

AGENCES

Fermeture

À l'occasion des congés de la Toussaint et de l'Armistice, tous nos bureaux seront fermés **les mardi 1<sup>er</sup>, mercredi 2 et vendredi 11 novembre**. Les agences de Namur centre, Ciney, Couvin et Florennes seront également fermées **le samedi 12 novembre**.  
**JAMBES** : l'agence sera exceptionnellement fermée **le lundi 31 octobre**.

>> Service social

**FOSSÉS-LA-VILLE** : depuis le 18 octobre, la permanence sociale ouvre à nouveau ses portes, 2 avenue Albert 1<sup>er</sup>, dans le local communal tous les mardis de 10h30 à 12h.

Altéo régionale de Dinant

>> Service "transport et solidarités locales"  
 Les permanences du service "transport et solidarités locales" d'Altéo Régionale de Dinant ne seront pas assurées durant le congé de Toussaint. Les demandes d'aide et de transport pour cette période peuvent être introduites durant la semaine précédente.

ALTÉO WALCOURT

La santé environnementale : un enjeu majeur

Le groupe des malades chroniques d'Altéo Walcourt vous invite à une conférence sur le thème de la santé environnementale le **vendredi 18 novembre**.

Notre santé dépend de la qualité de l'air, du sol et de l'eau, de notre alimentation, des bruits et des odeurs qui nous entourent. Un environnement dégradé contribue de facto à l'apparition de maladies : troubles respiratoires et neurologiques, stress, cancers...

Comment la santé environnementale est-elle prise en compte en Belgique ? Quels sont les risques aujourd'hui ? Quels sont les enjeux et les priorités pour demain ?

Cette conférence sera présentée par Valérie Xhonneux, chargée de mission politique des produits, substances chimiques et pesticides de la Fédération Inter-Environnement Wallonie.

Quand : le **vendredi 18 novembre** à 18h.

Où : grande salle de la Mutualité chrétienne de Walcourt, rue Notre Dame, 1.  
 Prix : gratuit.

Renseignements : Hélène Lepère au 071/660.673 ou [helene.lepere@mc.be](mailto:helene.lepere@mc.be).

ÇA SE PASSE

Dominique Bodart et le Brass Band Buizingen

C'est un concert exceptionnel que proposent les Amis du Théâtre royal de Namur ce **jeudi 10 novembre**. Il est rare en effet de voir se produire chez nous une formation "Brass Band", effectif instrumental composé uniquement d'instruments des familles des cuivres et des percussions qui a émergé à partir de la Grande-Bretagne et qui est surtout répandu dans les pays anglo-saxons.

Quand : le **jeudi 10 novembre** à 20h30.

Où : chapelle de l'Institut St-Berthuin à Malonne.

Prix : 12 EUR (7 EUR pour les Amis du Théâtre et les moins de 26 ans).

Renseignements et réservations : billetterie du Théâtre royal de Namur, de 11h à 18h, Tél. 081/226.026.

Soirée de gala avec Soledad à Namur

Retina Pigmentosa vous invite à une grande soirée au profit de la thérapie génique. Ce traitement est une solution pour vaincre la rétinopathie, une maladie génétique et dégénérative de la rétine qui évolue vers la cécité.

Quand : le **vendredi 4 novembre** à 20h.

Où : théâtre de Namur.  
 Prix : de 22 à 30 EUR.

Renseignements et réservations : 081/226.026, [www.retinapigmentosa.be](http://www.retinapigmentosa.be).



Gros plan sur...

Vive les mariés !

La Mutualité chrétienne sera présente au Salon du Mariage qui aura lieu les **samedi 29 et dimanche 30 octobre** à Namur. Venez découvrir les nombreux avantages qu'elle propose aux jeunes couples.

La MC a beaucoup d'avantages à offrir aux jeunes mariés ou aux personnes qui vivent en couple. Jugez plutôt :

- > Une assurance hospitalisation déjà comprise dans la cotisation
- > Une assurance santé "world assistance" à l'étranger
- > Jusqu'à 40 euros par personne dans le prix d'un abonnement sportif, une intervention pour les vaccins, etc.
- > Des magasins d'optique à prix réduits
- > Etc.

Tous les deux affiliés à la MC, c'est plus facile pour la gestion de votre dossier ! Votre futur(e) conjoint(e) ou cohabitant(e) n'est pas affilié(e) à la MC ?

