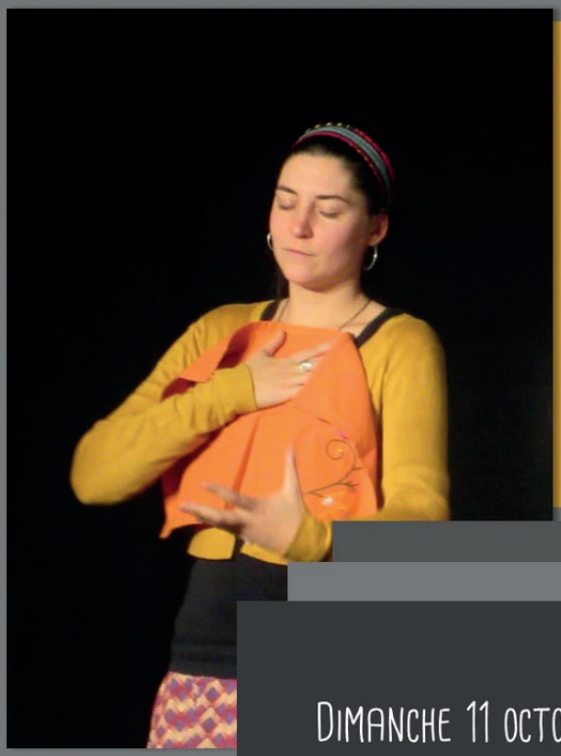
Inform'EllesS

bpost
PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE

Région Ardenne-Condroz-Famenne - N° 55 - Septembre - Octobre - Novembre 2020 - Trimestriel



Au programme

10h accueil et ouverture de l'exposition

Sam'crock aux fils de laine

12h pause potage et sandwiches

14h Théâtre-action : L'effet paillasson

Une coproduction des Équipes populaires et de la Cie Buissonnière

16h pause-café...

pommes de reinette et fruits d'ici

Dimanche 11 octobre 2020

Salle La Tannerie
Rue Albert Marchal
5575 Gedinne

Quand les pauses se superposent...

les femmes se positionnent

Paf : 15€ la journée

Animations-Expo-théâtre-repas-goûter

8€ l'après-midi

théâtre-goûter

Réservation 1er octobre au plus tard

Auprès de Céline Grandjean 0491/ 90 58 67

Joëlle Stuerebaut 0491/ 15 32 47

Editeur responsable Daisy Herman rue Maurice Jaumain, 15 5330 Assesse RPM Liège Division Namur n° 0408 004

Femmes en milieu rural

Bureau de dépôt : 5575 Gedinne
N° d'agrément : P705064

FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

Editeur responsable : Véronique Delgleize - ACRF - Rue de la croisette, 16 - Gedinne - Tel. : 061/58 88 79

EDITO

Souriez! C'est la rentrée!

Même si elle n'est pas tout à fait comme les autres … devinez pourquoi ?
S'il n'y a pas 36 façons d'aborder la rentrée, j'en vois au moins 4 :
« la décontractée » (... on verra bien…),
« l'anxiogène » (… je commence à m'inquiéter…),
«la déprimée » (… j'ai le moral à plat, aucune envie …),
« l'euphorique » (… fini de m'ennuyer comme un rat mort …).

On peut aussi passer d'un état mental à un autre dans la même journée, voire dans la même heure. Cette ratatouille émotionnelle alimente ce sentiment de confusion générale qui n'épargne personne dans cette période critique.

Je vous invite à opter comme nos animatrices pour la quatrième. Elles ont des projets plein leurs bagages et des agendas d'évènements. Le « Qué Novelles » initié par elles nous a permis des partages exceptionnels pendant ce temps de vacance d'activités. Encore merci à toutes et à chacune.

Nous ne pourrons sans doute pas éviter quelques changements de programme ou contraintes imposés par le corona. Mais à cœur vaillant, rien d'impossible !

Nous allons redémarrer en douceur et ce numéro d'Inform'Elles vous donne rendez-vous pour une année riche en rencontres et partages en région.

Pour l'Equipe régionale,
Véronique.

LE COMMUNAUTAIRE

DANS NOTRE REGION

PROJETS

COUPS DE COEUR

RECETTES

HUMOUR

RENCONTRE AVEC NOS PRODUCTEURS LOCAUX

PART DE VIE DE FEMME

Version papier ou électronique ?

