



Nouveau gérant
depuis juillet 2014

Restaurant chinois "La Chine"

Rue du Pont, 2 - 6980 La Roche

Heures d'ouverture :

Tous les jours de 11h45 à 15h

et de 17h30 à 23h45.

Tél : 084/41.13.48.

Spécialités :

Cuisines chinoise et thaïlandaise

Réservation souhaitée

PLATS A EMPORTER (-10%)

VWJ TOITURE & MENUISERIE

Vincent JORIS

Samrée, 1F - 6982 LA ROCHE

GSM: 0497/17 89 76 - Fax: 084/44 45 08

TVA: BE 0878.987.472 - Banque CBC: 732-6473633-01

L'immobilier en toute confiance !



Rue Grande 127 i bte 1
6971 CHAMPLON

T. 084/ 41 12 01

0475/ 61 53 80

info@biocity.be

www.biocity.be

IPI 502011

Conseil fiscal du mois

TVA : le seuil pour que du petit matériel soit considéré comme bien d'investissement est relevé.

Avant, un petit matériel qui dépassait le montant de 250 euros était considéré comme bien d'investissement et devait donc être amorti en plusieurs années.

Vu la hausse du coût de la vie et l'inflation des prix, ce montant n'était plus en correspondance avec la réalité économique : acheter un gsm, un ordinateur portable relevait de la catégorie biens d'investissement.

Le ministère des Finances a décidé d'augmenter ce seuil à 1000 euros à partir du 01/01/2014.

Plus de révision quinquennale en cas de cession ou de désaffectation. Plus de tenue non plus de « tableau d'amortissement » ou de « tableau des révisions » pour le petit matériel dont le coût d'achat est inférieur à 1000 euros.

Nous sommes à votre disposition pour tout renseignement complémentaire.



Ce conseil fiscal vous est
proposé par

Rue du Moulin, 3 - 6980 La Roche
084/41.30.87.

Voyages
PONCELET
E-mail : info@voyages-poncelet.be

→ 26 juillet
Journée libre à la mer

→ 6 décembre
Yannick Noah en concert au Palais 12

TENNEVILLE Rte de Baviagne 11
Tél. 084 45 61 00

ORTHO Warepage 10
Tél. 084 43 32 66
ou 084 43 30 50

En mai et juin chez
Lukair Tours -50%
pour la 2ème pers.
sur coût forfaitaire etc.

Réservez tôt =
plus avantageux !

www.voyages-poncelet.be

transformation générale
du bâtiment

intérieur extérieur

du petit au grand travaux

evrard bernard
0498/34 79 56

rue gobette 6980 la roche en ardennes

L'équipe « Visiteurs de Malades »

Vous êtes malade, âgé(e) ou seul(e), vous désirez une visite chez vous ? L'équipe « Visiteurs de Malades » vous offre une présence discrète et régulière et/ou un accompagnement spirituel si vous le désirez.

Rens. : Voidek KRZYWDA (084/43.31.14) - L. Jacques (084/45.66.46) - F. Batteux (084/41.18.27).

Cours de mise à niveau permis de conduire camion

La MAISON BILLA organise des cours de mise à niveau du permis de conduire camion les 13/09-18/10-15/11 et 13/12/14 dans ses locaux (Ronchamps 74-6980 LA ROCHE). Coût couvert par chèque formation.

Renseignements : 084/41.15.14 ou billagaz@hotmail.com

Discobus

Le discobus de la Médiathèque vous attend tous les mercredis, de **14h30 à 15h30**, sur le parking du Quai de l'Ourthe. Renseignements : 061/22.43.20, le mardi de 10h00 à 16h00.

Bibliothèque

Rue Corumont, 6 à La Roche - Mercredi de 14h à 16h - Samedi et dimanche de 10h à 12h.

Centre de documentation de l'Ourthe moyenne

Il rassemble et met à votre disposition un grand nombre de documents anciens et contemporains relatifs à la vallée de l'Ourthe. Ouvert le jeudi de 14h30 à 18h30, le 1^{er} samedi du mois de 10h à 13h.

Adresse : Moulin de Bardonwez, 2 à 6987 Rendoux. Rens. : 084/37.86.41. - Fax : 084/47.71.34.

Site : www.ourthe-documentation.be - mail : noelle.willem@belgacom.net

Bibliobus

Pas de passage en août.

Besoin de co-voiturer ou de vous déplacer ?

Le site www.damier.be vous offre toutes les possibilités de mobilité au sein de la Province.

Proxibus

Pour connaître les horaires de passage, les circuits, les tarifs, ... vous pouvez utilement consulter le site de l'Administration communale (www.laroche.be) à la rubrique « transports - Proxibus » ou prendre contact téléphoniquement avec Jean-François MILICHE (0499/23.77.91).

Gardes vétérinaires

Le vétérinaire Philippe PAULUIS, rue de Beausaint, 23A à La Roche, signale qu'il effectue une garde de week-end. Ses prochaines gardes auront lieu : - le samedi 9 août dès 15h et le dimanche 10 août.

- le samedi 23 août dès 15h et le dimanche 24 août.

Renseignements : 084/41.22.05 ou 0496/72.18.67.

Problème de distribution d'eau...

Contactez la S.W.D.E. au 084/31.22.68.



ENTREPRISE DE
MENUISERIE & TOITURES

A. FRANÇOIS

CUISINES
EQUIPÉES

Rue de la Palette, 10 • 6980 BEAUSAINT
Tél.: 084/41 16 15 • Fax: 084/21 10 15

Différentes réalisations du Service Travaux de l'Administration communale de La Roche.

Mise en place de prés fleuris sur La Roche dans le cadre du plan Maya



Curage de fossés à Warempage et à Cielle



Mise aux normes des points de chute de la plaine de jeux de Samrée



Remplacement de garde-corps en bois dans la descente de Hives



Brossage et désherbage à Bérismenil



Remise en état de chemins à Ronchamps et à Beusaint



Coupe de plantes invasives (berces du Caucase) sur la commune



*Pour tout renseignement n'hésitez pas à contacter
Monsieur Stéphane TRIBOLET au 084/41.12.39.*

Stéphane TRIBOLET, Chef des Travaux

Charles RACOT, Premier Echevin.



