



AMICALE DE GENVAL



EDITO Bulletin mensuel d'information n° 472 – Février 2017

Le bonheur est le parfum de l'âme, l'harmonie du cœur qui chante.

Romain Rolland

Les éclatements des fusées en bouquets de lumière et les pluies d'étoiles filantes des feux d'artifices de la Saint-Sylvestre ont clôturé les festivités du nouvel an. Les cascades scintillantes des décorations des parcs et des jardins, les illuminations qui ornaient nos villes et maisons s'éteignent petit à petit, faisant place aux placards publicitaires de la période des soldes sur les devantures des magasins et boutiques en tous genres.

Des milliers de souhaits de santé et de bonheur pour 2017, portés par les ondes, ont virevolté dans l'atmosphère pour être échangés selon la coutume : des vœux venant du fond du cœur le plus souvent mais aussi parfois envoyés par tradition. Quoi qu'il en soit, le mot « **bonheur** » était sur toutes les lèvres, dans tous les écrits, porteur de sens divers, pouvant s'interpréter de bien des façons, variable d'un individu à l'autre, où chacun met ses propres désirs, son propre contenu. Il est une chose complexe dont il est difficile de donner une définition précise. Pour le dictionnaire Larousse, le bonheur est « *un état de complète satisfaction et de plénitude* ». Bien des auteurs, des penseurs, des philosophes ont donné des interprétations ou des recettes du bonheur. « *Trouver sa joie dans la joie de l'autre, c'est le secret du bonheur* » disait Bernanos. « *Le bonheur n'est pas une chose toute faite : il découle de tes propres actions* » (Le Dalaï-lama). « *Ni l'or ni la grandeur ne nous rendent heureux* », « *l'argent ne fait pas le bonheur* », « *Ce sont les plaisirs simples et non les vaines possessions qui mènent au bonheur* » : ce sont là des proverbes connus et ressassés.

Je crois que personne n'a encore trouvé la recette du bonheur mais chacun d'entre nous possède en lui les ingrédients nécessaires pour le préparer. Le bonheur n'est pas un instant passager (Le jour béni où l'on gagne le gros lot à la loterie). C'est dans la durée qu'il faut l'envisager. Il se construit à chaque instant. Il est fait de tous les petits bonheurs quotidiens, de tous ces petits riens, toutes ces petites choses auxquelles bien souvent nous ne sommes pas attentifs mais qui nous arrivent par surprise. « *Le bonheur se faufile ainsi par une porte que l'on ne savait pas avoir laissé ouverte.* »

De plus, il faut avoir conscience de son bonheur. Nous sommes plus marqués par les événements négatifs que par les instants positifs de notre vie. Ce ressenti diffère d'une personne à l'autre et donc la nature même du bonheur. **Celui-ci est en chacun de nous. Il faut l'y trouver.** « *Il faut vouloir son bonheur et le faire* » a dit Alain. On court après le bonheur et on oublie d'être heureux. André Maurois disait : « *Le plus souvent, on cherche le bonheur comme on cherche ses lunettes alors qu'on les a sur le nez* » et Baden Powell : « *Le bonheur ne vient pas à ceux qui l'attendent assis* ».

Roger Yernaux

Présidente : Eliane Tibaux, Bois Pirart, 23 - 1332 Genval - GSM 0497 19 88 15 - E-mail : tib.el@skynet.be

Vice-Président : Roger Javaux, Route d'Ohain, 17 - 1332 Genval - Tél. 02 653 39 88.

Trésorière : Jeannine D'hoore, Avenue du Québec, 7 - 1330 Rixensart - Tél. 02 653 82 55.

Secrétariat : Cécile Dewandre, Rue des Déportés, 21/2 - 1332 Genval - GSM : 0495 37 61 47 E-Mail : ceciledewandre@gmail.com

Editeur responsable : Eliane Tibaux, Bois Pirart, 23 - 1332 Genval - GSM 0497 19 88 15 - E-mail : tib.el@skynet.be

Compte bancaire énéo Genval : IBAN BE 07 0680 9383 2066.

Cotisation annuelle : 14 € par membre (+ 3 € pour l'envoi du bulletin par courrier).

Cotisation 2017

Quelques distraits ont oublié de payer la cotisation pour 2017 : 14 euros par personne + 3 euros si vous souhaitez l'envoi du bulletin par la poste, à verser au compte d'énéo Genval BE07 0680 9383 2066.

Attention : avant de payer, vérifiez dans vos extraits que ce n'est pas déjà fait, ou bien contactez la trésorière, Jeannine D'hoore, au 02/653 82 55 car nous avons eu plusieurs remboursements à faire pour doubles versements !

