

L'RNA JOIE

N° 281 du
7 avril 2001
29^e année

Feuillet d'info mensuel publié pour les Ernageois avec l'aide de l'a.s.b.l. Ernage Animation.

Editrice responsable : José JACOBS, drève de Linoy, 6 - 5030 Ernage.

Mise en page et impression : Roland VANHAUWAERT.

Distribution : Eugène DEHOUX, Colette & Serge JORIS, Georgette & Robert NOEL,

Freddy DEHOUX, Raymond DECELLE, Marie-Christine SCHÜMMER,

Marie-Thérèse & Roland THOMAS.

Site internet : <http://www.ernage.be.tf>

E-Mail : ernage@be.tf



17 mars 2001

Ce petit journal est le vôtre. Son contenu dépend de vos articles qui, pour le prochain numéro, doivent nous parvenir avant le 20 du mois courant.

Paraît le premier samedi du mois, sauf au mois d'août.



*A tous ceux qui aiment les
fleurs et les beaux jardins,
l'école maternelle propose*
un grand
marché aux fleurs,
le vendredi 4 mai
de 15h à 18h

*Vous y trouverez toutes sortes de variétés différentes pour
agrémenter votre jardin à des prix intéressants.*

* * *

*Pour une meilleure organisation, nous vous proposons de
remplir le bon de commande disponible à l'école et de le
renvoyer pour le vendredi 20 Avril.*

* * *

D'avance et pour la petite école, un tout grand merci.

L'équipe éducative.



ECOLE COMMUNALE

Un "voleur" sévit à l'école communale de notre village.....

Voici deux ans que, grâce à des parents dynamiques, notre Ecole Communale revit.

Dès ce début de l'année scolaire, des mamans ont proposé de réaliser un atelier de bricolage, cuisine et jardinage et ce, à raison d'une journée par mois. Tout le petit monde de notre école fût enchanté de ces projets.

Malheureusement, pour notre atelier jardinage, une personne peu scrupuleuse et, de surcroît, jalouse a essayé de nous mettre des bâtons dans les roues.

Cet atelier tenu par les institutrices et Sibylle Champagne, architecte paysagiste de formation, enchante les enfants. Depuis le début de l'année, ils ont appris ce qu'est une plante condimentaire ou aromatique (nous avons créé un parterre), à bêcher, planter des arbres et arbustes qu'ils ont choisis. Pourtant, la dénonciation à l'ONEM de Monsieur..., Ernageois de souche, aurait pu entraver les activités de nos jardiniers en herbe.

Manque de pot : documents en ordre et donc pas d'ennuis possibles !

Dernier épisode :

Ce 15 mars, les enfants surveillant leur jardin sont venus mentionner aux institutrices que quelques arbustes avaient été arrachés du sol.

Ainsi, Monsieur..., non satisfait d'avoir mouchardé dans nos administrations belges, s'exhibe à des sorties tardives pour vandalisme d'un jardin communal. En conclusion, ce texte a été écrit pour amuser les Ernageois et surtout pour soigner définitivement Monsieur ...

Les Amis de l'Ecole Communale.



RAPPROCHEMENT ERNAGE-MONTADY

Je vous remercie pour votre participation à l'après-midi de projection sur le Canal des 2 mers. Ce fût une rencontre très agréable. Elle nous a permis de découvrir d'autres personnes intéressées par notre rapprochement.

Je vous rappelle que l'on descend à Montady le week-end de l'Ascension. Nous serons sur place du jeudi 24 au dimanche 27 mai 2001. Nous serions heureux de vous compter parmi nous. Vous pouvez vous inscrire et recevoir de plus amples explications en me téléphonant au **081/61.06.12**.

Attention, plus tu y goûtes plus ça te goûte.

Corinne.



RUBRIQUE SANTE

Les vitamines

Les vitamines sont des substances organiques très sensibles et fragiles qui se trouvent en quantité infinitésimale dans la plupart de nos aliments ou que notre organisme peut élaborer lui-même selon ses besoins (vitamines B dans l'intestin par exemple, grâce en particulier à la flore intestinale, dont l'importance est considérable).

Les vitamines assurent le fonctionnement de mécanismes vitaux, en association avec certains oligo-éléments et enzymes. Certaines vitamines sont nécessaires quotidiennement, à dose infinitésimale, mais leur carence cause des dégâts métaboliques importants.

