



UNIVERSITE TOUS ÂGES de NAMUR ASBL  
rue de Bruxelles 36 - 5000 Namur BELGIQUE  
[www.utan.be](http://www.utan.be)

n° 154 trimestriel avril-mai-juin 2022

Dépôt : NAMUR 1

N° agrément : P801341

# Bulletin trimestriel



**Andenne – Bièvre – Ciney –  
Éghezée – Gembloux – Jemeppe-sur-Sambre**

UTAN, asbl associée à l'Université de Namur

liée à la Province de Namur par une convention de collaboration

Membre de l'association francophone des U.T.A. de Belgique (A.F.U.T.A.B.)

Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles

UTAN NAMUR Rue de Bruxelles, 36 5000 NAMUR <a href="http://www.utan.be">www.utan.be</a>		
Ed. Resp. : Pierre Devos		
<b>COMMENT NOUS CONTACTER ?</b>		
<b>ACCUEIL</b>	081/72 40 26 <a href="mailto:utan.accueil@yahoo.fr">utan.accueil@yahoo.fr</a>	9h30 à 11h30 les lundi, mercredi et vendredi sauf jours fériés
<b>PRESIDENCE</b>	081/72 46 87 <a href="mailto:president.utanamur@yahoo.be">president.utanamur@yahoo.be</a> <a href="mailto:utan.bureaupresidence@yahoo.com">utan.bureaupresidence@yahoo.com</a>	mardi-jeudi 9h30 à 12h
<b>SECRETARIAT</b>	081/72 55 03 <a href="mailto:utan.secretariat@yahoo.fr">utan.secretariat@yahoo.fr</a>	lun-mer-jeu 9h30 à 12h
<b>TRESORERIE</b>	081/72 55 02 <a href="mailto:utan.comptabilite@yahoo.fr">utan.comptabilite@yahoo.fr</a> <i>CBC BE21 7320 3664 1803</i>	mardi-jeudi 9h30 à 12h
<b>COURS</b>	081/72 55 05 <a href="mailto:utan.gestiondescours@yahoo.com">utan.gestiondescours@yahoo.com</a>	lun-mer-ven 9h30 à 12h
<b>VOYAGES</b>	081/72 55 04 <a href="mailto:utan.voyages@yahoo.fr">utan.voyages@yahoo.fr</a> <i>CBC BE53 7320 3871 2953</i>	mar et ven 9h30 à 12h
<b>COMMUNICATION</b>	0477/66.36.36 <a href="mailto:caroline.cth@hotmail.com">caroline.cth@hotmail.com</a>	
<b>CONFERENCES</b>	0468/36.01.99 <a href="mailto:beyne.philippe@yahoo.be">beyne.philippe@yahoo.be</a>	
<b>SCES TECHNIQUES</b>	0475/71.89.77 <a href="mailto:berngilot@gmail.com">berngilot@gmail.com</a> 0495/50.88.19 <a href="mailto:christianeandre@skynet.be">christianeandre@skynet.be</a>	
<b>ASSURANCES</b>	0473/94.56.62 <a href="mailto:vincent.winant@gmail.com">vincent.winant@gmail.com</a>	

### Ils sont à votre service :

<b>Accueil</b>	Jean-Marie Balon, Elisabeth Boca, Jean-Michel Collard,
<b>Présidence</b>	Président Pierre Devos Vice-présidente Florence Chainiaux Staff Monique Duchêne Myriam Loubriat Francis Schneider
<b>Secrétariat</b>	Guy Hermant, Gaby Kinsinger
<b>Trésorerie</b>	Pierre Goyens, Vincent Winant
<b>Cours</b>	Daniel Portetelle, Anne-Marie Trausch
<b>Voyages</b>	Micheline Deprez, Gisèle Verniers
<b>Communication et questions juridiques</b>	Caroline Thill
<b>Conférences</b>	Philippe Beyne
<b>Recherche</b>	Jean-Pierre Dopagne, Marc Legrain, Daniel Portetelle, Caroline Thill, Françoise Tilmant, Cathy Vandendriessche
<b>Réseau numérique</b>	André Masson, Pierre Vandersmissen
<b>Serv. Techniques</b>	Michel Fouarge, Bernard Gilot, Claude Stessens
<b>Bibliothèque</b>	Philippe Sadoine, Jean-Pierre Troussart

## Editorial



Avec ce numéro 154, nous découvrons la nature qui se réveille et nous offre tant de couleurs. Cette entrée dans le printemps s'accompagne, et on ne peut que s'en réjouir, d'une réduction de la virulence du Covid qui a mis des barrières entre nous et a été la cause de souffrance pour plusieurs parmi nous. Bien sûr, tout n'est pas redevenu rose sur la planète, loin de là, mais, que cela ne nous empêche pas de goûter aux bonnes choses qui nous viennent aussi chaque jour.

Les cours et ateliers, dont un certain nombre a vécu une période de léthargie forcée, reprennent peu à peu en présentiel. Leurs titulaires se seront réunis à la fin du mois de mars pour partager leur vécu des deux années de pandémie et aussi être créatifs pour le futur. On les remercie de tout cœur ainsi que Daniel et Anne-Marie de leur investissement. Quelques nouvelles activités vous seront proposées pour l'année académique prochaine.

Le Groupe de Recherche de l'UTAN a lancé un nouveau sondage auquel il vous invitait à définir ce qu'il faut entendre par « pensionné(e) actif(ve) ». Les premières données montrent déjà des tendances intéressantes. Les résultats finaux feront l'objet d'une publication sur le site de l'UTAN et dans le bulletin.

Le printemps est aussi un merveilleux incitant aux belles sorties pour

les marcheurs et voyageurs. Une innovation à propos de ces derniers est la lettre d'information que Micheline et Gisèle vous envoient depuis peu.

La troupe théâtrale de L'UTAN « Tous nos printemps » n'est pas non plus en reste. Elle s'est produite sur la scène du Centre Culturel de Namur le premier week-end de mars avec son spectacle « Palace ».

Début du mois de mars s'est tenu, dans le contexte de la convention de collaboration qui existe entre l'UNamur et l'UTAN, une rencontre entre trois représentant(e)s de chacune des entités. L'objectif était d'évaluer les collaborations qui existent et d'envisager leur développement futur à l'avantage de chacune des parties.

Fin de ce mois de mars a eu lieu à Eghezée une rencontre des responsables de chacune des 6 antennes de l'UTAN.

Le « Printemps des Sciences », un événement qui fédère, depuis 2001, universités, hautes écoles, musées et associations autour d'un seul et même projet : rendre aux sciences, aux technologies et à la culture une position plus centrale dans notre société, se sera déroulé du 21 au 27 mars à Namur avec la contribution effective de membres UTAN du cours d'astronomie. Bravo pour ce qu'ils y font depuis des années.

Bonne lecture de ce deuxième numéro 2022 dans lequel vous découvrirez de nouvelles rubriques qui, nous l'espérons, vous intéresseront.

Caroline Thill, responsable communication  
et Pierre Devos, président

## Le saviez-vous ?

### Molière, 400 ans de règne

par Patrick Lange et Francis Dony, comédiens, musiciens, chanteurs.

Co-directeurs du Théâtre du Phare, Professeurs de Théâtre.

Le théâtre du Phare a, dès sa fondation, travaillé sur la fusion du théâtre, de la musique et de la danse... imbrication du jeu de l'acteur et interprétation musicale à l'orchestre. Entre ces deux pôles, nous avons inséré un travail sur le mouvement et la danse, le tout intimement lié et interdépendant.

Nous avons travaillé des dizaines de spectacles de création contemporaine et classique... Notamment le « Mariage forcé » en Belgique et en Turquie ainsi que « Le Bourgeois gentilhomme ».

Ces pièces sont au départ des comédies ballets, ce qui est en parfaite adéquation avec notre démarche artistique.

Molière pensait que ni la voix docte de Corneille ni la tristesse majestueuse de Racine ne pouvaient trouver de mots assez grands pour tracer l'image de Louis XIV. Aussi recommandait-il de laisser les autres chevaucher la gloire du roi : sa troupe et lui, en revanche, se consacraient à ses plaisirs.

Il se trouvait que ses comédiens savaient non seulement jouer mais bouger et danser. En 1661, il écrit pour eux « Les Fâcheux », un ballet qui s'accommode à la comédie autant qu'il est possible, note La Fontaine, lequel ajoute : « C'est une belle idée que d'avoir le même sujet pour la comédie et pour le ballet ». La Fontaine est un client de Fouquet, c'est dans son sillage qu'il assiste à la représentation dans le cadre de l'inauguration de Vaux-le-Vicomte. L'arrestation du surintendant survient aussitôt après. Molière n'en a cure. La formule des fêtes de Fouquet va devenir celle des divertissements de Versailles et, pour sa part, il s'en trouve très bien. Il n'y a que ce temps qui manque cruellement pour honorer les commandes du souverain.

Œuvre après œuvre, Molière prépare un public plus large que celui de la cour à la « comédie mêlée » la « comédie-ballet ». Dans les derniers temps, il en propose davantage que de pièces à texte seul, on dirait des « comédies unies ». En 1671, dans la grande salle à machines des Tuileries, c'est même une tragédie-ballet, Psyché, qu'il présente devant 6000 spectateurs autour du roi – il l'a préparée avec Lully, Beauchamp le directeur de l'Académie royale de danse et même une collaboration de Corneille.

On ne sait trop quel nom donner à ce théâtre qui cherche à contenir tous les divertissements. Il n'y a qu'un terme qui ne convienne pas, c'est celui d'opéra que Lully se réserve dans la jeune Académie royale de musique dont il hérite. Dans le championnat pour la gloire de Louis XIV des premières années 1670, chaque participant doit dorénavant courir dans son couloir. L'obligation qui est faite à Molière de remplir ses salles avec des pièces uniquement parlées ne l'empêche pas, néanmoins, d'entremêler son Malade imaginaire d'intermèdes qui sont confiés à

Marc-Antoine Charpentier. Jamais, jusqu'à sa mort qui est proche maintenant, il ne s'avouera vaincu.

