

Les Vaillants Acrenois
Rue Haute 6 - 7861 Wannebecq

N° d'agrément P923285

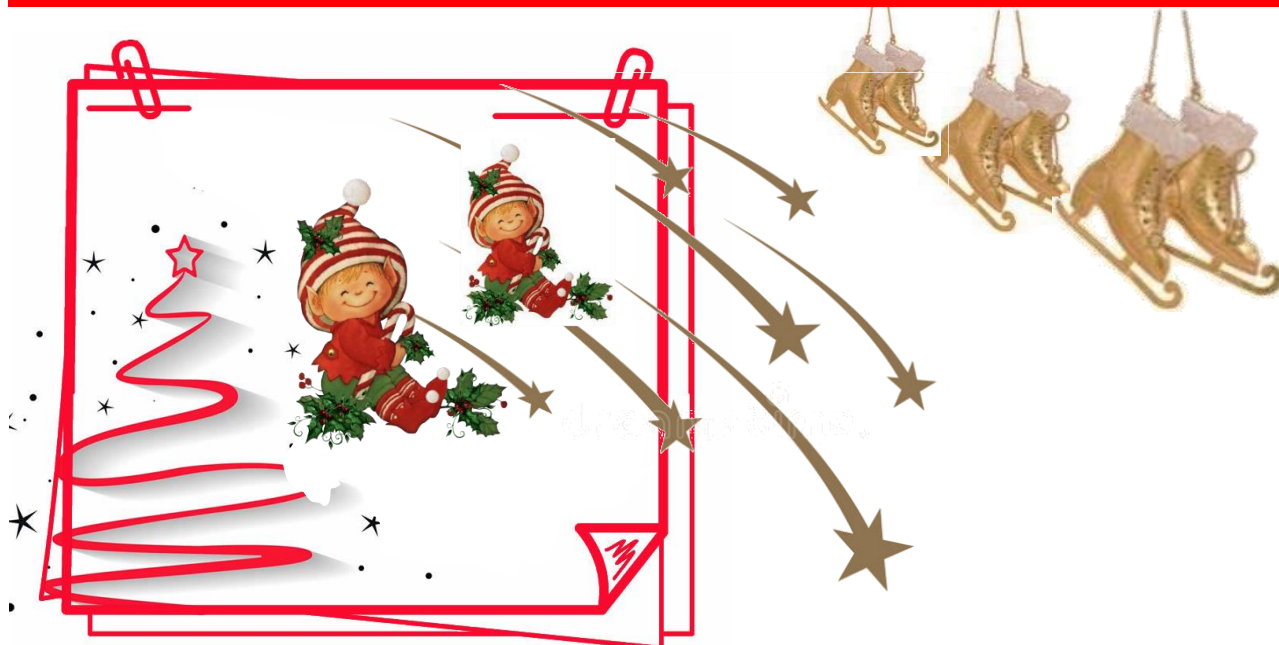
Périodique trimestriel

n° 1 - janvier/février/mars 2024

Périodique disponible en couleur sur www.vaillants-acreinois.be

Les Vaillants Acrenois

LVA - HT 050



*- 14 janvier 2024 -
Marche ACHO organisée par
Les Vaillants Acrenois
en collaboration avec les clubs de
l'association (voir p 11)*



Bonne année à tous nos membres !!



COMITÉ LVA

www.vaillants-acrenois.be

HT050@FFBMP.be

Compte Belfius : IBAN : BE04 0682 0338 0331 / BIC : GKCC BE BB

Présidente, Correspondante Club & Promotion	Nadine THÉSIN Rue Haute 6 7861 Wannebecq	068/57 04 56 0498/20 65 11 nadine.thesin@gmail.com
Vice-Président d'Honneur	Gilbert VERCAEMST	-
Secrétaire & Vêtements	Martine THÉSIN	068/33 28 93
Secrétaire Adjoint & Assurances	Jacques VAN QUICKELBERGHE	0473/68 49 13 j.vanquickelberghe@skynet.be
Affiliations & Matériel	Anne VLASSEN BROEK	-
Trésorière & Périodique	Colette DEMEULEMEESTER	-
Trésorier Adjoint & Commissaire	Joël DEFRÈRE	-
Tombola	Francine STIÉVENART	-
Site Internet	Anne BAILLY	-
Vérificateurs aux Comptes	Cindy GHISLAIN Marina SCORIER	-

Nos réunions sont ouvertes à tous nos membres

"CHEZ CHRISTIAN"

Maison du Peuple - Grand-Rue 38 - 7864 Deux-Acren

0474/95 32 15



Prochaines réunions

jeudi 18 janvier 2024 à 18h30

jeudi 15 février 2024 à 18h30

jeudi 21 mars 2024 à 18h30

Bonjour très chers Vaillants !

Si vous n'avez pas encore renouvelé votre affiliation à notre club, vous en aurez la possibilité à la marche du 14 janvier à Wannebecq. Bien sûr, vous pouvez verser 6 € sur le compte du club. Mais ainsi, sans nous rencontrer, je ne peux mettre en ordre votre carnet de points (pour acheter des vêtements de sport), vous donner un nouveau carnet, si nécessaire, remplir votre document de mutuelle. Certains d'entre vous ne sont pas encore venus chercher les cadeaux offerts à l'occasion de notre 40ème anniversaire.

Je rappelle que dans un club qui utilise Cronolive, il n'est pas nécessaire de remettre le talon de votre carte d'inscription dans une boîte à l'entrée de la salle. Mais vous devez toujours remplir la première partie de la carte (ou apposer une étiquette) pour être en ordre d'assurance.

Dès que vous aurez renouvelé votre adhésion, le code barre de votre carte restant chaque année le même, vous pouvez tout aussi bien faire scanner votre carte de l'année précédente si vous avez perdu ou oublié la nouvelle. Ne la jetez donc pas trop vite.

Voici le classement Cronolive 2023 de nos membres :

- | | | |
|------------------------------------|---------------------------------|------------------------------------------------------|
| 1. Payen Patrick 58 | 5. Defrère Joël 42 | 9. Vlassenbroek Anne 26 |
| 2. Carlier Anne 55 | 6. Demeulemeester Colette 31 | 10. Van Quickelberghe Jacques et Venquier Martine 22 |
| 3. Bailly Anne et Thésin Nadine 53 | 7. Stiévenart Francine 29 | 12. Vercaemst Gilbert 18 |
| | 8. Deschuyteneer Jean-Pierre 28 | |



Portez-vous bien, A bientôt, Nadine



Sans renouvellement de votre affiliation 2024 dans notre club, ce périodique sera le dernier que vous recevrez

RAPPORT DE L' ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Notre Assemblée Générale a eu lieu le 25 novembre 2023, voici le rapport que j'y ai présenté :

Encore une année qui s'achève, revenue à la normale avec seulement quelques annulations de marches, comme avant l'apparition du covid19. Les raisons sont souvent des démissions de clubs comme les clubs des Marcheurs de Silly et des Marcheurs Van Gogh.

Après l'impression du périodique, des modifications au calendrier peuvent apparaître. C'est pourquoi il est intéressant de disposer de l'adresse mail des membres. A ceux qui me l'ont communiquée, j'envoie, chaque début de semaine, les marches de la FFBMP, les autres marches annulées ou modifiées du week-end suivant.

