

# Cercle Royal des Militaires de Réserve de la Province de Liège

---



# Le Ban



Bulletin  
d'information  
Septembre 2020



Diffusion restreinte

## Sommaire

---

Le Petit Mot du Président	3-5
In Memoriam	6-7
Nous avons un nouveau Chef de la Défense	8-10
Mise en place d'Officiers généraux	11-12
Les traitements de la réserve vont augmenter	13
Le 12/13Li, une plateforme expérimentale en matière de Personnel de réserve ?	14-16
Conférence du Général e.r. COMPERNOL	16-17
Réserviste belge en renfort du Rôle 1 français à Niamey	18-21
Coup d'œil dans le rétroviseur	22-23
Georges Hébert et la Méthode Naturelle	24-25
L'entraînement physique de l'Officier de réserve	26-33
BBQ des familles — Dim 6 septembre	34-35

### Activités à venir\* :

Samedi 14 novembre — Repas de Corps-Ladies Night 36-37

Vendredi 27 novembre — Assemblée générale du CRMRLg 38-39

\* Plusieurs de nos activités sont actuellement soumises à des critères restrictifs en vue de la protection des personnes suite à l'épidémie de Covid-19.

Elles ne peuvent avoir lieu en tant que telle.

Cependant, ces critères seront *vraisemblablement* levés d'ici-là.

Vous serez tenu au courant de l'évolution de la situation.

Bloquez les dates de ces activités et inscrivez-vous !

Paiement vaut inscription.

## Le Petit Mot du Président

*Col Dominique DI DUCA  
Président*

Depuis notre dernier BAN, trois mois se sont écoulés. Vacances, repos, réflexions, visites... et le COVID court toujours !!! Nous commençons à vivre avec et sans savoir où cela nous mènera.



Le plus dur de la crise passé, **la Défense s'est organisée** par le biez du domaine « **well being** » (WB). Des protocoles se sont établis, des gardes de surveillance existent et fonctionnent. In fine, le virus reste et reste véhiculé par les personnes elles-mêmes. Dans nos casernes, des règles strictes sont établies et sont respectées au mieux. Mais, parfois, l'un ou l'autre présentant quelques signes entraîne comme conséquence l'arrêt des activités. Quand ceci se passe dans un bureau, on peut aisément passer au télétravail. Quand ceci se passe sur le terrain, les choses se corsent. Actuellement les quelques 140 militaires de la Composante Médicale – notamment – déployés pour leur exercice biannuel « green light 2020 » ont eu l'occasion, comme d'autres (ERM...) de subir les conséquences d'une potentielle contamination. La prévention prenant le pas sur tout, les circulations dans le compound de Noisieux ont été pensées de manière très rigoureuse ; les repas sont distribués par bulles (section). Chaque bulle fonctionne de manière autonome sous la supervision d'une équipe de trainers. Après un exercice de base, deux soldats « se sont sentis mal » si bien que le lendemain, une VM était organisée. Fort justement leur section a été mise à l'écart. Deux journées dans un bosquet proche aménagé aux cours desquelles ils ont pu revoir leurs protocoles médicaux en attendant le verdict du laboratoire.

**Le Cercles de Militaires de Réserve de la Province de Liège maintient ses activités en conformité aux prescriptions émanant de nos gouvernants mais aussi des responsables des lieux que nous souhaitons fréquenter. Les activités sont susceptibles d'être adaptées en fonction du moment (voire annulées ou reportés).**

**Vous êtes donc invités à vous y inscrire nombreux et le CRMRLg vous informera en temps et en heure de tout changement ou comportement à adopter.**

Une situation, devenue tout compte bien fait courante, a pour conséquences **un ralentissement de l'entraînement** et la remise en question de bien des activités. Il est à espérer que ceci ne viendra pas obérer aux préparations des futures missions.

Pendant la même période estivale, de nombreuses choses ont été supprimées telles que le Défilé National et les manifestations patriotiques. Dans le même temps et défi suprême de l'aboutissement d'une belle carrière, **notre Chef a changé** ; espérons que les lignes choisies aillent dans le sens de ce qui avait été entrepris. En ce qui concerne la DNR, une nouvelle directrice a repris le flambeau. Le Col BEM Pierre BIBERT passe petit à petit le flambeau au Lt-Col Avi Nathalie BEERDEN, ancienne CO de l'IRMEP. Un tout grand merci de reconnaissance à son prédécesseur qui, en à peine un an, a permis l'aboutissement d'une série de dossiers entamés il y a plusieurs années.



D'autres départements voient arriver de nouveaux chefs, cette entreprise vous est présentée plus loin.

Au cadre des changements, retenons que **tous les MILSHOPS fermeront** définitivement prochainement. PEUTIE est fermé et remplacera avantageusement YPRES et MARCHE-EN-FAMENNE sera fermé définitivement le 14 octobre. Les stocks n'y sont plus renouvelés et, par exemple, les chaussures n'y existent plus. Seule subsistera la couture. Le système COLISHOP va prendre le relais avec une firme privée. Tout militaire devrait vérifier ses coordonnées auprès de son unité afin de pouvoir commander électroniquement.

Enfin, **les associations nationales** organisent une journée générale de rappel pour effectuer des JICCS pratiques. Cette journée est répétée pendant une semaine et ceci remplace la compétition nationale. Dans le cadre du COVID-19, DNR a autorisé ceux qui avaient des difficultés à prêter leurs jours de rappel de les regrouper sur 2021. A voir ce qui s'organise sur cette fin d'année, il nous semble très possible de se mettre à jour sans utiliser cette possibilité. En effet, passer un an c'est aussi passer une année de promotion, ce qui n'est pas dit dans le texte mais bien dans la Loi...

D'autre part, une **réunion de suivi des dossiers** statuts et autres a eu lieu en téléconférence afin de tracer le bilan des cinq dernières années et commencer à voir comment progresser dans le plan « Réserve 2030 ». Au plus fort de la crise du COVID, alors que le **recrutement de nouveaux Res** battait son plein et que les cases se remplissaient presque mieux que prévu, la décision de reporter les formations sur 2021 fut prise. Telle décision allait avoir pour conséquence un arrêt de la spirale positive du recrutement de nouveaux Réservistes, démotiver les inscrits et porter une atteinte à la réputation de la maison. Une levée de boucliers de la part de certains aura permis de malgré tout maintenir des formations qui débutent actuellement. Les mois à venir nous en diront un peu plus.

De nouveaux recrutements verront aussi le jour prochainement, et un premier bilan sera réalisé dans le prochain BAN.

Votre revue est encore une fois bien complète, nous vous en souhaitons une bonne lecture.

En raison des mesures sanitaires imposées par le stand de tir de la Police de Liège, le **Challenge de tir Cdt Mouton**, prévu le samedi 10 octobre, est **ANNULÉ**.

## In Memoriam

---



Notre ami Luc LEJEUNE, né le 23 mars 1934 à Verviers est décédé à Gemmenich (sa commune de résidence) le 20 juin 2020.

Luc était informaticien programmeur et à ce titre, il a été, pendant bien des années, le gestionnaire de l'informatique du Cercle.

Le problème a toujours été, pour le Cercle, la tenue à jour d'un fichier des membres ainsi que l'adressage des envois de la revue « LE BAN ».

Dans les années '50, le fichier était tenu manuellement sur des cartes individuelles et l'adressage de la revue était, aussi manuel, à charge des membres du Comité. Début des années '60, l'adressage se fait par le biais de plaquettes-adresse en relief, jusqu'en 1972.

C'est alors que notre ami, le Commandant Luc LEJEUNE – membre du Comité – entre en scène. Il gère tout le fichier du Cercle par cartes perforées qui sont créées et gérées par la société où Luc exerce son métier, Honeywell Bull.

Par la suite, dès 1977 le Cercle est doté de son propre ordinateur, en passant par la bande magnétique, le disque souple et enfin dans la forme actuelle, le disque dur.