Sur le plan chant vocal, sa tessiture de « basse taille » c'est-à-dire bas ténor, correspond à notre baryton moderne. Molière était donc capable d'assurer une partie vocale sur le ton burlesque.

Ainsi dans « Le Bourgeois gentilhomme » dans le rôle de Monsieur Jourdain, il donne de la voix à plusieurs reprises.

Molière était aussi rompu à la commedia dell'arte, à la danse et la pantomime.

Déjà au XXème, des chroniqueurs disaient remarquer que, contrairement aux festivités d'hommage à Shakespeare en Grande Bretagne, les anniversaires de Molière n'avaient jamais eu l'ampleur méritée par ce génie de la langue française.

Il est pour preuve le débat actuel concernant l'entrée ou non de la dépouille de Molière au Panthéon. Pour l'instant, c'est non ! Et pourtant qui a fait plus que lui pour la culture française ?

Pour le comédien et le pédagogue de théâtre, il est une source inépuisable, tant son style, ses textes en vers et en prose sont des échos tantôt comiques, réalistes et actuels. Après avoir joué « L'Avare », « Le Bourgeois gentilhomme » et « Le Mariage forcé », on se rend compte des réactions enthousiastes du public. Quel plaisir aussi de savourer, mâcher, dire ses textes et croquer ses personnages. De quoi assouvir nos appétits. Il est aussi notre contemporain car il montre les caractères humains persistants et universels.

### **Regard sophrologique autour de la pandémie**

Bonjour à tous les membres de cette belle famille de l'UTAN

#### **Présentation :**

Je m'appelle Maryse MARTIN, Maître Sophrologue agréée par l'Ecole de Sophrologie Dynamique Belge à Bruxelles, j'ai l'immense bonheur de guider un atelier de séances de sophrologie à l'UTAN depuis plus 5 ans.

#### **Qui peut faire de la sophrologie Dynamique ?**

La sophrologie est destinée à toutes et tous, aucun prérequis ! La sophrologie aide à mieux se connaître et/ou à se reconnaître pour s'accepter avec bienveillance tel que nous sommes. Elle permet de se poser, de s'accorder du temps, de se mettre entre parenthèses de nos occupations et préoccupations journalières, de prendre soin de soi.

#### **Quelle est l'incidence de la sophrologie sur notre bien-être ?**

A savoir que la sophrologie a une incidence prophylactique scientifiquement prouvée (c'est-à-dire un effet bénéfique **sur notre santé psychique et physique**). À prendre encore plus en considération durant cette pandémie. L'important est de vivre quelques séances pour prendre conscience des sensations et perceptions que cela peut procurer.

D'abord, apprendre ou réapprendre à respirer correctement est primordial, de façon ludique et par diverses techniques respiratoires : abdominale, cohérence cardiaque, intermittente, Kapalabhati, Nadi Shodhana...

Une bonne respiration a un impact plus que bénéfique sur la pression artérielle, maintient l'équilibre des gaz du sang, oxygénation nécessaire à notre organisme, l'évacuation du dioxyde de carbone, baisse du taux de cortisol. Elle **favorise** la détente, la relaxation, l'ajustement, l'harmonisation. Elle **élimine** les tensions, les angoisses, les peurs, les craintes...

### Flexibilité de l'outil sophrologique durant la pandémie ?

<b>Présentiel (Local UTAN)</b>	<b>Autre regard (via plateforme Zoom)</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Présentiel : stimule la sortie de chez soi, le rendez-vous et la rencontre.</li> <li>- Distanciation (obligatoire)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plateforme : suscite la sécurité d'être chez soi, de conserver le lien et rendez-vous avec d'autres personnes sans circonstance anxiogène de contamination.</li> <li>- Permet le rassemblement de plusieurs groupes (Groupe restreint dû à la distanciation) qui favorise aussi plus de rencontres et d'affinités.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Port du masque (obligatoire)</li> <li>- Attitude et réaction dans la vision corporelle complète.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le plus grand avantage est de voir le visage de la personne sans masque surtout dans le confort lors des exercices respiratoires !</li> <li>- Les mimiques du faciès donnent énormément d'indications sur l'état d'être de l'apprenant.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Présence dans le suivi et l'accompagnement du direct,</li> <li>- L'ambiance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Interactions des questions, réponses et démonstrations pour les exercices sont les mêmes</li> <li>- Idem : Etre positif et la bonne humeur des apprenants.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les partages après séance : souvent moins de participation spontanée.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Encore un autre angle à considérer : Il y a plus de participation aux partages surtout des personnes plus introverties ou timides. Le fait d'être chez soi en terre connue, derrière un écran stimule la confiance.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Abandon d'une minorité de participants, n'adhère pas au virtuel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Encore un atout : naissance d'un sentiment de triomphe ou de fierté d'utiliser les dernières technologies.</li> </ul>

Suivant toutes ces constatations, rien ne vaut le présentiel lorsque toutes les libertés sont permises ! Démontrons nos capacités d'adaptation avec les avantages comme les inconvénients suivant les situations pour garder notre précieux lien social !

**Covid 19, pandémie, crise sanitaire depuis 2 ans, quel stress !**  
**Comment la psychologie peut-elle nous aider, nous accompagner?**

par Sabine Blanckaert, psychologue, eutoniste GA ®, professeure à l'UTAN

La psychologie (humaniste) nous dit qu'il est important d'identifier et d'exprimer nos émotions et nos sentiments. Les accueillir, les apprivoiser, les réguler influence positivement notre santé mentale ET physique. C'est ce qu'on appelle la psychosomatique.

La situation que nous vivons nous a fait et nous fait toujours traverser un feu d'artifice d'émotions différentes, avec plus ou moins d'intensité, plus ou moins de durée, plus ou moins de clarté.

En voici quelques-unes repérées dans mon entourage : surprise de ce changement brutal imposé dans notre organisation et nos habitudes de fonctionnement, peur de ce nouveau virus inconnu, peur de mourir, peur du vaccin, peur de la solitude, peur de contaminer ses proches, tristesse de ne plus les voir, envie de les revoir, de les embrasser, de leur témoigner notre affection dans la proximité, frustration et colère de perdre sa liberté, au moins en partie, enthousiasme et soulagement quand on peut la retrouver, lassitude de tant de changements, de « devoir » s'adapter encore et encore, impuissance quant aux décisions prises par nos autorités, et tous les changements subis/forcés, tiraillement entre individualité et collectivité, insécurité quant à l'avenir, incertitude quant à la fin, mais aussi plaisir de ralentir, de se (re)poser, de s'aérer, de (re)trouver plus de simplicité, de se (re)connecter à plus de nature, surprise et fierté de développer sa créativité, d'autres formes de solidarité, espoir d'une fin ...

Partager ses émotions à son entourage est important. Cela permet de diminuer leur intensité. Si cela vous paraît compliqué, les écrire permet déjà d'avancer.

L'air de rien, certains de nos maux peuvent se calmer, voire s'en aller : maux de dos, maux de tête, maux de ventre, déprime, tachycardie, anxiété, fatigue, boule ou crampes dans l'estomac, tensions musculaires, problèmes de peau, sommeil perturbé,...

Si vous vous sentez envahis, embourbés, noyés par toutes les émotions traversées depuis 2 ans, en toute humilité, demandez de l'aide. Il existe des professionnels compétents et bienveillants pour vous accompagner. Les consultations psychologiques sont de plus en plus démocratiques grâce à l'intervention de la mutuelle, de l'Inami.

C'est bien connu « la vie n'est pas un long fleuve tranquille ». Apprendre à naviguer sur ses remous aide à en profiter plus longtemps. Il n'y a pas de limite d'âge pour commencer.

Bon vent à chacun de vous !

## **Un dos en forme pour un quotidien en santé**

par Ophélie Demuynck, ergothérapeute indépendante en région de Namur

Suivant la société scientifique de médecine générale, 70% des belges rencontrent des douleurs dorsales au moins une fois dans leur vie. D'ailleurs, il n'est pas rare, aujourd'hui, d'entendre l'un ou l'autre de nos proches nous parler de son dos. Bien que la douleur trouve une raison facile dans nos activités quotidiennes, une après-midi penchée sur son potager, une chaise de bureau mal réglée ou un oreiller trop volumineux, elle n'est en rien une fatalité et peut, dans un grand nombre de cas, être limitée.

La colonne vertébrale est le pilier de notre mobilité. La bonne santé de notre dos détermine donc notre capacité à entreprendre de façon efficace et satisfaisante l'ensemble de nos activités. Quelques principes de base peuvent nous aider à entretenir notre dos afin de profiter d'un quotidien confortable.

Tout d'abord, il s'agit de comprendre son dos. En effet, il est difficile de protéger quelque chose que l'on ne connaît pas. Tel un mécanisme dont il faut protéger tous les rouages, le dos est composé de nombreux éléments qui fonctionnent en synergie. Il est important de considérer les rôles et les limites de chacun pour permettre le bon fonctionnement de la machine.

Ensuite, il faut être capable de repérer les facteurs de risque pouvant entraîner une dorsalgie. Il faut aussi apprendre à les contourner en adoptant des comportements ou des positions ergonomiques. Une même activité peut être réalisée de différentes manières. La durée, la position ou le matériel choisis peuvent influencer son succès qui dépend tant du résultat obtenu que de la santé préservée de celui qui l'effectue.

Finalement, il est nécessaire de maintenir un bon état de santé général par une pratique régulière d'exercices physiques adaptés à son profil.

