

# Les Vaillants Acrenois

OCTOBRE - NOVEMBRE - DÉCEMBRE

LVA - HT 050

2020

Périodique trimestriel disponible en couleur sur notre site [www.vaillants-acrenois.be](http://www.vaillants-acrenois.be)

**BONJOUR LES  
VAILLANTS !!**



# COMITÉ LVA

[www.vaillants-acrenois.be](http://www.vaillants-acrenois.be)

[HT050@FFBMP.be](mailto:HT050@FFBMP.be)

**Belfius : IBAN : BE04 0682 0338 0331 BIC : GKCC BE BB**

<b>Présidente, Correspondante Club, Affiliation &amp; Promotion</b>	<b>Nadine THÉSIN Rue Haute 6 7861 Wannebecq</b>	<b>068/57 04 56 0498/20 65 11 nadine.thesin@gmail.com</b>
<b>Vice-Président d'Honneur</b>	<b>Gilbert VERCAEMST</b>	
<b>Secrétaire</b>	<b>Martine THÉSIN</b>	<b>068/33 28 93</b>
<b>Secrétaire Adjoint &amp; Assurances</b>	<b>Jacques VAN QUICKELBERGHE</b>	<b>0473/68 49 13 j.vanquickelberghe@skynet.be</b>
<b>Périodique &amp; Trésorière</b>	<b>Colette DEMEULEMEESTER</b>	
<b>Trésorier Adjoint</b>	<b>Pierre DELMÉE</b>	
<b>Vêtements &amp; Tombola</b>	<b>Francine STIÉVENART</b>	<b>068/33 38 35</b>
<b>Vérificateurs aux Comptes</b>	<b>Cindy GHISLAIN Marina SCORIER</b>	

**Nos réunions sont ouvertes à tous nos membres et se tiennent :**

**"CHEZ CHRISTIAN"**

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

**0474/95 32 15**



## Prochaines réunions

**Judi 26 novembre 2020 à 18h30**  
**Judi 17 décembre 2020 à 18h30**

**Bonjour à tous,**

**En cette longue période d'annulations, rien ne vous empêchait de bouger : d'abord autour de votre domicile, ensuite en petits groupes sur des parcours que vous établissiez ou des sentiers permanents.**

Dans les marches de fédération en Hainaut, que je vous avais renseignées dans le périodique précédent, seule la marche du 26/09 au club HT088 Les Wistitis a été organisée. Ce club a eu bien du mérite car c'était compliqué. Vous pouvez en avoir un aperçu en allant sur le site de la FFBMP, photos.

Avant de vous rendre à une marche que je vous propose dans le calendrier, veuillez vérifier sur internet ou contacter le club organisateur (ou bien sûr nous contacter). Quelques marches auront lieu mais il y a encore trop d'incertitudes et des annulations de dernière minute sont à craindre.



### **Assemblée Générale**

Il est de coutume qu'une Assemblée Générale ait lieu en fin d'année. A cette occasion, un compte rendu de l'année écoulée est exposé ainsi que les prévisions de l'année prochaine et les affiliations se font pour les membres présents.

Cette année, les circonstances nous obligent à agir autrement. Le compte rendu et les prévisions seront donnés dans le 1er périodique de 2021. L'élection pour les fonctions au sein du comité et le contrôle des comptes par les commissaires aux comptes sont reportés à fin 2021 (ces derniers ont toutefois loisir de contacter notre trésorière pour tout renseignement qu'ils souhaitent).

### **Affiliations**

Exceptionnellement, **les affiliations 2021** (pour les membres en ordre de cotisation fin septembre 2020) **seront reconduites gratuitement**. Notre club prend cette initiative pour compenser en partie les désagréments causés par la pandémie et le peu de marches qui ont été organisées par les clubs de notre fédération.

**Il vous suffira de me contacter par téléphone ou par mail pour informations ou nouvelles affiliations.**

Je ne connais pas encore les mesures compensatoires que la fédération va prendre pour les cartes 2021 ni à quel moment elles seront disponibles. Nous vous les ferons parvenir dès que nous en prendrons possession.

### **Carnet de points**

Pour les membres désireux de me rencontrer, pour mettre en ordre le carnet de points (dont exceptionnellement **les points acquis en 2019 resteront valables jusque fin 2021**) ou pour toute autre raison, nous conviendrons d'un endroit et d'un jour. N'oubliez pas que vous pouvez rencontrer le comité lors de nos réunions mensuelles.

### **Adresse mail**

Nous avons réalisé qu'être en contact uniquement via le périodique était insuffisant en cette période. Il serait bon que les membres disposant d'une adresse mail me la fassent connaître (mail : **nadine.thesin@gmail.com**) afin que le comité leur donne des renseignements de dernière minute. Le but n'est pas de vous inonder de mails ni de communiquer cette information à des tiers, mais d'échanger des informations. Pensez-y en donnant vos coordonnées au moment de votre **nouvelle** inscription au club.

### **La pub des commerçants**

Je voudrais également signaler aux commerçants qui nous soutiennent que leur publicité sera prolongée d'un trimestre étant donné la non-parution d'un périodique pour cause de confinement.

**A bientôt. Espérons que nous nous rencontrerons plus l'année prochaine.**

**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



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

même maison - 2 adresses

068/33 26 30

80, rue de l'Hôtellerie  
7860 Lessines

37, rue du Pont  
7864 Deux-Acres



## Librairie des Camomilles

chez Eric et Sophie  
Presse - Point Poste - Loterie - Tabac  
Grand'Rue d'Acres 31  
7864 Deux-Acres  
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

## Lessines Décor

Chaussée G. Richet, 14  
7860 Lessines  
068/33 74 35  
du lundi au vendredi  
de 8h30 à 18h00  
samedi de 9h00 à 18h00



*Une équipe souriante  
toujours à votre service*

## Bossiroy

Boulangerie – Pâtisserie  
rue Culant 1 – 7864 Deux-Acres  
068/33 25 61  
fermé lundi - mardi



La devise de la maison :  
toujours du frais et de la  
qualité

## Anniversaires

OCTOBRE		
1	MIREILLE	BAILLY
3	LUC	MONSIEUX
3	ANNE	RICHET
4	DANIELLE	CORMIER
12	BRUNO	CALENDE
15	COLETTE	DELCOURT
18	GUY	SPITAELS
19	JEANNINE	GUIGNIES
22	GÉRARD	LANCELLE

NOVEMBRE		
13	NADINE	THESIN
17	DANIEL	MESTRE
20	CHRISTIANE	MESTRE
22	LUCY	VAN MELLO
24	ALLISON	DEPREZ
25	LILAS	BOUTERCHA
26	JOSETTE	BOURDAIS
29	JOSEPH	BUSSENS

**Nombre de membres : 108**



DÉCEMBRE		
2	SYLVÈRE	MESTDAGH
4	MARTINE	VANDERPYPEN
4	DENISE	HIBO
5	DORIAN	VAN MELLO
9	MARCEL	DAUMERIE
15	SYLVAIN	PEVENAGE
18	LÉON	THAUVOYE (pensée émue)
23	VÉRONIQUE	HOYOIS
28	YVETTE	GEEROMS

## Décès

### Léon Thauvoye nous a quittés

(° Wasmes 18.12.1943 - † Colfontaine 07.09.2020)

Léon Thauvoye, que nous connaissions tous comme un de nos bénévoles depuis de nombreuses années, nous a quittés. Il avait 76 ans.

Lors de nos marches, il était présent dans la salle de départ pour débarrasser les tables et aussi pour vendre des lots de notre tombola.

Merci Léon pour toutes ses années.



