirs. Nous entamons une deuxième vie pendant laquelle nous allons pouvoir participer à des activités sportives et culturelles auxquelles nous n'aurions jamais pu participer pendant notre vie active, à cause de nos activités professionnelles et familiales. Nous pouvons aussi profiter de vacances et organiser notre temps comme bon nous semble.

Un mouvement comme énéo est dès lors indispensable dans notre société de loisirs. Il propose des activités sportives, culturelles auxquelles nous pouvons participer. Chez énéo, chacun peut trouver une activité correspondant à ses aspirations. Parlez-en autour de vous, il reste 1001 places pour vos amis, vos voisins, vos connaissances et même pour vos meilleurs ennemis. Vous trouverez dans ce journal des articles développant nos prochaines activités. Indiquez celles qui vous intéressent sur votre calendrier.

Mais énéo propose aussi des activités sociales, comme les « P'tits Travaux ». Les « P'tits Travaux » ? C'est un projet au travers duquel nous voulons aider les aînés délaissés, malades, vivant dans la précarité et pour lesquels la solitude est le seul menu de la journée. Et là, chacun peut trouver une place pour s'engager socialement.

Je vous souhaite à tous de bonnes fêtes de Pâques.

José Wégria<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> P.S. : Cachez bien les œufs de Pâques (pas au soleil s'ils sont en chocolat).

## Mot du Président de l'Amicale Saint Martin de Sprimont

Oui, l'amicale Saint-Martin Sprimont se porte bien dans la convivialité avec la Régionale. Pour le secteur Ourthe-Amblève, nous emportons la médaille de la plus grande participation aux représentations théâtrales du Trianon (14 personnes) ainsi qu'à l'Évasion de printemps à Maredsous (21 personnes). C'est une bonne chose que de vouloir s'ouvrir plus largement sur le mouvement Enéo et ne pas rester cloisonné dans son coin surtout à une période où le protectionnisme semble reprendre du poil de la bête. Quant à notre prochain banquet, il se déroulera le mercredi 7 juin en la salle Saint-Martin à Sprimont où vous êtes tous conviés pour partager un succulent repas préparé par un traiteur chevronné qui vous fera déguster le menu suivant :

Cocktail au lychee & Crémant d'Alsace  
Assortiment de zakouskis

-----

### BUFFET ROYAL

Roastbeef cuit à l'anglaise & Palette de charcuteries fines aux fruits frais  
Terrine de volaille au foie gras & vin blanc moelleux & Saumon en Belle-Vue  
Assortiment de poissons fumés & Tomate farcie aux crevettes grises  
Terrine de poissons aux petits légumes & Œufs farcis mimosa  
Assortiment de crudités & Sauces & panier de pain

-----

Quatuor de desserts

Le prix plus que démocratique est fixé à 39 € pour les membres Enéo et à 44 € pour les non-membres, vins et café compris.

N'hésitez pas à vous inscrire auprès de Christian Flagothier (04/382.17.33) ou Jean-Marie Biot (04/382.23.69 – 0470/634.526) et de confirmer par votre versement au compte BE80 0003 2587 9277 de l'« Amicale Pensionnés Saint-Martin Enéo Sprimont ».

Le comité Enéo Saint-Martin Sprimont souhaite à chacun et chacune d'excellentes fêtes de Pâques dans la joie du renouveau.

Jean-Marie Biot

# Mot de la Présidente de l'Amicale Saint Raphaël de Remouchamps

## Fête du Printemps de ce 25 mars

Comme chaque année, sous un magnifique soleil printanier, les nombreux participants ont admiré les décorations et dégusté de délicieux sandwichs garnis avec soin par les membres du comité et quelques participants. Dans la convivialité et la joie de se retrouver, nous avons participé à



des jeux qui ont égayé l'après-midi ainsi qu'une distribution de « bons points » (à l'ancienne) donnant droit à des cadeaux !

Après la présentation des activités, dont plusieurs sont complètes voire dédoublées ou même organisées en six groupes, et suite aux demandes, les projets à venir ont été présentés :

- l'excursion en train à Ostende mardi 23 mai,
- l'excursion à l'abbaye des Prémontrés à Mol vendredi 23 juin,
- le barbecue samedi 15 juillet,
- la semaine de vacances en Alsace en septembre
- et la visite du musée du train à Schaerbeek en octobre (aussi pour ceux qui ont manqué l'excursion d'Esneux).

Vous pourrez voir les détails de ces activités sur le site internet, sur papier, via les animateurs ou sur demande par téléphone.

Tout ceci est possible grâce au travail de l'équipe de notre dynamique comité qui œuvre dans la joie et le partage pour le plaisir de tous !

A bientôt, pour partager de nouveaux moments de détente et de plaisirs.

VIVE LE PRINTEMPS  
& BONNE FETE DE PAQUES A TOUTES ET TOUS !

Marguerite Sevrin

## Mot de la Présidente de l'Amicale d'Esneux

Depuis le début de cette année notre amicale s'est bien développée. Notre nouvelle activité prend forme. Elle suscite beaucoup d'intérêt.

Nous sommes en marche pour notre excursion du 11 mai à Bruxelles. Une journée remplie de bons moments est prévue.

Dans le futur nous aurons la possibilité de faire de l'aquagym à Esneux.

Bref, l'amicale d'Esneux est pleine de dynamisme. Bravo à tous les responsables des groupes énéo Esneux pour leur dynamisme.

Je vous souhaite de vivre une excellente fête de Pâques en famille ou entre amis.

Suzanne Lemmens

## Conférence : Organisation de sa Fin de Vie



énéo | Régionale de Liège

énéo  
mouvement social des aînés  
Porteur Mutuelle chrétienne

Organisation de sa fin de vie

**Pour que tout se passe  
comme vous le souhaitiez !**

énéo Secteur d'Ourthe-Amblève vous invite à une animation sur le thème

### Organisation de sa Fin de Vie

**le lundi 8 mai de 14h à 16h  
Centre Récréatif de Remouchamps  
salle du rez-de-chaussée  
rue Marsale 10 à Remouchamps**

Et si, demain, un accident ne me permet plus de communiquer avec mon entourage ... Et si la maladie affecte gravement mes capacités mentales ou cérébrales ... Comment puis-je être sûr(e) que mon entourage respecte alors la manière dont j'ai

envisagé d'être traité(e), d'être respecté(e) jusqu'au bout ? Si je ne suis

plus apte à gérer mes biens ? Si je ne suis plus apte à prendre des décisions importantes concernant ma santé ? Comment prévoir tout cela ? Comment m'organiser ?

*Les choix que vous poserez avant  
pourront simplifier votre vie et celle de vos proches après ...*

Un groupe de volontaires a réfléchi à la problématique et propose un document qui vise à créer du dialogue avec ses proches mais qui se veut très fonctionnel pour l'aspect administratif des choix que l'on désire poser.

Cette animation vous permettra de découvrir un outil, d'échanger vos points de vue, ainsi que de prendre conscience des enjeux derrière le fait d'anticiper sa fin de vie.

Un dossier «Organisation de sa fin de vie» sera disponible au prix de 2€.

Nous aborderons également le guide à l'usage des acteurs de la protection judiciaire, projet réalisé avec Altéo.

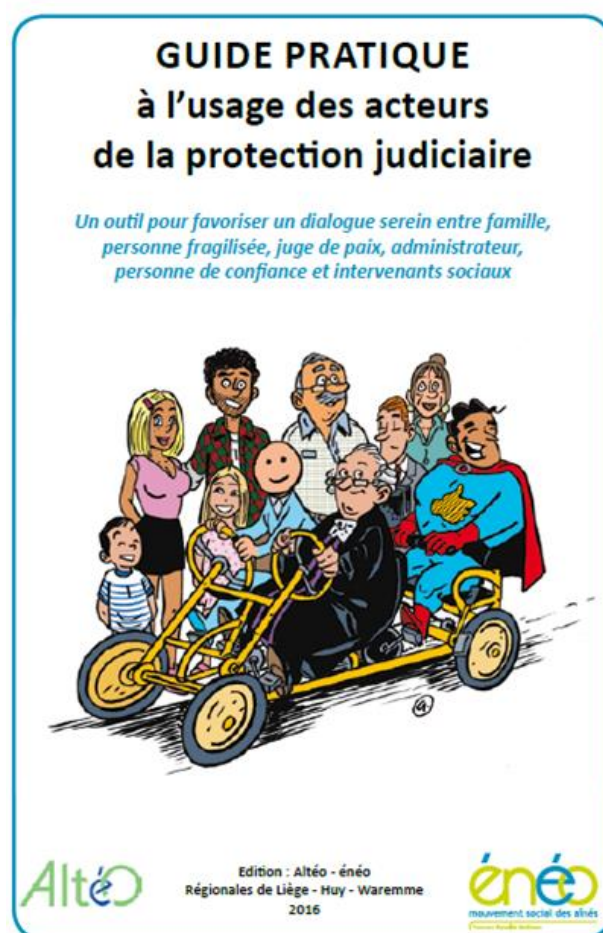
Gratuit et ouvert à tous.

