



Bulletin mensuel du CDC Enéo Rixensart n° 580 – février 2026

Santé !

Février entre en scène sous le signe du Verseau , symbole de l'Air. Les férus d'astrologie y verront, pour les natifs de la première quinzaine du mois, des aptitudes à l'innovation, à l'indépendance et à l'humanisme. Quant aux Poissons qui leur succéderont, on leur attribuerait entre autres des vertus d'empathie, de créativité et de spiritualité. Y pêchent dans ce filet les proies qui leur conviennent !

Selon le calendrier républicain, le mois de Pluviôse, le mois des pluies, est représenté par une femme vêtue de bleu tenant un canard et une urne qui verse de l'eau. Il est aussi associé à Neptune , symbolisant les pluies. L'hiver se fait long et l'aspiration au beau temps, selon Théophile Gautier, de plus en plus forte :

*« Février grelottait blanc de givre et de neige ;
La pluie, à flots soudains, fouettait l'angle des toits ;
Et déjà tu disais : « Ô mon Dieu ! quand pourrai-je
Aller cueillir enfin la violette au bois ? »*

Mais dans le calendrier chinois, le Nouvel An, qui se passe en février, fête l'arrivée du printemps. Et donc, ce mois pluvieux marque aussi un progressif basculement. Le 2 février, jour de la Chandeleur, fête de la Lumière , marque le retour de la clarté : les jours commencent à l'emporter sur les nuits. Voilà pourquoi les crêpes, symbole solaire, s'envolent au plafond avant d'atterrir dans nos assiettes, réjouissant papilles et cœurs des Petits et des Grands. Le 14, Saint Valentin, martyr de Rome, a été choisi pour annoncer l'arrivée du printemps et devenir ainsi le patron des amoureux.

Pour nous, les derniers mois de février ont durablement marqué nos esprits et nos cœurs. La brutale irruption du Covid 19 il y a 5 ans et la guerre en Ukraine, débutée en février 2022, nous rappellent la fragile condition humaine et doivent nous inciter à la prudence et à l'empathie. Être avec l'humanité souffrante et défendre les valeurs qui nous sont chères.

Enfin, et la boucle est bouclée : février, c'est le mois de la tournée minérale. C'est normal pour le mois de l'Eau ! Et c'est bien choisi (par la Ligue antialcoolique ?) car il n'y a que 28 jours ce mois au lieu de 31 ! Sur ce, « Santé ! », comme dirait Stromae.

Manu Gérard

In Memoriam

Nous avons le triste devoir de vous annoncer le décès de :

- **Robert Renard**, né à Lasne le 16/8/1936 et décédé à Genval le 12/1/2026. Les funérailles ont eu lieu le 22 janvier au Crématorium de Court St Etienne. Robert Renard et son épouse, Arlette Herinne, faisaient partie de nos membres depuis de nombreuses années.

-

Nous nous associons avec beaucoup de sympathie à la peine de :

- Jean-Louis **VANDERKELEN** et Martine **FLAWINNE**, suite au décès de **Laurence**, la fille de Jean-Louis. Tous les deux sont participants au cours de gymnastique et de yoga. Elle était née à Schaerbeek le 24 décembre 1973 et est décédée à Ottignies le 18 décembre 2025.

Assemblée Générale - mercredi 25 février à 14h00

La prochaine Assemblée Générale ordinaire est prévue pour le mercredi 25 février à 14h00. Un ordre du jour détaillé sera envoyé début février.

La tenue d'une AG annuelle est conforme au texte des conventions signées entre les Comités de Coordination locaux et la Régionale du Brabant wallon afin de présenter un rapport d'activité ainsi que les comptes et budget de l'entité locale. **Lien pour l'inscription :** <https://forms.gle/vEFMc4b9FUUBnWLg8>

Marche du vendredi 13 Février 2026 - Lasne Grand Chemin – Ferme-château de Moriensart - environ 6 km

Pour cette première marche j'aurai le plaisir de vous guider le long de chemins que j'ai parcourus quotidiennement durant de nombreuses années.