Luc a réalisé un programme de gestion des membres très performant dès le départ, dbase3 - pour ceux à qui cela dit quelque chose -.

Dernièrement, il y a un an, lorsque notre bon vieux dbase3 a montré des signes de fatigue, Luc a tout placé sous « Exel » ; ainsi jusqu'au bout il aura veillé sur la bonne santé et la performance de notre informatique.

Luc est entré au Cercle en 1963 et est devenu membre du Comité en 1965.

Dans sa fonction militaire, le Commandant Luc LEJEUNE était affecté au Centre Logique N° 3, caserné au Quartier Général LEMAN à

BRESSOUX et puis à ANS. Il y exerçait la fonction de commandant en second de la compagnie transport.

Luc était l'époux de Josine (Joséphine COLYN) qui ne manquait pas de l'accompagner à toutes les manifestations du Cercle.

Merci Luc pour tout le travail que tu as réalisé pour le Cercle.

Aux familles éprouvées, le Cercle présente ses plus sincères condoléances.

*Old soldiers never die, they only fade away.*



*Le Cdt Luc Lejeune (à droite) en conversation avec le Lt Col et Madame Jean van Brussel lors du repas de gala du 70<sup>ème</sup> anniversaire du Cercle le 13 mars 2004.*



## Nous avons un nouveau Chef de la Défense

---

Le vendredi 10 juillet, le Général Marc COMPERNOL passait le témoin à son successeur en tant que Chef de la Défense, l'Amiral Michel HOFMAN. La cérémonie avait lieu au sein de l'École Royale Militaire en présence du ministre de la Défense et de quelques-uns de ses prédécesseurs.



Message de départ du Général COMPERNOL

**Merci, bonne chance, all the best !**

*Chers Collaborateurs,*

*C'est à l'École Royale des cadets durant l'été 1972 que j'ai été autorisé à porter pour la première fois un uniforme militaire. Aujourd'hui, 48 ans plus tard, le moment est venu de tomber l'uniforme et de faire place à un nouveau Chef de la Défense. Durant cette longue période, le monde qui nous entoure a radicalement changé et notre organisation a également subi plusieurs changements majeurs.*

*Ce fut pour moi un privilège d'être le Chef de la Défense pendant quatre ans. Je suis extrêmement fier de vous tous, de la manière dont vous avez fait vos preuves, souvent dans des circonstances difficiles et aussi de la façon dont vous avez démontré, à maintes reprises, l'incroyable utilité de la Défense pour la société, tant sur le territoire national qu'à l'étranger.*

*Je suis convaincu que nous avons pris la bonne direction en plaçant notre organisation sur la carte, plus et mieux qu'auparavant. De nombreux efforts ont permis à notre voix de se faire à nouveau entendre en politique, dans les médias et au sein de la population.*

*Le moment est maintenant venu de passer la barre, au sens propre comme au figuré, à l'Amiral Michel Hofman, un marin possédant une vaste expérience tant opérationnelle que de commandement. Il est l'homme qu'il faut pour piloter la Défense au travers des défis du futur.*



*Je suis convaincu qu'il pourra compter sur votre soutien, tout comme j'ai pu le faire moi-même. Je vous remercie pour la continue bonne coopération, votre engagement, votre motivation permanente et votre enthousiasme. Je vous souhaite à tous un avenir prospère avec beaucoup de satisfaction professionnelle, beaucoup de bonheur personnel, et aussi et surtout, une bonne santé.*

Né à Ostende en 1961, l'Amiral Michel HOFMAN termine ses humanités à l'École Royale des cadets et rejoint en 1978 l'École Royale Militaire comme candidat officier de Marine au sein de la 118<sup>ème</sup> promotion Toutes Armes.



Comme jeune officier, il occupe différentes fonctions à bord de dragueurs et chasseurs de mines ainsi que de frégates. Cette période se ponctue par un déploiement dans la région du Golfe persique lors de l'Opération Desert Shield / Desert Storm à bord de la frégate WANDELAAR.

Entre 1991 et 1997, il poursuit sa carrière opérationnelle d'abord à terre à l'École des Opérations à Bruges Ste Croix, ensuite à bord du chasseur de mines CROCUS, de la frégate WESTDIEP et enfin en participant à la STANAVFORLANT, l'escadre permanente de l'OTAN en Atlantique. A l'automne 97, il rejoint l'état-major du Chef de la Défense, le Vice-amiral HERTELEER où il contribue au développement d'une vision stratégique pour la Défense à travers le groupe de travail « Vision 2015 ».

En 2000, il obtient son brevet d'état-major au collège Interarmées de Défense de Paris avant de prendre le commandement de la frégate WESTDIEP. Il sera ensuite déployé en Méditerranée dans le cadre de l'Opération Active Endeavour de l'OTAN lancée au lendemain des attentats du 11 septembre. En 2002 il rejoint l'escadre belge-néerlandaise pour y exercer la fonction de Chef d'état-major et deviendra en janvier 2004 adjoint opérations au Commandant de la Composante Marine ainsi qu'Adjoint au Chef Opérations ADMIRAL BENELUX.

En 2006, il devient successivement Officier adjoint puis Commandant de la Division Opérations au sein du département Opérations & Entraînement de l'Etat-major de la Défense. Durant cette période intense, il contribuera aux nombreux déploiements opérationnels de la Défense, notamment en Afghanistan, au Liban, en République démocratique du Congo ou encore au large de la Somalie.

Fin 2010, il prend une nouvelle fois la mer en tant qu'Adjoint au Commandant français de la Force européenne EUNAVFOR Atalanta, au plus fort des actes de piraterie perpétrés au large des côtes somaliennes. A l'issue de ce déploiement, il devient Commandant de la Composante Marine belge et Deputy Admiral BENELUX. Durant cette période se réalisera le programme d'achat des deux nouveaux patrouilleurs côtiers Castor et Pollux.

En mai 2015 il rejoint à nouveau le département Opérations & Entraînement de l'Etat-major de la Défense, d'abord en tant qu'Adjoint aux opérations puis plus tard comme Chef du département. Michel HOFMAN est promu Vice-amiral le 26 juin 2016.

En juillet 2017, il est nommé Vice Chef de la Défense où il prend en charge la restructuration de l'Etat-major de la Défense ainsi que l'implémentation de la Vision stratégique.

En juillet 2020, il est promu Amiral et devient Chef de la Défense. Il vit à Ostende et partage ses loisirs, principalement sportifs et culturels, avec sa famille et ses amis.

## **Réservistes attention !**

Vous êtes **RESPONSABLES**  
de votre carrière et de votre dossier.

L'ASE en est uniquement gestionnaire.

Prenez les devants ! Rencontrez vos gestionnaires,  
rendez-vous aux drinks d'unité, aux fastes, répondez  
à leurs demandes.

En bref, **montrez-vous !**

## Mise en place d'Officiers généraux

*Flash Défense n°14, 27 août 2020*

---

Chers Collaborateurs,

En raison du départ de plusieurs collègues officiers généraux et de la nécessité absolue d'assurer la continuité du fonctionnement de notre organisation, j'ai décidé, en concertation avec le Ministre, les mises en place suivantes :

Le Lieutenant général aviateur Claude VAN DE VOORDE, Sous-chef d'état-major Renseignement et Sécurité (ACOS IS) et Directeur du Service Général du Renseignement et de la Sécurité (SGRS) devient Représentant permanent belge près le Comité militaire de l'OTAN.

Le Général-major d'aviation Serge VASSART conserve sa fonction de Représentant permanent belge près le Comité Militaire de l'Union européenne.

Le Lieutenant général Jean-Paul CLAEYS devient Directeur général des Human Resources (DGHR) en remplacement du Lieutenant général d'aviation HENNES qui partira le 1 janvier 2021 à la pension.

