

La feuille de Houx

LES ROTEUS di HOUSSAIE

Le printemps

Au printemps, on est un peu fou,
Toutes les fenêtres sont claires,
Les près sont pleins de primevères,
On voit des nouveautés partout.
Oh ! Regarde, une branche verte !
Ses feuilles sortent de l'étui !
Une tulipe s'est ouverte...
Ce soir, il ne fera pas nuit,
Les oiseaux chantent à tue-tête,
Et tous les enfants sont contents.
On dirait que c'est une fête...
Ah ! Que c'est joli le printemps !

Lucie Delarue-Mardrus



n°2

Avril 2023

Organigramme des Roteus



DEHAULT Jean-Luc

**Président
Parcours - Relations extérieures**

📍 Rue d'Affnay, 18 - 610 BEYNE-HEUSAY
📞 0471 / 53 27 06
✉ jl.dehault@live.be



BIEMAR Jean

**Vice-président
Responsable bar**

📍 Rue Prince de Liège, 82 - 4030 GRIVEGNEE
📞 0473/ 57 70 74 - 04/ 365 93 27
✉ biemarjean84@gmail.com



DELHAXHE Jean-Michel

**Trésorier - Comptable
Affiliations**

📍 Rue de l'Egalité, 441/01, 4630 Soumagne
📞 0476/ 91 57 25
✉ jean-michel.delhaxhe@skynet.be

Nouvelle adresse
à partir du 15 avril



PEIGNEUX Christiane

Secrétaire

📍 Rue des Semailles, 9 - 4030 GRIVEGNEE
📞 0497/ 23 29 90 - 04/ 343 10 01
✉ fa203059@skynet.be



URBAN Serge

Assurances - Adjoint trésorier

📍 Avenue Jean Hans, 56 - 4030 GRIVEGNEE
📞 04/ 341 19 36 - 0496/ 48 81 75
✉ s.urban@skynet.be



GOUDERS Paul

Responsable salle

📍 Rue Haut des Tawes, 226 - 4000 LIEGE
📞 0498/ 46 18 41
✉ paulgouders@hotmail.com



VICENZI Eugène

Responsable parcours - Matériel

📍 Rue Ernest Malvoz, 110
4610 BEYNE-HEUSAY
📞 0493/ 38 64 48
✉ eugene.vicenzi@gmail.com



COLLARD Maurice

Promotion

📍 Rue Arnold Trillet 209 - 4630 SOUMAGNE
📞 0477/ 75 03 35
✉ mauricecollard007@gmail.com



BEAUJEAN Joëlle

Responsable cuisine

📍 Rue Croix Visé - 4610 BEYNE-HEUSAY
📞 0474/ 64 47 45
✉ Joelle.beaujean@gmail.com



DEPREZ Christine

Responsable boutique

📍 Rue de Beyne, 73 - 4020 JUPILLE
📞 0496/ 73 42 03 - 04/ 362 16 66
✉ koalou23@gmail.com



ROSSITTO Giuseppe

Responsable Parking

📍 Rue Fagnery, 37 - 4050 NINANE
📞 0495/ 23 14 84
✉ Giusepperossitto2@gmail.com



JOSET Arlette

**Secrétaire adjointe
Réalisation feuille de Houx
Organisation voyages**

📍 Grand Fontaine, 10 - 4610 Beyne-Heusay
📞 0475/ 66 95 72
✉ miss.tomlu@hotmail.com

La Feuille de Houx

n°2 Avril 2023

Sommaire

Organigramme des Roteus	2
Editorial	3
Roteu's Anniversaire	4
Roteu's Membres	4
Roteu's Agenda	5
Roteu's Fidélité	5
Roteu's Marches conseillées	6
Roteu's Recette	7
Roteu's Infos	8
Roteu's Boutique	9
Roteu's Remerciement	9
Roteu's ont la parole	10
Roteu's Nature	10
Roteu's Presse	11
Roteu's Balades	11
La marche de la fête des mères	12
Roteu's Reportage	15

Editorial

Chers amis Roteuses et Roteus,

Début janvier, notre marche de l'Épiphanie a rassemblé 360 marcheurs. Le fait qu'elle ait lieu en semaine et à une époque de l'année où les conditions climatiques ne sont pas toujours favorables expliquent peut-être son manque de succès. C'est pour cette raison et surtout à cause du coût de plus en plus élevé de la location des salles que nous avons décidé qu'elle sera dorénavant supprimée. Nous maintenons bien sûr notre marche de la fête des mères ainsi que notre grande marche du Houx de 2 jours.

A cette occasion, nous vous rappelons que la marche de la fête des mères aura lieu dans notre salle habituelle de l'Amicale Concorde, par contre la grande marche des 4 et 5 novembre se déroulera dans la salle St Barthélemy, rue Cardinal Mercier, 28 à Beyne-Heusay.

Ce changement est dû à la démolition du local avant de notre salle, les travaux sont prévus pour une durée d'environ un an.

Le **4 mars** a eu lieu notre assemblée générale suivie de son banquet. Ce fut un franc succès tant au niveau du repas que de l'ambiance. Nous remercions vivement tous les participants qui ont contribué à cette réussite.

