PÉRIODIQUE TRIMESTRIEL

OCTOBRE - NOVEMBRE - DÉCEMBRE

2016

DU CLUB DE MARCHE

Les Vaillants Acrenois

LVA - HT 050

Ed. Resp. : Nadine THESIN - rue Haute 6 - 7861 Wannebecq

COMITÉ LVA

www.vaillants-acrenois.be
HT050@FFBMP.be
Belfius : IBAN : BE04 0682 0338 0331 BIC : GKCC BE BB

Présidente & Correspondant Club	**Nadine THESIN Rue Haute 6 7861 Wannebecq**	**068/57 04 56 0498/20 65 11 nadine.thesin@gmail.com**
Trésorière	**Anne BAILLY**	**068/56 81 08 0495/61 57 99 LVA_HT050@live.be**
Trésorier Adjoint	**Pierre DELMÉE**	**---**
Secrétaire	**Marie-Paule DELATOUR**	**0479/47 87 40 HT050@FFBMP.be**
Secrétaire Adjoint	**Jacques VAN QUICKELBERGHE**	**0473/68 49 13 j.vanquickelberghe@skynet.be**
Vice-Présidente, Resp. Assurances & Gestion Site Internet	**Anne BAILLY**	**068/56 81 08 0495/61 57 99 LVA_HT050@live.be**
Resp. Vêtements, Tombola, Cuisine & Publicité	**Francine STIEVENART**	**068/33 38 35**
Resp. Affiliations, Promotion & Gestion Matériel	**Nadine THESIN**	**068/57 04 56 0498/20 65 11 nadine.thesin@gmail.com**
Coordinateur Circuits	**Lieve BEUTELS**	**0478/29 08 37 lieve.beutels@tvcablenet.be**

Nos réunions sont ouvertes à tous nos membres.
Elles se tiennent "Chez Sandrine" - Maison du Peuple
Grand-Rue 38 - 7864 Deux-Acren

Nos prochaines réunions :
- Jeudi 13 octobre 2016 à 18h30
- Jeudi 03 novembre 2016 à 18h30
- Jeudi 19 janvier 2017 à 18h30

- **Samedi 19 novembre 2016**
(L'Assemblée Générale qui se tient au « Ramier », Chevauchoire de Viane 93 - 7860 Lessines)

Bonjour très chers Vaillants!

Nous voilà déjà à l'automne et bientôt à la fin de l'année.

Notre troisième et dernière marche approche à grands pas. Elle aura lieu le 23 octobre 2016 à Ghoy, ce qui permettra de varier les parcours. Les marcheurs se dirigeront vers le village voisin d'Ogy.

Comme d'habitude, les Vaillants Acrenois sont les bienvenus. S'ils sont intéressés en tant que bénévoles, ils peuvent venir à la réunion du 13 octobre à 18h30 à la Maison du Peuple de Deux-Acren. Je vous remercie de votre aide à notre marche du 31 juillet.

La dernière marche de l'ACHO est à Ellignies-Ste Anne le 9 octobre 2016 et celle de la remise des prix est à St Sauveur le 27 novembre 2016.

Notre Assemblée Générale se tiendra le 19 novembre 2016 à la salle du Ramier, Chevauchoire de Viane 93 à Lessines. Vous serez invités à voter pour un Président, un Trésorier et un Secrétaire. Vous pouvez m'envoyer vos candidatures.

D'autres postes pour alléger le travail du Comité pourront aussi vous être distribués si vous le désirez.

Vous pourrez renouveler votre cotisation pour 2017 et les nouveaux calendriers seront à votre disposition.

Le marcheur qui ne saurait venir à l'Assemblée Générale pourra également se réinscrire lors de la marche de St Sauveur du 27 novembre 2016 où je serai présente toute la journée.

Je vous souhaite une bonne fin d'année et

à bientôt !!
Nadine

Funérailles DELAUW sprl

Funérarium-Fleurs en soie-Pierres tombales

Organisation complète de funérailles

Service 24h/24h

Funérariums : 5 chambres funéraires
Assurances funérailles Corona Direct
Salle pour cérémonies de l'au revoir personnalisées
Contrats obsèques

Funérailles DELAUW

Même maison

- **transport personnes à mobilité réduite**
- **transport pour radiothérapie, chimiothérapie, dialyse, …**

80, rue de l'Hôtellerie
7860 Lessines

37, rue du Pont
7864 Deux-Acren

Tél 068/33 26 30

électro ménager
matériel électrique
chauffage électrique éclairage

EMD

Zoning Ouest 28
7860 Lessines
Tél 068/33 49 47
Fax 068/33 79 51

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

François et Anne-Gaëlle
BOULANGERIE
PÂTISSERIE

rue des Combattants 69
7866 Ollignies
Tél 068/34 08 88

Tradition familiale

VOTRE PUB ICI ?

octobre	
3	Luc Monsieur
3	Anne Richet
4	Edwin Van Cleemput
5	Maggy Vanheuverzwijn
6	Carine Lumen
8	Amjed Ghanmi
14	Eric Lerminiaux
15	Colette Delcourt
19	Jeannine Guignies
22	Gerard Lancelle
28	Pascal Vanderhaeghen

novembre	
7	Christiane Vanderlinden
10	Chantal Teugels
13	Isabelle Mouligneau
13	Nadine Thesin
20	Christiane Mestre
22	Lucy Van Mello
24	Alisson Deprez
29	Joseph Bussens

décembre	
2	Sylvere Mestdagh
4	Denise Hibo
5	Dorian Van Mello
6	Veronique Andry
9	Marcel Daumerie
13	Bernadette Gravet
15	Sylvain Pevenage
18	Leon Thauvoye
18	Jose Nicola
19	Natalino Carzedda
29	Olivier De Wit

Nouveaux membres :

Jeannine Guignies - Ath
Nathalie Huwé - Galmaarden
Olivier Risselin - Lessines

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

rue Terraque, 37
7861 Wannebecq
Tél 068/33.27.30

www.comme-une-fleur.be
commeunefleur.carine@hotmail.com

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

A la p'tite étable

Hilde & Jean-Paul Trifin-Feys
Place de Ghoy 47
7863 GHOY
☎ 068/33.68.28 ou 0493/49.92.97

Retrouvez le vrai goût d'antan des produits fermiers en direct du producteur : glaces artisanales, beurre, fromages, flan, œufs, pommes de terre ...