Le Général-major Marc THYS, Transition Manager, devient Vice-chef de la Défense (VCHOD). Le mandat d'un an de l'équipe de transition touche à sa fin. Les dossiers en cours de réalisation seront repris par le Général-major THYS dans sa nouvelle fonction.

Le Général-major aviateur Frederik VANSINA, Commandant de la Composante Air (ACC), devient Sous-chef d'état-major Stratégie (ACOS Strat).

L'Amiral de division Wim ROBBERECHT, Commandant de la Composante Marine (NCC), devient Sous-chef d'état-major Opérations et Entraînement (ACOS O&T) en remplacement du Général-major Johan PEETERS qui partira le 1 octobre 2020 à la retraite.

Le Général-major aviateur Thierry DUPONT, Sous-chef d'état-major adjoint Opérations et Entraînement (DACOS O&T) devient Commandant de la Composante Air (ACC).

Le Général-major Philippe BOUCKE, Sous-chef d'état-major Stratégie (ACOS Strat) devient Sous-chef d'état-major Renseignement et Sécurité (ACOS IS) et Directeur du Service Général du Renseignement et de la Sécurité (SGRS).

L'Amiral de division Yves DUPONT, Chef de la Division « Systèmes » de la Direction Générale Material Resources (MR Sys), devient Commandant de l'Ecole Royale Militaire en remplacement du Général-major d'aviation Lutgardis CLAES qui quittera le service le 31 décembre 2020.

Le Capitaine de vaisseau breveté d'état-major Jan DE BEURME, Chef d'état-major (COS) de la Marine, devient le Commandant de la Composante Marine (NCC) et sera commissionné au grade d'amiral de flotille.

Le Colonel breveté d'état-major Vincent DESCHEEMAEKER, Directeur du Special Operations Command (SOCOM), devient Sous-chef d'état-major adjoint Opérations et Entraînement (DACOS O&T) et sera commissionné au grade de général de brigade. Pour le moment, il remplira cette fonction en cumul avec sa fonction actuelle de Directeur du SOCOM.

La mise en place effective sera programmée à partir de début septembre.

Afin d'être complet, et en conséquence d'une décision antérieure, le Colonel aviateur breveté d'état-major Paul DESAI, assumera dès le 28 septembre la fonction de Deputy Commander of the European Air Transport Command (DCOM EATC) et sera commissionné au grade de général de brigade aviateur.

Dès que la situation politique le permettra, les comités d'avancement pour officiers supérieurs et généraux seront organisés de façon à procéder aux nominations nécessaires et de compléter les mises en places.

Michel HOFMAN  
Amiral  
Aide de Camp du Roi  
Chef de la Défense



## Les traitements de la réserve vont augmenter

Flash Réserve n° 17, 2020

---

Dans la presse sont parus récemment plusieurs articles concernant quatre nouvelles mesures prises par les ministres MR de la Défense et de la Fonction publique, Philippe GOFFIN et David CLARINVAL. Ces mesures visent à améliorer l'attractivité de la Défense et la diminution des départs anticipés. L'une d'elles concernent la réserve.

Il s'agit de l'augmentation des traitements pour les prestations effectuées par les militaires de réserve.

Selon nos sources internes, il s'agirait de l'adaptation du calcul du traitement par jour presté. Ces traitements journaliers qui étaient jusqu'à présent  $1/30^e$  du salaire mensuel équivalent d'un militaire d'active seraient dorénavant  $1/20^e$  du salaire mensuel équivalent d'un militaire d'active.

Il s'agit donc là d'une augmentation substantielle et les associations coordinatrices nationales de la réserve, URNOR et URNSOR qui militent activement depuis des années pour l'amélioration entre autre des traitements de la réserve se réjouissent de cette nouvelle mesure.

Ces associations continueront bien-sûr à attirer l'attention de la Défense et celle de tous les autres acteurs sur d'autres améliorations nécessaires. Mais après des années d'immobilisme, les choses changent petit à petit et c'est une bonne chose.



Vous retrouverez toutes les informations utiles aux Réservistes à l'adresse :

**[www.crmrlg.be](http://www.crmrlg.be)**

Et nous restons joignables à l'adresse :

**[crmrlg@skynet.be](mailto:crmrlg@skynet.be)**

## Le 12/13 Li, une plate-forme expérimentale en matière de Personnel de Réserve ?

*Maj Jean-François DOHOGNE  
OIC Test Case/Comd Cie Res Ops*

---



PVE, qu'est-ce donc ? En clair, l'acronyme cité signifie « Prestation Volontaire d'Encadrement ». Il n'est d'âge pour cette notion issue du service militaire et qui permettait à l'époque à tout milicien de « juguler » son temps de milice avec son départ dans la vie professionnelle civile... ou même militaire (pour autant que sa présence était « utile »/nécessaire dans l'entité choisie).



Actuellement, ce contrat d'emploi temporaire est d'une durée minimum de DEUX mois et ne peut dépasser le 31 décembre de l'année civile pour laquelle il est prévu, mais il est renouvelable sur base annuelle (jusqu'à mi-2019 limité à 48 mois cumulés pour tout militaire de réserve, mais depuis, sans limite – lié au besoin).

C'est avec le projet-pilote de la Compagnie de Réserve Opérationnelle que le 12/13 Li a embrayé dès 2018 avec un premier contrat PVE pour un de ses réservistes issu du service militaire. Début 2019, notre unité spadoise ouvrait un contrat PVE pour un de ses actifs « fin de carrière » et dès avril de la même année, un de ses réservistes issu de l'active signait également une PVE.

DNR (Direction Nationale de la Réserve), élément de gestion et de pilotage administratif de la Réserve soumettait dès 2018 une nouvelle voie de recrutement pour la Réserve en se tournant vers les demandeurs d'emplois et les jeunes ayant terminé leurs études en recherche d'un premier emploi : le « Contrat PVE-Directe ». Ce système permet au sollicitant ayant réussi les tests médicaux et d'admission d'accéder aux modules de formation prévus pour les réservistes issus du civil (actuellement ceux-ci ont lieu en septembre et en octobre) et d'embrancher directement en fin de formation (terminée avec succès) sur un contrat PVE pour UN an minimum (renouvelable selon le besoin du département et suivant la volonté du contractuel de poursuivre sa collaboration sous cette forme).

Quelques places (une douzaine) avaient été ouvertes pour le 12/13 Li par le dossier de recrutement 2019 présenté à la signature du MOD (Ministre de la Défense) en 2018. C'est ainsi que dès le 14 octobre

2019, QUATRE candidats « PVE Directe » (UN Offr, DEUX SOffr et UN Vol) se présentaient à Spa pour suivre leur IPS (Initiation Professionnelle Spécialisée).

Bilan UN an après (sachant qu'ils avaient tous les QUATRE réussi leur formation de réserviste) :

- UN des DEUX SOffr s'est profilé comme candidat volontaire BDL (Contrat Court Terme) au sein du CFR (Centre de Formation Régionale) de Spa dès fin janvier 2020 ;
- Le Volontaire a cassé son contrat au printemps pour reprendre des études dès septembre 2020 ;
- L'autre Sous-Officier a postulé pour une place de SOffr sur diplôme et a été repris : il commençait à Saffraanberg ce 14 septembre 2020 en qualité de Candidat Sous-Officier de Carrière (CSOC) ;
- L'Officier s'est inscrit aussi pour une place d'Offr sur diplôme et a débuté sa formation à l'École d'Infanterie à Arlon ce 16 septembre 2020 en qualité de Candidat Officier de Carrière (COC).