Vous avez terminé vos études... Voici quelques informations:

Le stage d'insertion professionnelle= il s'agit d'une période de 310 jours pendant laquelle vous ne percevez pas d'allocations. Cette période débute lors de votre inscription comme demandeur d'emploi et **au plus tôt le 1er août** qui suit la fin de vos études, sauf si vous avez interrompu vos études dans le courant de l'année scolaire. Les jours de travail étudiant prestés après le 31 juillet sont pris en considération pour le stage d'insertion professionnelle. Pendant cette période, vos démarches de recherche d'emploi sont contrôlées par l'ONEm et ce, au 7^{ème} et 11^{ème} mois. Il faut obtenir deux évaluations positives pour prétendre aux allocations d'insertion. Si l'évaluation est négative, c'est le jeune qui devra demander un nouvel entretien à l'ONEm.

Les allocations d'insertion= il s'agit d'allocations octroyées par l'ONEM sur base des études. Les allocations sont octroyées après le stage d'insertion et pour une période de 36 mois.

A la fin de votre stage d'insertion et si vous avez donc obtenu deux évaluations positives, vous pourrez prétendre à des allocations d'insertion.

Quelles sont les conditions pour obtenir des allocations d'insertion?

- ❖ Avoir terminé certaines études ou certains apprentissages :
 - Les études de plein exercice du cycle secondaire supérieur ou la troisième année de l'enseignement secondaire professionnel, artistique ou technique dans un établissement d'enseignement organisé, subventionné ou reconnu par une Communauté. Ce sont donc les études secondaires qui ouvrent le droit aux allocations d'insertion.
 - Un apprentissage prévu dans le cadre de la législation relative à la formation dans une profession indépendante.
 - L'enseignement spécial ouvre également le droit aux allocations d'insertion à certaines conditions. Il en est de même de l'apprentissage industriel ou de l'enseignement à horaire réduit.
 - Des études ou une formation suivie à l'étranger peuvent également ouvrir le droit aux allocations d'insertion à certaines conditions.
- "Avoir terminé" signifie qu'il faut avoir suivi l'année scolaire complète jusqu'au 30 juin. Il faut avoir suivi les cours, avoir accompli tous les stages et travaux pratiques et s'être présenté aux examens. Il ne faut pas nécessairement avoir réussi les études requises.
- ❖ Ne plus être soumis à l'obligation scolaire
- ❖ Ne plus suivre des études de plein exercice
- ❖ Avoir accompli son stage d'insertion
- ❖ Ne pas avoir atteint l'âge de 30 ans

Montant mensuel des allocations d'insertion (au 01/06/14) :

Cohabitant avec charge de famille :	1.084,20 €
Isolé à partir de 21 ans	801,84 €
Isolé de 18 à 20 ans	484,12 €
Isolé de 16 et 17 ans	308,10 €
Cohabitant ordinaire 18 ans et plus	417,30 €
Cohabitant ordinaire moins de 18 ans	261,30 €
Cohabitant privilégié* 18 ans et plus	444,60 €
Cohabitant privilégié* moins de 18 ans	276,90 €

*=si le conjoint ou cohabitant du jeune ne dispose que d'un revenu de remplacement.

Les allocations de chômage, par contre, sont octroyées par l'ONEm sur base du travail. Si vous prouvez un certain nombre de jours de travail salarié au cours d'une certaine période précédant immédiatement la demande d'allocations de chômage. Pour pouvoir bénéficier d'allocations de chômage, vous devez être privé de travail et de rémunération par suite de circonstances indépendantes de votre volonté.



VOTRE DOSSIER DE RECHERCHE D'EMPLOI :

Durant votre stage d'insertion et pendant les périodes où vous bénéficierez des allocations d'insertion ou des allocations de chômage, vous devez :

- ❖ Etre disponible pour le marché de l'emploi
- ❖ Etre actif dans votre recherche d'emploi
- ❖ Répondre aux offres envoyées par le Forem et les agences intérim
- ❖ Répondre à toute convocation de l'ONEm ou du Forem

Vos démarches seront évaluées régulièrement par l'ONEm. Lors de ces évaluations, vous devrez :

- ❖ Vous munir de votre CV et de lettre de motivation. Ces documents auront été corrigés tant sur la présentation que sur l'orthographe. Il est conseillé de les améliorer avec des organismes adaptés comme le Forem.
- ❖ Tenir un agenda de vos démarches par mois et garder toutes les preuves de vos démarches (garder copies des offres d'emplois, garder la feuille du journal complète...). Nous vous conseillons d'envoyer minimum 4 candidatures spontanées par mois et de répondre à minimum 3 offres d'emploi par mois. Attention il faut vérifier que les critères des offres correspondent à votre profil (diplôme, permis, compétences, expérience,...). Cibler des entreprises dans un rayon de 60 km autour de votre domicile. Il faut également être inscrit dans au moins 3 agences intérim et garder un contact régulier avec celles-ci (minimum une fois par mois par téléphone ou en personne).
- ❖ Faire valoir vos droits à des aides à l'embauche. Vous devez demander votre carte Activa, le programme de transition professionnelle à l'ONEm. Attention, si vous rentrez dans les conditions des aides à l'embauche, vous devez prendre ces cartes lors de vos entretiens et elles doivent être en ordre de validité.
- ❖ Prendre vos renseignements sur le plan formation insertion (PFI) et sur les aides à la promotion de l'emploi (APE) auprès du Forem.
- ❖ Prendre votre carte d'identité et être à l'heure à votre rendez-vous.
- ❖ Disposer de tous vos documents sous format papier (pas de clef usb).

Des suspensions et des exclusions définitives sont prévues lorsque les entretiens d'évaluations sont négatifs. Il est donc important de préparer ces évaluations en respectant les conseils ci-dessus...