Communiquez-nous ses coordonnées, via [namur@mc.be](mailto:namur@mc.be) ou au 081/244.811, nous nous occupons de tout !

Salon du Mariage

Au salon, vous pourrez rencontrer les différents intervenants au bon déroulement de votre mariage. C'est l'occasion d'aller droit à l'essentiel. Plusieurs défilés de robes de mariées, costumes et tenues de soirées vous seront proposés durant le week-end. Vous y trouverez également : fleuristes, caméramans, photographes, bijoutiers, traiteurs...

Et lorsque les enfants pointent le bout de leur nez ?

Lorsqu'un enfant vient agrandir votre foyer, la MC est aussi à vos côtés pour vous aider à supporter les coûts liés à la naissance :

> La MC rembourse les tickets modérateurs des soins médicaux et paramédicaux (consultations chez le



pédiatre, le médecin généraliste, le kiné, les soins infirmiers) de vos enfants jusqu'à 7 ans !

- > Prime de naissance de 300 EUR (350 EUR par enfant pour une naissance multiple), si les 2 parents sont affiliés à la MC :
- > Garde d'enfants malades à domicile
- > Vaccination
- > Sport
- > Logopédie
- > Orthodontie
- > Etc.

Une entrée payante = une entrée gratuite !

La MC vous offre une entrée au Salon du Mariage. Pour l'obtenir, rendez-vous sur notre site [www.mc.be](http://www.mc.be) ; les instructions se trouvent sur la page d'accueil.

Venez nous rendre visite à notre stand pour obtenir toutes les explications concernant vos avantages, les démarches administratives à accomplir, et participer à notre grand concours !

Salon du Mariage de Namur Expo le **samedi 29 et le dimanche 30 octobre** de 11h à 19h.

Formation

Apprendre à gérer les conflits de manière non-violente et créative... avec l'Université de Paix

Les activités de l'Université de Paix sont autant d'occasions d'acquérir savoirs et habiletés sociales, de rencontrer des intervenants ayant à cœur de partager leurs connaissances et expériences en prévention et en gestion positive des conflits.

Ces formations sont gratuites pour les professionnels de l'accueil de l'Enfance, dans le cadre du décret ATL.

Adapter mon attitude en situation conflictuelle :

les **19 et 20 novembre**. Avec Frédéric Billiard & Julie Duelz, formateurs UP.

Pratique de négociation

les **lundi 21 et mardi 22 novembre**. Avec Erika Benkő et Philippe Lesne, formateurs UP. Cette formation est gratuite pour certains travailleurs du non-marchand.

Plus d'infos : APEF au 02/229.20.23, [formation@apefasbl.org](mailto:formation@apefasbl.org).

Atelier de découverte, Jeux coopératifs :

les **mercredis 23 et 30 novembre** de 13h30 à 16h30. Avec Gilles Fossion & Lysiane Motiaux, formateurs UP.

Mieux communiquer en osant s'affirmer :

le **WE des 26 et 27 novembre**. Avec Pat Patfoort, créatrice du modèle MmE, médiatrice et formatrice travaillant du niveau éducationnel et interpersonnel au niveau inter-ethnique et interculturel, et Claire Struelens, Formatrice UP.

Renseignements : Université de Paix asbl, 4, Bd du Nord à 5000 Namur, Tél. 081/55.41.40, [info@universitedepaix.be](mailto:info@universitedepaix.be), [www.universitedepaix.be](http://www.universitedepaix.be).

Nouvelles formations à Florennes

Besoin d'un coup de pouce pour décrocher un emploi ou pour trouver une nouvelle orientation professionnelle ?

L'asbl DEPRMESEM propose son prochain module de formation :

> En janvier 2012, reprise de la formation d'employé(e)s de bureau. La formation se déroule de janvier

à mai puis de septembre à fin octobre. Elle est complétée par un stage en entreprise de 4 semaines en juin.

Elle est accessible à tous les demandeurs d'emploi (libres et indemnisés), bénéficiaires du revenu d'intégration. Les détenteurs du diplôme CESS et plus devront être inscrits

comme demandeurs d'emploi depuis 24 mois au moins. Des dérogations peuvent toutefois être demandées

Renseignements et inscriptions : asbl Depromesem rue de Mettet 16a, à 5620 Florennes. Tél. 071/68.76.07.

