

Grandes vacances

Plaines, stages et animations tout l'été

Châtelimômes & Pimprenelle, Promusport et Jeunesse & Santé, les partenaires de la Mutualité chrétienne du Hainaut oriental (MCHO), vous proposent 31 activités près de chez vous en juillet et en août. S'inscrire au préalable est indispensable. C'est la garantie d'un accueil optimal et d'une bonne organisation.



Châtelimômes & Pimprenelle
Les semaines d'animations accueillent tous les enfants de 3 à 12 ans. Les activités sont encadrées par des éducateurs diplômés, salariés et en formation continue. La capacité d'accueil se limite à 25 enfants par stage. La date limite d'inscription est fixée au 2 juin. Les activités ont lieu de 9h à 16h. Un accueil est organisé à partir de 7h30 et jusqu'à 19h. Selon le nombre de jours animés, le prix par semaine pour les membres MC varie de 24,50 EUR à 28 EUR (non MC : 35 EUR à 40 EUR).

Promusport
Les stages accueillent tous les enfants de 3 à 13 ans, plus un stage pour les 7-17 ans. Chaque projet d'animations sportives et créatives est encadré par une équipe de professionnels : éducateurs, enseignants, psychomotriciens, artistes bricoleurs... Les animations ont lieu de 9h à 16h. Une garderie gratuite est organisée de 7h30 et jusqu'à 17h30. Selon le nombre de jours animés, le prix par semaine pour les membres MC varie de 35 EUR à 52,50 EUR (non MC : 50 EUR à 75 EUR).

Jeunesse & Santé !
Les plaines récréatives accueillent tous les enfants de 3 à 13 ans. Chaque plaine est un projet reconnu par l'ONE et porté par des équipes de coordinateurs et d'animateurs brevetés (brevet délivré par la Fédération Wallonie-Bruxelles) ou en cours de formation. Les animations ont lieu de 9h à 16h, une garderie est prévue de 8h à 17h. Selon l'implantation, la garderie est proposée de 7h30 à 18h. Selon le nombre de jours animés, le prix par semaine pour les membres MC varie de 4 EUR à 5 EUR (non MC : 26 EUR à 32,50 EUR).

Participez au concours pour gagner un iPad et retrouvez le programme complet sur www.mc.be/concours128 !



TOUT le programme en un coup d'œil

DATES	LIEU	ÂGES	OPÉRATEUR
1-4/7 (4 jours)	Charleroi ou Gilly	3-12 ans	Châtelimômes
1-4/7 (4 jours)	Casteau	3-13 ans	Promusport
1-4/7 (4 jours)	Montigny-le-Tilleul	7-17 ans	Promusport
1-4/7 (4 jours)	Froidchapelle	3-13 ans	J&S
7-11/7	Froidchapelle	3-13 ans	J&S
1-4/7 (4 jours)	Ham-sur-Heure	3-13 ans	J&S
7-11/7	Ham-sur-Heure	3-13 ans	J&S
1-4/7 (4 jours)	Anderlues	3-13 ans	J&S
7-11/7	Anderlues	3-13 ans	J&S
7-11/7	Charleroi ou Gilly	3-12 ans	Châtelimômes
7-11/7	Rouvroly	3-13 ans	Promusport
7-11/7	Gilly Sart Culpart	3-13 ans	Promusport
14-18/7	Froidchapelle	3-13 ans	Promusport
14-18/7	Lobbès	3-13 ans	Promusport
14-18/7	Charleroi ou Gilly	3-12 ans	Châtelimômes
14-18/7	Sivry	3-13 ans	J&S
21-25/7	Sivry	3-13 ans	J&S
14-18/7	Thirimont	3-13 ans	J&S
21-25/7	Thirimont	3-13 ans	J&S
14-18/7	Soignies	3-13 ans	J&S
21-25/7	Soignies	3-13 ans	J&S
22-25/7 (4 jours)	Froidchapelle	3-13 ans	Promusport
22-25/7 (4 jours)	Beignée	3-10 ans	Promusport
22-25/7 (4 jours)	Charleroi ou Gilly	3-12 ans	Châtelimômes
28/7-1/8	Rance	3-13 ans	Promusport
28/7-1/8	Haine-St-Paul	3-13 ans	Promusport
28/7-1/8	Chimay	3-13 ans	J&S
4/8-8/8	Chimay	3-13 ans	J&S
28/7-1/8	Nalinnes	3-13 ans	J&S
4/8-8/8	Nalinnes	3-13 ans	J&S
4-8/8	Rance	3-13 ans	Promusport
11-14/8 (4 jours)	Charleroi ou Gilly	3-12 ans	Châtelimômes
11-14/8 (4 jours)	Lobbès	3-13 ans	Promusport
11-15/8	Grand-Reng	3-13 ans	J&S
18-22/8	Grand-Reng	3-13 ans	J&S
11-15/8	Saint Amand	3-13 ans	J&S
18-22/8	Saint Amand	3-13 ans	J&S
18-22/8	Charleroi ou Gilly	3-12 ans	Châtelimômes
18-22/8	Soignies	3-13 ans	Promusport
28-22/8	Gilly	3-13 ans	Promusport
25-29/8	Charleroi ou Gilly	3-12 ans	Châtelimômes