Il faut savoir que l'affiliation à un syndicat durant votre stage d'insertion est gratuite et ce, tant que vous ne percevez pas d'allocations d'insertion professionnelle. Vous pouvez donc gratuitement bénéficier des services du syndicat de votre choix (service juridique, accompagnement ONEm...).

EDITEUR RESPONSABLE : V. COUTEREELS, DIRECTRICE GENERALE CPAS DE LA ROCHE-EN-ARDENNE

INFORMATION DU CPAS DE LA ROCHE/ SERVICE INSERTION SOCIO-PROFESSIONNELLE



Votre centre « Envie d'Être »

Le plaisir et la beauté

Après de nombreux rebondissements...
Grand retour dans votre Institut !



Evelyne sera de retour pour la pédicure médicale mais aussi pour tous les autres soins dès ce mois d'août!

Evelyne sera présente à l'Institut : Le mardi de 09h00 à 18h00

Le mercredi de 09h00 à 12h00

Le jeudi de 09h00 à 18h00

Et le 1er samedi du mois



Horaires d'ouverture du centre

Mardi et jeudi : 09h-21h

Mercredi et vendredi : 09h-18h

Samedi : 09h-14h

Virginie Bourivain

Rue de la Gare, 1
6980 La Roche-en-Ardenne
Tél : 084/41 19 04



Médecins

Dr DUQUENNE Quai de l'Ourthe, 3 084/46.62.40 0494/48.24.80	Dr LEGNIERE Rue des Evêts, 31 La Roche 084/41.24.31	Dr MINSIER Rue du Nulay, 3 084/41.11.06 0495/18.37.35	Dr PETIT Rue Rompré, 8 La Roche 084/41.21.00
--	---	---	--

- Le Dr DUQUENNE sera en congé du jeudi 14 août au lundi 1^{er} septembre inclus.
- Le Dr PETIT sera en congé la semaine du 28 juillet au 1^{er} août.
- Le Dr LEGNIERE sera en congé du lundi 4 au jeudi 14 août inclus.

GARDES

Pour la semaine :

La garde de semaine reste organisée par les différents médecins de notre commune. Pour les appels urgents, **dès 18h**, du lundi au jeudi, vous pouvez former le **numéro unique 1733** qui vous transférera vers le médecin de garde de La Roche ou vers le service d'urgence si la situation le nécessite.

Pour les week-ends (du vendredi 19h au lundi 8h) et jours fériés :

Les gardes sont assurées par les médecins généralistes de la région dans un POSTE MEDICAL DE GARDE.

Il vous suffit de prendre contact avec le n° **1733** et un rendez-vous vous sera donné au poste de garde le plus proche (ou selon votre choix), c'est-à-dire :

- au PMG de Bastogne (Chaussée d'Houffalize, 1 bis à 6600 Bastogne - A côté de l'hôpital)
- au PMG de Marche (Avenue de France, 6 à Marche - Le long du boulevard urbain, dans l'ancien bâtiment des Mutualités chrétiennes).

Une visite du médecin de garde à votre domicile restera possible selon la situation, ou bien le transport par un chauffeur qui vous mènera au poste garde et vous ramènera chez vous en passant par la pharmacie de garde. Il est également possible de prendre rendez-vous pour le jour-même sur le site www.1733.be

La pharmacie de garde la plus proche du poste médical de garde vous sera renseignée.

Le traitement anti-cellulite de référence

Remodeler son corps - Supprimer la cellulite - Atténuer les cicatrices - Eviter les douleurs post sportives - Augmenter la récupération après l'effort

Des résultats visibles et évalués contre la cellulite

Endermologie et LPG, votre source de bien-être

Séance d'information gratuite sur demande

Dans les cabinets de :

Marc Paulus
Kinésithérapeute

Delphine Dieudonné
Kinésithérapeute et endermologue

Herlinval 084 43 30 50
Herlinval 91 - 6983 Ortho

Tenneville 084 45 51 79
Rte de la Barrière 9A - 6970 Tenneville

www.endermo-ardennes.com

GSM : 0478 38 84 83

Relaxant
Apaisant
Anti-stress

© Réalisé par www.anti-concept.net

Wellness L'Alu

Bien-être & Esthétique

Tout pour le regard parfait en été : PROMO



PROMO

Soin visage pure sinesse
(soin purifiant et hydratant au thé vert).
40 € au lieu de 55 €

Coffrets vacances à.p.d 12 €
Vernis semi-permanent 30 €
Rose gel 30 €
Et beaucoup d'autres...

Wellness L'Alu

Samrée 84, 6982 La Roche-en-Ardenne

Tel : 0498/22.40.64 - Mail : lalul@skynet.be

web: www.wellness-lalu.be

Pharmacies

Pharmacie DEFOY (084/41.11.58)
Place du Marché, 6 – 6980 La Roche
Heures d'ouverture :
Du lundi au samedi : 9h-12h30 et 14h-18h30

Pharmacie EPC (084/41.11.81)
Rue de l'Eglise, 12 – 6980 La Roche
Heures d'ouverture :
Du lundi au vendredi : 9h-12h30 et 14h-18h30
Samedi : 9h-12h30.

GARDES

➤ **Pour la semaine (de 18h30 jusqu'au lendemain 8h30 - du lundi au jeudi) :**

- Du lundi 4 au jeudi 7 août inclus : pharmacie EPC
- Du lundi 11 au jeudi 14 août inclus : pharmacie DEFOY
- Du lundi 18 au jeudi 21 août inclus : pharmacie DEFOY
- Du lundi 25 au jeudi 28 août inclus : pharmacie EPC

➤ **Pour les week-ends (du vendredi 18h30 au lundi 8h30) et jours fériés :**

- Les pharmacies de La Roche font partie dorénavant du rôle de garde de la région de Marche. Pour connaître la pharmacie de garde la plus proche, 3 possibilités s'offrent à vous :
- téléphoner au 0900/10.500 (ou au 1733) ou consulter le site www.pharmacie.be ;
 - vous rendre à votre pharmacie habituelle où un affichage en façade vous renseignera.

