



Organisateur : Alain Metzler : mail : alain.metzler@skynet.be Tél: 071/383641 – GSM : 0471391432

JOURNAL DU GROUPE " R." DECEMBRE 2019



1. Editorial : l'aventure du Groupe »R » !
2. Activités du Groupe « R »
3. Programme des randonnées et Gym Janvier 2020
4. Escapades et Voyages
5. Réception anniversaire 10 ans du Groupe « R » Abbaye d'Aulne
6. Promotions de nos clubs amis
7. Annonces de nos amis du Groupe « R »
8. SPONSORS DU GROUPE « R »

1. EDITORIAL Nous fêtons en juin 2020 les 10 ans du Groupe « R »



Le temps passe vite ! L'envie et l'enthousiasme continuent !

En 2009 commencèrent les randonnées du mardi et quasi en même temps la Gym-Stretching et les voyages.

Durant ces 10 dernières années, ces activités n'ont fait que progresser ce qui nous réjouit Jacqueline et moi car nous pensons répondre à votre besoin de « bouger » en groupe ce qui est le nôtre également.

Que cette belle aventure continue encore des années avec vous et d'autres qui seraient intéressés.

Avec toutes nos amitiés

Jacqueline et Alain



2. ACTIVITES DU GROUPE "R" (Randonneurs, retraités, rêveurs...)



Durant les 10 premières années de la création du Groupe « R » nous avons réalisé plusieurs activités :

- des randonnées pédestres.
- de la Gym-Stretching-Bien-Etre
- des activités en Vélo à Assistance Electrique
- des séjours culturels et de détente.

A. RANDONNEES LES MARDIS de 9h30 à 12h00

Départ des randonnées dans un rayon de 30kms par rapport à Châtelet.

Toujours minimum 2 parcours : 1 plus court de 5 à 6ms et 1 plus long de 8-9kms

Circuits accompagnés par 2-3-4 accompagnateurs suivant les régions.

B. GYM - STRETCHING - BIEN-ETRE. LES VENDREDIS de 9h30 à 10h30

Les vendredis de 9h30 à 10h30 au Centre d'Arts Martiaux, (près de l'église de Roselies) rue François Dimanche 33 6250 Roselies.

Coachs: Alain Metzler, Muriel Horé, Alain Radermecker et Benjamin Forret

C. SORTIES EN VELO A ASSISTANCE ELECTRIQUE

Organisations ponctuelles en fonction des demandes et de la météo !

La philosophie des sorties est similaire à celle des randonnées du mardi:

Sport, Nature et Culture.

Accessible à tous avec dans ce cas un parcours encadré par 1-2-ou 3 accompagnateurs.

3. PROGRAMME RANDONNEES JANVIER 2020

Le calendrier peut être modifié. Toutes les informations sont communiquées par E-Mail.

DATES	ACTIVITES	LIEU	HEURE	RENDEZ-VOUS	COACHS
MARDI 7/01 2020	RANDO	BIESME	9h30	Place Communale de Biesme (près de l'église Saint Martin)	Alain M. et Alain R.
VENDREDI 10/01/2020	GYM-STRECHING	GYM-Stretching	9h30	Centre des Arts Martiaux rue François Dimanche, 33 6250 Roselies	Alain Metzler
MARDI 14/01/2020	RANDO	CHATELET	9h30	Restaurant « Comme Chez Robert	Alain Metzler
VENDREDI 17/01/2020	GYM-STRECHING	GYM-Stretching	9h30	Centre des Arts Martiaux rue François Dimanche, 33 6250 Roselies	Alain Metzler
MARDI 21/01/2020	RANDO		9h30		
VENDREDI 24/01/2020	GYM-STRECHING	GYM-Stretching	9h30	Centre des Arts Martiaux rue François Dimanche, 33 6250 Roselies	Alain Metzler
MARDI 28/01/2020	RANDO		9h30		
VENDREDI 30/01/2020	GYM-STRECHING	GYM-Stretching	9h30	Centre des Arts Martiaux rue François Dimanche, 33 6250 Roselies	Alain Metzler

LE GROUPE « R »



4. SOUVENIRS DE NOS ACTIVITES 2019

RANDONNEES 2019

Il suffit de cliquer sur le lien et vous aurez accès à toutes les photos.

