

PÉRIODIQUE TRIMESTRIEL
JUILLET - AOÛT - SEPTEMBRE
2014

Les Vaillants Acrenois

LVA - HT 050

Destinataire



COMMENT NOUS CONTACTER

www.vaillants-acrenois.be

HT050@FFBMP.be

Compte Belfius : IBAN BE04 0682 0338 0331

BIC GKCC BE BB

<i>Présidente & Correspondant Club</i>	THESIN Nadine Rue Haute 6 7861 Wannebecq	068/57 04 56 0498/20 65 11 HT050@FFBMP.be
<i>Trésorier</i>	SCHMAAL André	0472/30 12 61
<i>Secrétaire</i>	DELATOUR Marie-Paule	0479/47 87 40 gegemarie25@hotmail.com
<i>Vice-Président</i>	CARTON André	068/33 53 06
<i>Secrétaire-Adjointe</i>	CARTON Marielle	pussycatmarielle@hotmail.be
<i>Resp. Vêtements, Tombola, Cuisine & Publicité</i>	STIEVENART Francine	068/33 38 35
<i>Resp. Assurances & Gestion Site Internet</i>	BAILLY Anne	068/56 81 08 0495/61 57 99 LVA_HT050@live.be
<i>Resp. Affiliations, Promotion & Gestion Matériel</i>	THESIN Nadine	068/57 04 56 0498/20 65 11 HT050@FFBMP.be
<i>Coordinateur Circuits</i>	BEUTELS Lieve	0478/29 08 37 lieve.beutels@tvcablenet.be
<i>Organisation Bus</i>	ELLEGIERS Jean-Pierre	0473/26 39 28
<i>Vérificateurs aux Comptes</i>	BLONDIAU Isabelle LANCELLE Gérard	

Nos prochaines réunions auront lieu "Chez Sandrine" (Maison du Peuple)

Grand-Rue 38 - 7864 Deux-Acren

- **Jeudi le 17 juillet 2014 à 19h30**



Bonjour très chers Vaillants!

Voilà les vacances ☀.

Pour ceux qui partent, profitez-en bien, découvrez de nouveaux horizons.

Pour les autres, plein d'endroits en Belgique vous sont encore inconnus. N'hésitez pas à vous aventurer plus loin. Voyez les clubs qui viennent chez nous et allez leur rendre la pareille.

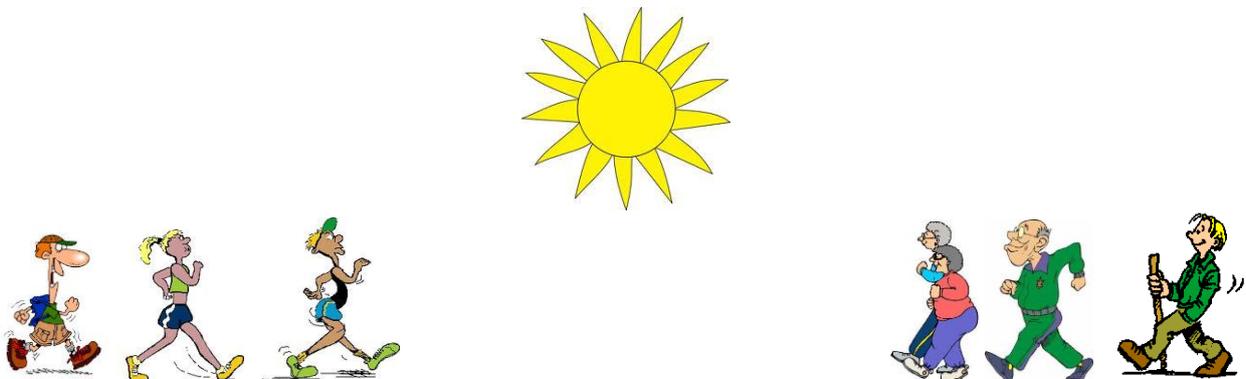
Notre marche du 3 août compte pour le challenge ACHO. Nous sommes classés 10ème. A cette occasion, comme d'habitude, tous les bénévoles sont les bienvenus, d'autant plus que certains sont en vacances.

Pour la première fois, nous partirons de la salle des Camomilles à Deux-Acren où se situe le terrain de football. Ensuite pour le challenge, il restera les marches de Brugelette, Mouscron, Mons et Leuze. Quelques points supplémentaires ne seraient sûrement pas de trop. Je vous rappelle que parcourir 2,5 km à 7,4 km vaut 1 point, 7,5 km à 12,4 km vaut 2 points, 12,5 km à 17,4 km vaut 3 points, etc ...

Comme vous pouvez le constater dans le calendrier ci-joint, plein de marches vous attendent. N'hésitez pas c'est l'été. Et puis comme on dit, bougez-vous, cela fait un bien fou.

A bientôt et encore bonnes vacances !!

Nadine



Funérailles DELAUW sprl

Funérarium-Fleurs-Pierres tombales



**80, rue de l'Hôtellerie
7860 Lessines**

**37, rue du Pont
7864 Deux-Acren**

**Organisation complète
de funérailles**

Tél. 068/33 26 30

A votre service 24h/24h

**électro ménager
matériel électrique**

***chauffage électrique
éclairage***

EMD

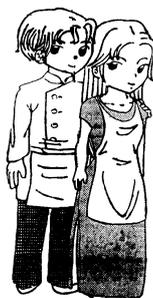
**Zoning Ouest 28
7860 Lessines**

Tél 068/33 49 47

Fax 068/33 79 51

François et Anne Guilla

**BOULANGERIE
PÂTISSERIE**



rue des Combattants 69

7866 Ollignies

Tradition familiale

Bon Anniversaire !



JUILLET	
6	Colette Demeulemeester
11	Pierre Lecardonnel
11	Olivier Marlier
14	Nadège Francezon
15	Armin Van Den Bosch
21	Nadine Renard
28	Bruno Biancolini
30	Anne Bailly

SEPTEMBRE	
8	André Schmaal
9	Alain Lermaniaux
16	Paul Cantraine
17	Davide D'Agostini
19	Jean Pierre Ellegiers
19	Catherine Neyroud
20	Michel Cauchie
20	Kristel Vanderbeek
24	Eric Wauters
25	Marc Flament
26	Jacques Vandermonst

AOÛT	
1	Maurice Declèves
1	Théo Heyerick
5	Francine Stiévenart
9	Guy Cauchie
10	Amjed Ghanni
13	Gilbert Vercaemst
15	André Carton
16	Freddy Huwé
19	Catherine Gallez
23	Martine Thésin
25	Willy Avrillon
28	Alain Sterckx



Nous souhaitons la bienvenue à :

Liana De Droogers - Ghoy

Maison du peuple



Grand rue 38, 7864 Deux-Acren

068/28.61.22 - 0471/32.20.82

Fermé le mercredi



Agence de Lessines

068/270.250 – Fax 068/270.269

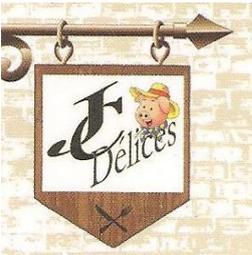
Grand-Rue, 37 – 7860 Lessines

Placements – Crédits - Assurances

CBFA 047548 cA-cB

**Souhaitez-vous un vêtement aux couleurs LVA ?
Contactez Francine Stiévenart - Tél 068/33 38 35**

Article	Tailles	Prix de vente	Carte de points
Bodywarmer - mixte	M - L - XL - XXL	€ 30	60 pts
Coupe-vent - mixte	S - M - L - XL - XXL	€ 15	30 pts
Débardeur bicolore - dames	S - M - L - XL - XXL	€ 10	20 pts
Débardeur blanc - dames	S - M - L - XL - XXL	€ 9	18 pts
Pantalon de survêtement - mixte	XS - S - M - L - XL - XXL	€ 25	50 pts
Parka rouge - mixte	S - M - L - XL - XXL	€ 45	90 pts
Polo bicolore - mixte	S - M - L - XL - XXL	€ 17	34 pts
Survêtement complet - mixte (veste + pantalon)	XS - S - M - L - XL - XXL	€ 50	100 pts
Sweat-shirt à capuche zippée - mixte	S - M - L - XL - XXL	€ 25	50 pts
T-shirt bicolore manches courtes - mixte	S - M - L - XL - XXL	€ 7,50	15 pts
T-shirt bicolore manches longues - mixte	M - L - XL - XXL	€ 10	20 pts
T-shirt gris chiné - hommes	M - L - XL - XXL	€ 6	12 pts
Veste de survêtement - mixte	XS - S - M - L - XL - XXL	€ 35	70 pts

<p>Boucherie JCDélices L'expérience au service de la qualité, le retour aux saveurs d'antan !</p>  <p>Grand' Place, 2 7860 Lessines 068/73 00 59</p> <p>jcdelices@gmail.com www.boucheriejcdelices.be</p>	<p>Boulangerie Pâtisserie</p> <p>Claude LEURART</p> <p>Rue de la Halle, 8 7860 LESSINES ☎ 068/33.53.10</p>
--	---

Restaurant la BUTTE

Chemin du Mouplon 45
7860 Lessines

Tél: 068/33.37.17

Cuisine ouverte :

lundi, mardi, jeudi de 12h00 à 14h00.
vendredi & samedi de 12h à 14h & 18h30 à 22h00.
dimanche de 12h00 à 14h00.

