



Bureau de dépôt : 1330 RIXENSART



Bulletin mensuel d'information de GENVAL n° 496 Février 2019

EDITO

Un mois s'est écoulé depuis que 2018 s'en est allé, sans bruit, s'endormir paisiblement au pays des souvenirs tandis que s'éveillait 2019, accueilli par les bravos, les hurras d'une foule en folie, les pétarades des feux d'artifice projetant, sur le fond sombre du ciel, des arabesques et des bouquets multicolores évanescents. Le temps ne s'arrête jamais. Il marche, trotte et court. Einstein nous a dit qu'il s'est associé à notre espace pour former "l'espace-temps" dans lequel nous nous déplaçons. Un espace à 4 dimensions, allez donc voir ! Mais puisqu'Einstein l'a dit...

Le temps nous paraît court ou long en fonction du moment, de notre état d'esprit, des circonstances, c'est l'évidence. Pour l'enfant, le temps se vit au présent, au jour le jour. L'enfant n'a pas de passé, il ne se soucie pas de l'avenir. L'adulte, lui, intègre le passé, le présent et l'avenir. Pour nous, on a beau dire, on a beau faire, c'est le retour au passé qui devient le fondement de notre existence. Nous y faisons inmanquablement référence. C'est là que se trouve tout notre vécu. Nous y avons inscrit des repères en lettres dorées : **les traditions**. Jalons qui ponctuent notre vécu, tantôt joyeux, tantôt nostalgiques, tantôt tendres, sacrés, commémorations, anniversaires, que l'on respecte de père en fils depuis des siècles. Les hommes ont voulu dompter le temps, l'emprisonner "au salon, dans la pendule d'argent qui dit oui qui dit non, qui dit : je vous attends". (J. Brel)

C'est la tradition qui le veut. Ces merveilleux feux d'artifice grandioses qui illuminent le ciel en ces débuts d'années font rêver et emportent sur leurs ailes vers l'éternel les souhaits qui nous remplissent le cœur, souhaits exprimés par milliers sur de jolies cartes postales, par e-mails ou de vive voix. Les vœux, les rêves des humains s'élèvent encore vers les confins de l'univers, vers l'inconnu, lorsque la Terre traverse au mois d'août la pluie d'étoiles filantes, les Perséides. Se réaliseront-ils, ces vœux ? Qui sait !

Mais j'y pense, le prochain jalon est à notre porte : la Chandeleur se fête **le 2 février**. D'après la coutume, les paysans parcouraient les champs en portant des flambeaux pour purifier la terre avant de semer. Au Ve siècle, le pape la remplace par la Présentation au temple de Jésus, Lumière du monde. **La tradition** veut que ce jour-là, on fasse des crêpes avec la farine de l'année précédente, symbole de prospérité pour l'année à venir.

Mais tout à coup voilà qu'une odeur vient me chatouiller le nez. Une image, (oserais-je dire une icône) prend doucement forme dans mon esprit : maman, le tablier noué autour de la taille, debout devant la cuisinière au charbon, une poêle à la main, fait sauter les crêpes dorées. Ces crêpes, par leur forme et leur couleur, évoquent le soleil de retour après la longue nuit d'hiver. Le dicton veut qu'à la Chandeleur, l'hiver finisse ou prenne vigueur. **La tradition.**

R. 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 : Françoise Poskin, Av. des Hortensias, 20 - 1300 Limal - GSM : 0494 69 58 09 E-Mail : francoise.poskin@hotmail.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 - Site Internet : www.eneogenvalrixensart.com

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

In Memoriam

Nous avons le triste devoir de vous faire part du décès de :

- **MAURICE VANHAELEN**, époux de RENEE FASTRE, né à Uccle le 21 août 1940 et décédé à Genval le 15 janvier 2019. La cérémonie d'adieu, suivie de l'incinération au crématorium de Court-Saint-Etienne, a eu lieu le 19 janvier 2019.

