

L'RNA JOIE

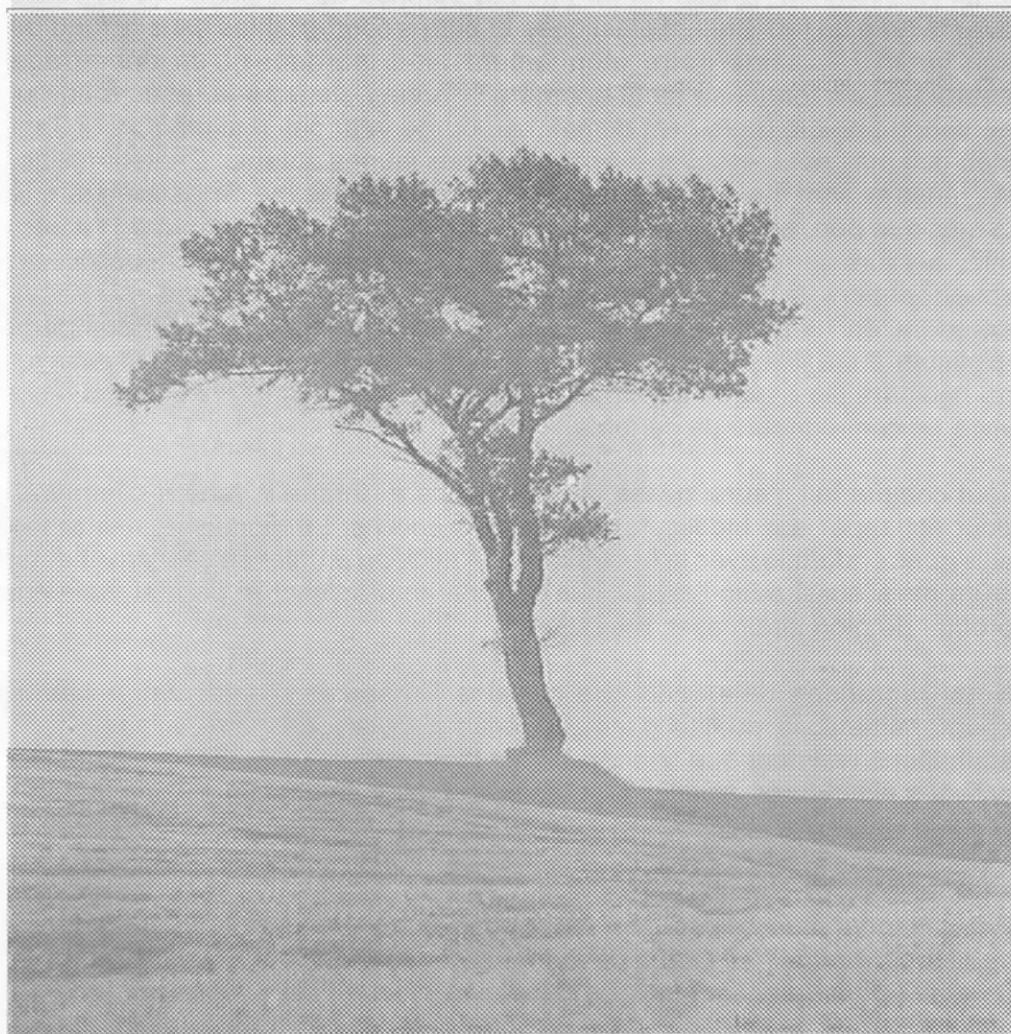
N° 262 du
3 juillet 1999
27^e année

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

Editeur 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,
Elisabeth LACROIX, Marie-Christine SCHÜMMER, Marie-Thérèse & Roland THOMAS.



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.



Humeurs d'une Ernageoise qui pensait pouvoir profiter du soleil de Mai...

Par une belle fin de semaine ensoleillée, la première depuis bien des mois, je décidai d'installer ma petite famille sur la terrasse.