Avec le mouvement zéro déchet, nous remettons de plus en plus en question nos habitudes. Et certaines décident de ne plus accepter les prospectus, ni les journaux en papier…

Sachez qu'il est possible de recevoir votre Inform'elles par voie électronique si vous le souhaitez.

Pour cela, envoyez-nous votre adresse email à joellestuerebaut@acrf.be

Sous réserve des décisions gouvernementales

Après une rencontre entre l'équipe de préparation de la journée d'étude du 17 septembre prochain, le groupe d'Emptinne, mobilisé pour la préparation et le bon déroulement de la journée et le responsable « Covid 19 » de la commune d'Hamois et ensuite l'organisation d'une réunion en « cellule de crise » à Assesse, nous avons décidé de reporter la journée. Les normes d'application des mesures de sécurité étant ce qu'elles sont, nous ne pourrions accueillir que 35 personnes. Ce qui est décidément trop peu pour envisager la journée.
Nous sommes en contact avec les orateurs pour tenter d'organiser avec eux une vidéo-conférence qui permettrait d'aborder les questions que nous avions envisagé de leur poser. Bien sûr ce sera différent et nous sommes bien conscientes que la dynamique est différente. Nous sommes conscientes aussi que toutes les personnes ne sont pas équipées pour visionner ces conférences en ligne. Nous allons faire le maximum pour que les animatrices ou les personnes qui ont accès cette technologie puissent vous en faire bénéficier vu que les conférences seront enregistrées.
Nous vous tiendrons bien sûr au courant des suites dans les meilleurs délais.

Si vous avez envie de partager des émotions, des questionnements, des avis, si vous avez envie de découvrir les richesses culturelles de notre territoire, n'hésitez pas à nous rejoindre à Beauraing, Ciney, Dinant, Forzée, Grandménil, Havelange, Houffalize, Houyet, Libramont, Marche-en-Famenne, Nassogne, Rendeux, Rochefort et Tellin du 05 au 28 novembre 2020

Symphonie des projets citoyens
Houyet - Salle Sainte-Cécile
08|11|2020 de 11h30 à 22h00
Transition en milieu rural
Journée axée sur la thématique Transition en milieu rural, enjeu sur lequel les femmes rurales se questionnent et se positionnent continuellement, dans l'objectif de développer de la solidarité dans et entre les villages.

11h30 : « Un cheveu dans la soupe », théâtre-action par l'atelier des Crêpeuses de Couvin, suivi d'un vrai potage à déguster

Un collectif de femmes se retrouve dans une cuisine pour préparer une… dernière soupe.
Elles préparent, en direct devant les spectateurs, un délicieux potage à déguster en fin de représentation… Durant la préparation, elles nous racontent les histoires d'enfances, de couples, de familles. Elles nous chantent des chansons. Les légumes et les casseroles se mettent à danser…

12h30 : « Passons à l'action », stands et ateliers de projets citoyens

15h : « Transition ET éducation permanente : qu'est-ce que nous (y) gagnons ? », conférence participative.

17h : «Lucie, après moi le déluge»

Terre à Terre
Rendeux - Salle Schérès26|11|2020 à 20h00

Sous réserve des décisions gouvernementales

Voyage au Portugal
Chèr-e-s Ami-e-s du voyage.

En ces derniers mois très particuliers, nous espérons que vous allez bien.
En décembre 2019, nous projetions le voyage au Portugal, tout était prêt. Malheureusement, le virus est arrivé avec le confinement et les drames en Belgique et à travers le monde. Nous avons espéré un dé-confinement définitif avant fin septembre 2020.
Il n'en fut rien. Les instructions de protection ont été variables, jamais très rassurantes. Il ne nous était pas possible de vous donner une réponse claire quant aux conditions et à la décision du maintien du voyage en 2020 ou du report en 2021.
Actuellement les restrictions sont renforcées et il est toujours impossible de prévoir les conditions de voyage à l'étranger (port du masque et confort dans l'avion, à l'hôtel, en autocars et excursions). Nous avons donc décidé de reporter le voyage en 2021.
Plusieurs participants avaient d'ailleurs exprimé leurs inquiétudes voire leur intention de ne pas participer mais les annulations auraient entraîné des frais trop conséquents pour chacun.
Aujourd'hui, nous avons pu obtenir le report sans aucune pénalité, ni du côté de Luxair, ni des excursions, ni des assurances, et heureusement ni de la part de l'hôtel. Nous remercions Eric de l'agence de Rochefort et Patrick de Drosera-Gedinne pour leurs différentes interventions.
En conclusion : le même voyage est reporté au jeudi 23 septembre 2021 (jusqu'au jeudi 30) avec les mêmes conditions : le prix demeure inchangé, votre acompte reste valable, votre assurance reste d'application. Nous vous ferons signe pour le paiement du solde que vous ne devez pas payer maintenant.
Nous avons toujours espoir d'organiser prochainement notre rencontre préliminaire (dîner des retrouvailles). Nous vous préviendrons dès que les conditions nous le permettront.
En attendant, n'hésitez pas à nous poser les questions qui vous viennent à l'esprit. Nous restons à votre entière disposition pour tous renseignements complémentaires.
Prenez toutes les précautions d'usage tout en prenant bien soin de vous et tout en sachant profiter des petits bonheurs qui se présentent à vous.
Amicalement et à bientôt.
Véronique