E-mail: marcobutte@skynet.be

Web: <http://users.skynet.be/restolabutte/>



Meubles Merlin



Chaussée de Grammont 60

7860 Lessines

Tél 068/33 44 75

info@merlin.be

www.merlin.be

Heures d'ouverture

8h-12h et 14h-19h

Fermé le mercredi

Billet d'humeur estival de l'an 2014 : «Vive les vacances, vive l'insouciance» ...



Bonjour à vous chers Vaillants !

Comment allez-vous ? Bien j'espère ... ça ne pourrait aller mieux vu que nous sommes en V.A.C.A.N.C.E.S. !!! Youppie ! Et pour une fois, nous avons de la chance (pourvu que ça dure) car depuis ce printemps nous avons quelques belles périodes de beaux temps avec de temps en temps de la pluie pour faire du bien à nos jardins et à la nature en général ; comme ça il n'y a pas trop de sécheresse.

Au menu de cet article, il y aura une évocation de quelques marches que j'ai faites dans la région bruxelloise, des recettes ... d'ailleurs que seraient mes billets sans recettes, un peu fades et sans couleur... hi hi hi et surtout de la bonne humeur !

Donc durant ce printemps, j'ai eu l'occasion de faire quelques marches proposées par des clubs de marche à Bruxelles :

1) le dimanche 6 avril, la section marche de la POLUC marching team organisait leur 1^{ère} balade «entre Soignes et Senne». Le départ se faisait de Linkebeek. Avec quelques vaillants, nous avons tenté l'expérience de pousser une pointe jusqu'à la périphérie bruxelloise. Les trajets proposés étaient variés : sentier, parc, bois, communes vertes, montées et descentes. Nous avons été agréablement surpris.

2) le samedi 19 avril, la section marche de la S.T.I.B. organisait sa 24^{ème} marche des cerisiers. J'ai fait le parcours de 21 km. Celui-ci se faisait sur les communes d'Auderghem, Watermael-Boitsfort ainsi que la forêt de Soignes.

Le parcours était magnifique. Dommage pour les cerisiers car le printemps était en avance. Ils avaient perdu leur superbe couleur car il n'y avait plus de fleurs. Quant à elles, les feuilles étaient bien présentes. De plus, le soleil était de la partie ! A la fin de ma balade, vers le retour à la salle, j'ai croisé 2 de nos vaillants (Fabienne et Anthony). Ils avaient, tout comme moi, fort apprécié le parcours et étaient agréablement surpris que l'on puisse faire de si belles marches à Bruxelles. Il faut dire que ces communes sont bien situées. Elles sont toutes proches de la forêt de Soignes. Ce sont aussi des localités fort arborées, fleuries et vertes. J'ai déjà eu l'occasion de faire cette marche, il y a 2 ou 3 ans. Cette fois-là, j'ai eu moins de chance avec la météo. C'était un temps plutôt variable, un peu frisquet et venteux. Par contre, les cerisiers étaient en fleurs. Cette fois-là, au niveau des participants, ils eurent +/- 450 marcheurs. Mais cette année, leur marche tombait le week-end de Pâques. Du coup, ils ont eu presque 300 marcheurs. C'est bien dommage pour eux car c'était vraiment une très belle marche.



le dimanche 11 mai, la « Bruegelienne » organisait une marche intitulée « Bruxelles en mai». Je ne vais pas pouvoir vous en parler énormément parce que malheureusement je n'ai pas pu la faire. Le départ se faisait d'Auderghem. Je suis certaine que le parcours devait être superbe. ►►



Anita's Mood

DÉLICATESSES & PRODUITS FINS

lu-ma-je 9h30-18h30
vendredi 10h-18h30
samedi 9h-18h
dimanche 10h-12h

Grand Place 33
7860 Lessines
068/28 66 18

mercredi fermé

anitas-mood@hotmail.com

*"Une émotion, un caprice, un petit creux,
Une pointe d'exotisme, un impromptu, un imprévu,
Un dépaysement, une découverte gustative,
Un vin fin, une bière brassée avec passion,
Un biscuit craquant, un chocolat finesse,
Une praline sourire,
Un panier garni comme une ode à la vie
A la mode d'Anita ..."*



Coiffure Magda

Rue de Lessines 36
7864 Deux-Acren
Tél 068/33 60 84





Comme je vous l'ai expliqué plus haut, cette commune est située près de Watermael et la forêt de Soignes. «Encore» me direz-vous ? Il faut dire que la forêt de Soignes est tellement vaste qu'il y a de quoi varier les parcours et les plaisirs.

3) Le dimanche 18 mai, la section marche Police Walkers d'Anderlecht organisait leur «marche champêtre dans la vallée de la Pede». Le départ se faisait d'Anderlecht. J'ai fait la plus longue distance (21 km) avec une amie qui ne fait pas partie d'un club de marche. Le beau temps était de la partie et le parcours était magnifique et très varié. Le début de la balade nous faisait quitter Anderlecht et très vite nous étions dans la campagne des environs de Dilbeek et d'Anderlecht. Nous sommes aussi passées dans la vallée de la Pede et le quartier du Vogelenzang. À la fin de la balade, j'étais étonnée de constater qu'ils n'y avaient que +/- 440 marcheurs. Ce jour-là, pas de bol pour eux, mais il y avait les 20km de Bruxelles, une marche A.D.E.P.S. qui chevauchait leur parcours et le match Standard-Anderlecht. Ce club organise qu'une seule marche par an et c'est celle-là.



Voilà mes découvertes bruxelloises. Je vous conseille vivement de pousser une pointe jusque notre capitale. Je suis bien consciente que cela fait quelques kilomètres à faire jusque là-bas mais cela en vaut vraiment la peine. Il y a toujours la possibilité de prendre le train (utiliser le billet weekend, c'est moins cher) et les transports en commun qui desservent très bien les diverses communes bruxelloises.

Bon et maintenant passons aux recettes :

Ces recettes sont un petit souvenir de mes vacances récemment passées en Grèce.

1) feta au four :



1 bloc de feta par personne –
origan - 1 poivron jaune - 1
poivron rouge – 1 oignon et de l'huile d'olive.

Prenez un plat à gratin. Huilez-le bien. Déposez le bloc de feta et saupoudrez-le d'origan. Coupez en lanières les poivrons et l'oignon. Faites les revenir un peu à la poêle pour les ramollir. Répartissez le mélange oignon-poivron sur la feta. Arrosez de 2 à 3 cuillères à soupe d'huile d'olive par bloc de feta. Passer au four au moins ½ heure à thermostat 6. Vérifiez la cuisson, la feta doit

être encore blanche et bien ramollie.

Petits conseils pour la feta : regardez sur l'emballage qu'elle soit bien fabriquée en Grèce car il y a beaucoup de pâles copies. Quand vous déballez la feta, rincez-la bien sous l'eau froide pour enlever la saumure puis l'épongez-la dans du papier essuie-tout. ►►

Centre funéraire

24h/24 et 7j/7 depuis maintenant 40 ans déjà

Les Pompes Funèbres DEGAUQUE mettent à votre service depuis le 2 octobre 2009 leurs NOUVEAUX LOCAUX:

- 6 chambres individuelles, spacieuses et climatisées
- Salon d'accueil pour familles
- Salle de toilette et d'embaumement
- Salle de cérémonie
- et toujours Salle de réception pour cafés/sandwiches dans un cadre serein et chaleureux EN TOUTE CONFIANCE



Services de qualité, respect, accompagnement à chaque instant

Heures de visite au Funérarium

Du lundi au samedi de 10h à 19h

Dimanche et jours fériés: de 9h30 à 13h

**** Parking aisé ****

Chemin de Papignies, 1 * 7860 Lessines (près des cimetières)

Tél : 068/33 31 58 * GSM : 0496 / 23 03 30

Funérailles - Incinérations

toutes communes et toutes régions

Nécrologies dans les journaux * lettres faire-part,...