Nous profitons de ce soleil revigorant lorsqu'une odeur de plastique brûlé vint irriter nos narines. Quelle ne fut pas ma surprise de constater qu'un voisin avait allumé un feu, brûlant plastiques et autres combustibles dans le fond de son jardin ! A peine notre étonnement fut-il marqué, qu'un démarrage pétaradant de tondeuse se fit entendre. «Tudieu, pensais-je, encore un qui ne connaît pas le règlement communal, ou ne veut pas le connaître !» Tant bien que mal, nous essayons de coucher nos jeunes enfants. Chaleur oblige, les fenêtres sont ouvertes. Mon irritation croît quand je me rends compte que la musique pop, qui s'élève toutes basses dehors depuis le début de l'après-midi, perdure dans la tiédeur d'une soirée que j'espérais divine. Impossible de souper dehors, la musique est gênante. 21 heures 30, une petite voix se fait entendre en haut de l'escalier: «Maman, c'est quoi ce bruit ?' Comment expliquer à ma fille qu'il est plus que temps de dormir et qu'elle doit essayer de rejoindre les bras de Morphée malgré l'apparente ignorance d'un savoir-vivre en communauté de certains.

Tout compte fait, j'aurai passé plus de temps à l'intérieur, fenêtres fermées, pour échapper aux indécrottes de mes voisins. Le dimanche soir, je me suis donc endormie avec la frustration de n'avoir pu profiter de ces rares beaux jours mais aussi avec l'espoir que le week-end suivant je pourrai vraiment profiter de mon jardin avec ma famille.

Nous regrettons beaucoup que certains Ernageois n'aient pas à coeur, spontanément, la qualité d'atmosphère conviviale de notre village. Nous souhaitons vraiment que chacun puisse tenir compte de son voisin dans ses activités extérieures, quelles qu'elles soient. Merci à chacun d'y penser.

Une maman d'Ernage

P.S. : Rappel pour ceux qui ne l'auraient pas encore lu ou su. Le règlement communal interdit tout usage de tondeuse, scie, taille haie entre 20 heures et 8 heures du lundi au samedi. Le dimanche et jours fériés, une tolérance est accordée entre 10 heures et midi. En outre, le repos public ne peut être troublé d'une quelconque manière, même pendant le jour (Règlement communal - 2 mai 1984 - articles 6 et 10)



De tout et de rien

Une équipe de l'université du Colorado, a mené une enquête sur la communication des personnes.

Les résultats montrent que les femmes parlent deux fois plus en moyenne que les hommes.

Selon un comité de défense de la femme, il justifie ce résultat, par le fait que les femmes doivent répéter leurs instructions aux hommes au minimum deux fois, pour que le message soit enregistré !

* * *

C'est Toto qui accompagne son papa à la pêche par une belle après-midi d'été.

Alors qu'ils attendent que ça morde, Toto demande :

Dis papa, comment ça se fait que les barques flottent sur l'eau au lieu de couler ?

Oh ça je n'en sais rien Toto.

Un peu plus tard, Toto repose une question:

Dis papa, comment font les poissons pour respirer sous l'eau?

Oh, et bien fiston, je n'en sais rien.

Une heure se passe, puis Toto demande encore:

Dis papa, pourquoi que le ciel est bleu?

Aucune idée Toto.

Juste avant de retourner, Toto demande encore:

Papa, je pourrai encore venir à la pêche avec toi, malgré que je te pose toutes ces questions?

Bien sûr que oui Toto, d'ailleurs si tu ne posais pas de questions, tu n'apprendrais jamais rien.

* * *

Alimentation

En règle générale nous consommons trop d'acides gras saturés provenant de produits d'origine animale.

Beaucoup plus que sur le cholestérol la nature des acides gras des lipides alimentaires joue un rôle fondamental dans la pathologie cardio-vasculaire. Des travaux ont montré que les acides gras saturés étaient particulièrement athérogènes et les acides gras insaturés plutôt protecteurs.

Voici une bonne raison pour consommer des huiles végétales. Celles-ci sont en effet riches en acides gras mono et polyinsaturés

Elles contiennent plus que tout aliment de l'acide linoléique et de l'acide alphalinoléique. Deux acides gras dits «indispensables».

Indispensables car ce sont les deux seuls que l'organisme humain ne peut produire.

Ce qui nous manque le plus généralement est l'acide alpha linoléique.

En plus les huiles contiennent des vitamines «E»

Cette vitamine est un puissant antioxydant capable de neutraliser les radicaux libres

Ces radicaux libres sont des molécules qui peuvent attaquer n'importe quel autre molécule.