Accès P.M.R. : oui

Inscription souhaitée chez

Jean-Marie Frères 0486/42.91.39

[jeanmariefreres@hotmail.com](mailto:jeanmariefreres@hotmail.com)



Ce bulletin est présent sur notre site internet

<https://eneo-aywaille.jimdo.com/>

à la page « publications ». Si la lecture sur internet vous suffit, vous pouvez nous demander pour ne plus recevoir le bulletin papier en écrivant à

[eneo.aywaille@gmail.com](mailto:eneo.aywaille@gmail.com)

# Un Club de Lecture à Hamoir

Lire un beau livre, c'est passionnant. Partager sa passion, c'est encore mieux. En effet, quel bonheur de communiquer la joie que l'on a connue en découvrant un beau livre en en discutant avec d'autres personnes !

C'est ce que je vous propose de faire à Hamoir, à partir du 2 mai.

J'organiserai une rencontre au Hall Omnisports, rue du Mouline 11b, tous les premiers mardis du mois de 13 à 15 h, hors congés scolaires.

Lors de la première rencontre, nous chercherons à déterminer quel genre de littérature nous voulons approfondir.

Nous pouvons procéder en étudiant particulièrement le caractère des personnages, comment nous les percevons les uns et les autres. Nous pouvons aussi procéder en étudiant le style, ou les mœurs de l'époque décrite, ou même la géographie de l'histoire, l'architecture, l'aspect historique ... Ou ce que vous me proposerez.

Je suis complètement ouverte aux auteurs en langue étrangère, avec une bonne traduction, bien entendu.

À cette première rencontre, nous essayerons de trouver ce qui peut satisfaire le groupe.

Je mettrai à votre disposition ma formation en littérature (je suis un professeur de français à la retraite).

J'avais en tête de vous proposer d'étudier Jane Austen. Vous pourriez peut-être vous renseigner par vous-mêmes sur cet auteur. Cela nous ferait une base pour commencer à partager.

À bientôt le plaisir de vous rencontrer.

Renseignements : Véronique Franki :

086/388.932 - 0479/508.222 [verolays0208@hotmail.com](mailto:verolays0208@hotmail.com)



Véronique

---

*Chacun peut adorer la lecture, à condition d'avoir en main le bon roman, celui qui vous plaira, qui vous parlera, et dont on ne pourra pas se défaire.*

Le mystère Henri Pick de David Foenkinos - <http://dicocitations.lemonde.fr/>

## énéo Aywaille recherche moniteurs ...

Enéo Aywaille recherche pour l'année scolaire 2017-2018, moniteur(s) ou monitrice(s) pour cours en journée à Relaxhoris (Xhoris - Aywaille) ...

- **d'aquagym**
- **de natation**
- **de maintien, respiration et stretching**



Renseignements ou candidature : 0495/63.90.30

## Initiation au Whist à Hamoir



Vous avez toujours rêvé de jouer au Whist ? Je vous propose de vous apprendre à jouer.

J'ai l'intention de procéder étape par étape, en m'assurant que chaque notion est acquise avant de passer à la suivante.

Je suis une enseignante retraitée, je peux donc utiliser mes connaissances en pédagogie ainsi qu'une longue expérience "d'apprendre à apprendre".

Le Whist est un jeu à la fois intelligent et amusant. Pas aussi ardu que le Bridge (qui relève plutôt de la prouesse intellectuelle et qui requiert un très, très long apprentissage) mais nettement plus intéressant que la Belote, par exemple. Avec un bon raisonnement et de la concentration, on peut rapidement devenir un suffisamment bon joueur pour beaucoup s'amuser. Je fournirai l'enthousiasme et les cartes, vous amènerez votre bonne humeur !

Je vous attends avec grand plaisir, à partir du 8 mai, tous les lundis de 13h à 15h, au Hall omnisports de Hamoir, rue du Moulin 11b.

À bientôt la joie de vous rencontrer.

Renseignements : Véronique Franki : 086/388.932 - 0479/508.222 - [verolays0208@hotmail.com](mailto:verolays0208@hotmail.com)

Véronique



## Généalogie à Hamoir



À Hamoir, Jean-Luc cherche animateur pour démarrer un groupe de généalogie. Les séances auraient lieu à Hamoir, une fois par mois. Vous connaissez le sujet ? Vous connaissez quelqu'un qui pourrait animer un tel atelier.

Vite, contactez Jean-Luc.

Quand : dès que possible.

Où : à Hamoir, au Hall Omnisports, rue du Moulin 11b.

Renseignements : Jean-Luc Ribonnet : 086/38.84.68 - 0478/57.98.64 - [famillieribonnet@hotmail.com](mailto:famillieribonnet@hotmail.com)

## Karaoke : le vendredi à 20 heures

Initialement, l'activité avait lieu en soirée. Nous avons fait un essai l'après-midi ; manifestement cela n'a pas été un succès. Nous reprenons donc l'ancien horaire, espérant ainsi satisfaire un maximum de membres : c'est, depuis le vendredi 31 mars, **de 20 à 23 h.**

Vous aimez chanter ... vous appréciez une ambiance festive ... vous voulez rencontrer de nouvelles personnes ... vous n'avez jamais osé ? Prévenez-nous et venez chez nous

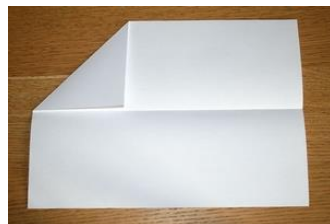
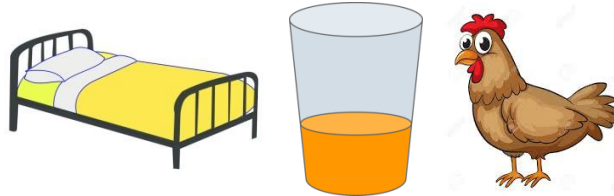
**le vendredi 28 avril à 20 heures**

rue de Sendrogne 70 à 4141 Louveigné. Nous organisons un karaoké dans une ambiance familiale, qui vous mettra à l'aise pour vos premiers pas ou vous donnera le plaisir de renouer avec cette manière de chanter.



Jacques

## 3 Villes d'Angleterre <sup>2</sup>



## Ça fait toujours plaisir

J'aimerais aussi vous faire part de ma satisfaction pour le cours d'anglais 2 à Hamoir. Je n'ose pas parler pour tous les « amis du cours », mais j'ai la presque certitude qu'ils pensent comme moi ! On a ramé jusqu'en novembre (...) et voilà, un monsieur Vandenhove qui arrive. C'est super ! Il maîtrise la langue (...). Il sait surtout installer un climat agréable dans le groupe. Il a des qualités relationnelles et pédagogiques. Et nous sommes inquiets déjà pour l'an prochain. Je pense que les fidèles à ce cours seraient plus que déçus de ne plus le voir.

Anne- Marie

<sup>2</sup> Liverpool – Manchester – Plymouth

# Excursion culturelle en mai

le jeudi 11 mai (organisée par l'amicale d'Esneux)

Musée du train à Schaarbeek

Musée du chocolat à Koekelberg

7h15 Embarquement à Aywaille - Parking de la gare

7h30 ... à Sprimont - Place du Bac

7h45 ... à Esneux - Pavillon du Tourisme

8h00 ... à Tilff – Bowling

10h00 **Visite du Musée du train à**

**Schaarbeek.** *Nous voyagerons à travers l'histoire des chemins de fer belges. Nous pourrons contempler de magnifiques locomotives à vapeur et une étonnante collection de pièces historiques.*



13h00 **Repas chaud** (boissons non comprises).

15h30 **Visite guidée du Musée du chocolat à Koekelberg.** *Cité historique du chocolat. Dans un bâtiment art déco (ancienne chocolaterie Victoria). Au sein du musée, une serre tropicale reproduit les conditions de culture des cacaoyers. Découverte de sculptures des monuments de Bruxelles en chocolat.*

17h45 Embarquement à Koekelberg pour le retour

19h00 Retour en Ourthe-Amblève

Prix : 52€ à verser avant le 2 mai sur le compte énéo Esneux n°: BE60 0682 5085 6070 avec en communication « Excursion à Schaarbeek & Koekelberg + nom et prénom (pour les femmes : nom de jeune fille) ».

