

SOUTENEZ LE COMMERCE LOCAL : LE MAZ'PAIN

Artisanale, Locale, Bio. Voici les 3 mots qui définissent cette boulangerie. Situés au cœur du village de Mazée, elle propose, en plus de ses fabrications, quelques produits locaux et/ou bio à la vente dans son petit magasin, ainsi qu'un espace dégustation et une terrasse.

Son atout? La sélection de matières premières locales de qualité. Ici, tout est fait sur place!

Sa spécialité? Les pains au levain! Avec une dizaine de recettes différentes, il y en a pour tous les goûts !



INFOS UTILES :

Ouvert les vendredis, samedis et dimanche de 7h00 à 18h00

Rue Arthur Masson, 26
5670 Mazée
GSM: 0493/474882
<https://www.facebook.com/LeMazPain>



COMMERÇANTS DE VIROINVAL : VOUS AUSSI, METTEZ VOTRE ACTIVITÉ EN LUMIÈRE !

Vous êtes commerçant établi sur le territoire communal ? La commune de Viroinval, par le biais du «Viroinval Infos» vous offre l'opportunité de présenter votre activité, votre projet ou une initiative particulière à l'ensemble des habitants. Pour figurer dans une prochaine édition, il vous suffit de nous contacter à l'adresse suivante: communication@viroinval.be N'hésitez pas à joindre une brève description, quelques photos et tout élément utile pour valoriser votre commerce. Ensemble, faisons découvrir la richesse commerciale de notre commune !

**Les commerçants seront présentés selon l'ordre de réception des demandes.*



INSTALLATION D'UN AUTOMATE BANCAIRE BATOPIN À OLLOY-SUR-VIROIN

Des travaux d'installation d'un automate bancaire Batopin auront lieu à Olloy-sur-Viroin du 29 septembre au 22 octobre 2025.
Implantation exacte : rue Saint-Eloi (à côté du n°5), 5670 Olloy-sur-Viroin
Durée des travaux : du lundi 29 septembre 2025 au mercredi 22 octobre 2025
Mise en service prévue : l'automate devrait être opérationnel dès le 22 octobre 2025, sauf imprévu.

AGENDA LOISIRS - CULTURE - SPORT - MUSIQUE

CENTRE DES SENIORS DE VIROINVAL

(contact 060/303652 - pcs@viroinval.be)

• **Un mardi sur deux en après-midi :**
Clubs seniors à Nismes – jeux de cartes, bavardages, boire un coup... dans une ambiance chaleureuse. (Prochaines dates, le 9 et 23 septembre)

• **Le 30 octobre :** Voyage d'une journée à Reims

• **Le 20 novembre :** à partir de 12:30 Repas Beaujolais à la salle Espoir et Fraternité à Nismes.

• **Le 11 et 12 décembre :** Petit séjour à Strasbourg.

REPRENEZ LA FORME EN DOUCEUR ET EN BONNE HUMEUR

Cours de gym douce et thérapeutique avec Sandrine Wauters, kiné diplômée. Accessible à tous, pour retrouver souplesse et tonus dans la bonne humeur ! Le Mesnil : **lundis** 10h30–11h30 / Oignies : **mercredis** 18h00–19h00
Infos & inscriptions : 0473/461290 - Places limitées, pensez à réserver.

LA MARCHÉ NORDIQUE, C'EST BON POUR LA SANTÉ

« Viroinval Nordic Walking » vous propose une formation à la marche nordique à partir du dimanche **21 septembre** à Nismes. Elle est ouverte à toutes et tous de 8 à 88 ans. Il faut juste aimer marcher !

La formation compte 5 séances les dimanches matin entre 9h30 et 11h.

Les bâtons sont prêtés pendant toute la durée de la formation.

Tarif : 50 € - Inscription obligatoire et renseignements : sur « colinjeanpol@gmail.com » ou 0495/206899

FESTIVAL JOURQUIN PAR LES FANFARES ROYALES DE NISMES

Samedi **27 septembre** à 17h00 au Centre culturel Action-Sud. Invitée d'honneur : la Fanfare Saint-Laurent de Matagne-la-Grande. Tarif : 6€ - Réservations : 0496/624882



INFOS

Editeur responsable : Collège communal de Viroinval

N° 1361 - Septembre 2025

VOTRE BULLETIN COMMUNAL FAIT PEAU NEUVE !



Vous l'avez peut-être déjà remarqué : notre bulletin communal a changé de format.

Ce nouveau design marque une étape dans notre volonté de moderniser nos supports de communication et de mieux répondre à vos attentes. Ce changement s'inscrit dans une démarche constante d'amélioration de la communication avec vous.

