

PÉRIODIQUE TRIMESTRIEL

OCTOBRE - NOVEMBRE - DECEMBRE

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 nadine.thesin@gmail.com
<i>Trésorier</i>	SCHMAAL André	0472/30 12 61
<i>Secrétaire</i>	DELATOUR Marie-Paule	0479/47 87 40 HT050@FFBMP.be
<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 nadine.thesin@gmail.com
<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 23 octobre 2014 à 19h30**
- **Jeudi le 13 novembre 2014 à 19h30**



Bonjour très chers Vaillants!

Voici l'automne qui arrive avec, je l'espère, encore de belles journées.
Car, bien sûr, la marche est un sport qui ne s'arrête jamais.



Notre organisation du mois d'août a connu un beau résultat. Pour que la suivante soit pareille, notre dénicheuse de parcours (Lieve Beutels) met tout en œuvre pour ne pas décevoir les marcheurs. Vous, de votre côté, vous devez essayer de rendre visite à nos clubs amis pour qu'ils continuent à venir chez nous. Comme d'habitude, les marches annoncées en fédération sont essentiellement les marches du Hainaut + quelques-unes en dehors de notre province.

Notre prochaine marche se déroule le 23 novembre à l'école de la Gaminerie à Lessines. Les bénévoles sont toujours les bienvenus et peuvent venir rencontrer le comité à nos réunions mensuelles indiquées en première page.

Le 30 novembre, il y a la marche commune des clubs ACHO, à Froidmont, sous la responsabilité du club de Mont-Marche. A cette occasion, a lieu la remise des prix du challenge dont la dernière épreuve se passe à Ellignies-Sainte-Anne (Marcheurs du Souvenir de Leuze) le 12 octobre.

Ensuite, le samedi 13 décembre, **notre Assemblée Générale** annuelle sera organisée chez Sandrine, dans la Grand-Rue de Deux-Acren. Tous les deux ans (et c'est cette année), les membres du club votent pour un président, un secrétaire et un trésorier (voir modalités et formulaire p.25 & 27 dans cette brochure). Si vous êtes dans le club depuis au moins 2 ans, rien ne vous empêche de postuler pour un poste.

Le renouvellement des assurances pour 2015 se fera à partir de notre marche du 23 novembre et, bien sûr, il vous sera possible, également, de vous mettre en ordre à notre AG.

A bientôt, dans une marche ou, à une de nos réunions.

A bientôt !!

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

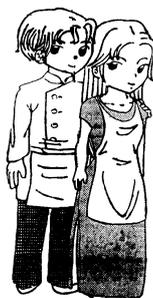
**Zoning Ouest 28
7860 Lessines**

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 !



OCTOBRE	
3	Anne Richet
3	Luc Monsieur
6	Carine Lumen
18	Jean-Claude Meyskens
22	Gérard Lancelle
28	Pascal Vanderhaeghen

NOVEMBRE	
10	Chantal Teugels
13	Nadine Thésin
17	Marielle Carton
20	Christiane Mestre
24	Alisson Deprez
29	Joseph Bussens

DECEMBRE	
2	Sylvère Mestdagh
4	Denise Hibo
5	Dorian Van Mello
6	Jeannine Demarbaix
6	Michel Dubois
6	Véronique Andry
9	Marcel Daumerie
11	France Hindricq
13	Bernadette Gravet
15	Sylvain Pévenage
18	Léon Thauvoye
18	José Nicola
29	Olivier De Wit



Nous souhaitons la bienvenue à :

Eh bien non, pas cette fois-ci

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

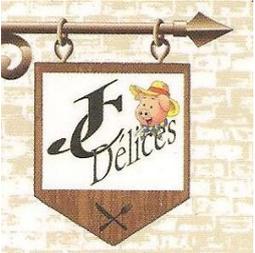
Grand-Rue, 37 – 7860 Lessines

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	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

Finies les vacances ...snif ! Vive les couleurs d'automne !

Bonjour à vous cher vaillants !

J'espère que vous avez passé de bonnes vacances ? Moi qui avais souhaité que l'été soit aussi beau que le printemps eh bien c'était foutu ! Il a été plutôt moyen. Mais bon ... le principal c'est de profiter des petits moments positifs que la vie nous offre. Par contre on dirait que nous allons avoir droit a un été indien !? Le soleil en cette période de l'année nous procure encore l'apport de vitamines D et une très belle luminosité qui est bonne pour le moral ainsi que de très belles couleurs chaudes et chatoyantes !

Alors ... qu'y aura t'il dans cet article ? des poommes, des pooiiiires et ... non pas de scoubidou mais un florilège d'idée ainsi que les bienfaits sur notre santé concernant ces beaux fruits de chez nous que les russes nous refusent cette année !

La pomme :

C'est un fruit qui est agréable à consommer en toutes saisons. Elle contient énormément de sels minéraux et autres substances tels que : potasse, brome, soude, silice, etc ... et la plus connue la pectine. Elle est aussi très riche en vitamines A. Celle-ci renforce l'excrétion du mucus intestinale qui lui va dissoudre les bactéries infectieuses de nos intestins. Les pommes séchées contiennent encore plus de vitamines A ... donc vous savez ce qu'il reste à faire pour éviter la gastro cet hiver !



La pomme préserve aussi des ulcères, stimule les reins pour faciliter l'élimination des déchets et des calculs rénaux, aide à combattre la goutte, l'arthritisme, l'herpès, le rhumatisme chronique, tonifie les bronches et draine les voies respiratoires et est conseillée à la femme enceinte. Il est conseillé de manger la pomme avec la peau car c'est là que se trouve tous les principes actifs. Évidemment préférez-là «bio». Sinon lavez-les bien pour faire partir les produits de pulvérisation.

Pour ce qui est des recettes : la pectine sera utile pour la fabrication des confitures, crumble aux pommes (avec poires et ou sans myrtilles et ou sans fruits des bois), tartes aux pommes, la traditionnelle compote (avec poires et ou sans cannelle) pommes au four. La pomme peut aussi être incluse dans les salades composées ainsi qu'accompagner les rôtis ou les plats de gibier. Si vous ne savez que faire de vos pommes, il y a sûrement près de chez vous quelqu'un qui vous les pressera et les mettra en bouteilles. Malheureusement je n'ai pas d'info à vous donner à ce sujet mais pour ceux qui ont internet voir même un très «bon bouche à oreille».





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





La poire :

Ce fruit contient aussi de la pectine, du tannin et de nombreux sels minéraux tels que : la potasse (idéal pour éliminer l'acide urique dont souffrent les personnes atteintes de goutte, d'arthrite et de rhumatisme), de phosphore et de magnésium (bon pour le morale et l'équilibre nerveux), de calcium (pour les os et l'équilibre), du soufre (désinfectant), du chlore (os et tendons), fer, cuivre et arsenic (bon pour le sang) etc ... et surtout des vitamines A, B et C.