Le paiement tient lieu de confirmation de votre réservation.

|               |                 |              |
|---------------|-----------------|--------------|
| Pour Esneux   | Suzanne LEMMENS | 04.388.20.28 |
| Pour Aywaille | Francis VITOUX  | 04.384.83.93 |
| Pour Sprimont | Jean Marie BIOT | 04.382.23.69 |

# Journée découverte à Mol

le 23 juin 2017

par le comité excursions « énéo Saint Raphaël Remouchamps »

- 7h30 Départ du centre culturel de Remouchamps.  
9h30 Accueil à l'auberge de Kaasboerin avec un bon morceau de tarte aux pommes avec 2 bons cafés ou thés.  
10h15 Visite guidée de l'abbaye des Prémontrés à Mol-Postel avec film et dégustation du fromage de l'abbaye, possibilité de visiter le magasin avec les produits de l'abbaye.  
12h30 Dîner avec au menu

*Potage du jour.*

*Filet de poulet avec deux légumes chauds et deux légumes froids, compote de pommes, croquettes et pommes frites.*

*Dessert.*

*Boissons non comprises*

- 14h30 Tour des lacs en train touristique « De Zilverlijn » avec guide de la région.  
17h30 Fin de l'excursion avec un éventuel arrêt café au retour suivant le timing.

Prix : 60 € à payer avant le 15 mai sur le compte de l'amicale énéo Remouchamps BE65 3630 9990 5996 avec la mention Mol 2017 ou possibilité de payer en 3 versements de 20 € pour le 31 mars, le 28 avril et le 27 mai.

Pour respecter nos engagements vis-à-vis de nos contacts nous vous demandons de faire votre, ou vos, paiement(s) suivant les dates proposées ce qui confirmera votre inscription !

Renseignements complémentaires : Jean Carpentier : 04 :384.65.39

Jean Dupont : 04 :382.33.52

Au plaisir de vous rencontrer nombreux. Pour le comité, les deux J.J.

Propositions : Visite du musée du train à Schaarbeek en octobre.  
Une journée à Ostende en mai.

## Android et smartphones

La formation tablettes et smartphones Android a beaucoup de succès et les inscriptions arrivent toujours malgré la rentrée déjà lointaine. Les 1ers et 3èmes jeudi et vendredi du mois en période scolaire, quatre cours de première et un cours de deuxième.

Pas suffisant ! ... Le professeur accueille chez lui un cours de mise à niveau pour 8 inscrits après les vacances de Noël. En avril, à la reprise du 3ème trimestre, ils seront prêts à rejoindre les groupes de première année.

Vous aussi vous voulez manipuler avec aisance le smartphone ou la

tablette ? N'attendez pas le dernier jour, nous avons déjà des réservations pour la rentrée de septembre !



Renseignements et inscriptions : Christiane Lespagnard – 04/384.57.93

## Informatique



Les nouvelles techniques sont arrivées et les 50 ans connaissent maintenant les applications et le maniement des portables et les tours informatiques. Elles se tournent à présents vers les tablettes et les smartphones, ce qui diminue la participation à notre cours d'informatique, mais nous ne perdons pas courage et attendons

des inscriptions pour le mois de septembre 2017.



Pour un meilleur confort, une tenue de ville confortable, des chaussettes et un petit tapis sont souhaitables.

Pour inscription par téléphone ou mail : Nelly au 0476/26.90.13, [nelpitti@hotmail.com](mailto:nelpitti@hotmail.com)



## Marches d'hiver : 15 km

Ces marches continuent à remporter un grand succès en dépit de conditions hivernales parfois difficiles. Chaque quinzaine, ce sont de vingt à trente marcheurs et marcheuses qui se retrouvent pour découvrir de beaux parcours à proximité ou un peu plus loin de Remouchamps. Grâce aux talents photographiques de participants, nous en conservons de magnifiques souvenirs.

*9 janvier – marche de Boncelles – guidée par Michel Donneaux*

La neige tombée les jours précédents est encore présente et nous offre de splendides paysages de la campagne. Les chemins sont un peu glissants mais chacun est attentif et c'est sans problème que nous arrivons sur le site de la roche

aux faucons d'où nous pouvons admirer la magnifique boucle de l'Ourthe en contrebas.



*23 janvier – marche de Colonster – guidée par Bruno Vandermeulen*

Le point de rendez-vous se situe à l'entrée du magnifique parc de Colonster que nous traversons avant de rejoindre la lande de la Vaudrée avant de descendre à Angleur. Après le pique-

nique de midi, remontée vers le site du Sart Tilman où nous traversons des sites où sont installées de nouvelles entreprises technologiques, porteuses d'avenir.

*13 février – marche de Mormont – guidée par Jean-Paul Deschamps*

Cette marche remplace celle initialement prévue dans les Fagnes, reportée pour des raisons de sécurité. La météo est magnifique. Sous un petit air de printemps, nous montons au village de La Forge avant de rejoindre Grande Hoursinne et de revenir par les bois de Harre jusqu'au bas du village de Deux-Rys.



*27 février – marche de Marcourt – guidée par Marcel Bollinne*

Nous découvrons une région un peu plus éloignée que d'habitude. Depuis le village de Marcourt, nous traversons l'Ourthe avant d'entamer une belle montée dans les bois de feuillus pour rejoindre la petite chapelle blanchie à la chaux de saint Thibaut qui domine la vallée de l'Ourthe. Ensuite, par monts et par vaux, nous partons, sous de bonnes rafales de vent, à la découverte de deux petits villages ardennais typiques : Hodister et Warizy.

## **Marches d'hiver : 20 km**

Ces marches d'une longueur d'environ 20 km et à dénivelé important (environ 500m) conservent leurs adeptes et c'est entre 8 et 10 marcheurs et marcheuses qui se retrouvent chaque premier lundi du mois pour une activité tonique.

*02 janvier – marche de Rahier – Guidée par Roland Minguet*

La proximité des fêtes du jour de l'an et le mauvais état des routes ont freiné les ardeurs de quelques-uns. Néanmoins la balade a été effectuée par quelques courageux qui en ont apprécié le caractère sportif et vivifiant ... *(suite page 19)*.



## Les « P'tits Travaux » ?

Remplacer un joint de robinet, un interrupteur, une ampoule,... Quel professionnel se déplace encore pour ça ? La situation se complique encore si la personne est seule ou fragilisée.

énéo se lance dans la création d'un projet autour des petits travaux domestiques pour lesquels il est très difficile de trouver un professionnel. Notre commission sociale régionale a répondu à un appel à projet du CERA et a obtenu un subside pour développer un projet sur une durée de 3 ans (et le pérenniser ensuite).

Concrètement le projet reprend 4 points :

1. Des formations et des rencontres à thème pour permettre aux aînés de trouver par eux-mêmes des solutions aux problèmes logistiques et domestiques qu'ils rencontrent,
2. Un répertoire des services locaux existants qui pourrait les aider,
3. Une permanence téléphonique afin de les aider à trouver une réponse à leurs besoins,
4. Une aide au bricolage de « premier secours » via une équipe de volontaires.

Nous désirons travailler en réseau avec les acteurs locaux de l'aide sociale et de la santé. Ce projet couvrira l'ensemble du secteur Ourthe-Ambève. A savoir les communes d'Aywaille, Esneux, Sprimont, Ferrières, Hamoir, Ouffet, Anthisnes et Comblain-au-Pont.

Afin de piloter la mise en place de ce projet, nous recherchons un groupe de 6 à 15 volontaires qui se réuniront une fois par mois. Tout au long de l'année 2017, le projet aura également besoin d'autres volontaires pour des réalisations pratiques et des actions de terrain :