Nous espérons que cette nouvelle présentation vous plaira.

N'hésitez pas à nous faire part de vos impressions ou suggestions : ce bulletin est le vôtre, et nous souhaitons qu'il vous ressemble.

Bonne lecture à toutes et à tous.

LA SEMAINE DE LA MOBILITÉ SE TERMINE

La semaine de la mobilité a débuté ce 16 septembre 2025 et prendra fin ce 27 septembre 2025. Une série d'activités pour tous les âges est toujours en cours, autour des déplacements durables et solidaires.

• **Le mardi 23 septembre** : Conférence citoyenne – Lancement de la plateforme de covoiturage "Mobility2030". Une solution locale, pratique et écologique pour partager vos trajets quotidiens. À partir de 18h30, à la salle du Conseil.

• **Le jeudi 25 septembre** : Balade douce pour les seniors. Un moment convivial pour découvrir les alentours en toute tranquillité, adapté à tous les rythmes, en compagnie d'Etats d'Ânes à Treignes. Accessible également au PMR. Sur inscription. À partir de 10h00 jusqu'à 14h00 au départ de la Ferme-Château de Treignes.

• **Samedi 27 septembre** : Journée mobilité au marché du "Festival à vapeur" à Treignes. Animations, stands et découvertes autour des transports alternatifs dans une ambiance festive. À partir de 10h30, Place de la Gare n°100 à Treignes

(Contact : 060/310044 - HIGNY Hélène - helene.higny@viroinval.be)

COLLECTE DE JOUETS DANS LES RECYPARCS - DONNER PLUTÔT QUE JETER

Ce **samedi 18 octobre**, les recyparcs de Wallonie organisent leur traditionnelle collecte solidaire de jouets. Objectif ? Offrir une seconde vie à vos jouets tout en soutenant des associations locales qui les redistribueront à des enfants dans le besoin (hors peluches et jouets à piles). De 9h à 17h, dans le recyparc le plus proche de chez vous. Un geste simple, utile et durable. À vous de jouer !

REPAIR CAFÉ NISMES – UN GESTE POUR LA PLANÈTE, UN COUP DE POUCE POUR VOS OBJETS !

Le Repair Café de Nismes vous accueille dans une ambiance conviviale pour réparer ensemble vos petits électroménagers ou vos vêtements abîmés.

Prochaines dates :

- **Le jeudi 16 octobre**
- **Le jeudi 20 novembre**
- **Le jeudi 18 décembre**

De 9h30 à 14h30, à la salle « Cabaret » du Centre Culturel Action Sud (2e étage), Rue Vieille-Eglise 10, 5670 Viroinval

Le Repair Café est toujours à la recherche de bénévoles, réparateur·rice·s ou non. Rejoignez l'équipe et participez à cette belle initiative citoyenne !

Contact : 0475/465274 - gbe018@hotmail.com

BESOIN D'AIDE POUR VOUS DÉPLACER ? MOBILISEM EST LÀ POUR VOUS

Pour tous vos déplacements non urgents - Avec un accompagnement personnalisé - Un service de transport à la demande. Avec le soutien des communes adhérentes.

Contact : attention, nouveau numéro!
071/114444.

Numéro gratuit valable partout en Wallonie : 0800/54621



**RAMASSAGE DES PMC SUR TOUTE L'ENTITÉ :
LES LUNDIS 06 ET 20 OCTOBRE 2025**

RAMASSAGE DES PAPIERS/CARTONS SUR TOUTE L'ENTITÉ : LE LUNDI 13 OCTOBRE 2025



COOPESEM OUVRE UN NOUVEAU POINT DE RETRAIT DE PRODUITS LOCAUX À NISMES

Ce vendredi 26 septembre, les amateurs de produits sains, locaux et durables pourront venir chercher leur commande entre 16h30 et 19h00 à la Maison du Bailli, dans les locaux du GAL Viroin Hermeton (rue d'Avignon, 1 à Nismes).
L'e-shop de CoopESEM est accessible du samedi midi au mercredi soir. Les clients passent leur commande durant cette période et viennent la chercher le vendredi après-midi dans un point de retrait proche de chez eux. A ce jour, il existe 7 points de retrait CoopESEM: Couvin, Gerpinnes, Gourdinne, Oret, Matagne-la-Petite, Philippeville et Villers-deux-Eglises. Nismes sera le huitième point de retrait de la coopérative. Pour passer commande : <https://eshop.coopesem.be/>

DU 6 AU 11 OCTOBRE 2025 - SEMAINE DU BIEN-ÊTRE À VIROINVAL

Le 10 octobre, la Journée mondiale de la santé mentale rappelle l'importance de prendre soin de soi et de connaître les ressources disponibles. À cette occasion, le Plan de Cohésion Sociale de Viroinval et ses partenaires proposent une semaine d'activités gratuites : conférences, ateliers et moments conviviaux pour sensibiliser au bien-être psychique, briser les tabous et offrir des clés pour nourrir sa santé mentale au quotidien. Toutes sont gratuites et ouvertes à tous, avec inscription au préalable.