Sous réserve des décisions gouvernementales

Notre sécurité sociale fait la renommée de la Belgique.
Pourtant, elle n'est pas appréciée à sa juste valeur par nos concitoyens.
Elle est considérée comme coûtant trop chère au travailleur,
génératrice de fraudeurs et de paresseux assistés.
Votre avis nous intéresse !

« La sécu, pas superflu ! » animation aux Portes Ouvertes de l'YWCA
à Louette St Pierre le week-end des 4 et 5 septembre 2020 à partir de 14h.

PORTES OUVERTES ANNULÉES

Lutte contre les stéréotypes de genre et le sexisme à Durbuy

Cette année, le groupe local de Durbuy s'est questionné sur le problème du sexisme sous différents aspects. « De la remarque anodine, sous couvert d'humour ou de paternalisme, aux violences psychologiques et physiques les plus graves. Phénomène encore tabou, beaucoup de personnes pensent encore que le sexisme n'est pas un problème sérieux. Certains parlent d'esprit « gaulois » lorsqu'on se plaint de blagues. Les mentalités ont du mal à évoluer. » (JUMP)

Le sexisme « involontaire » (enraciné dans notre culture) est l'"angle mort" des stéréotypes sexistes (par exemple : un professionnel qui veut uniquement donner des explications à « Monsieur », ou encore lors d'une réunion de managers, un homme en pleine contre-argumentation finit par lâcher "logique féminine !"). Le harcèlement subit en majorité par des femmes dans l'espace public (« plus de 9 femmes sur 10 ont déjà été confrontées à des comportements sexistes dans l'espace public » JUMP), et enfin les inégalités et discriminations qui alimentent en renforcent les stéréotypes.

Femmes en milieu rural de Durbuy se sont réunies en ligne. Elles ont organisé des groupes de parole ouverts au grand public durant lesquels chaque participante a pu témoigner.