**PAR SYMPATHIE**

*Laetitia, Maité & Pierre*

**BCC ACC SCSPRL**

**Bureau Comptable & Fiscal**

43, Avenue Albert 1<sup>er</sup>

1420 Braine L'Alleud

**02/384 32 63**



**0474/95 32 15**

**Fermé le mercredi**

**Vêtements aux couleurs LVA,  
contactez Francine Stiévenart - Tél 068/33 38 35**

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



Bodywarmer mixte



T-Shirt bicolore



Débardeur bicolore



Débardeur blanc



Polo bicolore



Survêtement complet



Cuisines équipées - Placards - Salles de Bains

**50**  
**ans**

**ALNO**<sup>®</sup>



**DM-Line**

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



## 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, pommes de terre ...

**Notre spécialité : gâteaux glacés toutes occasions**

Magasin ouvert 6 jours sur 7

**fermé le lundi**

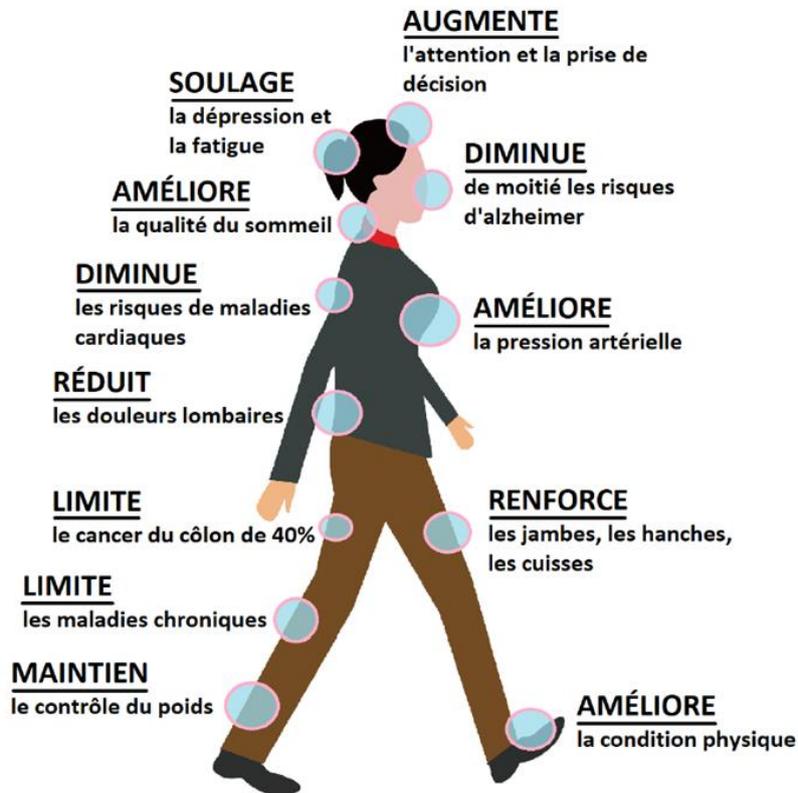
mardi - mercredi 13h30 - 19h

jeudi - vendredi - samedi 10h - 19h

dimanche & jours fériés 10h - 12h

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

## LES BÉNÉFICES DE LA MARCHÉ seulement 30 minutes de marche par jour ...



## COMMENT LA MARCHÉ AFFECTE LE CORPS

**3 minutes**  
Diminue la pression artérielle

**5-10 minutes**  
Encourage la créativité

**30 minutes après avoir mangé**  
Aide à perdre du poids  
(en fonction de la rapidité de la marche)

**90 minutes dehors**  
Réduit la quantité de pensées dépressives



**5 minutes dehors**  
Améliore l'humeur

**15 minutes après avoir mangé**  
Diminue le taux de sucre dans le sang

**40 minutes**  
Réduit les risques de développer une maladie cardiaque coronarienne chez les personnes âgées

# DRINKS SOETENS

BIÈRES - LIMONADES - VINS - LIQUEURS

Ouvert du mardi au vendredi  
de 9h. à 12h30 et de 13h30 à 18h30

Le samedi de 9h. à 18h

Dimanche de 9h. à 12h.

Fermé le lundi et jours fériés



Tél. : 068 44 80 57



Rue Lieutenant Cotton, 39 A - 7880 Flobecq



Café de la Mairie  
Place 4 7890 Ellezelles  
BE0 840.637.929  
[ginocasieres@skynet.be](mailto:ginocasieres@skynet.be)

mardi : fermé

lundi - mercredi - jeudi - dimanche : 09h - 21h

vendredi - samedi : 09h - .....

## FFBMP - Conseil d'Administration 2020-2021

Présidente Fédérale ff, Trésorier Fédéral, Bureau, 1 <sup>er</sup> Vice-Président, AISF, Patrimoine, Relation Fédération Wallonie Bruxelles, Relations Nationales et Internationales, Coordinateur Assemblée Générale	<b>Jacqueline LAMBRETTE</b>
Secrétaire Fédéral, Bureau, Règlements, Webmaster, Conseil de Discipline (Procureur)	<b>Daniel BAUDELE</b>
Bureau, Affiliations, Archives, Assurances, Bulletin, Calendrier, Compte clubs, Trésorier, adjoint, Conseil d'Appel (Procureur)	<b>Guy SVERZUT-FONTAINE</b>
2 <sup>e</sup> Vice-Président, Matériel, Passeport Jeunesse, Permanences, Responsable Stand	<b>Marie-Anne GRIMAZ</b>
Commission Féminine	<b>Gabrielle MOERENHOUT</b>
Promotion, Publicité, Règlements (secrétaire de commission), Conseil d'Appel (Juge)	<b>Christian MEUNIER</b>
Prospectus, Responsable cartes IVV, Responsable contacts DNF	<b>Jean-Pierre MAZUY</b>
Conseil de Discipline (Secrétaire), Conseil d'Appel (Secrétaire)	<b>Eric RAMAKERS</b>

## FFBMP - HT 000 - Comité Provincial du Hainaut - 2020-2021

Président, Règlements, Affiliations adjoint, Assurances adjoint, Responsable scanning	<b>Jean-Pierre PETRE</b>
1 <sup>er</sup> Vice-Président, Matériel, Prospectus (agrégation), Responsable scanning	<b>Alain DERAYMAKER</b>
2 <sup>e</sup> Vice-Président, Permanences, Calendrier adjoint, Matériel adjoint, Représentant au CA	<b>Eric RAMAKERS</b>
Secrétaire, Promotion, Règlements	<b>Claudine CLOOSTERIN</b>
Trésorier, Bulletin adjoint, Commission Féminine (suppléante)	<b>Sabine FIEVET</b>
Affiliations	<b>Paul-Emile COLLETTE</b>
Assurances, Trésorier adjoint, Conseil de Discipline (juge)	<b>Jean-Bernard ROMBAUX</b>
Calendrier, Commission Féminine (effective), Secrétaire adjoint	<b>Jeannine LARCIN</b>
Bulletin	<b>Patrick JOLY</b>
Permanences adjoint	<b>Christian DEDEYGERE</b>



Frasnes-lez-Anvaing  
Leuze-en-Hainaut  
Lessines  
Bld Emile Schevenels 4B  
7860 Lessines

tél 069/55 27 78

BE 0546.538.481



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



*François et Anne-Gaëlle*

BOULANGERIE  
PÂTISSERIE



Rue des Combattants 69  
7866 Ollignies  
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](mailto:f.counasse@portima.be)

[www.assurancescounasse.be](http://www.assurancescounasse.be)

CBFA 0858.073.579

## Apprendre à vivre avec les araignées



**Ces derniers temps, les araignées sont plus nombreuses dans les maisons. Si l'envie de les tuer vous prend, retenez-vous : celles-ci ont un rôle essentiel.**

Vous l'avez peut-être remarqué : les araignées sont plus nombreuses ces derniers temps dans nos maisons. Normal : elles cherchent un abri contre le froid. « Il y a deux moments où on voit davantage les araignées chaque année : en automne lorsqu'elles cherchent un refuge pour l'hiver et au printemps lorsqu'elles en sortent », explique Anne Weiserbs, biologiste chez Natagora. Ces petites bestioles à huit pattes de la famille des arachnides (et non des insectes qui, eux, ont six pattes), sont donc plus visibles parce qu'elles sont en plein déménagement.

### Inoffensives

Mais les araignées ne vous veulent aucun mal. « Les araignées sont complètement inoffensives, rappelle la spécialiste. Il faut aller jusqu'au sud de la France pour rencontrer deux espèces qui pourraient poser problème pour l'être humain. Mais en Belgique, on est très bien loti, il ne faut vraiment pas s'inquiéter. »

Vous avez pourtant l'impression de vous être fait mordre ? « Il y a beaucoup d'erreurs judiciaires par rapport à l'araignée. Bon nombre de gens disent avoir été mordus par elle, parce qu'une piqûre a un peu plus réagi. Mais les araignées n'ont aucune raison de nous mordre, elles ne nous voient pas comme quelque chose de comestible, au contraire. »

D'ailleurs, chez beaucoup d'espèces, les chélicères – soit les petits crochets – n'ont tout simplement pas la force de traverser la peau d'un humain. « En principe, l'araignée s'attaque à des plus petites bêtes qu'elle, pour leur injecter son venin et les liquéfier. Chez nous, aucune chance ! »

Dans le doute, sachez que sa morsure se caractérise par deux petits trous. Bien souvent, la morsure est donc plutôt l'œuvre d'un moustique. Si une araignée vous a mordu, c'est qu'elle se sentait menacée ou dérangée.