Protéger son dos peut demander un changement d'habitudes qui ne s'acquiert pas en un jour. Pour cela, à partir de la rentrée de septembre 2022, nous proposerons, en collaboration avec l'UTAN, un atelier hebdomadaire sur la prévention de maux de dos. 5 ateliers sur 5 semaines, vous permettront, par groupe de 10, d'aborder de façon ludique et conviviale, théorique et pratique, cette problématique. Nous viserons ensemble la promotion de votre santé.

Evidemment, si des maux de dos sont récurrents et persistants, il est important d'en discuter prioritairement avec votre médecin. Il pourra, en toute connaissance de cause, vous renseigner au mieux sur les démarches à réaliser.

Vous pouvez, dès à présent, manifester votre intérêt pour cette nouvelle activité par téléphone ou par e-mail.

0478/04 76 49 et [ophelie.ergo@gmail.com](mailto:ophelie.ergo@gmail.com)

## Au fil de nos voyages

### La belle histoire de St Jacques

Jacques et Jean avaient hérité du métier de leur père, pêcheur sur le lac de Tibériade. Un jour, le Christ leur fait signe et aussitôt Jacques et Jean abandonnent leur père et leurs filets. Ils vont faire partie du groupe des douze apôtres du Christ. Au sein de cette petite communauté Jacques, Jean et Pierre vont être les amis intimes du Christ, ils seront les témoins privilégiés des faits et gestes de leur maître - ils assisteront à la résurrection de la fille de Jaïre ; ils sont sur le mont Thabor lors de la Transfiguration du Christ ; le dernier soir, ils seront au jardin de Gethsémani avant l'arrestation du Christ suite au complot de Judas.

Après la première Pentecôte, Jacques aurait été mandaté pour évangéliser l'Espagne. Y est-il allé ? Rien n'est moins sûr. En tout cas si Jacques est allé en Espagne, il ne doit pas y avoir séjourné très longtemps. En l'an 44, on le retrouve à Jérusalem et Jacques, c'est un bruyant, "une grande gueule". D'ailleurs le Christ un jour l'avait surnommé « Boanerges », c'est-à-dire Fils du Tonnerre : il aurait souhaité que le Christ provoque une pluie de feu sur une ville de Samarie qui avait refusé d'héberger la petite troupe apostolique.

Jacques s'en prend aux théories de Hermogène et il crée une émeute. Sur ordre d'Hérode Agrippa, Jacques fut condamné en l'an 44 à avoir la tête tranchée : il fut l'un des premiers martyrs après le Christ.

Ses disciples vont placer son corps dans une barque qu'on dit de pierre, qu'on dit sans gouvernail, qu'on dit poussée par un ange. La dépouille de Jacques, accompagnée par deux de ses disciples, Athanase et Théodore va quitter le port de Jaffa, traverser la Méditerranée, passer les Colonnes d'Hercule, contourner toute la péninsule ibérique et venir s'échouer au fond d'une ria non loin du Cap Finistère. La barque est constellée de coquilles Saint-Jacques.

A Iria Flavia, une ville qui aujourd'hui se nomme Padron, sur le territoire d'une très méchante reine, Lupa la Louve, les disciples demandent de l'aide. La reine consent cependant à ce que des taureaux sauvages soient capturés dans la montagne, mais une fois attelés au sarcophage les taureaux deviennent très dociles. On peut se mettre en route vers l'intérieur des terres ; après une vingtaine de kilomètres, les taureaux frappent le sol de leurs sabots, Athanase et Théodore en concluent que c'est à cet endroit que Jacques désire être enterré. Et un voile noir va tomber, on va finir par ne plus savoir où Jacques a été enterré ; tout ce que l'on retiendra c'est qu'il se trouve "Sub arcis marmoricis", c'est-à-dire sous une arche de marbre blanc.

En 813, en Galice, un pieux ermite nommé Pélage aperçoit chaque soir un champ étrangement éclairé comme par une étoile - c'est le Campus Stellae, champ de l'étoile. Pélage est intrigué, il va en rendre compte à Théodomir, l'évêque d'Iria Flavia, qui ordonne des fouilles dans ce champ de l'étoile. Et miracle ou prodige, on découvre un compustum, c'est-à-dire un cimetière. Sub arcis marmoricis se trouve un corps et Théodomir proclame haut et fort que l'on a inventé (c-à-d. découvert) le corps de saint Jacques ; il s'agissait peut-être du corps d'un conquérant romain, mais non, c'est saint Jacques et le pape Léon III se range à l'avis de Théodomir qui plus tard se fera inhumer sous le pavement de la première église de Compostelle aux côtés du corps de saint Jacques. Le tombeau de Théodomir a été découvert en 1952.

La découverte de la tombe de saint Jacques en 813 marque le début du pèlerinage à Compostelle. De régions de plus en plus lointaines, on va pérégriner vers Saint-Jacques, vers ce Campus Stellae ou Compostum sacré, et à cet endroit, bien sûr, miracles, prodiges et choses merveilleuses se produisent.

Mais la légende n'est pas terminée : fin 844 a lieu la bataille de Clavijo, non loin de Logrono entre chrétiens et musulmans. Mahomet avait eu la révélation en 622 ; en 711, les musulmans avaient converti presque toute l'Espagne à la nouvelle religion, mais dès 718 au départ de la cuvette de Covadonga dans les Asturies, sous la conduite de Pelayo commençait la Reconquista, c'est-à-dire la reconquête du christianisme sur l'islam. Cette Reconquista va durer jusqu'en 1492 : il y aura des victoires et des défaites, même en 997 lorsque Al Mansour va détruire Compostelle tout en respectant la tombe de l'apôtre. Mais revenons à Clavijo le 23 mai 844 : les chrétiens vont être défaits et subitement apparaît dans la mêlée un blanc destrier monté par un hardi cavalier, l'épée à la main, on reconnaît saint Jacques lui-même qui donne la victoire aux chrétiens, c'était le Matamore, celui qui tue les Maures, celui qui pourfend les infidèles. C'est ainsi que saint Jacques va devenir le patron de l'Espagne.

« Les Amis de St Jacques de compostelle » Belgique-Wallonie

## Au-delà de nos frontières

They said it

*Ils l'ont dit...*

### **Winston Churchill 1874-1965**

élève médiocre

1898 : officier de cavalerie

1900 : correspondant de guerre en Afrique du Sud pendant la Guerre des Boers

1908 : épouse Clémentine Hozier

1911 : Premier Lord de l'Amirauté

1924 : Chancelier de l'Echiquier (ministre des finances)

1940 (10 mai) - 1945 : Premier Ministre

1951-1955 : Premier Ministre

1953 : Prix Nobel de Littérature.

« Personally, I am always ready to learn, although I do not always like being taught. »

*Personnellement, je suis toujours prêt à apprendre bien que je n'aime pas qu'on me donne des leçons.*

« I like pigs. Dogs look up to us. Cats look down on us. Pigs treat us as equals »

*J'aime les cochons. Les chiens nous regardent avec vénération. Les chats nous toisent avec dédain. Les cochons nous traitent en égaux.*

« History will be kind to me for I intend to write it »

*L'histoire me sera indulgente car j'ai l'intention de l'écrire.*

« I am prepared to meet my Maker. Whether my Maker is prepared for the great ordeal of meeting me is another matter. »

*Je suis prêt à rencontrer mon Créateur. Quant à savoir si mon Créateur est préparé à l'épreuve de me voir, c'est une autre histoire.*

XXXXXXXXXXXX

### **Oscar Wilde 1854-1900**

né à Dublin dans la bourgeoisie protestante

élève brillant

études universitaires à Oxford où il se comporte en esthète et en dandy

1884 épouse Constance Loyd

1890 The Portrait of Dorian Gray (Le portrait de Dorian Gray)  
 1895 The Importance of Being Earnest (L'Importance d'Être Constant)  
 1895 condamné pour « grossière indécence » en vertu d'une loi interdisant l'homosexualité  
 1897 sort de prison et s'exile en France  
 1898 The Ballad of Reading Jail (La Ballade de la Geôle de Reading)  
 1900 mort à Paris

« Women are meant to be loved, not to be understood ».

*Les femmes sont faites pour être aimées, non pour être comprises.*

« I am so clever that sometimes I don't understand a single word of what I am saying ».

*Je suis si intelligent que parfois je ne comprends pas un seul mot de ce que je dis.*

« I can resist everything except temptation »

*Je peux résister à tout, sauf à la tentation.*

« Experience is simply the name we give our mistakes »

*L'expérience est simplement le nom que nous donnons à nos erreurs.*

**XXXXXXXXXXXX**

**George Orwell 1903-1950** (Eric Arthur Blair)

romancier, essayiste, journaliste, critique littéraire

participe à la guerre civile en Espagne

opposant farouche au totalitarisme

mise en cause radicale de l'URSS

1938 *Homage to Catalonia* (Hommage à la Catalogne)

1945 *Animal Farm* (La Ferme des Animaux)

1949 *Nineteen Eighty Four* (1984)

« Some ideas are so stupid that only intellectuals believe them »

*Il est des idées tellement stupides que seuls les intellectuels peuvent y croire.*

« The essence of being human is that one does not seek perfection »

*Ce qui constitue l'essence d'être un être humain c'est de ne pas rechercher la perfection.*

« The most effective way to destroy people is to deny and obliterate their own understanding of their history »

*Le moyen le plus efficace pour détruire les gens est de nier et d'effacer leur propre compréhension de leur histoire.*

« It's frightful that people who are so ignorant should have so much influence »

*Il est effrayant de constater que des êtres tellement ignorants puissent avoir autant d'influence.*

## Etes-vous un(e) pensionné(e) actif(ve) ?

par Marc LEGRAIN  
Responsable du sondage

Nous vous avons promis de vous faire part de la synthèse de notre sondage. Mais vous trouverez le rapport complet sur le site de l'UTAN à la rubrique « Publications ».