La belle commune de Lasne nous donne encore cette possibilité de promenades loin du bruit des routes et des grands axes routiers. Le Grand Chemin en plus d'être un endroit historique nous fait découvrir des points de vue mémorables sur les environs.

Le parcours est de difficulté moyenne et les sentiers sont très praticables. En fonction du temps n'oubliez pas de vous munir de bonnes chaussures de marche.



Le départ se fera à 14h place de Renival juste en haut de la rue de la gendarmerie à Lasne. Il y a moyen de se parquer sur la partie gauche de la place d'où partent plusieurs sentiers de promenades. Votre présence est idéalement requise à 13h45 afin pouvoir prendre les présences. Pour les membres qui souhaitent bénéficier d'un co-voiturage à partir de Genval, un pré-rendez-vous peut être fixé à 13h30, Place Communale, comme d'habitude.

En espérant que le temps sera de la partie, je me réjouis de vous revoir.

Pourriez-vous vous inscrire à cette marche, en me contactant soit par mail soit par téléphone ?

Véronique Verstraete - Narcisse

0478/73 03 74 - vero.verstraete@gmail.com

Eneo Voyage

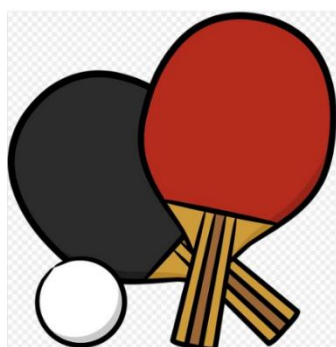
Bonjour à tous et toutes. Nous vous présentons les meilleurs vœux de toute l'Equipe Voyage ! Une nouvelle année de découvertes est à nos portes. Nous espérons qu'elles vous surprendront agréablement.

Dans ce Bulletin vous pourrez découvrir les informations et le programme **du grand voyage du 15 juin au 20 juin au pays de l'Ain**. Une belle découverte vous y attend.

Quant à la première journée d'excursion au mois de mars, elle vous sera dévoilée le mois prochain. Une chose à la fois !

L'Equipe Voyage

Jouer au ping-pong dans la bonne humeur ...



Sous l'égide d'EnéoSport, "La Palette Joyeuse" organise deux après-midi par semaine, on y joue de préférence par table de 4. Si l'idée vous séduit, venez donc faire un essai.

Renseignements : Christian Xhonneux - 02/653 29 59 - cxho@me.com

Pour qui ? Les 50 ans et plus

Quand ? Le mardi et le jeudi, de 14h à 17h

Où ? A la Ferme de Froidmont, sous l'église Saint-Etienne, entrée par le parking.

Christian Xhonneux

Mieux comprendre le yoga !

Nos membres yogi et yogini apprécieront certainement ce document de 4 pages préparé par notre professeur, Alexandre Van Win. Il explique, aussi succinctement que possible, la théorie de la discipline yoga et les bienfaits recherchés.

Le document est disponible sur notre site via le lien :

[9d563f_8dc6e869f9b64a26ac8f98bf7190e04a.pdf](#)

Nous préparerons des copies papier pour **les membres de notre club de yoga** qui le souhaitent.

Si vous ne pratiquez pas le yoga mais souhaitez cependant le recevoir, il est possible de demander l'envoi du document par mail à amrobert@outlook.be.



Eliane et Anne-Marie

Initiation à la marche nordique

Toute personne qui souhaite devenir membre d'un **club de marche nordique** doit suivre une initiation, chez EnéoSport ou dans un club reconnu. Deux cycles de formation ont déjà été confirmés pour 2026 chez Enéo.

- Villers-la-Ville, les vendredis 13, 20, 27 mars et 03 avril : de 13h00 à 15h00 . Centre sportif de Sart-Dames-Avelines. Inscription : Gisèle Rousseau, tél 476 72 04 25, girousseau@hotmail.com
- La Hulpe, les jeudis 5, 12, 19 et 26 mars, 2 et 9 avril de 10h00 à 11h45. Parc Solvay de La Hulpe, Parking Folon, Drève de la Ramée-Gaillemarde. Inscription : André Mertens 0473 86 07 20.