Nous vous rappelons notre prochaine activité : **le prologue du 15 avril** suivi d'un repas spaghetti et dessert avec animation musicale, repas qui sera offert aux bénévoles de 2022.

Rendez-vous à notre salle :

- 9 h pour les 12 kms
- 10 h pour les 6 kms
- 10h30 pour les 4 kms

Repas prévu vers 12h30 + animation musicale

Au plaisir de vous voir à nos différentes activités ou lors d'une marche,

Jean-Luc Dehault, président



n°2 Avril 2023

n°2

La Feuille de Houx

3



Roteu's Anniversaire

Nous souhaitons un très joyeux anniversaire aux Roteus sous le signe du :



Belier : 21 mars - 20 avril

23/03 **VAN MEENSEL** Marie-Louise
24/03 **VERBIEST** Josiane
28/03 **COHEN** Alan
30/03 **JAMIN** Guy

04/04 **FRANSEN** Marie-José
08/04 **MARCHOT** Eric
11/04 **CASAS** Marguerite
13/04 **BEUKEN** Hubert

14/04 **DELSAUT** Jeannine
18/04 **SERVAIS** Nicole
20/04 **BABE** Michel



Taureau : 21 avril - 21 mai

21/04 **DIRIX** Laurence
23/04 **DEPREZ** Christine
24/04 **DUYCK** Fernande
24/04 **DEPAUW** Michel
26/04 **NOEL** Monique

26/04 **GUARDATI** Liliane
01/05 **REYNDERS** Henri
04/05 **GOUDERS** Paul
06/05 **JACOB** Joseph
10/05 **SAGRAFENA** Violette

13/05 **CIELEN** Christiane
14/05 **BECKERS** Joël
17/05 **DECHEF** Arlette



Gémeaux : 22 mai - 21 juin

29/05 **GHISSE** Françoise
02/06 **PARMENTIER** Danielle
03/06 **VERBIST** Georgette

03/06 **WEYTJENS** Vincent
08/06 **TRILLET** Pierre
11/06 **DENOTTE** Cécile

17/06 **MAQUET** Jeanne



Cancer : 22 juin - 22 juillet

23/06 **JANSSENS** Diane
24/06 **GARRIDO** Rose Marie
24/06 **ROMMES** Iuan
27/06 **HOYOIS** Muriel

28/06 **COKAIKO** Nicole
28/06 **IRRERA** Sandrine
29/06 **DEHAULT** Jean-Luc
05/07 **WILLEMS** Viviane

06/07 **BEAUVE** Marie-José
22/07 **LAROCCA** Saluatrice



Roteu's Membres

Nous souhaitons la bienvenue aux nouveaux affiliés des ROTEUS :

BERTRAND Jacques Beyne-Heusay
DEHARD Olivier Vaux sous Cheuremont
DETHIER Céline Retinne
DOMMES Véronique Francorchamps
FREROT Michel Grievgnée
GARRIDO Dolores Beyne-Heusay
JOSSART Jacques Chênée
KECH Laurence Beyne-Heusay
LACROIX Dominique Retinne
LAHAYE Christian Welkenraedt

LEPONCE Rachel Grievgnée
PARMENTIER Danielle Soumagne
POUMAY Didier Francorchamps
SCHOLTIS Edouard Bellaire
SOFIA Patricia Soumagne
STRAET Guy Herve
TOUSSAINT Lucienne Beyne-Heusay
WITTERS Andrée Beyne-Heusay
WUYTACK Agnès Jupille



Roteu's Agenda

15/04/2023	Prologue matin + repas + animation dansante
13/05/2023	Marche de la fête des mères
Jeudi 15/06/2023 9h	Première marche guidée en groupe et couvoiturage vers Stoumont
24 et 25/06/2023	Week-end à la mer (marche + fête de la crevette à Oostduinkerke)
07/10/2023	Prologue de notre grande marche du Houx + repas + animation
04 et 05/11/2023	48^e marche internationale du Houx (salle Barthelemy)

VOUS RETROUVEREZ TOUTES CES INFORMATIONS SUR NOTRE SITE

<https://www.lesroteusdihoussaie.be>



Roteu's Fidélité

Lors de l'assemblée générale a eu lieu la distribution des « badges-fidélité »

Nous remercions les personnes qui d'année en année renouvellent leur affiliation auprès des Roteus et nous tenons tout spécialement à féliciter pour leur longue présence au sein de notre club les membres suivants :

5 ans :

- Mme Pirotton Christiane

10 ans :

- Mme Kopp Solange
- Mme Sagrafena Violette
- Mme Simonon Marie-Françoise
- Mme NOEL Monique
- Mme GHOTOT Valérie
- M. JAMIN Guy
- Mme ELIAS Jeannine

20 ans :

- M. BROECKX Joseph
- Mme JANSSENS Diane

25 ans :

- Mme FODOR Marika
- M. VANSTRAELEN René

30 ans :

- Mme FRANKEN (Miss crêpes) et sa fille Danielle Niessen
- M. RENOTTE Guy

35 ans :