La poire calme la nervosité excessive, draine les reins, normalise la tension artérielle. Une tisane à base de feuilles de poirier aide à lutter contre les maladies de la vessie et des reins (cystites, prostatites et calculs rénaux). Tout comme la pomme, préférez la poire «bio» ou lavez-la bien.

Pour les recettes : compotes (avec ou sans pommes et ou sans cannelle), tartes, crumble, poires au vin, en accompagnement de gibier et confitures d'airelles, quiche (œuf - crème fraîche - lardons - poires - miel et thym) ... un délice !

Voilà voilà ... toutes ces petites infos (surtout celles concernant la santé) je les ai trouvées dans **«la cure végétale – tous les fruits et légumes pour se guérir» de Raymond Dextreit**. Pour ce qui est des recettes, c'est ce que je connaissais déjà ou ce que j'ai entendu à la radio. Mais je suis sûre que vous avez vos propres trucs et astuces ou secrets de famille bien cachés concernant les recettes.

Je vous parlais de pommes et de poires «bio» ... pour en trouver, soit chez un petit producteur locale ou alors dirigez- vous vers des sites (pour ceux qui ont internet) «la ruche qui dit oui», «le panier de Léon» (celui-ci est de la région de Lessines) ou « producteurs – artisans». De plus avec la conjoncture actuelle, essayons de nous tourner vers la consommation locale et belge pour faire vivre nos producteurs et nos artisans.

Je vous souhaite un bel automne, faites le plein de vitamines pour lutter contre les affres de l'hiver et profiter de sortir et vous balader par beau ou mauvais temps, cela renforce le système immunitaire et c'est bon pour le moral !

À bientôt sur nos sentiers et dans le prochain périodique !

Bien à vous,

Marielle, votre rédactrice du billet d'humeur ...

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



Carnet de Points et Affiliation 2015

Comme les dernières années, nous établirons fin de cette année un récapitulatif de tous les points que vous avez en votre possession.

Lors de votre affiliation pour l'année 2015, vous recevrez un nouveau carnet de points sur lequel sera indiqué le nombre de points que vous avez acquis en 2014. Vous devrez donc vous munir de votre carnet de points 2014.

Pour rappel, **les marches ADEPS** qui ne demandent pas de frais d'inscription **ne peuvent plus être comptabilisées** dans le carnet de points depuis 2014.

La cotisation 2015 pour l'affiliation est fixée à **6 € pour les adultes** et **3,70 € pour les enfants de moins de 12 ans.**

Vous pourrez vous affilier pour l'année 2015

le dimanche **23 novembre 2014** lors de notre Marche de Saint-Martin à Lessines
le samedi **13 décembre 2014 de 10h à 12h** lors de l'Assemblée Générale chez Sandrine
ou **lors d'une de nos réunions** (voir dates page 2 de cette brochure)

Profitez de ces rendez-vous pour échanger vos points contre

des vêtements du club, une participation à une excursion en car (organisés par les clubs amis), achat de chaussures de marche ou autres accessoires nécessaires à la pratique de notre sport.

Attention

Les points acquis

avant le 01 janvier 2014 ne seront valables que jusqu'au 31.12.2014

Les points acquis

entre le 01 janvier 2014 et le 31 décembre 2014 seront valables jusqu'au 31.12.2015

Les points ne seront pas échangés contre de l'argent

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

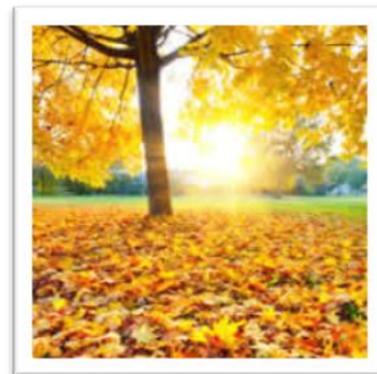


Votre Courtier
Votre meilleure
Assurance

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

En automne : gardez la forme !

Plus de travail, moins de chaleur et moins de lumière : pour bon nombre d'entre nous, l'automne est synonyme de baisse de forme. Pour éviter d'accumuler la fatigue, voici quelques conseils



Quand notre forme est menacée par l'automne

Au moment de l'entrée dans l'automne, certaines personnes peuvent développer une véritable **dépression liée au manque de lumière**. Ce phénomène est d'ailleurs très courant dans les pays nordiques. Mais en dehors de ces **dépansions dites "affectives saisonnières"**, on observe chez la plupart d'entre nous une **légère baisse de forme** dès la fin de l'été.

De bonnes nuits pour garder la forme

En automne, les jours commencent à raccourcir et se lever lorsqu'il fait encore noir n'est pas ce qu'on a trouvé de mieux pour se doper le moral.

Essayez de rendre ce moment plus agréable en optant par exemple pour un simulateur d'aube, ou en vous réveillant au son de votre musique préférée. Le soir, privilégiez les activités calmes (lecture, bain tiède ...) et allez-vous coucher dès que le besoin s'en fait sentir (bâillement, picotements des yeux, baisse de concentration ...)

Même s'il fait plus froid la nuit, évitez de laisser le chauffage dans la chambre. Très asséchant, il risque de perturber votre sommeil et de rendre votre réveil plus difficile (gorge et peau sèches). Une couverture supplémentaire sera généralement une meilleure solution.

Pour la forme, fidèle aux fruits et légumes!

L'été, la plupart d'entre nous pensent salades, fruits frais et plats légers. Mais dès septembre, le manque de temps et le froid nous incitent à nous tourner vers des plats préparés et/ou trop riches. Pourtant, l'automne offre un panel des fruits et des légumes délicieux comme les pommes, les poires, les figues, les noix, les champignons, les poireaux, les choux ... et bien d'autres encore.

Votre ligne d'automne

Miser sur une **alimentation saine** devrait aussi vous permettre de ne pas jouer au yoyo avec votre poids. De nombreuses personnes ont en effet tendance à s'alléger en été ... pour mieux s'enrober en hiver. Mauvais calcul ! Les variations de poids sont connues pour être un des facteurs menant à l'obésité. A l'inverse, il est inutile de commencer un régime draconien : **pour garder la forme**, un apport calorique suffisant est évidemment nécessaire.

Le plaisir avant tout pour être en forme.

L'exercice physique est bon pour la ligne et le moral. Ne le négligez pas sous prétexte que le mauvais temps est là. Au contraire, un peu de sport vous permettra d'évacuer le stress et de garder le contact avec votre corps, désormais perdu sous les couches de vêtements. Pratiqué de manière modérée, **l'exercice physique renforce aussi le système immunitaire**, qui sera ainsi plus apte à lutter contre les infections hivernales. Enfin, choisissez impérativement une activité qui vous plaît et qui s'intègre bien dans votre quotidien. Car le plaisir est, lui aussi, très bon pour l'immunité !