Cette dernière une fois oxydée, devient à son tour radical libre et attaque une autre molécule.

C'est la réaction en chaîne.

Cette oxydation serait une des causes du vieillissement. Outre sa contribution au bon état des tissus, la vitamine «E» joue également un rôle majeur dans la protection des maladies cardio-vasculaires et la protection du système nerveux. Quelle huile choisir?

L'idéal est de varier régulièrement les huiles, car elles ont des vertus différentes, mais aucune ne les renferme toutes à la fois.

Toutes sont composées à 100% de lipides et ont la même valeur énergétique (9 kcal) pour 1 g. Les huiles riches en acide alpha linoléique seront utilisées en assaisonnement car elles ne supportent pas bien la cuisson.

Huile de noix, de soja, ou de colza. Ces huiles rancissent assez vite.

Pour la cuisson, on utilise de l'huile d'olive car elle est riche en acides gras mono-insaturés. L'huile de noisette contient très peu d'acides alpha linoléique.

Pour les fritures, utiliser de l'huile d'arachide, c'est celle qui résiste le mieux aux hautes températures avec l'huile de palme.

L'huile de tournesol, l'huile de maïs et l'huile de soja sont riches en acides linoléiques.

Donc l'idéal est de consommer des huiles contenant de l'acide alpha linoléique pour les assaisonnements (on en consomme trop peu). Pour la cuisson, consommer de préférence de l'huile contenant moins de 2 % d'acide alpha linoléique.

L'idéal étant de consommer des huiles vierges pressées à froid sans élévation de la température de pressage au delà de 40°. Procédé qui est uniquement respecté sur les huiles biologiques pressées à froid avec un label de certification.

Malheureusement le prix de ces huiles est très élevé. (de 350 à 400 f le litre pour l'huile d'olive)

NB: une huile commerciale non pressée à froid subit un raffinage qui la rend inodore et sans goût. En plus la haute température obtenue lors du pressage lui fait perdre une bonne partie de ses vertus. Une huile de première pression à froid est colorée, épaisse et parfumée.

(Extrait de «Vie et santé» juin 99)

Gérard



PLAINES DE VACANCES DU

20^{ème} ANNIVERSAIRE

Que fais-tu durant tes congés d'été ?
Moi, je participe aux plaines de vacances !!
Au moins, je ne m'ennuie jamais !

A ERNAGE, à l'école communale, rue E. Delvaux, du 2 au 27 août 1999,
pour les enfants de 3 à 14 ans.

Prix : 120 F. par jour par enfant ou 500 F./semaine complète.
Aide financière de votre mutuelle (se renseigner auprès de celle-ci)

Inscriptions : le/s jour/s voulu/s à la plaine

Horaire : Garderie à la plaine : de 8 à 9 h. et de 16 à 17 h. (gratuite)

Activités : de 9 à 16 h.

Collations et potage compris dans le prix. - Prévoir son pic-nic.

HALTE GARDERIE :

A partir du 1^{er} juillet 1999 jusqu'au 27 août, une halte garderie sera établie au
C.P.A.S. - rue Chapelle Marion 1 (Petite maison sur la gauche - Ecole des
devoirs) à partir de 6h45 jusque 8h30 et de 16h15 à 18h. PRECISES.

Prix : 20 F./heure (1^{er} enfant)

15 F./heure (à partir du 2^{ème} enfant)

Les enfants seront dirigés vers les plaines dès 8h30

juillet : Sauvenière août : Ernage.

Le retour s'effectuera vers 16h15.

Catherine DEHOUX.



EPILOGUE

Chers lecteurs,

Les vacances approchent à grands pas, les miennes aussi, c'est pourquoi, je
vous informe.

La bibliothèque sera fermée les mercredis 7, 15 et 21 juillet prochains.

Vous aurez pu constater également que certains mercredis, toutes les 6 à 7
semaines, les portes sont closes. Je m'en excuse auprès de vous, mais il
m'est impossible de faire paraître un avis de fermeture dans l'R NA JOIE pour
ces jours-là. En effet, de nouvelles plages horaires de travail « Euro oblige »
sont distribuées dans le secteur bancaire. Des permanences tardives sont

prévues et difficilement programmables (congrès, maladies, etc...).
A vous revoir bientôt.

Christine pour « Epilogue »
Sous le patronage d'ERNAGE ANIMATION.