- M.et Mme BEUKEN





Roteu's Marches conseillées

Avril 2023

Samedi 01/04/23 Dimanche 02/04/2023	Club marcheurs Playa-Trott 4852 Hombourg
Samedi 8/04/2023 Dimanche 9/04/2023	Al Ville Cinse de Berneau 4607 Berneau
Lundi 10/04/2023	Wanderfalken - Weywertz 4750 Elsenborn
Mercredi 15/04/2023	La royale godasse d'Oupeye 4680 Oupeye
Samedi 22/04/2023 Dimanche 23/04/2023	Stavelot marche club 4970 Stavelot
Samedi 22/04/2023	Les gais luron de Melen 4633 Melen
Samedi 29/04/2023 Dimanche 30/04/2023	Les amis du Tumulus 4300 Waremmé
Samedi 29/04/2023	Amicale marcheurs Pomona Trotters 4840 Welkenraedt
Dimanche 30/04/2023	Cercle marcheurs vert et blanc de Stembert 4830 Stembert

Mai 2023

Samedi 06/05/23 Dimanche 07/05/23	Compagnons St. Hubert 4880 Aubel
Samedi 06/05/23	Longs Pieds Antheit 4520 Wanze (Huy)
Samedi 13/05/23 Dimanche 14/05/23	Marcheurs du Geer 4690 Bassenge
Samedi 13/05/23	Les Roteus di Houssaie 4610 Beyne-Heusay
Jeudi 18/05/23	Les Goélands 4831 Bilstain
Jeudi 18/05/23	Marcheurs de l'Amitié Landenne 5300 Sclaynw
Samedi 20/05/23 Dimanche 21/05/23	Marcheurs de la Mehaigne 4280 Hannut
Samedi 20/05/23 Dimanche 21/05/23	Marcheurs Battice 4651 Battice
Samedi 27/05/23 Dimanche 28/05/23	Les Pieds Montois 4820 Dison

Juin 2023

Samedi 03/06/23 Dimanche 04/06/23	Les Corsaires Sart-Lez-Spa 4845 Sart-Lez-Spa
Samedi 10/06/23	Les Bruyères en Marche 4030 Griuegnée
Samedi 10/06/23 Dimanche 11/06/23	Amis Marcheurs Yuoz 4400 Yuoz
Samedi 17/06/23	Les Pédestriens Clermont 4890 Thimister-Clermont
Samedi 17/06/23 Dimanche 18/06/23	Les Roubaleus Seraing 4100 Seraing
Mercredi 21/06/23	Mortier C'est L' Pied 4670 Mortier
Samedi 24/06/23	Noir et Blanc Romsée 4624 Romsée
Samedi 24/06/23 Dimanche 25/06/23	Marsch Club Hauset 4730 Hauset

Nous insistons sur le fait que les marches conseillées n'imposent pas une contrainte et chacun est libre du choix de l'endroit, du type de marche, de la date et de l'heure du départ. Le calendrier de la F.F.B.M.P. est disponible au prix de 2,00€ auprès des permanents lors de chaque marche. Le nouveau calendrier ne prend en compte QUE les marches de de la FFBMP. Les marches du VGDS, VWF Antwerpen, Vlaams Brabant, Limbourg, et encore d'autres NE SONT PLUS reprises dans notre calendrier.

Un milliardaire demande à son épouse :

- Chérie, qu'est-ce qui te ferait plaisir pour ton anniversaire ?

- Qu'on divorce !

- Écoute chérie, pour être très franc je ne pensais pas mettre aussi cher





Roteu's Recette

Pana cota de jambon d'Ardenne

4 pers, préparation : 10 min, cuisson : 5 min, très facile

Ingrédients :

- 200 g de lait
- 200 g de crème fraîche
- 160 g de jambon d'Ardenne
- 1 g d'agar-agar
- 4 chips de jambon d'Ardenne cuit au four à 90°C durant 2h
- Mini fleur comestible et un brin de thym
- Lanière de tomate séchée

Recette :

1. Mettre le lait et la crème dans un poêlon avec le jambon émincé très finement en petits morceaux, poivrer et porter à une ébullition, ajouter l'agar-agar.
2. Faire cuire 4 à 5 minutes à petits frémissements, laisser tiédir, puis verser en verrines.
3. Laisser tiédir et mettre les verrines au grand froid.
4. Au moment de servir, garnir les verrines de chips de jambon, de tomate séchée et d'une petite fleur comestible ou d'un brin de thym.

Vin conseillé : « Les agapes » rosé de Vin de Liège à Heure-Le-Romain

Petit truc : vous pourrez remplacer le jambon d'Ardenne par d'autres jambons (Parme, cru salé, Bayonne et autre Serrano). Mais aussi par d'autres produits dans les mêmes proportions, chutes de saumon fumé, filet de truite fumée, anguille fumée, carcasses de crevettes grises (qu'il faudra alors passer au chinois fin !), betterave rouge etc.



Recette de Philippe Renard
Président de Slow Food Liège
info@philosophiedecuisine.be

Mon billet d'humeur...

Il paraît que l'Europe veut limiter nos graines et nos semences ?