- **JEAN-PAUL NEYNS**, époux de SUZANNE WOLFF, né à Tirlemont le 3 mai 1944 et décédé à Namur le 17 janvier 2019. Les funérailles, suivies de l'inhumation au cimetière de Saint-Nicolas, ont été célébrées en l'église paroissiale Sainte-Croix (château de Rixensart) le 25 janvier 2019.

Jean-Paul était bien connu à énéo Genval, où il était membre de la gymnastique mais où il avait aussi présenté des conférences en rapport avec la bataille de Waterloo, et nous avait guidés sur les champs de bataille. Il nous avait ensuite emmenés en balade commentée dans le quartier des « Marolles » à Bruxelles. Après cela, la maladie l'a contraint à annuler plusieurs projets de sorties et de conférences qu'il continuait à préparer. Certains se souviendront aussi de ses explications lors de la visite de la basilique de Montaigny pour le carême en 2016 et, en mai de la même année, de la basilique de Basse-Wavre lors d'une marche mensuelle. Jean-Paul était très cultivé et aimait nous faire partager ses passions tout en restant toujours très simple et accessible. Malgré les douleurs dues à la maladie, et les difficultés pour se déplacer, il avait encore tenu à venir nous dire bonjour au stand des Fêtes de Rixensart en septembre dernier. Sa gentillesse et son sourire resteront gravés dans nos cœurs.

- **MICHELE RASSE**. Ce n'est qu'en fin décembre que nous avons appris la triste nouvelle : notre amie est décédée fin octobre, après quelques semaines d'hospitalisation. Elle aurait eu 80 ans en ce mois de janvier.

Pendant plusieurs années, nous avons côtoyé Michèle dans le cadre de plusieurs de nos activités. Elle était une participante assidue et motivée des tables de conversation anglaise et néerlandaise, jusqu'en juin 2018. Michèle était aussi une fidèle de nos activités culturelles et éducatives, notamment nos conférences et séances de film/débat, ainsi que de nos goûters.

- **SUZANNE DE STAERKE**, veuve TOUSSAINT, née le 8 novembre 1930 et décédée à Ottignies le 21 janvier 2019. La cérémonie d'adieu, suivie de l'incinération au crématorium de Bruxelles à Uccle, a eu lieu le 29 janvier 2019. Suzanne a encore participé à notre goûter de Noël, et elle était aussi membre du CCCA de Rixensart et de plusieurs autres associations.

Nous présentons à leurs familles et à leurs proches nos plus sincères condoléances.

Pour nos sportifs

La plupart des mutualités interviennent dans les frais pour les activités sportives.

Si vous ne l'avez pas encore fait pour 2018, il est encore temps de demander à votre mutuelle le document que nous compléterons, et qui vous permettra de recevoir cette intervention, à condition d'être membre énéoSport, c.-à-d., nous avoir remis votre certificat médical et être en ordre de cotisation énéo.

Escapade en Périgord du mardi 14 au dimanche 19 mai 2019 (6 jours 5 nuits.)

Le Périgord noir (département de la Dordogne), où nous passerons notre séjour, est essentiellement rural et marqué par un riche patrimoine culturel ; châteaux, vestiges archéologiques et particulièrement préhistoriques.

Découpé par les vallées de la Vézère et de la Dordogne, il doit son nom au taux de boisement élevé et à la présence largement répandue du chêne vert.

Le Périgord est le pays où l'on mène de front les cultures les plus variées. Quatre productions symbolisent tout particulièrement cette région : les truffes, les noix, le foie gras, le tabac, auxquelles s'ajoutent les fraises et le vignoble.

Sans trop savourer d'avance, bon séjour, et toujours dans l'ambiance habituelle des Tamalous.

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

Roger 0474 297 663 Edmond 0478 49 19 57

Cotisations 2019

Merci à tous ceux d'entre vous qui se sont mis en règle de cotisation pour 2019.

Rappel pour les distraits : 14 euros + éventuellement 3 euros pour recevoir le bulletin par la poste.

Si vous êtes affilié dans une amicale voisine, vous pouvez prendre part à nos activités en vous acquittant d'une participation de 6 euros + 3 euros si vous souhaitez recevoir le bulletin par la poste.

A verser au compte d'énéo Genval BE07 0680 9383 2066.