Collectes de sang – Croix-Rouge

Les prochaines collectes de sang organisées par la Croix-Rouge sur notre commune auront lieu à la salle du CPAS, rue de Beausaint, 2 à La Roche : - le jeudi 2 octobre de 15h à 19h30 ;
- le vendredi 3 octobre de 15h30 à 19h.

Renseignements : 084/36.66.16.

Aide et soins à domicile – Croix jaune et blanche

Renseignements : 084/32.03.10. (24 h/24, 7 jours/7).

O.N.E.

Personne responsable : Nathalie THEATRE (084/45.60.36 les lundis de 19h à 20h et les mercredis de 12h à 13h ou 0499/57.26.38). **Visites sur rendez-vous !**

Le car de l'ONE circule sur la commune le 2^{ème} lundi du mois suivant l'horaire suivant :

09h00 : Halleux	11h00 : Warempage	13h15 : Bérismenil
09h30 : Ronchampay	11h30 : Buisson	14h00 : Villez
10h15 : Ortho	12h30 : Samrée	14h30 : La Roche (sur le parking de la piscine)

Besoin d'un infirmier indépendant à domicile ?

Contactez : - soit Bruno MINSIER au 0473/712.745 et Anais BOULANGE au 0496/42.85.06 ;
- soit Caroline NUTTENS au 0496/74.41.71 et Amélie LUCAS au 0474/44.72.98.

Marc Evrard
multitravaux 0472 64 45 57

- Intérieur
- Extérieur
- Tapissage
- Peinture
- Plafonnage
- Carrelage
- Terrasses
- ...

Coiffure Isabelle
SPECIALITES : COUPES HOMMES & DAMES

25, Place du Bronze
6980 LA ROCHE-EN-ARDENNE
☎ 084/41 23 55

Ecole de plongée de La Roche

Commencez les cours en septembre et plongez pendant les prochaines vacances.

Dès le 10 septembre, venez nous retrouver tous les mercredis à 20 heures à la piscine de La Roche.

Les 3 premiers entraînements sont gratuits.

Renseignements :
084/47.80.16 ou
084/45.71.66.



SIMONÉ
Billy - RENOVATION

Déjointoyage - sablage - jointoyage
Peinture intérieur-extérieur
Aménagements extérieurs
Petites transformations
Dessins techniques

Tradition familiale

La Roche-en-Ardenne
Tel : 0476/30.22.60 - Billysimone@hotmail.com



Football

R.O.C. ROCHOIS : Renseignements : REINERS Daniel : 084/41.16.54.

ROYAL ORTHO SPORT : Rens.: BRANDELEER J-M. : 084/43.35.09 ou 0498/38.63.91.

U.S. VECMONT : Renseignements : FORGEUR Victor : 084/41.18.88.

R.U.S. BERISMENIL : Renseignements : PREVOT Jean-Marie : 0496/255.126.

Volley-ball (VC Rochois)

Renseignements : VINCENT Jean : 084/41.27.42. (après 18h)

Mini foot (Squadra Mezzo)

Renseignements : Nicolas CAPRASSE : 0495/48.08.57.

Ping-pong

A la salle "Li Mahonette" à Beusaint. Rens. : Richard SPRUNG : 084/41.20.14 ou 0495/45.21.87.

Badminton

Un sport pour tous ... hommes, dames, jeunots, jeunettes ! (vraiment pour tous quoi !)

Venez chaque samedi matin de 9h45 à 12h au hall omnisport de l'Athénée de La Roche mais aussi le mardi de 17h30 à 19h30. Les volants sont fournis et quelques raquettes sont disponibles.

Rens. : JANTY R. (084/41.18.03), LARUE L. (0492/93.19.17), VANDEN BORRE R. (084/47.73.70)

Cyclisme

Le Haussire Vélo Club vous attend tous les dimanches matin, Place du Bronze. RDV à 8h55 et départ à 9h. Dorénavant, un groupetto accueillera des sportifs désirant effectuer des itinéraires moins importants à une vitesse moyenne inférieure à celle du premier peloton.

Renseignements : Rudy LENGLER : 0474/45.20.74 ou Jean-Jacques BAUDOUIN : 0471/11.55.73.
ou sur notre site internet : <http://www.hvc-laroche.be>

Atelier de danses folk

Danses de groupe et danses de couple, pour ados et adultes, seul ou en couple, pour apprendre dans la bonne humeur Polka, Andro de Bretagne, Valse, Scottisch, Bourrée du Berry, Circassien, Gigue, Aredje de Wallonie... Renseignements : Luc Larue (0492/93.19.17 ou 084/41.24.03).

Club de kayak

Royal Brussels Kayak Club - Quartier Lohan, 9 - Renseignements : Rémi Bilger : 0475/ 90 64 25

coolpac

CONFORT
Climatisation
Pompe à chaleur
HVAC - VMC double flux
Cave à vin
Chauffage au sol

PRO
Climatisation - Ventilation
Froid Industriel & Commercial
Comptoir frigo
Dépannage...

info@coolpac.be
Thierry 0483 38 23 57 | Alain 0483 38 23 58

DAIKIN VIESSMAN GENERAL STIEBEL ELTRON MITSUBISHI ELECTRIC

www.coolpac.be

Idee du mois : 1,5 % d'intérêt ? Cela ne vous suffit pas ?
Les économies d'énergie, c'est le placement à envisager.
Pensez « Pompe à Chaleur » !

En conformité avec la réglementation PEB de la Région Wallonne pour les nouvelles constructions
Ou simplement en remplacement d'une vieille chaudière à mazout

Une visite ne coûte rien et répondra à toutes vos questions.