Notre spécialité : gâteaux glacés toutes occasions

Magasin ouvert 6 jours sur 7
fermé le lundi

mardi - mercredi	13h30 - 19h
jeudi - vendredi - samedi	10h - 19h
dimanche & jours fériés	10h - 12h

Suivez notre page : A la p'tite étable - Ferme Trifin

Aimeriez-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	XS - 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 ou blanc - hommes	S - M - L - XL - XXL	€ 6	12 pts
Veste de survêtement - mixte	XS - S - M - L - XL - XXL	€ 35	70 pts

Boucherie LÉO

L'expérience au service de la qualité,
le retour aux saveurs d'antan !
Grand' Place, 2 - 7860 Lessines
068/73 00 59
présent sur vos marchés
mercredi à Ollignies
jeudi à Ath
vendredi Lens

magasin ouvert du mardi au samedi
8h30 - 18h00

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

Invitation
à nos prochaines marches

DIMANCHE 23 OCTOBRE 2016
7e Marche de Saint Martin
5 - 10 - 15 - 20 km

Départ : Salon Carton
Rue Laisette 1 - 7863 Ghoy (Lessines)

DIMANCHE 16 AVRIL 2017
Marche du Pays des Carrières
5 - 10 - 15 - 20 - 25 km

Départ : Club Animation
Place - 7866 Bois-de-Lessines

DIMANCHE 06 AOÛT 2017
35e Marche du Pays des Guimauves
6 - 12 - 20 - 30 - 42 km

Départ : Salon Carton
Rue Laisette 1 - 7863 GHOY (Lessines)

DIMANCHE 29 OCTOBRE 2017
5 - 10 - 15 - 20 km

Départ : Salle René Magritte
Rue de la Déportation 37
7860 Lessines

CITROËN

Garage Gosselin S.A.
7860 Lessines
068/33 27 21

Chaussée G. Richet 227b
7860 Lessines
Tél 068/33 27 21

NoMade
by NiNa
ARTISAN FLEURISTE
Déco & ambiance d'ailleurs
Rejoignez-nous sur
10 A, chemin d'Ath - 7860 Lessines
068 / 33 27 50
www.cheznina.be - nomadebynina@hotmail.com

Challenge ACHO 2016

Classement intermédiaire

Clubs faisant partie de l'Association	HT 029 14-Fév	HT 069 28-Fév	HT 076 6-Mars	HT 075 13- Mars	HT 003 27- Mars	HT 018 15-Mai	HT 028 29-Mai	HT 060 12- Juin	HT 043 25- Juin	HT 062 02-Juill	HT 050 31-Juill	HT 001 28-août	HT 067 4-Sept	HT 061 25-Sept	HT 051 9-Oct	TOTAL
HT.060 Les Roitelet Ladeuze	131	246	120	163	142	215	157	0	71	159	147	159	84			1794
HT.061 Marcheurs Police Mons	217	147	109	42	56	131	101	129	138	78	95	128	59			1430
HT.062 Les Trouvères Ellezelles	69	144	46	137	110	147	142	120	72	0	114	96	104			1301
HT.075 Mont-Marche Tournai	32	208	60	0	81	131	61	92	20	95	97	60	86			1023
HT.001 Les Sucriers Brugelette	74	109	71	67	83	88	92	109	46	84	107	0	65			995
HT.029 Sans-Soucis Ghlin	0	81	91	71	42	104	52	88	84	78	68	82	32			873
HT.028 Les Marcheurs de la Sylle	44	61	47	54	44	73	0	77	26	116	112	55	35			744
HT.018 Val de Verne Péruwelz	49	107	43	72	101	0	80	49	23	47	91	44	36			742
HT.067 Les Hurlus en Balade	109	143	28	84	39	95	32	43	22	42	21	37	0			695
HT.051 Marcheurs du Souvenir	37	32	22	16	33	27	38	32	17	25	32	34	24			369
HT.050 Vaillants Acrenois	19	36	9	32	50	33	17	31	13	48	0	37	17			342
HT.069 Randonneurs Ht-Escaut	14	0	18	28	16	41	45	24	0	36	35	13	20			290
HT.043 Ropieurs Mons	17	20	10	24	4	10	6	13	0	4	11	2	0			121
HT.003 Verdigym Flobecq	3	4	0	14	0	8	13	16	4	11	16	6	2			97
HT.076 Van Gogh Cuesmes	2	20	0	8	0	6	0	0	0	0	0	0	0			36
TOTAL	817	1358	674	812	801	1109	836	823	536	823	946	753	564			10852

Source : ce classement n' est qu'une partie du tableau (pour le classement complet : voir www.vaillants-acrenois.be)

Cuisines COSYNS

46 ans

ALNO®

Cuisines équipées - Placards - Salles de Bains

DM-Line

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

Centre funéraire Degauque

Serge & Brigitte

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'acceuil pour familles
- Salle de toilette et d'embaumement
- Salle de cérémonie
- et toujours Salle de réception pour cafés/sandwiches

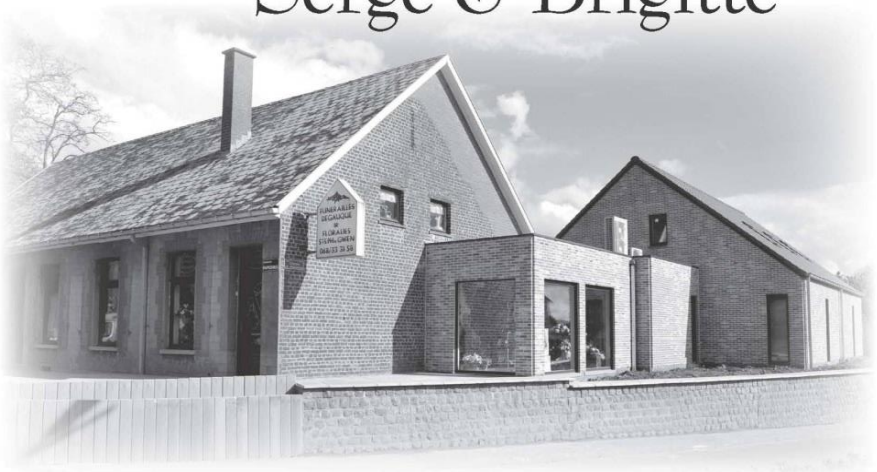
dans un cadre serein et chaleureux EN TOUTE CONFIANCE

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 9h30à13h
**** 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



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 2017

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

N'oubliez pas votre carnet de points lorsque vous viendrez régler votre affiliation pour 2017.

La cotisation **2017** pour l'affiliation est fixée à **6 €** pour les adultes
et **3,70 €** pour les enfants de moins de 12 ans

Vous pouvez vous affilier pour l'année 2017

le samedi **19 novembre 2016 à partir de 14h00**
lors de l'Assemblée Générale au
« Le Ramier » - Chevauchoire de Viane 93 – 7860 Lessines
ou
lors de la réunion suivante :
le jeudi **19 janvier 2017 à partir de 18h30**
chez Sandrine - Maison du Peuple - Grand-Rue 38 - 7864 Deux-Acren

Notre Présidente Nadine Thésin assurera également une permanence pour les affiliations
lors de la **marche ACHO** du **27 novembre 2016**
à l'Ecole Communale - Rue des Combattants 24 - 7912 Saint-Sauveur

Profitez de ces rendez-vous pour échanger vos points contre

les vêtements du club,
une participation à une excursion en car (organisée par les clubs amis),
un achat de chaussures de marche ou autres accessoires nécessaires à
la pratique de notre sport (sur présentation du ticket de caisse)

Vous pouvez également régler votre cotisation en échange de points

! Attention !