Registre condoléances * Fleurs * Articles funéraires

Caveaux * Contrats obsèques

UNIQUE DANS LA RÉGION:

installation de chapelle ardente à domicile

avec table réfrigérante, habillage complet de la pièce

Degauche Serge & Brigitte



VEHICULES TOUT CONFORT (avec plateaux élévateurs électriques)
adaptés pour le transport en CHAISES ou fauteuils roulants (semi-couchés)
• Déplacements pour sorties en famille, coiffeur, restaurant, magasins, médecin, dentiste, ...
tous les jours, samedis, dimanches et jours fériés inclus.

TRANSPORT MALADES 24 h / 24

- Hospitalisation • Sortie clinique • Revalidation
- Transports toutes directions
- Prix adaptés toutes mutuelles.
- Prix étudiés pour radiothérapie et dialyse.
- Accompagnement des patients dans leurs démarches
- FACILITES DE PAIEMENT -

également NAVETTES: véhicules 8 places





2) la salade grecque :



1 bloc de feta par personne – origan - ¼ de concombre par personne – 1 tomate par personne - ¼ d'oignon par personne - ¼ de poivron vert par personne - 1 dizaine d'olive Kalamata par personne – sel - poivre – 1 cuillère à soupe de vinaigre et 2 cuillères à soupe d'huile d'olive.

Lavez les légumes. Épluchez le concombre. Coupez les légumes en cubes de 1 à 2 cm. Coupez l'oignon en lamelles. Mélangez tous les légumes avec les olives. Salez et poivrez. Arrosez d'huile et de vinaigre. Mélangez le tout. Disposez la salade sur une assiette ou un plat de présentation. Rincez, épongez et disposez la feta sur la salade. Et saupoudrez-la légèrement d'origan.

Astuces : les olives Kalamata sont une variété d'olives produites en Grèce. Pour le goût et l'ambiance privilégiez une huile d'olive grecque. Le petit conseil vin pour accompagner ces 2 plats : la Retsina, vin blanc à boire très frais ou éventuellement un vin rouge grec, Naoussa ou Tsantali, que l'on trouve facilement dans les grandes surfaces sinon allez chez un bon négociant en vin !



Voilà pour cet article estival. J'espère que vous l'aurez apprécié ?

Profitez bien de vos vacances en famille ou entre amis. Je vous souhaite de très belles marches durant ces 2 mois d'été.

Je vous dis à bientôt.

**Votre fidèle rédactrice du billet d'humeur,
Marielle**

Boucherie «Zoé»

ouvert de 8h30 à 19h
Fermé lundi et dimanche

Grand-Rue d'Acren 44
7864 Deux-Acren
Tél 068/33 66 11



Boulangerie – Pâtisserie
Confiserie – Pralines

Chez Fédora



Rue de la Halle
7860 Lessines
Tél 068/33 32 48

Coiffeur Daniel



Postiches & Perruques

Rue des 4 Fils Aymon 26
7860 Lessines
068/33 86 26

Sans rendez-vous

Mar 8h30 à 12h00
13h30 à 18h00
Mer 8h30 à 12h00
Jeu 8h30 à 12h00
13h30 à 18h00

Sur rendez-vous

Mer 13h30 à 18h00
Ven 8h30 à 12h00
13h30 à 18h00
Sam 8h30 à 18h00

Fermé le lundi

François et Anne-Giella

BOULANGERIE
PÂTISSERIE



Rue des Combattants 69
7866 Ollignies

Tél 068/34 08 88

Tradition familiale



Votre Courtier
Votre meilleure
Assurance

Françoise COUNASSE
Assurances – Prêts - Placements
Rue César Desprez 98 – 7860 Lessines
Tél 068/33 59 15 – Fax 068/ 33 81 61
e-mail : f.counasse@portima.be
n° CBFA 14067

Les chemins creux

Les chemins creux font partie de ces petits éléments du paysage qui rompent avec la monotonie de notre région.

Ils illustrent également très bien cette notion de maillage écologique dans lequel chaque maille naturelle de notre environnement forme un chaînon essentiel d'un ensemble plus vaste, indispensable au maintien des espèces animales et végétales. C'est l'ensemble de ces éléments qui rendent également nos paysages plus riches et plus agréables. Que seraient en effet nos campagnes sans les indispensables haies, bosquets, talus et autres arbres isolés ?



Outre leur intérêt paysager, et écologique, les chemins creux offrent également un terrain idéal pour les randonneurs, cyclistes et cavaliers qui y trouvent un espace idyllique pour la pratique de leur passion.

Mais que sont en fait les chemins creux ?

La définition paraît évidente. Un chemin creux est un sentier dont le niveau se trouve en dessous de celui des terrains adjacents. Par ce fait, ce chemin est entouré de part et d'autre par des talus plus ou moins abrupts selon la profondeur du chemin.

Les chemins creux se sont formés suite à l'action simultanée de l'érosion et de l'activité des agriculteurs qui empruntaient systématiquement les mêmes chemins pour accéder à leurs terres. Les chemins creux sont donc tributaires de la constitution des sols et des sous-sols. Il faut d'une part une terre qui se laisse emmener par les pluies, mais d'autre part, il faut que la structure du sous-sol permette au talus de se stabiliser.

Les fonctions des chemins creux

Jadis, la première fonction de ces chemins était donc de permettre l'accès aux parcelles agricoles. Ensuite, ils avaient des fonctions secondaires, comme la production de bois, une protection des villages contre les eaux de ruissellement et la production d'un fourrage pour le bétail.

Aujourd'hui, l'intérêt de ces chemins, outre leur potentiel en matière de tourisme vert, réside également dans les possibilités pédagogiques remarquables qu'ils ouvrent.

Tant au niveau géologique, archéologique qu'historique, ces chemins offrent en effet de nombreuses occasions de mieux connaître la région.

Mais c'est surtout sur leur potentiel en tant que refuges naturels qu'il convient d'insister. Ces milieux, offrent à plusieurs espèces animales et végétales des opportunités naturelles qui ont quasi disparu ailleurs sur le territoire.

Protégeons nos chemins creux

Et ne commettons plus l'erreur commise lors des premiers remembrements agricoles qui les ont systématiquement comblés.

Source : Wallonie Environnement

Coiffure Jean-Luc



Rue de l'Hôtellerie, 16
7860 Lessines
Tél 068/33 63 30
sur rendez-vous



Coupes hommes et enfants
Soin des cheveux
Articles de parfumerie

Heures d'ouverture

du mardi au vendredi
de 8h00 à 19 h00 non stop
samedi
de 7h00 à 17h00 non stop

Afghane, chinoise, nordique... Toutes les marches exotiques

Gagner en vitalité, en endurance ou bien en sérénité, avec la marche tout est possible. La forme au bout des pieds : on y pense et on s'y met dès maintenant. A chacune son style !

La marche afghane : la plus endurante

Les chameliers afghans l'ont inventée pour parcourir de longues distances à bonne allure sans faiblir. Le chercheur Edouard G. Stiegler les rencontre dans les années 80 et importe la méthode. Accessible à toutes personnes valides, la marche afghane s'impose pour marcher vite et sans fatigue.

Le bon geste : basée sur le principe de synchronisation de la respiration sur le pas, la marche afghane permet de s'adapter sans fatigue aux différents terrains. Le rythme de base est le 3/1, 3/1. Explications : j'inspire sur les trois premiers pas, je bloque ma respiration au quatrième puis, j'expire sur les trois pas et bloque au quatrième. Un peu technique au premier abord, mais on s'y fait vite.

Les bienfaits : véritable pratique d'endurance, elle augmente la consommation d'oxygène et régénère l'organisme. Le gain d'énergie réside dans l'harmonisation du geste et du souffle.

Où pratiquer ? : www.marche-consciente.com - En préparation au trekking : www.tirawa.com - En initiation en montagne : www.prorando.net

A lire : Régénération par la marche afghane par Edouard G. Stiegler. (ed Guy Trédaniel).



La marche nordique : la plus tonique

A l'origine, la marche nordique a été créée par les skieurs de fond comme entraînement d'été. Il s'agit d'une marche dynamique utilisant des bâtons légers et adaptés permettant la propulsion avec les bras. Très populaire dans les pays scandinaves, cette marche est comparable au ski de fond... sans skis, ni neige.

Le bon geste : Chaussures de randonnées aux pieds et deux bâtons appelés Nordic stick dans les mains, vous propulsez joyeusement votre corps vers l'avant en accentuant le mouvement de balanciers. Le rythme est soutenu, la foulée plus longue que dans la marche traditionnelle. Bref, vous brûlez un max de calories (400 kcal/heure).