Source : Julie Luong (e-santé.be)

Coiffure Jean-Luc



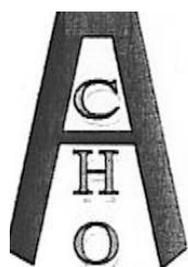
Rue de l'Hôtellerie, 16
7860 Lessines
Tél 068/33 63 30
sur rendez-vous



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



**** INVITATION ****

Dimanche 05 avril 2015 à 12h00

Salle du Patro - Rue Baron Descamps - 7970 Beloeil

au

***Dîner dansant annuel de :
« L'Association des Clubs du Hainaut
Occidental »***

Organisé par HT051 - Marcheurs Souvenir Leuze-en-Hainaut

Apéritif des Ballotils

Assiette nordique

Cuisse de lapin aux cerises et à la Kriek

Pommes croquettes

Salade de saison

Gâteau glacé



Le Petit Noir offert par HT051 - Marcheurs Souvenir Leuze-en-Hainaut

***Sourire, bonne humeur, envie de danser et de s'amuser
seront vos plus beaux atouts !!***

Prix : 20 €/personne



Renseignements et réservations avant le 15 mars 2015 :

Via Nadine Thésin (présidente des Vaillants Acrenois)

Je soussigné, membre du club réserve

..... Repas Adultes au prix de 20 € :

Je verse la somme de euros au compte

numéro Iban BE -- ---- ---- ---- avec la mention Souper Acho + nombre personnes

DATE :

SIGNATURE :



**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 TRAITÉUR 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 plantes toxiques



Les plantes toxiques sont des plantes qui peuvent occasionner des lésions, internes ou externes, à l'organisme humain ou animal en cas de contact ou d'ingestion d'une quantité relativement faible de graines, de racines, de feuilles, de fruits ou de sève. Le degré de toxicité d'une plante dépend de différents facteurs : il arrive que toutes les parties d'une plante ne soient pas aussi dangereuses, certaines substances toxiques peuvent être neutralisées sous l'effet de la cuisson ou du séchage ou, au contraire, mâcher ou broyer la plante peut libérer les substances toxiques.

Les statistiques du **Centre Antipoisons** montrent que 2/3 des victimes d'intoxications dues à des plantes sont des enfants et plus précisément des enfants de moins de 4 ans. Les tout-petits ont tendance à tout mettre en bouche. En raison de leur faible poids, ils réagissent également plus rapidement que les adultes aux substances toxiques. La plupart des accidents impliquant des enfants se terminent bien. Dans 1 cas sur 7 seulement, différents symptômes apparaissent : maux d'estomac, coliques, diarrhées, nausées, vomissements. Des problèmes de peau, de la fièvre, des pâleurs, des tremblements surviennent encore moins fréquemment. Sont exceptionnels : la somnolence, l'excitation, la dilatation des pupilles ou les troubles cardiaques.

Chez les adultes, la plupart des accidents se traduisent par des problèmes de peau, d'yeux ou d'intestins. Ils résultent parfois d'une confusion avec une autre plante ou d'une méconnaissance des effets secondaires de la plante. Rappelons que l'automédication par les plantes ou l'expérimentation de drogues végétales présentent un risque.

Que faire en cas d'intoxication?

1. Gardez votre calme
2. En cas d'intoxication par ingestion : retirez les restes végétaux de la bouche et conservez-les. Si la victime vomit, conservez les vomissements. En aucun cas ne faites vomir la victime sans avis médical préalable et ne donnez pas de lait à la victime
3. En cas d'intoxication par contact (irritations ou brûlures) : la victime ne doit pas rester exposée au soleil; la peau doit être rincée abondamment à l'eau courante pendant au moins 10 min; il ne faut pas frotter la peau ni y mettre de la crème sans avis médical préalable
4. Il est toujours conseillé d'obtenir un avis autorisé en appelant le **Centre Antipoisons** (accessible jour et nuit au **n° gratuit 070 245 245**) ou en consultant votre médecin traitant ou en appelant le 112.

Mieux vaut prévenir que guérir

- Essayez de connaître le nom des plantes de votre maison, de votre jardin et de votre quartier
- Achetez de préférence des plantes non toxiques, elles sont heureusement plus nombreuses que les plantes toxiques
- Apprenez aux enfants à ne pas faire n'importe quoi avec les plantes
- Utilisez toujours des gants pour jardiner et ne vous frottez jamais les yeux
- Ayez toujours du charbon médicinal activé dans votre pharmacie (attention il ne s'utilise pas dans tous les cas d'intoxication) ►►





Les plantes toxiques

Voici une sélection de plantes toxiques les plus courantes :

- **aconit casque de Jupiter** : plante particulièrement dangereuse par contact ou ingestion des racines comme des feuilles
- **marronnier commun - les marrons** : (à ne pas confondre avec les châtaignes comestibles, fruits du châtaignier), les feuilles, les rameaux sont toxiques pour les hommes et les animaux (sauf les chèvres et les porcs)
- **gouet tacheté** : toutes les parties sont toxiques par contact ou ingestion, surtout les baies
- **belladone** : la totalité de la plante est très toxique
- **aucuba** : les baies ne sont pas comestibles mais globalement sont peu toxiques
- **berbéris, épine vinette, vinettier** : les racines et les branches sont toxiques
- **stramoine** en arbre : la totalité de la plante est très toxique
- **buis** : l'écorce et les feuilles sont toxiques
- **piment** : très irritant pour les yeux mais aussi pour l'estomac et les intestins
- **clivia** : irritant par ingestion
- **chélidoine** : latex orange irritant pour les yeux, la bouche et la gorge
- **colchique d'automne** : la totalité de la plante est toxique pour les hommes et les animaux
- **muguet** : la totalité de la plante est toxique de même que l'eau du vase qui contient le muguet
- **cotonéaster horizontal** : les baies sont toxiques
- **bois-gentil, bois-joli** : la totalité de la plante est toxique, surtout l'écorce et les baies qui de plus sont très irritantes
- **stramoine commune** : la totalité de la plante est toxique, surtout les graines
- **dieffenbachia** : la totalité de la plante est toxique et peut endommager gravement les muqueuses
- **digitale** : la totalité de la plante est toxique, surtout les feuilles qui sont même mortelles pour les animaux
- **fusain d'Europe** : les fruits, les feuilles et l'écorce sont toxiques
- **euphorbe** (2.000 espèces de plantes d'appartement et de jardin particulièrement variées) latex très irritant pour la peau, les yeux, les muqueuses et les intestins
- **poinsettia, étoile de Noël** : latex très irritant pour la peau, les yeux, les muqueuses et les intestins
- **caoutchouc, figuier** : irritant pour l'estomac et les intestins
- **ficus, figuier pleureur** : irritant pour l'estomac et les intestins, réactions allergiques par ingestion ou contacts répétés (pépiniéristes)
- **bourdaine** : extrêmement laxatif
- **lierre** : les feuilles et les baies sont toxiques
- **rose de Noël, hellébore** : la totalité de la plante est très toxique
- **berce du Caucase** : lésions cutanées, brûlures par contact (apparaissent parfois longtemps après le contact)
- **houx** : les feuilles et les baies sont toxiques
- **genévrier** : la sève est toxique y compris pour les ruminants
- **cytise** : totalité de la plante est très toxique; il faut faire attention aux enfants qui confondent les gousses avec des haricots et les graines avec des petits pois
- **lantana, galabert, corbeille d'or** : les fruits et les feuilles sont toxiques