Des conditions du contrat PVE ? Aux yeux de l'administration, le contractuel n'est considéré comme militaire que dans le cadre de sa fonction et de l'exécution de son contrat (pour le Ministère de l'Emploi, pour le Ministère des Pensions, l'intéressé reste UN civil). Sur le plan de la rémunération, il touche le revenu barémique de référence du grade dans lequel il est engagé à l'ancienneté « 0 » (à côté de cela, il bénéficie du volet complet des primes et prestations liées et, depuis peu, de la couverture DKV – assurance hospitalisation). Du point de vue « congés » et « heures de récupération », le contractuel doit prendre ceux-ci dans la durée de son contrat (exception faite des heures supplémentaires des intéressés qui voient une prolongation et qui dès lors peuvent s'arranger éventuellement avec leur service). De la rupture de la PVE, celle-ci se passe par le biais d'un Modèle B, avec un préavis d'UN mois pour l'intéressé et de DEUX mois pour l'institution.

Mon analyse personnelle me fait dire que si la PVE reste UNE solution pour compléter et/ou remplir des besoins au sein du département et donc juguler la problématique RH (Ressources Humaines) à laquelle nous sommes confrontés actuellement, ce n'est pas LA solution :

- Le contrat PVE est et reste ce qu'on appelle UN contrat d'emploi précaire ;
- Des « ponts » doivent être mis au point pour faciliter le passage (re-passage) pour les réservistes « ex-actives » vers un contrat stable au sein du département (BDL ?) ;

- Peu d'actives « fin de carrière » y adhèrent (problématique de gestion personnelle quant aux impôts sur le revenu, problème de perception individuelle quant au delta entre le montant de la pension et le montant de revenu de la PVE, ...) ;
- **Peu de publicité sur l'éventuelle extension de la voie de la PVCMM (Prolongation Volontaire de la Carrière Militaire) vers l'ensemble des catégories du personnel militaire. Cette voie serait pour les « fin de carrière » bien plus intéressante que l'orientation vers UNE PVE.**

Au 12/13 Li, suite au départ des DEUX jeunes en « PVE-directe » vers une candidature active, il reste DEUX contrats PVE liant des ex-miliciens, TROIS contrats PVE liant des ex-actives et UN contrat PVE liant un « fin de carrière ». Dans le cadre du recrutement, malgré le fait que la DNR reste responsable du dossier de recrutement pour la catégorie des contrats « PVE-directe », l'analyse des besoins est laissée au département HRB-Carr (en coordination avec les Composantes, les Directions Générales et ACOS). Même si en fin de parcours il est possible pour un réserviste en contrat « PVE-directe » de rejoindre la réserve opérationnelle (lisez une compagnie de réserve opérationnelle), au départ il sera plutôt recruté sur base de ses compétences/formation civiles en tant qu'administratif ou au sein d'un service CS (Combat Support) ou CSS (Combat Service Support).



## **Conférence du Général e.r. Marc COMPERNOL**

*Maj Jean-François DOHOGNE*

---

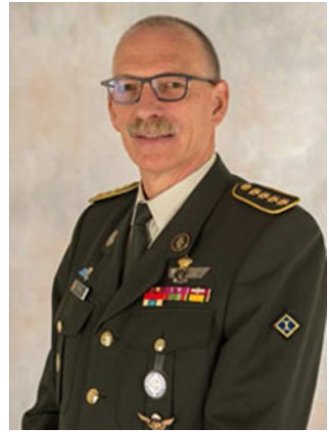
*Conférence du 17 septembre 2020 au Club Royal des Officiers du Régiment des guides – initialement planifiée au mois de mars 2020.*

C'est un sujet délicat que nous exposait en ces temps sanitaires particulièrement difficiles notre ancien CHOD, chose qu'il fit de main de maître avec son expérience, sa précision et son expertise connue et reconnue : « Les défis de la Défense »



Je passerai ici la mise en situation actuelle de l'évolution de notre appareil militaire ces trente dernières années (suspension du service militaire, restructuration du département, mise en place du commandement unique et centralisé, notions de dividendes de la paix, de contrats court-terme, gel du budget et autres investissements ou encore vente de l'immobilier militaire et autres matériels).

Les lignes qui m'ont marqué lors de la conférence du Général sont principalement celles tournées vers la problématique cruciale des ressources humaines et du budget de notre Défense, ainsi que l'impact probable de la crise sanitaire actuelle :



- Nous perdrons 40% de notre force vive dans les 5 années à venir, ceci principalement dû au fait des militaires arrivés en fin de carrière. Pour l'instant, malgré des efforts énormes de recrutement afin de juguler cette situation, nous restons confrontés à un delta négatif.
- Sur base annuelle, nous avons besoin d'un montant déterminé pour fonctionner. En dépit de l'ouverture du monde politique à la problématique sécuritaire contemporaine et l'acceptation de nouveaux volets d'investissements (F35, A400M, nouveaux navires de lutte contre les mines, projet CAMO, ...), le pourcentage du PIB à la Défense doit remonter au-dessus de la barre des 1% au risque de perdre l'outil rapidement (notre pays n'a pas besoin des 2% exigés par nos alliés américains et l'OTAN, mais le taux actuel nous mène droit à la faillite).
- Quant à la crise du Covid-19, il est trop tôt encore pour déterminer son impact sur les deux points qui précèdent. Toujours est-il qu'elle a ouvert la porte à une crise économique et financière dont on connaît actuellement peu la portée, mais tout le monde sait que cela ne sera très positif et que d'office notre département sera impacté d'une manière ou d'une autre.

Les conclusions du Général restaient empreintes de beaucoup de positivisme : il n'est pas question de sombrer dans le fatalisme, nous devons rebondir et aller vers toutes les opportunités que nous offrent la société contemporaine dans laquelle et avec laquelle nous vivons et certainement sortir de la rigidité et la rigueur d'esprit parfois trop marquées au sein du département.

Personnellement, j'ai pleine confiance dans l'équipe nouvelle à la tête de notre département, avec l'Amiral HOFMAN en tant que CHOD et le Général THYS dans la fonction de Vice-CHOD.

## La Réserve belge présente au Renfort du Rôle 1 français à Niamey

1Sgt Xavier JOYEUX  
3EMI



*1SGT Xavier JOYEUX est infirmier urgentiste aux cliniques universitaires St Luc à BRUXELLES. Son quotidien se passe au service des urgences de cet hôpital. Membre de l'équipe des Réservistes du 3EMI à Marche-en-Famenne, il participe régulièrement à des appuis médicaux au profit de son Unité et il a pris part à plusieurs missions militaires à caractère médical. Cette année, il se trouve à NIAMEY.*

Depuis le 08 juin, une équipe médicale belge a intégré le Rôle 1 de la BAP (comprenez Base Aérienne Projetée) à Niamey afin d'augmenter la capacité de réanimation des forces armées françaises et belges déployées dans la bande sahélo-saharienne.

Une centaine de para-commandos belges sont actuellement déployés dans le sud du Niger pour assurer la formation des unités d'interventions nigériennes qui luttent contre les groupes armés terroristes.

L'armée française est présente au Mali depuis 2013 et dans toute la bande sahélo-saharienne, dans le cadre de l'Opération Barkhane.

L'objectif de l'équipe franco-belge est d'installer et de pouvoir bénéficier d'une capacité de réanimation spécifique Covid19 au niveau de Niamey.

Le but est de pouvoir accueillir des militaires belges & français infectés par le Covid19 et nécessitant une prise en charge intensive, avant leur Stratevac vers leurs pays respectifs.

En effet, des patients infectés par le Covid nécessitent une prise en charge et une infrastructure spécifique pour éviter de contaminer les autres structures types Rôles 1 & Rôles 2 du théâtre d'opération.

C'est donc une capacité de réanimation belgo-française qui est mise en place en complément du Rôle 1 français sur la Base Aérienne Projetée (une base aérienne située hors du territoire français) à Niamey.

Cette antenne médicale particulière est composée de la ICU (Intensive Care Unit) belge et de la CaRP (Capacité de Réanimation Projetée) française. Elle permet une prise en charge de 24 à 48 h d'un patient dans l'attente de son évacuation vers la Belgique ou la France.



