



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

Bureau postal de 4140 Sprimont  
Périodique trimestriel n° 19  
Mars 2019

*Ourthe Amblève*

*Aywaille / Banneux*

*Esneux / Hamoir*

*Remouchamps / Sprimont*

[www.eneo-ourthe-ableve.be](http://www.eneo-ourthe-ableve.be)



Editeur responsable : Jacques Pirard - 04.360.88.99 – [eneo.ourthe.ableve@gmail.com](mailto:eneo.ourthe.ableve@gmail.com)

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





# Le mot du président d'Aywaille-Hamoir

L'assemblée générale de ce 3 février a démontré que l'on savait se rassembler et s'amuser chez énéo Aywaille-Hamoir<sup>1</sup>.



Nous vous avons signalé que nous devenons 2 amicales, une à Hamoir et une à Aywaille à partir du mois de septembre.

Devant faire face également au départ de 3 responsables qui nous quittent pour des raisons personnelles, nous devons nous réorganiser et recruter de nouveaux volontaires. Nous sommes donc à la recherche :

Pour Aywaille :

-  D'un(e) trésorier(ère).
-  D'un(e) vice-président(e).
-  De deux responsables d'activités (conférence et excursion).
-  D'un(e) coordinateur(trice) énéoSport.

Pour Hamoir :

-  D'un(e) vice-président(e).
-  D'un(e) coordinateur(trice) énéoSport.

Si vous voulez vous investir dans un mouvement pour et organisé par des aînés, veuillez prendre contact avec José Wégria au 0494/46.99.08 ou [josewegria@gmail.com](mailto:josewegria@gmail.com)

Au nom des 512 membres de l'amicale Aywaille-Hamoir, avec tous les animateurs nous vous remercions pour votre investissement.

José Wégria, président d'énéo Aywaille-Hamoir.

---

<sup>1</sup> Nous étions 122 inscrits à cette assemblée. Le petit concours organisé a rencontré un certain succès. Notre président ayant révélé la réponse à la question subsidiaire, il a fallu, pour départager les 3 ex aequo une nouvelle question subsidiaire. C'est Madeleine Mossoux qui a donné la meilleure réponse. De ce fait, elle a reçu un abonnement de 10 séances d'aquagym. Bravo à tous et particulièrement à Madeleine.

# Le mot du président de Remouchamps

La saison 2018-2019 est en cours mais nous devons déjà prévoir la saison suivante (2019-2020). Voici les principales évolutions que nous proposons :

a) Tout d'abord une nouvelle activité sera lancée en septembre prochain. En plus de la cuisine, nous proposons une formation à la pâtisserie. Un bon repas se doit d'avoir un dessert à la hauteur.



b) Le domaine de l'informatique est toujours difficile à appréhender de par la disparité des logiciels, des demandes, des connaissances, etc. À la suite de l'enquête menée début 2018, nous avons mis en place divers modules de formation avec des succès variables mais tous les participants ont été très satisfaits. Compte tenu de cette expérience, nous proposerons l'année prochaine, non plus des modules mais une formation unique reprenant les thèmes majeurs de chaque module.



c) Pour les formations à l'utilisation des tablettes et smartphones, nous passerons dès octobre 2019 à des séances de 3 heures au lieu de 2 de manière à augmenter le nombre d'exercices.

d) Nous avons été amenés à changer d'animatrice pour le scrapbooking mais des places sont encore disponibles dès à présent.

Par ailleurs, je vous invite à notre traditionnelle fête de printemps le 30 mars prochain qui ne sera pas si traditionnelle que cela car nous innovons avec une nouvelle formule : une assiette Terre/Mer.



Nous vous attendons nombreux.

Roland Minguet, président d'énéo Remouchamps

# Excursion à Orval

L'amicale d'Esneux, en collaboration avec les amicales d'Aywaille et de Sprimont, organise une excursion à Orval le vendredi 10 mai 2019.



## Départs

- ✓ 7h30 Aywaille parking de la gare
- ✓ 7h45 Sprimont parking du Tultay
- ✓ 8h00 Esneux parking de la gare
- ✓ 8h15 Tilff parking du Bowling

## Programme de la journée

- 10h00 : visite guidée de la chocolaterie Deremiens avec dégustation
- 12h00 : repas à l'Ange Gardien avec une boisson et un café compris
- 14h00 : visite guidée de l'abbaye
- 16h00 : visite guidée de la brasserie Gengoulf avec dégustation
- Retour vers 20h00



Le prix de l'excursion est fixé à 56 € à verser sur le compte d'énéo-Esneux

BE60-06825085-6070

avant le 30 avril 2019 avec en communication « excursion à Orval ». L'inscription sera effective dès réception du paiement.