Françoise

La finalisation d'un logo pour Enéo Rixensart

Faisant suite à différentes propositions soumises, le choix final peut se faire entre les deux options ci-dessous. Les participants à l'Assemblée Générale ordinaire du 25 février seront appelés à exprimer leur préférence à main levée.



Proposition 1



Proposition 2

Conférence : Aide & Soins à Domicile (ASD) en Brabant Wallon mercredi 18 février à 14h00

Vivre à son domicile en Brabant wallon est un souhait cher au cœur des aînés. C'est donc la mission essentielle du centre de coordination de soins et de services à domicile.

Les ASD accompagnent les personnes en perte d'autonomie. Ils évaluent et mettent en place les soins et services requis par les aînés qui les sollicitent. Ils travaillent en étroite collaboration avec les intervenants professionnels (médecins traitants, infirmiers, kinésithérapeutes, services d'aides familiales, et autres) afin de répondre au mieux à votre demande et/ou à celle de votre entourage.



Leurs soins incluent : soins infirmiers, kinésithérapie, aide familiale, aide-ménagère, repas à domicile, garde-malade, télévigilance, matériel médical, transport, ergothérapie, soins palliatifs, service social, pédicure, logopédie, diététique ou encore psychologie.

La présentation apportera des infos sur les points suivants :

- Présentation de l'ASD
- Explication des métiers
- Infos mode de fonctionnement et organisation
- Lien et collaboration avec les autres métiers de 1^{ère} ligne / du domicile.

Retrouvons-nous donc le mercredi 18 février au Mahiermont, 12 rue J.B Stouffs à Genval. Entrée gratuite. Merci de vous inscrire au préalable par mail à elianetibaux@gmail.com ou 0497 19 88 15.

Eliane et Anne-Marie

Relais pour la vie 2026 - Rixensart - 18 & 19 avril

Le Relais 2026 est sur les rails : un premier appel est lancé aux marcheurs ou aux "battant.e.s" et à tous ceux qui sont prêts à participer. Enéo Rixensart a activement participé en 2025, nous **aimerions déjà savoir qui est prêt à tenir le stand pendant quelques heures** pour d'atteindre près des 24h de relais, et qui pourrait assister aux réunions d'information à Leur Abri. Les dates sont ci-dessous et les renseignements sont disponibles via lien [Découvrez – Rixensart](#). D'avance merci pour votre attention et disponibilité.

Pour les futur-es **capitaines d'équipe**, les dates **des réunions d'information** sont les suivantes :

- (Mardi 27/01/2026 à 19h30 – Leur Abri, réunion déjà passée)
- Mardi **17/03/2026** à 19h30 – Leur Abri (Rue du Baillois 6, 1330 Rixensart)
- Mardi **14/04/2026** à 19h30 – Leur Abri.

Pour rappel, le but de cet événement au profit de la **Fondation contre le Cancer** est de marcher ou courir pendant 24h, en équipe, pour récolter des fonds. Chaque équipe dispose également d'un stand pour proposer une activité (sportive, ludique, alimentation, boissons...) et ainsi contribuer à la collecte. Des concerts et animations rythmeront le week-end. Les inscriptions sont ouvertes depuis le **6 janvier** pour les équipes, bénévoles et Battant.e.s.

Eliane

Notre goûter de Noël 2026 en images – le 20/12/2025



Photo 1 : Eliane et Chantal, nouvelle Présidente, Photo 2 : Equipe d'organisation du goûter
Photo 3 : La dame à côté de Chantal est notre nouvelle doyenne. D'autres photos sur le Facebook d'Enéo Rixensart
<https://www.facebook.com/search/top?q=cdc%20en%C3%A9o%20rixensart>

Le TEC, ami des aînés

En vue des beaux jours, voici des informations, mises à jour, concernant l'abonnement annuel Express 65+, qui prévoit :

- 65 ans et plus (sans statut BIM) : 12 € par an pour voyager sur tout le réseau TEC avec un abonnement « Express ». Voir le lien [LeTec](#)
- 65 ans et plus avec statut BIM (intervention majorée) : gratuit. Voyez le lien [Wallonie](#)

Il faut posséder une **carte MOBIB nominative** (coût de la carte : environ 5 € si vous ne l'avez pas encore) sur laquelle l'abonnement est chargé. L'abonnement est valable **1 an** et doit être renouvelé chaque année. La carte est rechargeable dans les bornes SELF.