L'équipe belge (1/3/1) est composée d'un médecin, de deux infirmiers, d'un chef R1 et d'un ambulancier.

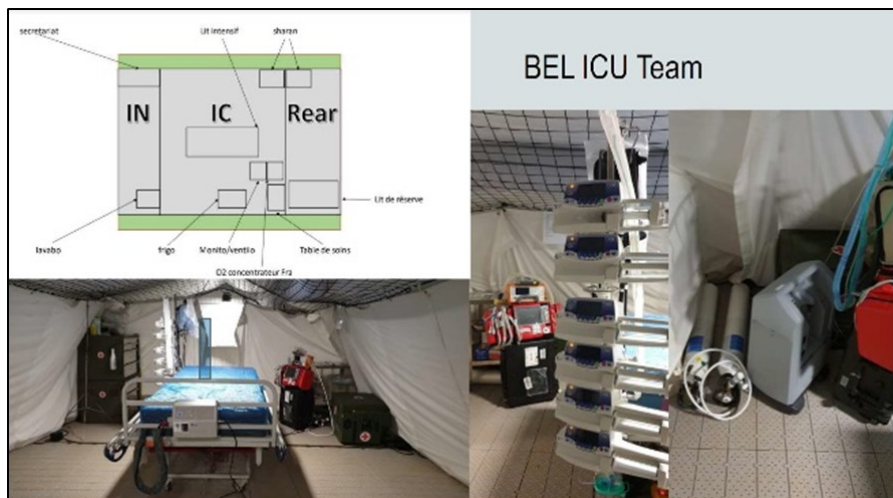
Le 1<sup>er</sup> Sergent infirmier de Réserve Xavier JOYEUX (3EMI) assure la deuxième rotation de mi-août à mi-octobre.

Après 2 semaines de quarantaine en isolement à Bruxelles, il a décollé de la base aérienne militaire de Orléans dans un Airbus A400M (la future relève de nos actuels C130) en direction du Niger.



Sur place, le travail est varié. Les capacités de réanimations spécifiques au Covid n'ont pas encore dû être souvent utilisées, ce qui est en soit une bonne nouvelle pour les militaires belges et français.

Des rares cas de Covid ont été diagnostiqués, sans conséquences cliniques graves. Ces patients sont alors placés en isolement dans une structure dédiée spécifiquement à cet effet au niveau de la BAP.





La période des pluies battant son plein en ce moment, les cas de paludisme dû à une présence importante de moustiques sont plus nombreux. L'équipe belge collabore et compare ses protocoles de traitement avec l'équipe française. Là encore, c'est un enrichissement quotidien de pouvoir connaître de nouveaux traitements et apprendre de nouvelles méthodes de travail.

Ce sera probablement la grande leçon retenue par le 1<sup>er</sup> Sgt JOYEUX de cette mission : l'échange avec l'équipe médicale d'une autre nation, chacun apportant ses compétences spécifiques et son expérience à l'autre, dans un but d'apprentissage et dans un esprit de collaboration, sans complexe de supériorité.



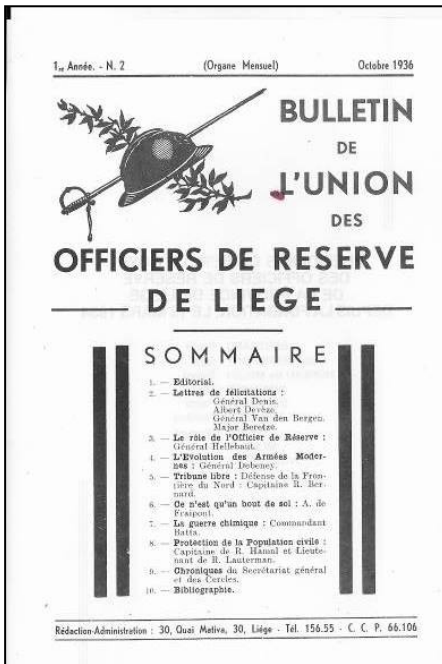
## Coup d'œil dans le rétroviseur

Cdt Hre Serge HENNIQUIAU  
Vice-Président

Depuis l'édition de votre revue « LE BAN » de mars 2019, cette nouvelle rubrique vous a donné l'occasion de redécouvrir quelques anciens articles de la revue.

La dernière fois, en juin 2020, j'ai choisi de vous exposer le « *pourquoi et le comment* » de notre fanion. Cette fois, c'est le tour de la revue elle-même.

Le Cercle, qui à l'époque répondait au nom de « *Union des Officiers de Réserve de Liège* », a été fondé en mars 1934 par le Capitaine de Réserve Marcel BERTRAND ; dans la foulée de la fondation une revue est née et elle portait le nom de « *Bulletin de l'Union des Officiers de Réserve de Liège* ».



Ci-contre la couverture du N° 2. Le N° 1 étant dans les archives du Musée Royal de l'Armée et d'Histoire Militaire.

A remarquer que ce bulletin est mensuel, et que si le N° 2 date d'octobre 1936, le N° 1 doit dater de septembre 1936.

Notez qu'au bas de cette couverture, on lit l'adresse du Capitaine de Réserve Marcel BERTRAND (éditeur responsable !).

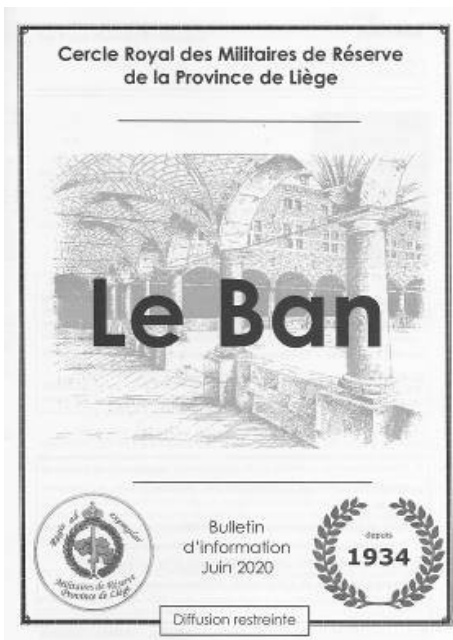
C'est en 1952, sous l'impulsion du Lieutenant de Réserve Albert SENNEN, que le « *Bulletin de l'Union des Officiers de Réserve de Liège* » change de nom et devient « **LE BAN** ».

En voici l'exemplaire de février 1984.

Pourquoi l'a-t-on dénommé « **LE BAN** »,

« *BAN : Convocation des vassaux par le seigneur ou le roi pour le service militaire ; ensemble des vassaux convoqués* ».

Comme Albert SENNEN était féru d'histoire du Moyen-âge, il avait choisi ce vocable qui correspondait bien à la notion de « Réserviste »



C'est finalement en février 2002 que la revue acquiert sa forme actuelle, sous l'impulsion de l'actuel S5-Webmaster, le Cdt Paul SCIMAR.

---

### **La Méthode Naturelle s'est construite depuis les années 1910**

Présenter la Méthode Naturelle, c'est avant tout présenter son auteur : Georges HÉBERT. Il naît à Paris en 1875. Devenu officier dans la marine française, il peut, à l'occasion de ses voyages dans les contrées lointaines (Amériques principalement), observer les hommes et les femmes des peuples qu'il côtoie. Il se rend compte à la fois de leur beauté et de leur vigueur. Et pourtant, ces hommes et ces femmes n'ont souvent pas d'autre moyen de mise en condition physique que la pratique de leurs activités quotidiennes.



Georges HÉBERT est préoccupé d'éducation physique. Son intuition va consister à mettre au point la « Méthode Naturelle » en utilisant des mouvements et des activités ordinaires visant à développer les qualités physiques que sont l'endurance, la résistance, la force, la souplesse et la coordination.

