



Bulletin mensuel d'information de GENVAL n° 513 - Juillet 2020

EDITO

Vive les vacances...

Je surprends un dialogue... "Où partez-vous cet été ?" Réponse avec une moue désabusée. "Oh! L'année dernière, on a **fait** la Thaïlande et cette année nous devons **faire** la Namibie, mais avec ce fichu virus nous sommes obligés de rester en Europe, ou pire en Belgique, où il fait froid, il pleut tout le temps et en plus, il n'y a rien à voir, tu te rends compte !" ...

Cela me fait penser à ces touristes asiatiques stakhanovistes, qui *font* l'Europe en visitant une ville par pays, comme si l'on pouvait *fabriquer*, ressentir et connaître une région, sa population, ses coutumes, en quelques jours !

Donc, nous voici revenus au "Bon Vieux Temps", lorsque seuls quelques privilégiés nantis pouvaient s'envoler vers des contrées lointaines, alors que la majorité des Belges étaient déjà ravis de se rendre à Heist ou Blankenberge dans une petite pension de famille, à l'instar de la chanson un brin nostalgique de Michel Jonasz, "Les vacances au bord de la mer".

Et d'autres migraient chez Tante Adèle ou Pépé Germain, où ils pouvaient aider aux travaux de la ferme ou plonger dans une eau frémissante mais glacée de nos belles rivières poissonneuses.

Cet été, nous pourrons à nouveau redécouvrir toutes les merveilles de notre beau petit pays. Je ne vais pas jouer au guide touristique, ce serait fastidieux, surtout qu'il ne faut pas oublier que l'équipe ENEO Voyage, en congé technique, nous concocte toujours de jolies découvertes. Encore un peu de patience !

Je voudrais terminer par une anecdote personnelle. Dans mon adolescence bruxelloise, nous partions en vacances en juillet. Une véritable expédition, avec armes et bagages, matériel de dessin, vélo, nous prenions le train à la gare du Quartier Léopold pour arriver à ... Rixensart !

Là, nous gardions la maison d'une amie de mes parents. Quant à moi, je pédalais et explorais tous les petits villages environnants. Pour une citadine, c'était un enchantement complètement exotique.

C'est alors que j'ai pensé : quand je serai grande, c'est ici que je viendrai vivre, car, oui, c'est ici qu'on est bien !

Marie-Rose Fischweiler

Présidente : Eliane Tibaux, Bois Pirart, 23 - 1332 Genval - GSM 0497 19 88 15 tib.el@skynet.be
Vice-Présidente: Isabelle De Block, Petite rue Mahiermont 28 - 1332 Genval - GSM 0496 02 60 65 saby.polet@gmail.com
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 francoise.poskin@hotmail.com
Editeur responsable : Eliane Tibaux, Bois Pirart, 23 - 1332 Genval - GSM : 0497 19 88 15 tib.el@skynet.be
Compte bancaire énéo Genval : IBAN BE 07 0680 9383 2066 - Site Internet : www.eneogenvallrixensart.com
Cotisation annuelle 2020 : 16 € par membre (+ 3 € pour l'envoi du bulletin par courrier).

Le déconfinement est à présent « en marche » pour énéoSPORT !

Vu les indicateurs encourageants, le CNS (Conseil National de Sécurité) du 3 juin a autorisé la reprise de certaines disciplines sportives **à partir du lundi 8 juin**. **ÉnéoSport confirme** la reprise avec prudence en respectant la volonté de chacun.

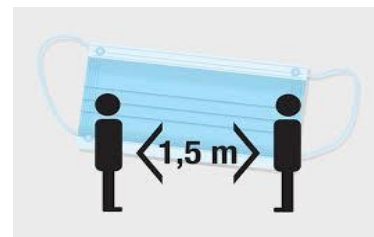
La reprise est prévue par « vagues successives ». La **première vague** (à partir du 08/06) concerne les **marches et marche nordique**. Les activités sont donc pratiquées en extérieur sans contact et sans partage de matériel. La marche nordique a déjà repris en juin à Genval, au parc de La Hulpe, ainsi que la marche (balade) au départ de la Place Communale afin d'éviter le covoiturage.

ÉnéoSport a ensuite rapidement annoncé une **deuxième vague** de reprise possible qui concerne des **activités sportives intérieures**. En bref, pratiquement toutes les disciplines sans contact pouvaient reprendre dès le 12 juin.

A Genval, elles incluent gymnastique, stretching, yoga, danses en ligne, et tennis de table. Toutefois **les responsables de ces activités sportives doivent encore évaluer les possibilités concrètes de reprise sur base des consignes de sécurité et des possibilités offertes par nos locaux**.

La reprise de l'**aquagym** dépendra des conditions de réouverture des piscines qui doivent être promulguées fin juin.

ÉnéoSport a publié à cet effet un **guide d'accompagnement** destiné aux cercles sportifs, bien entendu la reprise est laissée à l'appréciation des responsables et des animateurs.



Lors d'une séance d'information le 15 juin, énéoSport a confirmé ces dispositions, qui peuvent toutefois poser problème pour certaines activités comme la danse folklorique vu les contacts corporels.

