



bpost  
P8-PP  
BELGIQUE-BELGIE  
P912091

Société Royale asbl  
Union Touristique  
Fondée en 1932  
N° d'entreprise : 0410 842 807  
Siège social : Quai Orban 41/022 4020 LIEGE

# Le Hurlement

Périodique mensuel édité par la  
Section de Liège des Amis de la Nature

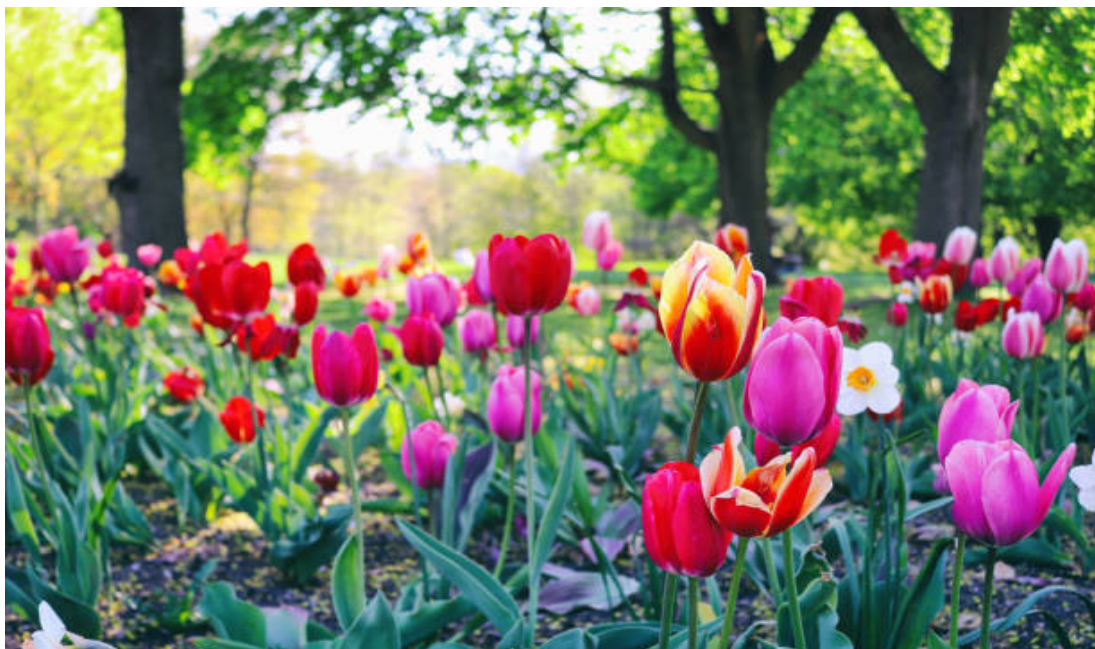
Cotisations : BE81 0882 2665 3124  
Section : BE76 0682 0475 4495  
[les.amis.delanature@hotmail.com](mailto:les.amis.delanature@hotmail.com)  
Maison Hurlement, sur les Bruyères, 663 à 4870 Fraipont.  
Réservations : [hurlement.anlg@gmail.com](mailto:hurlement.anlg@gmail.com) 0497/ 35 49 90

N° 607 Mai 2024

---

Editeur responsable : Willy S'JONGERS, rue Neuville, 89 à 4100 SERAING 0497/ 15 17 63  
Retour du courrier non distribué : même adresse

.Vive le mois de mai



## Le mot du Président

Rendons tout d'abord hommage à un comité en pleine forme dans la réalisation et l'exécution de la journée de l'AG de l'Ufan dans notre auberge. Que ce soit en amont par la préparation des locaux ou en aval dans la réalisation des repas et de la remise en ordre des locaux, je suis très content du résultat final. Je pense que les différentes sections ont été très satisfaites de l'ensemble de la journée.

Une semaine plus tôt, c'est l'assemblée générale de la section qui nous occupait. Sans surprise le président sortant a été réélu à l'unanimité des voix. Il espère cependant qu'un renouvellement des cadres s'opérera au terme de ce nouveau mandat. En effet, en 25 ans d'affiliation, il compte 22 ans de présence dans le comité.

Le joli mois de mai montre le bout de son nez. L'occasion de belles sorties pédestres ou vélocipédiques....que vous pouvez partager en commentaire dans notre bulletin.

Je vais essayer de vous préparer une sortie au mois de juin et je vous encourage à prendre des initiatives en ce sens.

Notre Jtr du mois est programmée le 4 mai. Toutes les forces vives de notre section y sont conviées....

