

énééo
mouvement social des aînés



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

Bureau postal de
4140 Sprimont
Périodique trimestriel — n° 3
Septembre 2014

AMICALE D'AYWAILLE



eneo-aywaille.jimdo.com

Éditeur responsable : José Wégria - 04:360.89.19

En cas de non distribution, retour à Jacques Pirard, rue de Sendrogne 70 à 4141 Louveigné

Le mot du Président

Nous voici déjà au début de la saison 2014-2015. Aussi nous vous invitons à la fête des associations qui aura lieu le samedi 6 septembre au parc communal de Sprimont. Vous y rencontrerez tous les responsables et animateurs des activités proposées par Énéo pour le secteur Ourthe-Amblève.

Vous pourrez demander toutes informations que vous désirez au sujet des activités qui vous attirent.

Vous pourrez aussi vous inscrire à Énéo ainsi qu'à l'activité souhaitée.

Vous allez aussi découvrir de nouvelles activités telles que la gymnastique douce ou la zumba gold, activités attendues par de nombreux membres. Vous remarquerez également pendant cette saison une importante mutation au niveau de la communication et de la publicité relatives aux activités du secteur Ourthe-Amblève.

Le secteur regroupe les amicales d'Aywaille, de Sprimont, d'Esneux et de Banneux.

Cette année, nous allons aussi essayer d'amener vers Énéo les personnes ou couples de plus de 50 ans esseulés qui vivent dans nos villages. Nous avons besoin de vous. Vous pouvez me communiquer les noms et adresses de ces personnes et nous nous chargerons de les contacter afin de les sortir de cette solitude et les intégrer dans le mouvement Énéo.

Bonne saison 2014-2015

Le Président : José Wégria - 0494/46.99.08

Informatique - Espace Cyber Seniors



« *L'espace Cyber Seniors propose des ateliers d'initiation, des séances dites libres et des ateliers thématiques* ».

Pour obtenir des compléments d'informations, combler des lacunes ... ou pour débiter dans le domaine de l'informatique, c'est la bonne adresse.

Rencontres en petit groupe (6 participants au maximum) dans un climat de compréhension et d'attention personnalisée.

Les mercredis - en période scolaire - de 10 à 12 h., à la librairie Interligne, rue du Houmier, 84 à Florzé (Sprimont).

L'année est divisée en périodes de quelques séances indivisibles : on s'inscrit pour une période :

- du 3 septembre au 22 octobre 2014 : **je débute**. 8 séances pour les débutants - à la découverte de Windows et d'Internet
- du 5 novembre au 17 décembre 2014 : **Google et environs**. 7 séances de perfectionnement ... à la découverte des possibilités intéressantes sur Internet (Picasaweb ? Youtube ? Le commerce en ligne ? Aide informatique et forums ? ...)



Responsable animateur : Jacques Pirard - 04.360.88.99 - pirard4141@yahoo.fr

Co-animateur : Jean Glaude - 04/369 21 08

Espace Cyber Seniors à Florzé.

Ce qu'ils en disent ...

Le 16 avril 2013, je me lance : je franchis pour la première fois le seuil de l'atelier d'informatique !

Situé à Florzé, dans un cadre bucolique agrémenté de l'accueil chaleureux d'Inès, très vite je me sens à l'aise dans ces lieux.

Les deux courageux animateurs : Jacques et Jean avec patience et indulgence m'ont permis d'accéder à cet univers qui m'était totalement inconnu et je l'avoue : me rebutait !!

Après avoir suivi deux modules, je puis à présent communiquer d'une autre manière et surtout recevoir, en direct, des photos de mes petites-filles !

Cet atelier convivial et bon enfant m'a aussi permis de rencontrer de nouvelles personnes et nos échanges de points de vues durant la pause café sont aussi très enrichissants !

Vive l'atelier informatique à Florzé !

Pierrette



Pour ceux qui n'ont pas grandi avec l'informatique, qui veulent découvrir ou améliorer, une bonne adresse est à renseigner :



"L'espace cyber seniors, rue du Houmier 84 à Florzé".

Un accueil chaleureux vous attend ainsi qu'une présentation des lieux. Un local clair, bien aménagé et équipé vous est réservé. Après avoir fait connaissance des deux animateurs et des participants, chacun(e) propose les thèmes et possibilités souhaités pour les prochains cours

(explications des outils du P.C., word, internet, photos etc.) tout se passe dans un esprit convivial, sympathique, un esprit d'équipe, sans aucune prétention. Deux profs très patients et attentifs sont présents et suivent l'évolution et les questions de chacun(e).