Ça s'est passé

# Grand jogging pour les juniors

Ce 6 octobre, plus de 800 jeunes des écoles de Philippeville et de la région sont venus participer, sous la pluie, au jogging scolaire Je Cours Pour Ma Forme (JCPMF) organisé pour les écoles de l'enseignement libre par la section namuroise de la FRSEL (Fédération Royale Sportive de l'Enseignement Libre).



Depuis plus de 3 ans, la Mutualité chrétienne est partenaire de ce type d'événement qui vise à faire bouger les jeunes, juste pour le plaisir et sans esprit de compétition, ce qui permet, entre autres, de conserver une bonne estime de soi, primordiale avant d'attaquer l'adolescence. Les échauffements et joggings des élèves étaient encadrés par les jeunes de la section sportive de l'Institut Notre-Dame de Philippeville, dans une ambiance conviviale et chaleureuse, malgré un météo plus que maussade. Tous les participants ont reçu un

sac de piscine, une collation et une boisson santé.

D'autres joggings sont prévus pendant l'automne aux 4 coins de la Province pour plus de 14.000 jeunes de 6 à 12 ans.



Vacances +50

# Splendeurs d'Andalousie, du 9 au 16 février

Le service Vacances+50 de la Mutualité chrétienne invite les + de 50 ans à s'émerveiller devant les splendeurs de l'Andalousie.

L'Andalousie est sans doute l'une des régions d'Espagne les plus dépaysantes, par ses paysages incroyables, mais aussi grâce à son impressionnante richesse culturelle. Lors de votre visite, vous pourrez facilement remarquer la diversité culturelle de la région, des monuments, vestiges qu'a laissés chaque peuple qui a habité cette région au cours de son histoire. Les origines du peuple andalou sont multiples (Maures, juifs, catholiques, gitanes).

### Au programme :

> Grenade : visite guidée de l'Alhambra et des magnifiques jardins, promenade dans les rues de la ville pour vous convaincre qu'elle était réellement le dernier bastion musulman de la péninsule ibérique. L'après-midi, visite de la cathédrale, édifice imposant et bien proportionné de style renaissant. La Capilla Real ou "chapelle royale" jouxtant la cathédrale est un chef-d'œuvre du gothique flamboyant. Après le dîner, promenade dans le quartier d'Albaicín.

> Úbeda, centre de la culture de l'olivier réputée pour ses façades de styles baroque et renaissant du 16<sup>ème</sup> siècle. Elle rappelle les villes renaissantes des régions de la Castille et d'Estrémadure. La visite

de son vieux centre vaut incontestablement la peine. Ensuite, découverte de la petite ville de Baeza regorgeant de monuments.

> Cordoue : flânerie dans la ville : Plaza del Potro, Puente Romano, Mezquita, Juderia et la synagogue. L'après-midi, nous visitons la Mezquita, bâtiment du 8<sup>ème</sup> siècle utilisé à des fins religieuses et politiques. Dans cette mosquée, nous découvrons 840 colonnes de marbre de jaspe et de granit, sur lesquelles s'appuient deux arches bicolores en forme de fer à cheval. La Mezquita est un témoin silencieux de l'art exposé par les califes pendant leur domination.

> Visite de Carmona située sur un promontoire dominant la plaine environnante. Possédant une longue histoire, la cité médiévale, dominée par l'Alcazar, est entourée de remparts construits par les Maures et comprend encore de nombreux palais et églises baroques laissés par les anciennes civilisations. Carmona est un des hauts lieux du tourisme culturel en Andalousie.

> Séville : La ville possède une des plus belles collections de monuments de tout le territoire espa-

gnol : l'Alcazar et ses jardins ou encore la résidence de la famille royale. À ne manquer sous aucun prétexte : la cathédrale majestueuse qui jouxte la Giralda, le plus beau minaret de la dynastie almohade.

> Jerez réputée pour son patrimoine historique, mais également pour ses vignobles, sa sélection de taureaux, son élevage et son dressage de chevaux.

> Ronda une petite ville historique aux ruelles très pittoresque

> Grazalema, un superbe village typiquement maure

> Etc.