Il faut noter d'emblée qu'il y a 3 types de pensionné(e)s :

- 1) Les **pensionné(e)s** jouissent de cette période de leur vie pour se reposer. Ils et elles sont très peu nombreux(ses) parmi nos répondants ;
- 2) Les **pensionné(e)s actif(ve)s** reprennent un contrat de salarié(e)s ou d'indépendant(e)s ;
- 3) Les **pensionné(e)s ET actif(ve)s** profitent de ce temps libre retrouvé pour participer à de nombreuses activités (garde de petits-enfants, faire du sport, suivre des cours, bricoler, etc.).

Pour faciliter votre lecture, nous utiliserons, dans la suite, la notion de Pensionné au masculin et, pour la suite de votre lecture, soyez attentif à la différence entre « pensionné actif » et « pensionné ET actif ».

Nos répondants pensionnés sont très nombreux à se déclarer actifs, mais ils sont rares à faire la différence entre pensionnés actifs et pensionnés ET actifs. Ces derniers s'expriment comme suit :

*Avoir plus de temps libre pour participer à des activités choisies.*

*Continuer à s'intéresser au monde extérieur (cours, bénévolat ... par opposition au foyer).*

*Libre de ses mouvements après une vie bien remplie au travail.*

*Multiplier les activités pour son plaisir. »*

Mais les vrais pensionnés actifs s'expriment autrement :

*Personne salariée ou indépendante qui a rentré son dossier au SPF mais qui ne souhaite pas arrêter de travailler.*

*Personne qui a une activité rémunérée ou bénévole autre que récréative ou d'aide familiale.*

*Une personne contribuant à au moins 50 pourcents de son temps à la vie d'une entreprise, de la cité, de sa communauté. Il se distingue du pensionné occupé ou consommateur de loisirs, sports, conférences, etc.*

Enfin, l'important n'est-il pas de lire combien nos membres sont attentifs à occuper leur corps et leur esprit ?

Relevons aussi, parmi les propositions qui correspondent le mieux au statut de pensionné actif, que les répondants relèvent en premier lieu le bénévolat/volontariat en asbl, suivi de la poursuite de formations (cours, lectures, conférences ...). Mais, par contre, la reprise d'une activité salariée ou indépendante est en sixième position sur neuf propositions.

Comparons maintenant les réponses entre les questions 2 (activités pratiquées) et 4 (activités représentatives du statut de pensionné actif).

**Q.2** Parmi les activités suivantes, lesquelles pratiquez-vous ?

**Q.4** Parmi les mêmes activités, lesquelles considérez-vous comme représentatives du statut de pensionné actif ?

Pour cette comparaison, nous construisons un tableau reprenant les 10 activités les plus citées en réponse aux deux questions.

### Le TOP 10 des activités

Activités pratiquées par les répondants	Q2 %	Activités représentatives du statut de pensionné actif	Q4 %
Lecture	81,6	Petits-enfants	61,0
Télévision	74,3	Marche	55,1
Marche	68,4	Voyage	55,1
Voyages	58,8	Cours	46,3
Radio	58,1	Bénévolat	43,4
Ami(e)s	54,4	Jardinage	41,2
Jardinage	54,4	Lecture	40,4
Petits-enfants	51,5	Bricolage	36,0
Cours	51,5	Sport	36,0
Musique	46,3	Conférences	30,9

Les activités considérées comme représentatives du statut de pensionné actif semblent plus dynamiques que les activités pratiquées par les répondants. Remarquez, d'une part, la forte différence dans le classement des « petits-enfants », des « cours » et de la « lecture » et, d'autre part, dans la colonne « activités représentatives » du tableau, la disparition des rubriques « Télévision », « Radio », « Amis » et « Musique » reprises dans la colonne « Activités pratiquées » et leur remplacement par « Bénévolat », « Sport », « Bricolage » et « Conférences ».

Comparons alors le TOP 10 des réponses des personnes encore actives comme salariées ou indépendantes à celles des pensionnés :

TOP des répondants encore actifs	Q4 %	Top des répondants pensionnés	Q4 %
Voyage	59,1	Petits-enfants	62,4
Petits-enfants	54,5	Marche	56,9
Marche	50,0	Voyage	54,1
Lecture	50,0	Cours	46,8
Théâtre	45,5	Bénévolat	44,0
Cours	40,9	Ami(e)s	40,9
Bénévolat	40,9	Jardinage	40,4
Conférences	40,9	Lecture	38,5
Ami(e)s	40,9	Bricolage	35,8
Jardinage	40,9	Sport	35,8

Surprise ! Les Actifs s'imaginent bien pensionnés **et** actifs alors que les Pensionnés remplacent le théâtre par le bricolage plus actif et le suivi de conférences par le sport plus dynamique.

Lorsque l'on demande quelle autre formule pourrait remplacer la notion de pensionné actif, le nombre de propositions est faible, mais en voici une ou deux plutôt sympathiques :

*Actif autrement. Les autres actifs. Actif dans une nouvelle vie. Actif sans but de lucre.*

*Age merveilleux ou, comme on le dit au Brésil, âge Vermeil.*

Pour clore cette recherche d'une nouvelle appellation, je propose ma définition : « Retirés des affaires, ils profitent **activement** de la vie ». Et c'est ainsi, comme Monsieur Jourdain fait de la prose sans le savoir, que la majorité de la population âgée en bonne santé physique et mentale est, sans le savoir, pensionnée **et** active 😊.

Il reste alors à connaître comment nos répondants financent toutes leurs activités, leurs réponses sont diversifiées. Soixante pourcents déclarent devoir faire attention et, pour certains, faire des choix et les quarante pourcents restants ne sont pas limités.

Finalement, cette recherche nous montre que les seniors sont très peu nombreux à distinguer le pensionné actif du pensionné et actif. Mais ce qui importe, c'est que les pensionnés participent à plus de 10 activités comme c'est le cas de nos répondants.

Membre du groupe de recherche, Caroline Thill, m'envoie le commentaire suivant qui correspond bien à mon sentiment, mais tellement mieux exprimé : « *En lisant ce rapport, je me suis dit que ni le terme de « retraité », ni celui de « pensionné » ne semblait convenir à la vie de nos participants au sondage qui se considèrent « actifs » ("retraité" évoque être en retrait, se distancer, décrocher ... et "pensionné" suggère être en pension, dans un monde à part, clos, alors que nos participants parlent de continuer, d'être ouverts, d'intégrer la société, etc.)* ».

Belle conclusion à ce qu'il convient de retenir de cette recherche.

**Merci aux 136 répondant(e)s à notre sondage !**

### **L'UTAN en congé :**

Vacances de printemps (Pâques) : du lundi 4 avril au vendredi 15 avril

Lundi de Pâques : 18 avril

Jeudi de l'ascension : 26 mai

Lundi de Pentecôte : 6 juin

**Vous déménagez, changez d'adresse email, ....**  
faites-nous part de ces modifications :

soit en téléphonant au secrétariat au 081/72 55 03, les lundi, mercredi et jeudi de 9h30 à 12h ;

soit en envoyant un email à [utan.secretariat@yahoo.fr](mailto:utan.secretariat@yahoo.fr)

## Conférences

*Les conférences se tiennent au **Business and Learning Center de l'UNamur, rue Godefroid 5 à Namur le mercredi à 14h.***

*Pour être tenu au courant du programme de nos conférences, pensez à envoyer votre adresse email à [beyne.philippe@yahoo.be](mailto:beyne.philippe@yahoo.be)*

Le montant de la participation est de 5€ pour les membres, 7€ pour les non-membres.

*Nous restons à votre écoute si vous avez des thèmes de conférence à nous communiquer.*

*Votre participation aux conférences est un réel encouragement, bien plus qu'un souhait.*

**En raison de la crise sanitaire, le cycle de conférences est temporairement suspendu. Nous vous tiendrons au courant lorsqu'il reprendra.**

## Cours et activités

Les cours et activités sont dispensés du lundi au vendredi (une ou plusieurs séances d'1h30/semaine). La participation aux frais est de **4 €** par séance et par personne, payable au professeur(e)/responsable. Pour participer à ces cours/activités, vous devez impérativement être membre de l'UTAN et en ordre de cotisation (30€/an).

Comme chaque année, nous vous offrons un vaste choix de cours, d'ateliers et d'activités susceptibles de vous permettre d'acquérir de nouvelles connaissances, de les parfaire, de vous distraire, de maintenir et entretenir vos capacités cognitives ou votre condition physique.

Nous tentons de répondre à vos aspirations en introduisant de nouvelles activités pour susciter votre intérêt, rester membre de l'UTAN ou, bien mieux encore, rejoindre pour la première fois cette grande famille des seniors dans laquelle règne, avant tout, la convivialité.

### **Parmi les nouveautés 2021-2022, épinglons :**

« Atelier de dessin (Initiation au carnet de voyage) » - « Escrime » - « Jeux de société » - « Paléontologie botanique » - « Questions de Géologie ».

#### En modules :

« Archéologie » (3 séances) - « La boîte à outils » (5 séances) - « Clés pour le bénévolat » (10 séances) - « Hommes et Horizons » (4 séances). « Marche nordique » (6 séances d'initiation).

### **Nouveauté de dernière minute**

« Randonnée en VAE » (Vélo à Assistance Electrique) – voir détails en page 18.

### Cours temporairement suspendus

« Apiculture (Redécouvrons l'abeille domestique) » - « Aquastretching & Stretching » - « Arave classique » - « Atelier de zythologie (biérogologie) » - « Chimie » - « Langue latine » - « Magie à l'usage des grands-parents » - « Microbiologie » - « Yoga Kundalini ».