YVES

<https://photos.app.goo.gl/Eu9qQ1NAPd1Qywth8>
<https://photos.app.goo.gl/zqYzDrBo4rVBtBx49>
<https://photos.app.goo.gl/CA9JDRn7HhTX6Xrj7>
<https://photos.app.goo.gl/jb3is8M5n3QmD9Vy8>
<https://photos.app.goo.gl/UenfTpd6iq27mEA8>
<https://photos.app.goo.gl/EqqhtJ6ZAPyN29hT8>
<https://photos.app.goo.gl/T6f4gmJa3994DtK26>
<https://photos.app.goo.gl/xfuravzyWgPxP2j7>
<https://photos.app.goo.gl/Qak6WtSPUEe3Yp1z8>
<https://photos.app.goo.gl/c28VYZ5Hw549Su357>
<https://photos.app.goo.gl/X3CeuiYkvZd9k1eSA>

ALAIN BILAN 2019

https://photos.google.com/share/AF1QipOyEQmc_czjYtB2mEX-eJ98Xh1Y12-geCY2IbKoRwwPLG9jjVx8gsecPIVIIvK0xw?key=dHdSc2x4bjNONEUwOGRtSHVqc2hpX21yYU1vMzZB

GYM-STRETCHING BILAN 2019

https://photos.google.com/share/AF1QipMz2QGzOxOW2soiY1OCCJGyXh34IooKTDdgQlG6eLlm_rHJ-HCE8Pxbo8wbV_9FBQ?key=UmJFZFU5cG45TkFaVGE5UVprS1BUZG5mMnp0TVRR

VELO ASSISTANCE ELECTRIQUE BILAN 2019

<https://photos.google.com/share/AF1QipMcXFJ6phe1r1hx6T6Did3JZLOc0a6G5ouFbi76ucUk1z4pp4DvzUnhXMJV0UbDfg?key=eGhkQkNMRIRU3BOSnZUYm5uOTBrcmxxVWloRVRR>

VOYAGES BILAN 2019

Impossible de placer toutes les images de nos voyages j'ai donc réalisé un panel !

THAILANDE 2019

<https://photos.google.com/share/AF1QipO7ed-tNYMAZxxgn-kzsNm7NLOT5wUI98V8CdHCbp8WwR7kxrKqdkQKeqWZb83IFg?key=X1hPanJkR3dqTUFEBnNUakdZcGIJVTNKN1VSTXZn>

BULGARIE 2019

<https://photos.google.com/share/AF1QipO3ZlrYGmqVs1yw9eehV5i7lprLE4Kod-vTvr0IVLKi3xPdzUtaKKiuvUXj7kxWOQ?key=d2ZwalhYZGIzT1EwVmhFSzM0alN4ZWVaYUNOaHdB>

CANADA 2019

https://photos.google.com/share/AF1QipM2GLsi2-rIKK9r1LOYfNXHrUrYsuSOPFiScoQLDafrEarQH5y7dPo63YTtqN2_LO?key=OXNhOUUp3azd1QjdEbjYxSXNzSVN0YTICdjROYzIB

ECOSSE

https://photos.google.com/share/AF1QipOEmeu_JIik7RRRuKrJEOreuoM9nOpSKt1q-FzpoJyq6mZKYQTKwCIJbdhVtAsEg?key=b3J5T0Zoby1KYXFYVVNa2MtQUFGdTJqbDQ0Y2h3

VIENNE

https://photos.google.com/share/AF1QipPMBEoVQOnNrVsFIC8NWh_dqigv_EpW3l0BQjuBCR7dYpMLzYJ333XNjnXJfP7VZQ?key=NkpicHFOV3VpUnFERzZsMVIEUGpia0tpaWFGbHZR

4. ESCAPADES ET VOYAGES

Nos voyages et escapades 2020 sont sauf désistement presque complets.

Il reste quelques « *surprises* » du chef ! Elles ne sont pas dévoilées maintenant afin d'éviter les « Copiés-collés » !

Pour les destinations (2020) **COMPLET** ceci sauf s'il y a désistement (raison médicale, familiales...). Chacun est invité à prendre l'assurance-annulation afin d'éviter tout désagrément lors d'une annulation de l'inscription.