- **pois de senteur** : les graines qui ressemblent à des petits pois sont toxiques
- **troène** : les feuilles et les baies sont toxiques
- **chèvrefeuille** : les baies sont toxiques
- **mahonia à feuilles de houx** : les racines et l'écorce sont toxiques par ingestion
- **narcisse, jonquille** : la tige, les feuilles et le bulbe sont toxiques par ingestion
- **laurier rose** : la totalité de la plante est extrêmement toxique
- **primevère** : peut provoquer des allergies de contact
- **laurier-cerise** : les feuilles et les noyaux sont toxiques y compris pour les porcs, les moutons, les chèvres, les chevaux et les chiens
- **buisson ardent** : les épines peuvent provoquer de vilaines blessures, l'ingestion des fruits provoque parfois des troubles digestifs
- **chêne** : les jeunes feuilles et les glands non mûrs provoquent parfois par ingestion des troubles digestifs chez les enfants et les ruminants; les fines poussières de chêne peuvent provoquer des allergies chez les travailleurs du bois
- **renoncule** : toutes les parties de la plante contiennent des substances irritantes et toxiques; son contact peut provoquer des rougeurs et des ampoules
- **rhododendron** : la totalité de la plante est toxique, même son nectar
- **sumac de Virginie** : la totalité de la plante est toxique par ingestion et contact
- **ricin** : les graines sont très toxiques, surtout après mastication
- **rue des jardins** : peut provoquer des irritations de la peau
- **sureau noir** : l'écorce, les feuilles et les baies non mûres sont toxiques
- **skimmia du Japon** : la totalité de la plante est toxique
- **morelle douce-amère** : les baies, les feuilles et les tiges sont toxiques
- **morelle noire** : les baies, les feuilles et les tiges sont toxiques
- **pommier d'amour, cerisier d'amour** : les baies, les feuilles et les tiges sont toxiques
- **pomme de terre** : les baies, les feuilles, les pommes de terres qui ont verdi, les germes et les yeux sont toxiques, y compris pour les animaux
- **sorbier** : les baies sont légèrement toxiques
- **symphorine** : l'ingestion de plus de 5 baies est toxique
- **if** : la totalité de la plante est extrêmement toxique y compris pour le bétail
- **thuja** : la sève est toxique y compris pour les animaux (chevaux et ruminants); le travail du bois peut provoquer de l'asthme et des allergies
- **ortie** : très irritant, peut provoquer des réactions d'hypersensibilité
- **vioerne** : l'ingestion de plus de 5 baies est toxique; l'écorce et les feuilles sont aussi toxiques
- **gui** : les baies, les feuilles et les tiges sont toxiques
- **glycine** : la totalité de la plante est toxique et irritante (il faut faire attention aux enfants qui confondent les gousses avec des haricots et les graines avec des petits pois)



Des informations plus détaillées vous attendent dans le livre «Plantes, un autre regard», une édition conjointe du Jardin botanique national et du Centre Antipoisons.

Source : Jardin Botanique de Meise

Dimanche 03 août 2014 – Marche des Guimauves

- 936 marcheurs -

Notre beau parcours

Photos : Erwin De Smet



Nos bénévoles



Envie de devenir membre?

Contactez Nadine THESIN
0498/20 65 11

OU

HT050@FFBMP.be

Une affiliation coûte 6€ par
an

(enfants -12 ans : 3,70€)

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 !



Café du Jeu de Balle

0498/27 13 07

Ouvert dès 10h00

Fermé le lundi

CONVOCAION A L'ASSEMBLEE GENERALE

Nous vous invitons cordialement à l'Assemblée Générale qui se tiendra le **samedi 13 décembre 2014 à 10h00** au local "**Chez Sandrine**" (Maison du Peuple), Grand-Rue 38 à 7864 Deux-Acren

Les commissaires aux comptes sont priés de se présenter à 9h le jour de l'Assemblée (ou de prendre rendez-vous avec le trésorier en cas d'absence)

Ordre du Jour de l'Assemblée

La présidente expose que la présente Assemblée aura pour ordre du jour :

1. Accueil et rapport de la présidente
2. Rapport des commissaires aux comptes
3. Approbation des comptes 2014
4. Présentation des candidats à l'élection du comité
5. Vote et dépouillement des bulletins
6. Propositions et questions

La secrétaire,
Marie-Paule DELATOUR

Chaque membre adhérent a le droit d'assister à l'Assemblée Générale. Il peut se faire représenter par un mandataire qui doit être un membre adhérent et qui ne peut être titulaire que d'une seule procuration. Toute procuration doit être donnée par écrit.

Tous les membres adhérents de plus de dix-huit ans ont un droit de vote égal à l'Assemblée Générale, chacun disposant d'une voix.

Procuration d'un membre empêché à un autre membre

PROCURATION

Le soussigné (nom, prénom, adresse)
 donne procuration à Monsieur/Madame
 (nom, prénom, adresse)
 de le/la représenter à l'Assemblée Générale de l'association « LES VAILLANTS ACRENOIS » -
 matricule HT 050, qui a lieu le 13 décembre 2014 à Deux-Acren et de voter valablement en son
 nom.
 Procuration établie le (date), à (lieu)
 Signature + mention écrite: « pour procuration ».



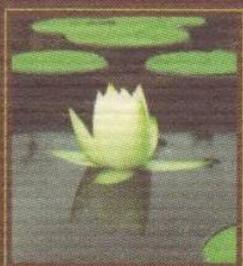


Garage Gosselin S.A.

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 personnes désireuses de faire partie du comité et de se présenter à l'élection peuvent faire parvenir leur candidature à la Présidente (voir talons ci-dessous à remettre à la présidente au plus tard la veille de l'AG).

Tout membre adhérent ayant une affiliation d'au moins un an, ayant atteint l'âge de 18 ans accomplis et ayant satisfait aux obligations d'affiliation conformément aux prescriptions de la fédération peut librement présenter sa candidature.

Je soussigné : (nom) (prénom)

Adresse complète :

Date de naissance :

Téléphone :

Affilié au club en 2014 sous le matricule n° : déclare poser ma candidature **pour le poste de président, trésorier, secrétaire, responsable assurance** (biffer les mentions inutiles)

Fait à le

Signature

Je soussigné : (nom) (prénom)

Adresse complète :

Date de naissance :

Téléphone :

Affilié au club en 2014 sous le matricule n° : déclare poser ma candidature **pour un poste au sein du comité des Vaillants Acrenois**

Fait à le

Signature

Dans le « Pays des Guimauves » entre la Marcq et la Dendre

Voici quelques extraits d'un article écrit par Erwin De Smet, paru dans le « Wandelgazette » d'Activia au sujet de notre marche du 03 août 2014

Vaillants Acrenois, soyons fiers !!