Depuis 2020, les Vaillants Acrenois ont formé une petite équipe et c'est avec quelques membres de celle-ci que je me suis rendue du 17/02 au 27/02 aux Olympiades au Texas, du 06/06 au 15/06 à la Marche Découverte en Croatie, le 06/05 chez les Compagnons de St-Hubert à Aubel et le 23/09 chez De Rakkers à Hasselt avec les cars de Leuze, le 18/06 chez Arel's Club marche d'Arlon et le 30/07 chez De Duinttrappers Westende avec les cars de Brugelette, le 20/08 à Imbrechies en Thiérache à Macon avec le car de Mouscron, le 07/05 à la Marche Internationale de Blankenberge en train, le 15/10 en voiture à Sint-Pieters-Leeuw, club classé 1^{er} à notre 2^{ème} marche 2023, le 05/11 en voiture au club de WSV Schelle, venu en car à notre 1^{ère} marche 2023.

Entre le 21/01 et le 16/12, des marches comptant pour le challenge ACHO ont été mises sur pied par 10 clubs repris dans le challenge (y compris notre club). Il suffisait de vous montrer une fois à chaque club pour recevoir un cadeau et bien que notre club soit celui qui organise la marche des résultats le 14/01/24, il n'y aura que quelques membres récompensés. Si vous n'aimez pas vous rendre trop loin, vous pouvez toujours me contacter pour m'accompagner. →→

Funérailles DELAUW sprl

Funérarium - Fleurs en soie - Pierres tombales

Organisation complète de funérailles



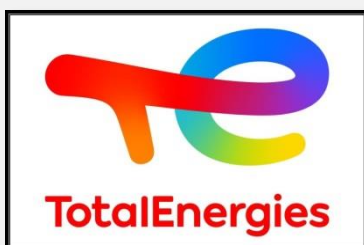
Funérariums : 5 chambres funéraires
Salle pour cérémonies de l'au revoir personnalisées
Contrats obsèques

transport personnes à mobilité réduite
transport pour radiothérapie,
chimiothérapie, dialyse, ...

Service 24h/24h

80, rue de l'Hôtellerie
7860 Lessines
068/33 26 30

STATION-SERVICE LESSINES
MAXIME LISON



Boulevard René Branquart 50
7860 Houraing

Maison du peuple



CHEZ CHRISTIAN

0474/95 32 15
Grand Rue 38 -7864 Deux-Acren
Fermé le mercredi



Dépositaire de bières, vins,
liqueurs, paniers garnis.
Location de matériels de
fêtes, chambres froides,
bonbonnes de gaz et de CO2

Rue d'en bas 54 - 7864 Deux-Acren
e-mail : avrillonfranky@outlook.com
068/33 61 95 - 0478/588 036

Lundi : fermé
Mardi au vendredi : 14h - 18h
Samedi : 09h-12h/14h-18h
Dimanche : 09h-12h

Le Vieux Moulin

Restaurant - Taverne Salle de fêtes
Rue Bonne Nuit 15
7864 Deux-Acren
0470/48 51 90
levieuxmoulin@acren.com



RAPPORT DE L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE (suite)

→→ Pour nos 2 marches de 2023, nous avons organisé des reconnaissances, le 09 et le 10/05 pour la 1^{ère}, le 26 et le 27/07 pour la 2^{ème}. Seules quelques personnes étaient présentes, pourtant c'est l'occasion de marcher en groupe, de montrer qu'on est un club. Ces dates sont annoncées par mail.

Nos deux marches se sont bien déroulées. Le 28/05, nous avons fêté, à Lessines, notre 40^{ème} anniversaire pendant notre première marche. Nous rappelons qu'à cette occasion, un cadeau était offert à nos membres et que quelques-uns ne se sont toujours pas montrés pour le recevoir. Nous avons accueilli 664 participants. Nous avons eu besoin de beaucoup de bénévoles (membres du club et membres amis) et nous remercions ceux qui ont répondu présents. Pour récompenser les aidants, nous leur offrons chaque année un repas, ainsi que des points supplémentaires sur leur carnet de points.

Le 06/08, notre deuxième marche à Bois-de-Lessines a connu un temps pluvieux toute la journée. Quand même 376 personnes ont eu le courage de se montrer. En 2023, 1040 marcheurs sont donc venus chez nous. En 2022, il y en avait 1185.

Voici les clubs qui étaient les plus représentés (pensons à leur rendre visite aussi) :

1. De Padstappers Geraardsbergen	53	9. Hanske de Krijger Oudenaarde	33
2. Les Vaillants Acrenois	51	10. Les Trouvères d'Ellezelles	31
3. WSV Schelle	50	11. Les Marcheurs de la Sylle de Bassilly	29
4. Les Sucriers de Brugelette	49	12. Wandelclub St Pieters-Leeuw	26
5. Les Hurlus en Balade	45	13. Les Marcheurs du Souvenir Leuze	22
6. Les Marcheurs de la Police de Mons et Le Roitelet	40	14. El Bottine qui bique de Dour	16
7. idem		15. Les Marcheurs du Val de Verne de Péruwelz	15
8. Egmont Zottegem	36		

Quelques-uns de nos membres, afin de permettre que les marches se passent le mieux du monde, ont aidé le 21/05 à la Marche Provinciale à Houdeng-Goegnies et le 22/10 à la marche des Marcheurs du Souvenir à Beloeil.

Le bénévolat est malheureusement devenu une denrée rare et c'est la principale raison que les clubs disparaissent les uns après les autres.

Un aperçu des activités de 2024 :

Tout d'abord, le prix de l'affiliation reste fixé à 6 euros (à 3,70 euros pour les enfants de moins de 12 ans au 1^{er} janvier 2024).

Nous aurons 3 marches :

Le 14/01 à Wannebecq au Salon « La Tonnelle » pour la clôture du challenge ACHO 2023, le 26/05 à Ollignies à la salle « L'Ollignois » et le 04/08 à Deux-Acren à la salle « Pascal Delbecq ».

Les reconnaissances de la marche à Wannebecq auront lieu les 12 et 14/12 à 9 h. Chacun de vous peut y participer. Nous parcourons chaque fois une dizaine de kms.

La marche de la Province du Hainaut se déroulera le 14/04 à Pipaix.

La réunion calendrier 2024 du Hainaut se fera à Ladeuze le 08/03. Le repas ACHO aura lieu également à Ladeuze le 09/03.

C'est le club de Leuze qui organisera, le 12/01/25 à Dergneau, la marche de la clôture du challenge ACHO 2024.

L'AG annuelle de la FFBMP aura lieu le 16/03/24 à Velaine-sur-Sambre.

Pour que les membres d'un club se fassent remarquer, dans une marche fédérale, rien de mieux que de porter les vêtements du club. C'est pourquoi, je terminerai ce rapport par vous annoncer que les vêtements ici présents sont aujourd'hui à des prix cassés. Sans certitude que nous garderons les mêmes prix par la suite.

Le Comité vous souhaite de bonnes fêtes de fin d'année et une bonne santé.