Nous avons de + en + de demandes de séjours en **AUTOCAR**. **Nous ferons notre possible pour répondre à la demande en 2020 et 2021. Intéressé par ce type de voyage, contactez-moi.**

Toutes nos destinations sont organisées par des agences agréées et reconnues. Ceci est pour nous un gage de réussite. L'ensemble des projets et le choix des destinations sont mis en œuvre par Alain Metzler, licencié en Education physique et coach des activités sportives du Groupe « R ».



EXPERT TRAVEL GERPINNES

Adresse : Rue Neuve 85, 6280 Gerpennes Téléphone : 071 22 18 22

Contact : Grégory Bastin



ALPINA TOURS NAMUR

Adresse : Avenue Fernand Golenvaux 6, 5000 Namur Téléphone : 081 26 28 67

Contact : Thibaut Roly



ECOLES ET VOYAGES

Adresse : Rue de Rebecq 22, 1480 Saintes

Téléphone : 0475 80 40 09

Contact : Philippe Julémont



INTERSOC NAMUR

Adresse Rue de Fernelmont 40-42, 5020 Namur

Téléphone : 081 35 40 10

Contact : Laurence Lizen

DESTINATIONS	DATES	INSCRITS	SITUAION
MOSCOU-ST-PETERSBOURG	02 au 11 mai 2020	24 inscrits	COMPLET
PRAGUE	du 4 juin au 7 juin 2020	18 inscrits	COMPLET
ROME L'ETERNELLE	6 au 9 septembre 2020	28 inscrits	COMPLET
VALMALENCO Italie	Du 18 au 28 août 2020	4 inscrits	20 à 35 personnes
FOUDAY HOTEL JULIEN VOSGES	29/09 au 2 octobre 2020	49 inscrits	COMPLET
JORDANIE	17 au 26 octobre 2020	22 inscrits	Reste 2 places
Escapades Surprises	Contactez Alain	0471391432	

Renseignements et inscriptions : Alain Metzler

Mail : alain.metzler@skynet.be GSM: 0471391432

5. RECEPTION ANNIVERSAIRE 10 ANS DU GROUPE « R »

JEUDI 18 JUN 2020

ANNIVERSAIRE 10 ANS DU GROUPE « R » ABBAYE D'AULNE

La salle de « La Carrosserie », ancien garage à carrosses, est située dans le site classé patrimoine exceptionnel de l'Abbaye d'Aulne.

Le site est privatisé pour notre Groupe « R ».

APERITIF

Cava Excellence servi à volonté et Cinq mises en bouche

DINER BUFFET ECHOPPES Cuisines du monde



Echoppe indonésienne

Tandoori d'agneau au curry doux et lait de coco (servi chaud)

Riz basmati aromatisé à la citronnelle

Salade de légumes croquants marinés au safran et curcuma



Echoppe espagnole

Paella géante et rouget cuisinée sur le buffet (servi chaud)

Tortilla flamenco

Jambon de Serrano « Patta Negra »

Salade d'artichauts, tomates séchées et fromage Manchego

Petits pains chauds, huile d'olives première pression



Echoppe française

Salade niçoise au thon frais

Suprême de pintade à la moutarde ancienne (servi chaud)

Magret de canard fumé et son foie gras,

Mesclun de jeunes pousses et pignons de pin

Terrine de poisson, brocolis et carottes

Pain et beurre

DESSERT

Merveilleux maison en robe de pistaches.

Café et biscuits maison

Cette formule accompagnée d'une sélection de vins et eaux servis à volonté durant le repas et de l'open bar durant 4 heures à partir du début de l'apéritif vous est proposée (12h00 à 16h00).

50,00 € par personne adulte pour un minimum de 60 personnes.

Possibilité de bar payant après les 4 heures d'open bar.

Jupiler et Blonde de l'Abbaye d'Aulne disponible au bar payant.

Pour les enfants de 3 à 12 ans le prix est de 30 € par enfant.

Photos de la manifestation 2019. Cliquez sur le lien

<https://photos.google.com/share/AF1QipP392Xx6098HNK8jV-VPRLFx2tnXmoSllvx1VV19uM-5Qu7KGVgThO7Ia4pU7f1Fg?key=cIloMkNWU0U5ZUUtZmtKWHPUWYzdmE2cWdQeEIB>

LA SALLE



L'ENVIRONNEMENT



Notre Groupe en 2019

INFORMATIONS IMPORTANTES

Pour garantir la réservation de la salle et confirmer le groupe de 50 personnes minimum j'ai versé un acompte de 500 euros.