Les influences de l'œuvre d'HÉBERT ne peuvent se résumer à l'observation des seuls peuples qu'il côtoyait : il assista, en 1902, à la destruction de la ville de Saint Pierre de la Martinique suite à l'éruption du volcan de la Montagne Pelée. Georges HÉBERT et des hommes intrépides assurent le sauvetage de 700 personnes. Il se rend alors compte qu'en de telles circonstances, seuls les hommes physiquement et moralement forts peuvent se rendre utiles.

La Méthode Naturelle, et c'est fondamental, est bien plus qu'une méthode d'éducation physique. C'est aussi une méthode d'éducation morale : la recherche d'une bonne condition physique doit être orientée, motivée par un objectif ultime, lequel est résumé dans la devise de Georges HÉBERT : « Être fort pour être utile ». Ayant choisi sa voie d'éducateur, HÉBERT adresse un rapport à l'état-major de la Marine, dans lequel il exprime son désir de former des hommes vigoureux selon les principes de la « Méthode Naturelle ». En 1903, il demande à intégrer l'école des fusiliers marins de Lorient. Il y engage alors des réformes qui, d'après lui, sont totalement effectives dès décembre



1904. Il y perfectionne l'entraînement physique, le révolutionne même, et surtout lui confère un but altruiste qui convient bien aux militaires en temps de paix : sauvetage en mer, transport de blessés, secours lors de catastrophes...

Il occupe le poste de directeur technique au Collège d'athlètes de Reims (qui n'est pas, lui, une institution militaire) inauguré en 1913 pendant le congé de trois ans à dater du 31 mars 1913 qu'il prend à Lorient.

Une campagne de presse établit la notoriété de la gymnastique d'HÉBERT, que la renommée appelle bientôt et encore aujourd'hui HÉBERTISME.

Durant la première guerre mondiale, HÉBERT joue un rôle prépondérant dans la mise en condition physique de l'armée, où sa méthode est généralisée. À partir de 1920, il oriente son action principalement vers les enfants et les femmes. Il organise l'éducation physique dans de nombreux établissements et forme des cadres à cet effet.

À sa mort, en 1957, HÉBERT laisse derrière lui une abondante littérature. De façon prémonitoire, il dénonce, dans un ouvrage intitulé « Le Sport contre l'Éducation Physique », les abus du sport de compétition.

### **Elle se répand en Belgique à partir des années 1920.**

L'Hébertisme a été introduit et diffusé en Belgique à partir des années 1920 grâce aux Cours Normaux d'Éducation Physique du Hainaut sous la direction de Georges DEJEAN. Les débuts de la « liaison fructueuse » entre l'hébertisme et le scoutisme en Belgique datent de 1937 quand Georges NELISSEN fut invité à introduire l'hébertisme dans la FSC, le mouvement scout catholique francophone. Dans les camps des officiers emprisonnés en Allemagne, la méthode naturelle se répandait et deux de ses promoteurs, le lieutenant-colonel Camille TASSE et le sous-lieutenant de réserve Marcel BEUGNIER, furent à l'origine de l'introduction de la méthode dans l'armée belge d'un côté et de la fondation de la FBEPMN de l'autre. Cette fédération a promu sa méthode – main dans la main – avec la FSC jusqu'en 1961. Les années 1962-1979 furent une période difficile pour le mouvement, caractérisée par la disparition de son Bulletin. En 2004, le nom de la fédération fut abrégé en Fédération Belge d'Hébertisme (FBH), qui s'est associée aux yogistes en 2012 pour devenir Fédération Belge d'Hébertisme et de Yoga (FBHY).



## L'entraînement physique de l'Officier de réserve

Cdt Paul SCIMAR  
S5-Webmaster CRMRLg

---



*Indépendamment de mes responsabilités de S5-Webmaster du CRMRLg, je suis Président de Sport'nat® Esneux (anciennement le Centre Hébert d'Esneux). Nous pratiquons l'hébertisme, ou plus précisément la Méthode Naturelle développée par Georges HEBERT (voir article précédent) qui est une méthode d'éducation physique complète, organisant l'entraînement physique en milieu naturel autour de dix familles d'exercices qui sont l'apanage du corps humain (marche, course, quadrupédie, grimper, saut, équilibre, lancer, porter, défense et natation).*

*A cet effet, Sport'nat® Esneux bénéficie probablement du plus beau « Parcours Hébert » de Belgique avec ses 15 obstacles qui fut construit en 2009 par la Commune d'Esneux dans ses Bois.*

*C'est à ce titre que je m'implique volontiers dans l'entraînement physique des Cadets de la Défense.*

*Je ne résiste pas de partager avec vous un article rédigé par le Lt-Col TASSE, alors Commandant de l'IMEP (pas encore Royal), et publié dans le Bulletin de la Fédération Belge d'Education Physique par la Méthode Naturelle, n°s 13 et 14, 3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> trimestre 1953. Cette revue trimestrielle était dirigée et rédigée par Marcel BEUGNIER, Officier de réserve et père de l'actuel Président de la Fédération Belge d'Hébertisme de Yoga dont Sport'nat constitue la section « Hébertisme ».*

*Comme vous pourrez le lire, rien n'a changé en 50 ans !*

Dans une étude sur les enseignements de la guerre de Corée, le Col BEM CRAHAY, premier Commandant du Bataillon belge au service des Nations Unies, émet certaines considérations relatives à l'entraînement physique des combattants. En voici quelques extraits : « L'entraînement doit être dur, car la vie en campagne est plus dure que n'importe quel entraînement. Les « Marines » ont un dur entraînement, mais ils de loin la meilleure infanterie américaine.

Leur bel esprit de corps est une conséquence de l'avoir supporté... J'ai vu des hommes blessés aux pieds et aux jambes, refuser d'aller à la visite du médecin pour pouvoir participer à la speedmarch après laquelle on donnait les bérets bruns... Notre infanterie devrait se distinguer des

autres armes en ayant les meilleurs athlètes de l'Armée. » Et pour terminer cette étude sur l'entraînement physique, le Col BEM CRAHAY écrit : « Mais, bien entendu, il faudrait pour commencer que les cadres se distinguent avant tout et soient un exemple pour leurs hommes ».

A l'occasion des premières phases du même conflit de Corée, le CPC HEBERT examine dans la revue française « L'ÉDUCATION PHYSIQUE », l'influence sur les fluctuations du combat de la valeur physique et de l'endurance des combattants asiatiques dans les déplacements à pied. Il écrit : « La mobilité extrême de ces hommes était due à leurs aptitudes remarquables en tant que marcheurs et coureurs de brousse, de jour et surtout de nuit, en toutes sortes de terrains, marécageux ou montagneux, avec tous les incidents que comportent pareils déplacements en pleine nature : saut, escalades, dissimulation, reptation, portage, traversée de cours d'eau... C'est grâce à cette mobilité,



*Georges HEBERT*

qui a tant surpris leurs adversaires, que les Coréens ont pu si facilement rompre le combat sur un point pour le reprendre rapidement sur un autre, se défilier sur les flancs et les arrières des troupes adverses, harceler sans cesse des unités moins mobiles que les leurs ou trop esclaves des routes ou des moyens de transport mécaniques ».

Ces citations du Lt-Col BEM CRAHAY et du CPC HEBERT méritent de retenir toute notre attention. Elles nous montrent, en effet, de façon indiscutable, que l'entraînement physique doit occuper une place importante dans le programme général d'instruction du combattant. Déjà pendant la seconde guerre mondiale, les Anglo-Saxons accordaient au « Physical Training » toute l'importance qui lui revient.