Les points acquis <u>avant</u> le 01.01.2016 ne sont valables que jusqu'au 31.12.2016

Les points acquis entre le 01.01.2016 et le 31.12.2016 seront valables jusqu'au 31.12.2017

Les points ne sont pas échangés contre de l'argent

Belfius
Banque & Assurances

Agence de Lessines

068/270.250 – Fax 068/270.269

Grand-Rue, 37 – 7860 Lessines

Placements – Crédits - Assurances

CBFA 047548 cA-cB

068/28.61.22 - 0471/32.20.82

Fermé le mercredi

Les 4 Jours de Chantonnay

C'est à l'initiative de Michel Cornilly, du club de marche «Les Bergeots» de Florennes, que nous avons participé en mai dernier avec une cinquantaine de randonneurs, aux 4 Jours de Chantonnay en Vendée.

Le voyage comprenait aussi du tourisme :
- Nous avons pu découvrir le magnifique Marais Poitevin à bord d'une barque plate menée à la «pigouille» par un «maraîchin».
- Nous avons pu embarquer à bord d'un train à vapeur, parcourir dans une ambiance rétro les 22 km de la ligne du Chemin de Fer de la Vendée et visiter l'atelier où des bénévoles passionnés remettent de vieilles machines en état de fonctionner.
- Nous avons visité le château fortifié de Tiffauges qui possède une belle collection de machines de guerre médiévales et nous avons pu assister à des démonstrations de tirs réels, exécutés de façon ludique et pédagogique.
- Nous avons passé une journée au Parc du Puy du Fou et assisté à de magnifiques spectacles historiques.

Après cette agréable «mise-en-bouche», nous étions impatients de tester les sentiers vendéens. Des circuits de 10, 14, 22, 29 et 42 km nous étaient proposés, avec transport en bus vers les lieux de départ et accueil en fanfare au lieu d'arrivée, au Parc Clémenceau, au cœur de la ville de Chantonnay, où cette photo de nous deux a été tirée :

L'organisation était impeccable. Seul bémol : un très grand nombre de marcheurs furent victimes d'une épidémie fulgurante de gastro-entérite qui s'avéra s'étendre à tout le département. Ouf, nous y avons échappé, mais nous avons bien compati avec ceux qui ont dû garder le lit…

Malgré ce malheureux épisode, nous ne saurions que vous conseiller de mettre ces 4 Jours de Chantonnay à votre « tableau de marche ».

L'événement a lieu tous les ans au congé d'Ascension et attire des randonneurs de partout. Une occasion de faire de belles rencontres et de découvrir une splendide région.

Jacques et Martine Van Quickelberghe
Membres Vaillants Acrenois

Coiffure Magda

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

Diminu'tifs

Balade Des Sens : 23 €
Balade Structurée : 35 €
Balade Colorée* : 46 €
Balade Ensoleillée* : 60 €
*2 ton : + 21€
Mini Miss (- 12 ans) : 23,50€
Typiquement Masculin : 18€

Tous nos services comprennent un soin aux huiles essentielles, un shampooing végétal, un soin démêlant et un fixant écologique.

HAIR BORIST
BIO-CONCEPT

Grand place 7, 7860 Lessines
068 30 21 67 - 0498 806 746 - www.diminu-tifs.be
Jeudi, Vendredi, Samedi de 8h30 à 18h et le mercredi sur RDV

Mais encore ...

BIO HAIRWELLNESS CONCEPT

tarif spécial éudiants
(- 10%) jusqu' à 18 ans

le mois de votre anniversaire
- 10%
(valable 1 seul fois sur tout/ offre cumulable pour les étudiants)

chèque cadeau personnalisés à offrir

revente de produits professionnels

3e Europiade de marche en Autriche

La 3e Europiade de marche a eu lieu fin mai en Autriche. Sept Vaillants se sont joints au voyage, organisé par Marche Découverte, vers Kitzbühel au cœur du Tyrol.

La première partie de notre périple a été consacrée à la découverte de la région. Nous avons visité les mines d'argent de Schwaz. Premières sensations fortes lors de la descente dans la mine. Ciré sur le dos et casque sur la tête, assis à la queue leu leu dans de petits wagonnets tirés par une mini locomotive le long d'un tunnel de 800 mètres très étroit, nous avons eu droit à une visite guidée très intéressante.

Ensuite pour nous remettre de nos émotions et nous réchauffer un peu par un temps maussade, nous avons visité le Musée du Snaps à Pill. La dégustation fut fort appréciée…

Après cela, le soleil revenu, direction le Musée Swarovkski à Wattens, dont la gigantesque boutique a eu raison de notre pauvre portefeuille !

Le lendemain matin nous avons effectué une splendide croisière sur le lac Achensee.

Nous avons ensuite continué sur Innsbrück, où après avoir emprunté un funiculaire et une gigantesque télécabine, nous avons pris un bon repas dans un beau restaurant d'altitude, entourés de belles montagnes enneigées.

▶▶

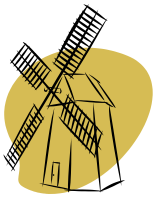
Boucherie «

ouvert de 8h30 à 19h
Fermé lundi & 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

Sans rendez-vous

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

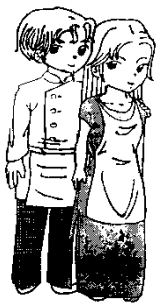
Sur rendez-vous

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

Fermé le lundi

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

François et Anne-Gaëlle
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

◀◀

L'après-midi nous avons visité la belle ville d'Innsbrück. Le soir, nous nous sommes enfin plongés dans l'atmosphère de la marche en participant à la cérémonie d'ouverture des Europiades et la présentation des drapeaux des pays participants.

Les 3 jours suivants nous avons eu droit à des circuits en pleine nature avec des paysages époustouflants! Selon les circuits choisis (court, moyen ou long), nous empruntions télécabines ou télésièges pour parcourir les sentiers de montagne (parfois vertigineux ou dans la neige). Nous avons même eu droit à un violent orage dont la montagne a le secret.

La tête remplie de merveilleux souvenirs et en bonne compagnie nous attendons avec impatience la prochaine Europiade qui aura lieu dans 2 ans en Sicile.

Anne Vlassenbroek
Membre Vaillant Acrenois

Notre marche du Pays des Guimauves du 31 juillet 2016
775 marcheurs !

Envie de devenir bénévole ?
Contactez notre Présidente Nadine
068/57 04 56 - 0498/20 65 11

Merci d'avance !!

