

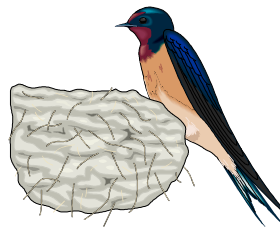
Editeur responsable
PARMENTIER Adelin
Route de Bastogne 355
6700 ARLON
☎/Fax 063/21.72.06
adelin.par@tele2allin.be
Bureau de dépôt : ARLON 1



Belgique - Belgique
P.P.
6700 ARLON 1
11/616

Agréation P501175

Dans ce numéro :
L'organigramme du club
Voyage en Alsace



A P I A L' COPETTE

*Feuillet d'information de l'Arel's Club Marcheurs
Affilié à la FFBMP - LUX 012
Mensuel - n°202 - avril 2009
Visitez notre site <http://www.arelclub.be>*



Pâques le dimanche 12 avril

Les traditions se perdent !

Au cours de religion, une dame teste les connaissances de ses jeunes élèves: Elle leur demande si ils savent ce qu'est Pâques...

Le premier à répondre est un petit garçon: Il lui répond qu'à Pâques, toute la famille est à la maison et on mange la galette des rois.

La dame répond que le petit garçon confond avec l'épiphanie. Elle demande ensuite à une petite fille qui lève le doigt: "Pâques, c'est le jour où l'on descend le matin dans le salon, et où l'on trouve des cadeaux sous le sapin".

La dame qui se sent un peu découragée, lui répond patiemment qu'elle confond avec Noël. Et elle donne la parole à un petit garçon qui a le doigt en l'air:

"Pâques, c'est le moment où Jésus, après avoir été crucifié, puis enseveli dans son tombeau...."

La dame pousse un "Ouf" de soulagement. Elle a enfin trouvé un petit qui s'y connaît en catholicisme... jusqu'au moment où le petit ajoute:

"Puis il sort de son tombeau et s'il voit son ombre en sortant du tombeau, ça veut dire que l'hiver en a pour 6 semaines de plus."

<u>Les anniversaires</u>		<u>Les marches du mois</u>	
REMY Renée	04	J 02 08h	KOENIGSMACHER F 5-12
JANSSEN Philippe	04	S 04 07h	ORSCHOLTZ D 10-20
POHL R•th	09	S 04 07h	STEINFORT L 6-12-20
MARETTE Léa	09	D 05 07h	LINGER L 5-10-20
FELLER Roger	11	S 11 08h	LAMORTEAU B 5-12-22
VAN LAAR Kevin	13	L 13 07h	EISCHEN L 5-10-20
PARMENTIER Patrick	14	L 13 08h	BAALON F 10-20
ROSIERE Daniel	14	Me15 07h	GILSDORF L 5-10-20
MASSON René	16	S 18 14h	GOUVY B 6-12
ANSAY Viviane	17	S 18 07h	NIEDERANVEN L 5-10-20
DELPERDANGE Raymonde	21	D 19 07h	WEPION B 4-7-14-22-35
NOLLEVAUX Thierry	23	D 19 07h	CONSDORF L 5-10-20
LAMBERT Alex	26	D 19 08h	FLOING F 10-20
GOURGUE Rita	27	S 25 07h	LONGVILLY B 6-12-20-42
ROBERT Jeanne	30	D 26 07h	RADELANGE B 5-12-20
FRETZ Martine	30	D 26 07h	LAROCLETTE L 5-10-20

Bon anniversaire**Pour se rendre à :**

KOENIGSMACHER : Suivre l'autoroute Luxembourg vers Metz. A la sortie de Thionville, prendre la N153 jusque Koenigsmacher.(77 km)

ORSCHOLZ : Suivre l'autoroute Luxembourg, Sarrebruck. Après 5 km en Allemagne, sortir vers Orscholz. (83 km)

STEINFORT : Prendre l'ancienne route vers Luxembourg. (9 km)

LINGER : Athus, vers Pétange puis à gauche vers Linger (20 km)

LAMORTEAU : A Virton, suivre la direction Florenville. Après 2 km environ, prendre à gauche vers Hannoncourt puis Lamorteau. (34 km) ou par Etalle, Croix-Rouge

EISCHEN : Prendre la route vers Mersch. A la Gaichel, à droite. (7 km)

BAALON : Virton, Montmédy et là suivre la D69 jusque Baalon (55 km)

BETTENDORF - GILSDORF: Prendre vers Ettelbrück; Diekirch. A Diekirch, prendre à droite vers Medernach, Larochette jusque Gilsdorf. (42 km) **OU** vers Echternach, 1^{er} village à droite.