## Inscriptions :

- Aywaille : José Wégria ☎ 0494 46 99 08
- Sprimont : Suzanne Lemmens ☎ 0475 97 98 88
- Esneux : Louise Loxhet ☎ 0479 35 85 90  
ou François Collignon ☎ 0494 37 75 91

# Le repas annuel de l'amicale d'Esneux

L'amicale énéo – Esneux

a le plaisir de vous inviter à son repas annuel

le samedi 6 avril 2019 à 12 h

au restaurant « Le Normandie » à Dolembreux



## Menu

*Apéritif et ses accompagnements*

\*\*\*\*\*

*Wok de scampis au curry  
et lait de coco*

\*\*\*\*\*

*Dos de cochon de lait rôti,  
parfumé aux cinq épices*

\*\*\*\*\*

*Légumes du marché  
et gratin dauphinois.*

\*\*\*\*\*

*Petite tarte feuilletée  
aux pommes  
et glace vanille*

\*\*\*\*\*

*Café*



Collignon François 0494/37.75.91

Loxhet Louise 0479/35.85.90

Vos conjoint(e), amis et connaissances sont les bienvenus. Nous vous attendons nombreux avec entrain et bonne humeur pour partager cette agréable journée. Un DJ nous fera danser après le repas.

Le prix est de 38 € pour les membres et de 42 € pour les non membres, boissons non comprises.

L'inscription sera effective dès réception de votre paiement au plus tard pour le 30 mars sur le compte d'énéo Esneux

BE60 0682 5085 6070

PS : un covoiturage sera assuré sur demande faite à la réservation.

## *Cours de danses à Méry-Tilff*

Cours de danses donnés par Christophe Dradin

La danse est-elle un sport ? Un art ? Juste une distraction ?

La danse est tout d'abord un moment de convivialité.

La coordination de mouvements complexes au rythme de la musique stimule nos connexions cérébrales, préserve notre santé et renforce notre estime de soi, procure un sentiment de bien-être et d'accomplissement.

Il ne faut pas boudier son plaisir. Alors n'hésitez pas à venir nous rejoindre seul ou accompagné le jeudi, pour apprendre les pas de base de la valse lente, le tango, la bat chata, le rock, la danse solo, la danse en ligne ...

Pour une heure de plaisir partagé, de pas et faux pas de danse, de rires et de fous rires.

Les jeudis de 10 h à 11 h.

Salle de Méry, avenue d'Esneux 216 à Méry-Tilff.

Renseignements : Jacqueline Dumont 0479/18.63.23

## *Pétanque et bowling*

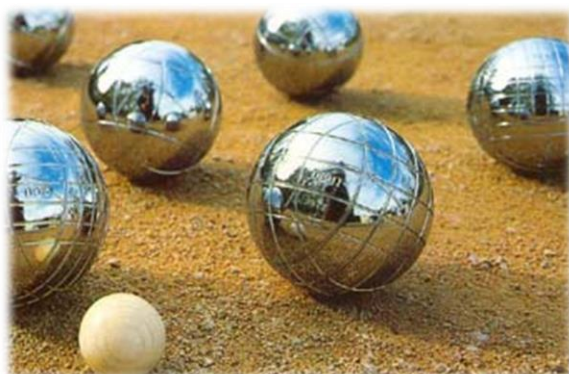
***À Esneux, la pétanque recommence***

Le 1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> mardi du mois de mars à octobre, à 14 h.

À côté du Hall Omnisport d'Esneux.

Contact : François Collignon 04/272.92.83  
ou 0494/37.75.91

En cas de mauvais temps la pétanque est remplacée par le bowling



## ***Bowling***



©www.ClipProject.info

Le 2<sup>e</sup> et le 4<sup>e</sup> mardi du mois à 14 h.

Au Bowling 633 à Tilff. La partie : 2,50€

Contact : François Collignon 04/272.92.83 ou  
0494/37.75.91

## ***Marches de 5 et 10 kms à Esneux***

Le 18 mars à Ouffet. Départ Grandplace à Ouffet à 14 h ou rendez-vous au Pavillon du Tourisme à Esneux à 13 h 15.

Le 15 avril à Dolembreux. Départ rue de la Pêcherie 2 à Dolembreux à 14 h.