### Des bestioles bien utiles

« On a besoin des araignées, mais c'est vrai qu'il y a quelque chose d'archaïque dans notre inconscient qui allume un signal de danger, sourit la biologiste. Il faut essayer de surmonter ses peurs et de ne pas les tuer. »

Plus simple à dire qu'à faire ? Pour éviter qu'elle ne s'installe chez vous, il n'y a pas dix mille solutions : il faut nettoyer. « Si on détruit à chaque fois sa toile, elle ne va pas rester. » L'idéal est de lui laisser un espace qui ne vous ennuiera pas trop. Un petit coin de buanderie peu utilisé ou les caves, par exemple. Elle vivra sa vie, vous la vôtre. Alliée de taille, elle vous débarrassera d'autres insectes plus embêtants comme les moustiques.

Et la biologiste de rappeler : « Aujourd'hui, chaque petit geste compte pour sauver la nature. La situation n'est pas réjouissante. On ne peut plus dire : je n'aime pas donc je tue. Non. Le moment est grave. Tuer une araignée n'est pas anodin. »





# Coiffure Magda

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



# Belfius

## 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 Scm  
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



### La sortir sans la toucher

On est d'accord, si on est arachnophobe, c'est encore une autre histoire. Mais pour se débarrasser d'une araignée sans la tuer, voici une astuce toute simple.

« Il faut prendre une grande enveloppe ou un sac en papier et la faire tomber dedans. De cette manière, on ne la touche pas et on n'a plus qu'à la faire sortir, conseille la biologiste. Il faut trouver son outillage personnel pour l'avoir sous la main. Certains utilisent un verre, moi je préfère l'enveloppe. »

Pour le moment, avec le climat doux, l'araignée trouvera un plan B. En revanche, en hiver, mettre une araignée dehors, c'est tout simplement la condamner.



### Un Roméo perdu dans le bain

Tomber nez à nez sur une araignée alors qu'on s'apprête à prendre un bain n'a rien de réjouissant. Mais avant de lui assener le coup de grâce avec la douchette, prenez pitié. Celle-ci cherche juste l'amour.

« Souvent, ces araignées sont des mâles à la recherche de femelles. L'araignée est donc bien souvent tombée dans la baignoire car elle cherchait sa belle. » Ayez un peu d'indulgence et prenez une enveloppe pour l'évacuer.

Source : *Caroline BEAUVOIS - L'Avenir*

**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 - 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**

**spri  
Raymond Couvreur  
Gérant**



**Chaussée de Renaix 320 B  
7862 Ogy  
068/44 92 92**

**couvreur.fabienne@skynet.be**



*Garage Gosselin S.A.*

*7860 Lessines*

*068/33 27 21*

**Chaussée G. Richet 227 b**

**7860 Lessines**

**068/33 27 21**

**L'ALIBI - Chez Annie - 7880 Flobecq**

**Rue René Dubreucq 11**

ouvert tous les jours de 10h à 20h

vendredi & samedi de 10h à .....

fermé le mardi



## 5 astuces pour garder le moral en automne



**La transition vers les journées d'automne plus courtes et plus froides peut être un défi pour certains d'entre nous. Pour vous aider à affronter la nouvelle saison, voici cinq conseils de bien-être qui vous permettront d'éviter au mieux les baisses d'énergie et de booster votre corps.**

### **Renforcez votre système immunitaire**

Pour entretenir son immunité à l'approche de l'hiver, vous pouvez commencer par boire davantage d'eau. Optez pour de l'eau tiède citronnée mais aussi des tisanes qui vont réchauffer le corps. **Quand les températures sont basses, nos besoins en eau augmentent.** Une bonne hydratation permet ainsi de compenser nos pertes énergétiques. Hydratez également votre peau qui peut être asséchée par les températures plus froides.

Envisagez de prendre de la vitamine D. La majeure partie de notre vitamine D provient du soleil. Par conséquent, notre consommation diminue lorsque le temps est froid. **En novembre, c'est le moment de prendre des compléments de vitamine D** car le corps ne peut plus synthétiser la vitamine naturellement. Si vous constatez que vous ne sortez pas beaucoup, un complément en vitamine D peut renforcer votre humeur et votre système immunitaire.

### **Restez en mouvement**

Afin de renforcer un système immunitaire faible, pratiquez une activité physique. Même si la grisaille fait son apparition, **n'arrêtez pas votre séance de running ou remplacez-la par une séance de gym en intérieur.** Les sports aquatiques permettent aussi de renforcer l'organisme.

De plus, profitez de l'air frais. **C'est l'occasion de faire de belles balades dans la forêt en famille.** Une heure de marche par jour est l'idéal en cette saison pour s'oxygéner.

### **Pratiquez la respiration abdominale**

**Pour évacuer les déchets qui encombrant le corps, il est essentiel de pratiquer la respiration abdominale.** Nous sommes nombreux à respirer avec le thorax de façon courte et irrégulière. Pourtant, cela ne permet pas d'insuffler suffisamment d'oxygène dans les poumons.

**La respiration abdominale permet d'insuffler une plus grande quantité d'oxygène dans nos poumons.** Cette respiration profonde permet également de se détendre. Lors de l'inspiration, le diaphragme descend et le ventre se gonfle. Les poumons vont se remplir pleinement en commençant par le bas. À l'expiration, les poumons se vident complètement.

### **Dormez plus longtemps**

À mesure que la lumière du jour devient plus courte et que l'obscurité des mois d'automne et d'hiver semble s'éterniser, vous remarquerez peut-être que vos habitudes de sommeil changent. **La diminution de la lumière du jour en automne et en hiver influence le cycle veille-sommeil du corps.**

L'automne et l'hiver sont des saisons durant lesquelles la nature ralentit. Tout comme elle, notre corps a besoin de se mettre en pause. **Commencez par dormir plus longtemps et à vous coucher plus tôt.** Prenez également davantage de temps pour vous reposer.

### **Mangez des aliments nutritifs**

**Dès qu'il fait plus froid, optez pour des plats chauds et variez les légumes.** Choisissez des fruits et légumes de saison tels que les carottes, le céleri, la citrouille, le chou, le poireau mais aussi les poires, les pommes et les clémentines.

Une alimentation variée et équilibrée vous permettra de **faire le plein de vitamines afin d'affronter la saison et d'éviter les coups de fatigue.** N'oubliez pas le petit-déjeuner qui permet de débiter la journée du bon pied.

*Stéphanie Haerts - Source : [passeportsanté.net](http://passeportsanté.net)*



# Diminu'Tifs

Salon de coiffure mixte  
Coloration végétale / produits naturels

## OUVERTURE:

Mercredi de 9 à 18H (variable)  
Du jeudi au samedi : 9H à 18H

068/30.21.67  
0498/806 746

Grand Place 7  
7860 Lessines

[WWW.COIFFEUR-BIO-GRAMMONT.BE](http://WWW.COIFFEUR-BIO-GRAMMONT.BE)

Keukens & Meubelen / Cuisines & Meubles

# Merlin



## Openingsuren / Heures d'ouverture

maa - zat / lun - sam : 09.00 - 12.30 - 13.30 - 18.00  
zon - dim : 14.00 - 18.00  
woe - mer : gesloten / fermée

Tel: 068/33.44.75 - [info@merlin.be](mailto:info@merlin.be)

Ch. De Grammont 60 - Lessines BE439.333.784

## ZONING OUEST 5 7860 LESSINES

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

## Soupe aux champignons



Hmmm... Du velours pour le gosier, de la douceur pour les papilles, du bonheur pour le ventre, cette soupe aux champignons est tout simplement divine ! Des champignons de Paris savoureux et généreux, des oignons, de l'ail, du persil, de la crème, du bouillon... Rien que des bonnes choses dedans, pour le régal des petits et des grands. Et seulement 10 minutes de préparation ! Il serait quand même bien dommage de vous en priver, non ? Alors testez vite cette super recette, vous serez comblés !

**Ingrédients pour 4 personnes :**

500 g de champignons de Paris - 2 oignons - 2 gousses d'ail écrasées - 20 g de persil haché - 560 ml de lait - 375 ml de bouillon de bœuf - 1 c. à soupe de crème fraîche - 60 g de beurre - 30 g de farine - 1/2 c. à café de paprika - sel, poivre du moulin

### Préparation 10 min - Cuisson 25 min

1. Dans une grande casserole, faites fondre le beurre puis ajoutez les oignons émincés et l'ail écrasé et faites revenir le tout 3 min à feu moyen. Ajoutez ensuite les champignons lavés et coupés finement et faites cuire 5 min sans cesser de remuer. Ajoutez la farine et laissez cuire encore 1 min en mélangeant.
2. Ajoutez ensuite le lait et le bouillon de bœuf et mélangez bien. Portez à ébullition, réduisez le feu et laissez mijoter 15 min sans couvrir, jusqu'à ce que la préparation se réduise et s'épaississe et que les champignons soient tendres. Incorporez le persil et servez la soupe garnie d'une cuillerée de crème fraîche. Salez, poivrez et ajoutez une pincée de paprika.
3. Servez chaud, avec du bon pain frais, ou des tartines grillées.