Découvrez le programme détaillé, les modalités pratiques et les bulletins d'inscription en vous connectant sur www.mc.be/concours128

Concours : gagnez un iPad !

Même si vous n'inscrivez pas votre enfant cet été, connectez-vous sur www.mc.be/concours128 Complétez ensuite le formulaire en ligne et tentez votre chance de remporter cet iPad !
Fin du concours le 31 juillet.
Le gagnant sera informé par mail.



Châtelimômes & Pimprenelle
 Service petite enfance d'ASD
 17 rue Charles Dupret
 6000 Charleroi
 Tel : 071/38.55.62
chatelimomes@fasd.be



Promusport
 Service sport et santé de la MCHO
 40 rue du Douaire
 6150 Anderlues
 Tel : 071/54.83.17
promusport.anderlues@mc.be
www.promusport.be



Jeunesse & Santé
 Organisation de jeunesse partenaire de la MCHO
 40 rue du Douaire
 6150 Anderlues
 Tel : 071/54.84.02
js.anderlues@mc.be
www.jeunesseetsante.be

Horizons Mutu



Nieuport ou Karukera ?

Du sable belge à la côte guadeloupéenne, de mai à décembre, il reste quelques places pour les séjours suivants.

Corse

du 3 au 10 mai (en avion)

Morgat (Bretagne)

du 10 au 17 mai (en car)

Bulgarie, Côte du soleil

du 26 juin au 3 juillet (en avion)

Nord-Est de l'Italie (Padoue, Bologne)

du 30 juin au 4 juillet (en avion)

Aveyron en Midi Pyrénées

du 1er au 10 juillet (en car)

Prague

du 4 au 8 août (en car)

Nieuport

du 23 au 30 août (trajets en car)

Mariakerke

du 30 août au 6 septembre (trajets en car)

Misano (côte Adriatique)

du 29 août au 7 septembre (en car avec étape A/R)

Périgord et Quercy

du 1^{er} au 10 septembre (en car)

Bulgarie, Albena (remise en forme)

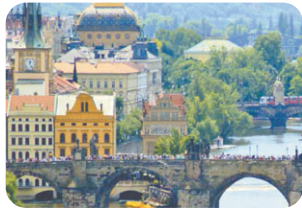
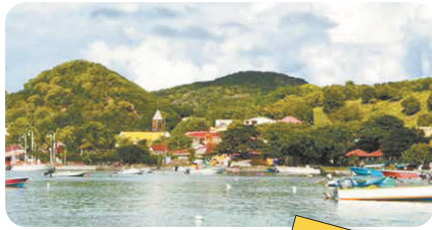
du 15 au 29 septembre (en avion)

Croisière en Méditerranée

du 8 au 15 octobre

Guadeloupe

du 31 octobre au 7 novembre (avion + circuit en car)



La Petite Pierre (Vosges du Nord)

du 2 au 5 octobre (en car)

Lyon, la fête des lumières

du 6 au 10 décembre (en car)

Saint Moritz

du 4 au 13 juin (en car) ou du 7 au 13 juin (en car)

Dans notre brochure Horizons Mutu été 2014 : tous les détails sur ces sé-

jours, les conditions générales et les réductions octroyées aux mutualistes chrétiens et/ou aux membres Énéo.