Le 20 mai à Werbomont. Départ de la place de l'Eglise Bosson à 14 h.

Le 17 juin à Harzé. Départ de l'église de Harzé à 14 h.

Contact : Paul Parmentier 0498/30.16.41



## ***Reprise des balades en vélo à Esneux***

Le 28 mars : Esneux gare – Comblain la Tour aller-retour. Rendez-vous à 13h30 sur le parking de la gare.

Le 25 avril : Angleur – Herve et retour, ravel et ligne 38. Rendez-vous à 13h30 parking quai St Paul de Sinçay à Angleur (environ 35 km).

Le 23 mai : Balade des Pommiers - circuit au départ de Herve, Julémont, Aubel et retour à Herve. Boucle de 32 km. Rendez-vous à 13h30 parking de la gare de Herve.



Le 27 juin : Journée, départ à 10h00 de Heers, circuit de 48 km, emporter son pique-nique ou possibilité de manger lors de l'arrêt à Tongres. Parking Nieuwe Steenweg à Heers

Contacts : Léon Martin 0477/57.42.96 et Francis Vieilvoye 0474/45.23.10

## Fête du printemps à Remouchamps

À Saint-Raphaël Remouchamps, le 30 mars à 12 h, nous fêterons ensemble l'arrivée du printemps avec au menu une nouvelle formule.



*Assiette « Terre/Mer »*

*Individuelle de  
charcuteries régionales*

*(jambon, rôti de bœuf, terrine de viande),*

*œuf mimosa, pain de poisson,  
grosses crevettes, pêche au thon,  
pomme de terre,*

*Crudités diverses et salades variées*

*Bavarois aux fraises*

*Apéritif et café  
offerts par l'amicale*

*Boissons à prix démocratique*



Cette année, pas de gaspillage : les assiettes sont conçues pour être des « rest-o-pack » aptes à emporter vos restes.

Animation et jeux divers ainsi que présentation de nouvelles activités.

Cette journée est ouverte à tous ; venez avec vos amis ou voisins. Prix : 18 euros par personne à verser sur le compte

BE65 3630 9990 5996

d'énéo Remouchamps avant le 25 mars 2019.

Le paiement fait office de réservation.



# « L'informatique au quotidien »

## Nouvelle formule

Ce cours dispensé au Centre Récréatif de Remouchamps à partir d'octobre 2019 est destiné à toute personne qui utilise régulièrement son ordinateur sous Windows 10 tout en ayant besoin d'un complément de connaissance sur :

- La sécurité : gestion des comptes et mots de passe, les anti-virus, le pare-feu, la gestion des mails.
- Les fichiers : organiser ses fichiers (créer, copier, déplacer), créer un PDF, utiliser une clé USB.
- Les sauvegardes : sauvegarder le système, les fichiers.
- Le Cloud : c'est quoi et comment s'en servir ?
- Installation et utilisation d'un lecteur de carte d'identité pour les services administratifs.
- Internet : le principe, les navigateurs, les favoris.
- La musique : importer, acheter, écouter, classer.
- Les photos : importer, classer, imprimer, partager.
- Les périphériques : installer une imprimante, un scanner.

La formule du cours est la suivante :

L'exercice est présenté et expliqué pas à pas sur le vidéo projecteur, au rythme de chacun (il n'y a pas d'objectif de temps fixé).

Ensuite, une fiche exercice est distribuée. Il suffira dès lors, de suivre les instructions pas à pas sur son propre appareil avec l'aide de la fiche et de votre professeur.



Enfin chez vous, vous pourrez facilement refaire les exercices grâce à la fiche.

Si vous avez une question, un doute, pas de soucis, nous l'aborderons le cours suivant car, à chaque début de cours, nous revoyons ensemble le cours précédent.

Horaire : tous les 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> jeudi de chaque mois hors vacances scolaires d'octobre 2019 à juin 2020.

Prix : 180 euros pour 18 séances de 3 heures payable en 4 fois 45 € les 5/10, 5/11 et 5/12/2019 ainsi que le 05/01/2020.

Renseignements et inscriptions : Christiane Lespagnard ☎ 04/384.57.93 📧 [christianelespagnard@gmail.com](mailto:christianelespagnard@gmail.com)

Les inscriptions seront confirmées via le versement des montants sur le compte BE65 3630 9990 5996 d'Enéo Remouchamps avec la communication : Informatique.