Cordial berg frei

PAUL

\*\*\*\*\*

## La prochaine journée de travail est programmée le samedi 4 mai

### Adresses de contact

Président : Paul MINGUET  
Chaussée des Forges, 136 à 4500 Huy  
[paul.minguet@hotmail.com](mailto:paul.minguet@hotmail.com) 0477/ 29 43 88

Secrétaire et cotisations : Willy S'JONGERS  
Rue Neuville, 89 à 4100 Seraing  
[sjowilly@hotmail.com](mailto:sjowilly@hotmail.com) 0497/ 15 17 63

Trésorière Frédérique NOEL  
Chaussée des Forges, 136 à 4500 Huy  
[fredounoel@hotmail.com](mailto:fredounoel@hotmail.com) 0475/76 55 75

Réservations de notre auberge « Hurlevent »  
Anne-Marie DE COCK  
Quai Orban, 41/022 à 4020 Liège  
[hurlevent.anlg@gmail.com](mailto:hurlevent.anlg@gmail.com) 0497/ 35 49 90

Dossiers subsides: Théo VANHEES  
Rue des Héros, 7 à 4431 Loncin  
[theovanhees@teledisnet.be](mailto:theovanhees@teledisnet.be)

## Cotisations

Montant des cotisations à verser uniquement au compte BE81 0882 2665 3124 de la section de Liège

Carte V : Membre titulaire chef de famille et enfant de 18 ans et plus 20,00 euros

### Autres membres de la famille

Carte A Epouse, conjoint(e) 10,00 euros

Carte J Jeune de 15 à 17 ans 6,50 euros

Carte K Jeune de moins de 14 ans 2,00 euros

### Frais d'envoi de la carte : 1,50 euro

Bulletin pour un membre d'une autre section : 8,00 euros

Je rappelle que l'affiliation donne droit au séjour dans les différentes maisons de la nature, en Belgique et à l'étranger, à des conditions avantageuses.

Elle vous permet de recevoir notre bulletin de liaison mensuel.

**Important : certaines mutuelles encouragent la pratique d'un sport et remboursent la cotisation. N'hésitez pas à vous renseigner et demandez le document à faire remplir par votre section.**

**Journées de travail pour le bulletin de juin** : rédaction : les 27 et 28 mai dates à respecter pour l'envoi des documents. Merci.

Expédition : le 31 mai

**Si vous changez d'adresse** n'oubliez pas de le signaler au responsable du bulletin.

### **Quelques renseignements utiles**

Vous pouvez obtenir les renseignements complets sur les maisons A.N. via le site internet de l'International des Amis de la Nature : [www.nfi.at](http://www.nfi.at)

L'Ufan sur internet, vous y trouverez des informations sur nos maisons en Belgique : [www.amisdelanature.be](http://www.amisdelanature.be) où vous trouverez également les périodiques de toutes les sections de la Fédération

\*\*\*\*\*

## **Marches adeps en mai**

### **Mercredi 1**

Rendez-vous à FRANCORCHAMPS  
Salle l'Aurore, Route du Moulin 3

### **Dimanche 12**

Rendez-vous à OZO  
Ozo 14

### **Lundi 20**

Rendez-vous à VYLE ET THAROUL  
Buvette du football, rue du Parc 5

### **Dimanche 5**

Rendez-vous à COMBLAIN LA TOUR  
Parc Biron, rue du Boë 10

### **Dimanche 19**

Rendez-vous à LIERNEUX  
Piste de ski

### **Dimanche 26**

Rendez-vous à TROIS PONTS  
Terrain de football Henri Moulin, Sur le Meez

## Musées de Liège

### A la gare TGV de Liège | Jusqu'au 30 juin 2024

La gare TGV Liège Guillemins vous invite à découvrir l'exposition [Da Vinci, l'artiste, l'ingénieur, le gastronome](#). Un parcours complet pour mieux comprendre ce génie qui continue à fasciner 500 ans plus tard. Découvrez le mythe et le succès de ses œuvres les plus connues. Admirez ensuite la collection complète des codex de Léonard de Vinci édités en très peu d'exemplaires au cours du XXème siècle.



### A la Boverie

Du 24/05/2024 18h au 18/08/2024 18h

## CÉCILE MIGUEL. Au creux des apparences

À travers une petite centaine d'œuvres de nature variée (peintures, collages, dessins), cette exposition révèle le travail de l'artiste et écrivain belge Cécile Miguel (1921-2001).

*Née à Gilly, Cécile Miguel reçoit le Prix de la Jeune Peinture Française en 1950 et participe à une exposition à Lucerne où figurent également des œuvres de Pablo Picasso et Joan Miró. Avec son mari André Miguel, auteur, poète et critique, elle écrit d'abord des poèmes et des pièces de théâtre. À partir de 1989, elle publie des « journaux de rêves », des poèmes typographiés, des textes en prose aux réminiscences surréalistes. Son art se construit « grâce aux couleurs et aux matières d'imprimés juxtaposés, une vie grouillante où se mélangent la dérision, l'humour... un ensemble ayant son évidence plastique propre, sa rigueur même ».*





## L'apiculture et les OGM

Depuis l'apparition des OGM dans les champs, les apiculteurs s'interrogent de leurs effets sur les abeilles. En Europe, le seul OGM cultivé à grande échelle est à l'heure actuelle le maïs MON810, génétiquement modifié pour produire en permanence un insecticide de lutte contre la pyrale. Interdit en France depuis 2008, il est largement cultivé en Espagne et dans une moindre mesure dans d'autres pays au Portugal, en Roumanie, République Tchèque et Slovaquie.