Pour l'obtenir :

Horizons Mutu, 40 rue du Douaire à 6150 Anderlues • 071/54.84.08 • horizonsmutu.mcho@mc.be

Conférence

Jardiner sans se faire mal au dos !

La bêche et la rasette sont les cauchemars du dos des jardiniers... et du vôtre en particulier ? Laissez-vous tenter ; ne travailler plus le sol !

À l'initiative d'Énéo Charleroi, venez découvrir "La méthode Dominique Soltner". Depuis quelques années, cet ingénieur en agro culture a développé une méthode de culture de potager sans travail du sol. En effet, sans bêcher, sans sarcler, sans biner, il réussit à cultiver ses légumes dans un sol riche et engraisé grâce au compostage perpétuel dans ses planches de culture. En automne, ses planches sont couvertes des feuilles mortes tombées en abondance sous

notre climat. Au cours de l'été, il effectue les paillages avec des balles de foin, des tontes de gazon et toute autre matière biodégradable propre à couvrir le sol et empêcher les mauvaises herbes de se développer. Fini le motoculteur, le bêchage, le sarclage ! Place aux vers de terre et autres petits insectes qui transforment les déchets biodégradables en merveilleux sol propre à la culture de nos légumes, fruits, herbes aromatiques et fleurs.

Projection vidéo (1h45), débat et possibilité d'obtenir de la documentation.

Date : le jeudi 15 mai à 14h00

Lieu : Mutualité chrétienne (salle 5), 40 rue du Douaire 6150 Anderlues

Inscription obligatoire :

Caroline Elias au 071/54.84.10 • caroline.elias@mc.be

Excursion

Versailles et la cour des senteurs

La commission culture d'Énéo Centre vous emmène visiter l'endroit même où fut signé, le 28 juin 1919, le traité qui mettait fin à la Première Guerre mondiale. Vous découvrirez la galerie des glaces, longue de 73 mètres et ornée de 357 miroirs. Vous pourrez ensuite vous enivrer des par-

fums du jardin des senteurs composé d'essences naturelles rares et provenant du monde entier.

Date et horaire : le mardi 3 juin. Départ à 6h de La Louvière, gare du Centre. Retour vers 19h30

Prix : Membre Énéo 85 EUR, non membre 90 EUR, comprenant l'A/R

en car, les visites et le repas. Maximum 48 participants.

Infos et inscriptions :

Énéo Centre au 071/54.84.07 • evelyne.gobin@mc.be

Bon à savoir

Du tonus pour ton blocus !

Impossible de courir un marathon en ne s'entraînant que la veille ! Une telle course nécessite un plan de préparation. Et le jour "J" une fois venu, vous serez au meilleur de votre forme grâce au "Starting bloqué".

Pour les étudiants de première année de l'enseignement supérieur et universitaire, il est temps de commencer à préparer la session de juin. L'heure du blocus a sonné ! Comment organiser son temps et faire face au stress ? L'alimentation, les pauses-détente, le sommeil, le rôle des supporters... Jeunesse & Santé, avec le soutien de la Mutualité chrétienne, propose des réponses sur son site www.startingbloque.be.



ÇA SE PASSE

Marche du Printemps

///

Les marcheurs de Promosport HTO63 vous invitent à fêter le 25^e anniversaire de leur Marche du printemps à Anderlues.

Date : le dimanche 27 avril. De 8 à 14 heures pour 4, 7 et 12 km.