Boulangerie Pâtisserie Pom' Cannelle

Chaussée de Renaix 33
7860 Lessines
Tél 068/33 33 98

Notre Spécialité :
la Qualité !

vêtements vidts

Grand Rue - Lessines
1.000 m²

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

CHEZ L'COUSIN PAPIGNIES

ouvert dès 10h - fermé le lundi
Café du Jeu de Balle
0498 / 27 13 07

Finn Razell INSTITUT DE BEAUTÉ

Porte d'Ogy 22B
7860 Lessines
068/30 16 22

INSTITUT DE BEAUTE

soin visage, corps
manicure, pédicure
épilation
massages

SUR RENDEZ-VOUS

FINN.RAZELL2015@GMAIL.COM

Classement des Clubs
à notre Marche du Pays des Guimauves
juillet 2016
775 participants

Matr	Club	Nbre
HT 060	Le Roitelet	65
HT 001	Les Sucriers de Brugelette	45
HT 061	Les Marcheurs de la Police de Mons	44
HT 028	Marcheurs de la Sylle - Bassilly	42
3135	Padstappers Geraardsbergen	35
HT 062	Club De Marche "Les Trouvères"	31
HT 050	Les Vaillants Acrenois	30
HT 075	Mont-Marche Tournai	29
HT 029	Les Sans-Soucis - Ghlin	28
HT 018	Marcheurs Val de Verne - Peruwelz	27
HT 051	Les Marcheurs du Souvenir de Leuze	13
3233	Hanske de Krijger Oudenaarde vzw	12
HT 074	Liberchies Sports et Loisirs	11
HT 003	Verdigym Collines Flobecq	10
3376	Wsv Chatons Ronse	9
4114	Wandelclub De Marktrotters Herne	9
HT 004	A.N. Ath	8
3163	Wsv Egmont Zottegem	8
HT 043	Les Ropieurs - Mons	7
3140	Wandelclub Natuurvrienden Deinze	6
3383	De Trekvogels Boekhoute vzw	6
4027	Wandelclub Tornado vzw	6
5078	Drevetrotters Zonnebeke vzw	6
HT 012	Le Coq d'Or Ecaussinois	5
HT 045	Les Peleux - Châtelineau	5
HT 065	Les Aigles de Bellecourt	5
HT 067	Les Hurlus en Balade - Mouscron	5
HT 069	Les Randonneurs du Haut-Escaut	5
FFR	France Rando Evasion Wattrelos	5
3200	Wandelclub De Zilverdistel	5
5217	De 12 uren van Lauwe	5
5361	De Textieltrekkers vzw Vichte	5
HT 009	Traînes-Savates Montignies s/Sambre	4
HT 026	Les Marcheurs Sonégiens	4
BBW 032	Section Marcheurs Police de Jette	4
3002	Burchtstappers Herzele	4
3034	Omloop Kluisbergen	4
4007	W.S.V. Tervuren-Bos vzw	4
4358	De Heidetochten Kester-Gooik	4
5089	De Heuvellandstappers	4
5345	De Waterhoekstappers Heestert	4

Matr	Club	Nbre
5391	De Spartastappers Ardooie vzw	4
HT 025	Marcheurs de la Police de Binche	3
HT 038	Le Marabout - Gilly	3
HT 070	Marching Team St Gabriel Maurage	3
NA 051	Les Godasses de Fraire	3
3196	Wsv Land van Rhode vzw	3
3450	Boerenkrijgstappers vzw	3
HT 011	Les Marcheurs du XII de Marcinelle	2
HT 019	Les Grattes-Pavés Erquelinnois	2
BBW 035	Les Meuniers	2
BBW 053	Police Walkers	2
LUX 032	La Fourmi	2
NA 054	March. de "Hautes-Roches"-Dourbes	2
3103	Florastappers Gent vzw	2
3226	WJC Denderklokjes Lebbeke	2
3398	WV De IJsbrekers Haaltert vzw	2
3494	Wandelclub 'De Schooiers' Wichelen	2
4025	Ijsetrippers vzw	2
4028	Wandelclub St.Pieters-Leeuw vzw	2
4046	Wrc Manke Fiel vzw	2
4147	Wandelclub Kruikenburg vzw	2
4158	De Trekplosters Zellik-Asse	2
4165	Wandelclub Parkvrienden Zaventem	2
5012	Wsk Marke vzw	2
5061	Wervikse Wandelsport Vereniging	2
5245	WSV De Brigandtrotters vzw	2
HT 031	Les Tatanes Ailées Epinois	1
BBW 007	Les Roses Noires	1
LG 158	Les Globe-Trotters - Flémalle	1
LG 167	Al Vile Cinse Berneau	1
LUX 037	Marheurs des Vallées Ourthe et Laval	1
NA 001	Footing Club Fosses	1
NA 030	1000 Pattes - Philippeville	1
NA 060	Le Joyeux Marcheur Flawinne	1
1013	De Kleitrappers	1
2045	W.S.V. De Schoverik Diepenbeek	1
3143	De Kwartels	1
3294	CSC-Lierde	1
4300	Wsv Horizon Opwijk	1
5008	Wandelclub Duintrappers Westende	1

STUDIO ARTIS

PHILIPPE HOVEN Un photographe professionnel à votre service

REPORTAGES - MARIAGES - PORTRAITS - IDENTITÉ
PHOTOCOPIES CLASSIQUES OU COULEURS - CARTERIE
SERVICE FAX - PLASTIFICATION

Tirages photos de digital

18, Grand-Place - 7860 Lessines Tél.: 068 33 33 68

Chaussures
Maroquinerie
Bijoux
de fantaisie

Caprice

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

SERVICE VOYAGES

Nous donnons vie à toutes vos envies d'évasion

GFG FONDS DE GARANTIE VOYAGES

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

AXA BANK - BANQUE

DIANE & DENIS DEHAENE

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

Côté Fleuri
Fleurs et Décorations
Rue Remincourt, 53
7864 DEUX-ACREN
Tél. 068 34 04 83

Heures d'ouverture

Jeudi	10h00 – 18h00
Vendredi	9h30 – 19h00
Samedi	9h00 – 18h30
Dimanche	9h30 – 12h30

OSEZ LA CAMPAGNE...

Fruits, légumes, fromages, vins...
APPRECIEZ LA DIFFERENCE...
Alimentation biologique...

VERGERS DE LA GAUMETTE
C. & J.P. Fontaine

Rue Pierre Fontaine, 63
7861 Papignies
Tél 068/33 33 29
mardi à samedi : 9h à 18h

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

DE LA MARCHE CONTRE L'ARTHROSE DU GENOU

Des chercheurs américains démontrent que marcher permet de préserver la mobilité des personnes souffrant d'arthrose. Utiliser un podomètre doit devenir aussi naturel que d'user d'une balance.

L'arthrose est la plus fréquente des maladies affectant les articulations. Elle touche aujourd'hui plus de la moitié des personnes âgées de plus de cinquante ans, et concerne directement environ un million de Suisses. Une maladie très répandue dont les causes demeurent pour partie inexpliquées et à laquelle la médecine n'apporte que peu de réponses.

L'arthrose s'attaque toujours au cartilage des articulations. Son évolution est imprévisible et ses mécanismes demeurent largement méconnus. On ne peut la guérir, les seuls traitements existants sont symptomatiques. C'est tout particulièrement vrai pour l'arthrose du genou, assez répandue parmi les seniors. En France, par exemple, 30% des personnes de 65 à 75 ans en souffre. La plupart des personnes touchées marche moins afin d'apaiser les souffrances. Les douleurs de l'arthrose étant de type mécanique, elles augmentent avec la mobilisation des articulations touchées et elles diminuent au repos.