### Astuces

Si vous préférez la soupe sans aucun morceau de légumes, passez-la au mixeur et vous pourrez déguster un délicieux velouté de champignons, doux et gourmand.



Tel: 068 / 33.37.17



**Resto la Butte**

Lundi-Mardi-Jeudi-Dimanche : 12h-14h  
Vendredi - Samedi : 12h-14h & 18h30-21h30      **Mercredi Fermé**

---

info@labutte.net      Chemin du Mouplon 45  
7860 Lessines



# Librairie Carine Sprl

[www.librairiecarine.be](http://www.librairiecarine.be)

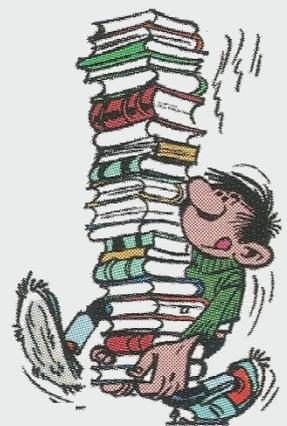
**AGENT  Ladbrokes**

**PARIS SPORTIFS (PMU, FOOT, ...)**

**RUE RENÉ DUBREUCQ 1**  
**7880 FLOBECQ**

**TEL: 068.44.86.33    FAX: 068.300.212**  
**INFO@LIBRAIRIECARINE.BE**

Lotto - magazines - journaux - B.D. -  
agent d'imprimerie



### La voiture électrique : une invention belge !

#### Le bolide électrique de Camille Jenatzy

La voiture électrique est loin d'être une innovation ou une utopie du XXI<sup>e</sup> siècle. En 1900, sur 4 192 véhicules automobiles fabriqués aux États-Unis, près d'un tiers de ceux-ci circulaient déjà à l'électricité. Et en 1899, sur une route des Yvelines, la barre des 100 km/heure fut franchie pour la toute première fois par une voiture de ce type, la « Jamais contente ». Une invention du Belge Camille Jenatzy.

S'il est né à Schaerbeek le 4 novembre 1868, ses racines ancestrales sont polonaises. Ses parents ont quitté les bords de la Vistule pour s'installer dans la très riche Belgique afin d'y exploiter une fabrique d'objets en caoutchouc. Grâce à l'essor de l'automobile, ils vont d'ailleurs rapidement faire fortune dans la production d'un produit tout neuf, le pneu. Camille Jenatzy est bricoleur. Très jeune, il imagine déjà de nouveaux types de bicyclettes. Tout naturellement, il entame des études d'ingénieur, se spécialisant toutefois dans l'électricité, autre innovation du moment. La traction électrique des automobiles l'intéresse au plus haut point. Diplôme en main, il se rend à Paris pour rejoindre la Compagnie Internationale des Transports Automobiles de Paris. Il participe ainsi à la fabrication de ce que l'on appelle, à l'époque, les fiacres électriques. Le marché est porteur. Il fait déjà fureur aux États-Unis où, en 1900, près d'un tiers de la production automobile fonctionne à l'électricité.

Mais Camille Jenatzy ressent un énorme besoin de reconnaissance. Il crée donc sa propre usine, la Compagnie Générale Belge des Transports Automobiles Jenatzy, et se lance avec enthousiasme dans la fabrication de fiacres et de camionnettes électriques. Son concurrent immédiat est un certain Charles Jeantaud, un carrossier parisien qui assure sa publicité en tentant de battre tous les records de vitesse possibles. Il a pour pilote le comte Gaston de Chasseloup-Laubat qui se targue d'avoir réalisé, avec la « Duc » de Jeantaud, le kilomètre le plus rapide de tous les temps : un kilomètre en 57 secondes, soit une vitesse moyenne de 63,158 km/heure.

Camille Jenatzy aime les défis. Avec l'aide du carrossier Rothschild, qui n'a rien à voir avec le banquier homonyme, il se met à construire un prototype en forme d'obus particulièrement aérodynamique. Pour ce faire, il utilise du partinium, un alliage d'aluminium, de tungstène et de magnésium laminé. Au volant de la « Jamais contente », dont le nom s'inspire du caractère de son épouse, il va, dès le premier essai officiel, battre le record de son rival, établi à 66,66 km/heure. Quatre mois durant, les deux hommes alterneront les records. Jenatzy franchit pour la première fois, le 29 avril 1899, sur une route d'Achères, dans les Yvelines, la barre symbolique des 100 km/heure. De quoi décourager définitivement l'adversaire. Il faudra d'ailleurs plus de trois ans avant de voir ses spectaculaires 105,88 km/heure battus par la voiture... à vapeur de Léon Serpolet.

Auréolé par son record, Camille Jenatzy devient une légende vivante, tous les médias de l'époque lui consacrent leur une. Sa fougue et sa chevelure rousse lui valent le surnom de « Diable rouge ». Il entreprend même une carrière de pilote d'essai, testant les véhicules Mercédès et remportant, sous ces couleurs, la prestigieuse coupe Gordon Bennett organisée, en 1903, en Irlande. L'année suivante, il clôtura en deuxième position l'épreuve organisée dans les Ardennes allemandes. Et en 1909 à Ostende, il atteint, encore au volant d'une Mercédès, la vitesse inimaginable pour l'époque de 200 km/heure. Jenatzy reprend aussi l'entreprise familiale de





**DIANE & DENIS DEHAENE**



**Heures d'ouverture**

lundi, mercredi, vendredi  
09h-12h30/15h-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

# Excellent

1 service  
2 adresses

**Zerrac System - Electro Service**  
[www.excellent.be](http://www.excellent.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](mailto:zerrac.system@skynet.be) - [www.zerracsystem.be](http://www.zerracsystem.be)