GOUVY : Suivre la N4 jusque Bastogne, ensuite l'autoroute E25, sortie Gouvy. Le départ à lieu en face de la gare. (70 km)

NIEDERANVEN : Suivre l'autoroute Luxembourg, puis Trier, sortir à Niederanven (40 km)

FLOING - SEDAN : Florenville, Bouillon puis la voie rapide jusque Sedan (72 km)

CONSDORF : Soit par Mersch, Larochette, Christnach Consdorf, (44 km) soit par Luxembourg, direction Echternach. Environ 25 km après Luxembourg, à gauche vers Consdorf. Le deuxième itinéraire est un peu plus long mais plus rapide. (54 km)

LONGVILLY : A Bastogne, suivre la direction de Clervaux jusque Longvilly. (49 km)

RADELANGE : N4 vers Bastogne jusque Martelange puis vers St-Hubert (21 km)

LAROCLETTE : Suivre Mersch puis Larochette (34 km)

Nouvelles du club**Décès**

Le 17 mars, M. Edmond DELPERDANGE, frère de Raymonde MULLER - DELPERDANGE

Etat du club

A ce jour, notre club compte 188 membres inscrits ou réinscrits. Tous n'ont pas encore été vus sur les circuits. Avec le retour du beau temps, nous espérons les rencontrer.

Autres marches un peu plus loin

- S.4.4.09 B-Bellaire (126 km) / B-Petit-Rechain (126 km) / S-Wustweiler(*Illingen*) (134 km)
 D.5.4.09 F-Florange (61 km) / La Cassine (90 km) / B-Bellaire (126 km) / S-Wustweiler(*Illingen*) (134 km) /
 Ve.10.4.09 S-St.Wendel (160 km) / S-Urexweiler (10 km plus loin)
 S.11.4.09 B-Prayon (118 km) / B - Agimont (111 km)
 D.12.4.09 B-Prayon (118 km)
 Lu.13.4.09 RP-Bischofsdhron (128 km) / F-Rettel +10+20 km (71 km)
 Me.15.4.09 B-Malonne (137 km) / S-Schmelz (120 km)
 S 18.4.09 F-Buzancy (88 km)
 D.19.4.09 F-Buzancy (88 km) / F-Knutange 10+20 km (63 km)
 S.25.4.09 S-Differten (114 km) / S-Köllerbach (119 km)
 D.26.4.09 S-Differten (114 km) / S-Köllerbach (119 km) / F-Entringe (51 km) / F-Teterchen (102 km) / F-Plappeville (91 km)
 Je.30.4.09 S.Bierbach(*Blieskastel*) *Marathon* 6h (154 km)

Informations sur les marches du mois

Endroit	club organisateur	Ils sont venus		Nous sommes	
		chez nous	chez eux	en 07	en 08
Orscholz	Turnverein Orscholz	0	2	4	0
Steinfort	Wanderfalken Steinfort	5	0	105	63
Linger	Lenger Trapper	22	28	71	29
Lamorteau	La Zolette	8	2	59	41
Eischen	Aisdall Flitzer Eischen	25	12	165	92
Baalon	Les Robinsons	0	0	14	0
Gilsdorf	Wanderfrenn la Sure	14	2	37	17
Gouvy	Les d'joyeux Gouvions	0	0	23	12
Niederanven	Heemelsdeiercher Senningen	0	6	24	8
Consdorf	The World Runners Consdorf	7	10	46	22
Floing	Association des Marcheurs de Floing	0	0	0	0
Longvilly	Les Hirondelles	16	9	32	33
Radelange	Marcheurs de la Haute Sûre	15	13	71	57
Larochette	Cercle Pédestre Larochette	2	16	22	5

Réunion "Club)

Le dimanche 26 avril à 15.00 heures, nous tiendrons la réunion "club" préparatoire à la marche du maitrank dans la salle "St Martin", rue Jean Koch à Arlon (derrière la collégiale St Martin).

A ce jour, aucun poste n'est attribué. Seuls les responsables sont désignés (voir l'organigramme). Il faut donc des volontaires pour les contrôles, la salle et les postes habituels. Nous prévoyons un éventuel prologue. Nous vous attendons nombreux.

A cette occasion, le club offrira le verre de l'amitié.