L'ASBL « Le Centre Sportif et Culturel »
de La Roche-en-Ardenne
organisera 6 stages sportifs
durant les mois de juillet et août 2014



	STAGES PSYCHOMOTRICITÉ	STAGES MULTISPORTS	STAGE TENNIS
Dates	Du 18 au 22 août	Du 11 au 15 août	Du 4 au 8 août
Réf. du stage	PM2	MS2	TEN
Clôture des inscriptions	17 août	10 août	3 août
Age	Enfants nés en 2008, 2009, 2010 et 2011	Enfants nés en 2004, 2005, 2006, 2007 et 2008	De 8 à 15 ans
Options	<u>Matin</u> : Psychomotricité <u>Après-midi</u> : Activités artistiques, culinaires, éveil des 5 sens, découverte nature, jeux	Initiation aux disciplines suivantes : natation, sports ballon, psychomotricité, tennis.	<u>Matin</u> : Tennis <u>Après-midi</u> : Multisports
Animatrice	Delphine COURTOIS	Véronique DAWANCE	Véronique DAWANCE
Prix	75€ pour 1 enfant 140€ pour 2 enfants	70€ pour 1 enfant 130€ pour 2 enfants	70€ pour 1 enfant 130€ pour 2 enfants

Horaires : De 9h à 16h (Garderies organisées de 8h30 à 9h et de 16h à 16h30).
Pause de 12h à 13h pour le repas tartines.

Remarques : - N'oubliez pas de mentionner sur le bulletin de versement :
1. Nom, prénom, date de naissance des participants + la référence du stage
2. N° de compte : 068-0660210-55.
- C'est le bulletin de virement qui fait office d'inscription.
- Tous nos stages répondent aux exigences de l'ADEPS et sont reconnus par l'ADEPS.

Renseignements complémentaires : - Dominique CAPRASSE (0496/43.85.39 ou caprassedominique@gmail.com)
- Complexe Sportif (084/41.17.18).



STAGES DE TENNIS

Dans le cadre de l'action « Eté sport », en partenariat avec l'A.D.E.P.S.,
le CT La Roche organise un stage de tennis, d'initiation et/ou de
perfectionnement, ouvert aux jeunes filles et aux jeunes gens de 6 à 15 ans.

Du 11 au 15 août

Module de 20 heures de cours, à raison de 4H/jour du lundi au vendredi :
de 10h à 12h et de 13h à 15h (une garderie est assurée durant le temps de midi).

Participation : 30 €

Personnes de contact :

Bonjean Willy : 084/41.24.07 ou 0498/10.14.23 - Représentant le CT La Roche



Je Cours pour ma forme

En attendant la reprise des sessions et pour ne pas perdre les bénéfices de
l'entraînement, une séance de jogging en commun, gratuite, sera organisée
tous les dimanches à 10h15 (RDV devant la piscine) durant les mois de juillet et août.
Les nouvelles formations "automne 2014" débiteront fin septembre.
Les dates et heures exactes vous seront précisées dans le bulletin communal de septembre.



Bloquez dès à présent la date du **samedi 6 septembre**
pour la course "**La ZatoCap**" (5 ou 10 km) qui aura lieu à
La Roche (Manche du Challenge "Famenne-Ardenne").

Départ du complexe sportif :

- à 17h15 pour la course enfants ;
- à 18h pour les courses de 5 et 10 km.

Retrouvez
toutes les infos utiles sur
zatoCap.be

Renseignements : Dominique CAPRASSE : 0496/43.85.39 ou mail : caprassedominique@gmail.com

Groupe de Majorettes

Si tu as entre 6 et 99 ans, que tu as envie de découvrir ce sport et de devenir une vraie majorette, n'hésite
pas, viens nous rejoindre !

Horaires répétitions : - mercredi : de 17h30 à 18h30 (de 6 à 9 ans) et de 17h30 à 19h30 (à partir de 9 ans)
- samedi : de 14h30 à 15h30 (de 6 à 9 ans) et de 14h30 à 17h30 (à partir de 9 ans).

Lieu des répétitions : salle de l'Athénée, rue des Evêts à La Roche-en-Ardenne

Renseignements : Lecomte Véronique : 0494/07.28.88.

Bières Spéciales • Restauration de qualité • Ambiance sympa

Café LE CENTRAL

Fermé le lundi
sauf fériés et vacances

4, rue du Purnalet • 6980 LA ROCHE-EN-ARDENNE • Tél. 084/46.82.82 • Fax 084/73.00.14 • www.lecentral-laroche.be

Plus de 1000 coureurs inscrits



5e TRAIL des FANTÔMES
16.08.2014
Départ Floreal La Roche
Arrivée à partir de 14h
www.sport-events.be

12KM - 26KM - 50KM - NOUVEAU : 100KM !!

TROPHÉE COMMUNE SPORTIVE 2014



La journée « Trophée Commune Sportive » se déroulera le samedi 27 septembre à Arlon.

Les membres de l'équipe officielle affronteront les autres participants dans les épreuves suivantes : JOGGING, NATATION, VTT, MINI-FOOT, PETANQUE et TIR A L'ARC.

Outre la participation de l'équipe officielle, les habitants de la Commune de La Roche sont également invités à participer afin de rapporter des points qui amélioreront notre classement final.

Deux possibilités sont envisageables :

1. Accompagner notre équipe représentative à Arlon : en plus de supporter nos sportifs, chaque concitoyen peut participer à une série d'activités organisées sur place (squash, karaté, water-polo, base-ball, etc...).
Nous avons besoin de supporters actifs. Vous pouvez nous aider à remporter des points pour la commune. Alors, n'hésitez pas à vous manifester ! Pour assurer le transport de l'équipe officielle et des supporters, un car partira du parking de la Piscine à 7h30.
L'inscription peut se faire soit à l'Administration communale auprès de Carine Devuyt (084/24.50.66) soit auprès de Dominique Caprasse (0496/43.85.39).
2. Participer à une ou plusieurs activités prévues à La Roche : chaque participant se verra remettre un « passe-sports » lui permettant de pratiquer gratuitement différentes disciplines sportives. Il pourra ainsi offrir un point à la commune quel que soit le nombre d'activités choisies même s'il ne réside pas à La Roche. Tous les participants recevront également 1 bon pour une délicieuse "potion du sportif" sur le site du Festival de la Soupe où un stand de tir à l'arc sera installé.
Le programme des activités organisées dans notre ville sera détaillé dans le prochain bulletin communal.