Les tableaux horaires sont simultanément affichés aux valves de l'UTAN des 36 et 78, rue de Bruxelles et communiqués sur notre site [www.utan.be](http://www.utan.be) via l'onglet « **Cours et activités** ». **Un clic sur le lien bleu relatif au cours concerné** vous donnera accès aux coordonnées complètes des professeur(e)s/responsables et descriptifs de cours/activités.

**Pour toutes informations relatives aux cours/activités**  
**merci de contacter directement et EXCLUSIVEMENT le/la professeur(e)/responsable.**

## **ARTS**

Art des Jardins	Christine de Groote	0476 60 39 16
Arts moderne et contemporain	Marie-Claire Toussaint	081 44 07 35 / 0494 47 61 21
Expertise & technologie de la peinture	Jacqueline Couvert	0493 88 43 74
Histoire de l'art	Françoise Speliers	081 74 02 90
Musiques passion	Philippe Schoofs	081 41 13 93
Pour pouvoir parler cinéma	Philippe Schoofs	081 41 13 93
Photographie (Gestion app. photo num.)	Jean-Baptiste Pons	0497 03 46 69
Photographie (Retouche photo)	Jean-Baptiste Pons	0497 03 46 69

## **ATELIERS**

Aromathérapie	Achille Seny	0475 34 77 35
Art floral	Anne-Marie Puisieux	0494 84 02 51
Aquarelle	Evelyne Denis	0498 31 01 93
Calligraphie (niveaux débutant & moyen)	Claudia Crivisqui	0471 03 01 15
Calligraphie (niveau avancé)	Annick Doneux	081 73 63 68 / 0475 33 93 61
Dentelle aux fuseaux	Michelle Nokerman	060 31 26 25 / 0472 20 29 38
Dessin (Initiation au carnet de voyage)	Agnès Vanoverschelde	0486 05 56 61
Ecriture	Françoise Buchet	0479 56 39 79
Généalogie	Marie Cappart	mariecappart@gmail.com
Méditation	Lien Nguyen	081 22 11 12 / 0471 52 00 47
Œnologie (découverte & perfectionnement)	Philippe Berger	0496 26 68 83
Oser chanter, oser « s'en-chanter »	Raphy Rafaël	081 57 06 23 / 0497 93 43 00
Réalisation de mandalas	Evelyne Denis	0498 31 01 93
L'UTAN dans la rue	Thérèse Moussiaux	0485 20 14 91
Clés pour le bénévolat	Thérèse Moussiaux	0485 20 14 91
Atelier théâtral de l'UTAN	Freddy Bada	0478 76 07 06
Atelier « Troupe de théâtre » de l'UTAN	Renée Laurent	0474 75 99 04

## **CYCLOTOURISME**

Randonnée (Vélo Assistance Electrique)	Marc Delacharlerie	0477 22 56 56
	Jean-Claude Massaux	0486 50 71 02

## **DROIT**

Droit	Françoise de Beaufort	02 354 73 56
Droit médical « Les droits du patient »	Paul Mathieu	0485 54 45 53

## **HISTOIRE**

Assyriologie	Julien De Vos	081 13 98 65 / 0492 51 72 69
Egyptologie	Julien De Vos	081 13 98 65 / 0492 51 72 69
Les Celtes (histoire, culture, héritage)	Charles Gheur	02 672 07 97
Archéologie (21/04, 28/04, 05/05/22)	Stefano Busin	0476 43 91 70

## **INFORMATIQUE**

Inform.de base pour PC et/ou Apple	Jean-Pierre Troussart	0496 94 95 84
Smartphone – iPhone	André Bihain	0473 94 87 38

## **JEUX**

Club « Les Amis du bridge » à Amée	Bernard Chapelier	0486 91 75 15
Bridge (Initiation) à Tabora	Françoise Henrard	081 21 12 99
Bridge (Initiés et avancés) à Tabora	Bernard Chapelier	0486 91 75 15
Bridge (Débutant) à l'UTAN	Marie-Jeanne de Decker	083 63 39 13 / 0478 73 10 13

Jeux de société Jean-Marie Balon 0497 94 40 54

### LANGUES ANCIENNES

Hébreu biblique Nadine Karelle 0478 68 01 66

### LANGUES ETRANGERES

Allemand Françoise Ponsard 081 44 63 77 / 0497 62 98 11

#### Anglais : Apprentissage

- Pour débutant (1 et 2)

Christine Callens 081 73 13 29 / 0494 18 92 43  
John Burns john.burns.utan@gmail.com

- 1e et 2e années

Martine Clément 081 73 94 36 / 0472 50 49 18  
Régine Decoux 081 21 32 78 / 0478 24 36 52  
Paulette Desy (2<sup>e</sup>) 081 22 93 56 / 0471 03 29 55  
Edith t'Hooft 0479 80 86 17

- 3e année

Martine Clément 081 73 94 36 / 0472 50 49 18  
Paulette Desy 081 22 93 56 / 0471 03 29 55  
Marie-Paule Michiels 0474 46 25 05  
Edith t'Hooft 0479 80 86 17

- 4e année

Paulette Desy 081 22 93 56 / 0471 03 29 55  
Edith t'Hooft 0479 80 86 17

#### Anglais : Perfectionnement

- Groupe A
- Groupe B
- Groupe C
- Groupe D
- Conversation
- Conversation

Daniel Bertrand 082 61 25 58 / 0475 82 04 14  
Daniel Bertrand 082 61 25 58 / 0475 82 04 14  
Anne-Marie Ancion 081 58 03 31 / 0477 77 96 36  
Daniel Bertrand 082 61 25 58 / 0475 82 04 14  
Amelia Will 0493 08 96 61  
John Burns john.burns.utan@gmail.com

Espagnol (niveaux 1, 2, 3, 4, 5)

Michèle Broeckeaert 0476 29 16 87

Espagnol (différents niveaux)

Christine Callens 081 73 13 29 / 0494 18 92 43

Espagnol (conv.niveaux déb. & avancé)

Giuliana Valdivia 0473 41 55 16

Italien

Carmine Casarin 02 782 17 81 / 0486 81 03 14

Italien

Barbara Di Giandomenico 0498 05 22 16

Japonais

Junko Tsushima 081 74 64 52

Néerlandais (niveaux 1 et 2)

Léonie Vossen 081 74 28 93 / 0499 46 85 09

Néerlandais (moyen/avancé/conversation)

Hugo Willems 081 46 12 43

Russe

Andreï Zakharkevitch 0495 63 72 08

### LANGUE ET LITTERATURE FRANCAISES

Histoire de la littérature française

Michelle Monballin 081 56 91 55 / 0471 73 46 35

Poésie, diction

Jean Loubry 0485 92 84 48

Tournante de lecture

Anne Donnay 081 56 60 78 / 0474 38 77 10

### MARCHES

Marche (8 à 10 km)

André Delleuze 0476 64 31 77  
Dominique Clerin 0497 52 25 42  
Emile Wathélet 081 40 04 39

Marche - Balade (6 à 8 km)

Jacques Jonckers 081 61 34 05  
Hugues Servais 081 73 42 55

Marche - Escapade (6 à 8 km - relax)

André Cochet 0495 26 17 92

Marche nordique

Patrick Huyghe 0486 21 52 25

Marche - Randonnée (12 à 14 km)

Nicole Godelaine 081 30 32 40 / 0460 94 61 97

Cours de GPS pour Randonnée (8 km)

Eddy Abts 081 74 59 96 / 0495 70 88 51

### PATRIMOINE

Architecture médiévale de Belgique

Charles Gheur 02 672 07 97

Architecture rurale tradition. de Wallonie

Charles Gheur 02 672 07 97

Connaissance de Namur (1<sup>e</sup> & 2<sup>e</sup> années)

Philippe Dufrêne 081 22 16 99

<b>PHILOSOPHIE</b>		
Philosophie	Valérie Defrêne	081 20 10 08
<b>PSYCHOLOGIE</b>		
Epanouissement et Force mentale	Patrick De Saedeleer	0494 70 90 62 / 081 58 03 74
Formation à l'Ennéagramme	Josiane Héni-Malray	0476 55 72 61
Psychologie (1, 2, 3)	Sabine Blanckaert	0486 67 35 77
<b>SCIENCES</b>		
Astronomie (Initiation et échanges)	Micheline Van Roy (Secrétaire)	0475 80 40 10
Ethnobotanique	Philippe Martin	0493 17 87 01 (unigt. par SMS)
Floristique	Philippe Martin	0493 17 87 01 (unigt. par SMS)
Géographie physique, Géomorphologie (Initiation)	Pierre Overlau	081 56 91 55
Géopolitique	Christian Legat	081 46 23 59
Micronutrition - Homéopathie	Anne Frogneux	0477 29 77 12
Neurosciences « Votre profil est apprenant »	Mylène Menot-Martin	0495 26 97 34
Nutrition, diététique, bromatologie	Jean-Marie Joassart	010 65 71 03 / 0475 96 65 62
Paléontologie botanique	Colette Cornet	0498 81 21 24
Questions de Géologie	Johan Yans	0478 20 34 50
<b>SPORT et BIEN-ETRE</b>		
Energétique chinoise	Françoise Dethise	082 64 47 24 / 0498 32 25 41
Escrime	Thierry Pochet	0486 98 83 93
Sophrologie dynamique	Maryse Martin	081 74 83 25 / 0477 52 13 98
Tai chi Chuan - Chi Cong	Jean-Luc Perot	0479 56 54 32
Yoga	Monique Beguin	0477 38 12 30
Zumba gold	Edwige Geerinck	0496 53 93 26
<b>VOYAGES - EXCURSIONS</b>		
<i>- Mardi et vendredi matin -</i>		
	Micheline Deprez	081 72 55 04
	Gisèle Verniers	081 72 55 04
<b>AUTRES ACTIVITES</b>		
L'air d'UTAN - Radio (R.U.N.)	Freddy Bouquelloen	0475 45 95 52
Bibliothèque de l'UTAN	Philippe Sadoine	utan.bibliotheque@yahoo.com

### Connaître les dernières nouvelles de l'UTAN :

1. à l'occasion de chacune des conférences
  2. par notre site web : [www.utan.be](http://www.utan.be)
  3. par les avis affichés aux valves aux 36 et 78 rue de Bruxelles
  4. par « L'Air d'UTAN » (R.U.N. : Radio Univ. Nam.), FM 88.1 chaque mercredi de 9h à 12h.  
animation par Freddy Bouquelloen (☎ 0475/45.95.52) et son équipe,  
site internet : <http://lairdutan.blogspot.be/>  
adresse courriel : [lairdutan@gmail.com](mailto:lairdutan@gmail.com)
  5. Nous sommes présents également sur **Facebook** ! 
- N'hésitez pas à nous envoyer une demande pour devenir membre du groupe UTAN.