« En cet après-midi ensoleillé, nous nous sommes laissés tenter par la 32^{me} Marche du Pays des Guimauves des Vaillants Acrenois pour la découverte des Prés Rosières, une splendide réserve naturelle située sur les communes de Deux Acren, Overboelare et Moerbeke. C'est l'unique réserve chevauchant les 2 communautés de notre pays, gérée par 'LRBPO' francophone et le 'Natuurpunt' flamand. Les Vaillants Acrenois nous ont offert un parcours « au vert » et un bon choix de distances. Ceci ne peut être qu'une marche dominicale parfaite" »

(Après une magnifique description des Prés Rosières) ... « Nous buvons une bonne bière locale, la Scotch de Silly au dernier contrôle et nous nous mettons en route pour les derniers kilomètres. C'est dans l'ambiance conviviale du contrôle dE départ que nous parlons encore un bon moment du beau parcours que nous venons de découvrir ».

« La marche a attiré plus de 900 marcheurs et Les Vaillants Acrenois peuvent, à juste titre, être fiers d'une marche plus que réussie ! En tout cas, nous tenons à remercier les Vaillants Acrenois pour leurs bons soins et nous notons déjà dans nos agendas leur 5^{me} Marche de Saint-Martin le dimanche 23 novembre 2014 pour faire la découverte d'un parcours dans un environnement campagnard dans la région des carrières. A bientôt !! »

Source : Activia Wandelgazette

Vous trouverez l'article complet sur leur site :

<http://www.wandelgazette.be/nieuws/overzicht?start=80&count=20>



Les Vaillants Acrenois
organisent leur

Marche de Saint Martin
le dimanche 23 novembre 2014

Départ de "La Gaminerie" à Lessines
www.vaillants-acrefois.be

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

Classement Marche des Guimauves 2014

Marcheurs inscrits : 936 – Passeports jeunesse : 14

Matricule	Dénomination du club	Marcheurs
AKT 135	Padstappers Geraardsbergen	55
AKT 163	W.S.V.Egmont Zottegem	55
HT 061	Les Marcheurs de la Police de Mons	51
HT 001	Les Sucriers de Brugelette	48
AKT 143	De Kwartels Groot-Assenede	37
HT 062	Club De Marche "Les Trouvères"	36
LG 160	Les Longs Pieds Antheitois	32
HT 050	Les Vaillants Acrenois	30
HT 060	Le Roitelet	30
HT 028	Marcheurs de la Sylle - Bassilly	26
HT 029	Les Sans-Soucis - Ghlin	26
HT 067	Les Hurlus en Balade - Mouscron	25
AKT 376	De Chatons Ronse	20
AKT 282	Everbeekse Wandeltochten	19
HT 018	Les Marcheurs du Val de Verne - Peruwelz	19
AKT 233	Hanske de Krijger Oudenaarde	18
AKT 114	De Marktrotters Herne	17
HT 075	Mont-Marche Tournai	15
HT 025	Les Marcheurs de la Police de Binche	14
AKT 087	W.S.V. De Sportvrienden	11
HT 076	Les Marcheurs Van Gogh Cuesmes	11
AKT 254	Parel Van Het Pajottenland	10
HT 051	Les Marcheurs du Souvenir de Leuze	10
AKT 105	Scheldestappers Zingem	9
AKT 034	Omloop Kluisbergen VZW	8
AKT 196	W.S.V. Land Van Rhode	7
AKT 294	C.S.C. Lierde	7
HT 003	Verdigym Collines Flobecq	7
BBW 016	Les Marcheurs du Hain	6
HT 069	Les Randonneurs du Haut-Escaut	6
AKT 358	De Heidetochten Kester-Gooik	5
HT 070	Marching Team Saint Gabriel Maurage	5
O 002	Burchtstappers Herzelle	5
FFRP	entente randonneurs watrelosiens	5
AKT 012	W.S.K. Marke VZW	4
AKT 038	De Pajotten Hekelgem	4
AKT 070	W.S.V. De stormvogels Oostende	4
AKT 091	Postiljon Wandelclub Merelbeke	4
AKT 200	De Zilverdistel Dendermonde	4
AKT 438	Dorpscomité Bogaarden	4
BBW 053	Police Walkers	4
HT 004	A.N. Ath	4

A 023	Wandelvriendenkring Puurs	3
AKT 178	De Rustige Bos-Stappers Jabbeke	3
AKT 304	W.A.K. Wandelclub Al kontent	3
AKT 398	W.V. De Ijsbrekers	3
B 061	De Lustige Wandelaars Merchtem	3
HT 012	Le Coq d'Or Ecaussinois	3
HT 026	Les Marcheurs Sonégiens	3
HT 048	Les Roteux Waibiens - Thuin	3
HT 071	Sympas de Landelies	3
HT 074	Liberchies Sports et Loisirs	3
NA 009	Wallonia Namur	3
NA 028	Les Bergeots	3
NA 056	La Caracole Andennaise	3
VB 027	Wandelclub Tornado Boortmeerbeek	3
A 013	De Kleitrappers Terhaegen	2
AKT 018	Wandelclub, Kadee bornem VZW	2
AKT 063	W.S.V. De Kadees Aalst	2
AKT 096	W.S.V. 'T Fluitekruid Wolvertem	2
AKT 245	W.S.V. De Brigandtrotters	2
AKT 256	Warden Oom Stappers	2
AKT 361	De Textieltrekkers VZW Vichte	2
AKT 411	De 7 Mijl-Stappers Moorseele	2
AKT 494	Wandelclub "De Schooiers" Wichelen	2
BBW 017	Amicale Marcheurs Indépendants	2
BBW 032	Section Marcheurs Police de Jette	2
HT 009	Les Traînes-Savates Montignies s/Sambre	2
HT 019	Les Grattes-Pavés Erquelinnois	2
HT 045	Les Peleux - Châtelineau	2
HT 065	Les Aigles de Bellecourt	2
L 021	W.S.V. De Trotters Hasselt	2
NA 035	Les Kangourous de Falisolle	2
VL 027	W.S.V. De Dragonders Hasselt	2
FFRP 717	Phalempin	2
FFRP 710	Douai Marche	2
A 012	Wandelsportvereniging Schelle VZW	1
AKT 061	W.S.V. Wervik	1
AKT 447	W.S.C. Klavertje Vier	1
BBW 048	La Brugelienne	1
HT 073	Les Marcheurs d'Imbréchies en Thiérache	1
LG 138	Les Corsaires de Sart-lez-Spa	1

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

Les clubs organisent également des voyages auxquels vous pouvez participer. La convivialité y est toujours de rigueur.

N'hésitez pas à demander des informations complémentaires aux organisateurs et, si vous êtes intéressés, ne tardez pas à vous inscrire.

3 Jours à Bruges

Du 21 au 23 Novembre 2014

Voyage en car du club " Les Roteus di Houssaie" (LG 144).

Visites touristiques , Tournai , Lille , Ypres .

Marche à Blankenberge "Internationale Tweedaagse Blankenberge".

logement à Bruges , pension complète (vin, eau et café le soir)sauf légère collation le 21/11 à midi

prix 217 € en chambre double , supplément single 75 €.