## Le Parrain Maestricht - 068/44 88 49



**Rue des Combattants 69**  
**7866 Ollignies**  
**068/34 08 88**

*Tradition  
familiale*



**La Bière  
couronnée**

# CAFE BAVIK PUB

**Place 41 FLOBECQ**  
**Tél.068 44 86 50**

**Chaussures  
Maroquinerie  
Bijoux  
de fantaisie**



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

## Boucherie "Saint Antoine"

*"Le Roi du Boudin"*

**Boucherie • Charcuterie • Traiteur • Rôtisserie**



# Yves VERSET et Astrid

Membres du Grand Ordre  
des Bouchers Belges

**Place 19 - 7880 Flobecq • Tél. 068/44.88.37**

**fermé le lundi**

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

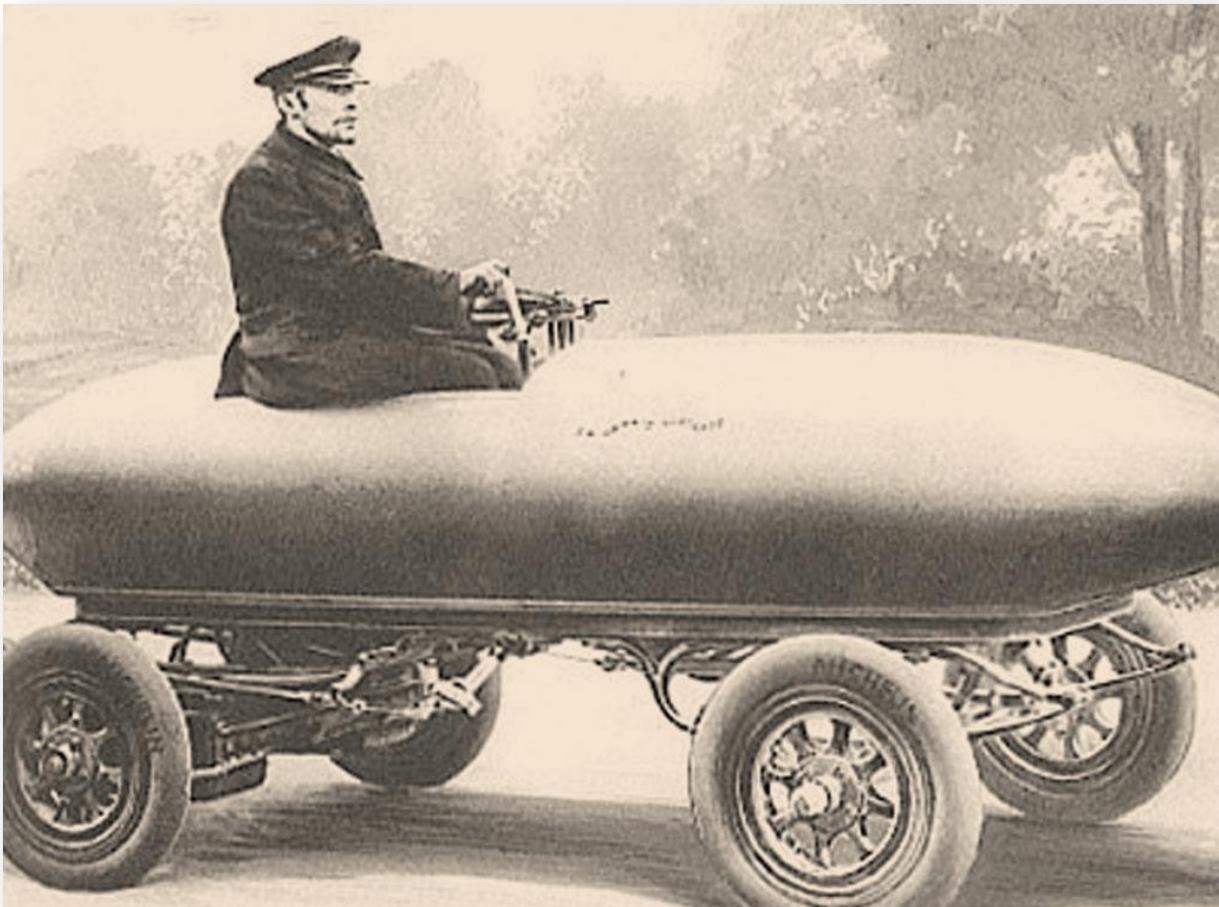




caoutchouc, où il produit les pneus nécessaires à tous ses records et profite, bien évidemment, du développement de l'automobile pour conclure de belles affaires. Pas moins de 1.000 ouvriers travaillaient à ses côtés.

L'homme aurait pu, longtemps encore, marquer l'Histoire de l'automobile s'il n'avait trouvé la mort inopinément, dans son domaine de chasse d'Habay-la-Neuve, dans l'Ardenne belge, victime d'un coup de feu tiré par mégarde par un de ses amis. Il avait à peine 45 ans.

Sa « Jamais contente », elle, lui a survécu. Elle est exhibée au Musée de la voiture de Compiègne. De jeunes ingénieurs en ont même réalisé une réplique exacte en 1993. Sans battre, toutefois, de nouveaux records !



**Source : Curieuses Histoires de Belgique ([curieuseshistoires-belgique.be](http://curieuseshistoires-belgique.be))**

**Profil**  
coiffure mixte

Coiffure  
mixte

Rue du Pont de Pierre 6  
7860 LESSINES

**068 33 81 71**

Ouvert du Lundi au Samedi  
sur rendez-vous



## Boulangerie Debaisieux

Pain cuit au bois

Chaussée de  
Renaix 333  
7862 Ogy

**068/44 70 92**

fermé le mercredi



Fleurs et Décorations

Rue Remincourt, 53  
7864 DEUX-ACREN  
Tél. 068 34 04 83

### Heures d'ouverture

Jeudi 10h00 - 18h00  
Vendredi 9h30 - 18h30  
Samedi 9h00 - 18h30  
Dimanche 9h30 - 12h30



PEDICURE MEDICALE  
*Laetitia Boudrez*  
SUR RENDEZ-VOUS A DOMICILE  
**0474 . 21 85 97**

*Flobecq*

SPRL  
POTTIER

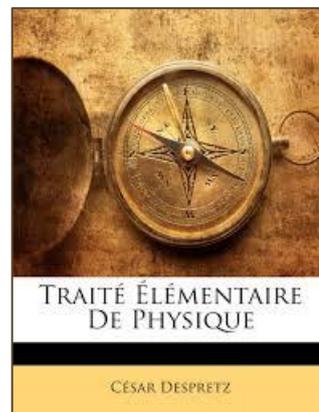
0473 21 41 97

## 1. Une rue porte son nom : Rue César Despretz



Appelée auparavant "Rue des Fèves" et rue César Despretz par délibération du conseil communal des 09 mars et 28 avril 1888.

### Le gaz moutarde de César Despretz



Un enfant de Lessines a donné naissance, en 1822, à l'une des pires inventions chimiques : le gaz moutarde. Mais César Despretz est également l'inventeur du premier four électrique.

Plus grand monde ne connaît, à Lessines, la genèse de César-Mansuète Despretz. Certes, une rue de la cité des Pénitents porte encore son nom. Mais on n'y trouve ni statue, ni plaque commémorative apposée sur la maison où il naquit le 4 mai 1791. Pourtant, il est l'un des plus grands chimistes et physiciens du XIXe siècle.

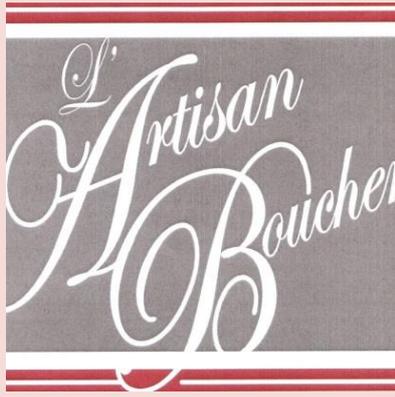
Il est vrai qu'il ne vécut pas très longtemps en Hainaut. On retrouve sa trace au lycée de Bruges et à Paris où il est venu se former aux sciences chimiques et physiques. Il y est repéré, écrit Gustave Vapereau, pour son intelligence très vive, une extrême mémoire, mais aussi une maladresse manuelle qui devint proverbiale parmi ses compagnons d'études. Il va néanmoins devenir, dès 1818, le répétiteur de chimie de Louis-Joseph Gay-Lussac qui professe à l'école royale polytechnique.

Sous l'influence de ce grand scientifique, César Despretz va entamer des recherches dans le domaine de la thermodynamique, notamment sur la chaleur latente et l'élasticité des vapeurs. Il va aussi publier des études sur la chaleur animale, la conductibilité calorifique des métaux, la compression des liquides et des gaz, la cristallisation du charbon. Ses traités de physique et de chimie sont réputés.

Il va pourtant entrer dans l'Histoire pour tout autre chose : la découverte, tout à fait par hasard, en 1822, du sulfure d'éthyle dichloré, mieux connu sous le nom de gaz moutarde. Il n'aura heureusement jamais connu l'usage qu'on en fit un siècle plus tard. Les Allemands utilisèrent en effet le gaz moutarde, pour la toute première fois dans la nuit du 12 au 13 juillet 1917, pour mettre à mal la résistance belge dans les tranchées de l'Yser. Par la suite, le gaz moutarde fut appelé l'Ypérite, en souvenir d'Ypres, la région où il causa tant de drames.

Mais l'œuvre de César Despretz ne se limite pas à cette funeste découverte. Professeur à l'école polytechnique, professeur à la Faculté des sciences de Paris, il va remplir ses auditoires par des cours très dynamiques, illustrés de nombreuses expériences de physique, utilisant les grands moyens. Ses anciens élèves n'ont cessé d'évoquer, dans leurs mémoires, l'usage de piles ou de diapasons géants pour mieux leur faire comprendre leur fonctionnement.





## **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

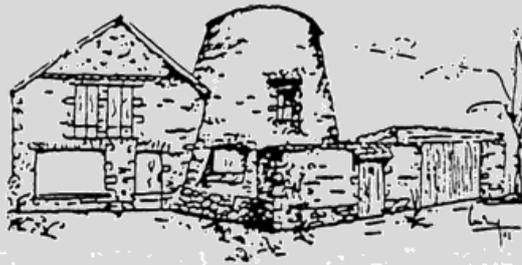
et le dimanche de 09h à 12h30.

**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



## **Le Vieux Moulin**

Restaurant - Taverne - Salle de fêtes

Rue Bonne Nuit 15

7864 Deux-Acren

tél. : 0471/48 51 90

e-mail : levieuxmoulindacren@gmail.com



Naturalisé français en 1838, très apprécié de ses collègues, il deviendra même le président de la très sérieuse et tout aussi prestigieuse Académie des Sciences.

Sexagénaire, il va aussi s'intéresser aux arcs électriques. C'est d'ailleurs lui qui inventera le premier four électrique avec lequel il réalisera une autre grande première : la fusion de corps réfractaires par action combinée du soleil, de l'électricité et du chalumeau.

Touche à tout, il va enfin être le premier à se pencher sur la transformation du carbone en diamant, usant pour ce faire de la décharge de la bobine de Ruhmkorff.

César-Mansuète Despretz va mourir, à l'image de sa vie, discrètement, le 15 mars 1863. Sans jamais avoir revu sa cité natale. Il repose à Paris au Père Lachaise. Sa tombe se trouve à côté de celle de Gay Lussac.