DEVIS GRATUIT - GRATIS OFFERTE

MEUBLES - CUISINES
MERLIN
 MEUBELLEN - KEUKENS



068 33 44 75 - CH. DE GRAMMONT 60 - LESSINES
WWW.MERLIN.BE

Openingsuren/Heures d'ouverture
 ma-zat/lun-sam :
 09 - 12.30/13.30 - 18
 zon - dim : 14 -18
 wo-mer : gesloten/fermé

Chaussée de Grammont 60
7864 LESSINES
068/33 44 75
info@merlin.be

Cuisines - Tables et Chaises de cuisines
 Salons - Salles à manger
 Chambres à coucher - Chambres d'enfant
 Relax - Bureaux - Meubles TV
 Lits - Boxsprings - Canapés lits - Matelas
 Décoration diverse

Boucherie LÉO

L'expérience au service de la qualité,
 le retour aux saveurs d'antan !

Grand' Place, 2 - 7860 Lessines
 0495/30 59 58

ouvert du mardi au samedi
 8h30 - 18h00
 Livraison à domicile

Profil
 Coiffure mince

Rue du Pont de Pierre 6
 7860 LESSINES

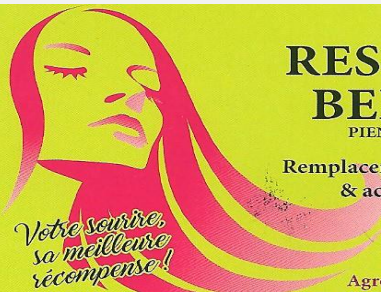
068 33 81 71

Ouvert du Lundi au Samedi
 sur rendez-vous

CHEZ L'COUSIN & BEA
 Brasserie - Restaurant
PAPIGNIES
 ouvert dès 10h30 - fermé le lundi et mardi
068.65.98.07



RESTONS BELLES
 PIENS Véronique
 Remplacement capillaire
 & accessoires
 Agréée par les mutuelles



Votre sourire, sa meilleure récompense!

Uniquement sur rendez-vous 0497/35 66 14
 Chemin de la Justice 18 - 7800 Ath
 Restons belles - Perruques Médicales
 www.ath.lecheveu.be

Bon
Anniversaire !



JANVIER		
5	CAMILLE	VAN MELLO
7	MARINA	SCORIER
13	FABIENNE	VERSET
19	GILLES	VANHOLLEBEKE
22	CHANTAL	NOVELLA
30	JACQUES	VAN QUICKELBERGHE

FEVRIER		
1	RAPHAËL	D'HAeyer
5	ISABELLE	EVERAERT
6	CHRISTINE	CROMBIN
6	ANNE	CROMBIN
6	MICHEL	VRAUX
10	GODELIEVE	RENWART
14	BERNARD	VANDE PONSEELE
16	ANGÉLIQUE	VANCONEGHEM


MARS		
2	CAROLINE	WALLEMACQ
2	ANNE	AVRILLON
3	YVES	BOMBART
8	PIERRE	PEVENAGE
12	LOUISA	BANSARD
13	EDWIGE	GOEMINNE
21	ANNE	CARLIER
24	MARTINE	VENQUIER
26	FABIENNE	BUIDIN
28	MAÏTÉ	PEVENAGE
28	CINDY	GHISLAIN
30	JOËLLE	CAUCHETEUR



Bienvenue

aux nouveaux membres en 2024 !!

Bottemanne Dominique
 Cauchie André
 Rombaux Jean Bernard
 Vanden Daele Annie
 Vanderlinden Patricia
 Vast Michel



TAHISSI'ASSURE
ASSURANCES

TAHISSIA GOURDIN
Rue César Despretz 98 - 7860 Lessines
tahissia@assurancescounasse.be
068 33 59 15



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, flans, œufs, pomme de terre,

Notre spécialité : gâteaux glacés toutes occasions

mercredi	13h30 - 19h00
vendredi - samedi	10h00 - 19h00
dimanche & jours fériés	10h00 - 12h00

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

Acheter un vêtement aux couleurs LVA est tout simple :

Contactez notre secrétaire Martine Thésin - 068/33 28 93

**Vous pouvez payer cash, par virement au compte BE04 0682 0338 0331
ou avec vos points de votre carnet de points (=0,50 € par point)**



Articles		Tailles	Prix de vente	Carte de points
1	K-Way noir à capuche et poches (+sac) - mixte	S-M-L-XL-XXL	15 €	30 pts
2	Sweat-shirt à capuche zipée - mixte	XS-M-L-XL-XXL	25 €	50 pts
3	Training - (Pantalon JAKO) noir, ligne blanche - mixte	XL- XXXL	25 €	50 pts
4	Training - (Veste JAKO) bleu et noir, ligne blanche - mixte	XL- XXXL	35 €	70 pts
5	Polo bicolore - mixte	S-M-L-XL-XXL	17 €	34 pts
6	Débardeur bicolore - Femme	S-M-XL-XXL	10 €	20 pts
7	Débardeur blanc - Femme	S-L-XL-XXL	9 €	18 pts
8	Débardeur blanc - Homme	L-XL-XXL	9 €	18 pts
9	Bodywarmer bleu - mixte	S-M-L-XL-XXL	30 €	60 pts
10	Parka rouge - mixte	S-M-L-XXL-XXXL	40 €	80 pts
Articles en promotion				
11	Training complet tricolore (veste + pantalon) - mixte	XS-S-M-XL-XXL	50€ -20€	100-40 pts
12	Training (veste tricolore) - mixte	XS-S-M-XL	35€ -14 €	70-28 pts
13	T-shirt bicolore - Manches courtes - mixte	M-L-XL-XXL	7,50€ - 3 €	15 -6 pts
14	T-shirt bicolore - Manches longues - mixte	S-M-L-XL-XXL	10€ - 4€	20-8 pts



Agence de Lessines

Arnaud DEBUYSSCHERE

☎ 068/270.250

AG031732@mandat.belfius.be

Bd Emile Schevenels 82 – 7860 Lessines

Placements – Crédits - Assurances

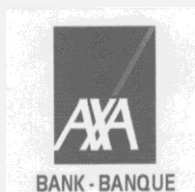
Agent de banque et d'assurances Sille et Dendre Scom

Siège social : Grand'Place 72 – 7850 Enghien

Agent mandataire de Belfius Banque SA

Sous-agent d'assurances de Belfius Banque SA FSMA 047548 cA-cB

RPM Mons 0473630907



DIANE & DENIS DEHAENE



Heures d'ouverture

lundi, mercredi, vendredi
09h-12h30 & de 15h-19h
mardi, jeudi 09h/12h30
samedi 09h/12h00

Place d' Acren 8
7864 Deux-Acren
Tél 068/33 74 04
068/33 56 22
Fax 068/34 07 22

Exellent

1 service
2 adresses

Zerrac System - Electro Service
www.exellent.be



rue d'Audenarde 33A-7890 Ellezelles - 068/54 35 35
9h à 12h et 14h à 18h30 - 14h à 17h30 le samedi
Fermé lundi et mercredi

Grand'Rue 50 - 7860 Lessines - 068/54 22 12
9h à 12h30 et 14h à 18h00 - sam 9h à 13h - 14h à 17h
Fermé lundi
zerrac.system@skynet.be - www.zerracsystem.be