L'inconnu du mois

Notre inconnu est écologique et se chauffe au bois. Ce bois il le prépare lui-même et est donc un expert de la scie ou de la hache. Mais lorsqu'il a pris de sa voiture pour une débardeuse, le tronc a résisté et c'est le pare-choc qui a plié. Depuis, on l'appelle le bûcheron des vergers.

Si vous le reconnaissez, payez lui un cigarillo.

L'inconnue du mois dernier était Huguette BRENY ici prête pour le départ.



CAR A WEPION

Le dimanche 19 avril, nous organisons un car à Wépion où les marcheurs de "Wallonia Namur" nous accueilleront sur des circuits de 4, 7, 14, 22 et 35 km.

Le départ est prévu à 07.30 heures devant le magasin "Carrefour", rue de Clairefontaine. Nous resterons à Wépion jusqu'à 14.00 heures (précisé à l'arrivée) et nous repasserons par Dinant pour une halte récréative. Nous quitterons Dinant à 16 heures de façon à rentrer vers 17.30 heures.

Les inscriptions se font chez Roland DETAILLE au ☎ 063/44.48.80 ou 0473/91.67.49 ou par mail à l'adresse : yt6227094@tele2allin.be. Il est conseillé à ceux déjà inscrits chez Ginette de confirmer à Roland. N'attendez pas le dernier moment pour vous inscrire. Il risque de ne plus y avoir de place. Attention; le trajet se fait par la E411 aller et retour.

Vous marchez

Durant le mois de février, nous avons participé aux marches suivantes :

01/02/2009	LINTGEN	FOOTING CLUB UELZECHT TRAMP LENTGEN	30
07/02/2009	HOGNE	LES MARCHEURS DE LA FAMENNE	9
08/02/2009	CINEY	LES FOUGNANS CINEY	1
08/02/2009	TETANGE	AMICALE DES MARCHEURS DE KAYL	33
15/02/2009	DUDELANGE	GEHAANSBIERGKNAPPEN DIDDELENG	2
21/02/2009	TRASENSTER	LI DJOYEUSE ETINTE TRASENSTER	1
22/02/2009	RAMBROUCH	AMIS MARCHEURS DE LA HAUTE SURE ROMBACH	70
28/02/2009	MASBOURG	MARCHEURS DE LA MASBLETTE MASBOURG	7
28/02/2009	TROIS PONTS	LES SPIROUX TROIS PONTS	7
			160

L'an dernier, pour la même période, nous étions 183.

Bravo à tous les courageux. Si vous avez quitté la salle tard, peut-être avez vous un nombre d'arlonais supérieur à celui mentionné. Dans ce cas, merci de me le communiquer.

Merci à tous ceux qui m'ont communiqué le nombre de membres inscrits par mail ou autre moyen.

Marche du mois

La marche de ce mois est à Koenigsmacher le jeudi 2 avril. Pour les volontaires, groupez-vous pour remplir les voitures. Le carburant est cher.

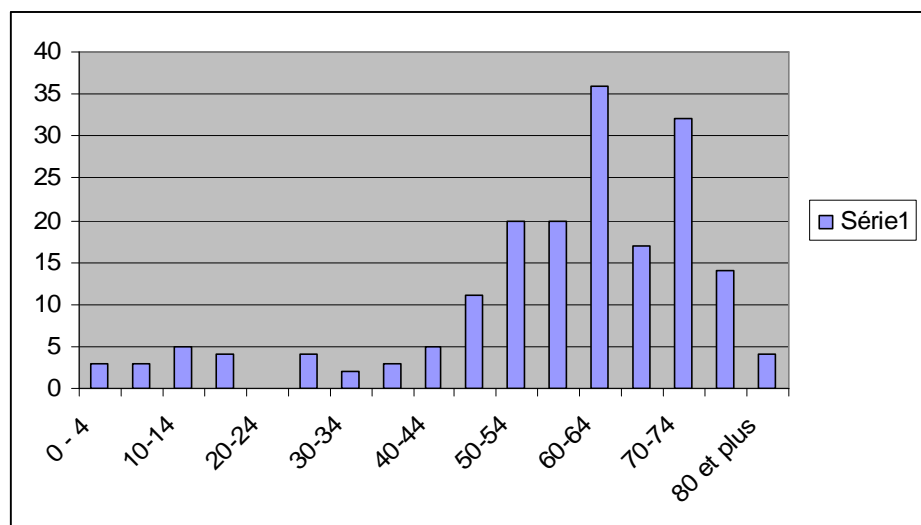
Notre club

Comme je vous le disais lors de l'assemblée générale, la moyenne d'âge du club est élevée. Elle est actuellement de 56 ans et 10 mois

Il y a dix ans, en 1999, elle était de 44 ans juste.