Les armes modernes se perfectionnent constamment. Cependant, quelles que soient les améliorations techniques apportées aux armes, leur rendement, spécialement pour les forces terrestres, sera toujours fonction de la valeur physique, virile et morale, de ceux qui seront appelés à s'en servir. Déjà au début du siècle, le général français Baron AMBERT écrivait : « Les armées des grandes nations ont des armes de valeur sensiblement égale. C'est à l'Homme, instrument premier du combat, qu'il faut s'adresser ; à l'Homme, perfectionné au triple point de vue technique, physique et viril. »

Ces qualités physiques, viriles et d'action ne peuvent s'acquérir que par un entraînement méthodique à certains exercices corporels, parfois difficiles ou dangereux, qui requièrent la mise en œuvre de ces

qualités. Cet entraînement doit être réaliste, c'est-à-dire orienté dans un sens militairement utile. Il faut qu'il tienne compte des actes, des gestes que le combattant exécutera le plus souvent en campagne et au combat. Qu'exige-t-on d'un combattant accompli ? On lui demande de vaincre le terrain et son adversaire. Pour améliorer ces buts, on lui demande de marcher vite et longtemps car, malgré la motorisation des armées, il arrivera souvent que les troupes d'infanterie devront se déplacer à pied. On lui demandera aussi de courir, de progresser par bonds, en se dissimulant ou en rampant, de surmonter les obstacles naturels ou artificiels par le grimper, l'escalade ou le saut, de franchir un cours d'eau à la nage, à l'aide de cordages ou par tout autre moyen, de porter sa charge et des munitions, de lancer la grenade, d'attaquer ou de se défendre dans le corps-à-corps.

Depuis 1945, l'entraînement physique militaire a été orienté vers ces buts essentiellement utilitaires. Parmi les diverses activités que comporte le programme d'Éducation Physique, « l'Entraînement Physique de combat » basé sur les principes de la méthode HEBERT, occupe la place la plus importante.

C'est par cet entraînement, systématiquement poursuivi pendant toute la durée du service, que les officiers, le cadre et les miliciens acquièrent les aptitudes aux exercices militaires que nous venons de citer.

Ces aptitudes ne sont cependant pas suffisantes. Il faut aussi que le combattant puisse « tenir » en toutes circonstances et par tous les temps. Les conditions atmosphériques défavorables, chaleur, froid, pluie, vent, neige ou grêle, considérées par beaucoup comme éléments maléfiques, contribuent au contraire, à l'endurcissement de l'organisme et de sa robustesse. En bref, il faut que le combattant possède la résistance foncière



Voir le dossier sur l'entraînement physique militaire et sportif publié dans la revue de l'Armée française TIM (Terre Information Magazine), n°296, juillet/août 2018.

<https://www.defense.gouv.fr/web-documentaire/entrainement-physique-militaire/assets/files/dossier-entrainement.pdf>

re, c'est-à-dire la puissance du cœur et du souffle qui permet de supporter des efforts intenses, et les qualités d'endurance sans lesquelles son rendement ne pourrait être optimum. Résistance foncière et endurance s'acquièrent et se maintiennent, non par la pratique d'une gymnastique de chambre, mais par les déplacements à pied : marche, course, la combinaison marche-course, les sports à déplacements rapides tels football et surtout le basket et le hand-ball.

Comme l'écrivait le Col BEM CRAHAY, il faudrait pour commencer que les cadres se distinguent avant tout et soient un exemple pour leurs hommes. Etre en condition physique et prêt pour la bataille est un devoir pour l'officier, devoir envers lui-même, l'Armée et la Nation. Il doit être prêt à tout moment, ce qui implique le maintien habituel et non occasionnel de la condition physique.

Si l'Officier de carrière conserve des aptitudes physiques suffisantes par la vie active qu'il mène journallement avec ses hommes, il n'en est pas de même pour l'officier de réserve. En général, l'Officier de réserve est absorbé par ses obligations professionnelles, a pris des habitudes de sédentarité et ne se soucie pas, ou si peu, de son maintien en bonne condition physique. Même s'il est animé des meilleurs intentions, il ne sait souvent comment s'y prendre.

La question qui se pose est donc la suivante : comment, par quels moyens pratiques et réalisables, l'Officier de réserve pourra-t-il se maintenir en condition physique suffisante ? Nous nous adressons aux jeunes lieutenants et capitaines. On ne peut, en effet, exiger d'un officier d'âge mûr un développement des aptitudes physiques aussi complet que celui que on est en droit de demander aux chefs de pelotons et commandants de compagnie. Leurs missions sont d'ailleurs différentes. Aux aînés, laissons les soucis du commandement et des conceptions tactiques. Aux jeunes, l'allant, l'enthousiasme, l'énergie, la force et l'endurance qui en feront des conducteurs d'hommes au combat.

N° 13 Troisième Trimestre 1953

**BULLETIN**  
DE LA  
**Fédération Belge d'Education Physique**  
PAR LA  
**MÉTHODE NATURELLE**

---

SOMMAIRE

Activités de la Fédération.

Camp de Moniteurs 1953 .....	3
Camp d'Initiés de REPPE (Andenne) .....	6
Camp de Colico (Halle) .....	7
Inauguration du Champ d'Etats du Bonnet .....	8
En Allemagne occupée .....	13
Dosage de l'effort chez l'Adulte (suite) .....	14
Docteur Delcourt-Bernard.	
Programme d'Entraînement (suite) .....	16
A. Mélard.	
L'Entraînement physique de l'Officier de Réserve .....	18
Le Colonel Tasse.	
A travers les Revues .....	20
Naturalisme .....	23

---

DIRECTION ET REDACTION :  
**Marcel BEUGNIER,**  
6, rue du Calvaire, GOSSELIES.

L'éditeur de la revue ajoute : *Le Lt-Col TASSE dégage ensuite ce que peut apporter la pratique d'une gymnastique matinale en chambre de dix à vingt minutes. Si elle assure la souplesse des articulations, maintient un tonus musculaire suffisant et retarde l'apparition des infiltrations graisseuses, surtout abdominales, elle ne permet cependant pas à l'Officier de réserve d'atteindre le but qu'il devrait poursuivre. Il ne suffit pas, en effet, d'avoir conservé une certaine « ligne », une allure dégagée, il faut surtout qu'il soit efficace sur le terrain. L'auteur l'expose avec infiniment de pertinence.*

Si la gymnastique matinale poursuit des buts légitimes, elle ne peut prétendre à l'acquisition et au maintien des ces qualités primordiales et absolument indispensables à l'Officier que sont la résistance foncière et l'endurance. Le développement maximum de ces qualités est obtenu dans l'entraînement physique militaire par des marches rapides ou de fonds, les courses, le cross promenade, les parcours naturel tout terrains.

On ne peut cependant demander à l'officier de réserve de s'astreindre à un tel entraînement. Mais on peut affirmer que la pratique journalière de la marche active reste dans le domaine des possibilités. Il faut entendre par marche active celle dont la vitesse est voisine de 6km à l'heure. C'est en somme le pas cadencé, allongé et souple, les bras conservant leur balancement naturel. En marchant ainsi, il faut avoir soin, pour agir sur les poumons, de bien respirer. Une inspiration nasale profonde et complète sur quatre ou cinq pas sera suivie d'une expiration, également par le nez, sur les quatre ou cinq pas suivants. Il est de bonne pratique de rechercher toutes les occasions possibles de marcher, à raison d'une heure par jour, soit en se rendant à ses occupations, soit en revenant, soit en toute autre circonstance.

L'idéal serait de pouvoir associer la course à la pratique de la marche active. La combinaison de ces deux modes de déplacement sur jambes aura les meilleurs effets sur le développement de la résistance cardio-pulmonaire et de l'endurance. Comment y parvenir ? En sacrifiant quelques loisirs du dimanche pour se rendre à la campagne ou dans les bois. Le déplacement en pleine nature, sur les chemins de campagne, les chemins forestiers, à l'abri des regards indiscrets, permet cette heureuse combinaison de la marche et de la course modérée, sur des distances, qui selon les possibilités de chacun, s'échelonnent de cinquante à deux cents mètres.