En dernière minute, nous apprenons que la reprise de certaines **activités dites « culturelles » est à présent aussi autorisée par le CNS et énéo**. Les conditions générales pour cette reprise sont très semblables aux règles requises pour les activités sportives. La taille du groupe est de 20 personnes maximum, pour le moment, distantes de minimum 1,5 m l'une de l'autre, et privilégier un local extérieur ou bien ventilé. Masque obligatoire pour les allées et venues. Vu les dispositions que nous devons mettre en place, nous ne prévoyons pas cette reprise avant le mois de septembre.

Eliane

Marche du jeudi 23 juillet 2020

Doucement la marche reprend. Celle prévue pour le jeudi 23 juillet à 9h30 sera guidée par Monique du côté de Plancenoit.

Le virus, tellement attaché à nous, ne veut pas nous quitter tout à fait et les règles de distanciation sont toujours d'application au moment de la publication du Bulletin. Le nombre de participants est donc limité à 20, aussi nous vous demandons de bien vouloir vous inscrire au préalable. Inscriptions auprès de Robert qui nous donnera les dernières contraintes d'application et le lieu de départ. Tél 02/653.82.55 ou 0477/23.09.97.

Merci de ne vous inscrire que si vous êtes certains de participer.

Robert

Aperçu des consignes générales d'énéoSport

- L'accès aux activités est strictement limité aux sessions régulières d'activité pour des groupes de taille définies. Encadrement qualifié - Pas de contacts physiques entre les participants.
- L'option des activités en plein air doit être privilégiée. En cas d'impossibilité, il convient d'aérer les locaux.
- Pas d'échange de matériel sportif.
- Respect d'une distance d'1,5 mètre entre les participants.
- Espaces de détente, vestiaires et douches interdits.
- Règles d'hygiène strictes. Apporter son gel hydroalcoolique personnel est vivement conseillé.
- Consignes relatives au transport : Selon les besoins, prendre son propre véhicule. Si un co-voiturage est prévu, le passager doit occuper le siège arrière du véhicule avec un masque.
- Port du masque : donc pour se rendre sur le lieu de l'activité. Oter le masque pendant l'effort, se laver les mains et remettre le masque après la fin de l'effort.
- Pour tous les sportifs, il est recommandé **une reprise progressive de l'activité sportive en durée et intensité** afin de réadapter le corps à l'effort et de limiter les risques d'accidents, notamment cardiaques, musculaires ou articulaires, sans oublier l'hydratation habituelle lors de l'effort.
- Un Registre de présences est mis en place pour toutes les activités comme document répertoriant les personnes présentes lors des activités, en vue d'un traçage éventuel rapide, en cas de contamination d'un membre.

Eliane et Anne-Marie

WADA, Wallonie Amie Des Aînés

Face au besoin d'une politique locale pour les aînés, le projet «WADA» (Wallonie Amie Des Aînés) encourage les communes à s'inscrire dans un large réseau, celui des **Villes Amies Des Aînés** qui sont le relai au niveau local (VADA).

Une WADA pour un territoire signifie 8 champs d'actions !

Communication - Mobilité - Transport - Citoyenneté
Espaces publics - Services santé - Inclusion sociale
Participation sociale - Habitat.

Un grand nombre de communes wallonnes connaissent des problèmes identiques grandissants. Les centres sont de plus en plus désertés et les services de moins en moins accessibles : notamment manque de commerces de proximité, manque de banques, de bureaux de poste, manque de transports en commun, manque de places de parking.



Pour tenter d'y remédier, des solutions sont étudiées, via les **Conseils Consultatifs Communaux des Aînés (CCCA)**, auquel Enéo Genval/Rixensart participe. Réparties dans des provinces différentes, quelques communes pilotes ont déjà travaillé sur le sujet, en bénéficiant d'un accompagnement à la démarche WADA par l'Université Catholique de Louvain (UCL). Des démarches et discussions devraient commencer à Rixensart dans un avenir proche.



(Source : Site Internet de WADA)

Un brin d'humour :

« LES AVANTAGES D'AVOIR 60 ANS OU PLUS. »

Je ne changerais jamais mes amis fantastiques, ma vie merveilleuse, ma famille bien-aimée
pour des cheveux moins gris ou un ventre plus plat.

En vieillissant, je suis devenu plus amical envers moi-même,
et moins critique envers moi-même. Je suis devenu mon ami.

Je ne me blâme pas d'avoir mangé des biscuits supplémentaires, de ne pas avoir fait le lit
ou d'avoir acheté quelque chose de stupide dont je n'avais pas besoin.
J'ai le droit d'être désordonné, d'être extravagant.

J'ai vu beaucoup de chers amis quitter ce monde trop tôt,
avant de réaliser la grande liberté du vieillissement.

Qui m'en voudra si je décide de lire ou de jouer sur mon ordinateur jusqu'à quatre heures
et de dormir jusqu'à midi? Qui me fera plaisir de rester au lit
ou devant la télé aussi longtemps que je le souhaite?