## Nouvelle activité sportive au sein de l'UTAN

### **CYCLOTOURISME - VAE (Vélo à Assistance Electrique)... la roue mosane est née !**



Le VAE n'est plus une mode, c'est devenu un phénomène de société et ces derniers mois plus difficiles n'ont fait qu'augmenter son succès auprès d'un public plus large.

Nous n'hésitons toutefois pas de casser tout de suite une patte au canard... le vélo à assistance électrique n'est pas une mobylette et il nécessite toujours un effort pour le faire avancer... rouler en VAE reste donc une activité sportive à part entière.

L'assistance est juste là (et réglable selon le souhait du cycliste) pour l'aider à passer les dénivelés avec le sourire plutôt qu'avec la grimace.

Tout ceci offre ainsi la possibilité à tout un chacun qui apprécie le vélo de quitter les Ravels pour emprunter de plus belles routes, chemins et parfois sentiers pour aller à la découverte de nos régions qui regorgent d'endroits magnifiques... le spectacle est tel que l'on peut même passer par des endroits connus et les découvrir avec un œil tout à fait différent, celui du cycliste, libre comme le vent !

En parallèle aux groupes de marcheurs existants depuis longtemps au sein de l'UTAN, deux cyclistes VAE convaincus, Jean-Claude Massaux et Marc Delacharlerie, tous deux namurois, ont voulu partager leur passion et aussi leurs connaissances dans le domaine avec les retraités actifs de l'UTAN.

**C'est ainsi que, dès mars ou avril, des sorties VAE seront proposées en principe une fois la semaine et à des jours différents. Le souhait étant que l'activité soit accessible au plus grand nombre et aussi de rouler avec la plus belle météo possible.**

Le vélo, phénomène de société, nous voulons aussi le promouvoir en dehors des loisirs, c'est pour cela que des ateliers en lien avec la sécurité, avec les entretiens vélos... figurent parmi les projets du groupe.

Autour des deux pionniers, quelques autres passionnés se sont déjà mis au travail pour constituer une structure solide au groupe... et, pour qui dispose de temps et souhaite s'investir... nous recherchons encore de l'aide dans certains domaines.

Pour en savoir plus, pour rejoindre le groupe, nous vous invitons à visiter notre page FB : <https://www.facebook.com/groups/833701797367945>

Si vous êtes membres de l'UTAN, au plaisir de rouler ensemble bientôt... la roue mosane vous attend

## Voyages 2021 - 2022

Mmes Micheline Deprez et Gisèle Verniers sont présentes les mardis et vendredis  
(10h à 12h) ☎ 081/72 55 04

**Nouvelle adresse e-mail : [utan.voyages@yahoo.fr](mailto:utan.voyages@yahoo.fr)**

### Notre philosophie de voyage

**Le tourisme est une activité en pleine expansion. On voyage aujourd'hui de plus en plus souvent et de plus en plus loin, et c'est tant mieux ! Cependant, n'est pas « voyageur\* » qui veut. Avant de partir, où que ce soit, avec qui que ce soit, ne perdez jamais de vue deux choses principales...**

**« Voyager » implique nécessairement la rencontre de l'Autre. Que cet Autre habite le pays que vous découvrez ou fait partie de vos compagnons de voyage, il mérite la chose la plus importante au monde, à savoir le respect. Nous vous conseillons de vous informer sur les réalités quotidiennes d'un pays avant d'entreprendre de le visiter, car vous devrez vous adapter à celles-ci et non le contraire. De même, il faut avoir à l'esprit que « voyager en groupe » exige de chacun la sociabilité, la politesse et le respect des consignes.**

**Egalement, un « voyage », même organisé, reste un voyage. Il arrive que des circonstances exceptionnelles ou inattendues viennent bousculer l'organisation. Il appartient aux voyageurs de s'adapter avec philosophie aux impondérables.**

**« Si vous voulez que la vie vous sourit, apportez-lui d'abord votre bonne humeur »  
(Spinoza)**

**\* Un voyageur n'est pas un touriste et inversement.**

**« Tout changement est difficile au début, compliqué au milieu et magnifique à la fin »  
Robin Sharna.**

### PROJETS 2022

MAI du 14 au 18 *	CULTUREL AVION	CROISIERE SUR LE RHONE
MAI du 22 au 31*	CULTUREL AVION	ESPAGNE VERTE
JUIN du 12 au 16 *	CULTUREL AVION	PEINTRES de PROVENCE
DECEMBRE	FETES ET LUMIERES	COPENHAGUE

\*Dossier disponible sur le site UTAN

En fonction de l'évolution de la situation hors Europe, d'autres destinations viendront s'ajouter à notre programme : Louisiane, Guadeloupe ...

Ces projets sont bien sûr modifiables en fonction des conditions sanitaires ainsi que des possibilités de réservation des vols et des hôtels.

Comment réserver ?

1. Communiquez-nous votre intérêt au plus tôt.
2. Dès que le dossier ou programme est disponible, il vous sera envoyé.
3. Renvoyez le bulletin d'inscription dûment complété avec photocopies de vos cartes d'identité, assurances assistance et annulation ainsi que de votre certificat covid
4. Versez votre acompte = votre demande de réservation est prise en compte

En cas de besoin, la date de réception de la fiche d'inscription et le paiement de l'acompte départageront les demandes.

- **Si vous avez une adresse e-mail, veuillez la communiquer en vous inscrivant** ●

Les exigences en matière de réservation des hôtels et des billets d'avion nous obligent à clôturer **les inscriptions au plus tôt**.

N° compte voyages UTAN **BE53 7320 3871 2953 (CBC) (versements européens)**

**Avis aux personnes âgées de 75 ans et plus** qui souhaitent voyager à l'étranger. Veuillez vérifier que votre carte d'identité porte bien une date d'échéance. Sinon, avant de partir, procurez-vous, au bureau de l'état civil de votre commune, soit une carte d'identité avec date d'échéance, soit un passeport. Vous éviterez ainsi de vous faire refouler à l'aéroport et d'hypothéquer votre voyage.

**Les dossiers des voyages en PDF peuvent être téléchargés sur le site [www.utan.be](http://www.utan.be) ou être envoyés sur demande.**

**Dans le cadre de la crise liée au Covid-19**, en cas d'annulation ou de report du voyage, même force majeure, les frais administratifs sont réduits à 25 € / personne.

Par contre, s'il s'agit d'une annulation décidée par le participant pour raisons personnelles les frais normaux d'annulation (cf dossier) sont applicables et s'ajoutent aux frais administratifs.

Cette mesure est en vigueur à partir du 22 janvier 2021 sans effet rétroactif.

Les voyages de l'UTAN ne disposent malheureusement pas d'un encadrement suffisant permettant l'accueil de personnes non autonomes. Des solutions adaptées existent. Prenez contact avec nous, nous vous aiderons dans vos recherches et démarches.

## ANTENNES

### Les antennes font partie intégrante de l'UTAN

**L'Université du Temps libre d'ANDENNE - site web <http://utla-andenne.wikeo.net>**

**Responsable** : M. Manfred Peters, rue de la Ferme romaine 3, 5300 Seilles. **Secrétariat** : M. Bruno Eicher, quai des Fusillés 1/2, 5300 Andenne ☎ : 085/84.28.53. **Conférences** : M. J. Léonard ☎ 085/82.57.81. [joseleonardvl@yahoo.fr](mailto:joseleonardvl@yahoo.fr) **Local** : Centre paroissial, rue Camus 62, Andenne (le vendredi, 15h). **Cours et Ateliers** : Mme Nicole Fossion ☎ 0495/389092 - [nicolefossion@hotmail.com](mailto:nicolefossion@hotmail.com) - **Comment s'affilier ?** A l'entrée de la conférence mais de préférence par virement au compte **UTLA Membres BE11 3636 1046 0648**

■ **Conférences** : nous respectons les mesures sanitaires du moment.  
22 avril : Marc Temmerman (EXPLO) : « Cuba, (r)évolution d'un rêve »

■ **Excursions et voyages** :

Pour plus de précisions, consulter le site <https://utla-andenne.wikeo.net/>

■ **Cours et ateliers** : pour plus d'informations, consulter notre site

**Italien 2<sup>e</sup> année, chaque mardi de 10 à 12h** par Mme Cécile Mainfroid (0475 952 413 /[cecilemainfroid18@gmail.com](mailto:cecilemainfroid18@gmail.com)).

**Italien 1<sup>re</sup> année pour débutants et faux débutants, chaque jeudi de 10 à 12h** par Mme Cécile Mainfroid (0475 952 413 / [cecilemainfroid18@gmail.com](mailto:cecilemainfroid18@gmail.com)).