Cet espace offre aussi la possibilité de faire la connaissance d'autres personnes du cours et d'énéo.



Une petite pause-café agrémente chaque séance! Alors, un conseil, venez en faire la découverte.

Claudine.



Convivialité

Les rencontres conviviales de l'Amicale d'Aywaille vont changer un peu de visage cette saison.

Nous avons réévalué quels étaient les souhaits des seniors à Aywaille. Aussi nous avons décidé de ne plus offrir que des après-midis à thème (conférences, bricolages, ciné-clubs,).

Un goûter sera prévu à chaque réunion. Les réunions auront lieu le 1er lundi de chaque mois en la salle du MOC rue de la République Française, 6 à Aywaille. En septembre le 1 étant le jour de la rentrée scolaire, comme les grands-parents seront mis à contribution il n'y aura pas de réunion.

lundi 6 octobre : conférence (des infos suivront)

lundi 3 novembre : Bricolages pour les fêtes de Noël



Appel à volontaires

Reporter en Ourthe-Amblève

Le secteur d'Ourthe-Amblève développe un groupe de travail qui aura pour mission de communiquer vers l'extérieur les actualités des différents groupes locaux.

Les tâches à effectuer seront les suivantes :



- Gestion du site web du Secteur énéo – Ourthe-Amblève
- Création et mise à jour d'un dépliant présentant les activités du secteur
- Organisation du dépôt de folders dans des lieux publics (pharmacies, boulangeries, administrations communales, maisons médicales,...)
- Organisation de stand aux salons des associations
- Rédaction d'articles pour la presse (Vlan, journaux communaux, paroisses et autres à lister)
- Réalisation de reportages écrits, photos ou vidéos
- Rédaction d'articles pour énéo Info (journal du mouvement)
- Rédaction et publication d'un bulletin de contact pour l'ensemble des 400 membres du Secteur.

Il va de soi que la bonne ambiance qui fait la réputation d'énéo Ourthe-Amblève sera au rendez-vous. D'autre part, chacun s'investit en fonction de ses disponibilités. Si l'une ou plusieurs de ces missions vous intéressent, que vous avez envie de vous investir un petit peu ou beaucoup, n'hésitez pas à rejoindre l'équipe déjà composée de 8 personnes :

Jean Dupont - j.n.dupont@skynet.be

Jean-Marie Wilderiane - jmwdeblindeff@gmail.com

Marguerite Sevrin - margueritesevrin@gmail.com

Francis Vielvoye - fvielvoye@skynet.be

Suzanne Lemmens - lemmens_suzanne@skynet.be

José Wégria - jose_wegria@hotmail.com

Jacques Pirard - pirard4141@yahoo.fr

Jean-Marie Frères - jeanmariefreres@hotmail.com

Informations complémentaires sur ce projet chez
Monsieur José Wégria au 04/360.89.19 - 0494/46.99.08 -
jose_wegria@hotmail.com



Gymnastique douce

Pourquoi du sport chez les Seniors ?

Pour économiser le cœur, ralentir le vieillissement des muscles et des os, stimuler le cerveau, prévenir le cancer, pallier la solitude.

Il n'est jamais trop tard pour s'y (re)mettre.

Nous vous proposons une heure de Viactive (gymnastique douce sur musique adéquate) . La première séance est gratuite. Après quoi, la carte de 10 séances coûte 20 €.

Tous les exercices ont été pensés par des professionnels de la santé ; l'animatrice ne fera que vous conduire vers la meilleure façon de les pratiquer.

Animatrice : Micky Boulanger - 086/21.24.47—0472/69.80.44

Organisée par l'amicale d'Aywaille.

À la salle du MOC, av. de la République française, 6 à Aywaille.

À partir d'octobre, jour et heure à fixer.

Responsable : Jean Dupont—04/382.33.52

Organisée par l'amicale de Banneux.

À la maison des jeunes de Banneux, rue de Banneux, 10 à Banneux.

À partir du 6 octobre, le lundi, de 14 à 15 heures.

Responsable : Fernand Brandt : 087/54.15.21

ECHANGES LITTERAIRES



Nous étions 7 passionnées de lectures autour de la table ce vendredi 2 juin 2014. D'habitude nous sommes une dizaine mais plusieurs lectrices s'étaient excusées.