Rappel :

Heures d'ouverture : le mercredi de 18h30 à 19h30
ancienne maison communale (grande école)



ECOLE MATERNELLE

A tous les ERNAGEOIS qui, par leur présence, ont collaboré à la réussite de notre fancy-fair, nous leur disons MERCI !...

Ensemble, nous avons vécu une journée formidable, elle laissera des traces dans nos cœurs.

Anne-Marie et Marie-Pierre.



ERNAGE EN FETE

LES 20-21-22 AOUT

PROGRAMME DES FESTIVITES

VENREDI

- 15h00 : Goûter des 3X20 - animation assurée par JACKO
- 18h30 : Discours du président et des Instances Communales
Dépôt d'une gerbe au monument aux morts
Verre d'inauguration et de l'amitié
- 20h00 : Ouverture du restaurant à la salle « La Concorde »
animation « PIPO »
- 20h30 : Concert des Jeunes Musiciens d'ERNAGE
- 21h30 : Grande soirée des JEUNES
sonorisation PROMOSCENE - Entrée gratuite

SAMEDI

- 14h00 : Tournoi de BALLE PELOTE
- 19h00 : Ouverture du restaurant à la salle « La Concorde »
animation « PIPO »
- 20h00 : Grande soirée animée par la sonorisation PROMOSCENE
P.A.F. 150 francs.

DIMANCHE

- 7h30 : Déjeuner « Pyjama »
10h00 : Départ du jogging A.D.E.P.S.
11h30 : Apéritif
12h00 : Ouverture du restaurant à la salle « La Concorde »
animation « PIPO »
14h00 : Jeu de l'oeuf et de boules
21h00 : Avant soirée assurée par le groupe de J-P LUXEN
P.A.F. (dès 20h30) 150 francs
A partir de 22h30 : Grande soirée animée par la sonorisation
PROMOSCENE

Editeur responsable comité des Fêtes d'Ernage Président : J-C LUXEN

Réunion préparatoire à la salle La Concorde le 06 août à 20h00

**Nous vous espérons nombreux à venir
nous proposer vos services
pour que la fête des Ernageois soit une réussite.**

Le Comité des Fêtes



PAROISSE SAINT-BARTHELEMY

A ERNAGE

HORAIRE DES OFFICES ET INTENTIONS DES MESSES DOMINICALES

Dimanche 4 juillet à 10h45

En l'honneur de Sainte-Adèle - Christian BRISACK - Ernest JACQMIN - En action de grâces pour différents événements - Défunts des familles JOULET-REGNIER - Défunts des familles TREMOUROUX-GERREBOS-LESOYE-LIVIN-GROSJEAN

Samedi 10 juillet à 15h30

Messe de mariage de Valérie KEKENBOSCH et Jean-Philippe PAQUAY

Dimanche 11 juillet à 10h45

Joffre LACROIX, Jean BRICHART et Véronique DEPIREUX - Bernard LARDINOIS - En l'honneur de Notre-Dame des Affligés - Défunts des familles

**BASSINNE-MANDELAIRE-GRANDHENRY-PIREAUX - Défunts des familles
LABAR-MARCHAL**

Dimanche 18 juillet à 10h45

Andrée ROBERT - Pour les époux Louisa et Marcellin DEPIERREUX - Gustave MARCHAL, Flore ANNOYE, Emile MARCHAL et Marie STOCK - En remerciement pour une grâce obtenue - En l'honneur de Sainte-RITA

Dimanche 25 juillet à 10h45

Willy MATHY - En remerciement en l'honneur de Notre-Dame de Beauraing - Défunts des familles BASSINNE - MANDELAIRE - GRANDHENRY - PIREAUX - Défunts des familles MATHY-DUPAIX-TORDOIR - Défunts des familles VANDEPUTTE-DEJONCKHEERE

Dimanche 1er août à 10h45

Albert DENIS, Elodie NOLET et Francine LETELLIER - Mathilde DUJARDIN, Juliette DUJARDIN et Antoine STOQUART - Yvonne LORENT, Georges LORENT, Maria DUMORTIER et Ida SALMON - Madeleine MATHY - En remerciement en l'honneur de Notre-Dame de Beauraing