Il est donc urgent de trouver de nouveaux membres dans la tranche de 20 - 40 ans.

Le graphique est celui des membres classés par tranche de 5 ans. Vous constatez que ce sont les tranches après 45 ans qui sont bien représentées.



Réunion du comité du 24 février

Le président souhaite la bienvenue à tous et félicite les membres sortants réélus ainsi que les nouveaux membres. Il est heureux des scores spectaculaires obtenus pas chacun, soit 47 et 46 oui sur 47 votants.

RÉPARTITION DES FONCTIONS :

- a) Président et trésorier adjoint (pour l'aspect informatique uniquement) : PARMENTIER Adelin, ☎/fax 063/21.72.06 mail : parmentier.rosiere@skynet.be
- b) Vice Président : DETAILLE Roland, ☎ 063/44.48.80 mail : vt6227094@tele2allin.be
- c) Secrétaire, assurances et responsable autorisations et commission des sports : KRIER Jacques ☎ 063/22.69.87
- d) Trésorière et responsable tombola : LECOMTE Tanja. ☎ 0494831527 mail : tanja966@hotmail.com
- e) Circuits : PARMENTIER A. et MATHIAS Jeannine ☎ 063/22.62.54 et FOURNY Michel ☎063/21.81.44
- f) Publicité et location salles : DECHAMBRE Jacques. ☎ 063/22.46.37 mail jackdech@skynet.be
- g) Matériel : GERARD Michel ☎ 061/21.73.10 mail : migerard@tele2allin.be et FOURNY Michel ☎063/21.81.44
- h) Promotion de la marche : LABRO Nicole ☎ 00.352/26.10.86.22 mail : adrien.theismann@hotmail.com
- i) Responsable contrôles : MATHIAS Jeannine ☎ 063/22.62.54
- j) Circuits : PARMENTIER Adelin et FOURNY Michel ☎063/21.81.44
- k) Prospectus : (provisoire) PARMENTIER Adelin
- l) Cars et repas : DETAILLE Roland ☎ 063/44.48.80 mail : vt6227094@tele2allin.be
- m) Fléchage et matériel de fléchage : FOURNY M ☎063/21.81.44
- n) Relations publiques : président et vice président

Responsables supplémentaires lors des manifestations de notre club

- a) Pâtisserie : BODART A
- b) Bar : DETAILLE Roland et GERARD Michel.
- c) Habits, T shirt : (provisoire) GERARD Michel et ROSIERE Ginette
- d) Relations publiques lors des marches : PAQUAY Louis

Cher frère blanc !

Quand je suis né, j'étais noir,
 Quand j'ai grandi, j'étais noir,
 Quand je vais au soleil, je suis noir,
 Quand j'ai peur, je suis noir
 Quand je suis malade, je suis noir...
 Quand je mourrai, je serai noir...

Tandis que toi, homme blanc...
 Quand tu es né tu étais rose,
 Quand tu as grandi, tu étais blanc,
 Quand tu vas au soleil, tu es rouge
 Quand tu as froid, tu es bleu
 Quand tu as peur, tu es vert
 Quand tu es malade, tu es jaune,
 Quand tu mourras, tu seras gris...
 Et après cela, tu as le toupet de m'appeler
 Homme de couleur."

Transmis par Léon COLLIN

Journée sportive

Le samedi 25 avril, notre club participe à la journée sportive organisée par la ville d'Arlon. A cette occasion, nous organisons une marche démonstration de 4 km

environ. Les départs sont de 10 à 15 heures à la Spetz. Attention ! Pas de cachet IVV ou autre ni de participation carte club.



CAR EN ALSACE

Nous organisons le week-end des 19 et 20 septembre un car en Alsace. Voici le programme :

Départ d'Arlon à 07.00 heures vers Hirzweiler en Sarre où nous marchons.

Transfert à Strasbourg où nous arriverons pour 17.00 heures. Installation à l'hôtel (Etap Hotel, même chaîne qu'en 2008). Cet hôtel est à 5 minutes à pied de la Petite France.

Quartier libre jusqu'au dimanche matin. Petit déjeuner et départ à 09.00 pour la marche à Mollkirch.

Retour à Arlon pour 17.00 ou 18.00 heures en fonction de la météo.