Elles sont très fragiles et subissent rapidement des dégradations par les manipulations multiples dont les aliments font l'objet : conservation, chaleur, froid, traitements physiques et chimiques de tout genre. Notre alimentation moderne est, pour une bonne part, à l'origine des désastres que nous pouvons observer dans nos pays industriellement avancés.

Certaines vitamines sont solubles dans l'eau (hydrosolubles), d'où l'importance de consommer de l'eau de très bonne qualité. D'autres sont solubles dans les lipides, et il vaut mieux consommer des huiles et graisses de qualité.

a. Excès de vitamines

L'hypervitaminose se produit rarement par une alimentation naturelle, équilibrée et diversifiée. En revanche, si vous avez recours à des vitamines synthétiques, les dégâts peuvent apparaître dans différents domaines. Les vitamines de synthèse ne sont pas des aliments normaux, convenant parfaitement aux besoins de l'organisme. Leur excès peut être dangereux.

b. Carences en vitamines

Les carences vitaminiques se font rapidement remarquer dans le fonctionnement de notre organisme. Nos performances à tous les niveaux baissent rapidement et la santé est vite altérée. Les troubles vont de la simple petite fatigue à certaines maladies graves.

c. Source des vitamines

Nous trouvons toutes les vitamines dans une alimentation fraîche, crue et peu transformée. Certaines vitamines peuvent être élaborées dans notre organisme. Une exposition prudente au soleil permet à notre corps de tirer le meilleur parti de certaines vitamines et même de les synthétiser (certaines vitamines B ainsi que la D).

d. Vitamines de synthèse ou naturelles ?

L'idéal est de fournir nos besoins avec des vitamines que nous offrent les aliments naturels. A condition que ces aliments soient de qualité.

Dans certaines situations, il est recommandé d'avoir un apport en vitamines de synthèse, mais il faut savoir qu'il est dangereux d'avoir recours régulièrement à ce type de vitamines.

Il est donc recommandé de n'en prendre que sur avis de votre médecin.

La vitamine A de synthèse peut favoriser le développement de cancers et de tumeurs cérébrales. Mangeons plutôt des épinards, des melons, des brocolis, des carottes, du maïs, des abricots, des tomates, des aubergines ou des choux. Bien souvent, notre organisme n'assimile pas bien les vitamines de synthèse et une grande partie de celles-ci sont rejetées par notre corps. C'est souvent l'association des différentes composantes de notre alimentation qui, au contraire, permet une bonne assimilation. Donc mangeons une nourriture saine, équilibrée et variée. Les fruits et les légumes frais sont, avec les algues et les graines germées, la meilleure source d'approvisionnement.

Extrait du livre «Forme & jeunesse à tout âge par l'alimentation» Edition : Vie & Action par Yolande Buyse
Le mois prochain, nous parlerons des enzymes

Gérard

Attention ! Trouvé à Ernage un étui contenant une paire de lunettes.
A réclamer chez OPTIC DEBILDE à Gembloux.



BILLARD

C'est avec deux belles victoires que nos deux équipes finissent le tour aller de la compétition.

Compte tenu des résultats des autres équipes, Ernage1 voit passer son avance au classement de deux à six points.

Les trois premières journées des matchs retours ont livré quelques surprises. Ernage2 jouait à domicile contre le deuxième du classement, résultat 6 - 10 : première surprise.

Au même moment, Ernage1 jouait en déplacement contre le dernier du classement, la rencontre se termine mal, résultat 9-7 : deuxième surprise. Au lieu d'avoir un avantage de 9 points ou de maintenir les 6 points d'avance, il n'y a plus que 3 points de différence au classement.

La rencontre suivante oppose le deuxième contre le premier du classement (Grillons-Ernage1). Troisième surprise : notre équipe Ernage1 s'est bien défendue en gagnant les sept derniers matchs et a ainsi remporté une belle victoire, score 6-10.

On notera une belle amélioration de l'équipe Ernage2. Son passage de 7 à 16 points lui vaut une remontée de trois places au classement.

