

## **Planning des marches culturelles 2016**

5 janvier	Moignelée	Parking cimetièrre, rue de l'église	Léopold
19 janvier	Auvelais	parking derrière l'église	Lisiane
2 février	Flawinne	Parking Foot, rue Henry Fandoy	Gilbert
16 février	Sart-Eustache	parking de l'église	Jean Piret
1 mars	Arsimont	rue du Gay chapelle, entrée du bois	Robert
15 Mars	Saint Gérard	Place de Brogne	Lisiane
5 avril	Aisemont	Place d'Aisemont	Michel
19 avril	Bambois	Parking lac Bambois	Lisiane
3 mai	Aiseau	A déterminer	Jean Marie
17 mai	Annevoie	près de l'église	Lisiane
7 juin	Fosses la ville	marche du lac –salle de Haut-Vent	marche fédérale
21 juin	Oret	place d'Oret	Robert
5 juillet	Maredsous	parking de l'abbaye	ensemble
19 juillet	Villers le ville	parking de l'abbaye	Lisiane
2 août	Chimay	Bottines fourchette	
16 août	Ermeton	Parking du Monastère	Lisiane
6 septembre	Pontaury	parking école	Lisiane
20 septembre	Fosses la ville	Place du jeu de balles / rue de l'abattoir	
4 octobre	Biesmes	Parking de la piscine	Francine
18 octobre	Furnaux	Place Saint Guislain	Robert
1 novembre	<b>Toussaint</b>	congé	
15 novembre	Devant les Bois	Place Saint Guislain	Robert
6 décembre	Sart Saint Laurent	parking hall omnisport	Rita
20 décembre	Maredsous	parking abbaye	ensemble

## **Sécurité :**

### **Rappel des règles,**

- à chaque marche il y a toujours un volontaire pour guider celle-ci, ne pas dépasser cette personne. Pour un guide occasionnel il se fait aider par un volontaire plus habitué à guider les marches. Le guide de tête et le serre file porteront un gilet fluorescent jaune ou rouge.

le guide de tête et le serre file gèrent les temps de repos afin que les derniers puissent facilement réintégrer le groupe de tête.

- utiliser tous le même trottoir comme indiqué par le guide de la marche.
- sur les routes hors campagne et sans trottoir, marcher tous du côté gauche dans le sens de la marche en file indienne.
- L'utilisation des passages piétonniers est obligatoire et dans la mesure du possible se regrouper avant la traversée, qui se fera au signal du guide de la marche ou du serre file.
- Pour raison de sécurité, les animaux ne sont pas admis.

A tour de rôle, un volontaire est porteur d'une trousse de secours (pour les petits bobos), mais comme chaque personne est responsable de sa santé et surtout celles qui réagissent aux piqûres d'insectes, il est bon d'avoir sa petite trousse de secours personnelle dans son sac à dos.

**il est obligatoire d' être en ordre de cotisation et d'avoir rentré son certificat médical 2015  
pour pouvoir participer aux activités sportives.**

Cotisation Auvelais sur	Belfius	ENE0 AUVELAIS	BE78 0688 9151 3586
Cotisation Fosses-la -ville sur	ING	Enéo Senior Amitié	BE12 3631 1574 5692

la participation à la marche culturelle est de 1,5€.

Numéros de téléphone intéressant :

Guy	071 77 46 17
Henry	071 76 01 24
Nelly	071 71 23 22
Rose-Marie	071 74 07 17
Rita	071 77 00 39

Site internet [www.eneo-sambreville.be](http://www.eneo-sambreville.be)

### **Contraintes,**

Les marches sont supprimées sans obligation d'avertir les marcheurs individuellement.

Il s'agit des cas suivants :

- Lorsque la température extérieure est proche de 30° (risques d'insolation pour les personnes à risques)
- Lorsque le gel ou l'enneigement rend les déplacements dangereux avec risques de chutes et fractures)
- Lorsque le vent (tempête, orage,..) est très fort pouvant provoquer des chutes de branches d'arbre.

Les Mutualités veulent encourager les seniors à la pratique du sport. C'est pourquoi, elles interviennent dans vos frais d'inscription à une activité sportive si vous pratiquez votre sport régulièrement !

**Club ÉnéoSport Auvelais**

**Club ÉnéoSport Fosses**