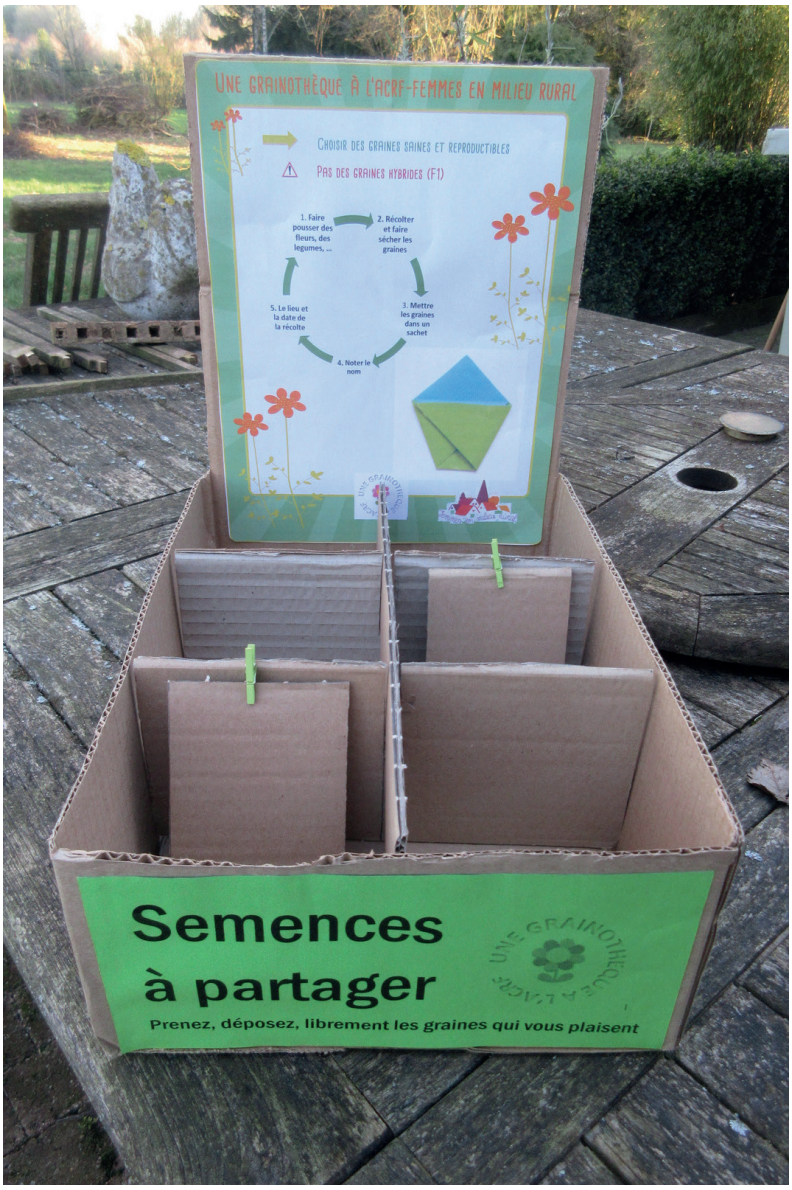
Ensuite elles ont cherché des solutions à ces situations. La première est d'oser se défendre, oser dire « non, je ne suis pas d'accord », « non, ça ne me convient pas », « ce que tu dis là me blesse ». Pour cela elles doivent aussi poser leurs limites personnelles.

La seconde solution est de chercher de l'aide. Ici nous avons toutes et tous un rôle à jouer, voir même une responsabilité. Si nous sommes témoin de harcèlement, intervenons ! Il suffit de faire comme si nous connaissions la victime, l'interpeller et s'en aller en parlant avec elle. Ou de distraire l'auteur.e de l'agression. S'il y a d'autres témoins, inviter les autres témoins à intervenir avec nous. « Afin d'enrayer la mécanique sexiste, la sensibilisation et l'information des femmes et des hommes constituent une étape indispensable. Femmes et hommes doivent apprendre à détecter et décoder le sexisme afin d'y faire face que ce soit en tant que victime ou en tant que témoin. Il est indispensable de fournir des clés d'action et de réaction à chacun et chacune pour faire face à ces situations.»(JUMP). Puisqu'une image vaut mille mots, voici celles proposées par la Fédération des Centres de Planning Familial des FPS dans le « Petit Guide Illustré du Respect dans la Rue (ou ailleurs) ».

Sous réserve des décisions gouvernementales

Les grainothèques de l'ACRF se multiplient …

De quoi s'agit-il ?... un petit rappel
Ce sont des assortiments de graines (fleurs, plantes, légumes) déposées dans des petits sachets à disposition de qui veut.
La grainothèque est basée sur le fonctionnement de dons et de troc entre jardiniers amateurs. Aucun échange commercial n'y est donc possible. Vous prenez les graines donc vous avez besoin et vous pouvez vous aussi en déposer pour les autres. Vous y trouvez les infos pratiques.
On y déniche de tout, comme par exemple des graines de bleuets, ancolies, soucis, genêts, choux, tomates, endives, bettes, salades, … l'assortiments évolue selon la saison et les visiteurs !
Une grainothèque est une pratique collaborative, qui s'inscrit dans la notion de partage des biens communs. Considérée aussi comme un acte d'engagement citoyen pour la planète, elle permet de sensibiliser le public à la biodiversité et au développement durable.
La grainothèque permet aussi la conservation de certaines espèces et lutte contre la standardisation des semences en interdisant le troc de semences industrielles modifiées génétiquement.
L'objectif est l'échange et le partage des semences, mais aussi du savoir-faire de chacun.
Depuis ce printemps vous pouvez venir échanger vos semences... à Assesse, au GAC de Gedinne et depuis peu aux rencontres organisées par le Cercle horticole d'Ohey. Mais aussi lors des visites de vos animatrices !