Pouvez-vous si vous souhaitez participer à notre repas traditionnel de fin de saison remplir le talon d'inscription et me le rentrer dès que possible.

Il vous restera à régler le montant de votre réservation à votre meilleure convenance et au plus tard le **26 mai 2020**.

A partir du 10 juin 2020 je dois confirmer le nombre définitif au traiteur. **Il ne sera plus possible d'inscrire après cette date.**

FICHE D'INSCRIPTION :

Je dois confirmer le nombre **PRECIS** de personnes pour le **10 JUIN 2020 au plus tard**.

Il ne sera pas possible d'inscrire des personnes en dernière minute !! C'est le souhait du traiteur afin de nous recevoir au mieux

Mr et Me

Me

Mr.....

RESERVENT

NOMBRE

PRIX TOTAL

REPAS ADULTES

REPAS ENFANTS

Je verse la somme de.....sur le compte de Club Sports et Loisirs : Alain Metzler

BE04 953123749131

En communication : Repas du Groupe « R »- Abbaye d'Aulne

Signature

Organisateur

Alain Metzler coordonnateur du Groupe « R »

Rue de Carnelle, 121 6200 Châtelet

GSM : 0471391432

Mail : alain.metzler@skynet.be

6. Promotions de nos Clubs Amis

CLUB LE TREMPLIN PRESLES

Message de Sophie (Jaspard) Secrétaire du club « Le Tremplin Presles »

Contact : Téléphone ;0471453394 E-mail : tremplinpresles@gmail.com

Bonjour Alain,

Voici quelques lignes sur le club cette saison :

Depuis septembre, notre club a repris toutes ses activités.

NATATION (Mixte)

Avec la réouverture de la piscine de Biesme, nous avons pu reprendre les cours de natation le samedi (plus ou moins 130 nageurs) et les entraînements d'endurance et de compétition en semaine (30 à 40 jeunes et adultes).

GYMNASTIQUE (Mixte)

Notre section gymnastique connaît également un renouveau. Avec ses 116 affiliés en loisir et compétition, nous avons ouvert un nouveau cours de gymnastique acrobatique le mardi et un cours de fitness le mercredi après-midi. Ces deux nouvelles activités peuvent encore accueillir des nouveaux membres...

GYMNASTIQUE ADULTES

Sans oublier le Mardi de 19h00 à 20h00 le cours de Gymnastique adultes qui fut le 1^{er} créé en 1983. Actuellement nous avons 6 dames inscrites. Nous espérons que ce message promotionnel permettra à d'autres personnes de s'inscrire afin de perpétuer l'existence de ce cours

RANDONNEES MIXTE

Depuis 2009 un groupe de randonneurs coaché par Alain(Metzler) sillonnent les chemins de randonnées de nos belles régions. Chaque MARDI de 9h30 à 12h00 des sorties sont organisées avec 2 parcours adaptés aux participants. Actuellement 70 personnes adhèrent à ce projet.

EVENEMENTS

Dans la seconde moitié de la saison, nos gymnastes participeront à différentes compétitions et les 2 et 3 mai prochains notre club organisera pour la première fois le championnat francophone garçons aux halls Sambrexpo de Roselies. Beau programme en perspective car nous accueillerons les meilleurs gymnastes de toute la Wallonie. Nous poursuivrons avec, le jeudi 21 mai, notre traditionnelle fête du club et ses différentes démonstrations gymniques !

Merci pour la promotion.

Sophie

ARTS MARTIAUX ROSELIES : JUDO...

Le club nous accueille pour notre cours de Gymnastique-Stretching- Bien-Etre.

PRESIDENT et CONTACT : Oriano Cappelin : 0478/303078.

Site internet : www.judo-aiseau-presles.be

Message d'Oriano Président des Arts Martiaux à Roselies

Cher Alain,

L'année du 50^{ème} anniversaire du judo à Aiseau-Presles est lancée ; d'une part avec le souper de St nicolas pendant lequel, friandises, sacs et équipements ont été remis à nos judokas ; et d'autres part, la visite surprise de St Nicolas au dojo lors du cours des petits.