 **Rédacteur site internet**

 **Équipe de bricoleurs**

 **Formateur partage de trucs et astuces**

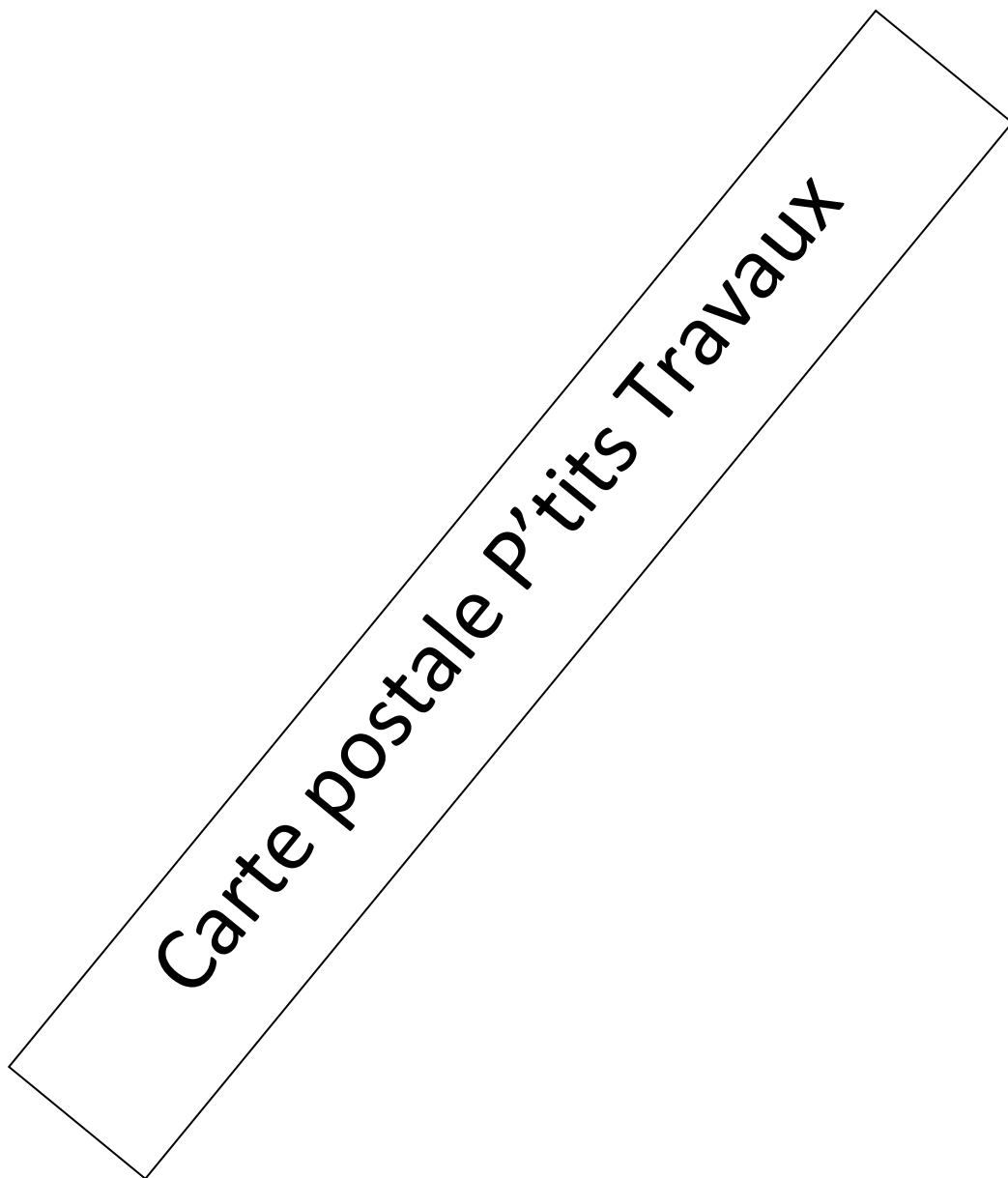
 **Équipe de promotion**

 **Réalisation d'actions de convivialité**

 **Rédaction de l'annuaire ... ..**  **etc.**

Des possibilités de volontariat très variées ! Si vous désirez réfléchir avec nous à votre possible investissement, contactez-nous : Michaël Salme : 04/221.74.46 - [michael.salme@mc.be](mailto:michael.salme@mc.be)

Vous trouverez ci-dessous une carte postale (port payé par le destinataire) sur laquelle vous pouvez, de manière anonyme ou non, communiquer les besoins pour lesquels vous ne trouvez pas de solution, ... Si vous n'en avez pas l'usage, vous pouvez remettre cette carte à un ami, un voisin ...



### 06 février- marche de Ferrières – Guidée par Roland Minguet

Cette fois la météo est belle et douce. A partir du bas de Ferrières, le parcours emprunte l'ancienne voie du vicinal qui reliait Comblain la Tour à Manhay jusque dans les années 50. On la quitte à Werbomont pour se diriger vers les bois de Saint-Antoine. De là, on descend jusqu'à la maison d'une amie marcheuse qui réside à Burnontige. Le pique-nique se passe sur sa pelouse sous un doux soleil. La marche reprend jusqu'au bas du village de Vieux-Fourneau où une « belle » grimpette attend les marcheurs avant de redescendre progressivement au centre de Ferrières.



### Calendrier des marches 15 km à Remouchamps

| Date : lundi | Guide              | Rendez-vous                             | Covoiturage |
|--------------|--------------------|---|-------------|
| 10 avril     | Bernard Lagasse    | Cimetière de Deigné                     | 1 €         |
| 24 avril     | Marie-Noëlle Maron | Trois-Ponts<br>(parking rue des Villas) | 5 €         |
| 8 mai        | Jean-Paul Dechamps | Centre nature Botrange                  | 5 €         |
| 22 mai       | Joseph Boelen      | Clavier<br>(église St Barthélemy)       | 5 €         |
| 12 juin      | Bruno Vandermeulen | Barrage de la Gileppe                   | 5 €         |
| 26 juin      | Marcel Bollinne    | Odeigne (école)                         | 5 €         |

### Calendrier des petites marches à Remouchamps

| Date : jeudi | Guide             | Rendez-vous                     | Covoiturage |
|--------------|-------------------|---------------------------------|-------------|
| 13 avril     | Marcel Bollinne   | Fontin<br>(terrain de football) | 2,5 €       |
| 11 mai       | Francis Gerlaxhe  | Stoumont (église)               | 3,5 €       |
| 8 juin       | Auguste Thewissen | Deigné                          | 1,5 €       |

Avant de partir, nous vous conseillons un coup d'œil à l'agenda du site  
(une modification de programme est toujours possible)

<https://eneo-aywaille.jimdo.com/agenda/>

## Balade Vélo Découverte

1<sup>ère</sup> sortie 2017 ce 11 avril à 10 h. Nous partirons du parking Ravel de Trois-Ponts pour une balade de +/- 60 km tracée par notre ami José Decheneux et découvrir les belles contrées de Francorchamps / Hockay / Ovifat / Robertville / etc ...

Cette « Balade vélo découverte » est programmée tous les 2<sup>èmes</sup> mardis du mois.

Renseignements et inscriptions : Jean Dupont - 04/382.33.52 - [jeandupont@proximus.be](mailto:jeandupont@proximus.be)

## In memoriam

Nous avons déploré le décès de

- **Armand BURETTE**, le 24 janvier 2017, membre fondateur d'énéo (UCP) Aywaille
- **Ernest LEYENS**, le 3 mars 2017, marcheur
- **Joseph LESPAGNARD**, le 20 mars 2017, papa de Christiane, secrétaire d'énéo St-Raphaël Remouchamps

## énéo cherche des volontaires pour ... Enquête sur les Revenus des Pensionnés

Une des missions du mouvement énéo est la défense des droits des aînés. A cette fin, énéo réalise une grande enquête. Les résultats permettront d'alimenter le mémorandum d'énéo et d'interpeller les politiques.



Chaque régionale - dont celle de Liège - constitue un groupe de volontaires pour soit faire remplir le questionnaire par les personnes choisies pour l'enquête, soit encoder les résultats. Une formation est prévue.

Intéressé ? Prenez contact avec Jacques Pirard – 04.360.88.99 – [eneo.aywaille@gmail.com](mailto:eneo.aywaille@gmail.com) ou inscrivez-vous sur notre site <https://eneo-aywaille.jimdo.com/> (page d'accueil).

## Animations à Esneux

Elles ont lieu le premier mercredi du mois, de 14 à 17 heures à la salle Saint Michel, à Esneux.

### Le 3 mai

Venez avec vos petits-enfants pour passer un excellent après-midi. Nous vivrons un moment unique et agréable avec un quiz et des chansons Gospel.

### Le 7 juin

Après-midi et goûter très agréables en compagnie des musiciens Mr Mme Koning.



### Le 6 juillet

Après-midi « lotto Kin ». Venez avec vos petits et grands enfants. Ils auront l'occasion de gagner de beaux lots.



Ces après-midi nous permettront de déguster un excellent morceau de tarte.

Infos : Suzanne Lemmens - 04/388.20.28

## Échanges créatifs à Esneux

Au mois de janvier, nous avons débuté nos ateliers. Nous avons 5 ateliers différents réunis dans une même salle. C'est une véritable chance de pouvoir choisir de s'exercer à différents travaux manuels. Nous en profitons pour faire une pause-café et bavardage en milieu.

Participation : 3 € par jour plus les fournitures.

Le matin de 10h30 à 12h30 & l'après-midi de 13h30 à 16h30. Nous avons la possibilité de venir avec notre pique-nique.

Où : Avenue d' Esneux, 216 Méry (Tilff).