*Sources : Curieuses Histoires de Belgique (curieuseshistoires-belgique.be)  
Histoire de Rues (Bibliothèque Louis Scutenaire, Lessines)*

---

## 2. Une rue porte son nom : Victor Lampe

Chaussée Victor Lampe, cette rue qu'on appelait aussi autrefois «La grand-route de Lessines ou de Ghislenghien» nommée aussi «Verte Louche» ou «Chemin Vert».

C'est par décision du conseil du 28 septembre 1978 qu'on lui attribue son nom actuel.

### Qui était Victor Lampe ?

Né à Ollignies le 21 mars 1874, ouvrier à la carrière Cosyns, il résida longtemps à la Maison du Peuple d'Ollignies. Il fut à la base de la fondation de plusieurs réalisations locales telle que la société de musique «l'Emancipation», la Société Coopérative et la mutuelle «l'Avenir».

Echevin des travaux publics, il remplissait ses fonctions avec dévouement.

*Source : Histoire de Rues (Bibliothèque Louis Scutenaire, Lessines)*

# 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

## Boulangerie - Pâtisserie



# CLAUDE LEURART

Rue de la Halle 8  
7860 Lessines  
068/33 53 10

## Coiffure Catherine

Possibilité de  
coiffure à domicile

Uniquement sur  
rendez-vous

Rue de la Loge 3  
7866 Bois-de-  
Lessines

068/33 88 49



## RESTONS BELLES

PIENS Véronique

Remplacement capillaire  
& accessoires

*Votre sourire,  
sa meilleure  
récompense!*

Agréée par les mutuelles

Uniquement sur rendez-vous 0497/35 66 14  
Chemin de la Justice 18 - 7800 Ath

 Restons belles - Perruques Médicales  
[www.ath.lecheveu.be](http://www.ath.lecheveu.be)

# . FLOBECQ .

# CAFE Royal

PLACE, 39

## Horaires

Lundi : Fermé

Mardi : 9 h à 21 h

Mercredi

Jeudi } 10 h à 21 h

Vendredi

Samedi } 10 h à ???

Dimanche: 10h à 21 h

## Connaissez-vous le savon d'Alep ?

**Originaire d'Alep en Syrie, ce savon composé d'huile d'olive et de baies de Laurier existe depuis plus de 3500 ans. C'est donc le plus ancien savon du monde, et sa recette reste inchangée.**

**En raison de la guerre en Syrie, l'approvisionnement de ce savon est de plus en plus compliqué, et les contrefaçons fleurissent parfois çà et là. Il est donc essentiel d'apprendre à reconnaître un vrai savon d'Alep.**



### Les propriétés du savon d'Alep

Sa composition est des plus simple : huile d'olive, huile de baie de laurier, eau, et soude naturelle. Une composition unique qui confère au savon de nombreuses vertus.

En effet, **il nettoie la peau sans l'agresser, l'hydrate et la protège**. En clair, c'est un savon doux qui convient à tous les types de peaux, même les plus fragiles. Il est particulièrement adapté aux peaux sèches, ou en cas d'acné, d'eczéma ou de psoriasis.

**Ce savon est également un désinfectant**, ce qui en fait aussi un excellent savon à barbe ! Pour l'adapter au mieux à vos besoins, regardez le taux d'huile de baies de laurier qu'il contient.

- Entre 5 et 15% : le savon convient aux peaux sèches ou sujettes à l'eczéma.
- De 15 et 25% : il est idéal pour les peaux mixtes.
- Entre 25 et 40% : il s'adresse aux peaux grasses et/ou à problèmes.

On le sait peut-être moins, mais le savon d'Alep **s'utilise aussi pour le soin des cheveux**. Grâce à sa teneur en huile de baies de laurier (recommandée pour traiter certaines affections de la peau), il aide à combattre les pellicules. Si vous l'utilisez pour cela, inutile de faire plus de deux shampoings par semaine. Par contre, afin de bien éliminer les résidus de savon pratiquez le rinçage au vinaigre.

**Rinçage au vinaigre** : *Dans un grand verre d'eau, ajoutez une cuillère à soupe de vinaigre de cidre, et utilisez en dernière eau de rinçage. Cheveux doux et brillants garantis ! Et rassurez-vous, l'odeur de vinaigre disparaît au séchage. Et si l'odeur de vinaigre vous dérange vraiment trop, vous pouvez remplacer par du jus de citron.*

### Comment est-il fabriqué ?

Dans un chaudron, l'huile d'olive, l'eau et la soude d'origine végétale sont chauffées à ébullition pendant trois jours. S'enclenche alors la réaction de **saponification : corps gras + soude = savon + glycérine**. L'huile de baie de laurier (qui est rare et chère) est ajoutée en fin de processus.

La pâte de savon obtenue est alors étalée sur le sol pour préparer le séchage. Des ouvriers chaussés de planchettes marchent dessus pour uniformiser l'épaisseur. Ensuite, toujours au sol, le savon est découpé en blocs et estampé du sceau du fabricant.

Les cubes de savons vieillissent entre 6 mois et 3 ans ( à titre de comparaison, « la cure » en saponification à froid est de 1 à 3 mois) .

### Comment reconnaître un savon d'Alep ?

#### Vérifier sa composition

- Le savon d'Alep est 100% végétal et doit uniquement contenir les 4 ingrédients cités plus haut. Méfiez-vous donc des étiquettes qui indiquent « huile de palme », « sodium Tallowate » ou « sodium lardate ». Ces derniers signifient la présence de graisses de bœuf ou de porc, qui servent d'émulsifiant ou d'agent nettoyant. Leur usage peut entraîner des boutons ou des rougeurs, et boucher les pores de la peau.
- Attention également aux ajouts d'adjuvants, de conservateurs ou de parfum. Un vrai savon d'Alep **sent le laurier et l'olive**.
- Le taux de soude du savon doit être inférieur à 0,5%. Au-delà, il peut assécher la peau.

#### Regarder son aspect

- Le véritable savon d'Alep **se présente sous forme de cube**, à l'aspect pas très glamour.
- Pour la couleur, **le savon doit être brun-beige à l'extérieur et vert émeraude à l'intérieur**.

Source : [greenweez.com](http://greenweez.com)

**PAR SYMPATHIE**

**OGY PELOTE**

**LES AGONS D'OGY**

**A.D.D.M. OGY**



Deux grand-mères alsaciennes, Marie-Ernestine et Joséphine,  
se retrouvent côte à côte chez la coiffeuse.  
"Eh bien, figure-toi, Joséphine, que mon petit-fils et sa femme sont allés s'installer  
à Wissembourg ! Un peu plus près de la famille de sa femme".  
"Wissembourg, mais c'est où ?"  
"Près de la frontière, au-dessus de Haguenau".  
"Ah oui ! je vois. Eh bien, figure-toi, Marie-Ernestine, que ma petite-fille,  
la petite dernière, va se marier !"  
"Vraiment ? Félicitations ! Et le mari, il vient d'où ?"  
"De Faisbouck, mais ne me demande pas où c'est !"



Un curé de campagne qui est en train de réparer la charpente de son église,  
voit un de ces jeunes paroissiens qui l'observe.  
"Eh bien Jean, tu veux savoir comment on plante des clous ?"  
"Non je voudrais savoir ce que dit un curé quand il se tape sur les doigts !"



Ce matin, Mère Marie Christophe s'est levée de très bonne humeur.  
Elle fait sa ronde dans les cellules des bonnes sœurs et leur donne un petit compliment.  
"Bonjour Sœur Marie Josephe, vous êtes très belle ce matin,  
Bonjour Sœur Marie Christine, vous avez bonne mine aujourd'hui, ....".  
Mais chaque fois, les sœurs lui répondent :  
"Merci Ma Mère mais je pense que vous vous êtes levée du mauvais côté du lit ce matin".  
Etonnée et puis frustrée, elle demande à la dernière sœur pourquoi elle  
reçoit toujours la même réponse.  
"Excusez-moi Ma Mère, mais vous portez les sandales de Père Emile !"