**Prix :** membre MC : 1481 EUR, autre : 1519 EUR, Single : + 230 EUR, acompte : 380 EUR.

**Renseignements et inscriptions :** au secrétariat Vacances +50 province de Namur, 55 rue des Tanneries à 5000 Namur (les lundi et vendredi de 9h à 12h et les mardi, mercredi, jeudi de 9h à 12h et de 13h30 à 16h). Tél. 081/24.48.97, fax 081/42 06 49, vacances.namur@mc.be

L'affiliation à l'UCP (amicales, clubs sportifs, etc.) est obligatoire et peut se faire au moment de l'inscription.

UCP NAMUR

## Cyberclub

///

L'UCP, mouvement social des Aînés organise un Cyber Club ouvert à tous, sans aucune réservation préalable, à concurrence des places disponibles. Une personne de référence sera toujours présente pour les éventuels renseignements dont les utilisateurs auraient besoin.

**Quand :** une fois par semaine.

Jours d'ouverture durant la session 2011-2012 :

**OCTOBRE :** lundi 24 et jeudi 6 et 20

**NOVEMBRE :** lundi 14 et 28 et jeudi 10 et 24

**DECEMBRE :** lundi 12 et jeudi 8 et 22

**JANVIER :** lundi 9 et 23 et jeudi 19

**FEVRIER :** lundi 6 et 27 et jeudi 2 et 16

**MARS :** lundi 5 et 19 et jeudi 1, 15 et 29

**AVRIL :** lundi 16 et jeudi 26

**MAI :** lundi 14 et jeudi 10 et 24

**JUIN :** lundi 4 et 18 et jeudi 14

**Prix :** 1 EUR de l'heure.

**Où :** Local informatique, rue du Houx, 8 à Saint-Marc.

## "Bœuf Bourguignon" au théâtre

///

L'UCP régionale vous invite à un après-midi théâtral où le rire sera omniprésent... à la Maison de la Culture à Namur.

"Bœuf Bourguignon" de Hugo Rezada, mise en scène de Hugo Rezada.

Arnaud est cuisinier et veut devenir un grand chef étoilé. Le rêve de "marmiton", comme le surnomment ses collègues, semble inaccessible car il est simple cuisinier dans une auberge à Dijon dont la spécialité est le bœuf bourguignon. Grâce à une aide inattendue, il va se lancer dans une aventure qui le mènera bien plus loin qu'il ne l'imagine... Du rire à n'en plus finir.

Bar et petite restauration à l'entracte.

**Quand :** le mercredi 9 novembre à 14h30.

**Où :** Maison de la Culture de Namur.

**Prix :** 9 euros.

**Renseignements et réservations :** cartes d'entrée à retirer au secrétariat de l'UCP-Sports Seniors, 1er étage, 55 rue des Tanneries à Namur.

Ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 12h. Tél. : 081/244.813



ÇA SE PASSE

## Stage de Toussaint des Nutons à la Citadelle

///

Organisé par l'ASBL C'est arrivé chez les Nutons, en collaboration avec la Ville de Namur, pour les 3 ans et demi à 11 ans.

### >> Halloween et les animaux étranges.

Dans le cadre d'Halloween, les Nutons joueront à se faire peur et partiront à la découverte des animaux préférés des sorciers et sorcières : araignées, chauve-souris, etc. Au programme : des contes et bricolages à dormir debout, chasse au trésor "spécial Halloween" dans les souterrains de la citadelle, ateliers culinaires avec la préparation d'une soupe diabolique et de petits gâteaux étranges, etc.

**Quand :** du mercredi 2 au vendredi 4 novembre. Activités : de 9h à 16h. Garderie : de 8h15 à 9h et de 16h à 17h.

**Où :** Terra Nova, 64 route Merveilleuse, citadelle de Namur.

**Prix :** activités uniquement : 55 EUR (45 EUR en prévente) - activités et garderie : 65 EUR (55 EUR en prévente).

**Renseignements et inscriptions :** www.citadelle.namur.be ou info@citadelle.namur.be ou dorothee.klein@live.be ou par téléphone : 081/65.45.00.

Mutualité chrétienne Province de Namur

Rue des Tanneries, 55 à 5000 Namur

Éditeur responsable : Alexandre Verhamme

Fax : 081/23.08.94

e-mail : namur@mc.be

**Tél. 081 24 48 11**