Pour nos sportifs

La plupart des Mutualités interviennent dans les frais pour les activités sportives. Si vous ne l'avez pas encore fait pour 2016, il est encore temps de demander à votre Mutuelle le document que nous complèterons, et qui vous permettra de recevoir cette intervention, à condition d'être membre énéoSport, c'est-à-dire de nous avoir remis votre certificat médical et avoir payé la cotisation énéo.

Atelier d'écriture

"Le chemin" était le thème proposé à l'imagination de nos écrivaines.

Voici le texte rédigé par notre doyenne Yvonne Verlaeckt :

Le chemin

Il était assis par terre, au bord du trottoir, les pieds dans la rigole et il pleurait, pleurait comme seul peut pleurer un enfant qui souffre; le visage barbouillé, les yeux rougis, le sac qu'il portait sur le dos animé de secousses au rythme de ses sanglots.

Il fallait être de plomb pour ne pas s'interroger sur une telle détresse. Ses yeux s'accrochèrent à moi pour articuler enfin:

« J'ai perdu mon chemin ».

Mais comment as-tu pu?

« Je jouais après l'école avec un ami et au croisement, j'ai pris le mauvais chemin. Je connais pourtant bien celui qui n'est pas en pierre, il y pousse de hautes herbes, il n'y a presque plus de maisons et il y a plein de jardins et de fleurs, mais je ne le trouve plus et pourtant je suis retourné plein de fois.

Ma maman va s'inquiéter, elle dit toujours que je dois prendre le chemin le plus court, que les chemins sont parfois dangereux, qu'ils peuvent être sinueux et qu'ils cachent des dangers, qu'ils peuvent vous écarter du droit chemin. »

Mis en confiance, sa verve ne tarit pas.

« J'accompagne parfois maman quand elle rend visite à une amie qui, avec un mari malade vit un véritable chemin de croix. Je ne traverse jamais un chemin de fer non gardé car on dit qu'un train peut en cacher un autre. Ce sont les grandes personnes qui disent que tous les chemins mènent à Rome, puisque moi je n'arrive même pas à ma maison. »

Il lâche ma main, car il avait reconnu sa maison et sa maman qui l'attendait.

Notre bonhomme ne réalisait pas qu'il venait de parcourir la moitié du chemin qui en ferait un homme.

Notre conférence du mercredi 15 février 2017 à 14h au Mahiermont

«L'ARTHROSE, SES CAUSES ET SES REMEDES» par Didier HENNE, kinésithérapeute

L'arthrose est une maladie rhumatismale de type dégénératif.

A partir de la cinquantaine, elle touche largement nos populations, et cela à des degrés divers.

La dégradation du cartilage articulaire, généralement progressive, peut entraîner des douleurs, des raideurs, et une perte de fonctionnalité qui peut, parfois, nécessiter la pose d'une prothèse articulaire alors que les traitements conservateurs ne suffisent plus à juguler la symptomatologie.

Au cours de cet exposé, outre les causes et les facteurs favorisant l'arthrose, nous évoquerons aussi les différents traitements possibles, ainsi que les attitudes préventives à avoir face à cette atteinte.

Inscriptions auprès d'Eliane Tibaux au 0497 19 88 15 ou par e-mail tib.el@skynet.be

SPORTS FAIR du 3 au 5 février 2017 à Brussels Expo

EnéoSport sera présent au Salon national du Sport « SPORTS FAIR » à Bruxelles. Venez nous rendre visite au stand ADEPS/EnéoSport, dans le palais 8 du Heysel, du vendredi 3 au dimanche 5 février, de 10h à 18h (20h le vendredi).

Le ticket d'entrée (10 euros) donne aussi accès au Salon des Vacances.

Il est préférable de ne pas apporter de sac à dos afin d'éviter les files à l'entrée, par contre, si vous venez en tenue de sport complète, l'entrée est gratuite !

Escapade du printemps 2017 en « LOZERE »**Du dimanche 30 avril au vendredi 05 mai (6 jours / 5 nuits)**

Ancienne province du Gévaudan, située aux confins du Massif Central, oxygène du Languedoc, la **Lozère** est un paysage protégé, un espace de loisirs incomparables. Découvrir la Lozère c'est accepter le dépaysement, c'est le privilège de connaître une terre d'exception aux multiples sources, donnant naissance aux principales rivières, le Tarn, le Lot, l'Allier, la Truyère.

Le territoire est divisée en quatre régions : la Margeride au Nord, l'Aubrac au NO, les Cévennes au SE, les Causses au SO, toutes ces régions ayant leurs charmes respectifs.

Grâce au guide qui nous fera découvrir cette région, à l'accueil de l'hôtel et à l'ambiance habituelle du groupe, cette escapade sera une réussite sans nul doute ! C'est le souhait le plus cher.

Prix et description du séjour sur la feuille blanche en annexe.

Attention !! Vérifiez la date de validité de votre carte européenne d'assurance maladie.