Faut-il réduire ses mouvements et moins marcher quand ses genoux sont touchés? Rien n'est moins certain: une telle attitude (bien compréhensible) pourrait être en réalité contre-indiquée: de récentes études tendent à démontrer que certaines activités physiques permettraient au contraire de soulager une partie des douleurs liées à la maladie.

Podomètre

Une équipe de chercheurs américains, dirigée par Daniel K. White (Université de Boston), s'est ainsi intéressée aux effets de la marche chez les malades et les personnes susceptibles de souffrir d'arthrose du genou. Les résultats de l'étude viennent d'être publiés dans la revue *Arthritis Care & Research*[(1)].

Ce travail a été mené sur 1788 personnes faisant partie de la *Multicenter Osteoarthritis Study*, une grande étude de cohorte américaine consacrée à l'étude de cette affection. Les personnes concernées avaient 67 ans de moyenne d'âge, un IMC moyen de 31 kg/m^2, et 60% des participants étaient des femmes.

Chaque volontaire était équipé d'un podomètre fixé à une cheville. Les chercheurs ont ainsi mesuré le nombre de pas habituellement effectués par chacun d'eux pendant une période de sept jours. Ils ont procédé à une évaluation de la mobilité de chaque personne. Puis ils ont renouvelé l'expérience deux ans plus tard. On considérait ici qu'une personne souffrait de problèmes de mobilité lorsqu'elle se révélait incapable de parcourir plus d'un mètre par seconde.

Perte d'autonomie

Lorsque les chercheurs ont examiné les données collectées deux ans après le premier test, ils ont constaté qu'un certain nombre de participants avaient développé des problèmes de mobilité durant cette période. Ils ont également établi un fait pour le moins frappant: 80% des personnes ▶▶

VANDROOGENBROEK & 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

aliplast®

SAINT-GOBAIN GLASS

SCHÜCO INTERNATIONAL

◀◀

qui avaient conservé une cadence normale étaient de grands marcheurs (au moins 5300 pas par jour). Ils ont également constaté qu'en-dessous d'un nombre de pas quotidiens compris entre 3250 et 3700, la mobilité du malade déclinait à coup sûr. Pour chaque tranche de 1000 pas supplémentaires, le risque de perte d'autonomie à la marche était, en deux ans, diminué d'environ 16% à 18%.
«Nos constatations semblent clairement indiquer que la marche contribue à la prévention de problèmes de mobilité chez les personnes souffrant d'arthrose du genou», résume Daniel K. White. Le chercheur (qui est également kinésithérapeute) envisage de tirer parti au plus vite d'une telle observation.

3000 à 6000 pas

«J'estime que nous devrions expliquer tous les bienfaits de la marche à nos patients souffrant d'arthrose du genou, explique-t-il. Nous devrions également les amener à mesurer leur activité physique à l'aide d'un podomètre. C'est là un geste finalement similaire au fait de se peser à l'aide d'une balance. Les malades qui débutent un programme de marche devraient tabler sur un minimum de 3000 pas par jour, et devraient tenter d'atteindre l'objectif des 6000 pas quotidiens. Au final, 3000 pas chaque jour, ce n'est pas si difficile.»
Attention, toutefois, à ne pas forcer: si l'activité physique demeure essentielle pour prévenir et apaiser l'arthrose, la pratique d'une activité sportive soutenue serait susceptible, à l'inverse, d'augmenter le risque de lésions des articulations.

Source : Jean-Yves Nau

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
fermé lundi-mardi

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**

BIJOUTERIE - JOAILLERIE - HORLOGERIE

Daudergnies

FERMÉ LE LUNDI

FAIR'BELLE

L'authentique alliance LINARIA

Cristaux SWAROVSKI

Etains des Potstainiers Hutois

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

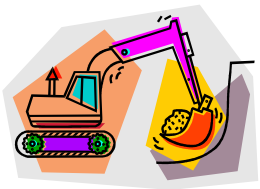
7860 LESSINES - 3, Rue Général Freyberg - Tél. 068 33 27 70 - Fax 068 33 77 54

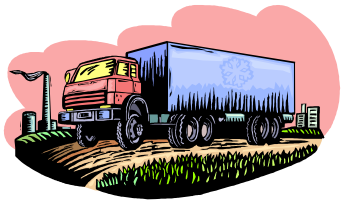
Transport • Terrassements • Drainage • Démolition

Placement de citernes – Mini station épuration

Nivelage – Terre arable etc...

Entreprise Agricole





sprl VAN WONTERGHEM

TERRAVW

Chaussée de Grammont 200 – 7822 Ghislenghien

gsm 0495 21 08 14

Les Sucriers de Brugelette vous invitent en car :

BRUGES MARCHÉ DE NOËL - 17 décembre 2016

Distances : 6, 11, 15 et 20 km

car : à prendre à 13h00 à Ath à l'agence Degrève ou à 13h30 à la place de Brugelette
Le départ de Bruges est prévu vers 22h avec arrivée à Brugelette vers 23h30
Rens. + inscript. : Claudine (secrétaire) 0473/94.83.17 ou Chris (trésorier) 0495/17.21.05.

La participation : 15 € (Inscription à la marche et pourboire chauffeur compris).
Le paiement doit être effectué (et validera l'inscription) sur le compte du club :
BE17 0010 3442 9521 - bic GEBABEBB - Sucriers de Brugelette avec comme communication : « Noël Bruges » + les noms des participants

Inscriptions jusqu'au 02/12/2016. Si le nombre n'est pas atteint, le car sera annulé.

KJC-Therapy

Institut & Centre de Formations
Soins podologiques & réflexologiques
Gestion du stress & des émotions
Rééquilibrage énergétique & détoxination
Bougies thérapeutiques (soins visage & corps)
Masque à l'or 24k

Chantal Cotils - Podoréflexologue
Rue des Moulins 35 - 7860 Lessines
0497/35 18 69

Repair Store

réparation gsm, consoles, électroménagers, ...

Dungelhoeff David
Technicien maintenance-électronique

contact@repairstore.be
Http://facebook.com/repairstorelessines

Rue du Moulin 35 - 7860 Lessines
0495/79 25 39

CONVOCATION A L'ASSEMBLEE GENERALE

Nous vous invitons cordialement à l'Assemblée Générale qui se tiendra
le samedi 19 novembre 2016 à 15h
au « Ramier » - Chevauchoire de Viane 93 – 7860 Lessines

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 2016
4. Présentation des candidats à l'élection du comité
5. Vote et dépouillement des bulletins
6. Désignation des commissaires aux comptes pour 2017
7. 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 19 novembre 2016 à Deux-Acren et de voter valablement en son nom.
Procuration établie le …… (date), à …… (lieu)
Signature + mention écrite : «pour procuration».