Les bienfaits : C'est un sport très complet qui allie aventure pédestre et optimisation de la condition physique. Les bras, les épaules, le cou et les pectoraux sont sollicités en plus des fessiers et des cuisses. Grâce au "planter" de bâton, elle fortifie les os et prévient l'ostéoporose.

La marche version "chi" : le plein de sérénité

Association de la marche et du Qi Gong, la randonnée version chi permet de coupler l'aspect énergétique des gymnastiques de santé asiatiques et les bienfaits de la marche. En pratique, on marche en pleine nature, ambiance randonnée toute douce, en réveillant son chi (énergie vitale).

Le bon geste : Vous crapahutez en contact avec les paysages et les parfums. Puis entre deux marches, vous vous étirez, vous respirez selon les principes du Qi Gong. Bref, vous relâchez vos tensions et vous vous mettez à l'écoute de votre corps





**lundi - mardi -
jeudi - vendredi
de 08h30 à 13h
et de 14h à 19h
samedi
de 8h à 18h30**

**Rue des Fosses 126
7860 Lessines
068/456 455**

**Fermé :
mercredi et
dimanche**



**BNP PARIBAS
FORTIS**

Agence Lessines

Grand Place 10 | 7860 Lessines
T: +32 (0)68 27 02 70 | F: +32 (0)2 565 03 94
lessines@bnpparibasfortis.com

**Boulangerie
Pâtisserie
Pom' Cannelle**

**Chaussée de Renaix 33
7860 Lessines**

Tél 068/33 33 98

Notre Spécialité :
la Qualité !



Le plus grand magasin de la région
pour le vêtement de qualité
068/33 24 45
www.vetementsvidts.be

**Friterie
Chez Sophie**



Heures d'ouverture

lun 11h30 - 13h30/18h00 - 22h00
mar 11h30 - 13h30/18h00 - 21h00
jeu 11h30 - 13h30/18h00 - 22h00
ven 11h30 - 13h30/18h00 - 23h00
sam 11h30 - 13h30/18h00 - 23h00

Fermé mercredi & dimanche

**Rue de
l'Hôtellerie 96
7860 Lessines
068/33 97 87**

**Garage COUVREUR
sprl**

Raymond Couvreur
Gérant



Wir leben Autos.

**Chaussée de Renaix 320 B
7862 Ogy**

Tél 068/44 92 92

couvreur.fabienne@skynet.be

AU P'TIT BOUCHIE



Chez STANY & CINDY
Tradition et Artisanat sont notre force

**BŒUF-VEAU-PORC-MOUTON-
VOLAILLE-CHARCUTERIE
PLAT TRAITEUR ARTISANAL
FROMAGE**

Ouvert du mardi au samedi
De 8h à 12h30 et de 13h à 19h

Rue des Patriotes – 7860 Lessines
Tél 068/33 36 58

Boulangerie-Pâtisserie

**Eddy
Vanstals**

**10, Rue Beausoir
7911 Oeudeghien**
Tél 068/64 52 02



**Spécialité de Tartes au Maton
et Mastelles**

La qualité de nos produits fait notre réclame



Les bienfaits : La pratique permet à la fois de réveiller son énergie et de se relaxer tout en se musclant en douceur. La stimulation de l'énergie vitale le long des méridiens d'acupuncture apporte vitalité et équilibre émotionnel.

Où pratiquer : Contacter la Fédération de Qi Gong qui organise régulièrement des stages, www.federationqigong.comstages. Dans le désert, Thierry Roques, www.sableo.com

La randonnée : la plus globe-trotter

Marcher, c'est ne faire plus qu'un avec notre belle planète. Et si, plus d'une tribu se partagent les sous-bois, il y a de bonnes raisons : retrouver ce plaisir rare de marcher sur un chemin d'eau, parcourir toute une région pour les plus entraînés..

Le bon geste : Abordez votre entraînement progressivement, $\frac{3}{4}$ d'heure suffisent pour commencer. Mettez l'accent sur la respiration. Dans les montées, faites des pas courts et inclinez légèrement votre corps vers l'avant. Dans les descentes en revanche, acceptez de rester un peu droit. Vos chevilles, vos genoux, vos hanches et vos lombaires contribuent à vous stabiliser en cas de terrain accidenté.

Les bienfaits : Cette activité a des effets sur le système cardio-pulmonaire et respiratoire, sans contrainte musculaire forte. Elle permet d'augmenter son endurance et de brûler des calories. Les muscles externes de vos cuisses en particulier sont très sollicités.

Source : Catherine Maillard, Doctissimo.fr

Les mauvaises rencontres de l'été : les piqûres de taons



La pratique du sport ou d'une activité physique, que ce soit à la campagne, au bord de la mer, en montagne ou au bord d'un lac nous réserve quelques surprises. Les taons ressemblent à des grosses mouches, très présentes aux abords des cours d'eau ou en montagne.

Ils se fixent sur la peau insidieusement lors de la pratique sportive et nous piquent. La piqûre est généralement très douloureuse et la réaction de la peau très intense, donnant **une grosse papule rouge** (gros bouton), une douleur très intense et prolongée.

Conduite à tenir : il est recommandé d'appliquer **une pommade antihistaminique**, voire une pommade contenant un corticoïde selon l'intensité de la douleur et de la réaction locale. Vacances, sports et activités physiques doivent être synonymes de plaisir et de santé. Restez prudent, équipez-vous correctement. Dernier conseil : il n'est pas inutile de posséder une petite trousse d'urgence qui permettra d'intervenir pour les petits malheurs avant que cela ne tourne au cauchemar. Et n'oubliez pas le numéro des services de secours **112 par portable GSM**.

Source : Dr. Frédéric Mato, Irbms.com

Prologue de la Marche du Pays des Guimauves

(voir page 21).

Le prologue de la Marche du Pays des Guimauves aura lieu le samedi 19 juillet 2014 (départ à 09h00).

Rendez-vous au parking des Camomilles,
Grand-Rue (près du Pont de la Dendre)
à Deux-Acren.

Nous ferons le circuit des 12 km.
Le détail des différents circuits est disponible sur notre site internet
www.vaillants-acrenois.be

Nous profitons de l'occasion pour demander aux bénévoles de se manifester afin de nous donner un coup de main lors de notre marche du 3 août prochain.

Envie de devenir membre?

Contactez Nadine THESIN

0498/20 65 11

ou

HT050@FFBMP.be

Une affiliation coûte 5€ par an

(enfants -12 ans : 2,70€)

assurance comprise

Envie de devenir bénévole?

Contactez Nadine THESIN

0498/20 65 11

ou

HT050@FFBMP.be

Avez-vous le don d'organisation

ou des doigts de fées ?

N'hésitez pas et participez !

La réserve naturelle « Les Prés Rosières »

Notre marche du Pays des Guimauves du 3 août prochain aura comme axe central les Prés Rosières

La réserve naturelle agréée de 'Prés Rosières' (Deux-Acren, Overboelare, Moerbeke), la seule réserve bicommunautaire de notre pays, est la propriété en Wallonie de la LRBPO (Ligue Royale Belge pour la Protection des Oiseaux) et en Flandre de Natuurpunt, autre association de protection de la nature.

Elle est située le long de la Marcq, rivière poissonneuse ayant son embouchure dans la Dendre, dans une vallée très verdoyante et presque libre de toute habitation. Pratiquement toute la vallée est reconnue depuis peu comme zone Natura 2000, tant par la Région Wallonne que par la Région Flamande et une partie comme zone de quiétude.

Les flancs des collines, couverts à certains endroits de bois de feuillus mixtes, vous offrent de magnifiques points de vue. D'une superficie de 80 ha, 'Prés Rosières' a été créée en 1987. La Ligue y dispose d'un centre d'accueil dans la grange de l'historique ferme St-Antoine (où nous organiserons un point de contrôle). La réserve dispose de deux sentiers balisés libres d'accès.

Même sur la voie publique, vous pouvez encore écouter les 'sons du silence' de la vallée et l'obscurité environnante vous permettra de vous laisser émerveiller sous un ciel étoilé. Pendant la journée, vous pourrez admirer les vaches Galloway, entourées d'une vingtaine d'espèces de papillons. Les Galloways, utilisées de façon extensive, gèrent les prairies les plus humides.





Café du Jeu de Balle

0498/27 13 07

Ouvert dès 10h00

Fermé le lundi

Le GPS et la randonnée

Les piétons aussi ont besoin de retrouver leur chemin ! C'est pourquoi les fabricants ont créé des GPS avec mode piéton intégré. Votre GPS vous indique le meilleur chemin à pied sans tenir compte des sens uniques et en vous faisant éviter les voies rapides ou les voies sans trottoir.