Départ de Grivegnée 06h30, Beyne-Heusay 06h50, Chénée 07h00.

Réponse souhaitée fin aout.

Info's et réservations auprès de Joseph Broeckx 04/342.54.02

8 jours en République Tchèque

Du 1er au 8 aout 2015

Voyage organisé par le club « La fourmi d'Aubange » LUX032.

Prix : 665€ par personne. Supplément single 105€ ;

Le séjour comprend:

4 nuits à l'hôtel Panorama à Plzen - hôtel ****

3 nuits à l'hôtel Horizont **** à Zelezna Ruda

Pension complète pendant tout le séjour – 8 repas à 3 plats sans boissons incluses

3 déjeuners restaurants et 3 paniers repas

Visite de la brasserie à Pilsen avec dégustation

Visite du cloître de Plasy

Dont un dîner brasserie à Pilsen

Et un dîner avec animation musicale à la montagne

Guide francophone pendant tout le séjour

Toutes les entrées aux monuments pendant les excursions comme indiqué au programme

Marches IVV avec les estampilles IVV

Infos et réservation auprès de Christine Bellevaux 0496 /96.78.00 063/37.11.91

8 jours en Bretagne

Du 29 août au 5 septembre 2015

Voyage en car organisé par "Les Spartiates de Gembloux" (NA015)

Nombreuses visites et randonnées

Hébergement dans un deux pièces pour deux personnes.

Prix par personnes : 680€ (supplément single 84€)

Renseignements et réservations auprès de Josette Colin 0485.31.42.48

CLASSEMENT DES MARCHES

Challenge ACHO 2014

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	HT 062 05-Juill	HT 050 03-août	HT 001 31-août	HT 067 7-Sept	TOTAL
HT.061 Marcheurs Police Mons	337	209	224	155	101	279	191	184	106	126	266	89	2267
HT.062 Les Trouvères Ellezelles	129	117	42	107	213	117	93	129	0	139	179	166	1431
HT.060 Les Roitelet Ladeuze	163	142	92	129	181	171	63	0	113	57	186	68	1365
HT.001 Les Sucriers Brugelette	106	102	68	80	101	107	96	84	106	93	0	109	1052
HT.029 Sans-Soucis Ghlin	0	111	141	133	52	133	119	58	63	76	58	47	991
HT.075 Mont-Marche Tournai	33	177	52	0	186	109	20	64	54	36	54	162	947
HT.067 Les Hurlus en Balade	80	177	34	144	69	102	32	22	45	72	93	0	870
HT.028 Les Marcheurs de la Sylle	65	56	31	47	96	96	0	80	84	71	94	47	767
HT.018 Val de Verne Péruwelz	66	118	49	117	92	0	62	71	47	38	68	38	766
HT.050 Vaillants Acrenois	68	55	16	26	97	53	64	41	42	0	60	24	546
HT.069 Randonneurs Ht-Escout	43	0	13	62	28	48	18	30	15	20	53	48	378
HT.051 Marcheurs du Souvenir	44	38	18	31	30	50	18	31	12	11	30	34	347
HT.076 Van Gogh Cuesmes	22	23	0	35	34	16	4	4	0	20	16	27	201
HT.003 Verdigym Flobecq	7	9	0	16	0	12	8	11	12	8	14	6	103
HT.043 Ropieurs Mons	23	2	8	2	6	8	0	0	0	0	2	0	51
TOTAL	1186	1336	788	1084	1286	1301	788	809	699	767	1173	865	12082

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



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

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
- vente 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

Dates	N° club.	Cercles organisateurs	Distances	Heures de départ	Lieux de départ
-------	----------	-----------------------	-----------	------------------	-----------------

Marches F.F.B.M.P. et AKTIVIA 2014

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.	NA 001	Footing Club Fosses ASBL	4-6-12-25 50	07h-15h 06h-09h	Collège Saint André Rue Sainte Brigide 5070 Fosses-La-Ville
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	Zonning 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
Sam. 18 oct.	AKT 376	De Chatons Ronse	5-10-14-21- 28	07h-15h	Zaal C.O.C. Malanderplein 7 9600 Ronse

Librairie des Gamomilles

Point-Poste - Lotto - Nettoyage à sec
Photocopie - Fax

Grand-Rue d'Acren 31
7864 Deux-Acren
Tél 068/28 28 03

Ouvert tous les jours 6h45 - 12h00
14h - 18h00

Fermé dimanche & lundi après-midi



Chaussures
Maroquinerie
Bijoux
de fantaisie



Jean-Marie & Jean-François Debilde
Grand-Rue d'Acren 13
7864 Deux-Acren
☎ 068/33 53 77

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Sam. 18 oct. Dim. 19 oct.	HT 009	Les Traîne-Savates Montignies S/Sambre	4-7-14 25 35	07h-15h 6½-11h 6½-09h	Salle de Lausprelle Rue de Villers 63 6280 Gerpinnes (Lausprelle)
Dim. 19 oct.	BBW 046	Section Marche S.T.I.B.	4-10-15-21- 30-36	07h-15h	Salle Paroissiale « Sainte Anne » Chaussée de Tervuren 129 1160 Bruxelles (Auderghem)
Dim. 19 oct.	HT 080	Audax Tournai Marche	6-12-20-30	08h-15h	Salle des Ecoles Paul Carette Rue Boucher 7548 Warchin
Dim. 19 oct.	AKT 358	De Heidetochten Kester-Gooik	6-12-18-24- 32-36-42-50	07h-15h	Don Bosco Halle Lenniksesteenweg 2 1500 Halle
Dim. 19 oct.	AKT 105	Wandelclub Scheldestappers Zingem VZW	6-10-15-21- 30-36	07h-15h	Zwalmparel Sportlaan 9630 Zwalm
Sam. 25 oct.	HT 028	Marcheurs de la Sylle-Bassilly	5-10-18 25 30 42 50	06h-15h 06h-12h 06h-11h 06h-10h 06h-09h	Collège Saint-Augustin Pavé de Soignies 7850 Enghien
Sam. 25 oct.	HT 033	Les Infatigables de Jumet	5-10-15	07h-14h	S.R.P.A. Charleroi Rue Vandervelde 115 6032 Mont-Sur-Marchienne
Sam. 25 oct.	AKT 135	Padstappers Geraardsbergen VZW	7-10-16-22	7½h-15h	Parochiezaal Sint-Bavo Hoge Buizemont 165 9500 Overboelare
Dim. 26 oct.	HT 018	Marcheurs du Val de Verne de Péruwelz	7-14-21-30	6½-15h	Ecoles Communales de la Roe Rue des Ecoles 77 (E42 sort 29) 7600 Péruwelz (Roe)
Vend. 31 oct.	AKT 163	WSV Egmont Zottegem VZW	7-10-14-21	14h-21h	Feestzaal Bevegemse Vijvers Bevegemsevijvers 1 9620 Zottegem
Sam. 1 ^{er} nov.	BBW 045	Les Amis de l'Argentine	5-11-16	12h-17h	Salle « Martin Luther King » Rue de la Gare (50m de la gare) 1330 Rixensart
Sam. 1 ^{er} nov.	AKT 414	Comité 2000	6-12-18	08h-15h	Parochiezaal Paardemarktstraat 9700 Ename