►►

►►

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 2016 sous le matricule n° :..... ..... déclare poser ma candidature **pour le poste de Président, Trésorier, Secrétaire** (biffer les mentions inutiles)

Fait à ..... le .....
Signature

✂ ----------

Je soussigné : ..... (nom) ..... (prénom)
Adresse complète : .....
Date de naissance : .....
Téléphone : .....
Affilié au club en 2016 sous le matricule n° :..... ..... déclare poser ma candidature **pour un poste au sein du comité des Vaillants Acrenois**

Fait à ..... le .....
Signature

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

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

MARCHES F.F.B.M.P. & AKTIVIA 2016

Sam 1 oct	3143	De Kwartels	7-12-18-24	08h-15h	Parochiezaal Oosteeklo Koning Albertstraat 9968 Oosteeklo
Sam 1 oct	3441	Wandelclub Op stap door Nukerke	5-7-14-21	07h-15h	Parochiezaal Nukerke Nukerkeplein, 8 9681 Nukerke
Sam 1 oct	Ht 018	Les Marcheurs du Val de Verne Tournai-Andenne	155	10h	Départ Gare SNCB Place Crombez 7500 Tournai
Dim 2 oct	HT 029	Les Sans-Soucis Ghlin	5-10-21 30	07h-15h 07h-11h	Salle Polyvalente Parc Communal de Baudour 7331 Baudour
Dim 2 oct	5009	Wandelclub Beernem	6-11-17-21	7h30-15h	Land- en Tuinbouwinstituut Maandagse 8730 Oedelem
Sam 8 oct	3282	Everbeekse Wandeltochten	6-12-18	07h-15h	Zaal Onthaal (rechtover kerk) St Martensstraat, 9660 Opbrakel
Sam 8 oct	3447	Klavertje Vier Wortegem Petegem	6-12-18-25	08h-15h	Zaal De Amandel Ooikeplein 17 9790 Ooike
Dim 9 oct.	5207	Wandelclub "Nooit moe Boezinge" VZW	7-10-15-20-25	08h-15h	OC Ten Vrielande Brugstraat, 27 8904 Boezinge (Ieper)
Dim 9 oct	HT 051	Les Marcheurs du Souvenir de Leuze Challenge Interclubs ACHO	7-14-21-25-30	07h-15h	Centre La Pommeraie-Salle Entracte Rue Neuve 15 7972 Ellignies-Sainte-Anne
Dim 9 oct	4028	Wandelclub St-Pieters-Leeuw	5-10-15-20-25	08h-15h	Zonnig Leven Jan Vanderstraetenstraat 198 1600 Sint-Pieters-Leeuw
Sam 15 oct	HT 009	Les Traîne-Savates Montignies s/Sambre	4-7-14-21-42	6h30-15h	Cercle Saint-Charles Rue de l'Eglise 72 6061 Montignies-sur-Sambre
Sam 15 oct	3376	De Chatons Ronse	5-10-14-21-28	07h-15h	Zaal C.O.C. Malanderplein 7 9600 Ronse
Dim 16 oct	3105	Scheldestappers Zingem	6-10-15-21-30-36	07h-15h	Zwalmparel Sportlaan 9630 Zwalm
Dim 16 oct	3063	De Kadees VZW	7-14-21-28	08h-15h	Stedelijke Basisschool Meldert-Dorp 9310 Meldert

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES (suite)

Dim 16 oct	Lg 103	Marcheurs Alliance Warsage Bus Ghlin	4-7-13- 21-32	6h30-14h	Salle Alliance Rue des Combattants,1 4608 Warsage
Dim 16 oct	2023	Wandelend paal VZW. Bus Péruwelz	4-7-12- 16-20-30- 42	07h-15h	Parochiezaal St-Paulus Diestersesteenweg, 3583 Paal (Beringen)
Dim 16 oct	HT 009	Les Traîne-Savates Montignies s/Sambre	4-7-14 21	7h-15h	Cercle Saint-Charles Rue de l'Eglise 72 6061 Montignies-sur-Sambre
Dim 16 oct	HT 080	Audax Tournai Marche	6-12-20- 30	08h-15h	Tournai-Grill Parking de Tournai Expo Rue du Follet, 2 7540 Kain
Mardi 18 oct	5009	Wandelclub Beernem VZW	4-6-11-15	7h30-15h	Zaal t'Bluvertje Rapaertstraat, 11A, 8020 Hertsberge
Merc 19 oct	3163	Egmont Zottegem	7-10-14- 18-21	8h-17h	O.C. Oombergen Oombergenstraat 39 9620 Oombergen
Sam 22 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	Ecole St-Joseph, Rue du Marais, 16 7830 Silly
Sam 22 oct	HT 033	Les Infatigables de Jumet	3-6-11-16	07h-14h	S.R.P.A.Charleroi Rue Vandervelde 115 6032 Mont-Sur-Marchienne
Dim 23 oct	HT 050	**LES VALLANTS ACRENOIS 7e Marche de St Martin**	5-10-15- 20	07h-15h	Salon Carton, Laisette, 1 7863 Ghoy
Sam 29 oct	3135	Padstappers Geraardsbergen	6-10-14- 18-22	7h30-15h	Gemeentelijke basisschool Edingsesteenweg, 344 9400 Denderwindeke
Sam 29 oct	HT 018	Marcheurs du Val de Verne de Péruwelz	7-14-21- 30-42 50	6h30-15h 6h30-09h	Ecoles Communales de la Roë Rue des Ecoles 77 7600 Péruwelz
Dim 30 oct	Ht 074	Liberchies Sports et Loisirs	3-6-12- 18-24	7h-15h	Ecole du Centre, Rue Célestin Freinet, 1 6230 Pont-à-Celles
Lundi 31 oct	3163	Egmont Zottegem VZW	7-10-14- 21	14h-21h	Feestzaal Bevegemse Vijvers Bevegemsevijvers, 1 9620 Zottegem
Mardi 01 nov	3414	Comité 2000	6-12-18	08h-15h	Parochiezaal Paardemarktstraat 9700 Ename
Merc 2 nov	3034	Omloop Kluisbergen	6-12-18- 24	8h-15h	G.O.C. Kwaremont Kwaremontplein 23 9690 Kluisbergen

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES (suite)