Une grainothèque de l'ACRF s'est installée à Ohey

Depuis juillet, le cercle horticole Ohey accueille en collaboration avec le groupe ACRF une grainothèque. Dans son nom, tout est dit ! Il s'agira d'échanger des graines. Aromates, légumes et fleurs, tout sera bon à partager. Cette initiative a vu le jour après une rencontre des responsables des deux associations. La grainothèque sera accessible durant les rencontres du cercle horticole et des rencontres ACRF

RECETTES

La salade César, un classique délicieux et frais en été comme en hiver.

Une salade croustillante grâce à ses croûtons et gourmandes grâce à son tendre poulet.
Une heure avant le repas, mélangez tous les ingrédients de la sauce.
6 cui. à soupe de mayonnaise – 1 cui. à soupe de lait – 1 cui. à soupe de jus de citron - 1 cui. à soupe de parmesan râpé – 1 cui. à café de moutarde de Dijon – 1 éclat d'ail haché – sel et poivre
Filmez votre plat et laissez reposer une heure au réfrigérateur.
Pendant ce temps-là, coupez les tranches de pain en cube et faites revenir les croûtons dans un filet d'huile d'olive pendant 2 minutes puis laissez refroidir.
Coupez le poulet en petits morceaux et faites-les cuire dans une poêle anti-adhésive sans matière grasse et laisser refroidir.
Déchirer la laitue et petits morceaux.
Pour finir, dressez dans l'ordre : la salade, le poulet, les croûtons et nappez de sauce.

Courgettes farcies

Laver et couper les courgettes en 2 dans le sens de la longueur.
Évider leur cœur avec une petite cuillère, sans abîmer la peau. Réserver la chair.
Dans un saladier mélanger la viande hachée, la chair des courgettes (écrasée à la fourchette), une petite tomate (détaillée en cubes), un morceau de poivron, l'ail écrasé

et le persil ciselé. Saler, poivrer.
Dans un plat à gratin, déposer un lit de riz précuit, des tomates et des oignons en tranches.
Farcir les courgettes et les déposer sur ce lit (facultatif : parsemez de gruyère)
Cuire +/- 40 minutes à 180°C.

Si vous aimez les câpres, voici une recette facile et rapide à faire avec des graines de capucines

Ingrédients : Graines de capucine vinaigre d'alcool – thym - estragon (facultatif) - pot avec couvercle
Préparation : Récolter des graines de capucines encore verte mais déjà grosses.
Les laver, les sécher, les mettre dans un pot (avec couvercle comme pour les cornichons) avec une branche de thym et éventuellement une branche d'estragon.
Couvrir le tout de vinaigre et fermer le couvercle. Mettre de côté et attendre un ou deux mois minimum avant de consommer.
Peuvent remplacer les cornichons, les câpres et accompagner les viandes froides, les poissons etc....

HUMOUR

Sans blague ! … avec nos ados !

Entrer dans la chambre de vos adolescents, c'est comme aller chez Ikea. Vous entrez juste pour regarder et finissez pas sortir avec 8 tasses, 3 bols, 4 assiettes, des couverts et quelques serviettes !

***

Je ne comprends pas ces couples qui se disputent et qui une minute plus tard changent leur relation sur Facebook en « célibataire ».
Je m'engueule souvent avec mes parents mais ce n'est pas pour autant que vous voyez mon statut changer pour « orphelin »

***

Pour savoir si mes ados sont rentrés, je débranche le Wifi. Si j'entends hurler, c'est qu'ils sont là !

***

A tous les garçons de la maison. Je vous conseille de laisser les toilettes propres, car la main qui les nettoie est la même que celle qui vous fait à manger. Votre petite maman chérie !

***

Papa, c'est quoi un homme ?
-Mon garçon, un homme c'est celui qui s'occupe de sa famille, de sa maison, qui veille à la sécurité et qui fait en sorte que personne ne manque de rien.
-Aaaaaahhhhhhh !!!!!
Ben moi quand je serai grand, je serai un homme… comme Maman !