Dominique CAPRASSE,
Coordinateur de la délégation communale (0496/43.85.39).

Philippe PONCELET,
Conseiller communal.

Yves Dewalque



Chauffage
Sanitaire
Poèlerie
Ventilation
Mazout - Gaz
Bois pellet
Solaire

Quai de l'Ourthe, 17 - 6980 LA ROCHE
Tél. 084.41.13.50 - Fax 084.37.93.60

D.ADAM



TOTAL

NISRAMONT LA ROCHE

Besoin de mazout ?

084/43 34 98

STAGE MABASPORTS - ORTHO

Du lundi 11 au jeudi 14 août 2014

Stage Bambins : 3-6 ans

Initiation et perfectionnement en vélo.

Le stage vélo est destiné aux enfants à partir de 3 ans qui désirent apprendre à rouler à 2 roues.

Il peut convenir également aux enfants qui commencent à rouler à deux roues et qui voudraient plus d'assurance dans leur conduite. Nous ne roulons pas sur la route.

Les enfants évoluent uniquement en milieu fermé et sécurisé. Des notions de code de la route seront inculquées.

Stage VTT - Multi-Sports-Kayak : 9-18 ans

VTT : viens tester ton habileté sur des slaloms, différents exercices, circuits chronométrés, balades, Run and Bike, endurance, meilleur grimpeur... Défis ludiques par équipes.

Les sports les plus fous dans tous les styles : hockey, badminton, volley-ball, basket-ball, mini-foot, base-ball, frisbee, indiana, handball, Kin-Ball... Concours de pétanque.

Une après-midi kayak. Possibilité de participer seulement au kayak.

Lieu: Ecole Communale Ortho. Prix : 65 ou 17 la journée.

Renseignements et inscriptions :

BASTIN Stéphanie : 0474/64.62.19

MABOGE Anne-Catherine : 0496/73.47.75

Horaires des activités : 9H-16H. Garderies : sur demande.



UNE FOULE D'ACTIVITES AU COMPLEXE SPORTIF DE LA ROCHE ...

Piscine

Gratuité tous les samedis pour les habitants de la Commune

Horaires d'été : Ouverture tous les jours de 10h30 à 12h et de 14h à 18h30 sauf le dimanche.

La piscine sera fermée du dimanche 24 août au dimanche 31 août inclus, réouverture le mardi 2 septembre.

Renseignements concernant la piscine ou la location de vaisselle : Dominique CAPRASSE (0496/43.85.39 ou caprassedominique@gmail.com) ou à la piscine (084/41.17.18).

Plongée

Tous les mercredis de 20h à 22h. Renseignements : Michel DANLOY : 084/47.80.16.

Step fitness + abdos-fessiers

➤ STEP : le lundi (de 19h30 à 20h30) et le mercredi (de 20h à 21h) au Complexe sportif de La Roche

➤ ABDOS - FESSIERS : le mercredi, de 19h à 20h, au Complexe sportif de La Roche.

Renseignements : 084/41.23.83 ou 0493/67.36.19.

Aqua-gym

Tous les jeudis de 19h à 20h pour le cours débutant et de 20h à 21h pour le cours moyen, au Complexe sportif de La Roche. Rens. : 084/41.23.83 ou 0493/67.36.19.

Ju-jutsu

Tous les mercredis au Complexe sportif. Enfants : 18h - Adolescents : 19h.

Renseignements : 084/41.24.17. ou 0494/60.50.56.

Salle de Fitness au Complexe sportif

- Du lundi au vendredi (à l'exception du mardi) : de 9h30 à 11h30 et de 16h à 21h.

- Le mardi : de 9h30 à 11h30 et de 16h à 19h.

- Le samedi : de 9h à 14h.

Rens. : D. CAPRASSE (0496/43.85.39 ou caprassedominique@gmail.com) ou à la piscine (084/41.17.18).

Cours de psycho-motricité

Tous les mercredis au Complexe sportif dès 13h45 pour enfants dès l'âge de 2,5 ans.

Renseignements : 084/41.17.18. ou 0495/99.05.63.

Tir à l'arc

Les Archers du Comte Henri vous invitent, tous les lundis et mercredis, de 17h à 19h ainsi que tous les vendredis (pour les 18 mètres), de 19h à 21h, au Complexe sportif.

Formation gratuite dès 9 ans. Prêt de matériel. Renseignements : 084/40.02.12.

Cours de yoga et relaxation

Tous les mardis à 19h au Complexe sportif de La Roche. Les cours se donnent en groupe, dans une tenue décontractée... Le cours se termine par une relaxation en musique. Possibilité de prendre le cours en marche.

Renseignements : Hélène CLESSE, professeur diplômée (GSM : 0474/976.378).



Bienvenue à notre journée

« BALADE »

Maison du Plateau à Vecmont
Dimanche 24 août 2014

5, 10 et 15 kms

Départ de 8h00 à 17h00 - P.A.F. : 1 euro.

Fricassée offerte de 8h00 à 9h00.

Château gonflable - Ambiance familiale.



A 10h30 : **Messe en plein air.**

A midi : **Boulettes, frites, salade, dessert** au prix de 12 euros.

Petite restauration toute la journée.

Organisation de la tombola et de la journée « Balade » : Les Samaritains de Notre-Dame de Lourdes et Beauraing.
Renseignements : Benoit Pasé : 0494/81 90 77 - Roger Dupont : 084/41 15 06.



Tendance
Coiffure

Samrée 78a
6982 La Roche

0841 31 50 09

Fermé le mardi

Dames - Hommes - Enfants

CERTIFICATION P.E.B.



La Performance Energétique de votre Bâtiment est obligatoire depuis le 1^{er} juin 2011; lors de la vente ou la location de votre maison, appartement, villa ou/et même lors de location temporaire de gîte de vacances, ...