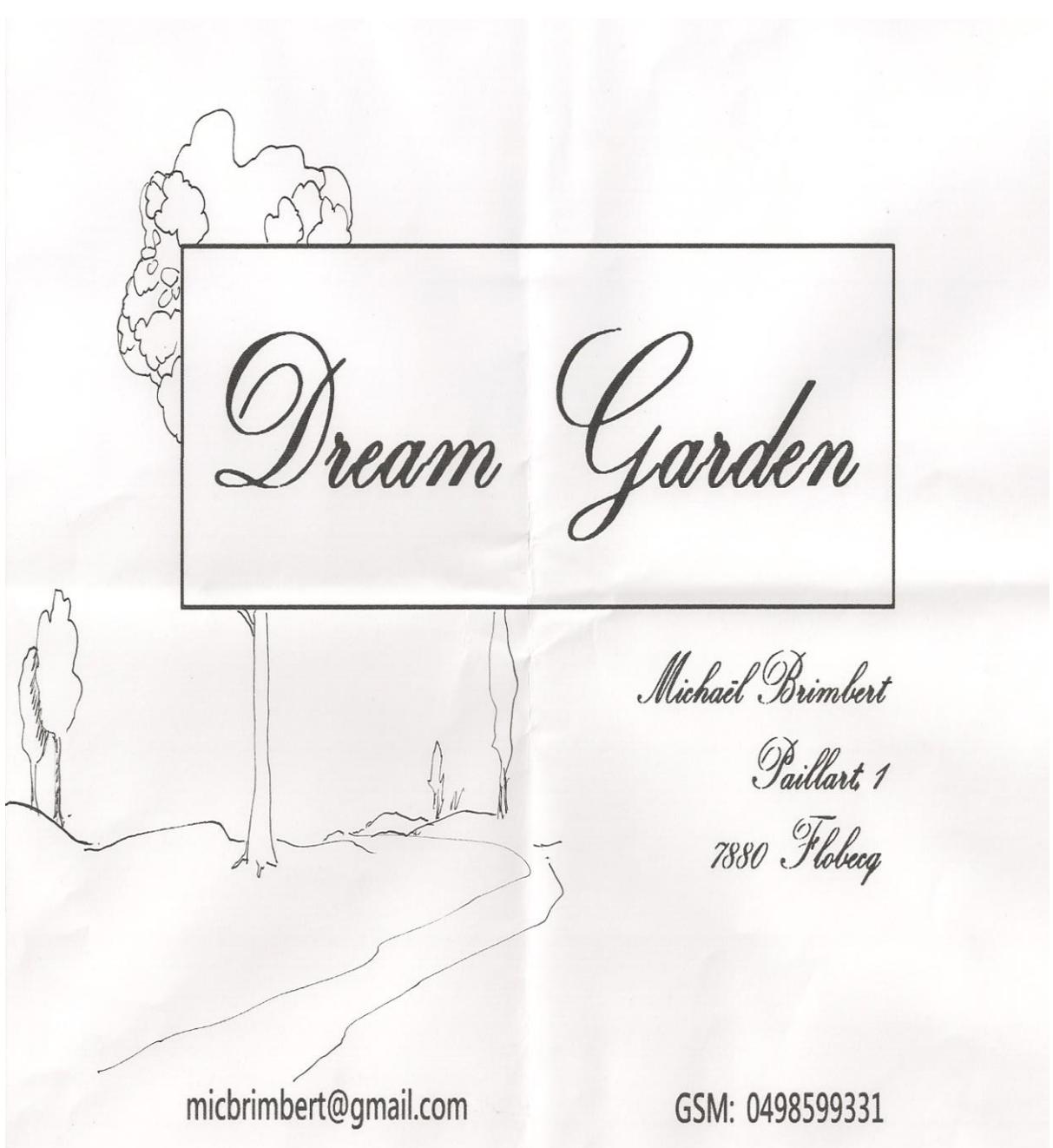


"Dis Josette, il paraît que tu as eu le coup de foudre la première fois que t'as vu ton mari ?"  
"Ben oui, il venait acheter à la pharmacie des préservatifs taille XXXL ...  
C' est seulement après que j'ai su qu'il bégayait".



Il est 6h. Denis se lève pour son jogging journalier.  
Il sort, une pluie glaciale lui tombe dessus et une tempête s'annonce.  
Il retourne se coucher auprès de sa femme Monique en lui  
chuchotant dans l'oreille : "Il fait un temps exécration ma chérie".  
Monique, encore à moitié endormie :  
"Et dire que mon mari est parti faire son jogging par un temps pareil !"



A line drawing of a landscape. In the foreground, a path leads from the bottom left towards the center. To the left of the path, there are several trees of varying heights and shapes. In the background, there are more trees and a faint outline of a building or structure. A rectangular sign is positioned in the middle ground, containing the text 'Dream Garden' in a cursive font.

*Dream Garden*

*Michaël Brimbert*  
*Paillart, 1*  
*7880 Flobecq*

micbrimbert@gmail.com

GSM: 0498599331

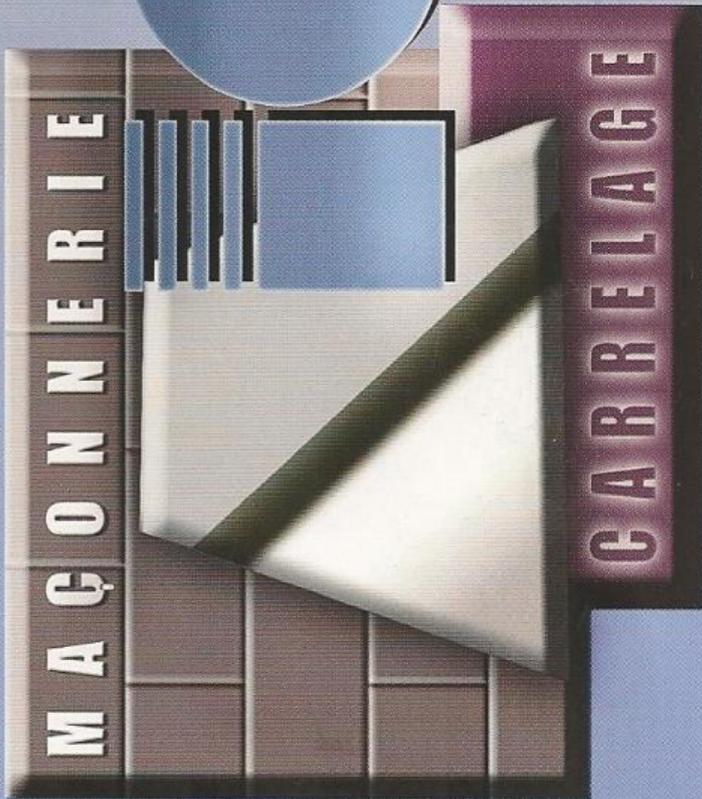
## CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

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

### MARCHES F.F.B.M.P. & Vlaanderen Wandelsport 2020

Ven 2 oct	3529	Op Stap Zwalm	3-6-9-12	08h-15h	De Zwalmparel Sportlaan, 1 9630 Munkzwalm
Sam 3 oct	3529	Op Stap Zwalm	3-6-9-12	08h-15h	
Sam 10 oct	4018	De Bollekens Rotselaar	4-8-12-18	07h-15h	Montfortcollege Aarschotsesteenweg, 39 3110 Rotselaar
Sam 10 oct	HT 029	Les Sans-Soucis de Ghlin	5-10-20-30	07h-15h	Salle José Malray Rue Auguste Lecomte, 8 7350 Thulin
Sam 24 oct	HT 018	Marcheurs du Val de Verne	4-7-14-21- 30-42-50	6h30-15h	Ecole Communale de la Roe Rue des Ecoles, 77 7600 Péruwelz
Dim 25 oct	HT 071	Les Sympas de Landelies	3-6-11-15	08h-14h	Salle des Fougères, Rue des Fougères, 85 6110 Montigny-le-Tilleul
Dim 1 nov	HT 074	Liberchies Sports et Loisirs	3-6-12-18- 24	07h-15h	Ecole du Centre Rue Célestin Freinet 1 6230 Pont-à-Celles
Mer 4 nov	3034	Omloop Kluisbergen VZW	5-10-15- 20-25	08h-15h	G.O.C. Kwaremont Kwaremontplein 23 9690 Kluisbergen
Dim 8 nov	3201	Wandelclub Gasthofstappers VZW	6-10-15- 20-25	7h30-15h	Zaal De Klingenaar Kieldrechtstraat,12 9170 De Klinge
Dim 8 nov	3450	Boerenkrijgstappers VZW	6-12-18-24	7h30-15h	Festivalhal, Donklaan, 123 9290 Berlare
Mer 11 nov	3233	Hanske De Krijger Oudenaarde	4-6-12-15- 18-24	7h30-15h	Evenementenhall De Qubus Lindestraat 45 9700 Oudenaarde
Mer 11 nov	3003	De Lachende Wandelaars	5-10-15- 20	8h-15h	Sportcafé, Lindestraat, 17 9880 Aalter
Mer 11 nov	HT 004	Les Amis de la Nature	6-12-21	07h-15h	Ecole Communale d'Isières Place d'Isières, 13 7822 Isières
Mer 11 nov	HT 087	Les Bottines de Gerpinnes	4-8-12-20	08h-15h	Maison du village de Fromiée Rue de Biesme 6280 Gerpinnes
Sam 14 nov	HT 038	Le Marabout de Gilly	6-12-21	07h-14h	Salle de la Plaine des Sports, Rue de l'Eglise, 6200 Châtelineau
Dim 15 nov	HT 076	Les Marcheurs Van Gogh	7-14-21	07h-15h	Salle Calva, Rue Ferrer, 1 7033 Cuesmes