Contacts : Michelle L. - 0478/60.99.41 ou [dominiquefalise@gmail.com](mailto:dominiquefalise@gmail.com)

## Grille horaires de nos prochains ateliers

| Dates    |    | Dentelle<br>au fuseau | Cartonna<br>ge | Tricot –<br>crochet | Moulure<br>sur bois | Bijoux en<br>fil d’alu. |
|----------|----|-----------------------|----------------|---------------------|---------------------|-------------------------|
| 20 avril | AM | Ok                    |                | Ok                  |                     | Ok                      |
|          | PM | Ok                    | Ok             |                     | Ok <sup>3</sup>     | Ok                      |
| 4 mai    | AM | Ok                    |                | Ok                  |                     |                         |
|          | PM | Ok                    | Ok             | Ok                  | Ok <sup>4</sup>     |                         |
| 18 mai   | AM | Ok                    |                | Ok                  |                     |                         |
|          | PM | Ok                    |                |                     | Ok                  |                         |
| 1 juin   | AM | Ok                    |                | Ok                  |                     |                         |
|          | PM | Ok                    |                | Ok                  | Ok                  |                         |
| 15 juin  | AM | Ok                    | Ok             | Ok                  |                     |                         |
|          | PM | Ok                    | Ok             | Ok                  | Ok <sup>5</sup>     |                         |

## Marches à Esneux

Rendez-vous à 13h30 au pavillon du tourisme à Esneux (covoiturage).

|          |   |   |
|----------|---|---|
| 17 avril | <b><u>Hamoir</u></b><br>Départ à 14 h, au hall omnisport<br>d’Hamoir, rue du Moulin.  |  |
| 15 mai   | <b><u>Izier</u></b><br>Départ à 14 h, place de l’église<br>d’Izier.                   |   |
| 19 juin  | <b><u>Xhoris</u></b><br>Départ à 14h15, au parking<br>Relaxhoris, rue de l’Eglise, 2. |   |


Contact : P. Parmentier – 0498/30.16.41

<sup>3</sup> Fin des bijoux

<sup>4</sup> Initiation moulure sur bois

<sup>5</sup> Fin moulure sur bois

## Cyclotourisme à Esneux

|          |   |   |
|----------|---|---|
| 27 avril | Ravel d'Esneux à Comblain-la-Tour et retour.<br>RV à 13h30 au Hall omnisport d'Esneux |  |
| 25 mai   | De Visé à Maastricht et retour.<br>RV à 13h30 au quai des Fermettes à Visé            |   |
| 22 juin  | De Waimes à Montjoie avec pique-nique.<br>RV à 10h00 à Waimes                         |   |

Contact : F. Vieilvoye - 0474/45.23.10 et P. Parmentier 0498/30.16.41

## Pétanque à Esneux



Pendant le printemps et l'été nous reprenons nos parties de pétanque. Venez nous y rejoindre pour passer un moment agréable. En cas de mauvais temps la pétanque est remplacée par le bowling. Cette activité se termine par le verre de l'amitié.

De 14 h à 16 h à Esneux à côté du Hall omnisport

**En avril** : le mardi 18

**En mai** : les mardis 2 et 16

**En juin** : les mardis 6 et 20

Contact : Geneviève Crémer 04/388.00.37 ou 0485/32.03.02

## Bowling à Esneux

De 14 h à 16 h au Bowling 633 à Tilff.

**En avril** : le mardi 25

**En mai** : le mardi 23

**En juin** : le mardi 27

Frais de participation : 2€50 la partie.

Contact : Geneviève Crémer 04/388.00.37 ou 0485/32.03.02



©www.ClipProject.info

## Venez donc danser à Chanxhe

Depuis que l'activité Danses folk (Tradifolk) a été créée, j'y participe régulièrement. Quand arrive le jour et l'heure d'aller danser, rien ne peut me retenir à la maison et c'est avec le plus grand plaisir que je me rends à Chanxhe.

Cette activité est faite pour nous, les « aînés », sans objectif de performance ni de compétition, et chacun, avec son niveau, est accepté dans le groupe, avec ses qualités ou ses défauts.

La danse et la danse folklorique est bénéfique à différents titres. Et je voudrais citer ceux qui me viennent à l'esprit.

- La danse, c'est bien sûr le plaisir de bouger en musique : la musique stimule les mouvements qui progressivement deviennent plus naturels. Elle nous rend plus souples et finalement plus sûrs de nous, à l'aise dans notre corps.
- C'est aussi un exercice physique qui développe la force musculaire.
- Elle améliore notre positionnement dans l'espace, elle stimule le regard, l'ouïe et le toucher.
- C'est un exercice de mémorisation, excellent pour garder une vivacité intellectuelle.
- La danse n'étant pas un exercice aux consignes rigides, au contraire elle développe aussi notre créativité, et ainsi procure du plaisir, de la joie.
- Pratiquée en groupe, c'est un exercice social, qui nous met en relation avec d'autres, nous demande d'accepter leurs différences. En dansant en groupe, nous devons nous faire accepter tels que nous sommes, nous devons accepter les autres et nous soutenir mutuellement.

Malgré toutes ces qualités, la danse que nous pratiquons à Chanxhe le mardi à 14 heures ne réunit qu'une dizaine de participants chaque semaine (une autre dizaine de membres sont venus faire un essai). Et ce nombre restreint de participants risquerait bien de mettre en péril la pérennité de l'activité. Ce serait dommage.

Alors, nous cherchons une solution : de nouveaux inscrits (vous nous avez vu lors d'une assemblée ; ne seriez-vous pas tenté ?) ; un changement d'horaire ... quoi d'autre ? Quelle serait l'idée géniale qui nous sauverait ... ? Si vous l'avez, contactez-nous : Richard Damoiseau - 04.226.60.65 - 0486/86.50.21 - [richarddamoiseau@hotmail.com](mailto:richarddamoiseau@hotmail.com)

Jacques



# Maladie de Parkinson et exercice physique

La maladie de Parkinson se caractérise par une perte des neurones qui contrôlent le mouvement. Outre le tremblement, elle entraîne une rigidité, une marche difficile, ralentit le débit de parole et entraîne parfois une démence. Les symptômes s'aggravent avec le temps, et peuvent être améliorés avec un médicament, mais il n'y a pas de traitement. À l'échelle mondiale, six millions de personnes environ sont touchées.

**Pendant longtemps, on a cru que sport et Parkinson ne faisaient pas bon ménage.**

Les médecins avaient plutôt tendance à mettre leurs patients en garde contre toute fatigue inutile. Aujourd'hui, les personnes atteintes de la maladie de Parkinson sont désormais encouragées à faire autant de sport que possible.

## **La danse, un exercice approprié contre Parkinson**

L'exercice physique fait aujourd'hui pleinement partie des tactiques à mettre en place pour mieux vivre avec la maladie de Parkinson. La danse a notamment été étudiée par différents chercheurs pour son action positive sur la maladie ...

Ainsi, des chercheurs ... sont parvenus à démontrer la supériorité des cours de tango sur les soins classiques de kinésithérapie dans la lutte contre la maladie de Parkinson, du moins lorsqu'il s'agit d'améliorer la mobilité et l'équilibre des patients. Une autre équipe ... s'est intéressée elle aussi à la relation fine entre la musique et le mouvement. Danser reste une activité accessible à des personnes atteintes de maladies dégénératives graves comme dans les stades ultimes du Parkinson.

Même si l'explication neurologique demeure assez nébuleuse, le simple fait d'être dans une démarche active face à la progression de sa maladie participe indéniablement à se sentir mieux.

La danse, parce qu'elle s'accompagne de musique, est bénéfique au-delà des autres formes d'exercice ... Quand vous écoutez de la musique, ça



transporte les parties émotionnelles de votre cerveau, en quelque sorte ... ça peut aider à court-circuiter les cellules endommagées, rendant le mouvement plus facile.

La danse stimule l'activité mentale et connecte le corps et l'esprit, permettant ainsi de trouver des solutions et de mettre en place des stratégies pour mieux bouger. Elle rend les mouvements plus fluides et plus gracieux, elle développe la flexibilité et la force musculaire, elle aide à avoir confiance en soi, elle rompt l'isolement, elle développe le regard, l'ouïe et le toucher, elle améliore la perception de son corps dans l'espace ce qui va aussi améliorer l'équilibre, elle déclenche la créativité et la joie.

### **Ce qu'en disent des patients.**

*« La danse me transporte sur une planète différente sur laquelle le Parkinson n'a pas autant d'importance ».*

*« Quand je danse, je ne suis plus malade ».*

*« Nous dansons ensemble et ne formons plus alors qu'une communauté de soutien mutuel, nous avons laissé notre maladie à la porte ».*

*« C'est simplement une expérience merveilleuse ».*

*« La danse a mobilisé en moi quelque chose qui me donne envie de continuer, et tant que ce sera efficace, je continuerai ».*

### **Le sport permet de lutter contre la maladie de Parkinson**

A la lumière des dernières études et de la pratique, l'exercice physique régulier et quotidien est donc désormais incontournable pour accompagner la maladie de Parkinson. D'ailleurs l'Association suisse de la maladie de Parkinson considère que c'est une des mesures les plus importantes du « traitement à long terme » et recommande aux malades de pratiquer chaque jour (voire plusieurs fois par jour), des activités telles que des promenades régulières, de la gymnastique, des montées d'escaliers... D'après l'association, ces exercices améliorent la mobilité, la circulation et l'élasticité de la peau et préviennent les contractures articulaires et musculaires tout en procurant plus de bien-être psychologique.