**Nous donnons vie à toutes
vos envies d'évasion**



**SERVICE VOYAGES
LESSINES**
Rue César Despretz 4A
(Grand Place)
7860 Lessines

Ouvert du lundi au vendredi
de 10h à 18h
le samedi
de 10h à 14h

Tél 068/33 90 90
Fax 068/33 91 91
info.lessines@servicevoyages.be
www.servicevoyages.be

**BOULANGERIE
PATISSERIE**

**Henri
LELEUX**

**1, Rue Pierre Fontaine
7861 Papignies**
☎ 068/33 53 46



CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Dim. 2 nov.	HT 074	Liberchies Sports et Loisirs	3-6-12-18-24	07h-15h	Ecole du Centre Rue Célestin Freinet 1 6230 Pont-à-Celles
Mercr. 5 nov.	AKT 034	Omloop Kluisbergen VZW	6-12-18-24	08h-15h	G.O.C. Kwaremont Kwaremontplein 9690 Kluisbergen
Sam. 8 nov. Dim. 9 nov.	NA 009	Wallonia-Namur ASBL Club de Marche Challenge des 5 provinces	4-7-14-22-30-42 4-7-14-22-30	06h-15h	Salle Le Bienvenu Chemin des Archiducs 32 5100 Wépion
Dim. 9 nov.	HT 023	Les Oursons en Balade	5-10-20	07h-15h	Serres Gotto Allée Verte 28 7100 Saint-Vaast
Dim. 9 nov.	VO 102	De Mosselstappers Bus Leuze	4-7-14-20	08h-15h	Tent Jacob Hobeijnstraat NL4553 Philippine
Dim. 9 nov.	AKT 196	WSV Land Van Rhode	6-10-14-18-21	08h-15h	Parochiecentrum Poststraat 48 9860 Balegem
Mardi 11 nov.	HT 076	Les Marcheurs Van Gogh	7-14-21	08h-15h	Calva Rue Ferrer 1 7033 Cuemes
Mardi 11 nov.	AKT 233	Hanske De Krijger Oudenaarde	5-10-15-20	7½-15h	Evenementenhall De Qubus Lindestraat 45 9700 Oudenaarde
Sam. 15 nov.	HT 038	Le Marabout – Gilly	6-12-25	07h-14h	Salle de la Plaine des Sports Rue de l'Eglise (R3 sort.13) 6200 Châtelineau
Sam. 15 nov.	AKT 398	W.V. De Ijsbrekers	5-8-12-18	08h-15h	Vrije Basisschool De Bloesem Beekstraat 17 9451 Kerksken
Dim. 16 nov.	HT 025	Les Marcheurs de la Police de Binche	4-6-12-20-30	6½h-15h	Salle du kursaal Av. Wanderpepen 30 7130 Binche
Dim. 16 nov.	AKT 087	WSV De Sportvrienden VZW	5-9-14-20-25	08h-15h	Zaal De Vrede, Dorp 4 9470 Denderleeuw
Mercr. 19 nov.	AKT 163	WSV Egmont Zottegem	7-10-14-18-21	08h-17h	O.C. Velzeke - Provinciebaan 9620 Velzeke-Ruddershove

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

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Sam. 22 nov.	HT 006	Club Pédestre Ecureuil de Châtelet	4-7 13-20	08h-15h 08h-14h	Parc Communal Rue des Campagnes R3 (sort.9) 6200 Châtelet
Sam. 22 nov.	HT 004	Les Amis de la Nature Ath	8-13	17h-21h	Espace Intergénérationnel Rue Defacqz 7800 Ath
Sam. 22 nov.	AKT 447	WSC Klavertje vier Wortegen-Petegem	6-12-18-24	08h-15h	Zaal De Wante, Essestraat 2 9688 Schorisse
Dim. 23 nov.	HT 050	Les Vaillants Acrenois	5-10-15-20	07h-15h	Ecole Communale La Gaminerie Ancien Chemin d'Ollignies 106 7860 Lessines
Dim. 23 nov.	AKT 135	Padstappers Geraardsbergen VZW	7-10-16-22-32	08h-15h	Parochiezaal, Grimmingeplein 9506 Grimminge
Dim. 30 nov.	HT 075	Mont-Marche Tournai Marche de l'ACHO	6-12-20	08h-15h	Domaine des Eaux Sauvages Rue du Pont Vert 14 7504 Froidmont
Sam. 6 déc.	HT 069	Les Randonneurs du Haut-Escaut	5-10-15-20-25	08h-15h	Salle du Café « L'Escale » Rue du Centre 57 7640 Péronnes-Lez-Antoing
Sam. 6 déc.	AKT 196	WSV Land Van Rhode	6-10-14-18-21	08h-15h	Izoo, Dorp 50 9860 Oosterzele
Dim. 7 déc.	HT 023	Les Oursons en balade	3-5-10-20	08h-15h	Le Sablon Place de Carnières 7141 Carnières
Dim. 7 déc.	NA 006	Club des Marcheurs de Floreffe	4-7-11 15-20 25	07h-15h 07h-14h 07h-13h	Abbaye de Floreffe – Salle Vitree Rue du Séminaire 7 5150 Floreffe
Dim. 7 déc.	AKT 254	Parel Van Het Pajottenland	4-6-9-12-18-25-32	7½-15h	De Carrousel, Molenstraat 20 1570 Vollezele
Dim. 7 déc.	AKT 216	Gitse Wandelclub 'Voetje voor Voetje'	4-6-12-20	07h-15h	Dominiek Savio Instituut Koolskampstraat 6 8830 Gits
Mercr. 10 déc.	AKT 135	Padstappers Geraardsbergen VZW	5-7-8-12-16-20	08h-15h	Jeugdhuis De Spiraal Zakkaai 29 9500 Geraardsbergen
Sam. 13 déc.	HT 082	Les Rase Mottes D'Aiseau Presles	4-7-12 21	07h-15h 07h-12h	Salon Communal (Dins les Courtis) Rue Lambot 6250 Aiseau