Programme complet

LUNDI 6 OCTOBRE

De 10h00 à 11h30 : Atelier de réflexologie plantaire proposé par la maison de repos et de soin de Nismes, au Repos des Vallées, (Rue Ainseveau 44, 5670 Nismes).
A 18h00 : Conférence sur L'épuisement professionnel : comprendre, prévenir, agir. Une collaboration entre Action-Sud et PsyNam, au Centre Culturel Action-Sud (rue Vieille Eglise 10, 5670 Nismes).

JEUDI 9 OCTOBRE

De 8h45 à 11h40 : Atelier Souris Verte par l'AMO le CIAC à La Maison de l'Enfance de Viroinval (rue Vieille Eglise 9, 5670 Nismes).
De 13h30 à 15h00 : Massage bébés avec pinceaux par l'AMO le CIAC à La Maison de l'Enfance de Viroinval (rue Vieille Eglise 9, 5670 Nismes).
A 18h00 : Ciné-plaisir « La Marginale » proposé par le Centre Culturel Action-Sud, en collaboration avec L'Albatros et La Boulaie, au centre Culturel Action-Sud (rue Vieille Eglise 10, 5670 Nismes).
De 20h00 à 22h00 : Atelier D-STRESS proposé par Soralia à la Salle Union Fraternelle, (rue Eugène Defraire 86, 5670 Treignes).

MARDI 7 OCTOBRE

De 10h00 à 12h00 : Causeries : Je ne suis pas que vieux/vieilles, proposé par ESENCA-LIAGES du réseau Solidaris, à la salle Arthur Masson (rue du Château 12, 5670 Mazée).
De 14h00 à 16h00 : Causeries : Les petites violences du quotidien : on fait quoi avec ça ? Proposé par ESENCA-LIAGES du réseau Solidaris, à la salle Arthur Masson (rue du Château 12, 5670 Mazée).
De 14h30 à 16h30 : Atelier de sophrologie, proposé par le CPAS de Viroinval à la salle du Conseil du Château Communal (Parc communal 1, 5670 Nismes).
De 18h00 à 20h00 : Atelier interactif : « Active ton bonheur : Explore les 5 clés du bien-être », proposé par PsyNam à la salle du Conseil du Château Communal (Parc communal 1, 5670 Nismes).
De 20h00 à 22h00 : Atelier d'écriture : « Instant de vie » proposé par PsyNam à la salle du Conseil du Château Communal (Parc communal 1, 5670 Nismes).

VENDREDI 10 OCTOBRE

De 14h00 à 17h00 : Atelier « Ancrage corporel, présence et harmonie » proposé par le Service de Santé Mental de Couvin à la Maison Communautaire (rue de Rocroi 2, 5670 Oignies).
De 16h30 à 17h00 : Chi-Kong pour le dos proposé par Jacques Noël à la salle du Conseil du Château Communal (Parc communal 1, 5670 Nismes).

MERCREDI 8 OCTOBRE

De 14h00 à 16h00 : Sylvain le Magicien, proposé par le Relais Familles Mono en collaboration avec l'ATL de Viroinval, à la Salle Patria (Cheraivoie 6 à 5670 Olloy-Sur-Viroin).
De 14h00 à 18h00 : Atelier de pleine conscience pour les 6-12ans, suivi d'un atelier pour les parents. Goûter sain et création d'un carnet d'émotion pour les 6-12 ans et Kamishibai pour les 0-6ans. Proposé par l'Accueil Temps Libre de Viroinval, en collaboration avec Action-Sud, à La Maison de l'Enfance de Viroinval (rue Vieille Eglise 9, 5670 Nismes) et à la Salle Châtillon (goûter, carnet d'émotions et kamishibai), rue Longue 10A, 5670 Nismes).
A 20h00 : « Une vie de pingouin » : pièce de théâtre suivie d'un bord de scène proposé par le Centre Culturel Action-Sud au centre Culturel Action-Sud (rue Vieille Eglise 10, 5670 Nismes).