Dimanche 8 août à 10h45

Christian BRISACK - En l'honneur de Notre-Dame des Affligés - Défunts des familles AMOND-LATOIR - Défunts des familles GOOSSENS-DESTAIN-DELESCAILLE - Défunts des familles RENARD BOURGEAUX

Dimanche 15 août à 10h45

(Fête de l'Assomption de Marie)

En l'honneur de la Sainte-Vierge - Joffre LACROIX, Jean BRICHART et Véronique DEPIREUX - Bernard LARDINOIS - Défunts des familles BASSINNE-MANDELAIRE-GRANDHENRY-PIREAUX - Défunts des familles LABAR-MARCHAL

Dimanche 22 août à 10h45

En l'honneur de Saint-BARTHELEMY, patron de la paroisse - Joseph BIELANDE et Hortense MARCHAL - Andrée ROBERT - En remerciement pour une grâce obtenue - Défunts des familles CHAMPAGNE-LEONARD - Défunts des familles REGNIER-DUPAIX-TORDOIR

Dimanche 29 août à 10h45

Joséphine DAUSSOGNE, Pierre JACOBS et les défunts des familles DELMARCELLE-DUMONT - Antoine LEROY et ses parents - François RAYMAKERS - En remerciement à Saint-Antoine - Défunts des familles CORNELIS-SOMVILLE

Dimanche 5 septembre à 10h45

A une intention particulière (en action de grâces) - Christian BRISACK - Albert DENIS, Elodie NOLET et Francine LETELLIER - En remerciement pour une grâce obtenue - Défunts des familles BASSINNE-MANDELAIRE-GRANDHENRY-PIREAUX - Défunts des familles DELOOZ-BERGER-PIERARD.

* * *

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

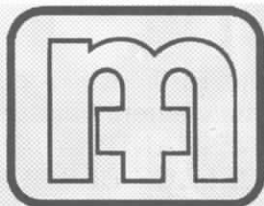
Pour rappel : il y a toujours, à l'école gardienne, une animation pour les enfants à la messe de 10h45 et une garderie pour les tout petits.

Le prêtre responsable de la paroisse est Monsieur Jean-Luc DEPAIVE, Administrateur. Pour le contacter : tél. 60.15.65.

Le n° d'appel de Monsieur l'abbé Jacques VILLERS, Doyen de Gembloux, est le 61.32.61 et celui de Monsieur Hervé VANDEPUTTE, Président du Conseil de Fabrique, le 61.01.27.

Eugène DEHOUX





MUTUALITE CHRETIENNE DE NAMUR

Section n° 30 à ERNAGE

Permanence : rue Omer Piérard n° 124

En juillet : les mardis 6 et 20 de 16 à 19 heures

En août : les mardis 3 et 17 de 16 à 19 heures

En septembre : les mardis 7 et 21 de 16 à 19 heures

I LE 1/3 PAYANT

Actuellement, un certain nombre de personnes rencontrent des difficultés financières pour accéder aux soins de santé.

Les 3 Mutualités Chrétiennes de la Province de Namur (Dinant, Namur et Walcourt) ont décidé de favoriser l'accès aux soins pour tous en encourageant la pratique du tiers-payant selon les modalités prévues par la loi.

Qu'est-ce que le 1/3 payant ?

Le prestataire facture directement à la Mutualité la quote-part à charge de l'Assurance Maladie Invalidité et le patient ne paye que le ticket modérateur. Cette pratique du 1/3 payant n'est cependant applicable que dans les situations prévues par la législation et le prestataire a le libre choix de la pratiquer ou non.

A qui s'applique-t-il ?

A tous les bénéficiaires de la franchise sociale, à savoir :

- . Les bénéficiaires du revenu garanti aux personnes âgées, ou d'une majoration de rente.
- . Les bénéficiaires du minimum de moyen d'existence (minimex) ou d'une aide équivalente au minimum de moyen d'existence.
- . Les bénéficiaires d'une allocation du Ministère des Affaires Sociales.
- . Les Veuves, Invalides, Pensionnés, Orphelins bénéficiant de l'intervention majorée (VIPO 100 %).
- . Les chômeurs complets indemnisés, au taux de chef de ménage ou d'isolé, depuis plus de 6 mois consécutifs.

A quoi s'applique-t-il ?

Soins médicaux

Les consultations, visites, frais de déplacement y afférents et avis de médecins généralistes et spécialistes.