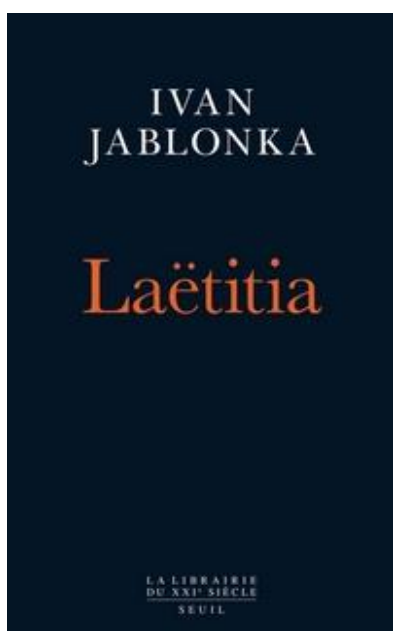
Sources : [www.e-sante.be](http://www.e-sante.be)  
[www.kinesiphilia.net/fr/projet](http://www.kinesiphilia.net/fr/projet)  
Nouvel Observateur du 7/12/2011

## Les Échanges littéraires se portent bien

Toujours très assidus les passionnés de lectures se retrouvent tous les deux mois. Nous ne poussons pas l'analyse dans ses derniers retranchements mais nous partageons nos coups de cœur en exprimant ce qui nous a particulièrement interpellés dans les ouvrages présentés. Nous échangeons également certains livres. J'ai choisi un livre proposé par chaque lecteur. Voici résumé un réalisé par Luc notre secrétaire dévoué.

### Ivan Jablonka « Laëtitia »

F (1973-) 2016 Seuil 4,22 – présenté par Claude



Dans la nuit du 18 au 19 janvier 2011, Laëtitia Perrais a été enlevée à 50 mètres de chez elle, avant d'être poignardée et étranglée. Il a fallu des semaines pour retrouver son corps. Elle avait 18 ans. Ce fait divers s'est transformé en affaire d'Etat : Nicolas Sarkozy, alors président de la République, a reproché aux juges de ne pas avoir assuré le suivi du "préssumé coupable", précipitant 8 000 magistrats dans la rue, en février 2011. Mais Laëtitia Perrais n'est pas un fait divers. Comment peut-on réduire la vie de quelqu'un à sa mort, au crime qui l'a emporté ? Ivan Jablonka, historien, a étudié ce fait divers comme un objet d'histoire, et

la vie de Laëtitia comme un fait social. Car, dès sa plus jeune enfance, Laëtitia a été maltraitée, accoutumée à vivre dans la peur, et ce parcours de violences éclaire à la fois sa fin tragique et notre société tout entière : un monde où les femmes se font harceler, frapper, violer, tuer.

Ivan Jablonka poursuit son projet d'exploration des frontières entre littérature, histoire et sciences sociales. Ce livre est une expérience d'écriture autant qu'une enquête, destinée à rendre à Laëtitia sa singularité et sa dignité. Laëtitia ou la fin des hommes a reçu le prix Médicis 2016.

C'est très bien, nous dit Claude, ce n'est pas un roman, mais une étude approfondie et bien sentie du quart monde.

### **Anna Enquist : « Quatuor »**

NL (1945-) 2009 Gallimard 3,50 – présenté par Monique

Anna Enquist nous entraîne dans un avenir proche et dans une ville qui, jamais nommée, ressemble étrangement à Amsterdam. Un quatuor amateur réunit des amis à qui la pratique musicale offre un dérivatif bienvenu à une vie professionnelle ou personnelle difficile. Caroline (violoncelle) est médecin généraliste ; Jochem (alto) est luthier ; Heleen (deuxième violon) est infirmière ; Hugo (premier violon) dirige un centre culturel qui n'en a plus que le nom ... Et puis il y a Reinier, ancien soliste virtuose auprès de qui Caroline prend toujours des leçons, vieillard vivant reclus dans la terreur du monde qui l'entoure. Anna Enquist est le pseudonyme de l'écrivaine et psychanalyste Christa Widlund-Broer.

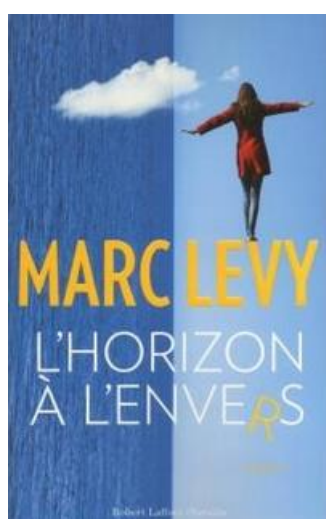


En plus de l'histoire de ces 4 musiciens très liés, et de l'histoire de ce vieux professeur de violoncelle avec Caroline, il y a des questions existentielles et la problématique de la politique gériatrique d'un pays, et aussi bien entendu, beaucoup d'évocations musicales.

Coup de cœur, cela se déroule sur le mode d'un roman policier. Monique n'a toutefois pas aimé la fin.

### **Marc Levy : « L'Horizon à l'Envers »**

F (1961-) 2017 Pocket – présenté par Pauline



Où se situe notre conscience ? Est-ce qu'on peut la transférer et la sauvegarder ? Hope, Josh et Luke, étudiants en neurosciences, forment un trio inséparable, lié par une amitié inconditionnelle et une idée de génie. Lorsque l'un des trois est confronté à une mort imminente, ils décident d'explorer l'impossible et de mettre en œuvre leur incroyable projet.

Émouvante, mystérieuse, pleine d'humour aussi ... une histoire d'amour hors du temps, au dénouement inoubliable, et si originale qu'il serait dommage d'en dévoiler plus. Un roman sur la vie, l'amour et la mort...

parce que, après, plus rien n'est pareil.

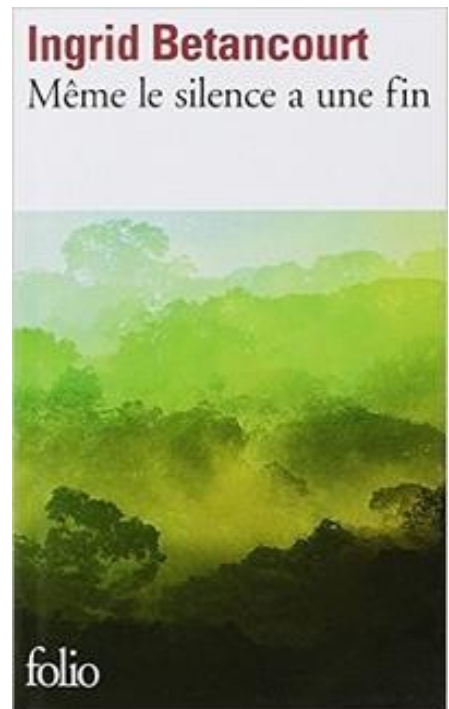
## Ingrid Betancourt : « *Même le silence a une fin* »

F-CO (1961-) 2010 Gallimard 4,13 – présenté par Luc

Ingrid Betancourt est née à Bogotá le 25 décembre 1961. Elle fait Sciences Po à Paris. Inscrite en Colombie au parti libéral de 1994 à 1998, puis à Oxygène Vert de 1998 à 2002. Enlevée par les FARC, parti marxiste le 22 février 2002. Libérée par l'armée nationale colombienne le 02 juillet 2008, après 6 ½ ans de détention.

« *Même le silence a une fin* » raconte jour après jour le calvaire subi par la prisonnière.

De cette litanie de journées semblables, Ingrid Betancourt parvient à faire un récit captivant de bout en bout. Elle nous plonge dans la vie quotidienne de la jungle, rendant presque palpables l'attente et l'angoisse, décrivant de



façon très nuancée ses geôliers, qui pour la plupart ont l'âge de ses propres enfants. Elle raconte les évasions ratées, les humiliations permanentes dues à la promiscuité et à la cruauté de certains gardes ou commandants de camps successifs, les conditions de vie épouvantables, la fuite permanente, les malaises et les maladies, les périodes de découragement. Chaque tentative d'évasion entraîne des traitements toujours plus violents, mais aussi les reproches de ses codétenus, qui la rendent responsable de l'aggravation immédiate de leurs conditions. Il y a aussi des moments inattendus de joie (la confection de ceintures tressées en fil de nylon, la broderie, la lecture de la Bible ou de Harry Potter, le gâteau confectionné pour la date d'anniversaire de la fille d'Ingrid...) et puis des amitiés fortes qui contre toute attente naissent dans ce monde cruel.