Le printemps est là, retour au potager. Voir ce que l'hiver a amené de bon, du repos certainement et aussi plein de petites bêtes qui auront alimenté ce sol précieux. Après avoir travaillé le terrain en surface, ce sera le moment d'acheter toutes les semences qui seront soit mises en petits pots individuels ou directement dans le sol suivant la variété. Tiens, j'ai appris dernièrement que l'Europe souhaitait réglementer la production de semences et de graines suivant un cahier des charges dans lequel seraient répertoriées uniquement des semences spécifiques et « classiques ». Ne laissant aucune chance aux nombreuses variétés que nous offre la Terre Mère. Merci à l'association Kokopelli et à Cycle en Terre de défendre TOUTES les variétés de semence, surtout les bio d'origine, qui nous permettent de produire de beaux et merveilleux légumes. Manquerait plus que ça !

Philippe Renard





Roteu's Infos

Mutuelle

Votre mutuelle peut intervenir dans les frais occasionnés pour la pratique d'un sport (Inscription et autre). Demander à votre mutuelle le document adéquat (il est possible de le télécharger sur le site internet de votre mutuelle). Vous pouvez faire la demande à Jean-Luc DEHAULT par courriel jl.dehault@live.be. N'oubliez pas de le compléter avant de l'envoyer 😊

Etiquettes nominatives pour cartes marcheurs des contrôles

Le nombre d'étiquettes est de 54 exemplaires et coûtent 2,00 €. Les commandes sont à envoyer à Jean-Michelle DELHAXHE ou Jean-Luc DEHAULT. Les commandes seront envoyées après réception du paiement sur le compte. Des Roteus BE58 7925 1904 9779

Carnet de marche

Les carnets vierges sont à demander à Christiane PEIGNEUX (**gratuitement**).

Application sur Smartphone

Vous pouvez télécharger l'application **WANDELTOCHTEN** (logo d'une chaussure) sur votre smartphone, afin de visualiser toutes les marches en Belgique, du week-end et même en semaine.



Promotion

Cette année **Maurice COLLARD** 0477/750335 s'occupera du département « **Promotion du club** » et principalement des sponsors.

Joggings de Beyne-Heusay

Comme chaque année, la commune de Beyne-Heusay fait appel à des signaleurs bénévoles pour leurs joggings.

Le Jogging du dimanche 23 avril où les bénévoles sont attendus à 9 h au Hall Omnisport de Beyne-Heusay. Ils seront accueillis par un petit déjeuner et un pique-nique (sandwich et boisson) leur sera remis avant le dispatching aux différents endroits à sécuriser.

Il y aura aussi le jogging interscolaire du mercredi 26 avril à Bellaire, salle Sport et Culture (première course à 17h30).

Les personnes intéressées peuvent s'inscrire auprès de : Jean-Luc Dehault 0471/53.27.06 ou par mail jl.dehault@live.be

Une séance d'information pour tous les signaleurs aura lieu le 19 avril à 19h30 à la salle du conseil de Beyne-Heusay.

D'avance un grand merci.

Notre week-end des 24 et 25 juin à Oostduinkerke

Départ : samedi 24 à 7 h : attention le lieu de chargement est changé. Il aura lieu sur le parking du Hubo (à l'entrée de Fléron) Avenue des Martyrs, 3 Fléron. Cela pour permettre au chauffeur du car de manœuvrer plus facilement et nous pourrions également laisser nos voitures dans le parking (en accord avec la direction de chez Hubo), côté grand-route, le long de la haie (ne pas monopoliser les places ailleurs réservées aux achats au magasin). Nous ferons également un petit arrêt sur le parking du Cora vers 7h20 – 7h30 afin de charger 3 personnes.

Retour : dimanche 25 en fin de journée

Personnes responsables : JL Dehault : +32 471 53 27 06 - Jean Biemar : +32 473 57 70 74

Adresse du séjour : Hôtel Floreal - Albert Laan 74, 8620 Nieuwpoort - +32 58 22.46.00

N'oubliez pas d'emporter :

- vos papiers d'identité et de mutuelle.
- votre carte d'assurance personnelle et n° de police.
- vos médicaments avec la liste précise de prescription personnelle.

- vos lunettes et lunettes de soleil.
- votre appareil photo.
- accessoires de marche (chaussures, coupe-vent, casquette, bâtons...).
- un petit sac à dos.
- Et surtout une bonne dose de bonne humeur.

Samedi 24 :

- Arrivée à la salle de Witte Burg de Oostduinkerke pour participer à la marche du club de Nieuwpoort.
- De 11 h à 18 h auront déjà lieu différentes manifestations de la fête de la Crevette, sur la plage et Fabiolaplein (centre de Oostduinkerke), situé à plus ou moins 1,5 kms de la salle de marche.
- Aux environs de 17 h le car nous conduira à notre hôtel « Le Floreal » où un repas nous sera servi à 19h.