**Tablette / Smartphone.** En attente de la désignation d'un professeur.

**Bureautique (Word-Excel perfectionnement + PowerPoint)** en attente de la désignation d'un professeur

**Anglais, table de conversation, un mercredi sur deux de 9h30 à 11h30** par M. Roger Tillieux (0498 468 700 / [roger.tillieux@gmail.com](mailto:roger.tillieux@gmail.com)).

**Généalogie**, (3<sup>e</sup> année mais ouvert à tous) **chaque mercredi de 14 à 16h** par M. Philippe Dejaive (0484 077 135 / [philippedejaive@hotmail.com](mailto:philippedejaive@hotmail.com)).

**Anglais intermédiaire, tous les jeudis de 10h00 à 11h30** par Mme Marie-Paule Michiels-Tefnin (0474 462 505 / [mp.michiels.tefnin@hotmail.com](mailto:mp.michiels.tefnin@hotmail.com)).

**Littérature, un lundi sur deux de 14 à 16h** par Mme Monique Fiévet (083 21 84 90 / [moniquefievet@outlook.com](mailto:moniquefievet@outlook.com)).

**Espagnol intermédiaire** (4<sup>e</sup> année), **tous les vendredis de 10 à 12h** par M. Philippe Dejaive (0484 077 135 / [philippedejaive@hotmail.com](mailto:philippedejaive@hotmail.com)).

**Tous les cours repris ci-dessus sont dispensés au Centre sportif Arena, rue Docteur Melin, 14, 5300 Andenne.**

**Yoga doux & méditation** - par *La Source* (M. Benjamin Ball'oca et son épouse). **Rue Chawagne, 5 C, 5300 Andenne** (à 2 minutes du centre paroissial).

#### **BIEVRE**

Responsable : Mme Mady d'Orchymont, rue de Bouillon 8, 5555 Bièvre. ☎ 061/51.11.65  
avec la collaboration de : Mme Marie-Henriette Douny.

Local : Centre culturel, rue de Bouillon, 39 - 5555 Bièvre.

#### ■ **Conférences : à 15h au centre Culturel.**

**5 avril** : « La famille grand-ducale luxembourgeoise » par Patrick FRANCOIS, pédagogue

**7 juin** : « La sorcellerie chez les femmes » par Guy DEPLAEN, philosophe et professeur

#### **CINEY**

Infos générales et secrétariat « séjour » : Mutien-Marie Gilmard (☎ 0476/96.96.93), [gilmard.mm@skynet.be](mailto:gilmard.mm@skynet.be).

Secrétariat « conférences » et prospection : Jacques Trépant (☎ 0475/51.64.44), [j-t@skynet.be](mailto:j-t@skynet.be)

Secrétariat « cours et excursions » : Paul Gilmard (☎ 0476/31.82.00), [pgilmard@gmail.com](mailto:pgilmard@gmail.com).

Animation/prospection « séjour », « excursions » : Bernard Georges (☎ 0476/66.51.04), [bg.jl621@yahoo.com](mailto:bg.jl621@yahoo.com).

Animation, accueil et prospection : André-Marie Viroux, [amviroux@skynet.be](mailto:amviroux@skynet.be) (☎ 0479/41.35.16) Les conférences devraient se donner au Centre culturel, place Roi Baudouin à 5590 Ciney, le vendredi à 14h30 (☎ 083/21.65.65. Droit d'entrée : membre UTAN : 4€/conférence – Non membre : 6€.

■ **Cours** : Après la fin du cours de culture antique de feu Benoît Guillaume, le projet de reconduction d'un cours à Ciney est toujours à l'étude.

■ **Conférences** : En raison des conditions sanitaires, nous adaptons notre programmation quant au lieu où se donnent ces conférences, notamment. Participation 4 € par conférence (tarif membre).

**26 mai** : à 14h30' : Centre Cuturel – en salle 5 (sous réserve) –

MARC REVEILLON. *Le droit à la pauvreté* - D'emblée le témoin de ce jour nous met à l'aise avec modestie : « Trois textes relatifs à ce droit à la pauvreté constituent la base de mon exposé : le premier publié dans la Libre Belgique en 2009, les deux autres publiés en 2020 dans L'escargot déchaîné (journal du mouvement politique des objecteurs de croissance). Comme ma pensée (un bien grand mot) ne tient debout que par la pensée des autres (ce sont mes béquilles), et que je ne suis ni créateur ni innovateur, j'utiliserai sans doute beaucoup plus les textes de mes "maîtres" que mes propres élucubrations. Mais le tout, évidemment, sur un ton joyeux: fuyons l'ex cathedra comme la peste. "Conférence" me semble un bien grand mot pour mon intervention, ce serait plutôt une causerie entre gens de bonne volonté. »

Il omet toutefois d'évoquer son aisance à parler haut et clair lorsqu'il exprime ses passions et ses engagements, son regard sur l'évolution du monde et de l'humanité. Voici quelques extraits des textes annoncés que vous pouvez obtenir par demande à [gilmard.mm@skynet.be](mailto:gilmard.mm@skynet.be) (en mentionnant « textes 'droit à la pauvreté' ») :

« (...) *Pour nous aider à comprendre ce monde apocalyptique, il faut se tourner, non pas vers les fondamentalistes chrétiens (ou autres) qui veulent y voir la vengeance de Dieu (quelle mauvaise plaisanterie, ce Dieu vengeur ! on se croirait revenu chez les Aztèques; comme si, en matière de vengeance, on avait besoin d'aide ; comme si on n'était pas naturellement doué), mais du côté de deux grands chercheurs : René Girard et Ivan Illich. Ces deux chrétiens de haut vol ne sont pas des intellectuels médiatiques, pas des repentis de la Banque mondiale, pas des humanitaires larmoyants, pas des universitaires tournant en rond dans leurs jeux de langage. Deux chercheurs patients qui veulent voir dans l'homme autre chose qu'un producteur ou un consommateur. Qui n'essayent pas de nous donner des solutions, des stratégies, des plans, des recettes. Qui n'essayent surtout pas de faire illusion avec des lendemains qui chantent. (...)* » (M. Réveillon in « La Libre Belgique » - 10 mars 2009)

« (...) *nous revendiquons un droit à la pauvreté (« pauvreté » entendue comme opposée à « misère »). Non pas un devoir d'austérité, mais bien un droit à la pauvreté ! Un droit qui permettrait de s'attaquer à cette réalité indéniable: plus on surproduit, et plus on surconsomme, et plus on manque de tout (ce qui est exactement la définition de la misère). On dit bien un droit, qui permettrait entre autres de porter plainte contre quelqu'un qui inciterait les pauvres à « sortir de la pauvreté » (vous rappelez-vous ces gens de bas-étage qui nous disaient hier encore (et assurément demain), entre deux rapports du GIEC : « Enrichissez-vous ! » ? Ils nous engueulaient presque d'être pauvres !) Et il faut s'attendre, une fois que le COVID-19 se calmera un peu, à des farandoles de « il faut relancer la machine ». Et pourtant on sait qu'elle perd de l'huile la machine, qu'elle fume beaucoup, et du noir, et qu'elle n'est pas belle, et qu'elle broie à vilaines dents. Les génies des alpages boursiers vont revenir dare-dare pour nous conseiller de « diversifier notre portefeuille ». Car nous restons des cancre : nous négligeons trop souvent de « diversifier notre portefeuille ». (M. Réveillon in « L'escargot déchaîné » Mouvement politique des objecteurs de croissance – MPOC - mars 2020)*

■ **Voyages** : Nos deux projets sont déjà complets mais il reste une liste d'attente en cas de désistements

**01 avril** : **Bastogne** : Bastogne War Museum, Mémorial du MARDASSON (crypte Fernand LEGER). Visite du Champ de bataille (le Bois de la Paix, Fox holes, fortin Bogges) et cimetière allemand de Recogne.

**22avril** : **Blégny** : Visite de la mine - Train touristique Blégny Trembleur - Musée de la mine.

■ **Séjour** : Il est déjà complet mais il reste aussi une liste d'attente en cas de désistements  
**Du 07 au 13.06** : depuis l'Hotel Munsh (St-Hyppolite - Alsace) : Mont Ste-Odile / Colmar (Musée Unterlinden ! / Strasbourg (cathédrale – ville) / Mulhouse (Cité de l'automobile - l'Eco Musée d'Alsace) Musée et mémorial du Linge 1915 / Distillerie / Fromagerie / Haut – Koenigsbourg / Camp de concentration du Struthof

#### **EGHEZEE**

**Contacts** : Mmes C. Legrand (☎ 0474/29.85.89) [colette.legrand@gmail.com](mailto:colette.legrand@gmail.com), A. Parmentier (☎ 081/56.86.01), A. Van de Vijver-Herbiet (☎ 081/58.30.61),  
**Local** : Salle « Les Coquelicots », rue Terre Franche 151 à 5310 Leuze (Eghezée)  
**Conférences le mardi à 15h00**. **Compte bancaire** : **BE89 0682 4971 2985** de l'UTAN Eghezée.

■ **Conférences** : (suivies d'un goûter, si les conditions sanitaires le permettent) :

**19 avril** : « **Le lac Léman français et suisse** » par R. BOSMANS

Région plurielle, les terres qui bordent le lac Léman offrent des paysages de toute beauté, des villes chargées d'histoire, des traditions séculaires.

**3 mai** : « **La beauté féminine dans l'art toscan** » par J. KOKELBERG

Un léger voile de tristesse aux paupières, la Madone incline la tête en protégeant son jeune enfant. Mais l'air du temps a choisi de redynamiser l'apparence des personnages sacrés, de la rendre plus humaine. Les créatures auréolées entament désormais leur terrestre parcours.

**17 mai** : « **Les pays de l'Est** » par R. BOSMANS

Autriche, Slovaquie, Pologne, Roumanie, Bulgarie et Grèce. De Vienne au mont Olympe.