Yves MOREAU

Technicien supérieur en expertise et en gestion immobilière

Ortho, 12 à 6983 La Roche-en-Ardenne

0475/25.73.55. Prix : appartement : 195 € - maison : 249 €

AARscl@skynet.be

VIDE MAISON

Vous vendez votre bien... et la maison est envahie de toutes sortes d'objets.

Notre société vous propose :

- de vider l'immeuble entièrement.
- éventuellement de procéder au rafraîchissement du bien ou d'une partie de celui-ci afin de le présenter sous son meilleur aspect.
- d'évacuer tout objet pouvant le dévaloriser (gravas, reste de maçonnerie, ...)
- nettoyage des abords avec évacuation des déchets verts (à la demande un contrat d'entretien à long terme peut être envisagé)



PARCS & JARDINS

Il sera établi un devis contractuel = pas de surprise ; un tel travail pour un tel montant.

YVES 0475 / 25 73 55

TVA= be 0439 935 877



PARCOURS

Heures de Passage
36km/h. 18km/h.

00,0	LA ROCHE - Quai d'Ourthe		9.00	9.00
	1. Côte de Beusaint (2,8 km. - 5,4 %)			
05,0	Vecmont		9.00	9.17
	2. Côte de Mierchamps (0,8 km. - 5,0 %)			
18,0	La Roche		9.30	10.00
	3. Côte de Hives (2,1 km. - 7,0 %)			
21,0	Hives		9.35	10.10
	4. Col des Haies d'Ortho (2,1 km. - 3,0 %)			
27,0	Ortho		9.45	10.30
	5. Côte de Herlival-Warempage (2,7 km. - 3,0 %)			
34,9	Nisramont			
	6. Côte de Fily (3,3 km. - 4,6 %)			
43,4	Mormont			
	7. Côte de Wibrin (1,3 km. - 6,1 %)		10.28	11.56
46,4	Wibrin			
	8. Côte de Nadrin-Bérismenil (1,5 km. - 3,6 %)			
48,7	Nadrin			
51,2	Bérismenil		10.43	12.26
54,9	Maboge			
	9. Mur de la Vélo médiane (1,8 km. - 8,8 %)			
58,8	Hubermont		10.55	12.50
60,8	Buisson - Ravitaillement 1		11.00	13.00
63,2	Hives		11.05	13.10
67,0	La Roche			
	10. Côte de Gohette (1,0 km. - 11,3 %)			
	11. Côte du Parc à gibier (0,3 km. - 15,2 %)			
	12. Col de Haussire (partie) (1,3 km. - 11,0 %)			
	13. Côte de Samrée (partie) (3,7 km. - 4,0 %)		11.19	13.39
77,2	Samrée			
80,1	Dochamps			
83,1	Lamormenil			
	14. Côte de la Fosse (1,1 km. - 6,4 %)			
87,1	La Fosse - Oster			
	15. Côte de Odeigne (2,9 km. - 4,6 %)		11.44	14.27
93,0	Odeigne			
96,6	Malempré		11.49	14.37
	16. Côte de Malempré (0,8 km. - 10 %)			
100,9	Manhay			
110,0	Mormont-Football			
111,4	Roche à Fréne			
	17. Côte de Roche à frêne (2,0 km. - 9,5 %)		12.10	15.20
115,3	Fays			
120,7	Villers Ste. Gertrude		12.20	15.40
122,5	Aisne		12.25	15.50
	18. Col du Rideux Nord (2,5 km. - 8 %)			
124,2	Iheyd			
127,7	Fanzel			
132,7	Fisenne - Ravitaillement 2		12.30	16.00
134,2	Pont d'Erezée			
135,9	Fisenne - Village		12.34	16.05
137,6	Soy			
139,5	Melinne			
142,7	Werpín		12.48	16.35
143,6	Hampteau		12.50	16.39
146,6	Rendeux			
	19. Côte de Beffe (1,6 km - 10,3 %)			
149,1	Beffe			
154,9	Devantave			
	20. Côte de Laidprangeux (2,8 km. - 5,6 %)			
158,9	Dochamps			
	21. Côte de Dochamps (1,7 km. - 3,6 %)		13.28	17.56
161,1	Samrée			
170	La Roche - Arrivée		13.46	18.32

26^{ème} VELOMEDIANE CLAUDE CRIQUIELION



PETITE CRIQUE 2014

0,0	La Roche - Quai d'Ourthe
1	Côte de Beusaint (2,8 km. - 5,4 %)
5,0	Vecmont
2	Côte de Mierchamps (0,8 km. - 6,0 %)
10,0	Mierchamps
18,0	La Roche
3	Côte de Hives (2,1 km. - 7,0 %)
21,0	Hives
4	Col des Haies d'Ortho (2,1 km. - 3,0 %)
27,0	Ortho
31,5	Beaulieu
33,2	Cens
36,0	Wyompont
5	Côte de Wyompont (2,8 km. - 4,3 %)
38,8	Carrefour vers Roumont
42,3	Roumont, Eglise
45,2	Herbaimont
51,7	Lavacherie
53,3	Ortheuville, Pont
54,2	Berguème
57,7	Wembay
60,5	Erneuville
65,5	Champlon, Ravitaillement (Maison du ski)
72,5	Vecmont
75,5	Halleux
77,5	Gènes
84,5	Hodister
84,5	Warisy
88,5	Pont de Marcourt
6	Côte de Marcourt-Marcouray (2,8 km. - 5,2 %)
93,5	Cielle, Village
97,5	La Roche - Arrivée

Conseils aux usagers de la circulation :

ORDONNANCE DE POLICE : POLICE COMMUNALE DE LA ROCHE

La circulation sera interdite sur le chemin communal reliant l'Hôtel du Moulin de la Strument au Moulin du Wez, dans ce sens uniquement, le samedi 30 Août 2014 de 9h.00 à 10h.00.