Anne-Marie



NOTE : Mise à jour de l'information communiquée dans le Bulletin de janvier : afin de préserver l'atmosphère des "après-midi récréatifs" du jeudi, il n'y aura pas de permanence organisée avec la Présidente durant l'activité.



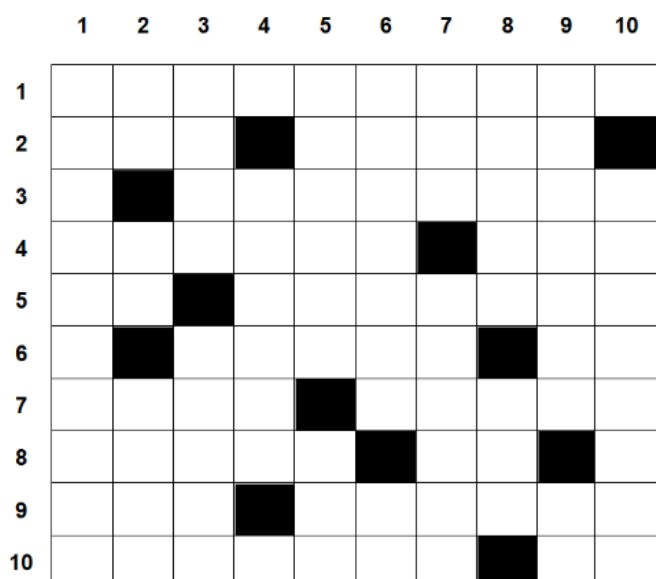
Activités permanentes réservées à nos membres



CULTURE - LOISIRS		SPORTS	
Après-midi récréatifs (cartes, jeux, broderie, tricot, etc)	Jeudi de 14h00 à 17h00 Tél. 0478 62 77 58 fabiennepirart4@gmail.com	Aquagym	à l'arrêt à partir de mai 2025 pour cause de travaux de rénovation.
Atelier d'écriture	1er et 3 ^{ème} lundi et vendredi du mois, Tél. 0496 308 577	Danses folkloriques	Vendredi de 9h30 à 11h00 Tél. 0477 54 19 88
Dessin et peinture	Mercredi de 14 à 17h00 Tél 0476 307 465	Danse en ligne	Mercredi de 14h30 à 15h30 Tél. 0476 69 24 05
Scrapbooking	2 ^{ème} mardi du mois, de 9 à 12h00 Tél 0475 97 46 99	Gymnastique	Mardi de 09h50 à 10h50 Tél. 02 653 75 24
Guichet numérique	Sur RDV Tél : 02 653 40 47	Gym Abdos-Stretch	De 11h00 à 12h00 Mardi - 0494/69 58 09 Mercredi - 02/354 95 25
Aide informatique individualisée	Sur RDV, à domicile Tél. 0476 31 25 55	Qi Gong	Mercredi de 16 à 17h Tél 0497 19 88 15
Conversation anglaise	Lundi de 10h à 11h30 Jeudi de 11h00 à 12h30 Tél. 0472 26 51 85	Ping-Pong	Mardi de 14h à 17h00 Jeudi de 14h à 17h cxho@me.com 02 653 29 59
Conversation espagnole	Jeudi 10h15 à 11h45 T. 02 653 36 92, vendredi 10/12h00 Tél 0477483321	Gym-Pilates	Lundi de 14.00 à 15h00 Tél 0494 69 58 09
Conversation néerlandaise	Lundi 10h30 à 12h - 0475 79 77 38 poelmans.claire00@gmail.com	Marche nordique	Lundi 9h30 Tél 02 653 07 79
Conférences	Durant les mois d'hiver Tél. 0472 26 51 85	Marche avec bâtons	Mardi 10h Tél 0496 10 15 88
Voyages et excursions	3 ^{ème} mercredi du mois Renseignements et inscriptions Tél. 02 653 28 69	Marche/Balade	1 fois / mois Tél : 0477 24 24 87 jm.th@scarlet.be
EnéoChoeur (groupe vocal)	Vendredi de 14h30 à 16h00 Tél 0487 21 57 67	Yoga sur tapis	Mercredi de 10 à 11h - jeudi de 10h40 à 11h40. Tél 0497 19 88 15
		Yoga sur chaise	Jeudi de 9h30 à 10h30 Tél. 0497 19 88 15

