

Premier Salon du bien-être au Pôle Hayeneux



C'est une double première que nous vous proposons ce samedi 7 octobre : première activité dans la toute nouvelle (et superbe) "Maison de quartier" du Pôle Hayeneux (accès au niveau du 142 de la rue Haute Marexhe) et premier Salon du bien-être organisé par le Plan de cohésion sociale (PCS) de Herstal.

De 11h à 18h, vous y trouverez quantité de stands, informations, ateliers et conférences sur les cinq thématiques envisagées : bien-être à l'école, bien-être au travail, bien-être dans son assiette, bien-être

dans son quartier, bien-être dans son corps.

« Ce Salon du bien-être ne s'inscrit pas dans une logique de luxe, bien au contraire, explique-t-on au Plan de cohésion sociale. Le bien-être, c'est parfois l'affaire de petites choses et de bonnes pratiques. "Être bien", ça va au-delà des massages et des soins du corps, c'est une articulation de plusieurs facteurs de la vie."

En plus de nombreux stands et ateliers (gestion du stress, goûter santé gratuit, massage dans le noir, coiffure express, espace parents-enfants etc.), un "troc de fringues" sera organisé de 14h à 17h et diverses conférences et initiations vous seront proposées : initiation au stretching et à la relaxation (11h30), conférences « Détresses à l'école » (13h) et « Le rythme féminin : enjeux psycho-relationnels et

professionnels » (14h), atelier sur la gestion des émotions (16h30).

Pour le programme complet des stands et activités, rendez-vous sur la page facebook du Plan de cohésion sociale (<https://www.facebook.com/pcsherstal/>) ou formez le numéro vert du PCS : 0800 12 151.

L'entrée est gratuite mais certains ateliers sont payants à prix démocratiques.



Soirée, randonnée : un weekend de fête à Herstal

Mais qu'ils sont gâtés, les Herstaliens ! En plus du "Salon du bien-être" (samedi 7), ci-dessus, c'est la grande "Soirée annuelle" de la ville de Herstal le vendredi 6 octobre, et on ne rate ça pour rien au monde. Parce que les Herstaliens sont les plus festifs, parce que les Herstaliennes sont les plus belles et qu'on va faire une sacrée fête. Alors, il faut venir se trémousser sous le chapiteau de la place Jean Jaurès au son de la musique (Bouldou en formule Piano Bar puis DJ



Oli Soquette), de 20h jusqu'au petit matin. L'entrée ne coûte que 5 euros et elle donne droit à deux boissons. Une petite restauration est également prévue.

Et comme, à la Ville de Herstal, nous pensons à la santé de nos concitoyens, on a même prévu le décrassage pour les plus festifs ! La "Randonnée gourmande" organisée par notre service des Sports sera de retour le dimanche 9 octobre (dès 8h30), avec son parcours pédestre à travers les quartiers de la ville et ses 9 haltes gourmandes. Le parcours sera différent de celui de l'année dernière mais la distance est inchangée : environ 11 kilomètres.

La randonnée est complète mais on vous attend nombreux pour la soirée de la ville ! Infos au 04 256 82 56.

Le Saint-Lambert a cinquante ans !

C'est une longévité peu banale que vient de fêter le restaurant Saint-Lambert, devenu une véritable institution à Herstal. C'est il y a 50 ans, en 1967, que Joseph Scarnati ouvre rue Saint-Lambert ce qui est alors une friterie. Après une dizaine d'années, il choisit de transformer sa friterie en restaurant "pour hommes d'affaires". « On avait 13.000 ouvriers à la FN, à l'époque, explique-t-il. Ca faisait beaucoup de cadres qui devaient

manger à Herstal à midi. » Depuis plus de dix ans maintenant, c'est la fille de Joseph, Sabina, qui a repris le restaurant, faisant évoluer la cuisine vers des saveurs plus résolument italiennes. « Ce qui fait le succès et la longévité de notre restaurant, c'est son âme, explique encore Joseph. On s'y sent bien, comme chez soi. » Présent à la soirée d'anniversaire, le bourgmestre de Herstal a salué avec humour le « personnage »

qu'est Joseph Scarnati, « très impliqué dans la vie de sa ville et très fier d'être... devenu belge depuis un mois ! »



"Et demain tous ensemble dans notre quartier" à Vottem

Il ne s'agit ni d'un cirque, ni de campeurs égarés : depuis quelques semaines, la Compagnie Arsenic2



a planté son accueillant chapiteau aux Cascogniers à Vottem, juste à côté de l'Agoraspace. C'est que le projet "Et demain, tous ensemble dans notre quartier" entre dans une nouvelle phase. Après un été d'échanges et de rencontres avec la population, place aux ateliers (slam, cuisine, théâtre) gratuits, au spectacle "Odyssées" (gratuit lui aussi), et à des rencontres avec les artistes. "Odyssées" nous parle de ceux qui errent, qui partent, qui arrivent, de racines, de

préjugés, d'identité, d'espoir et de héros. Alors n'hésitez pas : poussez la porte du chapiteau, venez construire le vivre-ensemble dans le quartier et... passer un moment magique de rire et d'émotions ! Le spectacle est proposé jusqu'au 15 octobre. Pour les dates exactes des représentations et des ateliers, pour tout renseignements et les réservations, contactez le Plan de cohésion sociale de la Ville de Herstal : Véronique Botty, 0476 23 87 42.

Forge et fonderie au Musée de Herstal



Depuis cinq ans, des artisans se déplacent régulièrement au musée pour vous dévoiler les secrets de la métal-

lurgie. "Cité du fer et du charbon", la terre de Herstal abritait autrefois près de 400 forges et fonderies. Clouterie, armurerie, quincaillerie, boulonnerie, atelier de mécanique, la cité vivait au rythme des ateliers. Ils fournissaient les petites et grandes entreprises : la FN, Pieper, Delrez, Sarolea,... Aujourd'hui, quelques hommes, rares témoins, nous racontent et nous montrent les gestes de leur métier. Ce same-

di 7 octobre, vous êtes ainsi cordialement invités à un atelier d'initiation à la fonderie distillé par Gilbert Charlier. Le samedi 14 octobre, place à un atelier d'initiation à la forge, proposé par Louis Baumans. Ces activités ont lieu de 14h à 16h et de 16h à 18h. C'est gratuit mais il faut s'inscrire préalablement au musée : 04 256 87 90 ou musee@herstal.be