Une fleuriste atypique à Buissonville !
Nathalie propose des bouquets de fleurs locales et de saison ;

A l'inverse des fleuristes classiques qui importent presque toutes les fleurs coupées qu'ils vendent, Nathalie cultive et puis vend des fleurs de chez nous. Ses objectifs : être dans la logique des circuits-courts et confectionner des bouquets avec des fleurs de saison sans aucun pesticide. Sa philosophie : De mai à fin octobre, les fleurs annuelles et vivaces cultivées avec passion, seront vendues au gré de leur fleuraison, sans pesticide et sans emballage superflu. Un projet tout neuf que Nathalie compte bien étoffer. Cet été elle a récolté des cosmos, des lupins, des soucis, mais aussi des achillées ou encore des fleurs de poireaux. « Le beau temps et le confinement m'ont donné du temps pour le jardin ».
Notre fleuriste vend ses bouquets sur commande. Elle choisit elle-même ce qui est disponible à ce moment-là et confectionne des bouquets exceptionnels ! Chaque bouquet est une explosion de couleurs. « J'ai reçu, tout récemment, un bouquet de dahlias, tournesols, bleuets, pois de senteurs, … qui a orné mon salon pendant plusieurs jours ! »
Horticultrice de formation, elle compte bien étaler ses cueillettes en automne et en hiver sur le terroir famennois.
Dans ses « Ateliers Du Busson » Nathalie organise déjà de nombreux stages auxquels se sont ajoutés des stages « d'apprenti-fleuriste » pour les enfants.
Reportage Matele : https://www.matele.be/nathalie-canon-est-fleuriste-en-circuit-court-a-buisson-ville

Joëlle

Rencontre avec Pauline et découverte de « LA PENSÉE SAUVAGE »
Plantes aromatiques et médicinales de l'Ardenne - Manhay

Pauline, dès son enfance, a développé une grande sensibilité pour la nature. Depuis très tôt, elle a eu envie de faire ses propres cosmétiques, ses potions « magiques ». « J´ai appris beaucoup par passion, grâce à des rencontres et je lis beaucoup. »
Pauline est diplômée en herboristerie et a suivi différentes formations d'olfactologie, aromathérapie…. En effectuant des stages chez différents producteurs en Belgique et en France, Pauline a appris la pratique du métier. Depuis trois ans, elle pratique l'herboristerie au côté de son compagnon C'est une paysanne et artisane passionnée par les soins naturels et les plantes sauvages, aromatiques et médicinales.
Pauline habite à Oster (Manhay), elle a un enfant de deux ans. « Mon métier me permet de combiner ma vie professionnelle et ma vie familiale. Mon enfant vient avec moi dans les champs de plantes et fleurs. »
« J´ai eu l´opportunité d´avoir accès à la terre, où je travaille le sol manuellement de manière superficielle. La toute première étape fut de semer et entretenir les cultures. Une cinquantaine de plantes aromatiques, médicinales et de plantes «compagnes» s'épanouissent en rotation dans un grand jardin maraîcher aux côtés de nos légumes et sous les arbres fruitiers. Les plantes sont cultivées de manière naturelle et écologique, sans apport d'engrais ou autre produit chimique. »
Ensuite vient la récolte, « les cueillettes sont des moments privilégiés, dans le respect de ce que la nature peut nous offrir. » Au jardin, elles se font de juin à octobre (approximativement). En dehors du jardin – en forêt la cueillette des plantes sauvages se fait du fin mars jusque fin juin.
Pour la récolte, Pauline utilise la technique de coupe manuelle, il y a des plantes qui ne viennent qu´une seule fois, et d'autres au contraire repoussent plusieurs fois. Sa priorité : garantir la qualité des plantes en faisant face aux défis climatiques car l´idéal est de cueillir la plante quand il fait sec.
La dernière étape – le séchage, après avoir été récoltées et triées à la main avec beaucoup de soin, on passe à l´effeuillage, ensuite les plantes sont déposées au «séchoir» pour une durée variable selon les variétés. Les plantes se conservent pendant un an et demi à partir de

leur récolte.
C´est dans son atelier que Pauline commence à composer de façon artisanale les mélanges à thèmes des fleurs et des plantes, le but étant simplement de se faire plaisir sans oublier que l´arôme est très important dans les compositions.
Il y a de mélanges pour la cuisine : salades, soupes, fromages, différents types de sel (sel à l´ortie, à la sarriette, aux herbes du jardin…) et des tisanes. Il y a 12 mélanges tels que Réveil matin – tisane fortifiante et stimulante menthe bergamote, cynorrhodon, ortie, romarin, fleurs de sureau, achillée millefeuille…