## Cours de pâtisserie à Remouchamps

à partir de septembre 2019

La proposition se compose :

A. De deux séances de base, chacune de 3-4 heures, à une semaine d'intervalle, pour un montant global de 45 euros par personne. Le prix comprend la formation ainsi que tous les ingrédients utilisés.



Durant ces séances, les éléments de base seront passés en revue : principaux biscuits (génoise, etc.), crèmes (pâtissière, mousseline, bavarois, etc.), tous les trucs et astuces indispensables pour réussir vos pâtisseries et qui ne sont pas expliqués dans les magazines (comment réussir une belle chantilly, comment réussir des éclairs, etc.).

Les participants viennent avec leurs boîtes pour emporter les réalisations.

B. De séances optionnelles complémentaires de 3-4 heures chacune pour un montant de 25 euros par personne et par séance.

Ces séances complémentaires seront organisées par thème pour diverses spécialités telles que :

- ✓ macarons,
- ✓ spécial pâtisserie pour intolérants (sans gluten, sans lactose, sans œufs, spéciales diabétiques),



- ✓ friandises pour St Nicolas (spéculoos, massepain, guimauve),
- ✓ bûches, cakes, dessert à l'assiette, etc.

Pour ouvrir une session de base ou un module optionnel, le nombre mini de personnes est fixé à 6 et le maxi à 8.

Toutes les séances se donneront les mercredis à partir de 18h30 à Florzé, rue du Houmier, 86. La participation aux séances de base est impérative pour pouvoir participer aux séances optionnelles qui seront programmées ultérieurement.

En fonction de la demande, des séances de base pourront être mises en place à intervalle de un ou deux mois. La première session est fixée aux 18 et 25 septembre 2019.

Renseignements et inscriptions : Christiane Lespagnard ☎ 04/384.57.93 📧 [christianelespagnard@gmail.com](mailto:christianelespagnard@gmail.com)

Les inscriptions seront confirmées via le versement des montants sur le compte BE65 3630 9990 5996 d'Enéo Remouchamps avec la communication : Pâtisseries.

## *Reprise cyclo à Remouchamps*

La saison vélo reprend le 9 avril prochain.

Ce mardi 9 avril, et le 2<sup>e</sup> mardi de chaque mois, le Cercle Sportif Enéo Remouchamps, vous propose la reprise de l'activité vélo « découverte d'une journée ».

Discipline très complète, excellente pour la santé, elle développe l'adresse et l'équilibre. Elle permet de diminuer la tension nerveuse, l'anxiété et ce dans une ambiance inconditionnelle de convivialité et d'amitié.

Renseignements et inscriptions : Jean DUPONT ☎ 04/382.33.52 GSM 0479/767.224 📧 [jeandupont@proximus.be](mailto:jeandupont@proximus.be)

# Les marches à Remouchamps

## Calendrier du 2<sup>ème</sup> trimestre 2019 marche (3&7km)

Jour de marche	Guide pour la petite marche	Lieu de rendez-vous	Covoiturage
Jeudi 11 avril 2019	Harald & Mary	Esneux	3,00 €
Jeudi 09 mai 2019	Auguste & Marcel	La Reid	1,50 €
Jeudi 13 juin 2019	Marcel & Auguste	Harzé (terrain foot)	1,00 €

## Calendrier du 2<sup>ème</sup> trimestre 2019 marche (15km)

Jour de marche	Guide pour la marche	Lieu de rendez-vous	Covoiturage
Lundi 08 avril 2019	JOSEPH ET MONIQUE	Plainevaux (2, rue du Centre)	5,00 €
Mardi 23 avril 2019	Robert Laurent	Lanaye (parking de l'église)	5,00 €
Lundi 13 mai 2019	Marcel Stassart	Spa - Sol Cress	2,50 €
Lundi 27 mai 2019	Bruno Vandermeulen	Sart Tilman	5,00 €
Mardi 11 juin 2019	Marcel Bollinne	Grandmènil	4,50 €
Lundi 24 juin 2019	Jean-Paul et Michèle	Wanne	5,00 €

## Calendrier du 2<sup>ème</sup> trimestre 2019 marche (20km)

Jour de marche	Guide pour la marche	Lieu de rendez-vous	Covoiturage
Lundi 01 avril 2019	MINGUET Roland	La Gleize (Eglise)	4,00 €
Lundi 06 mai 2019	STASSART Marcel	ACHOUFFE	5,00 €
Lundi 03 juin 2019	Daniel Cosme	Heyd (Rowe dè Bati, 29 ) 50.347117, 5.562276	4,00 €