En cas de doute : tél de la trésorière : 02 653 82 55.

Notre conférence du mercredi 20 février 2019 à 14h au Mahiermont

« COMPRENDRE, TRAITER ET GERER UNE HERNIE DISCALE LOMBAIRE »

par Didier HENNE Kinésithérapeute retraité.

Une prise en charge médicale conventionnelle rapide et le respect scrupuleux de certaines consignes thérapeutiques permettent dans 90% des cas d'éviter un acte chirurgical.

Opérée ou pas, la hernie discale laisse, actuellement, de nouvelles perspectives de reprise d'une vie sociale et professionnelle quasi normale et cela grâce à l'évolution de la médecine et de la chirurgie vertébrale.

L'apparition d'une hernie discale, sauf terrain congénital propice, est souvent la conséquence d'une fragilisation vertébrale liée à des efforts ou mauvais positionnements répétitifs.

Il ne faut, néanmoins, pas se voiler la face : la présence de douleurs chroniques persistantes ou de récurrences restent, dans un nombre limité de cas, toujours possibles et la présence d'une hernie discale fragilise l'équilibre vertébral lombaire.

L'objectif de cet exposé est de permettre en expliquant les mécanismes de développement de la hernie discale de pouvoir mieux comprendre la justification des traitements mis en place et la nécessité d'envisager la prise d'attitudes préventives ou de gestion du bas du dos.

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

Marche du mercredi 13 février 2019

Ce mercredi, nous resterons dans l'entité de Rixensart en marchant dans les rues, histoire de ne pas s'enfoncer dans des sols rendus boueux par le temps hivernal humide et en allant de la



ferme de Froidmont au quartier du Guéret et en revenant par le quartier du Québec.

Rendez-vous à la Place communale de Genval d'où nous partirons à 14h00 en covoiturage jusqu'au parking de la ferme de Froidmont, chemin du Meunier.

Le départ de la marche aura lieu à cet endroit à 14h15. Après la marche, nous irons boire à notre santé au Raidillon.

Robert VE (0477/23.09.97)

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. J'interviendrai par téléphone si possible, chez vous sur votre PC ou chez moi.
- **EnéOrdi.**
La prochaine réunion d'EnéOrdi aura lieu le jeudi 21 février 2019 entre 10h et 12h à la salle habituelle sous la cure de l'église St Sixte avec un questions/réponses avec vos propres questions. Tous les membres sont les bienvenus gratuitement.
- **Astuce du mois:** Les raccourcis clavier qui seront utiles dans les traitements de texte.

CTRL C: Copier
CTRL X: Couper
CTRL V: Coller
CTRL Z: Annuler
CTRL Y: Rétablir
CTRL B: Gras
CTRL U: Souligner
CTRL I: Italiquer

Rappelez-vous, si vous avez un Mac, le bouton CTRL presse est remplacé par le bouton de commande sur votre ordinateur.



Jean-Michel

Danse en ligne

Il y aura cours les mercredis 6, 13 et 27 février 2019, de 15 à 16h, au Mahiermont.

Pas de cours le mercredi 20 février, en raison de la conférence (voir page 3).

Les as des grilles 2018. (Mots croisés)

Robert B, Jeanine C., Claudine E., Marie-Thérèse D., Marie-Rose F.,
Anne-Marie G.

Maria H., Imelda, Georges J., Kris L., Therese V., Martine V.

Une mention spéciale à Gisèle P.J. 96 ans, assidue aux jeux de mots.

Bravo à tous, c'est toujours avec plaisir que je reçois vos trouvailles.
Bienvenue aux nouveaux. Essayez, c'est bon pour l'esprit et le moral.

Colette

Compte Rendu de la conférence du 16 janvier 2019 sur le CCCA

Conférencier : Mr Francis Gille - Président du CCCA de Nivelles.

La réunion du 16 janvier qui s'est tenue au Mahiermont avait pour but de présenter le fonctionnement et les activités du Conseil Consultatif Communal des Aînés de Nivelles.

En règle générale, les membres sont élus pour 6 ans à la suite des élections communales. La liste des membres est soumise à l'approbation du Conseil Communal.