A vos marques ... Grille N° 2

Envoyez vos réponses à C. Lemoine, rue Etang Decellier, 4 à 1310 La Hulpe
E-Mail : manugerard@skynet.be avant le **20 février 2026**



Horizontalement : 1.Pierre d'achoppement
2.Marâtre grecque/ Au dos des fougères
3.Complot 4.Au bout de la nuit/Piges 5.Etrier, par exemple/Jus de puceron 6.Vierge explorée/ Possessif 7.Ville de Roumanie/Jeune pommier
8.Trait/Pronom 9.Défendit les descamisados/ Ecarterai 10.Grosses secousses/Ordre

Verticalement : 1.Gâteaux 2.Pas désuet/ Coutumes/Droite ou gauche à Paris 3.Gras pour les fêtes/Ornai 4.Ancien peuple berbère
5.Péninsule de l'Adriatique/Copain de Jerry
6.Moules de taille/Ne fait pas un rond 7.Canton suisse/ Sur les toits en montagne 8.Selon la loi/Moyen de locomotion 9.Raz de marée/ Salut phonétique 10.Exploitation agricole en Amérique

Solution de la grille n°1 : 1.Paresseuse 2.Ruine/ M / Ut 3.Externat/ A 4. S / Urticant 5.Bréviaires 6.Yole/ Gets 7.Tu/Para/ A 8.Emaner/Nat 9.Rigolas/ VO 10.Es/Ma/Agén.

L'Ain, des plaisirs à partager - du lundi 15 juin au samedi 20 juin 2026

Entre Lyon et Genève, le territoire de l'Ain se distingue par son patrimoine naturel et historique. Quelques repères suffisent à évoquer cette destination. Citons dans le désordre la volaille de Bresse, les étangs de la Dombes, la cité médiévale de Pérouges et le monastère royal de Brou à Bourg-en-Bresse. L'Ain, c'est une mosaïque de couleurs à découvrir sans modération.

Heures et endroits d'embarquement lundi 15 juin.

Parking du Delhaize	05h45 (Départ 06h00)
Fleuriste Leloup	06h05
Place Communale de Genval	06h10
Gare de Genval	06h20.

Halte à Berchem (Lux), petit déjeuner libre. Repas de midi à Langres.
Arrivée à l'hôtel en fin de journée. Installation et repas du soir.

Où ? Hôtel Mercure à Bourg-en-Bresse
Tel 00 33 474 22 44 88

Prix du séjour par personne :

Chambre double ou twin : 990€ chambre single : 1240€



Ce prix comprend tous les frais de transport, pourboire du chauffeur, assurance y compris l'assurance annulation, l'hébergement en pension complète, boissons comprises. Également le repas de midi à l'aller et au retour ainsi que les visites durant le séjour.

Inscriptions

1. Par téléphone au 02 653 28 69 (M-Th Geirnaert)

Le lundi 09 février et le mardi 10 février de 17h00 à 19h00

Précisez à l'inscription le type de chambre et le lieu d'embarquement.

2. Le paiement doit se faire après l'inscription téléphonique. Celle-ci sera effective à la réception du versement total ou de l'acompte.

Paiement

Si échelonnement, paiement avant le 20 de chaque mois indiqué.