Marcheur d'un autre type, vous arpentez les sentiers de randonnée tout autant que les sentiers urbains? Optez pour un GPS spécial randonnée! Grâce aux cartes IGN pré-chargées, il affiche votre position, votre cap, la direction à suivre lors de vos balades à pied ou à cheval. Hameaux, moulins, lieux-dits, chapelles... impossible de se perdre: tout est répertorié.

L'offre de GPS destinés spécifiquement aux randonneurs est de plus en plus importante. Les appareils proposés aujourd'hui, bien que d'un prix encore assez élevé, sont légers, fiables et performants.



Leur utilisation est pratiquement indissociable d'un logiciel de cartographie tel que CartoExploreur, qui permet de préparer sa randonnée et, à l'issue de celle-ci, de l'afficher sur une carte et de la partager avec d'autres randonneurs.

Les utilisations principales sont :

- tracer à l'avance un itinéraire dans un logiciel cartographique et utiliser le GPS sur le terrain pour suivre cet itinéraire ;
- relever un itinéraire que l'on parcourt, pour pouvoir ensuite le visualiser dans un logiciel cartographique et le partager avec ses amis ;
- utiliser les ressources du GPS pour géolocaliser ses photos, par exemple dans Google Earth.

Source : FF de Randonnée

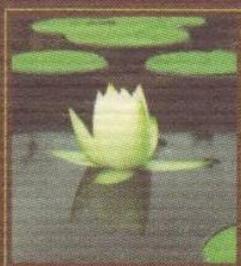


Garage Gosselin S.A.

Chaussée G. Richet 227b

7860 Lessines

Tél 068/33 27 21



Chez
Nina
Artisan Fleuriste



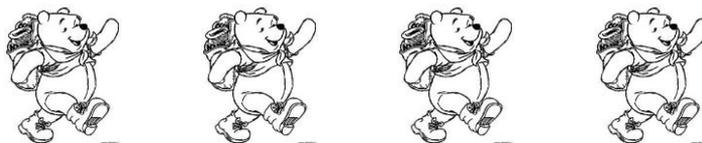
Près des Cimetières de Lessines

Tél 068/33 27 50

Fax 068/66 52 22

www.cheznina.be





Les 2 prochaines marches 2014 des Vaillants Acrenois sont :

Dimanche 3 août 2014

Marche du Pays des Guimauves

Départ du Stade des Camomilles

À Deux-Acren

Dimanche 23 novembre 2014

Marche de Saint Martin

Départ de "La Gaminerie"

À Lessines

Vous les trouvez sur notre site
www.vaillants-acenois.be
et elles sont également annoncées à



BIJOUTERIE - JOAILLERIE - HORLOGERIE

Daudergnies

FERMÉ LE LUNDI

L'authentique alliance LINARIA



Cristaux

SWAROVSKI

Etains des Potstainiers Hutois

MONTRES : Festina - Lotus - Calypso - Boccia - Casio - GO -
Flik-Flak - Candino - Certus - Lacoste

7860 LESSINES - 3, Rue Général Freyberg - Tél. 068 33 27 70 - Fax 068 33 77 54

Transport ♦ Terrassements ♦ Drainage ♦ Démolition

Placement de citernes – Mini station épuration

Nivelage – Terre arable etc...



Entreprise Agricole



ANDRE VAN WONTERGHEM & FILS

Chaussée Victor Lampe 195 – 7866 Ollignies

 068/33 46 95

Dépôt de gaz butane et propane Shell et Primagaz

- Les Marcheurs du Souvenir Leuze vont à **Ecaussines et Doische (province de Namur) le samedi 02 août 2014**
Prix 15 €
- Les Marcheurs de la Sylle vont à **Sourbrodt (province de Liège) au cœur des Fagnes le samedi 23 août 2014**
Prix 15 € - info : Philippe Maelschalck tél 02/355 30 42
- Le Comité de la Balade Gourmande à Quévy organise sa promenade campagnarde de 8 km avec 7 escales gourmandes au profit de « Make a Wish » **le dimanche 21 septembre 2014**
Prix 45 € adultes et 20€ enfants de moins de 12 ans
info : labaladegourmandequivy@outlook.be – tél : M. Malengreau 0471/64 51 61 (après 17h30)
- Les Marcheurs du Souvenir Leuze vont à **Philippine (Pays-Bas) le samedi 09 novembre 2014**
Prix 16€



44
ans

Cuisines équipées - Placards - Salles de Bains

ALNO®



DM-Line

Astridlaan 41
9500 Geraardsbergen
Tél. 054/41 15 67
0476/20 26 05
keukenscosyns.eu

VF ANDROOGENBROEK **& FRANÇOIS**

ATELIERS S.A.

Rue d'En Bas 40 - 7864 DEUX-ACREN - 068/33 27 03

ateliersvf@skynet.be

Châssis - Portes - Vérandas - Volets

ALU ◊ **PVC** ◊ **BOIS**

SGG CLIMAPLUS®
Glass Expert



Wyma
N.V. INTERNATIONAL S.A.

SAINT-GOBAIN

aliplast®

SCHÜCO
INTERNATIONAL

GLASS

AGC

CLASSEMENT DES MARCHES

Challenge ACHO 2013

Classement intermédiaire

Clubs faisant partie de l'Association	HT 029 16-Fév	HT 069 02 mars	HT 076 9-Mars	HT 075 16- Mars	HT 003 30- Mars	HT 018 18-Mai	HT 028 01-juin	HT 060 15- Juin	TOTAL
HT.061 Marcheurs Police Mons	337	209	224	155	101	279	191	184	1680
HT.062 Les Trouvères Ellezelles	129	117	42	107	213	117	93	129	947
HT.060 Les Roitelet Ladeuze	163	142	92	129	181	171	63	0	941
HT.029 Sans-Soucis Ghlin	0	111	141	133	52	133	119	58	747
HT.001 Les Sucriers Brugelette	106	102	68	80	101	107	96	84	744
HT.067 Les Hurlus en Balade	80	177	34	144	69	102	32	22	660
HT.075 Mont-Marche Tournai	33	177	52	0	186	109	20	64	641
HT.018 Val de Verne Péruwelz	66	118	49	117	92	0	62	71	575
HT.028 Les Marcheurs de la Sylle	65	56	31	47	96	96	0	80	471
HT.050 Vaillants Acrenois	68	55	16	26	97	53	64	41	420
HT.051 Marcheurs du Souvenir	44	38	18	31	30	50	18	31	260
HT.069 Randonneurs Ht-Escout	43	0	13	62	28	48	18	30	242
HT.076 Van Gogh Cuesmes	22	23	0	35	34	16	4	4	138
HT.003 Verdigym Flobecq	7	9	0	16	0	12	8	11	63
HT.043 Ropieurs Mons	23	2	8	2	6	8	0	0	49
TOTAL	1186	1336	788	1084	1286	1301	788	809	8578

Source : ce classement ne représente qu'une partie du tableau. Le classement complet est publié sur le site www.vaillants-acreinois.be

Une fois n'est pas coutume... voici une blagounette

C'est l'équipe de France de football qui part jouer en Afrique. Dans l'avion, le commandant de bord n'arrête pas de sentir l'avion bouger dans tous les sens, il appelle l'hôtesse.

- Qu'est-ce qu'il se passe derrière ?
- Oh rien ! C'est l'équipe qui s'entraîne ...
- Faites ce que vous voulez, il faut que ça s'arrête...

L'hôtesse s'en va... au bout de cinq minutes de calme, le commandant rappelle l'hôtesse et lui demande :

- Que leur avez-vous dit pour obtenir le calme si rapidement ?
- Je leur ai dit d'aller jouer dehors ...

DimiNu'TiFS

Salon de coiffure mixte

Vous propose :

- les avantages des soins et traitements sous le casque à vapeur
- la coloration pour cuir chevelu sensible
- la coloration express 10 minutes
- conseils personnalisés en fonction de votre morphologie, caractère, forme de visage

- ...



DimiNu'TiFS
Grand Place 7
7860 Lessines
068/30.21.67
0498/806 746
WWW.DIMI NU-TIFS.BE

Mais encore ...

- des tarifs spécial étudiants (- 10%) jusque 18 ans
- 10% le mois de votre anniversaire (valable 1 seul fois sur tout/ offre cumulable pour les étudiants)
- chèque cadeau personnalisés à offrir
- revente de produits professionnels
- ...

Ouverture :

jeudi au samedi 8h30 - 18h+
mercredi durant congés scolaires 09h -
18h
sur R.D.V.