**BIENS GRATUITS**



G O S S E L I N

**INFO** Mail: [gosselin-igor@hotmail.com](mailto:gosselin-igor@hotmail.com)  
GSM: 0474/44.27.06

## CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Sam 21 nov	3143	De Kwartels VZW	7-14-20- 25	08h-15h	School 't Zwaluwnest Zwaluwlaan, 64 9185 Wachtebeke
Sam 21 nov	HT 006	Les Ecureuils de Châtelet	4-7-13-20	07h-14h	Parc Communal, Rue des Campagnes, 6200 Châtelet
Dim 22 nov	3135	Padstappers Geraardsbergen	7-10-12- 16-22-26- 32	08h-15h	Provinciaal Domein De Gavers - Zaal De Doos Onkerzelestraat, 280 9500 Onkerzele
Sam 28 nov	NA 052	Les Djâles d'Anhée	4-6-12- 18-25	07h-15h	Abbaye de Maredsous, Rue de Maredsous, 11 5537 Denée
Dim 29 nov	3003	De Lachende Wandelaars	5-10-15- 20	08h-15h	Gemeentelijke feestzaal Katershoek, Ijzerenhand, 1 9910 Ursel
Sam 5 déc	3196	Land van Rhode	6-10-14- 18-21	08h-15h	Zaal De Kluize, Sportstraat,3 9860 Oosterzele
Dim 6 déc	5216	Wandelclub Voetje voor voetje VZW	4-6-12-15- 18-25	6h30-15h	Dominiek Savio Instituut Koolskampstraat,24 8830 Gits
Dim 6 déc	NA 006	Les Marcheurs de Floreffe	5-8-11-12- 15-20-25	07h-15h	Abbaye de Floreffe Rue du Séminaire, 7 5150 Floreffe
Mer 9 déc	3135	Padstappers Geraardsbergen	6-7-8-12- 14-16-22	08h-15h	Jeugdhuis De Spiraal Zakkaai 29 9500 Geraardsbergen
Sam 12 déc	BBW 048	La Bruegelienne	12-16	12h-17h	Athénée Fernand Blum Av. Ernest Renan, 12 1030 Schaerbeek
Sam 12 déc	HT 075	Mont-Marche Tournai	10-20 7-12	12h-16h 16h-20h	Ecole du Château Avenue Leray, 33 7500 Tournai
Dim 13 déc	4018	De Bollekens Rotselaar	4-6-10-12- 20	07h-15h	Montfortcollege Aarschotsesteenweg 39 3110 Rotselaar
Dim 13 déc	3105	Wandelclub Scheldestappers Zingem	6-10-15- 21-30	07h-15h	Feestzaal De Korenbloem Kerkplein 9750 Zingem
Dim 13 déc	4254	Parel van het Pajottenland	4-6-9-13- 16-20-25	7h30-15h	GC Willem Tell Hernestraat 5 1570 Tollembeek
Sam 19 déc	3149	Wandelclub De Smokkelaars Stekene VZW	6-9-12-15	15h-20h	Broederschool Stekene Nieuwstraat, 17 9190 Stekene
Sam 19 déc	3529	Op stap Zwalm VZW	4-8-12-16	09h-17h	De Munk Sportlaan, 3 9630 Zwalm
Dim 20 déc	4114	De Marktroppers Herne	4-6-10-15- 22	07h-15h	Scholen H. Harten Onderwijslaan, 4 9400 Ninove
Sam 26 déc	3233	Hanske De Krijger Oudenaarde	5-10-14- 18	08h-17h	Sint-Bernarduscollege Hoogstraat 30 9700 Oudenaarde

# **Brimbert Construct SPRL**

**Rue Duquesnes, 64  
7911 Oudeghien**

**Gros oeuvre  
Béton lissé  
Petits et gros terrassements  
Fosses et caves en béton**

**[miebrimbert@gmail.com](mailto:miebrimbert@gmail.com)  
0498599331**

## CALENDRIER DES PROCHAINES MARCHES

Dim 27 déc	3003	De Lachende Wandelaars	5-10-15-20	08h-15h	Sportcentrum, Lindestraat, 17 9880 Aalter
Dim 27 déc	2052	Tongerse Wandelvrienden	4-6-8-12-16-21	07h-14h	VIO Humaniora College Sint-Truidersteenweg 17 3700 Tongeren

### MARCHES A.D.E.P.S.

Dim 4 oct	Association des Parents de l'école communale d'Obigies	5-10-15-20	08h-16h	Grand Rue 124 7743 Obigies
Dim 11 oct	Comité des Parents Ecole St-Sauveur	5-10-15-20	08h-16h	Ecole Saint-Sauveur Place, 3 7850 Petit-Engbien
Dim 18 oct	Administration Communale de Bernissart	5-10-15-20	08h-16h	Rue Emile Carlier, 15 7321 Blaton
Dim 25 oct	Association des Parents de l'Ecole Communale de Thoricourt	5-10-15-20	08h-16h	Rue de l'Enseignement, 1 7830 Thoricourt
Dim 1 nov	Présence et Actions Culturelles	5-10-15-20	08h-16h	Ecole Communale de Lens Place de la Trinité 7870 Lens
Dim 8 nov	Sports et Loisirs	5-10-15-20	08h-16h	Salle St-Vincent Rue Chanoine Scarmure, 15 7060 Soignies
Mer 11 nov	Lions Club de Mons	5-10-20	08h-16h	Cité de l'Enfance Chée de Beaumont, 21 7000 Mons
Dim 15 nov	Club Animation Asbl	5-10-15-20	08h-16h	Club Animation Place de Bois-de-Lessines, 52 7866 Bois-de-Lessines
Dim 15 nov	Les Amis de la Nature Asbl	5-10-15-20	08h-16h	Salle des Fêtes Rue des Déportés, 21 7971 Basècles
Dim 22 nov	Association des Parents de l'école Communale d'Erbisoeul	5-10-15-20	08h-16h	Ecole Pierre Coran Chemin du Prince, 115 7050 Erbisoeul
Dim 29 nov	Boots Entraîné	5-10-15-20	08h-16h	CHP Chêne aux Haies Chemin du Chêne aux Haies 24 7000 Mons
Dim 6 déc	Les Marcheurs du Hain	5-10-15-20	08h-16h	Rue de Sart Moulin 1421 Ophain-Bois-Seigneur-Isaac
Dim 13 déc	Syndicat d'Initiative de Silly	5-10-20	08h-16h	Rue Dr Dubois 2 7830 Silly
Dim 13 déc	Comité des Enseignants	5-10-20	08h-16h	Ecole Communale Rue du Thy, 3 7870 Lens
Dim 20 déc	Jeunesse Intrépide de Steenkerque	5-10-15-20	08h-16h	Place de Steenkerque, 9 7090 Steenkerque
Dim 20 déc	Les Amis de la Nature ASBL	5-10-15-20	08h-16h	Ecole Communale Rue du Mont, 2 7812 Mainvault
Dim 27 déc	Les Anciens du F.C. Ellezelles	5-10-15-20	08h-16h	Salle du Chez Nous Rue d'Audenarde, 30 7890 Ellezelles

# Entreprises **BLOMMAERT** S.A.

## ENTREPRISE GENERALE DE CONSTRUCTION

MENUISERIE • MACONNERIE  
COUVERTURE • ZINGUERIE

*Des artisans à votre service !*



- Gros-oeuvre: terrassements, construction et rénovation
  - Châssis bois, PVC ou aluminium
  - Travaux d'égouttage et de carrelage
  - Rénovation et isolation de façades
- Rénovation et isolation de toitures et plateformes
- Rénovation de greniers, cloisons Gyproc, faux-plafonds
- Pose de portes coupe feu avec **certification ISIB...**
- Département ébénisterie : garnissage et cannage.

ENTREPRISE AGRÉÉE ET ENREGISTRÉE

Tournibois, 4 • 7880 FLOBECQ

Tel.: 068 44 74 78 • [info@blommaertf.be](mailto:info@blommaertf.be)





# Transports Dubacqué Belgique



Rue du Grand Carex, 4  
7503 Froyennes  
069/84.12.34  
[sales@dubacque.be](mailto:sales@dubacque.be)