Le lecteur est introduit dans l'intimité de ce petit monde en loques, errant sous les pluies diluviennes dans une jungle peuplée d'insectes monstrueux, ravagée par les maladies, où les humains sont placés dans un redoutable face à face avec eux-mêmes, leurs faiblesses, leurs mesquineries, leurs terreurs, mais aussi quelques fois des petites joies.

## **Christina Baker Kline : « Le Train des Orphelins »**

GB (1964-) 2015 Belfond 4,01 – présenté par Marie-Noëlle



De l'Irlande des années 1920 au Maine des années 2000, en passant par les plaines du Midwest meurtries par la Grande Dépression, un roman ample, lumineux, où s'entremêlent les voix de deux orphelins pour peindre un épisode méconnu de l'histoire américaine. Entre 1854 et 1929, des trains sillonnaient les plaines du Midwest avec à leur bord des centaines d'orphelins. Au bout du voyage, la chance pour quelques-uns d'être accueillis dans une famille aimante, mais pour beaucoup d'autres une vie de labeur, ou de servitude. Vivian Daly n'avait que neuf ans lorsqu'on l'a mise dans un de ces

trains. Elle vit aujourd'hui ses vieux jours dans une bourgade tranquille du Maine, son lourd passé relégué dans de grandes malles au grenier.

Ce train des orphelins était une sorte de marché d'esclavage aggravé par le fait qu'il s'agissait d'enfants, donc d'innocents. L'assemblée Ad Littera est choquée d'apprendre que le recours à de telles pratiques ait existé aux Etats Unis jusqu'au début du 20<sup>ème</sup> siècle.

Le livre est malgré tout positif, et Marie-Noëlle l'a bien aimé malgré son caractère choquant.

## **Henning Mankell : « Les bottes suédoises »**

S (1948-) 2016 Seuil 3,93 – présenté par Lilian

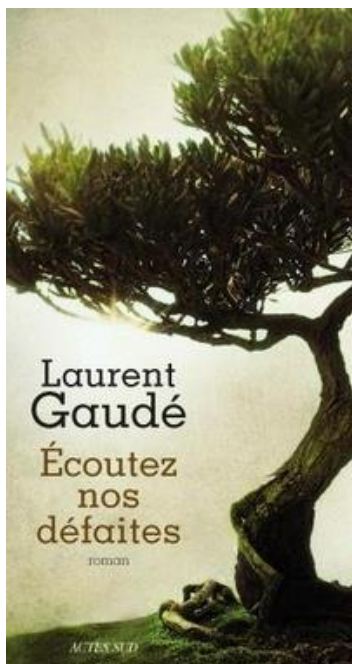
Fredrik Welin, médecin à la retraite, vit reclus sur son île de la Baltique. Une nuit, une lumière aveuglante le tire du sommeil. Au matin, la maison héritée de ses grands-parents n'est plus qu'une ruine fumante. Réfugié dans la vieille caravane de son jardin, il s'interroge : à soixante prend possession de l'archipel, tout va basculer de façon insensible jusqu'à l'inimaginable dénouement.

C'était bien, mais un peu déprimant.



## Laurent Gaudé : « Écoutez nos défaites »

F (1972-) 2016 Actes Sud 4,02 – présenté par Josée Anne



Un agent des services de renseignements français gagné par une grande lassitude est chargé de retrouver à Beyrouth un ancien membre des commandos d'élite américains soupçonné de divers trafics. Il croise le chemin d'une archéologue irakienne qui tente de sauver les trésors des musées des villes bombardées. Les lointaines épopées de héros du passé scandent leurs parcours – le général Grant écrasant les Confédérés, Hannibal marchant sur Rome, Hailé Sélassié se dressant contre l'envahisseur fasciste ... Un roman inquiet et mélancolique qui constate l'inanité de toute conquête et proclame que seules l'humanité et la

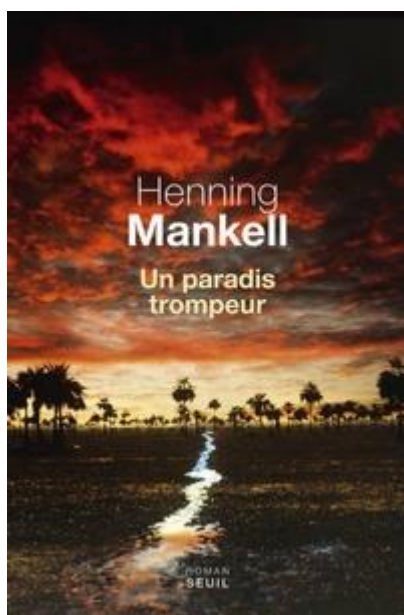
beauté valent la peine qu'on meure pour elles.

C'est une histoire d'espionnage, mais si on prend l'histoire à l'envers, il y a des victoires qui sont des défaites, et l'inverse. C'est un livre magnifique, bien écrit.

Lire aussi du même auteur « Le Soleil des Scorta » prix Goncourt 2004.

## Henning Mankell : « Un Paradis trompeur »

S (1948-) 2014 Points 3,77 – présenté par Françoise



Le froid et la misère ont marqué l'enfance de Hanna Renström dans un hameau au nord de la Suède. En avril 1904, à l'âge de dix-huit ans, elle s'embarque sur un vapeur en partance pour l'Australie dans l'espoir d'une vie meilleure. Pourtant aucune de ses attentes – ou de ses craintes – ne la prépare à son destin. Deux fois mariée brièvement, deux fois veuve, elle se retrouve à la tête d'une grosse fortune et d'un bordel au Mozambique, dans l'Afrique orientale portugaise. Elle se sent seule en tant que femme au sein d'une société coloniale régie par la

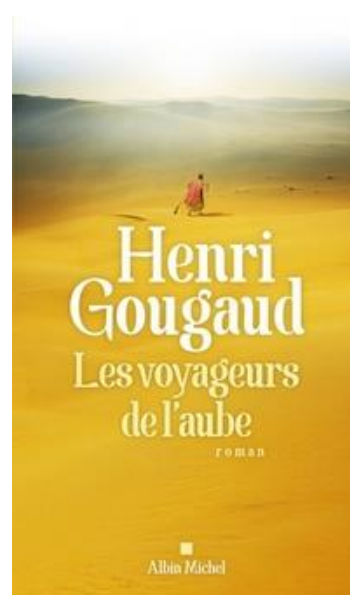
suprématie machiste des Blancs, seule de par la couleur de sa peau parmi les prostituées noires, seule face à la ségrégation, au racisme, à la haine, et à la peur de l'autre qui habite les Blancs comme les Noirs, et qui définit tout rapport humain. Ce paradis loin de son village natal n'est-il qu'un monde de ténèbres?

Françoise insiste sur la fausse sécurité, la stabilité précaire qui règne dans ce monde. L'auteur prend fait et cause pour les noirs, qui sont au bord de la révolte ... et pour cause ! Donc, bien, haletant, à lire.

### **Henri Gougaud : « Les Voyageurs de l'Aube »**

F (1936-) 2015 Albin Michel 3,97 – présenté par Jacqueline

Dans un modeste ermitage au cœur du désert égyptien, Nathan, un vieux Copte, attend la mort avec sérénité. Et c'est la vie frappe à sa porte : venus de Bagdad, d'Ispahan, de Constantinople, de Jérusalem, des visiteurs font halte chez lui, en attendant de poursuivre leur chemin à bord d'une caravane partie, elle, de Samarcande. Mais, tel un mirage, la caravane n'arrive pas ... Durant dix jours, Adour, l'ancien joueur de luth arménien, Hilarion, le moine-soldat grec, Zahra, qui attend la naissance de son enfant, et Madjid, le serviteur en fuite, vont tour à tour raconter leur histoire et leurs tribulations.



Ce sont ces récits, pleins d'espoir, de terreur, de drames et de joies qui dessinent les arabesques à la fois insensées et lumineuses de notre propre condition humaine.

Bien. Gougaud est un conteur. Amour, charme, sagesse, simplicité volontaire, ce sont des valeurs qui ont traversé le temps.