Soins dentaires

Les consultations dispensées aux bénéficiaires de plus de 12 ans, les traitements préventifs, les radiographies dentaires et les soins conservateurs dispensés à des bénéficiaires de plus de 18 ans.

Comment a-t-il été procédé ?

Un courrier/attestation a été adressé à tous nos membres bénéficiant de la franchise sociale. Ce document devra être renouvelé chaque année.

Parallèlement, une lettre a été envoyée aux médecins et dentistes afin de les sensibiliser à la pratique du 1/3 payant.

Signalons enfin que la mention du «1/3 payant» sera lisible via le lecteur de la carte SIS.

Les personnes concernées, qui n'auraient pas reçu ce courrier ou qui souhaitent une information complémentaire, peuvent contacter le Service Assurabilité (tél. 24.48.24 ou 25) ou le Service Social (tél. 24.48.38).

II. ASSURANCE HOSPITALISATION SOLIDAIRE

Une "Assurance Hospitalisation Solidaire" pour le 1er janvier 2000.

L'Assemblée Générale de la Mutualité Chrétienne de Namur a pris la décision d'accepter la proposition de l'Alliance Nationale des Mutualités Chrétiennes pour la création de nouveaux services en assurance hospitalisation.

L'Assurance Hospitalisation Solidaire - en abrégé l'A.H.S - entrerait en application au 1er janvier 2000.

Un avantage compris dans l'assurance complémentaire.

Les principes :

. C'est un produit commun aux mutualités wallonnes
. un produit solidaire qui sera financé par l'ensemble des cotisants à l'assurance complémentaire de la Mutualité Chrétienne - sans segmentation (âge), ni exclusion aucune - sans examen médical préalable à l'affiliation - avec une garantie de ne jamais payer plus de 10.000 fr. par adulte et 5.000 fr. par enfant - avec une cotisation familiale.

La couverture : (sans stage)

. Ce service offre le remboursement de la totalité des frais (tickets modérateurs et suppléments) au-delà :

de 2.000 fr. en hôpital de jour ;

de 5.000 fr. en chambre commune ou à deux lits pour les enfants ;

de 10.000 fr. en chambre commune ou à deux lits pour les adultes ;

de 20.000 fr. par an et par famille (plafond familial) ;

idem en chambre privée, hormis les frais de confort ;

quels que soient l'hôpital, le service, la durée de séjour et le type d'intervention.

Les coûts non pris en compte sont ceux qui sont considérés comme ayant un caractère de « confort », c'est-à-dire les suppléments d'honoraires, les suppléments de chambre particulière, le téléphone, les séjours en hôpital psychiatrique.

La cotisation :

Elle sera calculée sur base des dépenses en matière d'hospitalisation, sur base d'une réorganisation de l'assurance complémentaire et sur base de divers paramètres. A ce jour cette cotisation est estimée à 115 fr par mois, et sera ajoutée au montant de l'assurance complémentaire.

Une « Assurance Hospitalisation Facultative de Base » appelée « Hospi Base »

Le principe :

Pour compléter la couverture de l'hospitalisation solidaire, les membres qui le souhaitent pourront souscrire à une assurance facultative de base qui a pour but de diminuer le montant de la franchise de l'hospi solidaire : cette « réassurance » de la franchise permettra une plus grande sécurité financière pour ceux ou celles qui opteront pour la chambre à deux lits ou commune.

Une « Assurance Hospitalisation Facultative Globale » appelée « Hospi Globale »

Les principes :

Couverture des divers frais non repris par l'hospi solidaire et l'hospi facultative de base : suppléments d'honoraires en chambre privée et suppléments de chambre liés à la chambre particulière.

* * *

Les données administratives et réglementaires de ces nouveaux avantages sont toujours à l'étude au sein de l'Alliance Nationale des Mutualités Chrétiennes, laquelle signale qu'un courrier annonçant le nouvel avantage de l'assurance complémentaire avec la possibilité de souscrire à une ou des assurances facultatives sera envoyé à tous les affiliés à partir du mois de septembre ; le journal « EN MARCHÉ » relayera également cette information. Enfin, un n° de téléphone "0800" gratuit sera installé pour répondre à toutes les informations souhaitées

Eugène DEHOUX