## Calendrier du 2<sup>ème</sup> trimestre 2019 marche nordique

Jour de marche	Accompagnateur	Lieu de rendez-vous	Covoiturage
Jeudi 18 avril 2019	Donneaux Michel	Anthisne	3,00 €
Jeudi 16 mai 2019	Donneaux Michel	Dolembreux	2,00 €
Jeudi 20 juin 2019	Donneaux Michel	Le Ninglinspo	1,50 €

## Conférences à Aywaille

Dans la salle dans la salle du MOC, av. de la République française 6 à 4920 Aywaille (près de la gare). Le 1er lundi du mois, de 14 à 17 heures. Membres énéo : 3€. Non membres : 5 €. Collation et café compris.

Réservation souhaitées mais non indispensables chez Jacqueline Baudinet

- de préférence par mail : [eneo-aywaille@gmail.com](mailto:eneo-aywaille@gmail.com) en renseignant le nombre de personnes et le titre de la conférence
- ou par téléphone au 04/360.88.99

### Conférence du 1 avril

### « Décroissance et alimentation »

*par Nicole Collins*



En toute époque de crise, l'homme émerge de son endormissement pour découvrir ses possibilités, et ce, en puisant dans son potentiel d'adaptation et de créativité. Le gaspillage des ressources planétaires et la crise économique mondiale qu'il engendre (tous deux issus de l'ultra mondialisation) nous font chaque jour un peu plus réfléchir à nos propres choix pour une démarche de consommation plus humaine. Un nouvel art de la débrouille et du sens de la juste place de chacun émerge à présent à une échelle plus grande un peu partout. Plus créatif que jamais, il débouche dans le même temps sur une plus grande coopération et une nécessaire décroissance. Au travers de ces sujets, découvrez un nouvel art, très peu onéreux où s'associent dans des feu de couleurs et de parfums uniques des variations qui croquent toutes les saisons, dans des flacons à savourer tant du regard que du palais ... en boisson et en goûter.

# Conférence du 6 mai

## « La construction européenne »

par Henri Deleersnijder

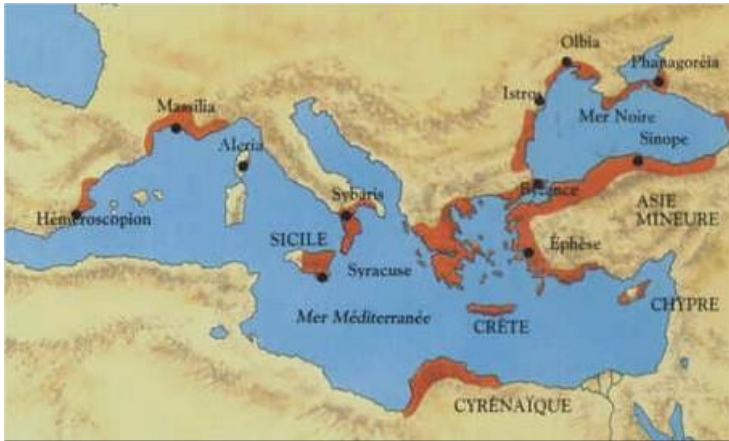


L'idée européenne ne date pas du XXe siècle. En 1849 déjà, Victor Hugo écrivait : «Un jour viendra où vous France, vous Russie, vous Italie, vous Angleterre, vous Allemagne, [...] vous vous fondrez étroitement dans une unité supérieure, et vous constituerez la fraternité européenne.» Mais c'est après les deux grands conflits mondiaux qui les ont ensanglantés que les pays européens s'engagent enfin sur la voie d'une unification – d'abord économique – appelée à sceller leur réconciliation. Le 9 mai 1950, Robert Schuman, ministre français des Affaires étrangères, propose d'intégrer les industries du charbon et de l'acier de l'Europe occidentale sous une Haute Autorité indépendante des Etats nations. La CECA était née et, avec elle, l'Europe des Six qui allait aboutir, après maints combats et dépassements des particularismes nationaux, à celle des Vingt-Huit. Aujourd'hui, cette Union européenne (UE) pose problème à ses citoyens, au point de développer chez eux une défiance grandissante.