COMME UNE FLEUR

rue Terraque, 37

7861 Wannebecq

Tél 068/33.27.30

www.comme-une-fleur.be

commeunefleur.carine@hotmail.com

Fleurs 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

Sam. 13 déc.	BBW 048	La Bruegelienne	12-16	14h-19h	Athénée Fernand Blum Av. Renan 12 1030 Bruxelles
Sam. 13 déc.	HT 075	Mont-Marche Tournai	7-12 10-20	17h-21h 12h-15h	Ecole du Château Av. Leray 33 7500 Tournai
Sam. 13 déc.	AKT 258	Euraudax België	25	10h	Café Brasserie 't Klein Verschil Oude Steenweg 1 9500 Geraardsbergen
Mercr. 17 déc.	AKT 163	WSV Egmont Zottegem VZW	7-10-14-18- 21	08h-17h	O.C. Leeuwergem Gentse Steenweg 307 9620 Leeuwergem
Sam. 20 déc.	AKT 258	Euraudax België	25	11h	Cafétaria Nautisport Pavé de Soignies 36 7850 Enghien
Dim. 21 déc.	NA 015	Les Spartiates de Gembloux	6-12-21	06h-14h	Foyer Communal Place A. Lacroix 5030 Gembloux
Dim. 21 déc.	AKT 114	Wandelclub De Marktrotters Herne VZW	4-6-10-15- 22	08h-15h	GO Basisschool Kokejane Waardestraat 17 1540 Herne
Dim. 21 déc.	AKT 105	Wandelclub Scheldestappers Zingem	6-10-15-21- 30	07h-15h	Feestzaal De Korenbloem Kerkplein 9750 Zingem
Vendr. 26 déc.	AKT 233	Hanske De Krijger Oudenaarde	6-11-14	09h-18h	K.B.O. Sint-Walburga Smallendam 25 9700 Oudenaarde
Sam. 27 déc.	NA 052	Les Djales D'Anhée ASBL	4-6-12-18- 25	07h-15h	Abbaye de Maredsous 5537 Denée
Dim. 28 déc.	HT 010	Les Marcheurs Ransartois	4-6-12 21	07h-15h 07h-13h	Salle des Fêtes Rue Paul Pastur 6043 Ransart
Dim. 28 déc.	AKT 163	WSV Egmont Zottegem VZW	6-12-18-24- 32	08h-15h	Feestzaal Bevegemse Vijvers Bevegemsevijvers 1 9620 Zottegem

<p style="text-align: center;">OSEZ LA CAMPAGNE...</p> <p style="text-align: center;"><i>Fruits, légumes, fromages, vins...</i></p> <p style="text-align: center;">APPRECEIEZ LA DIFFERENCE...</p> <p style="text-align: center;"><i>Alimentation biologique...</i></p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">VERGERS DE LA GAUMETTE</p> <p style="text-align: center;">C. & J.P. Fontaine</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">Rue Pierre Fontaine, 63 7861 Papignies</p> <p style="text-align: center;">Tél 068/33 33 29</p> <p style="text-align: center;">mardi à samedi : 9h à 18h</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<div style="border: 2px solid black; padding: 10px;">  <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; margin: 0;">STUDIO ARTIS</p> <p style="margin: 0;">PHILIPPE HOVEN <small>Un photographe professionnel à votre service</small></p> <p style="margin: 0;">REPORTAGES - MARIAGES - PORTRAITS - IDENTITÉ</p> <p style="margin: 0;">PHOTOCOPIES CLASSIQUES OU COULEURS - CARTERIE</p> <p style="margin: 0;">SERVICE FAX - PLASTIFICATION</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block; margin: 5px 0;">Tirages photos de digital</div> <p style="margin: 0;">18, Grand-Place - 7860 Lessines Tél.: 068 33 33 68</p> </div>
--	--

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

MARCHES A.D.E.P.S.

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
Dim. 12 oct.	Comité des parents Ecole St-Sauveur	5-10-15-20	08h-16h	Ecole St-Sauveur – Place 20 7850 Petit-Enghien
Dim. 19 oct.	Fifty-One Club Feluy - Ecaussinnes	5-10-15-20	08h-16h	Foyer culturel Rue de l'Avedelle 7190 Ecaussinnes
Dim. 26 oct.	Basket Club Soleil levant	5-10-20	08h-16h	Institut La Pommeraie Rue Neuve 15 7972 Ellignies-Sainte-Anne
Dim. 26 oct.	Association de parents	5-10-15-20	08h-16h	Ecole communale Rue de l'Enseignement 1 7830 Thoricourt
Sam. 1 ^{er} nov.	Entente lessinoise d'athlétisme	5-10-15-20	08h-16h	Complexe sportif des Camomilles Rue de l'Ordre 7864 Deux-Acren
Dim. 2 nov.	Festival d'art floral	5-10-15-20	08h-16h	Rue du Partiau 20 7971 Wadelincourt
Dim. 9 nov.	Ecole communale d'Erbiseoul	5-10-20	08h-16h	Ecole communale d'Erbiseoul Chemin du Prince 115 7050 Erbiseoul
Dim. 9 nov.	Pelote Basque Ath	5-10-15-20	08h-16h	Ecole communale Rue de la Brasserie 92A 7812 Ligne
Mardi 11 nov.	Lions club de Mons	5-10-15-20	08-16h	Cité de l'Enfance Chaussée de Beaumont 21 7000 Mons
Dim. 16 nov.	Club Animation ASBL	5-10-15-20	08h-16h	Club Animation Place de Bois-de-Lessines 52 7866 Bois-de-Lessines
Dim. 16 nov.	Les Amis de la nature ASBL	5-10-15-20	08h-16h	Rue des Déportés 21 7971 Basècles

Boulangerie – Pâtisserie

Bossiroy

rue Culant 1 – 7864 Deux-Acren

Tél 068/33 25 61



**Toujours du frais
et de la qualité.**

**C'est la devise
de la maison**



Ouvert : 9h-12h/13h30-18h
Fermé le dimanche, lundi &
jours fériés

Nourritures et
accessoires divers
expo & élevage

Large gamme en pâtée
d'élevage :
Lux – Turbo – Top 3000
– Quicko – Cédé – Prima
– Bevo – Griza – Chemi-
Vit

Pinkies, Buffelo, vers de
farine (vivants et
congelés)

+ Diverses nourritures
pour animaux
domestiques

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Dim. 23 nov.	Scouts et Guides Adultes	5-10-20	08h-16h	Salle de gym Rue des Sapins 7603 Bonsecours
Dim. 30 nov.	Les Amis de la nature ASBL	5-10-15-20	08h-16h	Ecole communale Rue du Mont 2 7812 Mainvault
Dim. 7 déc.	Les Gillès de Flobecq	5-10-15-20	08h-16h	Ecole communale Rue de la Crête 32 7880 Flobecq
Dim. 14 déc.	Syndicat d'initiative de Silly	5-10-15-20	08h-16h	Place Communale 11 7830 Silly
Dim. 14 déc.	Comité des enseignants	5-10-20	08h-16h	Ecole communale Rue du Thy 3 7870 Lens
Dim. 28 déc.	Les Anciens du F.C. Ellezelles	5-10-15-20	08h-16h	Buvette du Football du complexe sportif Chaussée de Renaix 7890 Ellezelles

AUTRES MARCHES

Sam. 20 déc.	GDL008 C.M.P. « Les Rapides » Limpertsberg Bus Brugelette	6-12	13h-17h	Hall Victor Hugo Avenue Victor Hugo 60 1750 Luxembourg
-----------------	---	------	---------	--



**Nouveau modèle de Toutou-bar
(peut-être une idée pour un Vaillant bricoleur?)**