Chacune a partagé ses dernières lectures à savoir « Robe de Mariée » de Pierre Lemaire. Il s'agit d'un roman policier qui a passionné plusieurs des participantes.

Nous avons également parlé du dernier livre de Paul De Ré, le deuxième tome de « La Pierre au Cœur ». Le lecteur retrouve Célestin, jeune tailleur de pierres sprimontois en quête de son père. Il entame des recherches chez un tailleur de pierre de Robermont et décide de faire son tour de France de compagnon. Ce roman nous plonge dans l'ambiance sprimontoise du 19e siècle ainsi que dans celle des chantiers du sud de la France. Nous avons trouvé des similitudes avec d'autres écrivains régionalistes et avons particulièrement aimé l'écriture de Paul De Ré.

« Peau de Chamois » de Charles Maly nous a plongés dans la vie montagnarde du 19ème siècle. La vie dure des paysans passant l'été à l'alpage nous a interpellés ainsi que la modification de la vie rurale conséquence de l'apparition des premières stations de ski et du développement de l'alpinisme.

Il s'agissait de deux romans régionalistes, mais d'autres lectrices nous ont présenté des romans policiers de Pierre Lemaître ainsi que « Au Revoir Là-Haut » du même auteur.

Une lectrice a présenté « Une Journée particulière » d'Anne Dauphine Julliand qui est la suite de « Deux petits Pas sur le Sable mouillé ». Ces romans se trouvent à la bibliothèque de Sprimont et sont autobiographiques. Il s'agit de l'histoire d'un jeune



couple frappé par la maladie de Thaïs. Atteinte d'une maladie génétique orpheline la leucodystrophie métachromatique, Thaïs n'a vécu que 3 ans $\frac{3}{4}$. Elle a eu une courte mais belle vie. C'est un roman plein d'amour de joie et d'espérance. La maman nous livre ses sentiments, ses luttes, ses joies.

Nous nous retrouverons le 5 septembre dans le local du sous-sol des mutualités chrétiennes, rue de la république française pour d'autres découvertes.

Jacqueline Baudinet

Cours de cuisine

Reprise des cours au mois d'octobre 2014. Jour et date à définir.



Institut St Raphaël (cuisines didactiques), avenue de la Porallée à Remouchamps

Renseignements : Marguerite Sevrin, rue du Broux 15, 4920 Remouchamps - Tél : 04/384.53.89



© Can Stock Photo - csp1205651

Whist

Du débutant au confirmé, dans un esprit de détente et de convivialité.

Tous les vendredis de 14 à 17 heures à la bibliothèque de Sprimont (2^{ème} étage)



Philippe Botty - 04/365.93.03

Cours d'informatique

Déjà 16 ans que nous avons débuté l'aventure informatique Aywaille. L'aventure commencée en 1998 continue, une cinquantaine d'élèves, deux professeurs,

2 responsables qui veillent à tout ... ça marche bien, ça marche fort.

Si vous ne savez pas utiliser un ordinateur, nos cours s'adressent aux débutants

Aimeriez-vous taper une belle lettre ? Faire de jolies invitations ? Envoyer un e-mail ? Personnaliser vos photos ?

Comme le mois de septembre est le mois des nouvelles décisions, des nouveaux projets, alors pourquoi ne pas venir nous rejoindre et vous inscrire à un cours d'informatique ? Trop âgé pour vous initier à de nouvelles techniques ? Que nenni ! Savez-vous que plusieurs de nos élèves ont dépassé 70 ans ?

Rentrée le 15 septembre.

Les cours se donnent

- Le lundi de 17 à 19 heures pour la 1^{ère} année.
- Le lundi de 19 à 21 heures pour la 2^{ème} année.

À l'Institut Saint Raphaël, avenue de la Porallée 40 à Remouchamps.

Renseignement chez Marguerite Sevrin , rue de Broux 15 à 4920 Remouchamps.



Les Marches

Marches de 15 km

Renseignements : Marcel Bollinne - 04/382.17.88

Calendrier du 4ème trimestre 2014		
Jour de marche	Guide pour la marche	Lieu de rendez-vous
lundi 13 octobre 2014	Pirard Jacques	Theux
lundi 27 octobre 2014	Donneaux Michel	A préciser
lundi 10 novembre 2014	Denis Daniel	Forêt-Trooz
lundi 24 novembre 2014	Stassart Marcel	Grand-Rechain
lundi 8 décembre 2014	Hallut Jean-Claude	Spa ou autre
lundi 22 décembre 2014	Boudart Lucette	Barbecue-Bernard (Chapelle Sainte-Anne) marche +-7km

Marches de 3 et 7 Km

Chaque 2e jeudi du mois.