Dimanche 25 :

- Après le petit déjeuner à l'hôtel et le chargement des bagages, nous nous rendront à Oostduinkerke pour une participation libre à la fête de la Crevette.
- De 10 à 14h a lieu le championnat de décortication des crevettes.
- A partir de 15h30 se déroulera le grand Cortège.
- Nous quitterons Oostduinkerke en fin de journée pour rentrer à Beyne-Heusay.

LES ROTEUS DI HOUSSAIE Organise

UN WEEK-END
 À LA CÔTE BELGE
 24-25 JUIN 2023



Cette année, notre choix s'est porté pour une destination plus proche et surtout un séjour beaucoup plus court. Nous allerons durant notre séjour la joie de participer à une marche, le plaisir des yeux à voir le défilé folklorique de la fête de la crevette et au retour la visite de la superbe ville.

Le premier jour, départ de Beyne-Heusay, direction Koksijde et participation à la marche du club de Nieuwpoort. Tout comme chez nous, différentes distances vous seront proposées. Sans devoir partir trop tôt le matin, nous aurons le temps d'effectuer la distance de son choix. Chacun sera libre de son repas, car nous voyagerons cette fois-ci en demi-pension. Après la marche, nous rejoindrons notre hôtel pour y découvrir notre chambre. Nous prendrons notre repas du soir sur place.

Le deuxième jour, après le petit-déjeuner, nous rejoindrons Oostduinkerke pour le défilé de la fête de la crevette. Oostduinkerke a toujours été un des villages de pêcheurs le plus caractéristique de la Côte Flamande. Jadis, une place forte des pêcheurs à cheval et des pêcheurs d'Islande.

Afin d'empêcher que ne disparaisse aussi à Oostduinkerke la coutume ancestrale de la pêche aux crevettes à cheval et pour rendre hommage à ces vaillants pêcheurs de crevettes, les seuls survivants d'un passé désormais révolu, le syndicat d'initiative, avec l'appui de l'Administration Communale, créa en 1950 la "Fête de la crevette" qui est devenue une des plus importantes manifestations folkloriques du pays.

Cette fête, placée entièrement sous le signe de la mer, de la pêche, du "pêcheur à cheval" et de ce minuscule crustacé qui est... la crevette, doit son succès à son originalité et à son caractère purement folklorique. La journée sera libre à chacun pour ses déplacements. En fin d'après midi, retour vers Beyne-Heusay.

BULLETIN D'INSCRIPTION

Je soussigné(e)	réserve	place(s)
chambre double* membre* €	chambre single* € non membre* €	* biffer la mention inutile et donner l'information de la personne de partage de la chambre.
Je verse ce jour la somme de		DATE
sur le compte des Roteus di Houssaie, rue d'Ifmay 18 à 4610 Beyne-Heusay : n° BE58 7825 1904 9779.		SIGNATURE
A renvoyer à l'adresse suivante LES ROTEUS DI HOUSSAIE, rue d'Ifmay 18 à 4610 Beyne-Heusay ou par mail lesroteusdihoussaie.be . Pour plus d'informations : GSM 0470/532786.		

Roteu's Boutique

Le club est heureux de vous annoncer le lancement de sa nouvelle boutique en ligne. Pour cela il suffit de se rendre sur le site www.lesroteusdihoussaie.be, vous cliquez sur « Boutique des Roteus » et suivre le lien « cliquez ici pour la nouvelle boutique »

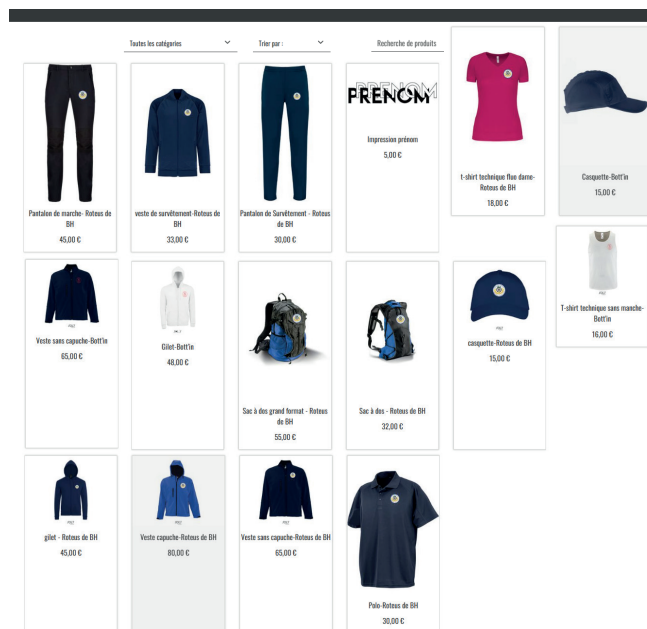
Vous pourrez y découvrir toutes les nouveautés et commander directement en ligne si vous le désirez.

Bien entendu notre miss-shop Christine Deprez se tient toujours à votre disposition pour plus de renseignements. De plus un assortiment de notre gamme avec les différentes tailles vous seront proposées lors de nos différentes activités (la prochaine au prologue du samedi 15 avril 2023) .