Le prix n'est pas fixé à ce jour mais il sera de l'ordre de 60 - 65 € par personne en chambre double et 15 € plus cher en simple.

Les inscriptions se font chez Roland DETAILLE au ☎ 063/44.48.80 ou 0473/91.67.49 ou par mail à l'adresse : vt6227094@tele2allin.be.

Attention : l'inscription n'est définitive qu'après le versement de 50 euros PAR PERSONNE sur le compte du club 001-0642043-76 avec les noms des personnes concernées. Le solde sera payable dans le car. Une carte de participation pourra être valorisée.

L'heure d'été

Ce dimanche 29 mars, on avance ses montres et horloges d'une heure. A 2 heures du matin, il sera 3 heures

L'origine

Le changement d'heure est souvent pointé comme une invention française mais les îles britanniques connaissaient déjà ce système depuis la 2^e guerre mondiale.

La décision française date de 1976 et visait à réduire la consommation d'énergie. L'idée était de déplacer le coucher du soleil de manière à utiliser moins d'électricité pour l'éclairage. Et d'économiser 300.000 TEP (c'est-à-dire des tonnes équivalent pétrole). Les ambitions doivent cependant être revues car l'économie réalisée serait de 250.000 TEP. Un résultat qui reste appréciable même si un pays comme la France - mais également la Belgique - sont moins dépendants du pétrole... nucléaire oblige.

Le Benelux a suivi la France en 1977. Aujourd'hui, ce changement d'heure est réglementé par un arrêté royal du 19 décembre 2001 basé sur la directive européenne 2000/84/EG du Parlement européen et du Conseil de l'Union européenne du 19 janvier 2001. Par cette harmonisation, l'Europe a voulu faciliter les transports, les communications et les échanges entre pays.

Et la santé ?

Si, en France, l'économie réalisée équivaldrait à 4% de la consommation d'éclairage soit la consommation électrique totale annuelle d'une ville de 200.000 habitants, la mesure rencontre toujours des oppositions. Une association comme l'ACHED (Association contre l'heure d'été double) estime que ce système rompt l'équilibre de notre repos et de nos activités vis-à-vis de l'environnement.

Ainsi les pics d'ozone seraient plus élevés en été avec une circulation automobile et une activité industrielle qui commencent plus tôt et dégagent des polluants qui réagissent plus longtemps sous le soleil.

Heures européennes

Rappelons que l'on connaît 3 heures différentes en Europe. Une part importante des pays de l'Union européenne sont alignés sur le méridien de Berlin (GMT+1 l'hiver et GMT+2 l'été). Ils ont donc une heure d'avance sur le Royaume-Uni, l'Irlande et le Portugal alignés sur le méridien de Greenwich (GMT l'hiver et GMT+1 l'été) et une heure de retard sur la Grèce, la Finlande,... alignées sur le méridien d'Ankara (GMT+2 l'hiver et GMT+3 l'été).

<http://fr.vivat.be/quotidien/article.asp?pageid=1111>

Shampooing

À la pharmacie, la vendeuse dit :

- Nous avons des shampooings pour les cheveux gras, des shampooings pour les cheveux secs, des shampooings pour les cheveux normaux...

Le client lui répond : - En avez-vous pour des cheveux sales ?

Tarte vite faite

Voici la recette d'une pâte vite faite pour une tarte avec fruits

Un œuf

2 c. à s. de sucre fin

1 pincée de sel

Mixer à la fourchette

Fondre 3 c. à s. de beurre et 3 c. à s. de crème fraîche, ajouter à l'œuf.

Ajouter 200 gr de farine fermentante ou de farine avec ½ paquet de "bakink power"

Mettre l'appareil dans une forme à tarte après avoir placé du papier sulfurisé sur la platine.

Transmis par Marie-Thérèse PIRET (Epse COLLIN L)



Soirée des trois chorales

Annie et Jean-Claude DE BRESSING - SERMENT vous invitent à la soirée des trois chorales le 25 avril à 20 heures à l'ISMA. La soirée est au profit des associations APEDAT, Salus Sanguinis et Mistral Gagnant.

Les amateurs peuvent contacter Annie au ☎ 063/21.85.57 pour se procurer des places en pré vente au prix de 10 €

Annie

Les quatre saisons : le printemps, la paresseuse

Le printemps traîne souvent les pieds pour venir s'installer. Saison pleine de promesse de chaleur, de soleil, de couleur et de joie, souvent tu nous fais languir. Peut être es tu trop douce et tendre pour disputer ton bien à cet hiver qui ne veut pas céder du terrain et que tu préfères l'user plutôt que le combattre, ou es tu simplement paresseuse?