Boulangerie Debaisieux

Pain cuit au bois

Chaussée de
Renaix 333
7862 Ogy

068/44 70 92

fermé le mercredi





HT 050

Les Vaillants Acrenois

Marche challenge ACHO

Dimanche / Zondag

14 janvier / 14 januari 2024

5 - 10 - 15 - 20 km

DEPART / VERTREK

Salon « La Tonnelle »
Rue Trieu, 11
7861 Wannebecq

A partir de 10 km

Passage au Blanc Moulin
d'Ostiches

et dans les vignes



de 07h00 à 15h00 / van 07u00 tot 15u00

heure d'arrivée/aankomstuur max 17 h/u

*Petite restauration et boissons dans la salle et aux contrôles
Eet- en drinkgelegenheid in de zaal en in de controleposten*

Permanence estampille/Permanentie afstempeling : FFBMP/IVV 9 h/u - 17 h/u

Inscription/Inschrijving : 1 €

Accès/Routebeschrijving : **SNCB/NMBS** : ligne/lijn 90 - Gare - Papignies - Station
(2 km de la salle) (op 2 km van de zaal)

A8/E429 : sortie/afrit 30 Ath



Marche placée sous le patronage de/Wandeling onder het patronaat van
FFBMP & FISP (IVV) n° d'agrégation : 2/24/15 DC

L'inscription à la marche vaut déclaration de bonne santé

De inschrijving voor de wandeling geldt als verklaring van goede gezondheid

Le club est assuré en responsabilité civile/De club is verzekerd voor burgerlijke aansprakelijkheid

Responsable du club/Clubverantwoordelijke :

Nadine Thésin, rue Haute 6 - 7861 Wannebecq - 0498/20.65.11 - HT050@ffbmp.be - www.vaillants-acrenois.be

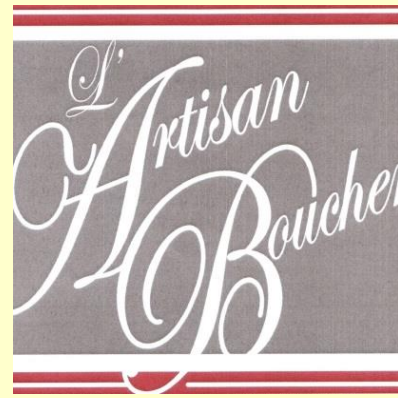
Ne pas jeter sur la voie publique. Merci

Niet op de openbare weg gooien. Dank u

L'Artisan Boucher sprl

Boucherie - Charcuterie - Fromagerie - Traiteur

Viande de première qualité,
charcuterie maison,
plats traiteur et potages maison,
poulet rôti le dimanche matin.



***Nous livrons à domicile sur : Deux-Acren, Lessines,
Ollignies, Ghislenghien, Hellebecq et Bassilly (à partir de 30 €)***

du mardi au vendredi de 08h30 à 13h / 14h à 18h30
le samedi 08h30 à 18h
et le dimanche de 09h à 12h30
Fermé le lundi

**Grand-Rue D'Acren 10 - 7864 Deux-Acren
tél 068/33 22 68 - fax 068/33 24 96**

Suivez-nous sur Facebook L'Artisan Boucher

Côté Fleuri

Fleurs naturelles pour
toutes circonstances



Rue Remincourt 53
7864 Deux-Acren
068/34.04.83

Heures d'ouverture
Jeudi 10h00-18h00
Vendredi 09h30-18h30
Samedi 09h00-18h00
Dimanche 09h30-12h30

**Chaussures
Maroquinerie**



fermé dimanche et lundi

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

Librairie des Camomilles

chez Eric et Sophie
Presse - Point Poste - Loterie - Tabac
Grand'Rue d'Acren 31
7864 Deux-Acren
tél 068/28 28 03 - fax 068/28 30 03
librairie.camomilles@tvcablenet.be
lundi 6h30-12h
mardi-jeudi 6h30 à 12h - 14h à 18h
vendredi 6h30 à 12h - 14h à 18h30
samedi 8h à 12h30
Fermé les weekends & 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

Chée de Grammont 104 (parking Aldi)
068/33 62 91

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



L'Association des Clubs du Hainaut Occidental (A.C.H.O.)

a le plaisir de vous inviter à son dîner qui aura lieu le

Samedi 9 mars 2024 à 12 h

au Centre Culturel & Sportif de LADEUZE

Rue de la Liberté 23, 7950 LADEUZE (Chièvres)

Apéritif offert par l'ACHO

Salade de chèvre chaud
et sa suite de jambon de Cobourg

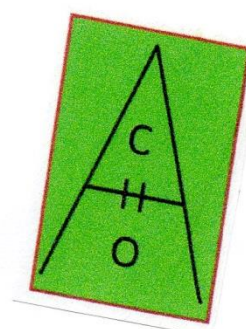
Potage de saison

Pavé de veau - sauce poivrade
et ses accompagnants

Gâteau artisanal

Café offert par le club « Le Roîtelet »

Ambiance musicale assurée
Bienvenue



Le (la) secrétaire de chaque club se chargera de centraliser et de transmettre le nombre de participants au responsable de l'ACHO pour le 24 février au plus tard.

Prix du menu : 35,00 € (15,00 € pour les enfants de moins de 12 ans)
Paiement obligatoire à l'inscription.

DÉBLAYER LES TROTTOIRS EN CAS DE NEIGE



Les habitants sont obligés de déblayer leur trottoir de la neige et du verglas. C'est un bon principe mais d'où vient cette obligation?

Le trottoir fait partie de la voie publique, ce qui signifie que le gestionnaire de la voirie doit prendre en charge son entretien, y compris le déblaiement de la neige. La chaussée et les pistes cyclables sont dégagées ou du sel y est répandu par le gestionnaire de voirie. Pourquoi pas les trottoirs?

Il n'existe aucune loi ou règlement d'application générale qui oblige les habitants à déneiger le trottoir. Mais pareille obligation est prévue dans la plupart des règlements de police communaux. Des sanctions sont prévues dans le règlement de police pour celui qui ne respecte pas cette disposition et il pourrait aussi être déclaré responsable des dommages que pourrait subir un tiers suite au non-respect de cette obligation. Par exemple dans le cas où un piéton glisserait sur un trottoir enneigé.

Mais d'autre part, le trottoir fait partie de la voie publique. Par conséquent, les autorités communales ont aussi l'obligation d'assurer la sécurité de passage sur la voie publique, en ce compris le trottoir et elles doivent donc aussi veiller à ce que celui-ci reste praticable. Il est vrai que les autorités communales peuvent, par un règlement local, imposer aux habitants cette obligation de maintenir les trottoirs praticables mais il n'en reste pas moins qu'elles restent également responsables vis-à-vis de la victime d'une chute.

La victime peut donc réclamer l'indemnisation de son dommage à l'autorité communale et bien que celle-ci, au cours du litige devant le tribunal, puisse appeler l'habitant à la cause pour le faire condamner, elle ne pourrait se retrancher derrière le règlement communal pour refuser de payer l'indemnisation (par exemple au cas où l'habitant incriminé serait insolvable). La commune pourrait éventuellement se retourner ensuite contre l'habitant afin d'être remboursée du montant de l'indemnisation qu'elle a dû payer à la victime.

Nous ajoutons cependant qu'en cas de chute d'un piéton sur un trottoir enneigé, la responsabilité n'est pas toujours imputable à l'habitant ou à l'autorité communale. La victime elle-même peut également être déclarée responsable (éventuellement en partie), par exemple en cas de manque de prudence ou d'attention.