Le moins que l'on puisse dire, tous les affiliés ont bien été gâtés !

Prochain rendez-vous le 19 janvier pour l'organisation du championnat provincial par notre club à Aiseau-Presles, nous y attendons en une seule journée 300 judokas et 400 visiteurs.

N'hésitez pas à visiter notre site www.judo-aiseau-presles.com

Grand merci pour ta collaboration.

.

Amitiés

Oriano

Président du Judo Club Aiseau

CLUB DE TENNIS METTET

Bonjour Alain.

Super, ton initiative.

Concernant notre Club tu peux signaler que nous sommes en plein renouveau.

Nouvelle cafétéria depuis 2017. En 2019, construction d'un Padel en lieu et place des terrains de pétanque.

Pour la saison 2020 rénovation de nos terrains extérieurs : nouvelles clôtures, nouvelles surface de jeu de terre battue traditionnelle et nouvel éclairage LED sur les trois terrains.

Au dernier recensement nous comptons 225 membres dont 115 jeunes font partie de notre école labellisée AFT.

Notre club est visible sur notre site internet et notre page Facebook.

Voici les liens :

<http://users.skynet.be/timettet/>

<https://www.facebook.com/Tennis-Indoors-Mettet-136801343027487/>

Jean-Marie Evlard

Il est important de faire la promotion des clubs qui nous entourent! Comme nous leurs objectifs visent le développement de l'activité physique chez les enfants, les adultes, les seniors!

COORDONNEES :

LE GROUPE "R"

Activités : Randonnées, Gymnastique Stretching et Bien-Etre.

Responsable : Alain Metzler, licencié en Education Physique et sophrologue

Tél : 071/383641

Courriel : alain.metzler@skynet.be

Facebook : Alain Metzler

ASBL CLUB "LE TREMPLIN PRESLES"

Activités : gymnastique, danse, natation, et randonnées

Secrétaire : Sophie Jaspard : Tél : 0471453394

Site internet : www.le-tremplin.be

Facebook : Asbl Le Tremplin

ARTS MARTIAUX ROSELIES : JUDO...

Le club nous accueille pour notre cours de Gymnastique-Stretching- Bien-Etre.

PRESIDENT et CONTACT : Oriano Cappelin : 0478/303078

Site internet : www.judo-aiseau-presles.be

CLUB AQUASOL AQUAFITNESS

Activités : Aquagym, Aquafitness, gymnastique, Abdos fessiers, stages de vacances...

Responsable : Muriel Horé, licenciée en éducation physique

Téléphone : 0473232866 - 071/725494

Site internet : <http://clubaquasolaquafitness.jimdo.com/>

BEFORAQUA: BENJAMIN FORRET

Activités : d'Aquagym, d'Aquabike et de gymnastique

Responsable : Benjamin Forret : régent en éducation physique

Site internet : <http://www.befor.be/>

Pour tout renseignement ou demande d'inscriptions, Par téléphone au 0474/78.55.37

Par courriel a l'adresse contact@befor.be [Facebook](#)

CLUB DE TENNIS METTET

Activités : Tennis, Padel...

Notre club est visible sur notre site internet et notre page Facebook.

Voici les liens :

<http://users.skynet.be/timettet/>

<https://www.facebook.com/Tennis-Indoors-Mettet-136801343027487/>

7. ANNONCES DE NOS MEMBRES et DE NOS SPONSORS

Certains de nos membres possèdent et louent périodiquement appartements, des maisons ou gîtes. Ils nous en font part au cas où cela vous intéresserait. Plusieurs d'entre vous sont revenus enchantés des réservations qu'ils ont effectuées chez nos correspondants. C'est un service de votre club. J'espère que vous appréciez cette démarche.

Espagne ANDALOUSIE



<https://appartement-a-louer-andalousie-40.webself.net>

La Belle-sœur de Grégory (agence Expert Travel) loue un magnifique appartement en Andalousie en Espagne. En suivant le lien vous avez toutes les coordonnées.

ETRETAT : NORMANDIE



<https://www.airbnb.fr/rooms/13198939> gite.lepetitlarge@yahoo.com

Vous pouvez contacter Isabelle de ma part.