Résultat des rencontres :

24/2	ERNAGE2-E-BERGER1: 10 - 6	10/3	E-BERGER3-ERNAGE1: 9 - 7
	E-BERGER2-ERNAGE1: 5 - 11		ERNAGE2-GRILLONS: 6 - 10
3/3	ERNAGE1-CAMBRINUS: 11 - 5	17/3	ERNAGE2-E-BERGER2: 12 - 4
	GROGNARD-ERNAGE2: 7 - 9		GRILLONS-ERNAGE1: 6 - 10

Classement après douze rencontres :

- 1^{er} Ernage1 : 9 victoires - 1 match nul- 1 perdu- 1 match en moins- 28 points
6 points d'avance sur le deuxième au classement
- 5^{ème} Ernage2 : 5 victoires- 1 match nul -6 perdus-16 points

Bonne chance à tous !

Freddy Godts



PAROISSE SAINT-BARTHELEMY

A ERNAGE

HORAIRE DES OFFICES ET INTENTIONS DES MESSES DOMINICALES

AVRIL 2001

SOUDAIN NAIT UNE FLEUR

Parfois on croit un peu vite
Que l'hiver ne finira pas,
Que la nuit jamais ne quittera
Son long manteau de deuil.
Et puis naît une humble fleur,
Fragile et belle comme un arc-en-ciel,
Semblable à celle que Dieu planta
Pour accueillir en son jardin
Un être à son image
Destiné à vivre de son amour.

Dimanche 8 avril à 10h45 (dimanche des RAMEAUX)

(Collecte pour le carême de partage)

Bernard LARDINOIS - Mathilde DUJARDIN, Juliette DUJARDIN et Antoine
STOQUART - Défunts des familles DANVOIE-BOSMAN-MATHY-PASTEELS -
Défunts de la famille LABAR-MARCHAL - Défunts de la fondation DEPIERREUX-
MABILLE.

SEMAINE SAINTE

Une pierre roulée
C'est une invitation à entrer
Dans cet endroit mystérieux
Pour y découvrir :
Un tombeau vide....
C'est une place pour chacun,

Un lieu à remplir
De nos vies, de notre présence.
Présence d'un christ ressuscité ;
Un lieu où nous pouvons planter
L'arbre de nos espérances.
Ainsi s'ouvre à nous le chemin de Pâques ;
Celui des signes quotidiens de notre résurrection.

Jean-Luc DEPAIVE.

Jeudi Saint 12 avril à 19h30 - Célébration de la dernière Cène
Vendredi Saint 13 avril à 14h30 - Chemin de Croix
à 19h30 - Célébration de la Passion du Seigneur
Samedi Saint 14 avril à 20h30 - Veillée Pascale
Fête de la Résurrection et Célébration

Dimanche 15 avril à 10h45 - Saint Jour de Pâques

Aux intentions de tous ceux et celles qui œuvrent pour la paix dans les familles et pour le monde.

Dimanche 22 avril à 10h45

Joseph BIELANDE et Hortense MARCHAL - Sabine COLON - Vital CRABECK
- Défunts de la famille LESAGE et des amis - Défunts de la fondation
GERREBOS- BLONDELLE.

Dimanche 29 avril à 10h45

Marcel RENARD, Gustave RENARD et les défunts de la famille RENARD-
HENRIET - Défunts des familles CHAMPAGNE-LEONARD-QUAIRIAT - Défunts
des familles DEPIERREUX-THONON-RAYMAKERS-DESMET - Défunts de la
fondation Marie LENOM - En l'honneur de Notre-Dame des Affligés.

* * *

Tous les jours du mois de mai, le mois de Marie, à l'exception des samedis,
dimanches et jours fériés, il y aura récitation du chapelet à l'église, à 19 heures.

* * *

Dimanche 6 mai à 10h45 (Profession de foi)

Pour les jeunes qui font leur profession de foi, pour leur famille, ainsi que pour
les personnes qui les ont accompagnés tout au long de leur préparation.

* * *

Toute modification sera annoncée au cours de l'office précédent.

Pour rappel : il y a toujours, à l'école gardienne, une animation pour les enfants
à la messe de 10h45 et une garderie pour les tout petits.

Le prêtre responsable de la paroisse est Monsieur Jean-Luc DEPAIVE,
Administrateur. Pour le contacter : tél. 081.601565.

Le n° d'appel de Monsieur Xavier HERMAN, Doyen de Gembloux, est le
081.613261 et celui de Monsieur Hervé VANDEPUTTE, Président du Conseil
de Fabrique, le 081.610127.

Eugène DEHOUX.

17 mars 2001 - ECOLES D'ERNAGE