La circulation des véhicules sera interdite sur le chemin communal GC 78 en partant de la côte de Hives jusqu'au village de Hives, le 30 Août 2014 de 11h.00 à 13h.00

De plus, il est fortement conseillé aux usagers de la circulation d'éviter :

la route Hubermont - Maboge (descente du Mur de la Vélo médiane) entre 10h.30 et 12h.20.

et ce, dans le but évident d'assurer un maximum de sécurité aux cycloportifs et aux usagers habituels.

La circulation et le stationnement sera interdit le long des Evts le 30 Août.

Acapelli

Coiffure mixte



Sandrine Gatez

Roupage, 43
La Roche-en-Ardenne
☎ (084) 41 26 13

Caprice de l'Été

Ravioles de Saint Jacques marinées à l' Huile d'Olives Thai,
Farcies à la Tapenade
Ou

Foie Gras de Canard Cuit au Torchon,
Eclats de Gelée au Maitrank, (Sup 5.95 €)

Filet de Rouget Poêlé, Trait Basquais et Fleur de Sel
à la Vanille de Madagascar Capellini aux senteurs de Crustacés

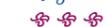


Sorbet du jour



Côtes de Cochon d'Ecosse aux Quatre Epices Douces,
Jeunes Carottes Glacées au Thym Frais
ou

Blanc de Turbot Sauvage Rôti sur sa Peau,
Beurre Blanc d'Agrumes (sup 4.95 €)



Sorbet Fraîcheur au Fromage Blanc Bio,
Fruits Rouges de Saison et Gavotte Bretonne



35,95 €
(51,95 € Vins compris)

Rue de Beausaint, 6
6980 La Roche
☎ 084/41 11 38
info@hotelmidi.be
www.hotelmidi.be

Salon de Coiffure

Hômmes • Dames • Enfants

Laurence Guissard



Ouvert :

Mercredi 8h30 à 19h

Jeudi au samedi
8h30 à 17h30

Rue du Chalet, 15
LA ROCHE

Tél.: 084/41 16 57
GSM: 0497/48 16 57



Enseignement

Echec à l'échec - Du 1 au 14 août 2014.



*Vous éprouvez des difficultés scolaires,
vous désirez un coup de pouce
pour préparer vos examens de septembre,
pour rédiger un travail de vacances,
pour commencer votre année scolaire sur de bonnes bases
ou simplement
pour vous perfectionner.*

Les ateliers « échec à l'échec » d'ARLON, VIRTON, NEUFCHATEAU, PALISEUL, BASTOGNE, MARCHE et **LA ROCHE**, sous l'égide des « Jeunesses scientifiques de Belgique » vous proposent des cours dans les branches des matières générales de l'enseignement secondaire.

Les élèves venant de tous les réseaux pourront bénéficier, dans chacun des centres, de l'aide d'une dizaine de professeurs expérimentés qui veilleront également à leur rendre confiance en leurs moyens.

Pour tous renseignements complémentaires et inscriptions :

LA ROCHE : SEUL CENTRE où pour les élèves non-rochois, l'horaire est établi en fonction des transports en commun ou du co-voiturage parents-professeurs.

Contactez André NICLOUX, rue Rompré 17 – 6980 LA ROCHE EN ARDENNE.

Tél : 084/41.24.14 (de préférence le soir).

Dans quels cours ?

En 6^{ème} primaire : Français et Mathématique.

En 1^{ère} et 2^{ème} années : Français (Grammaire et Orthographe) - Mathématique (Algèbre et Géométrie) - Anglais Néerlandais - Sciences.

En 3^{ème} et 4^{ème} années : Français - Mathématique - Anglais - Néerlandais - Chimie - Physique - Biologie.

En 5^{ème} et 6^{ème} années : Français - Mathématique (Analyse, Géométrie et/ou Trigonométrie) - Anglais Néerlandais - Chimie - Physique - Biologie.

Sous la direction d'un animateur expérimenté, les élèves sont regroupés par année et par branche. Les groupes sont limités à un maximum de dix élèves.

Pendant dix jours et à raison de 1h¼ par jour et par branche, les élèves ont l'occasion de rencontrer d'autres jeunes qui ont les mêmes difficultés scolaires. La mise en commun de ces difficultés est généralement source de progrès.

Participation aux frais pour l'ensemble d'une session : **75 € par branche, tout compris.**

Si vous êtes intéressés par la session « Echec à l'échec », vous pouvez aussi contacter :

Jeunesses Scientifiques de Belgique,
15-17, avenue Latérale - 1180 Bruxelles www.jsb.be - Tél 02/537 03 25 - Fax 02/537 08 02.



- Dépannage, configuration & installation informatique
- Vente de matériel
- Création et Hébergement de site web
- Réalisation et impression de supports publicitaires (Invitations, cartes de visite, flyers, dépliants, menus...)

Contact: DIEUDONNÉ Jean-Michel | Tél : 0478/907.104
Email : info@logisystem.be



Windows XP : une cible d'attaques !

A compter du 8 avril 2014, l'assistance technique de Windows XP n'est plus disponible, y compris les mises à jour automatiques permettant de protéger votre ordinateur. Celui-ci fonctionne encore, mais il peut devenir plus vulnérable face aux risques de sécurité et aux virus ! Aussi, de plus en plus d'applications et d'appareils ne fonctionneront pas avec Windows XP.

Réagissez à temps ...

Création & Entretien Parcs et Jardins



0497/ 35 38 79 - 084/ 41 30 73

Diplômé de l'Institut horticole de Gembloux

Ma publicité, un travail de qualité !

Tél. 084/41 30 73 (après 19h) • GSM 0497/35 38 79

- Réalisation de pelouses
- Tonte & débroussaillage
- Taille de haies, arbustes, arbres
- Plantations
- Pièces d'eau

Sabine Lecocq



Photographe diplômée

tel/fax : 0032 84 / 45 68 51
E-mail : lecocq.sabine@belgacom.net
GSM : 0032 477 / 13 03 93

Mariage, communion, baptême, bar-mitsva, naissance, book-mode, pub, sport,... immortalisez tous les moments chers à votre coeur.