Du reste, l'obligation dont question ci-dessus doit être interprétée de manière raisonnable. Un habitant qui déneige son trottoir en soirée et y jette du sel ne peut rien se voir reprocher s'il neige abondamment pendant la nuit et qu'un piéton glisse sur le trottoir au petit matin. De même, une autorité communale qui n'a pas agi, ne sera coupable que si elle a été au courant du danger à temps et si elle disposait du temps et des moyens nécessaires pour sécuriser la rue (y compris le trottoir).

Source : extrait "Touring Magazine"



OGY PELOTE
LES AGONS D'OGY
A.D.D.M. OGY

PAR SYMPATHIE

Boulangerie
Pâtisserie
Pom' Cannelle

Chaussée de Renaix 33
7860 Lessines
068/33 33 98

Notre Spécialité : la Qualité !



vidts 
VÊTEMENTS HOMMES & DAMES

GRAND'RUE 38 À LESSINES

f www.vetementsvidts.be

Friterie
Chez Sophie



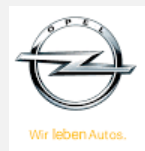
Heures d'ouverture

lun 11h30 - 13h30/18h00 - 21h00
mar 11h30 - 13h30/18h00 - 21h00
jeu 11h30 - 13h30/18h00 - 21h00
ven 11h30 - 13h30/18h00 - 21h30
sam 11h30 - 13h30/18h00 - 21h00
Fermé mercredi & dimanche

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

Garage COUVREUR

spri
Raymond Couvreur
Gérant



Chaussée de Renaix 320 B
7862 Ogy
068/44 92 92
couvreur.fabienne@skynet.be

Le sport comme thérapie : l'exercice, une bénédiction pour votre bien-être mental



Faire plus d'exercice est la meilleure intention que l'on puisse avoir, déclare Wiepke Cahn, psychiatre et professeur spécialiste de la santé physique dans les troubles psychiatriques de la clinique universitaire d' Utrecht.

Le sport et l'activité du cerveau

Le sport permet de se vider la tête mais il déclenche aussi un phénomène cérébral. En termes simples, pendant l'activité physique, le nombre de neurotransmetteurs de ceux qui nous font nous sentir mieux augmente. Parmi eux, les endorphines, qui sont des hormones anti-stress, par exemple, tandis que la dopamine augmente le sentiment de bien-être et aiguise l'attention. La sérotonine, de son côté, est bénéfique sur l'humeur, le contrôle des impulsions et la confiance en soi. Enfin, la neutralisation du cortisol pendant l'exercice, a pour effet de réduire le stress.

La recherche montre également que certaines parties du cerveau peuvent augmenter de volume, parce que davantage de cellules sont produites pendant l'exercice. En outre l'approvisionnement en sang augmente, ce qui améliore la circulation sanguine. Ces phénomènes mis bout à bout permettent un meilleur passage des signaux et un meilleur fonctionnement de notre cerveau. Par exemple, on a constaté que lorsque les patients atteints d'Alzheimer font plus d'exercice, de nouvelles connexions cellulaires se créent et que les personnes souffrant de psychose font beaucoup moins de rechutes lorsqu'elles font de l'exercice.

Trouver l'équilibre

En fin de compte, il ne s'agit que d'une chose : être bien, être heureux. Si la société et les contacts sociaux contribuent à accéder à ce bonheur, le sport peut aussi y contribuer. On observe, par exemple, que les personnes qui ont une dépendance ou qui luttent contre elle, voient le sport comme un moyen précieux de remplir leur journée et, en même temps, un moyen de sortir de leur isolement. Le sport en tant que thérapie ne présente-t-il pas de risques. Bien sûr qu'il y en a. Le sport peut causer des blessures ou de l'épuisement. Il s'agit de s'y mettre progressivement, sous surveillance si nécessaire, et d'augmenter petit à petit. "Écoutez votre corps pour trouver le bon équilibre. Un conseil qui peut en fait s'appliquer à tout dans la vie".

Sophie Lodewijks

Source : extraits de l'article du bulletin FFBMP juillet-août 2023



NOTRE REPAS DES BÉNÉVOLES

Comme il est de tradition chaque année, le Comité des Vaillants Acrenois a invité les bénévoles le 19 novembre 2023 à un repas bien mérité après leur dévouement à chaque marche. Cette année nous nous sommes retrouvés à 36.



Ne vous inquiétez pas, les tables sont vides parce que les photos ont été prises AVANT le repas !!



Heureuses retrouvailles entre notre Vice-Président d'Honneur Gilbert Vercaemst et notre Francine Stiévenart après sa convalescence ...



... et Jean-Luc Vercaemst qui, avec ses mains magiques, a réussi à déstresser la Trésorière avant de payer l'addition !!!

Que manger avant le sport? Tout dépend de la distance !

Petites distances :

Surtout **pas de sucre rapide** avant l'effort. Evitez les aliments présentant un indice glycémique élevé. Celui-ci augmentera trop rapidement la glycémie dans le sang.

Donc, bannir les jus, la confiture, le miel, le sucre, le pain blanc...

Les sucres lents, au contraire, sont privilégiés parce qu'ils se libèrent lentement dans l'organisme et deviennent source d'énergie : une banane (pas trop mûre), un yaourt, une barre de céréales.

D'une manière générale, les produits sucrés au petit-déjeuner ne sont pas indiqués. En revanche, ils trouveront leur place au goûter, sur une tartine de pain complet par exemple. L'apport de glucide active alors une hormone de bien-être, la sérotonine.

Pour les petites distances, inutile d'emporter de la nourriture. par contre, s'hydrater régulièrement est conseillé voire recommandé par temps de forte chaleur.

Les longues distances :

Si vous n'avez pas anticipé la demande énergétique avant de partir, **les sucres rapides ont ici toute leur utilité** pour compenser. Des fruits secs ou un carré de sucre feront l'affaire. L'alimentation dépendra bien entendu de l'effort fourni et de la distance ... S'hydrater toutes les 20 minutes est également indispensable.

A savoir : l'exercice entraîne des modifications de l'appétit. La ghréline est une hormone qui stimule l'appétit. L'activité physique juste avant le repas peut réduire cette production de ghréline d'où l'effet coupe-faim chez certains individus.

Source : Extrait d'un article de Anne Sol, sophrologue, publié dans le Bulletin FFBMP sept-oct 2023

PROLOGUE MARCHE ACHO

Fin décembre 2023, quelques Vaillants ont participé au prologue de la marche ACHO qui se tiendra le 14 janvier 2024 (voir p 11).



Moulin d'Ostiches



Vigne du Domaine Degavre



Une automobiliste trop contente de croiser le chemin de nos Vaillants !!

CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

RAPPEL

La carte d'inscription que vous achetez au départ d'une marche FFBMP, est composée de 2 parties :
la partie supérieure et le talon.