Quelques photos prises lors de notre séjour en JANVIER 2017

https://photos.google.com/share/AF1QipNklrTETDF8O31W27EH6cu2TJlm1_qoK_2uM7FoEC-41Ahgk7GAtp9vNPuoyzyWLw?hl=fr&key=UjJvc2tCQzdTRGhfRXdxco0xMN3drTXByUTJYc2ZB

PLAZAC PERIGORD NOIR



Régine et Thierry louent 1 gîte à PLAZAC dans le Périgord noir.

Vous pouvez trouver la description sur le site Abritel en tapant dans "Recherche "les lapins amoureux » à PLAZAC

Téléphone Régine : +33630866691

Mail : reginemichaux@yahoo.fr

PORTIRAGNES :



Jacqueline et Alain Quertain louent une maison de vacances 3 chambres dans le Sud de la France PORTIRAGNES Plage à 15kms de Béziers. Description sur le site "Homelidays" en tapant le N° 6232210

<https://www.homelidays.com/hebergement/p6232210>

SAINT MARTIN de LONDRES - HERAULT



René et Mimie Ligot Louent une maison

Elle se situe à Saint Martin de Londres, beau village médiéval , dans l'Hérault (Languedoc - Roussillon) région la plus ensoleillée et la plus viticole de France .Située entre mer , fleuve et montagne la région propose de nombreuses randonnées balisées et de nombreuses curiosités : paysages , villages et sites classés et fameux vins dont le "Pic Saint Loup"

CONTACT :Mimi et René LIGOT 071 39 36 46 0476 20 40 92.

PHOTOS:

https://photos.google.com/share/AF1QipPKTLXfjWMCVBM2uRySsS0Gf8Sk1kAZdvmxgrh7yUw5rWNvXR-F2Pf5ZC_QdeT_dQ?hl=fr&key=VnZRZ3RWdjd4WHpNclFoVDZzUTdJTEtqWS1LZ293

FOSSEMAGNE Au pays de Jacquou Dordogne



Aurélie Ruelle (fille de Annie Gonze et Eric Ruelle) Aurélie ouvre son Gîte, chambres et tables d'hôte. Pour tous les renseignements : Adresse : Bonneval - F24210 Fossemagne
Téléphone belge temporaire : +32471906519

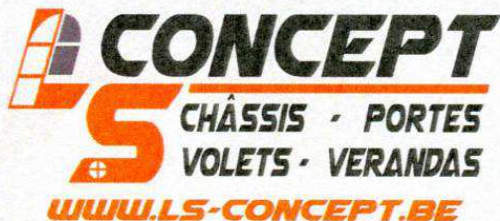
www.aupaysdejacquou.com Page Facebook : au pays de Jacquou

8. ACTIVITES DE NOS SPONSORS

VOUS SOUHAITEZ PARAITRE DANS NOTRE PROCHAIN JOURNAL
IL SUFFIT D'ENVOYER VOTRE ENCART PUBLICITAIRE A ALAIN METZLER

Email : alain.metzler@skynet.be

NOS SPONSORS 2018-2019



TELEPHONE 0496260025

ECOLOR
PEINTURE & DÉCORATION

www.ecolorinfo.be

Simon Hanus

+32 (0) 473/97.37.59

ecolor.decoration@gmail.com

- Tous types de travaux de peinture int/ext.
- Revêtements muraux et sol, aménagement d'espace etc.



AGENCE DE VOYAGES GERPINNES

www.experttravel.be

Rue Neuve, 85 6280 Gerpennes 6

Par téléphone au 071/22.18.22

Ou par email : info@expert-travel.be



Cafés Néla & Santos

Rue Jouay 71

6240 Pironchamps 071/40.48.36

Mail : cafesantos@skynet.be

Site : www.cafesantos.be

NEURONICS METTET : 071/796896

Sabine & Tony



NEURONICS S.A.
neuronics@skynet.be

Espace Neuronics
www.neuronics.be

Tel +32 (0)71 726 716
Tel +32 (0)71 796 896

e-shop sur www.neuronics.e-nitiative.eu

Neuronics s.a. - Place Joseph Meunier, 13 à 5640 METTET

Ce message est uniquement destiné aux destinataires indiqués et peut contenir des informations confidentielles. Si vous n'êtes pas le destinataire, vous ne devez pas révéler le contenu de ce message ou en prendre copie. Si vous avez reçu ce message par erreur, veuillez en informer l'expéditeur, ou NEURONICS immédiatement, avant de le supprimer.