Roger 0474 297 663

Edmond 0478 491 957

Danse en ligne

Pour le mois de février, malheureusement une seule date disponible à la fois pour le Mahiermont et pour notre professeur : le mercredi 8 février à 15h.

Activités pédestres

Balade du lundi 6 février 2017 - Rixensart-Bourgeois - 3 km

Nous sommes un peu en période de turbulences par le fait que deux guides ne peuvent organiser les marches. Aussi, allons-nous refaire la balade qui était proposée pour les fêtes de Rixensart l'année dernière. Cette balade part de la maison communale, va vers Bourgeois par la rue de Messe, emprunte les petites rues typiques de Bourgeois et revient au point de départ par le Ravel. Peu d'entre vous participaient à cette balade en septembre dernier et j'espère que cela vous plaira. Il y a peu de dénivellations et pas de boue, promis !

Et il fera beau ! Le verre de l'amitié sera pris au Raidillon.

RV : Place communale de Genval à 14h00 - covoiturage jusqu'au parking du Carrefour de Rixensart (départ 14h15)

Robert VE (0477/23.09.97)

Marche du mardi 21 février 2017

Comme d'habitude, nous vous donnons rendez-vous à la place Communale de Genval à 14h, d'où nous partirons en covoiturage vers Renipont. Début de la marche à l'avenue du Bois de Chapelle. N'oubliez pas les bonnes chaussures et les bâtons.

Nous terminerons cette après-midi avec le verre de l'amitié au « Raidillon ».

Monique (0484 686 606)

Informatique

- **Service habituel** : En cas de problème avec votre ordinateur, dysfonctionnement, besoin de renseignements, ... n'hésitez pas à me téléphoner au 0495 46 99 78. Je ferai le maximum pour vous aider. Par téléphone si possible, chez vous sur votre PC ou chez moi.

- **EnéOrdi.**

La prochaine réunion d'EnéOrdi aura lieu le jeudi 16 février 2017 de 10h à 12h à la salle habituelle sous la cure de l'église St Sixte. (Questions/Réponses).

- **Astuce du mois.**

Associer manuellement un type de fichier à un logiciel - Windows 10

Ceci arrive souvent lors de réception de fichiers attachés dans des mails. Votre programme par défaut ne correspond pas à celui qui vous envoie le fichier.

1. Cliquez sur le bouton démarrer, puis sur paramètres.
2. Cliquez sur système.
3. Dans la colonne de gauche, cliquez sur « Applications par défaut ».
4. Cliquez sur « Choisir les applications par défaut par type de fichier ».
5. Windows 10 affiche des extensions et applications disponibles. Choisissez l'association qui fonctionne sur votre PC. Cette association deviendra celle par défaut lors de l'utilisation du même type de fichier.

Et vous n'aurez plus de problème

Jean-Michel (0495 46 99 78)

Devenez "Animateur Viactive" !

Cette formation s'adresse aux personnes qui souhaitent **animer un club « Viactive »** dans leur région (Programme de base P1). Il n'est demandé **aucune formation préliminaire** en éducation physique. Les deux journées de formation sont obligatoires pour devenir animateur. La prochaine formation aura lieu à 6150 Anderlues, les vendredi 10 février et lundi 13 février de 9h30 à 16h00 (**prévoir son pique-nique**). Si vous êtes intéressé par cette formation, vous pouvez prendre contact avec Chantal Daem (énéoSport Hainaut oriental) au 071/54.84.01 ou chantal.daem@mc.be

Palmarès 2016 mots croisés

Les mots croisés ont du succès auprès de nos membres. Tous ne renvoient pas leurs solutions, mais beaucoup trouvent plaisir à résoudre les grilles. C'est un exercice relaxant et excellent pour stimuler nos méninges et entretenir notre mémoire.

Je félicite particulièrement pour leur assiduité et leur perspicacité : Anne-Marie G., Claudine E., Gisèle P.J., Imelda V., Irène V., Kris L., Maria H., Marie-Rose F., Martine V., Marie-Thérèse D., Robert B., Thérèse V.

Bravo aussi à: Albert M., Anna M., Betty G., Cécile D., Jeanine C.

Et si cette année vous vouliez nous rejoindre, c'est avec plaisir que je recevrai vos grilles. Bienvenue à tous.

