

# Et si les Sprimontois recréaient du lien, des relations, des rencontres grâce à la marche ?



Il y a parmi nous de nombreux randonneurs, promeneurs, marcheurs.

Peut-être le confinement nous a-t-il permis de découvrir des chemins nouveaux.

Certains marchent presque tous les jours, par tous les temps.

Nous reconnaissons souvent les bienfaits de ces balades : s'oxygéner, bouger, s'émerveiller devant les beautés de la nature, rencontrer d'autres citoyens, se parler avec bienveillance, déstresser, décompresser ...

Cela ne coûte quasi rien et c'est bon pour la santé !

Souvent on se dit : «Seul(e), je ne marcherais certainement pas ! »

Alors, partant(e) pour une première expérience avec une marche de  $\pm 4$  km ?

Un point de départ est d'ores et déjà fixé **Place Paul Hanson** (église de Louveigné), **le lundi 22 mars à 14H**, pour marquer l'arrivée du printemps !

Contact : Marie-Paule Beaufays-Labeye( 0497/78 03 79)

Une autre façon de participer serait de fixer ce jour-là, un autre point de rendez-vous, le même jour à la même heure dans votre rue, votre quartier, votre hameau, votre village. Dans ce cas, merci de vous faire connaître pour que nous puissions l'annoncer sur la **page facebook « Pas à pas »** de la Toile Sprimontoise : <https://www.facebook.com/Pas-%C3%A0-pas-112831984191179>

Ce serait un plus d'avoir, en retour, quelques photos, la description de votre itinéraire et pourquoi pas un « billet » d'ambiance. La page facebook vous est ouverte. Nous pourrions ainsi partager le vécu de chacun de nos groupes.

L'objectif est de partager tout au long de l'année les comptes rendus de nos balades, courtes ou longues, et de créer des groupes locaux qui pourraient, à l'occasion, converger et se regrouper.

N.B. : Nous marcherons par groupes dans le respect des mesures sanitaires en vigueur.



Sur le chemin de la Gatte d'or



Sur les hauteurs d'Adzeux