SPRL
SORY-BOIS

Bois - panneaux - isolation
Plafond - parquet...

Rue d'Oignies, 18-6250 Aiseau | Tél.&fax : 071/77.25.38
sorybois@skynet.be
Ouvert tous les jours de 8h à 12h - de 13h à 18h - le samedi de 8h à 12h.



Comelit
Passion and Innovation



**Videophonie—Videophonie IP
Surveillance caméra
Domotique
Alarme**



Applications pour smartphones et tablettes



ios

Pour tout conseil ou documentation :
info@comelit.be—christophe@comelit.be

www.comelit.be



Infirmier(e)

Enseignement en soins infirmiers
Possibilité d'une année préparatoire
Durée des études : 3 ans
www.iesca.be

IESCA

3 sites

Sainte Waudru
Hornu
065 779 468

Sainte Thérèse
Montignies/Sambre
071 202 790

Saint Philippe
Haine St Pierre
064 371 917



Ecole Saint Joseph Presles

stjoseph.presles@gmail.com
Rue des Prés Burniaux 1 6250 PRESLES
0488 / 14 54 59



A.F.S INFORMATIQUE

Matériel informatique Logiciels, programmation,
Formation...

Place Belle-vue, 1 6250 Presles
Tel : 071/38.27.89 Fax : 071/38.94.35
<http://www.asfinfo.be>



CPH Banque Châtelet

Place de l'hôtel de ville, "
CHATELET Tél: 071/387750
Fax: 071/81 05 04



MO2-CREATION

Marc Monnaers, bachelier en Informatique de Gestion

- Réseaux
- Bases de données
- Applications à la carte
- Création de sites internet



www.mo2-creation.be
admin@mo2-creation.be GSM : 0486 72 37 01

MARC MONNAERS

Bachelier en informatique de gestion





On n'est jamais si bien soigné que chez soi...

**VENTE – CONSEIL REPARATION
MAINTENANCE**

Visitez notre magasin à Mettet

et découvrez toutes nos offres en informatique,
accessoires, logiciels de gestion et de comptabilité
(WinBooks)

**Téléphonie, abonnement et service, Smart TV, vidéo
surveillance, imprimante, ...**

Réparation à domicile

METTET – Place Joseph Meunier 13 -

Appelez le **071 796 896** ou **071 726 716**

www.neuronics.be



DEVIS GRATUIT

0495/66 82 39 - 0472/54 38 37

**Zinguerie - Charpente - Corniche
Démoussage - Réparation cheminée
Traitement de l'humidité - Isolation
Peinture - Rénovation intérieure**



0495/66 82 39

0472/54 38 37

mdmtoituresprl@hotmail.com

Daphné

Institut de beauté
& Espace bien-être

Daphné

Rue de la Ramée, 92
5070 Sart-Eustache
Tel: 071 39 15 95
GSM: 0478 462 136
contact@institut-daphne.be
www.institut-daphne.be

Institut de beauté

Soins du visage, soins du corps, épilation pour elle et pour lui
Dongles, soins des mains et des pieds

Horaires d'ouverture
Lundi, mercredi • 9h - 19h | Mardi, jeudi • Fermé
Vendredi • 9h - 20h | Samedi • 9h - 18h

Espace bien-être privatif

PISCINE - SAUNA - HAMMAM - SPA
*Réservé à la location

Horaires d'ouverture
Lundi, mercredi, jeudi • 9h - 19h | Mardi • Fermé
Vendredi • 9h - 23h | Samedi • 9h - 18h

<http://www.daphne-institut.be/Institute.aspx>

Renseignements sur le site

Ou Téléphone **071/391595** GSM : **0478462136**

**PEPINIERE
AU NOM DE LA ROSE
Rue Grande 276250
PRESLES - B Téléphone :
0476 44 98 88
annickdeltour1@gmail.com**

Vous recherchez une AIDE-MENAGERE?

Nettoyage de votre domicile

Préparation de vos repas

Courses ménagères

Repassage

Faites confiance à votre agence
locale présente depuis 3 ans sur
METTET



Agence agréée Titres-services - n° 08772

Contact - Axel Mestdagh

0 4 7 9 / 3 9 . 3 8 . 9 9 . - accespropre@gmail.com



S.P.R.L.