L'innocuité de ce maïs sur les abeilles n'est pas établie. Plusieurs études montrent que s'il n'y a pas d'effet létal, le comportement de butinage des abeilles en est affecté. Plus généralement, l'utilisation des OGM est dans 99% des cas associée à l'usage d'un pesticide, et à un modèle d'agriculture non favorable au bien-être de l'abeille. Dans le monde, plus de 60% des OGM sont génétiquement modifiés pour résister à un herbicide (c'est le cas du soja Round-up-Ready, cultivé à très grande échelle en Amérique du Sud). L'apparition de ces plantes a facilité les pratiques culturales des agriculteurs en simplifiant l'épandage du glyphosate, participant ainsi au développement de zones de monocultures, qui réduisent la diversité des sources de nectar et de pollens pour les abeilles tout en contaminant durablement l'environnement.

Outre leurs effets sur les abeilles, c'est l'apiculture qui est menacée par la culture des OGM. En septembre 2011, la Cour de justice de l'Union européenne a décidé que du miel contenant du pollen d'OGM devait être étiqueté, au même titre que les autres produits contenant des traces d'OGM. Mais les institutions européennes ne l'ont pas entendu de cette oreille et ont modifié la réglementation européenne pour que le miel bénéficie d'une exemption à cette obligation d'étiquetage, au détriment du droit à l'information des consommateurs et du droit des apiculteurs à produire sans OGM.

Par ailleurs, de nouvelles plantes issues de manipulations génétiques ont récemment fait leur apparition en France, il s'agit des variétés rendues tolérantes à des herbicides (VRTH). A l'instar de la plupart des OGM, ces plantes ont été génétiquement manipulées pour pouvoir survivre tout en étant traitées avec des herbicides. Mais ce sont des OGM cachés car elles ont été arbitrairement exclues du champ d'application de la réglementation sur les OGM. Depuis quelques années, la France cultive plusieurs milliers d'hectares de ces colzas et tournesols et l'UNAF s'inquiète du développement de ces cultures. Dans un rapport publié en novembre 2011, une expertise collective INRA-CNRS, commanditée par les ministères de l'agriculture et de l'écologie dans le but d'étudier



les effets de ces variétés végétales, pointe du doigt les nombreuses carences de l'évaluation de l'impact de ces plantes sur les pollinisateurs. Selon ce rapport, il n'existe pas d'étude solide montrant l'absence d'effet des variétés tolérantes aux herbicides (VTH) sur les abeilles. Pourtant, plusieurs impacts potentiels sont identifiés, au nombre desquels la modification de l'attractivité de ces plantes pour les pollinisateurs, la toxicité directe des herbicides pour les abeilles ou la diminution de la nourriture disponible pour les pollinisateurs du fait de la disparition des adventices.

Sources : UNAF

## La marche, un bienfait pour l'organisme

La marche est le meilleur remède pour l'homme. Cette phrase, que l'on attribue à Hippocrate, n'a sans doute jamais été autant d'actualité qu'aujourd'hui, dans une société par trop sédentarisée avec les conséquences sur la santé - surpoids, diabète, problèmes

cardiovasculaires... - que l'on sait. D'ailleurs, nombreuses sont les campagnes de prévention qui nous incitent à bouger davantage. Et la randonnée justement est LA solution idéale pour se remettre en mouvement et rester en forme. Parce qu'elle peut être pratiquée par tous (sauf éventuelle contre-indication médicale), partout et à n'importe quel moment, qu'elle ne coûte pratiquement rien (à part un peu de temps et de bons souliers), et qu'elle est enfin la plus naturelle qui soit (rien de plus simple que de mettre un pied devant l'autre). Pourquoi alors s'en priver ?



Surtout que ce sport doux ne semble apporter que des bienfaits. Les gens qui marchent régulièrement se sentent mieux dans leur corps et dans leur tête, c'est prouvé scientifiquement. Selon un rapport du Département étatsunien de la santé, les pratiquants vivraient même plus longtemps et auraient une meilleure qualité de vie que les non-pratiquants ! : Elle a des effets bénéfiques très intéressants pour les muscles, les articulations, la circulation, le système cardiovasculaire. Elle est efficace pour la prévention de l'hypertension, du cholestérol, de l'obésité, du diabète et de pathologies comme les infarctus, les maladies pulmonaires et certains cancers.

### La politique des petits pas

Sans oublier que se balader à pied fait du bien à notre cerveau aussi. Car c'est une discipline qui permet de s'évader, de moins ruminer de pensées négatives, de réduire l'anxiété, bref d'apaiser l'esprit. Elle procure du bien-être, notamment à cause de la libération d'endorphine. Et plusieurs études ont montré qu'elle contribuait à faire diminuer le stress et à lutter contre la dépression. Bien entendu, bénéficier de ces nombreux avantages a un prix, celui de la constance et de l'assiduité. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) conseille ainsi aux adultes consentants (de 18 à 64 ans) de pratiquer la marche à une dose quotidienne de trente minutes, voire de 10 000 pas pour ceux qui sont équipés d'un podomètre.