SAMEDI 11 OCTOBRE

De 9h00 à 12h00 : Massage Shiatsu : séances découverte proposées par Jacques Noël à la salle du Conseil du Château Communal (Parc communal 1, 5670 Nismes).
De 10h00 à 12h00 : Atelier d'écriture créative : « Mots de tête : écrire la santé mentale au féminin » par Soralia à la Salle Châtillon (goûter et animation enfants) (rue Longue 10A, 5670 Nismes).
Inscriptions et infos pratiques - Contact : PCS de Viroinval : 060/303654-pcs@viroinval.be (sauf activités au Centre Culturel Action-Sud). Centre Culturel Action-Sud : 060/310160.

LE 19 OCTOBRE 2025, UNE JOURNEE ROSE POUR LUTTER ENSEMBLE CONTRE LE CANCER DU SEIN



MARCHEZ OU COUREZ POUR SOUTENIR LA LUTTE CONTRE LE CANCER DU SEIN

Inscriptions via QR Code ou via www.raceforthecure.eu/fr/Nismes
Frais d'inscription : 19€ - T-shirt compris.
Date limite d'inscription : le 12/10/2025 *
*L'inscription sur place le jour même est possible, cependant la disponibilité d'un t-shirt et de la taille de celui-ci ne peut être garantie (en fonction du stock)



De **8h30 à 17h30**, Viroinval se teinte de rose pour soutenir la lutte contre le cancer du sein. En parallèle de la « **Race for the Cure** », la commune proposera des activités citoyennes et solidaires, portées par les Anti-crabes en baskets et Think Pink. Cette initiative, coordonnée par le Plan de Cohésion Sociale, réunit associations locales, citoyens et partenaires autour d'un objectif commun : **sensibiliser, informer et encourager le dépistage**, dans une ambiance conviviale et engagée.

VIROINVAL DEVIENT OFFICIELLEMENT "VILLE THINK PINK"

Ce 30 septembre 2025, Viroinval rejoindra officiellement le réseau des Villes Think Pink après avoir signé une convention avec l'organisation nationale de lutte contre le cancer du sein. Ce partenariat de trois ans reflète une volonté locale d'agir concrètement contre la maladie. Cette démarche a vu le jour grâce à l'initiative de l'association locale « Les Anti-Crabes en baskets », composée de citoyennes engagées qui mènent déjà depuis plusieurs années des actions de terrain en soutien à Think Pink. Pour la deuxième année consécutive, l'équipe en partenariat avec le Plan de Cohésion Sociale de Viroinval organise une « Race for the Cure » le **dimanche 19 octobre 2025**, au Château Licot du Parc Communal de Nismes.

UNE JOURNÉE COMPLÈTE DE SENSIBILISATION

Conférences santé à 13h30 : "Dépistage - Les 9 signaux d'alarme"
Des spécialistes partageront leur expérience sur le dépistage et les traitements du cancer du sein.

De 08h30 à 17h00 : Ateliers / stands / expositions
Témoignages, créations, infos pratiques, tatouage, partenaires engagés, et beaucoup d'autres surprises pour avancer ensemble contre le cancer du sein.

Ville décorée

Nismes se pare de nœuds roses confectionnés avec l'aide de volontaires symboles de solidarité.

Œuvre collective

Donnez vos soutiens-gorge pour une création artistique participative. Collecte jusqu'au 10 octobre au PCS.

Atelier galets voyageurs

Peignez des messages d'espoir à faire voyager.

Espace bien-être

Prenez un moment pour vous, en toute simplicité.

LE CANCER DU SEIN EN QUELQUES CHIFFRES

En Belgique, 1 femme sur 8 développera un cancer du sein au cours de sa vie. En 2023, on a enregistré 11.636 nouveaux cas, dont 103 chez des hommes, soit 32 diagnostics par jour. A Viroinval, la situation est préoccupante. 3,7 % seulement des femmes de 50 à 69 ans participent au dépistage gratuit (Mammothest). 40,3 % le font via une prescription médicale. Au total, moins de 44 % des femmes de cette tranche d'âge se font dépister. C'est bien en dessous de la moyenne nationale. La sensibilisation doit donc être intergénérationnelle, continue et inclusive. Elle concerne aussi les hommes, encore trop souvent absents des campagnes de prévention, mais qui peuvent également être touchés.

Contact : PCS de Viroinval : 060/303654- pcs@viroinval.be
Les Anti-crabes en baskets : lesanticrabesenbaskets@gmail.com



DÉPISTAGE

Vous avez entre 50 et 69 ans ? Dans le cadre de la campagne de dépistage du cancer du sein, votre Plan de Cohésion Sociale et Soralia organisent un transport gratuit le **jeudi 23 octobre** pour vous rendre au centre de mammographie et effectuer votre examen.