Sam 05 nov	NA 009	Wallonia-Namur	4-7-14-22-30-42	06h-15h	Salle Le Bienvenu Chemin des Archiducs 32 5100 Wépion
Dim 06 nov	NA 009	Wallonia-Namur	4-7-14-22-30	06h-15h	Salle Le Bienvenu Chemin des Archiducs 32 5100 Wépion
Dim 06 nov	HT 025	Les Marcheurs de la Police de Binche	4-6-12-20-30	6h30-15h	Salle du Kursaal Av. Wanderpepen 30 7130 Binche
Ven 11 nov	2052	Tongerse Wandelvrienden	4-8-12-16	8h-14h30	Zaal COC, Brugstraat, 3770 Kanne
Ven 11 nov	3383	De Trekvogels Boekhoute	6-12-18	8h-15h	Parochiezaal Nieuwe Boekhoutestraat 9968 Bassevelde
Ven 11 nov	3233	Hanske de Krijger VZW	5-10-15-20	7h30-15h	Zaal De Qubus Lindestraat, 45 9700 Oudenaarde
Sam 12 nov	Ht 038	Le Marabout Gilly	6-12-21	7h-14h	Salle de la Plaine des Sports Rue de l'Eglise, 6200 Châtelineau
Dim 13 nov	2066	WSV Horizon Donk Bus Péruwelz	5-9-13-21	08h-15h	Amandinacollege, St Truidersteenweg 3540 Herk-de-Stad
Dim 13 nov	3063	De Kadees VZW	4-8-15-21	08h-15h	St-Maarten Instituut Vrijheidstraat, 22 9300 Aalst
Dim 13 nov	3196	Land van Rhode VZW	6-10-14-18-21	08h-15h	Parochiecentrum Poststraat, 48 9860 Balegem
Dim 13 nov	Ht 076	Les Marcheurs Van Gogh	7-14-21	07h-15h	Salle Calva, Rue Ferrer, 1 7033 Cuesmes
Mer 16 nov	3163	Egmont Zottegem VZW	7-10-14-18-21	08h-17h	De Gilde, Wijnhuizestraat, 1 9620 Erwetegem
Sam 19 nov	3143	De Kwartels VZW	7-14-20-25	08h-15h	Sint-Laurens Basisschool, Dr J. Persynplein, 5 9185 Wachtebeke
Sam 19 Nov	HT 004	Les Amis de la Nature Ath	8-13	17h-21h	Salle des Fêtes, Rue de Ghislenghien, 27 7822 Ghislenghien
Sam 19 nov	Ht 006	Club Pédestre Ecureuil	4-7-13-20	07h-14h	Parc Communal de Châtelet, Rue des Campagnes, 6200 Châtelet
Dim 20 nov	5009	Wandelclub Beernem	4-6-10-12-15-17-21	7h30-15h	Sporthal psychiatrisch Centrum St-Amandus Reigerlostraat, 10 8730 Beernem

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES (suite)

Dim 20 nov	3091	Postiljon Wandelclub Merelbeke VZW Bus Silly	5-8-10- 15-20	7h30-15h	Gentse Roei- en Sportvereniging Vissersdijk 1 9000 Gent
Sam 26 nov	3447	Klavertje Vier VZW	6-12-18- 24	08h-15h	Zaal De Wante, Essestraat, 2 9688 Schorisse
Dim 27 nov	3135	Padstappers Geraardsbergen VZW	6-9-12- 16-22-26- 32	08 h-15h	Parochiezaal, Grimmingeplein, 9506 Grimminge
Dim 27 nov	Ht 003	Verdigym Collines	5-8-14-20	07h-15h	Ecole Communale Rue des Combattants,24 7912 St-Sauveur
Sam 3 déc	3196	WSV Land van Rhode	6-10-14- 18-21	08h-15h	IZOO Dorp, 50 9860 Oosterzele
Sam 3 déc	Ht 069	Les Randonneurs du Ht- Escaut	5-10-15- 20-25	08h-15h	Salle Paroissiale, Rue du Centre, 56 7640 Péronnes
Dim 4 déc	5216	Wandelclub "Voetje voor voetje"VZW	4-6-12-20	07h-15h	Dominiek Savio Instituut Koolskampstraat, 6 8830 Gits
Dim 4 déc	5009	Wandelclub Beernem VZW	4-6-11- 17-21	7h30-15h	Zaal DE Verrekijker, Verrekijkerstraat, 1 8750 Wingene
Dim 4 déc	4254	Parel van het Pajottenland	6-9-13- 16-20-25- 32	7h30-15h	Feestzaal Belvédère, Molenstraat, 4 1570 Vollezele
Dim 4 déc	NA 006	Les Marcheurs de Floreffe	4-8-11- 12-15-20- 25	07h-15h	Abbaye de Floreffe, Rue du Séminaire,7 5150 Floreffe
Dim 4 déc	LG 000	Marche du Comité Provincial de Liège Bus des Ropieurs de Mons	4-6-12-21	07h-15h	Hall Sportif, Rue Emile Muraille, 158 4040 Herstal
Sam 10 déc	5207	Nooit moe Boezinge VZW	6-8-10	14h-20h	Zaal de Fenix, Leopold III-laan, 16 8900 Ieper
Sam 10 déc	3103	Florastappers Gent VZW Bus Police de Mons et Péruwelz	6-9-12	14h30- 20h30	ODISEE Campus Rabot, Gebroeders de Smetstraat,1 9000 Gent
Sam 10 déc	Ht 075	Mont-Marche Tournai	10-20-7- 12	12h-15h 16h-21h	Ecole Communale du Château Avenue Leray,33 7500 Tournai
Sam 10 déc	BBW 048	La Bruegelienne	12-16	12h-17h	Athénée Fernand Blum Av. Ernest Renan 12 1030 Schaarbeek

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES (suite)

Dim 11 déc	3105	Scheldestappers Zingem	6-10-15- 21-30	7h-15h	Feestzaal De Korenbloem Kerkplein, 9750 Zingem
Dim 11 déc	NA 052	Les Djâles d'Anhée	4-6-12- 18-25	07h-15h	Abbaye de Maredsous Rue de Maredsous, 11 5537 Denée
Dim 11 déc	Ht 082	Les Rase-Mottes d'Aiseau-Presles	4-7-12-21	07h-15h	Salon Communal (Dins les Courtis) Rue Lambot, 6250 Aiseau
Dim 11 déc	Ht 023	Les Boiteux du Fond	8-12-20	7h-15h	Serres GOTTO Allée Verte, 23 7100 St-Vaast
Mer 14 déc	3135	Padstappers Geraardsbergen	5-7-8-12- 16-20	8h-15h	Jeugdhuis De Spiraal, Zakkaai, 29 9500 Geraardsbergen
Sam 17 déc	Ht 010	Les Marcheurs Ransartois	4-6-12-21	07h-15h	Salon Communal, Place de Lambusart, 2 6220 Lambusart
Dim 18 déc	4114	Wandelclub De Marktrotters Herne	4-6-10- 15-22	08h-15h	St-Augustinus College Aatsesteenweg, 1 7850 Edingen
Mer 21 déc	3163	Egmont Zottegem VZW	7-10-14- 18-21	08h-17h	OC Leeuwergem Gentsesteenweg, 307 9620 Leeuwergem
Dim 25 déc	5009	Wandelclub Beernem VZW	4-6-11- 17-21	7h30-15h	Sporthal Drogenbrood, Wellingstraat, 29A 8730 Beernem
Lundi 26 déc	3163	Egmont Zottegem VZW	6-12-18- 24-32	08h-15h	Feestzaal Bevegemsevijvers, Bevegemsevijvers, 1 9620 Zottegem
Lundi 26 déc	3233	Hanske De Krijger Oudenaarde	6-11-15- 21	09h-18h	St Bernarduscollege, Hoogstraat, 30 9700 Oudenaarde
Sam 31 déc	2052	Tongerse Wandelvrienden	4-8-12- 16-20	7h30-15h	VIIO Humaniora College St Truidersteenweg, 17 3700 Tongeren

MARCHES A.D.E.P.S.