Cette passion pour l´herboristerie a pris beaucoup de place dans sa vie, « j´ai l´envie, le besoin, de rappeler aux personnes les valeurs, vertus et les bienfaits des plantes sauvages, aromatiques et médicinales et rappeler que c´est possible de se soigner autrement de façon plus naturelle (il y a beaucoup de médicaments qui sont à base de pantes). Les soins par les plantes sont plutôt des traitements de fond, alors que certains médicaments soignent seulement les symptômes. Dans le passé, de nombreuses personnes utilisaient ces connaissances, aujourd'hui mon métier me permet d´être là et pouvoir entretenir ce savoir et le perpétuer. »
« Je cultive la terre, pour moi c´est plus que ça, c´est aussi un état d´esprit, je fais partie du milieu de la paysannerie et l´artisanat. Je ne me sens pas seule, autour de moi il y a des autres jeunes intéressés par la paysannerie, ce sont des métiers et des activités à valoriser.
C´est important de tenir compte des activités familiales à l'échelle locale et à taille plus humaine qui respectent les écosystèmes et qui envisagent une autre relation avec la nature et l´environnement. C´est un modèle crédible.
Tenté par l´expérience ? Pauline Lesire est présente sur les marchés locaux.
Ses produits peuvent s'acheter chez Pauline - Pensé Sauvage.
Route de la Bofa,8 6960 Oster

Infos : 0474/56 95 63 ou pauline.lesire@gmail.com
https://www.lapenseesauvage.net/metrouver

Chantal et Jean SCHOONBROODT-PETERS,
André et Bernadette PETERS-WINTGENS,
Régine et André (†) DEMAZY-PETERS,
Vinciane PETERS et Vincent COENEGRACHTS,
ses enfants;

Violette et Frédéric, Valérie et Arnaud,
Renaud et Cyrielle, Gaëtan et Amélie,
ses petits-enfants;

Justin, Ely, Gaspard, Anaé, Côme, Eliott, Basile, Mahé, Louise, Lomé,
ses arrière-petits-enfants;

Joseph et Marie BISSOT-SPAELGENS,
son frère et sa belle-sœur;

ont la tristesse de vous faire part du décès de

Madame Simone BISSOT

veuve de Hubert PETERS
Ancienne Présidente de l'A.C.R.F.
Ancienne Présidente de la F.I.M.A.R.C.

survenu ce 4 août 2020 à l'âge de 95 ans.

La défunte repose au funéKERF, rue des Etangs, 46A à 4800 Verviers (sortie n°6 autoroute E42), où la famille recevra

les visites mercredi et jeudi de 17 à 19 heures.

La liturgie des funérailles, suivie de l'incinération, sera célébrée en l'église Sainte-Julienne à Verviers

le vendredi 7 août 2020 à 10 heures,

où les dernières mesures sanitaires (covid 19) nous permettent de recevoir 100 personnes.

Réunion à l'église.

L'urne cinéraire sera inhumée au cimetière de Dison vers 15 heures.

La famille remercie le personnel de la résidence « La Lainière » à Verviers pour ses bons soins et sa gentillesse.

Ni fleurs, ni couronnes. Les personnes désireuses de manifester leur sympathie peuvent verser un don à l'ASBL «Home Saint-François» à Baelen sur le compte BE53 2480 0574 4753 avec la mention «En souvenir de Simone PETERS-BISSOT».

Vous pouvez déposer vos condoléances sur le site ***www.funekerf.be***

40-342271-1

funéKERF 087 22 48 44
Pompes funèbres - Funérarium
Rue des Etangs 46A | VERVIERS info@funekerf.be | www.funekerf.be

Notre amie, Simone Peters nous a quittées le 4 août dernier à l'âge de 95 ans. C'était une des anciennes présidentes de l'ACRF, à laquelle elle avait adhéré de nombreuses années.

Siège social :
ACRF
Ardenne-Condroz-Famenne,
Femmes en milieu rural
16, rue de la Croisette
5575 GEDINNE
061/58 88 79 - 0473 / 80 13 65

Trésorerie :
Marie-José Meessen
Rue de Busin, 3 5370 Havelange
083/690 699
BE52 0003 2545 5309

Présidente :
Véronique Delgleize
veroniquedelgleize@hotmail.com
061 / 58 88 79 - 0473 / 80 13 65

Nos animatrices :

Beauraing - Ciney - Dinant
Joëlle Stuerebaut - 0491/15 32 47
joellestuerebaut@acrf.be

Marche
Gouvy Houffalize Vielsalm :
Céline Grandjean - 0491/90 58 67
celinegrandjean@acrf.be

www.acrf-acf.be