Christine DEPREZ

☎ 0496 73 42 03

✉ koalou23@gmail.com



Roteu's Remerciement



Le club tient à remercier chaleureusement **Georgette Piette**, qui, secondée par **Marika Fondor**, a assuré pendant de nombreuses années le bon fonctionnement du poste « Tombola ». Un grand merci à toutes les deux.

Par la même occasion nous vous signalons qu'il ne faut plus apporter de lots.



n°2 Avril 2023

La feuille de Houx



Roteu's ont la parole

Lors de l'assemblée générale qui s'est tenue le samedi 4 mars, nous avons fait la connaissance de notre nouveau président Jean-Luc DEHAULT.

Nous avons, également, été conviés à prendre lecture des propositions faites par le comité en ce qui concerne les éventuelles activités qui pourraient être pratiquées dans le futur.

Depuis peu, je suis inscrite dans le staff des flêcheurs des circuits proposés par le club.

Mais savez-vous comment un circuit se prépare ?

Je l'ai appris depuis peu.

Comme vous devez le savoir, Jean-Luc coiffe, non seulement la casquette de président depuis le départ de notre ancien Président Patrick REMY, mais également s'occupe de l'élaboration des parcours proposés par le club.

Dans ce domaine, il est épaulé par Eugène.

A eux deux, ils parcourent les cartes afin de déterminer le circuit qui sera retenu.

Une fois, le parcours tracé sur la carte, ils chaussent leurs souliers de marche et partent en prospection pour visualiser sur le terrain le circuit choisi et les embuches éventuelles (et ce afin de modifier ou d'améliorer le parcours en conséquence).

Une fois le parcours tracé, le travail ne se termine pas là. Il faut :

1. Demander l'autorisation aux divers bourgmestres de traverser leur commune et de pouvoir apposer les rubalises et fléchages.
2. De trouver des points de contrôle afin de permettre aux marcheurs de se ravitailler. (Il faut savoir qu'une contribution est allouée à la personne ou association qui nous prête sa salle).

Mais attention tout n'est pas fini.

Jean-Luc et Eugène accompagnent les divers flêcheurs (suivant le parcours que les flêcheurs ont à tracer) afin de leur faire découvrir le circuit qu'ils devront flécher.

Jean-Luc et Eugène doivent également vérifier l'équipement des divers lieux de contrôle.

J'avais envie de vous faire connaître le travail très prenant qu'est celui de s'occuper de réaliser les circuits, et ce, afin de vous faire découvrir de beaux endroits.

Merci et félicitations à Jean-Luc et Eugène.

Signé Suzanne SCHWANEN

n°2 Avril 2023

n°2



Roteu's Nature

Lors de vos balades dans les bois vous avez tous probablement déjà vu accrochés à certains arbres, des espèces de chapeau en forme de casque ?!

Ce sont des **AMADOUVIERS**, une espèce de champignon non comestible avec un chapeau blanchâtre et épais.

Ils ont longtemps servi de pansements pour des plaies légères, mais aussi à allumer le feu.

Ils ont une consistance de liège et certains peuvent atteindre 40 cm de long et un poids de 2 kgs.

Et pour parfaire notre culture, voici son nom scientifique : FOMES FOMENTARIUS.

Signé Arlette JOSET





Roteu's Presse

Non, l'important n'est pas de faire 10.000 pas par jour.

On entend souvent qu'il faut marcher au moins 10.000 pas par jour pour être en forme et en bonne santé. Mais, en réalité, ce ne serait pas vraiment le nombre de pas qui serait important. Explications.

Quand on cherche à garder la forme et avoir une hygiène de vie saine, on pense généralement à l'alimentation, au sommeil et à l'activité physique. Mais quand on n'a pas le temps de faire du sport ou qu'on n'aime pas ça, on peut aussi marcher. Et même si la marche à pied est une bonne chose, l'important n'est pas de faire 10.000 pas par jour, comme on a pourtant l'habitude de le dire.

En effet, de nouvelles recherches ont montré que la vitesse de marche était également très importante, comme le rapporte Grazia. Ainsi, pratiquer la marche rapide comporterait bien plus d'avantages que simplement le nombre de pas fait au cours de la journée. Le Dr Matthew Ahmadi, coauteur de l'étude et chercheur à la Faculté de médecine et de santé de l'Université de Sydney, explique que pour avoir des effets bénéfiques sur la santé, on ne devrait pas se contenter de se rapprocher des 10.000 pas par jour mais également de marcher plus vite.

Quels sont les effets de la marche rapide ?

D'après le professeur en santé à l'université du Danemark méridional, marcher 10.000 pas par jour réduit le risque de décès prématuré de 8 à 11 %. De plus, des liens similaires ont été observés pour les maladies cardiovasculaires et l'incidence du cancer. Par contre, avoir un rythme de pas plus rapide apporterait des résultats positifs pour les maladies cardiaques, le cancer, la démence et même la mort. Ainsi, marcher au moins 9.800 pas au quotidien serait le nombre idéal. Cela permettrait de réduire le risque de démence de 50%. Le seuil des 10.000 pas dont tout le monde parle n'est donc pas erroné, mais il est possible de faire plus... En effet, selon le Dr Ahmadi, marcher plus vite apporterait des avantages supplémentaires pour la santé. Pour prendre soin de votre corps et de votre esprit, vous ne devriez donc pas vous contenter de marcher plus, mais bien d'adopter la marche rapide.