Dim 2 oct	Amis de l'Ecole Notre-Dame	5-10-15- 20	08h-16h	Ecole Notre-Dame Rue des Camomilles 14 7880 Flobecq
Dim 9 oct	Comité des Parents Ecole Saint-Sauveur	5-10-15- 20	08h-16h	Ecole Saint-Sauveur Place 3 7850 Petit-Enghien
Dim 9 oct	Amicale para-commando de Ath	5-10-20	08h-16h	Place Communale 7822 Meslin-L'Evêque
Dim 16 oct	Adm. Communale Bernissart	5-10-15- 20	08h-16h	Rue Emile Carlier (Place de Feignies) 7321 Blaton
Dim 23 oct	Association de Parents	5-10-15- 20	08h-16h	Ecole Communale Rue de l'Enseignement 1 7830 Thoricourt
Dim 23 oct	Basket Club Soleil Levant	5-10-20	08h-16h	Institut La Pommeraie Rue Neuve 15b 7972 Ellignies-Ste-Anne
Dim 30 oct	Présence et Actions Culturelles	5-10-20	08h-16h	Place de la Trinité 7870 Lens
Dim 30 oct	Festival d'art Floral	5-10-15- 20	08h-16h	Maison du Village, rue du Partiau , 20 7971 Wadelincourt
Mardi 1 nov	Entente Lessinoise d'Athlétisme	5-10-20	08h-16h	Complexe sportif des Camomilles (Gare à 800 m) Rue de l'Ordre 7864 Deux-Acren
Dim 06 nov	Association de Parents Ecole Communale d'Erbisoeul	5-10-20	08h-16h	Chemin du Prince 115 7050 Erbisoeul
Dim 06 nov	A.P. « Dessine-moi mon Ecole »	5-10-15- 20	08h-16h	Ecole Communale Rue du Mont, 2 7812 Mainvault
Vend 11 nov	Lions Club Mons	5-10-15- 20	08h-16h	Cité de l'Enfance Chaussée de Beaumont 21 7000 Mons
Dim 13 nov	Club Animation	5-10-15- 20	08h-16h	Club Animation Place de Bois-de-Lessines 52 7866 Bois-de-Lessines
Dim 13 nov	Les Amis de la Nature	5-10-15- 20	08h-16h	Salle des fêtes Rue des Déportés 21 7971 Basècles
Dim 20 nov	Scouts et Guides Adultes	5-10-15- 20	08h-16h	Salle de Gym Rue des Sapins 7603 Bon-Secours
Dim 27 nov	Les Amis de la Nature	5-10-15- 20	08h-16h	Ecole Communale Rue du Mont 2 7812 Mainvault

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES (suite)

Dim 04 déc	Les Gilles de Flobecq	5-10-15- 20	08h-16h	Rue de la Crête 32 7880 Flobecq
Dim 11 déc	Syndicat d'Initiative de Silly	5-10-15- 20	08h-16h	Place Communale 11 7830 Silly
Dim 11 déc	Comité des Enseignants	5-10-20	08h-16h	Ecole communale Rue Du Thy 3 7870 Lens
Dim 18 déc	Jeunesse Intrépide de Steenkerque	5-10-20	08h-16h	Place de Steenkerque 9 7090 Steenkerque
Dim 18 déc	Les Anciens du F.C. Ellezelles	5-10-15- 20	08h-16h	Buvette F.C. Ellezelles Chaussée de Renaix 38A 7890 Ellezelles

AUTRES MARCHES

Sam 15 oct	Fanfare de Mainvault Marche de l'horreur	7	19h30- 22h	Ecole Communale La Ruche De Mainvault Rue du Mont 2 7812 Mainvault
Sam 17 déc	Viva For Life Flobecq	4-6-12-18	Dès 7h	Maison du Village Rue Abbé Pollart 4 7880 Flobecq

4 morales à retenir

1°) Communication :
Un homme entre dans la douche au moment précis où sa femme en sort, lorsque la sonnerie retentit à la porte. La femme s'enroule dans une serviette de toilette et va ouvrir la porte.
C'est Laurent, le voisin de palier. Avant qu'elle n'ait pu dire un mot, il lui lance : "Je te donne 500 € immédiatement si tu laisses tomber ta serviette".
Elle réfléchit à toute vitesse et décide de laisser choir la serviette. Il l'admire un bon moment, puis lui tend un billet de 500 €.
Un peu étonnée, mais contente de la petite fortune qu'elle vient de se faire en un clin d'oeil, elle remonte dans la salle de bain.
Son mari, encore sous la douche, lui demande : "C'était qui ?"
"C'était Laurent "
"Super, il t'a rendu les 500 € qu'il me devait ?"
Morale n°1 : **Si vous travaillez en équipe, partagez rapidement les informations concernant les dossiers communs, vous éviterez ainsi bien des malentendus désagréables**.

2°) Procédures :
Au volant de la 2 CV, un prêtre raccompagne une nonne au couvent. Il ne peut s'empêcher de regarder ses superbes jambes croisées et pose la main droite sur la cuisse de la nonne.
Elle le regarde et lui dit :"Mon père, vous souvenez-vous du Psaume 129 ?"
Penaud, le prêtre : Psaume 129 ?". Il rougit une fois de plus et retire sa main, balbutiant une excuse.
Les voilà arrivés au couvent. La nonne descend de la voiture sans dire un mot.
Le prêtre pris de remords pour son geste déplacé se précipite sur la Bible, à la recherche du Psaume 129.
Psaume 129: "Allez de l'avant, cherchez toujours plus haut, vous trouverez la gloire"
Morale n°2 : **une bonne connaissance des procédures est recommandée pour atteindre les objectifs ...**

3°) Hiérarchie :
Un commercial, une secrétaire et un Directeur de Ressources Humaines sortent du bureau à midi et marchent vers un petit restaurant lorsqu'ils trouvent, sur un banc, une vieille lampe à huile.
Ils la frottent et un génie s'en échappe : "D'habitude, j'accorde trois souhaits, mais comme vous êtes trois, vous n'en aurez qu'un chacun".
La secrétaire crie : " A moi, à moi ! Je veux être sur une plage des Bahamas, en vacances perpétuelles, sans aucun des soucis" et … pouf, elle disparaît.
Le commercial s'avance à son tour : "A moi, à moi ! Je veux siroter une pina colada sur une plage de Tahiti avec la femme de mes rêves !" et …pouf, il disparaît.
"C'est à toi" dit le génie en regardant le directeur du personnel.
"Je veux que ces deux cons soient de retour au bureau après la pause déjeuner...."
Morale n°3 : **En règle générale, laissez toujours les chefs s'exprimer en premier.**

4°) Gestion des affaires :
A la ferme, le cheval est malade. Le vétérinaire dit au paysan :" Je lui injecte un remède et si dans trois jours il n'est pas remis, il faudra l'abattre."
Le cochon qui a tout entendu, dit au cheval: "Lève toi !" mais le cheval est trop malade.
Le deuxième jour le cochon dit : "Lève toi vite !" mais le cheval est toujours aussi fatigué.
Le troisième jour le cochon dit : "Lève toi sinon ils vont t'abattre !" et dans un dernier effort, le cheval se lève.
Heureux, le paysan dit : "Faut fêter ça : on tue le cochon !
Morale n°4 : **Il faut toujours s'occuper de ses affaires et surtout ... la fermer !**