---

*Deux amis, grands amateurs de pétanque, se demandent si, au Paradis, ils pourront s'adonner à leur passion. Ils conviennent que le premier qui y arrivera devra trouver un moyen pour en informer l'autre. Et peu de temps après, l'un des deux décède.*

*Une nuit, celui qui reste voit son ami en rêve et cet ami lui dit : « J'ai une bonne et une mauvaise nouvelle. La bonne, c'est qu'il y a de grands tournois de pétanque organisés au Paradis ; la mauvaise, c'est que tu y es inscrit pour samedi prochain. »*



# 1960 ... 2017

| 1960   | 2017   |
|--|--|
| <b>Les vacances</b>  |  |
| Après avoir passé 15 jours de vacances en famille, en Bretagne, dans la caravane tractée par une Peugeot 403, les vacances se terminent. Le lendemain, tu repars au boulot, frais et dispos.   | Après 2 semaines à la Réunion et à l'île Maurice, obtenues à peu de frais grâce au Comité d'Entreprise, tu rentres fatigué et excédé par 4 heures d'attente à l'aéroport, suivies de 12 heures de vol. Au boulot, il te faut 1 semaine pour te remettre du décalage horaire !  |
| <b>Quelques courses au magasin</b>   |  |
| Tu vas chercher du lait avec ton bidon en alu chez le crémier, qui te dit bonjour, et tu prends du beurre, fait avec du lait de vache, coupé à la motte. Puis tu demandes une douzaine d'œufs qu'il sort d'un grand compotier en verre. Tu paies avec le sourire, et tu sors sous un grand soleil. Le tout a demandé 10 minutes. | Tu prends un caddie de merde dont une roue est coincée et qui le fait aller dans tous les sens sauf celui que tu veux. Tu passes par la porte qui devrait tourner mais qui est arrêtée par un benêt qui l'a poussée. Tu cherches le rayon crémier, où tu te les gèles, pour choisir parmi 12 marques le beurre qui devrait être fait à base de lait de la communauté. Enfin tu cherches la date limite ...<br>Pour le lait : Tu dois choisir avec des vitamines, bio, allégé, très allégé, nourrissons, enfants, malades ou mieux en promo ...<br>Pour les 12 œufs, tu cherches la date de la ponte, le nom de la société et surtout tu vérifies qu'ils ne soient pas fêlés ou cassés et paf, tu te mets plein de jaune sur le pantalon !<br>Tu fais la queue à la caisse. La grosse dame devant toi a pris un article en promo qui n'a pas de code barre ... Alors tu attends, tu attends ...<br>Puis toujours avec ce foutu caddie de merde, tu sors pour chercher ton véhicule sous la pluie. Tu ne le retrouves pas car tu as oublié le n° de l'allée. Enfin après avoir chargé la voiture, il faut reporter l'engin pourri et là, il t'est impossible de récupérer ta pièce de 1 €. Tu reviens à ta voiture |

|  |  |
|--|--|
|  | sous la pluie qui a redoublé. Cela fait plus d'une heure que tu es parti.  |
| <b>Voyage en avion.</b>  |  |
| Tu voyages dans un avion d'Air France. On te donne à manger, on t'invite à boire ce que tu veux, le tout servi par de belles hôtesse de l'air, et ton siège est tellement large qu'on pourrait s'y asseoir à deux. | Tu entres dans l'avion en continuant d'attacher ton ceinturon qu'on t'a fait retirer à la douane, pour passer le contrôle. Tu t'assois sur ton siège et, si tu éternues un peu trop fort, tu mets un coup de coude à ton voisin. Si tu as soif, le steward t'apporte la carte et les prix sont tellement ahurissants que tu préfères crever de soif.   |
| <b>Michel montre son couteau à Jean.</b>   |  |
| Le directeur de l'école voit son couteau et lui demande où il l'a acheté pour aller s'en acheter un pareil.  | On ferme l'école, on appelle la gendarmerie, on emmène Michel en préventive. TF1 présente le cas aux informations en direct depuis la porte de l'école.  |
| <b>Tu fais une bêtise en classe.</b>   |  |
| Le prof t'en colle deux. En arrivant chez toi, ton père t'en recolle deux autres.  | Le prof te demande pardon. Ton père t'achète une console de jeux et va casser la gueule au prof.   |
| <b>Dominique et Marc se disputent.<br/>Ils se flanquent quelques coups de poing après la classe.</b>   |  |
| Les autres élèves les encouragent, Marc gagne. Ils se serrent la main et ils sont copains pour la vie.   | L'école ferme. Les radios dénoncent la violence scolaire. Un débat télévisé réunit le ministre de l'éducation, le responsable du syndicat des élèves, le directeur de l'école.   |
| <b>Jean tombe pendant une course à pied.<br/>Il se blesse au genou et pleure.</b>  |  |
| Sa prof le rejoint et le prend dans ses bras pour le réconforter. En deux minutes Jean va beaucoup mieux et reprend la course.   | Sa prof est accusée de perversion sur mineur et se retrouve au chômage, elle écopera de 3 ans de prison avec sursis. Jean va de thérapie en thérapie pendant 5 ans. Ses parents demandent des dommages et intérêts à l'école pour négligence. Ils gagnent le procès. La prof, au chômage et endettée, se suicide en se jetant d'en haut d'un immeuble. Plus tard, Jean succombe à une overdose au fond d'un squat. |
| <b>On vit une époque vraiment formidable !</b>   |  |

## Une histoire ... vraie ?

*Il semblerait que l'histoire se soit réellement passée ... aux États Unis évidemment.*

*Une dame âgée monte dans un avion et l'hôtesse l'installe à la place qui lui est réservée, à côté d'un grand bonhomme de couleur noire. S'apercevant de cette situation, la dame se plaint auprès de l'hôtesse de l'emplacement qui lui est réservé, qu'elle a payé sa place et qu'elle a droit à un emplacement de choix, etc, jusqu'à faire un scandale épouvantable. L'hôtesse promet alors qu'elle va faire tout ce qui est possible pour arranger la situation, et elle se dirige vers le poste de pilotage.*

*Quelques instants plus tard, l'hôtesse revient et annonce à la dame âgée qu'il reste une place inoccupée en classe de luxe, et que le commandant de bord est d'accord, au vu des circonstances exceptionnelles, que quelqu'un s'y installe en profitant des avantages qu'offre la classe de luxe (fauteuils confortables, espace plus large, apéritif, repas de luxe ...) sans aucun supplément de prix. L'hôtesse dit alors : "Si vous voulez bien me suivre ...". La vieille dame se lève alors, l'hôtesse se retourne en disant : "Mais non, pas vous, madame, le monsieur".*

## Journée sportive régionale à Hamoir

Notez simplement qu'elle  
aura lieu  
**le jeudi 5 octobre**  
**au hall omnisports de**  
**Hamoir**

énééo  
SPORT

En attendant, nous  
vous souhaitons de



Badminton, marche, aquagym, cyclotourisme, ...

Nous en reparlerons prochainement.

## Pour contacter les amicales

### Aywaille

**Courrier :** ✉ énéo, av. de la République française, 10 à 4920 Aywaille.

💻 [eneo.aywaille@gmail.com](mailto:eneo.aywaille@gmail.com)

**Président :** José Wégria ☎ 04/360.89.19 0474/23.78.78

💻 [jose\\_wegria@hotmail.com](mailto:jose_wegria@hotmail.com)

**Secrétaire :** Jacques Pirard ☎ 04/360.88.99

💻 [eneo.aywaille@gmail.com](mailto:eneo.aywaille@gmail.com)

**Trésorière :** Mireille Natalis ☎ 04/384.83.93 0498/19.09.29

💻 [mireille.natalis@skynet.be](mailto:mireille.natalis@skynet.be)

### Banneux

**Président :** Fernand Brandt ☎ 087/54.15.21 💻 [brandtfern@gmail.com](mailto:brandtfern@gmail.com)

### Esneux

**Présidente :** Suzanne Lemmens ☎ 04/388.20.28 0475/97.98.88

💻 [lemmens.suzanne@skynet.be](mailto:lemmens.suzanne@skynet.be)

**Secrétaire :** Louise Loxhet ☎ 04/380.38.00 0479/35.85.90

💻 [louiseloxhet@gmail.com](mailto:louiseloxhet@gmail.com)

**Trésorier :** François Collignon 💻 [f.collignon@hotmail.fr](mailto:f.collignon@hotmail.fr)

### Remouchamps

**Présidente :** Marguerite Sevrin ☎ 04/384.53.89

💻 [margueritesevrin47@gmail.com](mailto:margueritesevrin47@gmail.com)

**Secrétaire :** Christiane Lespagnard ☎ 04/384.57.93

💻 [christianelespagnard@gmail.com](mailto:christianelespagnard@gmail.com)

**Trésorier :** Marcel Bollinne ☎ 04/382.17.88

💻 [marcel.bollinne@gmail.com](mailto:marcel.bollinne@gmail.com)

### Sprimont

**Président :** Jean-Marie Biot ☎ 04/382.23.69 0470/63.45.26

💻 [g.reggers@jac-machines.com](mailto:g.reggers@jac-machines.com)

**Secrétaire :** Christian Flagothier ☎ 04/382.17.33

**Trésorier :** poste vacant