De 8 à 12 heures pour 21 km. Le circuit de 4 km est spécialement prévu pour les personnes à mobilité réduite ou les poussettes.

Lieu : Mutualité chrétienne, 40 rue du Douaire à 6150 Anderlues

Cyclo-solidaire à Charleroi

///

À pied ou à vélo : une journée de découverte en famille ou entre amis du patrimoine carolo aux multiples facettes, entre friches industrielles et maisons bourgeoises Art-Déco, musées renommés et terrils verdoyants... De 9h30 à 20h, des stands d'infos, animations pour enfants, initiations, restauration, animation musicale et bien sûr zoom sur les partenariats de l'ONG Solidarité mondiale avec le Mali et le Rwanda. L'accès aux activités est gratuit. Les activités signalées d'une * sont limitées à un certain nombre de participants. Inscription obligatoire pour ces activités via www.solmond.be

Date : le samedi 3 mai

Lieu : Centre scolaire du Sacré Cœur, 58 boulevard Audent à 6000 Charleroi

Infos et inscriptions : Solidarité Mondiale au 02/246.38.81 •

MOC de Charleroi au 071/31.22.56 • www.solmond.be

Pssst... Ce soir, on fait la fête ! Tu viens avec nous ?

///

Tu as entre 18 et 40 ans ? Tu as envie de faire des rencontres ? Tu veux vivre des moments conviviaux et des aventures sympas ? Si tu réponds "oui" à au moins une question, rejoins-nous ! Au programme : cinéma, concert, bowling... Viens découvrir notre groupe autour d'un drink et d'une projection de film.

Date : le vendredi 2 mai à 19h30

Lieu : locaux de la CSC, 5 rue Pruniveau à 6000 Charleroi.

Infos et inscription : ASBL Altéo au 0473/43.84.41 • coline.olivier@mc.be

L'ASBL Altéo prône l'inclusion de tous dans la société. Elle organise des activités pour toutes personnes, qu'elles soient valides ou porteuses d'une déficience. Avec son groupe "18-40", elle vise la rencontre de personnes valides et invalides autour d'activités diverses et variées : cours de cuisine, participation à un festival, soirée cinéma, visite de musée... Valides et non valides se retrouvent ainsi dans une ambiance conviviale et défendent des valeurs communes de solidarité et d'entraide.

Altéo Hainaut oriental : 40 rue du Douaire à 6150 Anderlues • 071/54.84.31 • alteo.anderlues@mc.be • www.alteoasbl.be

INFO MUTUALITÉS

Les vendredis 2 et 30 mai, toutes les agences de la Mutualité chrétienne seront fermées.

MAI

FUITES URINAIRES ?

4+1 GRATUIT

sur la gamme AMD slip

2,5€

/paquet

sur les produits Tena Lady Mini, Mini, Ultra mini, Ultra mini et Mini Magic.

Offre réservée exclusivement aux membres MC.

QUALIAS

Bandagisterie • Orthopédie • Optique • Audition

Partenaire Mutualité chrétienne

Toujours un Qualias près de chez vous :

ANDERLUES : 23/3, Route de Mons • 071/54.83.95
CHARLEROI : 20, Bd Tirou • 071/30.27.72
COURCELLES : 35, Rue Ph. Monnoyer • 071/46.81.51
GILLY : 20, Ch. de Fleurus • 071/41.57.70
LA LOUVIÈRE : 39, Rue Sylvain Guyaux • 084/22.25.60
MONTIGNY : 659, Rue de Gozée • 071/51.90.00
SOIGNIES : 16, Rue de Mons • 067/64.58.26

Mutualité chrétienne Hainaut oriental

40 rue du Douaire à 6150 Anderlues

Éditeur responsable : Jean-Michel Namurois

Fax : 071/54.85.50

E-mail : anderlues@mc.be

Tél. 071/54.85.48

Une erreur dans votre adresse postale ? Signalez-le via www.mc.be/journal ou auprès du 0800 10 9 8 7