Février : Acompte à l'inscription : 390€ Ch .double ou twin - 540€ ch. Single.

Mars : 300€ Ch. double ou twin 350€ Ch. Single

Avril : 300€ Ch. double ou twin 350€ Ch. single.

N° de compte BE35 0682 2726 2337 d'ENEO Genval voyages.

L'Equipe Voyage

Programme probable des visites durant le séjour dans l'Ain

MARDI 16/06/2026 – Découverte de la Bresse

Visite guidée de l'**apothicaire de l'Hôtel Dieu de Bourg-en-Bresse** qui a la rarissime particularité de posséder encore son laboratoire. Tous les instruments nécessaires à la préparation des médicaments sont conservés. Deux autres pièces, aux boiseries du XVIIIème siècle, présentent une importante collection de pots et de boîtes destinés à la conservation des plantes.

Départ pour le circuit commenté du **bocage bressan**. Notre guide nous dévoilera les spécificités de ce terroir : histoire, architecture, agriculture et élevage.

Déjeuner à la ferme-auberge du Colombier à **Vernoux** pour déguster le fameux poulet de Bresse à la crème.

Visite guidée de la **Ferme de la Forêt à Courtes**. Classée Monument Historique en 1930, la Ferme de la Forêt est un très bel exemple de ferme bressane de la fin du XVIe siècle. Le corps de logis témoigne de l'architecture traditionnelle avec sa galerie et sa cheminée sarrasine. Le parcours de visite évoque également l'alimentation, les techniques de constructions et les activités agricoles. Pour finir, le jardin potager est propice à la flânerie.

MERCREDI 17/06/2026 – La Dombes aux mille étangs

Circuit commenté des **étangs de la Dombes** en autocar. Plusieurs arrêts au bord d'étangs permettront de comprendre leur histoire, leurs cycles, la pêche traditionnelle, de découvrir la faune et la flore locale.

Déjeuner à l'auberge de Montessuy à **Châtillon-sur-Chalaronne**.

Visite à pied de la charmante **cit**é de Châtillon-sur-Chalaronne. Découvrez les rues fleuries « 4 fleurs », l'église Saint-André, les Halles du XVe siècle, l'ancienne demeure de Saint-Vincent-de-Paul et les maisons typiques à pans de bois.

Présentation du cuir de carpe de Dombes. Amarande, maroquinière d'Art, nous expliquera l'histoire de la valorisation du cuir, l'économie circulaire, le tannage et réalisera un objet en cuir de carpe.

JEUDI 18/06/2026 – Histoire et Ornithologie

Visite guidée du **Monastère royal de Brou à Bourg-en-Bresse**. L'église est un véritable joyau du gothique flamboyant du XVIe siècle. Continuation vers le **Parc des oiseaux de Villars-les-Dombes**.

Déjeuner au restaurant La Réserve situé à l'intérieur du Parc.

Visite libre du Parc. Vivons une expérience unique, un tour du monde ornithologique et botanique sans frontières. Avec 2000 oiseaux de 250 espèces sur 35 hectares, le Parc possède l'une des collections les plus importantes d'Europe. Cheminons librement et observons les oiseaux évoluer en toute liberté, au sein de 24 espaces de vie à l'image des paysages du monde.

Temps fort de la visite du Parc : **le spectacle d'oiseaux en vol**. Assistons depuis les gradins à un ballet féérique de grâce et de couleurs (sous réserve des conditions météo).

VENDREDI 19/06/2026 – De la soie à la pierre

Visite des **soieries Bonnet à Jujurieux**, une des plus grandes usines de tissage de soie d'Europe ! Continuation vers la cité médiévale de **Pérouges**.

Déjeuner au Relais de la Tour situé au cœur du village.

Visite guidée de la cité médiévale de Pérouges. Ancien village de tisserands du XIIIe siècle, classé comme l'un des plus beaux villages de France (Prévoir des chaussures plates).

Dégustation de la fameuse galette de Pérouges accompagnée d'un verre de vin de Cerdon.

L'Equipe Voyage.