Grand Place 7
7860 Lessines
068/30 21 67
0498/806 746



Taverne chez Nancy

« Au Bon Vieux Temps »

Fermé le mardi

Place Curé Borremans 6
7861 Papignies
0477/23 45 14



CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Date	N° club	Cercle organisateur	Distance	Heure de départ	Lieu de départ
------	---------	---------------------	----------	-----------------	----------------

MARCHES F.F.B.M.P. & AKTIVIA 2014

Mercr. 2 juil.	AKT 135	Padstappers Geraardsbergen VZW	5-7-8-12- 16-22-32	7h½-15h	Tijdelijke feestzaal Akrenbos 133 1547 Bever
Jeudi 3 juil.	AKT 414	Comité 2000	6-12	17h- 19h½	D'Eenaemsche Vierschaere Martijn van Torhoutstraat 184 9700 Ename
Sam. 5 juil.	HT 062	Les Trouvères Club de Marche <u>Challenge interclubs ACHO</u>	4-7-14-25 50	07h-15h 06h-09h	Ecole Communale Vieux Moulin 4 7890 Wodecq
Sam. 5 juil.	HT 082	Les Rase Mottes D'Aiseau Presles	4-7-12 21	07h-15h 07h-12h	Salon Communal Rue Lambot 6250 Aiseau
Dim. 6 juil.	HT 009	Les Traine-Savates Montignies S/Sambre	3-7-13-21	07h-15h	Salle Paroissiale Rue de la Chaussée 194 6141 Forchies-La-Marche
Dim. 6 juil.	AKT 294	CSC-Lierde/Club voor Sport en Cultuur	6-12-18- 24-32	6h½-15h	O.C. De Lier Nieuwstraat 21 9570 Sint-Maria-Lierde
Sam. 12 juil.	HT 014	Marcheurs de la Police de Jumet	6-10-15- 25	07h-14h	Place des Résistants A.54 – Sortie 21 ou 22 6230 Viesville
Sam. 12 juil.	AKT 233	Hanske De Krijger Oudenaarde	4-6-12- 18-24-32- 42-50	06h-15h	K.B.O. Sint-Walburga Smallendam 25 9700 Oudenaarde
Dim. 13 juil.	HT 011	Les Marcheurs du XII de Marcinelle	5-10 20	07h-15h 07h-13h	Salle Saint-Martin Rue de l'Eglise (R3 sortie 4) 6110 Montigny-Le-Tilleul

<p>Librairie des Gamonilles</p> <p>Point-Poste - Lotto - Nettoyage à sec Photocopie - Fax</p> <p>Grand-Rue d'Acren 31 7864 Deux-Acren Tél 068/28 28 03</p> <p>Ouvert tous les jours 6h45 - 12h00 14h - 18h00 Fermé dimanche & lundi après-midi</p> 	<p>Chaussures Maroquinerie Bijoux de fantaisie</p>  <p>Jean-Marie & Jean-François Debilde Grand-Rue d'Acren 13 7864 Deux-Acren ☎ 068/33 53 77</p>
--	--

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Dim. 13 juil.	AKT 087	WSV De Sportvrienden VZW	6-12-18- 25-32-50	07h-15h	Heilige Harten College Onderwijslaan 4 9400 Ninove
Mercr. 16 juil.	AKT 163	WSV Egmont Zottegem VZW	7-10-14- 18-21-28	07h-17h	O.C. Velzeke (Provinciebaan t.h.v. n°277) Provinciebaan 9620 Velzeke-Ruddershove
Vendr. 18 juil.	HT 025	Les Marcheurs de la Police de Binche	100	21h en Masse	Salle du Kursaal Av. Wanderpepen 30 7130 Binche
Sam. 19 juil.	HT 025	Les Marcheurs de la Police de Binche	4-6-12 25	07h-14h 06h-11h	Salle du Kursaal Av. Wanderpepen 30 7130 Binche
Dim. 20 juil.	HT 065	Les Aigles de Bellecourt	5-12-25	07h-15h	Salle Paroissiale Rue Rondeau 7170 La Hestre
Dim. 20 juil.	AKT 114	Wandelclub de Marktroppers Herne VZW	4-6-10- 15-22-32	07h-15h	Zaal Willem Tell Hernestraat 5 1570 Tollembeek
Dim. 20 juil.	AKT 196	WSV Land Van Rhode	6-10-14- 18-21	07h-15h	OC Oordegem (aan kerk Oordegem) Oordegemdorp 29 9340 Oordegem
Lundi 21 juil.	HT 069	Les Randonneurs du Haut-Escout	5-10-15- 20-25-30	07h-15h	Salle du Café « L'Escale » Rue du Centre 57 7640 Peronnes-Lez-Antoing
Sam. 26 juil.	HT 031	Les Tatanes Ailées Epinois	5-10-20- 30-40 50	07h-15h 06h-09h	Cercle « L'Union » Rue S. Allende 208 (Grand'Place) 7134 Leval-Trahegnies
Sam. 26 juil.	AKT 216	Gitse Wandelclub 'voetje voor voetje'	4-6-12- 18-21-30	07h-15h	Nieuwe Sporthal Dominiek Savio Instituut, Koolkampstraat 8830 Gits

 <p>SERVICE VOYAGES LESSINES Rue César Despretz 4A (Grand Place) 7860 Lessines</p> <p>Ouvert du lundi au vendredi de 10h à 18h le samedi de 10h à 14h</p> <p>Tél 068/33 90 90 Fax 068/33 91 91 info.lessines@servicevoyages.be www.servicevoyages.be</p>  <p>Nous donnons vie à toutes vos envies d'évasion</p>	<p>BOULANGERIE PATISSERIE</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; text-align: center;">Henri LELEUX</p> <p>1, Rue Pierre Fontaine 7861 Papignies ☎ 068/33 53 46</p> 
--	--

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Sam. 26 juil.	AKT 063	WSV De Kadees VZW	5-12-18- 24-30	07h-15h	Ontmoetingshuis Ratmolenstraat 13 9420 Aaigem
Dim. 27 juil.	AKT 282	Everbeekse Wandeltochten VZW	6-12-18- 24-30-36- 42	07h-15h	Buurthuis Cordenuit (Kerk Everbeek-Beneden) Cordenuitstraat 9660 Everbeek
Mercr. 30 juil.	HT 048	Les Roteus Waibiens	4-6-12-20	07h-15h	Ecoles Libres de Lobbes Rue des Ecoles 27 6540 Lobbes
Mercr. 30 juil.	AKT 034	Omloop Kluisbergen VZW	6-12-18- 24	07h-15h	Parochiezaal Zulzeke Zulzekestraat 17 9690 Zulzeke
Sam. 2 août	HT 012	Le Coq D'Or Ecaussinnois	5-10-15 20-25 35 45	08h-15h 08h-12h 07h-09h 07h-09h	Maison du Peuple Avenue de la Déportation 17 7190 Ecaussinnes
Sam. 2 août	AKT 135	Padstappers Geraardsbergen VZW	7-10-16- 22-32-50	07h-15h	BKO De Speeldoos Kampstraat 13 9500 Onkerzele
Dim. 3 août	HT 050	Les Vaillants Acrenois Challenge interclubs ACHO	6-12-20- 30	07h-15h	Stade des Camomilles Rue de l'Ordre 7864 Deux-Acren
Sam. 9 août	HT 010	Les Marcheurs Ransartois	4-6-12 21	6h½-15h 6h½-13h	Salle du Vieux Château Rue Helsen 69 6211 Mellet
Sam. 9 août - Dim. 10 août	NA 054	Marcheurs de « Hautes Roches » Dourbes	6-10-13- 20-30-42 6-10-13- 20-30-42	07h-15h	Salle Dorthopa Rue du Petit Roly 5670 Dourbes

 <p>DIANE & DENIS DEHAENE</p>		 <p><i>Fleurs et Décorations</i> Rue Remincourt, 53 7864 DEUX-ACREN Tél. 068 34 04 83</p>	<p><u>Heures d'ouverture</u></p> <p>Jeudi 10h00 – 18h00 Vendredi 9h30 – 19h00 Samedi 9h00 – 18h30 Dimanche 9h30 – 12h30</p>
<p>Heures d'ouverture lu, me, ve 09h-12h30/15h-19h ma, je 09h/12h30 sa 09h/12h00</p>	<p>Place d' Acren 8 7864 Deux-Acren Tél 068/33 74 04 068/33 56 22 Fax 068/34 07 22</p>		