Je vais danser avec ces merveilleux tubes des années 70 et 80 et si en
même temps je veux pleurer pour un amour perdu ...

Si je veux, je marcherai le long de la plage en short trop allongé sur un corps en décomposition
et plongerai dans les vagues avec abandon,
malgré le regard pénalisant des autres dans la jet set. Ils vieilliront également.

Je sais que parfois j'oublie, mais il y a des choses dans la vie qui devraient aussi être oubliées.
Je me souviens des choses importantes.

Bien sûr, au fil des ans, mon cœur s'est brisé.
Mais les cœurs brisés nous donnent force, compréhension et compassion.
Un cœur qui n'a jamais souffert est immaculé et stérile et ne
connaîtra jamais la joie d'être imparfait.

J'ai la chance d'avoir vécu assez longtemps pour avoir mes cheveux gris
et mon rire juvénile gravés à jamais dans les sillons profonds de mon visage.

Beaucoup n'ont jamais ri, beaucoup sont morts avant que leurs cheveux ne deviennent argentés.
En vieillissant, il est plus facile d'être positif.

Vous vous souciez moins de ce que les autres pensent.

Je ne me remets plus en question. J'ai gagné le droit de faire des erreurs.

Donc, pour répondre à votre question, j'aime être vieux. J'aime la personne que je suis devenue.

Je ne vivrai pas éternellement, mais tant que je serai encore là,
Je ne perdrai pas de temps à regretter ce qui a pu être ou à s'inquiéter de ce qui sera.
Et si je le veux, je mangerai un dessert tous les jours.

Que notre amitié ne soit jamais séparée, car elle vient du cœur !

Réflexions après-confinement : Une fin d'année difficile à l'école



Kroll



La nouvelle cour de récréation

Une institutrice néerlandaise est tellement triste de ne pas voir ses élèves qu'elle tricote des petites poupées à leur effigie.



Un devoir particulièrement difficile

Une dame (85 ans) a été amenée à composer, dans sa seigneurie en mars dernier, un poème sur la pandémie sans utiliser la lettre E. Belle prouesse !

*Aucun bruit sur mon balcon
Où l'air froid mais vivifiant
Calma mon imagination
D'un futur moins rassurant*

*Un magnolia au jardin
Scrutant l'horizon azur
Poussait un cri quasi humain
Pour qu'un stop au virus soit sûr*

*Laissant la mort chaos mondial
Il poursuit tout sur son parcours
Mais un jour par un coup fatal
Il disparaîtra à son tour.*

En conclusion, l'équipe du Bulletin vous souhaite à Tous et Toutes de bons moments de détente au cours de la période de vacances qui nous arrive.





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	Atelier d'écriture	Dessin et peinture	Scrapbooking	Informatique EnéOrdi
Mahiermont Jeudi 14h00 à 17h00 Tél. 0478 62 77 58	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	Sous cure St Sixte Rens. et inscriptions Tél 0497 19 88 15
Conversation anglaise	Conversation espagnole	Conversation néerlandaise	Conférences	Voyages et excursions
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 Mardi 10h00 à 11h30 Tél. 0496 02 60 65	Une fois par mois Tél. 0496 02 60 65	3 ^{ème} mercredi du mois Rens. et inscriptions Tél. 02 653 28 69

A vos marques ... Grille N°7

Envoyez vos réponses à C. Lemoine, rue Etang Decellier, 4 à 1310 La Hulpe
E-Mail : manugerard@skynet.be avant le **20 juillet 2020**

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

Horizontalement : 1.Histoire de branches
2.Missive/Région d'outre-mer 3.Partie du lieu
4.Palindrome biblique/Jeune en attente de bois
5.Pistes pour la petite reine 6.Rebut/Amas bien froid
7.Transports désuets/Avec lui, ça va vite 8.Lésé/Est grec ou basque/Cuvette 9.Antre/A l'entrée du salon
10.Rassurées

Verticalement : 1.Leurs fruits parfument le gin
2.Voiture irréparable/Mouvement impétueux 3.Fleur bleue/Tête pensante 4.Parfois indien/Pour le chat ?
5.Hirondelle/Nourri en campagne 6.Coulent en Roumanie/Revêt Gandhi 7.Fréquente le lac Léman/Précède la qualité 8.Pour la manœuvre des voiles 9.Prit de la panse/Voyageuse sans bagages
10.Qui manque de naturel/Ciel pour Brel

Colette

Solution de la grille N°6 : Horiz. : 1.Giacometti 2.Acra/Anion 3.Rablé/Tris 4.Irradie/Tu 5.Geiger/ H / L 6. U / Senorita 7.Ers/Snob/ R 8.Thés/ Inoui 9.Tuai/ Ecu/ T 10.Emu/ Asexué.

Solution de la grille N°6bis : Horiz. : 1.Perfection 2.Athéna/ Saï 3.Roitelets 4.Minaret/ If 5.El/ Grasse 6.Nevu/ Ma / D 7. T / Armoirie 8. I / Rie/ Nier 9. E / Génie/ Na 10.Réa/ E / Sial