# Conférence du 3 juin à « La Grèce antique » (Voyage dans l'antiquité)

par **Georges Piaia et Nany Mailleux**



Au Sud de la péninsule des Balkans, la Grèce continentale s'est épanouie dans les eaux saphir de la Méditerranée. Ce pays de hauts contrastes, riche de son passé historique prestigieux, propose un voyage dépaysant à travers les siècles. Tantôt sous domination romaine, byzantine et turque, ce

pays s'est forgé une identité particulière ouverte aux diverses cultures qui s'y sont établies.

Vestiges archéologiques, trésors antiques, monastères suspendus au ras des nuages sur les pitons escarpés des météores, paysages fabuleux et tout un pays aux charmes très diversifiés.



---

Francis Blanche : « *Il vaut mieux viser la perfection et la manquer que de viser la médiocrité et l'atteindre.* »

Woody Allen : « *L'avantage d'être intelligent, c'est qu'on peut toujours faire l'imbécile, alors que l'inverse est totalement impossible.* »

Coluche : « *Je suis capable du meilleur et du pire, mais c'est dans le pire que je suis le meilleur.* »

Charles Bukowski : « *Le problème avec ce monde c'est que les gens intelligents sont pleins de doutes alors que les imbéciles sont pleins de certitudes.* »

## Pour contacter les comités

<b>Secteur</b>	Président	Pierre Nivarlet <a href="mailto:nivarletp@gmail.com">nivarletp@gmail.com</a>
	Vice-Président	Jean-Marie Frères 04/232.05.57 0486/42.91.39 <a href="mailto:jeanmariefreres@hotmail.com">jeanmariefreres@hotmail.com</a>
	Secrétaire	Jacques Pirard 04/360.88.99 0497/25.83.49 <a href="mailto:pirard4141@yahoo.fr">pirard4141@yahoo.fr</a>
	Trésorier	poste vacant (h/f)
<b>Aywaille</b>	Courrier	énéo, av. de la République française, 10 à 4920 Aywaille. <a href="mailto:eneo.aywaille@gmail.com">eneo.aywaille@gmail.com</a>
	Président	José Wégria 04/360.89.19 0494/46.99.08 <a href="mailto:jose_wegria@hotmail.com">jose_wegria@hotmail.com</a>
	Secrétaire	Jacques Pirard 04/360.88.99 0497/25.83.49 <a href="mailto:eneo.aywaille@gmail.com">eneo.aywaille@gmail.com</a>
	Trésorier	Mireille Natalis 04/384.83.93 0498/19.09.29 <a href="mailto:mireille.natalis@gmail.com">mireille.natalis@gmail.com</a>
<b>Ban-neux</b>	Président	Francis Halkin 0495/10.47.76 <a href="mailto:frahalkin@gmail.com">frahalkin@gmail.com</a>
	Secrétaire	poste vacant (h/f)
	Trésorier	Fernand Brandt 087/54.15.21
<b>Esneux</b>	Président	poste vacant (h/f)
	Secrétaire	Louise Loxhet 04/380.38.00 0479/35.85.90 <a href="mailto:louiseloxhet@gmail.com">louiseloxhet@gmail.com</a>
	Trésorier	François Collignon <a href="mailto:f.collignon@hotmail.fr">f.collignon@hotmail.fr</a>
<b>Hamoir</b>	Présidente	Véronique Franki - 086/388.932 - 0479/508.222 - <a href="mailto:verolays0208@hotmail.com">verolays0208@hotmail.com</a>
	Secrétaire	Marie-Rose Seret - 04/360.87.61 - 0497/61.14.58 - <a href="mailto:marose.seret@gmail.com">marose.seret@gmail.com</a>
	Trésorier	Claudine Simon ...
<b>Remou-champs</b>	Président	Roland Minguet 04/246.94.78 0477/52.52.21 <a href="mailto:morol.minguet@gmail.com">morol.minguet@gmail.com</a>
	Secrétaire	Christiane Lespagnard 04/384.57.93 <a href="mailto:christianelespagnard@gmail.com">christianelespagnard@gmail.com</a>
	Trésorier	Marcel Bollinne 04/382.17.88 <a href="mailto:marcel.bollinne@gmail.com">marcel.bollinne@gmail.com</a>
<b>Spri-mont</b>	Président	Suzanne Lemmens 04/388.20.28 0475/97.98.88 <a href="mailto:lemmens.suzanne@skynet.be">lemmens.suzanne@skynet.be</a>
	Secrétaire	Dominique Bernier 04/369.47.19 - 0477/82.30.50 - <a href="mailto:dominique.falise-bernier@skynet.be">dominique.falise-bernier@skynet.be</a>
	Trésorier	poste vacant (h/f)