1. **la partie supérieure** : vous la remplissez toujours et vous la gardez sur vous pendant toute la durée de la marche pour être valable en cas d'accident. Le marcheur qui ne complète pas sa carte, ne peut pas faire appel à l'assurance, son identification étant impossible.
2. **le talon** :
 - a. si votre carte de membre LVA 2024 est scannée, vous ne remplissez pas le talon et vous le laissez attaché à votre carte d'inscription.
 - b. si votre carte de membre LVA 2024 n'est pas scannée, vous remplissez le talon et vous le mettez dans la boîte qui se trouve à la sortie de la salle

Presque tous les clubs flamands donnent une carte d'inscription sans talon car ils disposent presque tous d'appareils à scanner

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

MARCHES F.F.B.M.P. & Wandelsport Vlaanderen 2024

Samedi 6 janvier	5009	Wandelclub Beernem VZW	6-11-15- 21	7h½-15h	Vrije Basisschool De Regenboog Schooldreef 5 8730 Beernem
Dimanche 7 janvier	HT018	Marcheurs du Val de Verne de Péruwelz	5-10-20- 30	08h-14h	Salle des Sports Verte Chasse Rue de la Verte Chasse 7600 Péruwelz
Dimanche 7 janvier	4358	De Heidetochten Kester-Gooik	4-8-12- 16-20-23- 30	08h-15h	Provinciaal Proefcentrum voor Kleinfruit Pamel Molenstraat 28 1760 Pamel
Samedi 13 janvier	3105	Wandelclub Scheldestappers Zingem VZW	6-10-15- 21-30	07h-15h	CC De Mastbloem Waregemsesteenweg 22 9770 Kruishoutem
Dimanche 14 janvier	HT050	Les Vaillants Acrenois Challenge ACHO	5-10-15- 20	07h-15h	Salon "La Tonnelle" Rue Trieu 11 7861 Wannebecq
Mercredi 17 janvier	3163	WSV Egmont Zottegem VZW	7-10-14- 18-21	07h-15h	OC Strijpen Sint-Andriessteenweg 163 9620 Strijpen
Sam. 20 jan & Dim. 21 jan	LG041	Les Pantouflards de Wihogne	5-7-13- 21- 30	07h-15h	Salle "Les Hayettes" Rue Lambert Dewonck 27 4452 Wihogne-Juprelle
Samedi 20 janvier	HT003	Verdigym Collines Flobecq Challenge ACHO	5-8-14	12h-20h	Maison du Village Rue Abbé Pollart 4 7880 Flobecq
Samedi 20 janvier	3529	Op Stap Zwalm	4-6-12- 18-24- 30	07h-15h	De Zwalmparel Sportlaan 1 9630 Munkzwalm

Samedi 20 janvier	3034	Omloop Kluisbergen VZW	7-14-21- 28	07h-15h	Zaal Volkswelzijn Grote Herreweg 158 9690 Ruien
Dimanche 21 janvier	3063	WSV De Kadees VZW	6-11-18- 20	08h-15h	Vrije Basisschool Sint-Vincentius Kruisstraat 2 9308 Gijzegem
Samedi 27 janvier	HT061	Les Marcheurs de la Police de Mons Challenge ACHO	6-12-20- 30	07h-15h	Salle Calva Rue du Dépôt 7021 Havré
Samedi 27 janvier	3432	De Randstappers	6-12-18	08h-15h	Feestzaal Ter Elst Ommegangstraat 3 9660 Elst
Dimanche 28 janvier	3135	Padstappers Geraardsbergen VZW	7-10-12- 16-22-26- 32	07h½-15h	Jeugdcentrum De Spiraal Zakkaai 29 9500 Geraardsbergen
Dimanche 28 janvier	3003	WSV De Lachende Wandelaars Aalter VZW	5-10-15- 20	08h-15h	GOC Lotenhulle Guldensporenplein 5 9880 Aalter
Samedi 3 février	3383	De Trekvogels Boekhoute VZW	4-8-10- 15-18-21	7h½-15h	Het Kiempunt Assenede Stoepestraat 40 9960 Assenede
Samedi 3 février	3196	WSV Land Van Rhode VZW	6-10-14- 18-21	08h-15h	Sint-Antoniuskring (ingang via Provincieweg) Kerkplein 9552 Borsbeke
Samedi 3 février	5216	Gitse Wandelclub 'Voetje Voor Voetje' VZW	4-6-10- 15-20	07h-15h	Sporthal Dominiek Savio Inst. Koolskampstraat 24 8830 Gits
Samedi 3 février	HT092	No Borders asbl	5-10-20	08h-13h	Les Magasins "Mr Bambou" Avenue Maréchal Foch 808 7012 Jemappes
Dimanche 4 février	3233	Hanske De Krijger Oudenaarde VZW	5-8-12- 18-25	7h½-15h	Zaal De Kring Kapittelstraat 7 9700 Eine
Dimanche 4 février	5009	Wandelclub Beernem VZW	4-6-11- 15-21	7h½-15h	OC De Kleine Beer C. Marichalstraat 5 8730 Beernem
Samedi 10 février	HT088	Les Wistitis (Su'l Voy)	4-6-12- 18-21	07h-15h	Salon Communal Place de Lambusart 2 6220 Lambusart
Samedi 10 février	3107	Dwars Door Brakel	6-12-18- 24	7h½-15h	Zaal Averbo (Mavando) Riedepalein 15 9660 Michelbeke
Samedi 10 février & Dimanche 11 février	LG034	Les Pédestriens de Clermont S/Berwinne Car des Sans-Soucis Ghlin	4-7-12- 21-30- 42 4-7-12- 21-30	6h½-14h½ 07-14h½	Salle Saint-Jean Place de la Halle 10 4890 Thimister-Clermont
Dimanche 11 février	3294	CSC-Lierde VZW/Club Voor Sport en Cultuur	6-12-18	7h½-15h	OC De Lier Nieuwstraat 19 9570 Sint-Maria-Lierde
Dimanche 11 février	1012	WSV Schelle VZW	5-7-12- 17-21-28	07h-15h	Depot Deluxe Nijverheidsstraat 27 2620 Hemiksem