Parfois tu montres le bout du nez, fin mars, entre deux giboulées, parfois pas du tout et tu laisses l'hiver prendre ses aises.

En avril ne dis tu pas qu'il ne faut pas se découvrir d'un fil ? Nous continuons donc à soupirer après toi et nous sommes à l'affût du moindre signe annonçant ton arrivée. Pourtant ne sont ils pas déjà là ? Quelques bourgeons, quelques crocus, un chant d'oiseau. Puis brusquement, le soleil se décide à chauffer et c'est aussitôt une explosion de couleur, comme si le moindre rayon, en touchant le sol, donnait naissance à une jonquille, et que plus il y a de jonquille, plus il y a de rayons de soleil et plus il y a de rayons de soleil...

<http://sirius-plume.skynetblogs.be/post/5059673/les-4-saisons--le-printemps>

La beauté de la mariée*

Après quelques années de vie commune, un jeune homme décide de se marier avec sa petite amie. Comme il n'est pas du tout au courant des traditions, à la fin de la messe, il s'approche du curé et lui demande :

- Excusez moi mon père, je sais qu'il est dans la tradition que les jeunes mariés fassent une offrande au prêtre qui a célébré le mariage, mais je ne sais pas ce que les gens donnent en général.

Le prêtre lui répond dans le creux de l'oreille :

- En général, c'est en fonction de la beauté de la mariée. Plus elle est belle, plus la somme est élevée.

A ces mots, le jeune marié se tourne vers sa femme. Il hésite quelques instants, plonge la main dans sa poche et tend une pièce d'un euro au curé.

Le prêtre, compatissant, lui dit : - Ne bougez pas, je vais vous rendre la monnaie...

Suivent alors les tulipes, postillonnant des taches de couleur sur les parterres comme s'il avait plu des smarties.

Arrive alors le joli mois de mai, annoncé par le muguet, jolies clochettes portant bonheur à toutes ces dames qui peuvent enfin sortir leurs jolies robes légères et les faire tourner au vent en même temps qu'elles nous font tourner la tête.

Et tout s'enchaîne, des buissons s'embrasent de couleurs jaune or si pur qu'ils semblent émettre de la chaleur comme le soleil, les cerisiers du Japon caressent la vue et s'accordent parfaitement avec les lilas. Lilas blancs et lilas lilas et les milliers de vivaces qui rivalisent de beauté et de fragrance.

Et plaisir suprême, le retour de celle dont on dit qu'une seule ne fait pas le printemps, pourtant quand elle regagne son nid sous le porche, comme l'année dernière et celle d'avant et encore celle avant, quand cette hirondelle là est revenue, c'est vraiment le printemps.

AVRIL 2009

<u>Anniversaires</u>	<u>Marches</u>	<u>Mémo</u>
M 1		
J 2	KOENIGSMACHER	MARCHE DU MOIS
V 3		
S 4 <i>Renée REMY</i> <i>Philippe JANSSEN</i>	ORSCHOLTZ STEINFORT	
D 5	LINGER	
L 6		
M 7		
M 8		
J 9 <i>Rüth POHL</i> <i>Léa MARETTE</i>		
V 10		
S 11 <i>Roger FELLER</i>	LAMORTEAU	
D 12		
L 13	EISCHEN BAALON	
M 14 <i>Patrick PARMENTIER</i> <i>Daniel ROSIERE</i>		
M 15	GILSDORF	
J 16 <i>René MASSON</i>		
V 17 <i>Viviane ANSAY</i> <i>(Epouse KIMMLINGEN Hubert)</i>		
S 18	GOUVY NIEDERANVEN	
D 19	WEPION CONSDORF FLOING	CAR DU CLUB
L 20		
M 21 <i>Raymonde DELPERDANGE</i> <i>(Epouse MULLER Luc)</i>		
M 22		
J 23 <i>Thierry NOLLEVAUX</i>		
V 24		
S 25	LONGVILLY	
D 26 <i>Alex LAMBERT</i>	RADELANGE LAROCLETTE	REUNION CLUB A 15 H.
L 27 <i>Rita GOURGUE</i>		
M 28		
M 29		
J 30 <i>Jeanne ROBERT</i> <i>Martine FRETZ</i> <i>(Epouse FORMAN Charles)</i>		
V 31		