Francis Gille avait subdivisé sa conférence en 4 parties : la définition du CCCA (rappel + composition + missions), les conférences organisées par le CCCA depuis sa création, les actions « mobilité » menées dans la commune de Nivelles et le bilan obtenu par le Conseil consultatif sur la période de 2013 à 2018.

Francis Gille a très bien décrit l'esprit participatif qui règne dans la population des aînés à Nivelles.

Parmi la quarantaine de personnes présentes, plusieurs membres de CCCA de communes environnantes avaient répondu à l'invitation d'énéo Genval.

L'occasion était belle pour prendre connaissance du mode de fonctionnement de ces conseils consultatifs voisins (de La Hulpe et de Lasne notamment).

Les actions menées et décrites dans les communes sont très différentes selon les entités voisines.

Nous étions curieux d'entendre la description de leurs résultats.

Le débat qui s'ensuivit fut intéressant à plus d'un titre.

Les missions et activités du CCCA de Rixensart sont décrites sur le site de la commune <http://www.rixensart.be/vivre-a-rixensart/ccca/> ainsi que dans le Rixensart Info. Elles ont été commentées par le Président actuel, Daniel Vanderstichelen.

Si la participation au Conseil communal consultatif des aînés de Rixensart vous intéresse, celui-ci vous invite à répondre à l'appel aux candidatures qui sera bientôt publié dans le Rixensart Info.

André Brigode



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	Une fois par mois Tél. 02 652 34 52 Gsm. 0484 686 606
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	1er et 3 ^{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 10h15 à 11h45 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 2019**

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.Fête de la lumière 2.Adjectif pour la marmotte 3.Déteint/ Venu 4.S'est suicidé pour un poisson/ Groupe 5.La bédé en est le 9è/ Accidenté 6.Général sudiste/ Lézarde de mûre 7.Courant philosophique/ Un anglais 8.Attentionné 9.Reine hindoue/ Désigne l'interlocuteur 10.(S')exterminant

Verticalement : 1.On y grave des initiales 2.Gais/ Il naît au milieu des cadeaux 3.Remise 4.Lent à fondre/ Gouverneur musulman 5.Quand la clochette tinte 6.Pronom/ Sa règle est à respecter 7. Sur le toit, pour éclairer 8.Peuvent être renouvelables 9.Parfois contre/ A besoin d'un donneur/ A son mur 10.Vérification de collections

Colette

Solution de la grille N° 1 : Horiz. : 1.Pâtissière 2.Abasourdir 3.Lapone/ Uve 4.Ecimas/ Lis 5.Tarer/ Ace 6.Us/ R / Adore 7. V / Censorat 8.Ici/ E.T. / A / A 9.Electrons 10.Relisent/ X

ESCAPADE EN PERIGORD DU MARDI 14 AU VENDREDI 19 MAI 2019 6 JOURS 5 NUITS

A chaque bagage son étiquette mentionnant le lieu d'embarquement.

Heures et endroits d'embarquement.

Garage :	5h30 ; départ
Place communale	5h35
La gare de Gerval	5h40
Q8 Delhaize Gerval	5h50
Tobel La Hulpe	6h00

Afin de respecter la législation européenne, nous ferons une halte commodités et le changement de chauffeur.

Déjeuner vers 13 heures au restaurant.

Une halte en milieu d'après-midi.

Arrivée en fin de journée, installation à l'hôtel, accueil. Distributions des clés.

Dîner et logement.

Hôtel « L'Auberge de la Petite Reine »

Route de Belvès

2470 Siorac En Périgord

+ 33 5 53 31 60 42

Prix du séjour : chambre double : 700 €

Single : 785 €

Comprenant :

- Tous les frais de transport en car et pourboire du chauffeur, les assurances. (Sauf annulation)
- Les deux repas de midi, le 1^{er} et le 6^{ème} jour, l'hébergement et les boissons aux repas, du dîner du premier jour au petit déjeuner du 6^e jour.
- Les entrées et les visites comprises dans les circuits, les soirées animées.
- L'accompagnement d'un guide régional.