Samedi 17 février	NA053	Les Crayas du Thiry	4-6-12-21	07h-15h	Salle "Espoir et Fraternité" Rue du Calvaire 5670 Nismes
Dimanche 18 février	HT029	Les Sans-Soucis Ghlin	4-7-12- 20-30	07h-15h	Cercle Sainte-Barbe Rue de Bousies 1A 7011 Ghlin
Dimanche 18 février	3003	WSV De Lachende Wandelaars Aalter VZW	5-10-15- 20	08h-15h	Restaurant 't Biezemhof Kattewegel 1 9880 Aalter
Mercredi 21 février	3163	WSV Egmont Zottegem VZW	7-10-14- 18-21	07h-15h	OC Oombergen Oombergenstraat 39 9620 Oombergen
Samedi 24 février	HT011	Les Marcheurs du XII de Marcinelle	4-6-12- 20-25	6h½-15h	Foyer des Haies Rue des Haies 8 6120 Nalinnes
Samedi 24 février	5423	Watewystappers Tielt Car des Marcheurs du Souvenir de Leuze	6-12-18- 24	07h-15h	Koninklijk Atheneum Campus De Reynaert Stationsstraat 67 8700 Tielt
Dimanche 25 février	HT001	Les Sucriers de Brugelette	5-10-15- 20	07h-15h	Ecole Saint-Joseph Rue du Château 22 7950 Chièvres
Dimanche 25 février	3003	WSV De Lachende Wandelaars Aalter VZW	6-12-18- 20	07h-15h	Sporthal Flabbaert Prinsengoeddeef 33 9910 Knesselare
Mercredi 28 février	3135	Padstappers Geraardsbergen VZW	7-10-14- 18-22-26	08h-15h	Parochiezaal Viane Beverstraat 3 9500 Viane
Vendredi 1 ^{er} mars	5009	Wandelclub Beernem VZW	6-10-15	7h½-15h	Voetbalkantine Oostveld Bruinbergstraat 1 8730 Oedelem
Samedi 2 mars	HT089	El Bottine qui Bique de Dour Challenge ACHO	4-6-12- 20-30	07h-15h	Ecole Communale d'Elouges Rue Charles Wantiez 27 7370 Dour
Samedi 2 mars	LG160	Les Longs Pieds D'Antheit	5-8-12-20	07h-15h	Salle Jacques Brel Rue Lucien Delloye 4520 Wanze
Samedi 2 mars	3002	Burchstappers Herzele VZW	3-6-10- 14-18-25	07h-15h	Zaal Sint-Antoniuskring Provincieweg 9552 Borsbeke
Dimanche 3 mars	HT069	Les Randonneurs du Haut-Escaut Challenge ACHO	5-10-20- 30	07h-15h	Salle Paroissiale Rue du Centre 56 7640 Péronnes-Lez-Antoing
Dimanche 3 mars	3063	WSV De Kadees VZW	6-8-12- 16-20	08h-15h	Trefcentrum De Linde Gemeentehuisstraat 9402 Meerbeke
Mercredi 6 mars	3432	De Randstappers	6-12-18	7h½-15h	Café 't Hoekske Elst Gentsestraat 59 9660 Brakel
Samedi 9 mars	HT090	Les Pénates Su'l Route	6-11-21	07h-15h	Salon Communal Rue de Leernes 151 6030 Goutroux

Samedi 9 mars & Dimanche 10 mars	BBW007	Les Roses Noires	6-12-21- 30-42- 50	06h-15h 06h-09h	Collège Saint-François d'Assise Rue de l'Industrie (entrée) 13 1480 Tubize
Dimanche 10 mars	HT018	Marcheurs du Val de Verne de Péruwelz	5-10-15- 20-30-42	08h-14h	7600 Péruwelz
Dimanche 10 mars	F1046	Les Souyis Doncheriois Car de El Bottine qui Bique	6-12-15- 20	-	F08350 Donchery
Dimanche 10 mars	4114	Wandelclub De Marktrotters Herne VZW	4-6-10- 15-22-32	07h-15h	Sporthal De Hernekouter Hernekouter 1 1540 Herne
Samedi 16 mars		Assemblée générale de la F.F.B.M.P.			Salle "Michel Warnon" Rue Hurlevent 5060 Velaine-Sur-Sambre
Samedi 16 mars	HT034	Trotteux Su'l Roc – Beaumont	5-10-15- 20-30- 43	6h½-15h	Salle Communale Rue Basimont 6500 Solre-Saint-Géry
Dimanche 17 mars	HT075	Mont-Marche Tournai Challenge ACHO	6-12-20- 30	07h-16h	Serres Duroisin Rue de la Forêt 7621 Lesdain (Brunehaut)
Dimanche 17 mars	4254	Parel Van Het Pajottenland	5-8-12- 19-23-30	07h-15h	GC Baljuwhuis Kammeersweg 2 1570 Galmaarden
Dimanche 17 mars	3103	Florastappers Gent VZW Car de la Police de Mons	6-9-13- 20-24-30	07h-15h	De Vierde Zaal Driebeekstraat 2 9050 Gentbrugge
Mercredi 20 mars	3163	WSV Egmont Zottegem VZW	7-10-14- 18-21	07h-15h	Zaal Hemelrijk Hemelrijkstraat 1 9620 Zottegem
Samedi 23 mars	HT051	Les Marcheurs du Souvenir de Leuze Challenge ACHO	4-7-15- 20-25	07h-15h	Salle "L'Envol" Place 8 7911 Buissenal
Samedi 23 mars	NA030	Les 1000 Pattes de Philippeville	5-12-21- 25-30	07h-14h	Salle Jean Ponsart Rue de Florennes 85 5600 Franchimont (Philippeville)
Samedi 23 mars	4038	De Pajotten Hekelgem VZW	4-7-9-14- 18	7h½-15h	Zaal Den Broebel Gustaaf Ponchautstraat 5A 1760 Onze-Lieve-Vrouw- Lombeek
Dimanche 24 mars	HT067	Les Hurlus en Balade Challenge ACHO	6-12-18- 24-30	07h-15h	Salle Communale Place 2 7750 Amougies
Mercredi 27 mars	3105	Wandelclub Scheldestappers Zingem VZW	6-10-15- 21	07h-15h	Feestzaal De Korenbloem Kerkplein 12 9750 Zingem
Samedi 30 mars	HT010	Les Marcheurs Ransartois	4-6-12-21	6h½-15h	Salle du Vieux Campinaire Chaussée de Gilly 107 6220 Fleurus
Dimanche 31 mars	HT003	Verdigym Collines Flobecq Challenge ACHO	5-8-14- 20-30	07h-15h	Maison du Village Rue Abbé Pollart 4 7880 Flobecq

Dimanche 31 mars	NA028	Les Bergeots	5-10-15- 20	07h-15h	Complexe Sportif de Miavoye R. Sous-Lieutenant Piérard 1 5520 Miavoye
Dimanche 31 mars	2052	Tongerse Wandelvrienden VZW	4-7-9-12- 14-19-22	07h-14h½	Zaal Alliance Steenstraat 12 3770 Kanne
Lundi 1 ^{er} avril	HT009	Les Traîne-Savates Montignies S/Sambre	4-8-13-21	07h-15h	Salle du Jeu de Balle Rue Saint-Jean 6280 Cour-Sur-Heure
Mercredi 3 avril	3063	WSV De Kadees VZW	6-8-12- 16-18	08h-15h	Parochiehuis Baardegem Baardegem-Dorp 9310 Baardegem
Mercredi 3 avril	5216	Gitse Wandelclub 'Voetje Voor Voetje' VZW	5-10-15- 20	07h-15h	Zaal Driehove Gitsestraat 287 8800 Roeselare
Samedi 6 avril	HT087	Les Bottines de Gerpennes	4-8-12- 21-30- 42	06h-15h	Salle Poulseur Rue des Ecoles 6280 Acoz
Samedi 6 avril	3196	WSV Land Van Rhode VZW	6-10-14- 18-21	07h-15h	Parochiaal Centrum Sint-Martinus - Kerkstraat 2 9420 Burst
Dimanche 7 avril	5009	Wandelclub Beernem VZW	4-6-11- 15-21	7h½-15h	Zaal Sinjo Lattenkliersstraat 28 8730 Sint-Joris
Samedi 13 avril	BBW016	Les Marcheurs du Hain	5-10-16- 20	6h½-15h	Salle Communale Rue des Combattants 3 1421 Ophain-Bois-Seigneur-Isaac
Samedi 13 avril	HT092	No Borders asbl	5-10-20	08h-13h	Les Magasins "Mr Bambou" Avenue Maréchal Foch 808 7012 Jemappes
Samedi 13 avril	3441	VZW 'Op Stap Door Nukerke'	4-7-11- 15-18-22	07h-15h	Parochiaal Centrum Nukerke Nukerkeplein 7 9681 Nukerke
Dimanche 14 avril	HT000	Comité Provincial du Hainaut	5-10-20- 30	07h-15h	Salle "Les Glycines" Place 11 7904 Pipaix
Dimanche 14 avril	NA052	Les Djâles D'Anhée asbl	6-10-17- 20-26	6h½-15h	Complexe Sportif Chemin de Saint-Stamp 1 5537 Anhée

