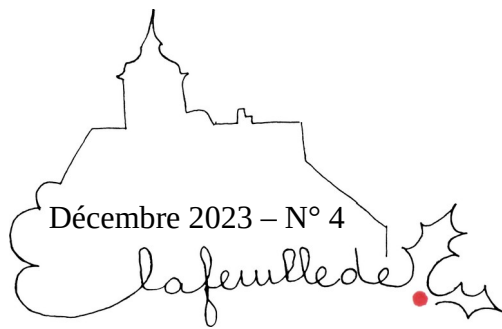


Chaleur humaine



Jours sombres et courts, froid, nature en berne, sentiment d'abandon et de solitude, hiver.

Il y a un antidote à l'hiver !

À la grisaille des jours, opposons une promenade des lumières et reconnectons-nous à la nature, par exemple de nuit dans une sablière.

Faisons le plein de couleurs, de manière un peu sauvage mais soit... cela s'appelle du « Pourring ».

La saison est propice au repli sur soi : entrons en nous-mêmes, explorons notre intérieur.

C'est ce que propose un « atelier solstice ».

On peut aussi s'adonner aux jeux de société. Les échecs tous les jeudis par exemple.

Et puis, il y a toutes les fêtes qui jalonnent cette entrée dans l'obscurité. Saint Nicolas, Noël. Le sapin de la place sera décoré par les habitants à l'occasion d'une rencontre chaleureuse.

La musique aussi animera le village.

Voici Nouvel An et déjà la lumière revient.

On pourrait se retrouver pour des ateliers d'ouvrages dits « de Dames » mais les messieurs sont bienvenus aussi, une idée de Jeannette. Qui la suivra ?

Ou encore, partager un « café à l'Ferlope », tradition locale interprétée en « goûter de la chandeleur » avec crêpes et jeux de société.

Bref, retrouvons-nous dans la nature ou dans la douce chaleur de nos foyers. Prenons soin de nous et des autres.

Partageons notre « chaleur humaine »

C'est tout ce que la « Feuille de Houx » vous souhaite pour 2024.

Renée Vermandere et le collectif « Voisins Voisines ».



Prendre soin de soi et des autres

Nous avons demandé à Katia, qui propose des ateliers et cours de Kundalini Yoga, ce qu'était pour elle prendre soin de Soi.

Prendre soin de Soi, c'est s'autoriser de prendre une pause.

C'est appuyer sur le bouton stop pour un long ou plus court moment. Ne rien faire. Être. Respirer. Inspirer. Expirer. Inspirer. Expirer. Écouter et ressentir l'air frais qui entre et l'air chaud qui sort du nez ou de la bouche. Fermer les yeux. Accueillir les émotions et les pensées. Regarder à l'intérieur. Sans jugement. Et « en-corps » inspirer, expirer. Ralentir la respiration. Naturellement. Tranquillement. Sur chaque inspire, ouvrir la région du cœur. Laisser faire le bavardage mental sans y prêter (trop) attention.

Observer les tensions et blocages éventuels et leur envoyer de la douceur. Inspirer et expirer. Se relier à ses sens. À son essence. À Soi. À son cœur. Honorer d'être ici et maintenant.

Se sentir en vie simplement.

J'invite petits et grands à se faire ce magnifique cadeau. Même quelques minutes. Pour Soi « m'aime ». Pour l'Autre. Cela peut être dans la voiture sans fermer les yeux si vous roulez ;-), entre deux réunions, dans le train, entre une vaisselle ou une machine à laver, au matin, au coucher. Debout ou assis. Cela fonctionne pour moi. Pour vous aussi. J'en suis convaincue :-)

Katia
<http://www.en-vie-simplement.be>

Gare du Planois

Le Vicinal a été créé peu avant la première guerre mondiale afin de compléter le réseau des chemins de fer par des liaisons entre villages. Il s'agit de transporter des marchandises pondéreuses exploitées dans les campagnes : produits agricoles (betteraves, raisin de Hœilaert vers l'Angleterre), des carrières, de l'horticulture et accessoirement des usagers (tram de la côte) ou du courrier. Son efficacité en matière de communication faisait très peur aux Allemands qui ont largement contribué à sa disparition, l'automobile individuelle faisant le reste.

La gare du Planois servait à transporter le sable mais était aussi une halte de voyageurs comme en témoignent les wagons ainsi que la buvette.



Source,
https://www.ronquieres.org/HY/?Hennuy_%26%23039%3B_Hier__Le_tram_%C3%A0_Hennuy%C3%A8res__La_gare_du_planois