DISCOUNT PORPHYRE

Mr et Mme Bellaire - Porphyre

Heures d'ouverture :

Lundi, Mercredi, Jeudi, Vendredi, Samedi

de 9h00 à 12h00 et de 13h00 à 19h00

Dimanche et jours fériés de 9h00 à 12h30

Fermé le Mardi

DÉPÔT marchandises

Reprise de tous les **INVENDUS**

Rue Grande, 5 à 5070 LE ROUX

☎ 071/71.39.97

☎ 071/71.49.09



TRAITEUR CLAUDE DESSORT
Téléphone : 0495212570
MAIL traiteur.claude@yahoo.fr

Etienne Gravy
Architecte paysagiste

Entreprise de parcs et jardins
Aménagements extérieurs
Création et entretien
Abattage et élagage

rue de l'armée française, 115 - 6200 Châtelet
Tél./fax: 071/300.603 - GSM: 0474/57.33.32
www.etiennegravy.be - gravy.etienne@gmail.com
TVA: BE 0661.552.470 - enregistrement: 08/08/1/0

GYMNOVA

GYM PASSION!

Partenaire Fédération francophone de
Gymnastique

Jean-Luc DELOOF

technico-commercial

Tél. +32 (0) 495 32 55 51

Email jeanluc@gympassion.be

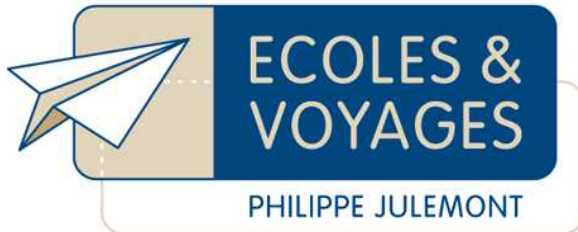
- sonorisation
- éclairage
- audiovisuel
- location
- vente
- prestation

WATT SOUND

Damien Draye
0032 . 495 . 325 . 991
damien@wattsound.be

• Parc Industriel de Mettet • www.wattsound.be •

Ecoles et Voyages Philippe JULEMONT
Agence de voyage
Adresse : Rue de Rebecq 22, 1480 Saintes



Téléphone :0475 80 40 09

<http://www.ecoles-et-voyages.be/#!culture>



Transport toutes destinations – 7jours sur 7 – 24heures
sur 24

0032 495 89 52 37

www.SERVICE-NAVETTE.BE

Possibilité de réserver votre navette en ligne !

Points de rdv retour :

Zaventem : Hall arrivée, Café Java

Gosselies : Hall arrivée, Agence TUI

Bruxelles Midi : Bureau Air France



**Vente de matériel électrique
Luminaires int. & ext.**

POUR PROFESSIONNELS ET PARTICULIERS

- Réalisation de plans & coffrets électriques
- Conseils et suivis des installations



**Depuis plus de 30 ans,
au service du sport pour tous
dans la région**

Dès 4 ans, psychomotricité le mercredi après-midi à Sambrexpo Roselies
Gymnastique de loisir le mercredi et vendredi (selon l'âge) à Sambrexpo
Gymnastique de compétition sur sélection à Sambrexpo Roselies
Gymnastique adultes le mardi soir à St Joseph Presles
Marche en groupe avec coach le mardi matin dans la région
Ecole de Natation samedi matin et compétition lundi – mardi soir à Biesme
Danse le mardi soir à St Joseph Presles

0471 453 394

tremplinpresles@gmail.com

www.le-tremplin.be



asbl le tremplin



Agence de Voyages

Organisation de

- Voyages
- Stages de Ski
- Classes de neige et de montagne
- Randonnées montagnes

Avenue F. Golenvaux, 2-4-6 5000

NAMUR BELGIQUE

info@alpina.be T: +32 (0)81.26.28.67

<http://www.alpina.be>

Olivier Gueur Caviste /Sommelier
Cours d'oenologie
Dégustation thématique
Table d'hôte

Ouvert en semaine sur RDV

Vendredi 17H - 19H

Samedi 10H - 18H

0489/712787



Olivier.gueur@gmail.com

www.vin-sur-vin.be

24, rue de la chapelle

6280 Gerpinnes (Joncret)