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Sam. 9 août	AKT 427	Lennikse Windheren	6-8-12- 14-20-28- 32-40	07h-15h	Gemeenteschool't Rakkertje Hendrik Ghijselenstraat 19 1750 Lennik
Dim. 10 août	HT 006	Club Pédestre Ecureuil de Châtelet	4-7 13-20	07h-15h 07h-14h	Ecole St-Joseph Rue des Prés Burniaux 6250 Presles
Dim. 10 août	AKT 233	Hanske De Krijger Oudenaarde	6-10-15- 20-30	6h½-15h	Evenementenhall De Qubus Lindestraat 45 9700 Oudenaarde
Mercr. 13 août	AKT 441	Wandelclub Op Stap Door Nukerke	6-12-18- 24	07h-15h	Parochiaal Centrum Nukerkeplein 8 9681 Nukerke
Vendr. 15 août	HT 071	Les Sympas de Landelies	6-11-21 20 30	07h-15h Train à 8h45 Train à 6h45	Salle Omnisports H. Laloyaux Rue de Cousolre 6111 Landelies
Vendr. 15 août	AKT 196	WSV Land Van Rhode	6-10-14- 18-21	07h-15h	Tent aan de Ankerkerk Bavegemstraat 9860 Oosterzele
Vendr. 15 août	AKT 414	Comité 2000	7-14-21	07h-15h	't Sportkot Leupegem Sompelplein 39 9700 Leupegem
Sam. 16 août	HT 085	Les Pesteleus	4-6-12-20	07h-15h	Le Sablon Place de Carnières 36 7141 Carnières
Sam. 16 août	AKT 038	De Pajotten Hekelgem	6-12-18	08h-15h	Gasthof d'Oude Brouwerij Abdijstraat 6 1790 Affligem
Dim. 17 août	HT 073	Les Marcheurs d'Imbrechies en Thierache	5-10-14- 21-30	07h-15h	Salle Familia Route de Bailièvre 3 6591 Macon



COMME UNE FLEUR

rue Terraque, 37

7861 Wannebecq

Tél 068/33.27.30

www.comme-une-fleur.be

commeunefleur.carine@hotmail.com

Flours coupées - plantes -
bougies - toutes sortes de
petites décorations qui
raviront vos sens.
Cartes de fidélité pour
tout achat (5%)

mardi
13h30 - 18h30
mercredi à samedi
9h - 12h/13h30 h 18h30
dimanche et jours fériés
9h - 12h30

Lessines Décor

Chaussée G. Richet, 14

7860 Lessines

Tél 068/33 74 35

lundi au vendredi
de 8h30 à 18h00

samedi
de 9h00 à 18h00



Une équipe souriante
toujours à votre service

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Mercr. 20 août	AKT 390	Vierdaagse Van De Ijzer	8-16-24- 32	08h½ - 10h½	Sint-Niklaasplein Leopold II – laan 86-88 8670 Koksijde
Mercr. 20 août	AKT 163	WSV Egmont Zottegem VZW	7-10-14- 18-21	08h-17h	De Gilde Wijnhuizestraat 9620 Erwetegem
Jeudi 21 août	AKT 390	Vierdaagse Van De Ijzer	8-16-24- 32	08h½ - 10h½	Grote Markt 8970 Poperinge
Vendr. 22 août	AKT 390	Vierdaagse Van De Ijzer	8-16-24- 32	08h½ - 10h½	Grote Markt 8600 Diksmuide
Sam. 23 août	LG 002	Club des Marcheurs des Hautes Fagnes Bus Silly	4-7-12- 21-42	07h-14h	Salle « Al Neure Ewe » Rue de Bosfagne 2 4950 Sourbrodt
Sam. 23 août	AKT 390	Vierdaagse Van De Ijzer	8-16-24- 32	08h½ - 10h½	Grote Markt 8900 Ieper
Dim. 24 août	HT 000	Comité Provincial du Hainaut 38^e Marche Provinciale du Hainaut	5-10-20- 30	07h-15h	Salle Communale Plane Penne d'Agenais 10 7180 Seneffe
Dim. 24 août	AKT 376	De Chatons Ronse	6-10-14- 21-28	07h-15h	C.C. De Ververij, Wolvestraat 37 - 9600 Ronse
Mercr. 27 août	HT 062	Les Trouvères Club de Marche	7-14-21	7h½-15h	Buvette du football Rue de Renaix 31 7890 Ellezelles
Sam. 30 août	HT 070	Marching Team Saint Gabriel	3-6-12-25 50	07h-15h 07h-09h	Salle Saint Joseph Rue Noulet 7110 Strepv-Bracquegnies
Dim. 31 août	HT 001	Les Sucriers de Brugelette Challenge interclubs ACHO	4-6-12- 20-30 50	07h-15h 07h-09h	Salle Omnisports Avenue G. Petit 3 (Parc Communal) 7940 Brugelette

<p>OSEZ LA CAMPAGNE... Fruits, légumes, fromages, vins... APPRECEZ LA DIFFERENCE... Alimentation biologique...</p>  <p>VERGERS DE LA GAUMETTE C. & J.P. Fontaine</p>  <p>Rue Pierre Fontaine, 63 7861 Papignies Tél 068/33 33 29 mardi à samedi : 9h à 18h</p>	 <p>STUDIO ARTIS PHILIPPE HOVEN Un photographe professionnel à votre service</p> <p>REPORTAGES - MARIAGES - PORTRAITS - IDENTITÉ PHOTOCOPIES CLASSIQUES OU COULEURS - CARTERIE SERVICE FAX - PLASTIFICATION</p> <p>Tirages photos de digital</p> <p>18, Grand-Place - 7860 Lessines Tél.: 068 33 33 68</p>
--	---

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Dim. 31 août	AKT 254	Parel Van Het Pajottenland	4-6-9-12- 16-21-26- 30-36-42	07h-15h	Gemeentelijk Trefcentrum Baljuwhuis Kammeersweg 2 1570 Galmaarden
Sam. 6 sept.	HT 019	Les Gratte-Pavés	4-6-12 20 30	07h-14h 07h-12h 07h-10h	Centre Culturel Rue Saint Médard 6 6560 Solre-Sur-Sambre
Sam. 6 sept.	AKT 105	Wandelclub Scheldestappers Zingem VZW	6-10-15- 21-30	7h½-15h	Zaal Telex, Kerkhofweg 2 9770 Kruishoutem
Dim. 7 sept.	BBW 007	Les Roses Noires	4-8-12-21	08h-15h	Stade Leburton Allée des Sports - Parking A 1480 Tubize
Dim. 7 sept.	HT 067	Les Hurlus en Balade Challenge interclubs ACHO Bus Silly	4-7-13- 18-24-30- 36	07h-15h	Salle Roger Lefebvre Chaussée d'Audenarde 7742 Herinnes (Pecq)
Dim. 7 sept.	AKT 091	Postiljon Wandelclub Merelbeke VZW Bus Silly	6-12-18- 24-30-42	7h½-15h	Gemeentehallen Kloosterstraat 32 9820 Merelbeke
Dim. 7 sept.	AKT 216	Gitse Wandelclub 'voetje voor voetje'	4-6-10- 15-21-30	6h½-15h	Sporthal Ogierlande Torhoutstraat 6 8830 Gits
Mercr. 10 sept.	AKT 294	CSC Lierde/Club voor sport en cultuur	6-12-18	7h½-15h	Zaal Tempelhof, Tempel 90 9572 Sint-Martens-Lierde
Sam. 13 sept.	HT 060	Le Roitelet	6-12 25 42 50	07h-15h 07h-12h 6h½-09h 6h½-09h	Centre Culturel et Sportif Rue de la Liberté 23 7950 Ladeuze (Chièvres)
Sam. 13 sept.	HT 011	Les Marcheurs du XII de Marcinelle	6-12-20	07h-15h	Ecole Bois Marcelle Rue de Nalinnes 632 6001 Marcinelle

<p style="text-align: center;">Boulangerie – Pâtisserie Bossiroy rue Culant 1 – 7864 Deux-Acren Tél 068/33 25 61</p> <div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="margin-left: 20px;"> <p>Toujours du frais et de la qualité.</p> <p>C'est la devise de la maison</p> </div> </div>	<div style="text-align: center;">  <p>ORNITHO SHOP Oisellerie Graineterie</p> <p>(parking Aldi-Blokker) Chée de Grammont, 104 7860 LESSINES Tél : 068/33.62.91</p> </div> <p>Ouvert : 9h-12h/13h30-18h Fermé le dimanche, lundi & jours fériés</p> <p>Nourritures et accessoires divers expo & élevage</p> <p><u>Large gamme en pâtée d'élevage :</u> Lux – Turbo – Top 3000 – Quicko – Cédé – Prima – Bevo – Griza – Chemi- Vit</p> <p>Pinkies, Buffelo, vers de farine (vivants et congelés)</p> <p>+ Diverses nourritures pour animaux domestiques</p>
--	--