Extrait du journal Sud presse glané par Leona Hanssen dit Bobette



Roteu's Balades

Balades entre amis-Roteus : jeudi 15 juin

Notre proposition de balades entre amis-Roteus ayant rencontré une vive approbation, nous avons le plaisir de vous informer qu'une marche de semaine sera organisée le jeudi 15 juin dans la région de Stoumont.

Nous vous donnons rendez-vous au parking du Pont de Neufcour (derrière la maison communale de Beyne-Heusay) à 9h00.

Le parcours fera plus ou moins 10 kms. N'oubliez pas d'emporter votre pique-nique et de quoi vous désaltérer : on espère qu'à ce moment de l'année le soleil sera de la partie.

On organisera un covoiturage, donc n'hésitez pas à vous manifester même sans véhicule. Nous vous demandons seulement de vous inscrire (mail ou sms au Président) de manière à pouvoir s'organiser et surtout pour être assuré.

Au plaisir de vous y rencontrer nombreux.

1^{ère} Marche des Mousquetaires

Trois clubs de marche des environs ont décidé de s'associer afin de vous proposer leur marche des Mousquetaires. Il s'agit des Noirs et Blancs de Romsée, des Bruyères en marche de Jupille et des Roteus de Beyne-Heusay.

Cette marche aura lieu le 15 août 2024 (pas d'inquiétude on aura largement l'occasion de vous le rappeler en temps voulu) et se déroulera dans la région de Sprimont. Nous aurons ainsi la possibilité d'offrir des parcours plus campagnards que ceux que nous connaissons dans notre région un peu plus urbanisée. Et cette collaboration confirme bien que l'amitié par la marche n'est pas un vain mot, mais du partage et de la solidarité.



La marche de la fête des mères

Responsables Parcours	VICENZI Eugène DEHAULT Jean-Luc	0493/386448 0471/532706
Responsable Bars	BIEMAR Jean	0473/577074
Responsable salle et comptoir crêpes et gaufres	GOUDERS Paul	0498/461841
Responsable cuisine	BEAUJEAN Joelle	0474/644745
Responsables jetons et caisses	DELHAXHE Jean-Michel URBAN Serge	0476/915725 0496/488175
Matériel	VICENZI Eugène	0493/386448
Assurances	URBAN Serge	0496/488175

LISTE DES BENEVOLES + FONCTIONS

DATE	POSTE	BENEVOLES	HEURES	DIVERS
Mercredi 10/05	RECEPTION CLEFS DE LA SALLE POSE MATERIEL CUISINE MATERIEL POUR CONTROLES	VICENZI Eugène	8h30 - fin	
	FLECHAGE	COLLARD Maurice SCHWANNEN Suzanne	9h00 - fin	Boucle 21 km
		BOUTS Benoît PEIGNEUX Christiane	9h00 - fin	Boucle 12 km
		MACORS Majo CRISTOFERI Valter	9h00 - fin	Morceau 4 km
Jeudi 11/05	FLECHAGE	HOYOIS Muriel GUARDATI Franca	9h00 - fin	Boucle 6 km
	POSE PANNEAUX ET FLECHES FFBMP	DEHAULT Jean-Luc COLLARD Maurice	9h00 - fin	
	INSTALLATION ELECTRIQUE + MICRO + RACCORDEMENTS	DELHAXHE Jean-Michel	9h00 - fin	
	PREPARATION SALLE	KECH Laurence AMBROSIO Lorenzo TRILLET Pierre CRISTOFERI Valter STROOBANTS Daniel EVANGELISTA Bruno GOUDERS Paul BIEMAR Jean	9h00 - fin	
	ACHATS MARCHANDISES	PEIGNEUX Christiane VICENZI Eugène	8h30 - fin	