Colette



Échecs au « Mahiermont »

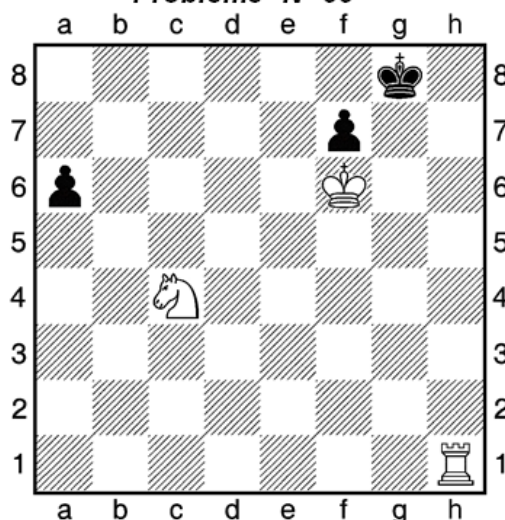
Jour de Jeu : jeudi de 14h à 17h

***Les échecs, c'est la lutte contre l'erreur.
Johannes Zukertort***

***Christiane, André, Frédéric, Lambert, Richard,
Serge***

Solution du problème n° 32 : 1.Da8, Fe3
2.Tg3, Ff4 3.Tg1# ou 1..., Fh2 2.Tgg2, Ff4
3.Tg1# ou 1..., Fg5 2.Tf2, Fh4 3.Tg1# ou
1..., Fd2 2.Tg2, Ff4 3.Tg1# ou 1..., Fg3
2.Th6+, FFFh2 3.Tbxh2#

Problème N° 33



Les blancs jouent et font mat en 2 coups



Activités permanentes réservées à nos membres



Aquagym	Yoga	Gymnastique	Marche - Balade
Au bassin communal Lundi 16h45 à 17h30 Vendredi 14h45 à 15h30 Tél. 02 653 20 58	Au Mahiermont Jeudi 9h30 à 10h30 Jeudi 10h40 à 11h40 Tél. 0497 19 88 15	Centre sportif Rixensart Mardi 09h50 à 10h50 Tél. 02 653 75 24	Deux fois par mois Tél. 02 652 34 52
Ping-Pong	Gym Abdos-stretch	Marche nordique	Danses folkloriques
Ferme de Froidmont Mardi 14h à 17h00 Jeudi 14h00 à 17h00 Tél. 02 653 82 55	Espace Gym 17/203 Rue des Ateliers Mercredi de 11h00 à 12h00 Tél. 0497 19 88 15	RDV Parking Fondation Folon Mardi 14h30 Tél ; 02 653 66 92	Espace Grimberghe Rixensart Vendredi 9h30 à 11h00 Tél. 02 653 66 54

Coordination de nos activités sportives : Claude Moerenhout 02/653 20 58

Après-midis récréatifs	Ateliers d'écriture	Dessin et peinture	Scrapbooking	Informatique EnéOrdi-Cours
Mahiermont Jeudi 14h00 à 17h00 Tél. 02 653 52 84	2 ^{ème} et 4 ^{ème} vendredis du mois Tél. 02 653 34 97	« Maison des Aînés » Mercredi 14h00 à 17h00 Tél. 02 653 82 55	2 ^{ème} mardi du mois « Leur Abri » Tél. 02 653 20 58	Ss cure St Sixte Rens. et inscriptions Tél. 0495 46 99 78
Conversation anglaise	Conversation espagnole	Conversation néerlandaise	Patchwork	Voyages et conférences
Mardi 10h30 à 12h00 Jeudi 11h00 à 12h30 Tél. 0472 26 51 85	Jeudi 10h30 à 12h00 Tél. 0497 19 88 15	Lundi 10h00 à 11h30 Tél. 0497 19 88 15	Une fois par mois Tél. 02 653 96 49	3 ^{ème} mercredi du mois Rens. et inscriptions Tél. 02 653 39 88

Envoyez vos réponses à C. Lemoine, rue Etang Decellier, 4 à 1310 La Hulpe
E-Mail : manugerard@skynet.be avant le **20 février 2017**

A vos marques ... Grille N° 2

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

Horizontalement : 1.Chère à Bizet 2.Protège des curieux 3.Plaqueminier / un demi-giga 4.C'est bien nickel! / Verbe associé à la prière 5.Et que ça saute! / Voile triangulaire 6.Vieil héritage / Qui a la forme de la soie 7.Un bleu / dès 8.Non conforme 9.Enzyme 10.Fréquentés par Montaigne/ Poisson

Verticalement : 1.Pierre fine 2.Vendredi fut pour lui une grande rencontre 3.Rebut / Jours du calendrier romain 4.Ville des Pyrénées / Ensemble d'Etats 5.Graminées / Titane 6.Répétitives 7.Con nue pour ses falaises 8.Créé / De sortie en décembre 9.Henri II le planta sur son chapeau / Possessif 10.Allongée / A son âge

Colette

Solution de la grille N°1 : **Horiz.** : 1.Vertugadin 2.Ecartelé/ U 3.Guru/ Nucal 4.E / Emmener 5.Tempérance 6.Are/ Magnan 7.Ran/ Eteint 8.I.S.T. / Ni/ Ede 9.Em/ Itou / E 10.Neuronales