MARCHES A.D.E.P.S. 2024

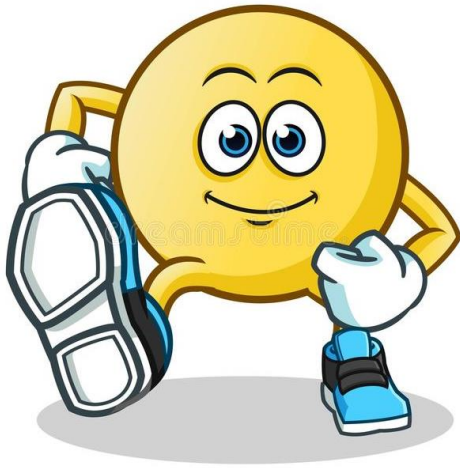
Dimanche 7 janvier	Télévie Herchies-Vacresse	5-10-15- 20	08h-16h	Salle La Vacressoise Rue Valère Letot 16 7050 Herchies-Vacresse
Dimanche 14 janvier	Tennis Club Sonégien	5-10-15- 20	08h-16h	Rue Mademoiselle Hanicq 13 7060 Soignies
Dimanche 14 janvier	Royal Cercle Horticole	5-10-15- 20	08h-16h	Salle Omnisports de Sirault Rue des Déportés 76 7332 Sirault
Dimanche 21 janvier	Pétanque siraultoise asbl	5-10-15- 20	08h-16h	Salle Le Colombier Place de Neufmaison 2 7332 Neufmaison

Dimanche 21 janvier	Ecole des sports Balade guidée Nature à 14h	5-10-15- 20	08h-16h	Foyer Rural Rue de Labliau 34 7850 Labliau
Dimanche 28 janvier	Les Amis de la Nature asbl	5-10-15- 20	08h-16h	Le Relais du Fayt Rue Sablière 12 7973 Grandglise
Dimanche 28 janvier	Les Ateliers de Saint-Alfred	5-10-15- 20	08h-16h	Chapelle du Home St-Alfred Chée de Bruxelles 184 7061 Casteau
Dimanche 4 février	Club de Marche Les Roses Noires	5-10-15- 20	08h-16h	Collège St-François d'Assises Rue de Mons 74 1480 Tubize
Dimanche 4 février	Association des Parents de l'école Communale d'Herchies	5-10-15- 20	08h-16h	Ecole Communale Rue de Baudour 4 7050 Herchies
Dimanche 11 février	Les Tortues Meslinoises	5-10-15- 20	08h-16h	Ecole communale Rue Centrale 13 7822 Meslin-L'Evêque
Dimanche 11 février	Association des Parents du Collège Saint-Stanislas de Mons	5-10-20	08h-16h	Rue des Dominicains 15 7000 Mons
Dimanche 18 février	Run Bike Team Naastois	5-10-15- 20	08h-16h	Cercle St Martin Rue du Moulin 9 7062 Naast
Dimanche 18 février	Léaucourt asbl	5-10-15- 20	08h-16h	La Maison de Léaucourt Chemin des Etangs 12A 7742 Hérimmes
Dimanche 25 février	L'Orée du Bois	5-10-15- 20	08h-16h	L'Orée du Bois Rue de l'Ecole Moyenne 1 7972 Quevaucamps
Dimanche 25 février	Danny Ji Cycling Team	5-10-15- 20	08h-16h	Ecole Communale Rue du Bois Genly 1 7050 Masnuy-St-Jean
Dimanche 3 mars	Les Amis de la Maison de Village	5-10-15- 20	08h-16h	Maison de Village Rue de la Forge 31 7904 Willaupuis
Dimanche 10 mars	Télévie Lens	5-10- 20	08h-16h	Ecole Maternelle Communale Place de la Trinité 1 7870 Lens
Dimanche 10 mars	Home La Pommeraie	5-10-20	08h-16h	La Pommeraie Rue Neuve 15 7972 Ellignies-Ste-Anne
Dimanche 17 mars	Les Gilles de Flobecq	5-10-15- 20	08h-16h	Salon du Centre Rue René Dubreucq 8 7880 Flobecq
Dimanche 17 mars	Maison d'Accueil Saint-Paul	5-10-15- 20	08h-16h	Maison d'Accueil Rue Saint-Paul 17 7000 Mons
Dimanche 17 mars	Cercle d'Animation l'Écourché	5-10-15- 20	08h-16h	Salle d'Animation L'Écourché Place 2 7904 Pipaix

Dimanche 17 mars	Football E.S.C.H.	5-10- 20	8h-16h	Chemin de Graty 7060 Horrues
Dimanche 24 mars	Les Amis des Bruyères	5-10-15- 20	08h-16h	La Grange Rue Saint-Antoine 5b 7061 Casteau
Dimanche 24 mars	Amicale des Cheminots athois	5-10-15- 20	08h-16h	Salle du Patronage Rue Lucien Raulier 35 7812 Moulbaix
Dimanche 31 mars	RFC Wiers	5-10-15- 20	8h-16h	Stade De Gourgues Rue de Gourgues 7608 Wiers
Dimanche 31 mars	Atnaise asbl	5-10-15- 20	8h-16h	Salle La Vacresseoise Rue Valère Letot 16 7050 Herchies
Lundi 1er avril	P.A.C. Ghlin	5-10- 20	8h-16h	Salle Calva Place de Ghlin 29 7011 Ghlin
Lundi 1er avril	Pas d'la Yau asbl	5-10-15- 20	8h-16h	Salle Le Harby Rue Georges Mauroy 1 7972 Quevaucamps
Dimanche 7 avril	Soroptimist Club de Soignies	5-10-15- 20	8h-16h	Rue des Déportés 3 7070 Mignault
Dimanche 7 avril	The Flying Devils de Chièvres	5-10-20	8h-16h	La Marcotte Rue de l'Eglise 12 7950 Huissignies
Dimanche 14 avril	M.D.J. La Remise	5-10-20	8h-16h	Maison des Jeunes Place Charles Lenoir 3 7911 Moustier
Dimanche 14 avril	Comité de Parents De l'Ecole Saint-Philippe	5-10-15- 20	08h-16h	Rue Rincheval 2 7950 Vaudignies

AUTRE MARCHÉ 2024

Lundi 1 ^{er} avril	Marche à bâton	6-12-20	07h-17h	Collège Notre-Dame Rue Abbé Dropsy 2 7540 Kain
--------------------------------	----------------	---------	---------	------------------------------------------------------



Depuis le confinement en 2020, un groupe de Vaillants Acrenois s'est formé pour partir marcher ensemble pendant le weekend.

Si vous n'aimez pas promener seul, vous pouvez nous accompagner. Pas d'obligation pour venir chaque semaine. Il vous suffit de nous contacter ou nous donner votre adresse mail (coordonnées voir page 2).

Si vous avez déjà donné votre adresse mail, vous avez remarqué que chaque semaine vous recevez des informations concernant les modifications dans le calendrier.