Renseignements :

Maggy Cornet : 0497/94.76.63

Auguste Thewissen : 04/368.60.54

Notre marche découverte de la Gaume

Lundi 28 juillet, huit heures trente, nous nous installons dans le petit car de Jacky qui nous attend au centre récréatif de Remouchamps.

Après une heure et demie de trajet, nous débarquons en Gaume au bord d'un petit lac au nom amusant de Conchibois ».

Nous sommes tous en forme pour une magnifique promenade de 14 kilomètres autour du village de Saint-Léger à travers les sentiers forestiers et les petits chemins.

Dans le village nous admirons deux vieux lavoirs. Après



une halte désaltérante nous reprenons le car en direction d'Orval.

Ceux qui le désirent font la visite guidée des ruines de l'abbaye pendant que les autres font provision de bières et de fromages.

Nous prenons l'apéritif et dégustons une assiette du terroir au restaurant à côté de l'abbaye avant le retour dans nos pénates et la bonne humeur.

Passeurs de Mémoire

Ponctuellement, les « Passeurs de Mémoire » organisent une exposition - ouverte à tout public - faisant le lien entre le passé, le présent et l'avenir.

La première exposition, en 2012 à Louveigné, parlait de " La Mobilité en Ourthe-Amblève ".

La deuxième concernerait les " Les Lieux de Fêtes et de Rencontres au Siècle dernier ".

Si vous croyez pouvoir apporter votre soutien pour un projet futur, ou simplement des éléments intéressants, n'hésitez pas à prendre contact avec le responsable ...

Responsable : Jean-Marie Frères - 0486.42.91.39 -



jeanma-
riefreres@hotmail.com

Notre prochaine réunion aura lieu le jeudi 16 octobre à 14 h. à la Mutualité chrétienne à Aywaille. Vous y êtes invités.

Le nouveau comité

Président	José Wégria	04.360.89.19	0494/46.99.08	jose_wegria@hotmail.com
Vice-Président	Jean Dupont	04.382.33.52	0479/76.72.24	j.n.dupont@skynet.be
Secrétaire	Jacques Pirard	04.360.88.99	0497.25.83.49	pirard4141@yahoo.fr
Trésorier	Jean-Marie Frères		0486.42.91.39	jeanmariefreres@hotmail.com
Rencontres conviviales	José Wégria	04.360.89.19	0494/46.99.08	jose_wegria@hotmail.com
Yoga	Jean Dupont	04.382.33.52	0479/76.72.24	j.n.dupont@skynet.be
Espace Cyber Senior	Jacques Pirard	04.360.88.99	0497.25.83.49	pirard4141@yahoo.fr
Passeurs de mémoire	Jean-Marie Frères		0486.42.91.39	jeanmariefreres@hotmail.com
Marches 15 km	Marcel Bollinne	04.382.17.88	0497.66.95.86	marcel.bollinne@gmail.com
Marches 7 km	Auguste Thewissen	04.368.60.54	0476/32.84.09	auguste.thewissen@gmail.com
Marches 3 km	Maggy Thewissen		0497/94.76.63	maggyetalbert@gmail.com
Cours d'informatique + Atelier cuisine	Marguerite Sevrin	04.384.53.89	0471/37.97.31	margueritesevrin@gmail.com
Excursions culturelles	Nicolas Havelange	04.384.41.95	0496.43.32.55	nico.havelange@gmail.com
Whist	Philippe Botty	04/365.93.03	0496/56.11.33	phbotty@hotmail.fr
Echanges littéraires	Jacqueline Baudinet	04.360.88.99	0495/56.85.86	jbaudinet4141@gmail.com
Gymnastique douce	Micky Boulanger	086/21.24.47	0472/69.80.44	mickybou2@skynet.be

Fête des Associations à Sprimont

Nous aurons un stand lors de la Fêtes des Associations, le 6 septembre, de 13 à 18 heures, dans le parc de la Maison communale de Sprimont. Venez vous y informer et faites-nous le plaisir d'une petite visite !