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Sam. 13 sept.	AKT 233	Hanske De Krijger Oudenaarde	7-10-15- 20	07h-15h	Parochiezaal Mullem Mullemstraat 9700 Mullem
Sam. 13 sept.	AKT 258	Euraudax België	25 - 2x25 - 50	09h-14h	Sportcomplex 't Rosco Leuzesteeweg 241 9600 Ronse
Dim. 14 sept.	B005	W.S.P. Heverlee-Leuven vzw Bus Police de Mons	4-7-12- 20-30-35	7h½-15h	H. Hartinstituut Naamsesteenweg 355 3001 Heverlee
Dim. 14 sept.	HT 045	Les Pêloux – Châtelineau	4-7-12-20	07h-15h	Ecole des Frères Rue Chif 42 6200 Châtelineau
Mercr. 17 sept.	AKT 163	WSV Egmont Zottegem VZW	6-10-14- 18-21	08h-17h	O.C. Sint-Goriks-Oudenhove Sint-Goriksstraat 13 9620 Sint-Goriks-Oudenhove
Sam. 20 sept.	BBW 016	Les Marcheurs du Hain Challenge des 5 provinces	4-10-20 40-60	07h-14h 06h-8h½	Salle Communale Rue des Combattants 3 1421 Ophain-Bois-Seigneur- Isaac
Sam. 20 sept.	HT 003	Verdigym Collines Flobecq	5-8-14-20	08h-15h	Parking Bus Geenens Chée de Ninove – La Houppé 7880 Flobecq
Dim. 21 sept.	HT 034	Trotteux su'l Roc – Beaumont	5-10-15- 20	07h-15h	Salle Désirée Rue de la Station 6511 Strée
Dim. 21 sept.	HT 085	Les Pesteleus	6-12	12h-17h	Le Rubens Grand-rue 41 7140 Morlanwelz
Sam. 27 sept.	HT 033	Les infatigables de Jumet	3-7-14-21	07h-14h	Salon Communal Rue de Leernes 151 6030 Goutroux
Sam. 27 sept.	NA 030	Les 1000 pattes de Philippeville	4-6-12 21 42	07h-15h 07h-12h 6h½-09h	Salle « Les Amis de la Gaieté » Rue de la Salette (Eglise) 5600 Neuville (Philippeville)
Sam. 27 sept.	AKT 196	WSV Land Van Rhode	6-12-18- 25-35-50	07h-15h	College Paters Jozefieten Brusselsesteenweg 459 9090 Melle
Sam. 27 sept.	AKT 216	Gitse Wandelclub 'voetje voor voetje'	4-8-12- 18-24-30	07h-15h	Cultureel Centrum De Tassche Roeselaarsestraat z/n 8850 Ardooie
Dim. 28 sept.	HT 061	Les Marcheurs de la Police de Mons Challenge interclubs ACHO	6-12-20- 30	6h½-15h	Salle Calva Chée Roi Baudouin 7030 Saint-Symphorien
Dim. 28 sept.	AKT 135	Padstappers Geraardsbergen VZW	7-10-16- 18-22-26- 32	7h½-15h	Werkplaatsen Derito Hasseltkouter 57 9500 Ophasselt
Dim. 28 sept.	AKT 414	Comité 2000	7-10-18- 26	07h-15h	Kao Campus Bergstraat Bergstraat 36 9700 Oudenaarde

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Sam. 4 oct.	HT 054	Vias Promeneurs Club	4-6-12-18	08h-15h	Ruche Verrière Place Edmond Gilles 20 6042 Lodelinsart
Sam. 4 oct.	AKT 441	Wandelclub op stap door Nukerke	5-7-14-21	07h-15h	Parochiale Zaal Nukerke Nukerkeplein 8 9681 Nukerke
Dim. 5 oct.	HT 029	Les Sans-Soucis Ghlin	5-10-21 30	08h-15h 08h-11h	Salle des Sports Rue Gustave Miroir 9 7334 Hautrage
Sam. 11 oct.	HT 065	Les Aigles de Bellecourt	5-10-20	07h-15h	Ecole Rue Léonard 24 7170 La Hestre
Sam. 11 oct.	AKT 282	Everbeekse Wandeltochten VZW	6-12-18	07h-15h	Zaal Onthaal (rechtover kerk) Sint-Martensstraat 9660 Opbrakel
Dim. 12 oct.	HT 051	Les Marcheurs du Souvenir de Leuze Challenge interclubs ACHO	7-14-21- 30	07h-15h	Centre La Pommeraie Salle Entracte - Rue Neuve 15 7972 Ellignies-Sainte-Anne
Dim. 12 oct.	AKT 903	Provinciale Bestuurskern Oost-Vlaanderen	7-12-18- 24	08h-15h	Zaal't Kapittel Sint-Hermesstraat 6 9600 Ronse
Dim. 12 oct.	B 028	Wandelclub St-Pieters-Leeuw VZW	4-9-12- 16-21-25	08h-15h	Zonnig Leven Jan Vanderstraetenstraat 98 1600 St-Pieters-Leeuw
Merc. 15 oct.	AKT 163	WSV Egmont Zottegem VZW	7-10-14- 18-21	08h-17h	O.C. Oombergen Oombergenstraat 39 9620 Oombergen

MARCHES A.D.E.P.S. 2014

Dim. 6 juil.	U.C.S. Ellignies-Sainte-Anne	5-10-20	08h-16h	Institut La Pommeraie Rue Neuve 15 7972 Ellignies-St-Anne – Beloeil
Dim. 13 juil.	ASBL Blaton à forche	5-10-20	08h-16h	Ecole communale du centre Rue des Ecoles 26 7321 Blaton (Bernissart)
Dim. 13 juil.	Arts et Loisirs	5-10-20	08h-16h	Ecole communale Rue de La Brasserie 92A 7812 Ligne (ATH)
Dim. 20 juil.	U.S. Wodecq	5-10-15- 20	08h-16h	Terrain de football Quesnoit 23 – 7890 Wodecq
Lundi 21 juil.	Les Amis du dimanche	5-10-20	08h-16h	Salle La Marcotte Rue de l'Eglise 12 7950 Huissignies

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Dim. 27 juil.	Les Amis du Bois Hellin	5-10-15- 20	08h-16h	Chapelle de Renowez Rue de Renowez 7812 Mainvault
Dim. 3 août	Fancy-Fair paroissiale aslb	5-10-15- 20	08h-16h	Ecole Saint-Joseph Rue du Marais 16 7830 Silly
Dim. 10 août	El Cayoteu 1900 asbl	5-10-15- 20	08h-16h	Chaussée Gabrielle Richet (face au n° 48) 7860 Lessines
Vendr. 15 août	Jeunesse Avenir Gondregnies	5-10-15- 20	08h-16h	La Micheline Place Henri Schoeling 11 7830 Gondregnies
Dim. 17 août	F.C. Houtaing	5-10-20	08h-16h	Parc de la Berlière Rue de la Madeleine 7812 Houtaing
Dim. 24 août	Amitiés marcquoises asbl	5-10-15- 20	08-16h	Salle paroissiale - Rue du Village 7850 Marcq
Dim. 31 août	Amis de la Nature Ath	5-10-15- 20	08h-16h	La Maison verte Rue des Frères Descamps 18 7800 Ath
Dim. 7 sept.	Pelote Bauffoise	5-10-20	08h-16h	Local associatif Rue Delmotte 2 – 7870 Bauffe
Dim. 14 sept.	Jeune comité wisbecquois	5-10-20	08h-16h	Salle communale – Place 1430 Wisbecq/Rebecq
Dim. 14 sept.	Unicef Mons	5-10-15- 20	08h-16h	Petit Salon - Rue du Salon 7332 Sirault
Dim. 21 sept.	Ecole libre Saint-Vincent de Paul	5-10-20	08h-16h	Rue de l'Yser 7 7870 Lombise
Dim. 21 sept.	Marée rideuse	5-10-15- 20	08h-16h	Centre sportif Rue Eugène Lebailly 7973 Stambruges
Dim. 28 sept.	Centre La Pommeraie	5-10-20	08h-16h	La tourette de La Pommeraie Rue Royale 52 7904 Tourpes
Dim. 5 oct.	Amis de l'Ecole Notre-Dame	5-10-15- 20	08h-16h	Ecole Notre Dame Rue des Camomilles 14 7880 Flobecq
Dim. 12 oct.	Amicale para-commando Section d'Ath	5-10-20	08h-16h	Maison communale – Place 7822 Meslin-L'Evêque

AUTRES MARCHES

Dim. 13 juil.	Les Parcs en Balade	8-9-11- 14-16	8h½-15h	Place de Lombise 7870 Lombise
Dim. 20 juil.	Balle pelote en fête nationale	6-12	-	Place 7866 Bois-de-Lessines
Sam. 20 sept. Dim. 21 sept.	24 heures d'Ath	-	Sam. 16h au Dim. 16h	Esplanade – 7800 Ath