n°2 Avril 2023

La feuille de Houx

Vendredi 12/05	LIVRAISONS AUX CONTROLES	VICENZI Eugene STRAET Guy	9h00 - fin
	PREPARATION DES DENREES	PIVA Piera BAIWIR Martine MINGUET Yolande	9h00 - fin
	CREPES (préparation et cuisson)	KHOLEN Evelyne	9h00 - fin
	RECEPTION BRASSEUR	BIEMAR Jean GOUDERS Paul	8h30 - fin
	DECORATION SALLE	PIETTE GEORGETTE	9h00 - fin
Samedi 13/05	PREPARATION DENREES CONTROLES	PEIGNEUX Christiane	6h30 - fin
	PATISSERIES ET PAINS	BIEMAR Jean	6h30 - fin
	PREPARATION DES DENREES	BEAUJEAN Joëlle PIVA Piera STERKENDRIES Monique BAIWIR Martine MINGUET Yolande	7h00 - fin
	PREPARATION SANDWICHS	KOPP Solange SAGRAFINA Violette	6h30 - fin
	SERVICE EN SALLE	HANSSEN Leona AMBROSIO Lorenzo GARRIDO Renate GARRIDO Rose Marie SOFIA Patricia	Voir horaire avec Paul
	COMPTOIR CREPES ET GAUFRES	KHOLEN Evelyne MAQUET Jamie LINCE Josée	7h30 - fin
	BAR CAFE	LECHANTEUR Jacqueline FRANSSEN Marie-José	8h30 - fin
	BAR	BIEMAR Jean GOUDERS Paul	7h15 - fin
		JOSET Arlette	11h00 - fin
	REMISE DES FLEURS AUX MAMANS	PIETTE Georgette	7h30 - fin
	VAISSELLE	PIROTTON Christiane SPILLENBEEN Marie Louise ORSINI Michel TRILLET Pierre VANNEENSEL Marie Louise DENOTTE Cécile	Voir horaire avec Paul
	POLYVALENTS et REMPLACEMENTS	GUARDATI Liliane DEPREZ Christine	
	PAPIER WC surveillance	STERKENDRIES Monique Et POLYVALENTS	7h30 - fin
Samedi 13/05	INFIRMERIE	BIEMAR Jean GOUDERS Paul	7h30 - fin
	VENTE DES JETONS	CASAS Marguerite SCHOLSEM Paul URBAN Serge	Voir horaire avec Serge
	MONTAGE BOUTIQUE DES ROTEUS	DEPREZ Christine	
	ACCEUIL NEERLANDOPHONES	BOUTS Benoît	
	INTERVENTION SI PROBLEME PARCOURS	BOUTS Benoît	

Samedi 13/05	APPROVISIONNEMENT CONTRÔLE + ET REPRISE MATERIEL CONTROLE	VICENZI Eugene JOSSART Jacques	6h30 - fin	
	INSCRIPTIONS A LA MARCHE	DECHEF Arlette ROMMES Iuan	7h15 - fin	
	CONTRÔLE DEPART SCANNER	BEUKEN Hubert	7h15 - fin	
	SECRETARIAT ASSURANCES	URBAN Serge	7h15 - fin	
	RELATIONS PUBLIQUES	DEHAULT Jean-Luc	6h30 - fin	
	AFFILIATIONS	DELHAXHE Jean-Michel	7h30 - fin	
	PARKING	ROSSITTO Pippo EVANGELISTA Bruno DEHARD Olivier	6h45 - 13h00	
	OUVERTURE PARCOURS	CRISTOFERI Valter	6h45 - fin	Morceau 4 km
		GUARDATI Franca HOYOIS Muriel	6h45 - fin	Boucle 6 km
		BOUTS Benoit	6h45 - fin	Boucle 12 km
		SCHWANNEN Suzanne	7h00 - fin	Boucle 21 km
	CONTRÔLE 1 Forêt Village	DUYCK Fernande FANTONE Ricardo VIGILANTE Maria	7h30 - fin	
CONTRÔLE 2 Magnée (buvette)	STROOBANTS Daniel MAELINE FLOYMON Jeanine	7h30 - fin		
TRESORERIE ET REPRISES DES CAISSES	DELHAXHE Jean-Michel	16h00 - fin		
Lundi 15/05	DEFLECHAGE	GUARDATI Franca HOYOIS Muriel	9h00 - fin	4 et 6 km
		PEIGNEUX Christiane	9h00 - fin	
		COLLARD Maurice	9h00 - fin	
	REPRISE PANNEAUX ET FLECHAGES	DEHAULT Jean-Luc VICENZI Eugene	9h00 - fin	
	REMISE EN ORDRE SALLE	GOUDERS Paul BIEMAR Jean EVANGELISTA Bruno KECH Laurence	9h00 - fin	
	DEMONTAGE APPAREIL ELECTRIQUE ET COFFRETS	DELHAXHE Jean-Michel	9h00 - fin	
REMISE BOISSONS AU BRASSEUR	BIEMAR Jean GOUDERS Paul			
Mardi 16/05	REMISE DES CLEFS	BIEMAR Jean		
Mercredi 17/06	DEMENAGEMENT MATERIEL VERS NOUVEAU LOCAL	VICENZI Eugene GOUDERS Paul DEHAULT Jean-Luc EVANGELISTA Bruno DEHARD Olivier BIEMAR Jean Et volontaires ?????		



Roteu's Reportage



n°2 Avril 2023

La feuille de Houx

LES ROTEUS DI HOUSSAIE Organise sa

39^e marche de la fête des mères

Samedi 13 mai 2023

4 km
6 km
12 km
21 km

P
E
R
C
O
U
R
S



Estampille 1€

Informations - Inlichtingen - Auskunfte
DEHAULT Jean-Luc - 0471 532706 - jl.dehault@live.be

L'inscription à la marche vaut certificat de bonne santé.



4-6-12 km : Départ de 8h à 15h.
Arrivée au plus tard 17h.
21 km départ de 8h à 12h.



Permanence FFBMP de 9h à 17h.
Les 150 premières marcheuses
seront fleuries.



Lieu de départ : Salle Amicale Concorde
rue du Heusay, 31 - 4610 Beyne-Heusay
Nouveau PARKING

www.lesroteusdihoussaie.be