A l'Est de l'Europe, les Tatras puis les Carpates dessinent un grand arc montagneux où perdurent des traditions ancestrales.

**7 juin** : « **Baudelaire, spleen, éros... et ailleurs** » par J. KOKELBERG

Poète français (Paris 1821-Paris 1867). ... Poète maudit ou poète méconnu dans la France de Napoléon III et la Belgique de Léopold I<sup>er</sup>

**21 juin** : « **Le Cap Vert** » par Mr J.-C. HERMAN

Dix îles flagellées par un alizé venu du Sahara. Des plages qui n'ont jamais senti la pression des pas et des baies qui cachent des bateaux morts venus là s'échouer.

■ **Excursion annuelle** : jeudi 19 mai

■ **Gymnastique douce** :

Tous les mercredis en période scolaire (cours complet)

Les **marches** du vendredi continuent toute l'année (suivies d'un goûter, si les conditions sanitaires le permettent)

Départ à 14h00 précises, du parking de la salle « Les Coquelicots »

(M. L. LAMBIN ☎ 081/51.04.09)

Vous retrouverez également notre programme sur le site :

- [www.utan.be](http://www.utan.be)
- [www.utan.eghezee.org](http://www.utan.eghezee.org)

#### **Université du Temps de l'Age d'or à GEMBLOUX - UTAG**

Responsables : Chantal Denis et Liliane Roland (tél. : 0497/41.27.93)

Internet : UTAN-Gembloux - email : [utag@gmx.fr](mailto:utag@gmx.fr) - Tél : 0476/61.28.18

**Anglais** : 1. **niveau élémentaire** : le vendredi : 9h00 à 10h15.  
 Roseline RENOIR - ☎ 0479 546 680.

2. **niveau moyen** : le vendredi : 10h30 à 11h 45.

Roseline RENOIR.

3. **niveau moyen avancé - conversations** : le vendredi : 9h00 à 10h15.

Martine MASSET : ✉ masrad@hotmail.com.

4. **going on holiday** : le vendredi : 10h30 à 11h45.

Martine MASSET

**Espagnol :**

1. **niveau élémentaire** : le mardi de 10h30 à 11h45.

Michèle BROECKAERT : ☎ 0476 291 687

2. **niveau moyen** : le mardi de 13h 30 à 14h45.

Michèle BROECKAERT.

3. **tables de conversation** : le mardi de 15h00 à 16h15.

Michèle BROECKAERT.

**Italien :**

1. **Niveau élémentaire** : le lundi de 13h30 à 14h45.

Nadine CLAISE – ☎ 0485 267 677

2. **niveau moyen** : le lundi de 15h00 à 16h15.

Nadine CLAISE.

**Wallon**

1. **Orthographe et littérature** : un lundi sur deux de 9h00 à 10h15.

Chantal Denis – ☎ 081 81 25 94.

2. **tables de conversation** un lundi sur deux de 15h15 à 16h30.

Joseph DAWAGNE - contact : Chantal DENIS.

**Smartphones**

: le lundi de 10h30 à 12h30.

André BIHAIN ☎ 0473 948 738.

**Chorale :**

le lundi de 13h30 à 14h45 (2 groupes en alternance)

Cécile VANDENBYVANG ✉ parent.vdb@gmail.com

**Qigong/ Chi Kung** : le mardi de 08h45 à 11h 45 (2 groupes) :

Michèle RAFALOWICZ – ☎ 0497 317 181.

**Danse en ligne** : le mardi après-midi (2 groupes)

le mercredi matin.

Martine ALBERT - ☎ 0495 430 776.

**Balades thématiques pédestres** : une fois par mois le mardi :

Jacques MONCOMBLE - ☎ 0476/809 837

**Initiation au bridge** : le vendredi de 14h à 16h

Vera GRIGORIEF - ☎ 081 61 44 19

**En principe, les cours se terminent fin mai mais certains animateurs continuent leurs activités pendant les vacances. Merci de toujours prendre contact avec eux avant de s'inscrire à leurs activités.**

**Plus de renseignements sur notre site** <http://utan-gembloux> et auprès des animateurs respectifs.

**L'Université du Troisième Age de JEMEPPE-sur-SAMBRE**

Responsable : M. Pierre Vereecke - ☎ 071/78.64.27 ; e-mail : [vereecke.pierre@skynet.be](mailto:vereecke.pierre@skynet.be)

Site : [utan-jemeppe.jimdo.com](http://utan-jemeppe.jimdo.com) - Compte bancaire : **BE33 0682 0611 7246** UTAN Jemeppe

■ **Conférences** : à 14 h au Centre Culturel Gabrielle Bernard à Moustier-sur-Sambre

Personne de contact : Pierre Vereecke 071786727

**19 avril** : Bruxelles, mieux qu'on ne le croit, par M. Korsak

**5 mai** : Séniors toujours en route 1 par M. Linotte

**19 mai** : Pieter Breughel par M. Huygens

**2 juin** : Séniors toujours en route 2 par M. Linotte

**16 juin** : Madagascar par M. Kurts

■ **Informatique: le lundi de 13.30 à 15.30 à la Bibliothèque de Jemeppe, rue de la Poste**

Connaissance du PC, gestion des fichiers, internet, etc... venir avec son portable

Personne de contact : F. Carte 071/787640

■ **Gymnastique douce** : le lundi de 17.00 à 18.00 en la salle Le Palace, rue Bodrémont

Venir en tenue de sport et avec son tapis de sol \*\*\*

Personne de contact : Pierre Vereecke 071/786427

■ **Table de conversation en ANGLAIS** : à la Bibliothèque de Jemeppe, rue de la Poste le LUNDI

(hors congés scolaires)

**pour débutants de 16 à 17 h**

**pour les autres de 17.15 à 18.15**

Personne de contact : Eveline Boulanger 071/787170

■ **Table de conversation en WALLON** : au Centre Culturel Gabrielle Bernard

**Le mardi (hors congés scolaires) de 14 à 16 h**

Dates : 19 avril, 3, 17 et 31 mai, 14 juin

Personne de contact : Christiane Sipler 081/444808

■ **Marches** : le vendredi (sauf congés scolaires). Départ à 13.45h du hall Omnisport de Jemeppe

(1)

Afin de favoriser le co-voiturage, sinon départ sur place P

22 avril : Aiseau – P Eglise Ste Marie d'Oignies, rue des écoles

6 mai : Biesme – P Place St Martin

20 mai : excursion CHIMAY \*\*\*

3 juin : Namur – P parking Acinapolis

17 juin : Fort de Malonne - P chemin du fort

16 septembre : Moustier – P place St Frédégand

30 septembre : Aiseau-Presles – P Centre Culturel, rue de la Rochelle, 1

Personnes de contact : Josiane et Willy Allard 071/786988

■ **Excursion le 20 mai** : CHIMAY – départ Centre Culturel Gabrielle Bernard à 07.15 h précises  
Accueil avec film, café et croissant\*\*visite guidée du château\*\*tour en petit train\*\*dîner (potage, plat, dessert, café sans boissons) \*\*visite de l'abbaye de Scourmont\*\*visite de l'Espace Chimay avec 1 dégustation gratuite

**Prix : 60€ par personne (2) à payer sur le compte BE33 0682 0611 7246 avec mention « Chimay-Nom-matricule » À payer avant le 7 mai –**

*La réservation deviendra effective et définitive dès réception du paiement, et dans l'ordre chronologique des paiements sur notre compte.*

(1) **ATTENTION** : pour les marches et la gymnastique, nous fournir un certificat médical d'aptitude physique délivré par votre médecin, renouvelable chaque année

(2) **En règle de cotisation**

**La cotisation couvre l'année académique, du 1/10 au 30/9. Pensez à renouveler celle-ci début septembre, en mettant comme commentaire : » Nom, prénom, N° de membre, cotisation**

**Ou, si vous voulez encore le bulletin papier jaune « Nom, prénom, N° de membre, cotisation + OUI »**

**SAISON 2021-2022**

**Devenir membre ou le rester...**

**GENERALITES** : la cotisation est de 30 € par personne.

Elle couvre la période du 01-09-2021 au 30-09-2022.

**RENOUVELLEMENT** : vous étiez membre de l'UTAN pour la saison 2019 – 2020 et/ou 2020- 2021.

Vous pourrez retirer votre carte (paiement uniquement en liquide) tous les jours ouvrables de 9 h 30 à 11 h 30.

**NOUVEAU MEMBRE** : nouvelle affiliation ou renouvellement par virement bancaire :

Rendez-vous sur [www.utan.be](http://www.utan.be) - cliquez sur l'onglet « accueil » puis sur la rubrique « comment devenir membre » et suivre la procédure décrite.

Vous pouvez aussi utiliser le formulaire au verso de cette page et nous le retourner au 36, rue de Bruxelles - 5000 Namur.

Vous recevrez votre carte après vérification de votre versement au compte BE21 7320 3664 1803 de l'UTAN Namur

**Pour des raisons économiques et écologiques, nous aimerions que vous choisissiez de vous inscrire en ligne.**

**Si c'est impossible pour vous, cochez les cases ad hoc sur le formulaire en annexe.**

## FORMULAIRE

Affiliation 1

Affiliation 2

M ou Mme (biffer)

Nom (maj) :

Prénom :

Date naiss. :

Mail :

Tél :

GSM :

si renouvellement, N° carte

M ou Mme (biffer)

Nom (maj) :

Prénom :

Date naiss. :

Mail :

Tél :

GSM :

si renouvellement, N° carte

Adresse :

Code postal :

Localité :

Je souhaite recevoir une version papier du bulletin

**Pour des raisons économiques et écologiques, nous aimerions que vous choisissiez de recevoir le bulletin en ligne.**

**Si, pour des raisons personnelles, vous optez pour la version papier, cochez la case ci-dessus.**