Inscription par téléphone **au N° 02 653 39 88** confirmée par le versement d'une

Première tranche de 250 € pour le 27 février

Deuxième tranche de 250 € pour le 27 mars

Le solde : Ch. Double 200 € ; Single 285 € pour le 1^{er} mai.

Au compte **N° BE35 0682 2726 2337 (Voyages ENEO Gerval)**

Merci de comprendre nos soucis d'organisation en respectant le mode de paiement.

Le paiement peut se faire en un seul virement.

Ce séjour sera une réussite grâce à votre bonne humeur légendaire, votre amitié et votre participation, dans le respect mutuel de chacun.

En cas de désistement, le participant s'engage à inscrire un remplaçant. Un certificat de maladie sera demandé si au départ il y a un problème. Si les réserves éventuelles sont épuisées il y aura une retenue sur le prix du voyage.

Roger 0474 297 663

Edmond 0478 491 957

programme du séjour

JOUR 1 : La Petite Reine - Un accueil des plus chaleureux autour du verre de bienvenue.

Arrivée à l'hôtel en fin d'après-midi, accueil personnalisé par David et Caroline, installation dans les chambres.

Pot de bienvenue, dîner et logement.



JOUR 2 La sarlamandre matin 50kms après-midi 55kms

Départ pour la visite guidée de Sarlat et son marché (mercredi et samedi) aux milles saveurs.

Découvrez ce joyau médiéval, à travers ses ruelles, ses nombreux hôtels particuliers...

Déjeuner à l'hôtel

Départ pour la bastide de Domme, fondée en 1281 cette bastide royale connaîtra une des histoires les plus riches du Périgord. Vous découvrirez un magnifique panorama sur la vallée de la Dordogne. Visite en petit train suivi d'un temps libre.



Dîner et logement. Soirée animée



JOUR 3 Terre de traditions matin 43kms après-midi 57kms



La Rivière Espérance. Découvrez au fil de l'eau, en gabare, la vallée de la Dordogne classée au Patrimoine Mondial par l'UNESCO et de ses châteaux.

Déjeuner à l'hôtel

Le village Troglodytique médiéval de la Madeleine. Sur ce site extraordinaire qui donna son nom à une période de la préhistoire : Le Magdalénien, toutes les époques se côtoient. Visite guidée, des

cavités naturelles, occupées par l'homme du moyen âge jusqu'au 19^{ème} siècle

Dîner et logement. Soirée animée.



JOUR 4 De bastide au mythe de la Dame Blanche matin 50kms après-midi 45kms



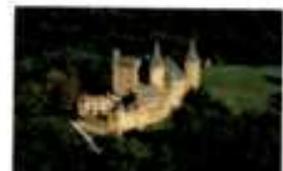
Monpazier est un des plus beaux villages de France, fondée en 1284 par le Roi d'Angleterre Edouard 1^{er}, la bastide de Monpazier a conservé son caractère d'origine. Retour par Cadouin connue pour son Abbaye.

Déjeuner à l'hôtel

Le château de Puymartin est aussi connu pour sa célèbre légende de la Dame Blanche. Sur un site escarpé proche de Sarlat, se dresse la silhouette insolite du château. Il fut construit au XIII^{ème} et détruit pendant la guerre de Cent Ans. Le

château a traversé les siècles et a été restauré en partie au XIX^{ème}.

Dîner et logement. Soirée animée.



JOUR 5 Pa. imoine journée 110kms



Visite guidée des jardins du Manoir d'Eyrignac, magnifique exemple de jardins à la française.

Déjeuner à l'extérieur

Fin 2016, au pied de la colline de Lascaux s'est ouvert le Centre International d'Art Pariétal Lascaux IV qui offre au public le fac-similé complet de la grotte grâce aux technologies de la réalité virtuelle, mais aussi la découverte de l'art pariétal du monde entier et de la civilisation de l'homme

de Cro-Magnon.

Soirée de départ. Dîner du terroir et Logement.



JOUR 6 L'heure des « Aux Revoir » arrive. Départ après le petit déjeuner vers votre localité.