Cet entraînement sera utilement complété par l'exécution de parcours naturels tous terrains. Après avoir déterminé sur la carte un point de départ, un point d'arrivée, on réunit ces deux points par une ligne dont on calcule l'azimut. On marche à l'aventure suivant cet azimut, en surmontant par de petits exercices d'escalade, de grimper, de saut ou d'équilibre, les obstacles du terrain que l'on rencontre.

Il existe dans les principales villes des cercles très actifs d'Officiers de réserve. Ne pourrait-on pas suggérer de se réunir de temps en temps pour exécuter en groupe les exercices de footing et les parcours naturels que nous recommandons ? Cette façon d'agir rendrait l'entraînement plus agréable et contribuerait en outre, au développement de l'esprit de camaraderie qui doit unir tous les Officiers d'un même cercle.

Si les déplacements à pied tels que nous avons essayé de les définir suffisent à assurer une condition physique normale, il est bien évident que celle-ci tendra vers son plein épanouissement chez ceux qui, par goût de l'effort, se livrent habituellement aux activités de plein air : cyclotourisme ou tourisme pédestre, camping, alpinisme, sports d'hiver, tennis, sports collectifs, athlétisme léger, etc.

Pour terminer, il importe de faire remarquer que la seule pratique régulière des exercices physiques ne peut assurer le maintien de la santé et partant de la condition physique. Il faut encore se fixer une discipline de vie, ne pas violer les lois de la vie saine, particulièrement dans le boire et le manger. Sans devoir vivre comme un ascète, il faut pouvoir se modérer. Les peuples frugaux et sobres sont les plus résistants et les plus endurants.

Lt-Col C. TASSE  
Cmdt IMEP

L'éditeur conclut en ces termes : *Le Lt-Col TASSE a remarquablement situé le problème et il en a donné une solution de bon sens, avec des exigences modérées. Son expérience de la vie militaire lui a permis de se rendre compte « qu'un brillant tacticien, physiquement faible, sera incapable de commander son unité après quelques jours de campagne. Aussi, à quoi lui serviront ses brillantes qualités tactiques si le manque d'endurance et ses inaptitudes à vaincre les obstacles du ter-*

Fédération Belge d'Éducation Physique  
par la

## Méthode Naturelle

LE

PETIT

GUIDE



640 MOUVEMENTS  
D'ÉDUCATION PHYSIQUE  
DÉCRITS PAR L'IMAGE

rain et les privations le mettent, à bref délai, dans l'impossibilité de les appliquer ».

Or, qu'avons-nous vu au cours des ces dernières années dans le perfectionnement de l'Officier de réserve. Nous avons vu la création de cours par correspondance, d'ailleurs fort bien établis dans l'ensemble, mais qui ont rapidement constitués pour beaucoup de participants une trop lourde avalanche d'instructions que le manque de temps permet rarement d'absorber.

Au cours des rappels de courte durée, les instructeurs des différentes écoles se dévouent sans compter pour préciser les notions théoriques des leçons par correspondance, pour diriger les exercices pratiques.

Fort bien ! Mais dans cette préparation, où est la place du maintien en condition physique de l'Officier de réserve ? Nous parlons ici des périodes se situant en dehors du temps normal de service militaire. En fait, cette place n'existe pas.

Il ne saurait en être autrement : l'Armée actuelle n'a ni le temps, ni le personnel suffisant pour s'en occuper.

Or, les Officiers de réserve admettent pour eux-mêmes la nécessité d'une bonne condition physique. Ils s'en rendent compte surtout pendant les périodes de manœuvres, de rappels ou d'exercices de longue durée.

Bien sûr ils s'en rendent compte et peut-être même se promettent-ils de s'y appliquer... plus tard !

Mais il y a loin de la coupe aux lèvres.

Pour qu'un homme se livre à la pratique habituelle des exercices physiques, il faut qu'il soit un pratiquant par goût, aimant l'effort pour l'effort. Reconnaissons que ce n'est pas monnaie courante. Et, bien sûr, il y a d'heureuses exceptions.

Mais reconnaissons surtout que l'Officier de réserve, semblable à tous ceux de sa classe sociale, est trop souvent un bourgeois à qui l'effort physique répugne. Faudra-t-il dès lors abandonner l'espoir d'en voir un plus grand nombre se maintenir en bonne condition ?

Malgré le noir tableau qui précède, nous osons espérer que non.

Parce que, dans ce domaine, certains cercle semblent se préoccuper de la question. Déjà nous savons que ceux de **Liège** et Charleroi se proposent la création de cours d'entraînement physique pour leurs membres.



*Bravo ! Nous applaudissons des deux mains à leur initiative, mais dès maintenant, nous les mettons en garde quant à la réalisation de ce beau projet.*

*D'abord bien définir le but à atteindre ; acquérir la résistance foncière et l'endurance. Ces qualités ne s'acquerront ni par une gymnastique en salle, ni par des mouvements mécanisés exécutés sur place. Elles s'acquerront sur le terrain, par une éducation physique à base de déplacement, ayant par conséquent des effets importants sur le cœur et les poumons. Parallèlement, il faudra développer des aptitudes dans tous les genres d'exercices vraiment UTILES au combat : marche, course, sauts d'obstacles réels, camping, porter, défense, etc. Il faudra donc rejeter sans hésiter tous les moyens d'éducation physique s'écartant du but à atteindre. En outre, il faudra payer de sa personne.*

*Mais il conviendra de le faire avec sagesse. Si la plupart des Officiers de réserve doivent être ré-entraînés, il doivent l'être en fonction de leur valeur actuelle, sans exagération. C'est pourquoi les leçons devront être dirigées par des éducateurs connaissant parfaitement les nécessités du DOSAGE DE L'EFFORT, faute de quoi, les résultats seront nuls, la santé des pratiquants s'en ressentira et ils risqueront d'être définitivement dégoûtés de tout effort physique. Or, il ne peut en être ainsi : le pays peut encore avoir besoin de ses Officiers des réserve en bonne condition, entraîneurs d'hommes et exemples pour la nation.*

M. BEUGNIER  
Capt (R) d'Artillerie  
Président de la Fédération



Vous retrouverez plus d'information concernant la Méthode naturelle sur les sites de Sport'nat® Belgique ([www.sportnat.be](http://www.sportnat.be)) ou sur le site du Centre Sport'nat® d'Esneux ([www.sportnatesneux.be](http://www.sportnatesneux.be)).

## Barbecue des familles – Dimanche 6 septembre

Cdt Hre Serge HENNIQUIAU  
Vice-Président

---

Voilà une activité qui pourrait être qualifiée « *activité de renaissance* ». En effet, après sept longs mois d'inactivité forcée à cause des mesures prises pour la non-prolifération du covid-19, le Cercle Royal des Militaires de Réserve de la Province de Liège renoue avec ses traditions et reprend ses activités.

Ce fut le cas le dimanche 6 septembre avec le barbecue des familles qui a été, cette année, pris en charge par notre S3 et son épouse, Lambert et Corinne L'HOEST.

Il y a deux ans, nous avons organisé ce barbecue chez les mêmes Lambert et Corinne ; cette année, l'occasion était trop belle de revenir chez eux (à leur invitation) puisque le couple venait de reprendre et rénover une maison familiale en pleine forêt de Septroux-Aywaille.

Pour la petite histoire : *Le hameau de Septroux est situé à l'ouest de la commune d'Aywaille. Ses maisons se trouvent adossées aux parties Nord et Est de la colline de Cwimont appelée aussi colline de Septroux. Cette colline culmine à 290 mètres d'altitude soit plus de 160 m. au-dessus du cours de l'Amblève qui passe au Nord tandis qu'à l'Est coule le petit ruisseau du Trou Pâquette. Une grande croix de bois (illuminée les soirs d'hiver) dressée sur cette colline est visible depuis Aywaille.*



Voilà donc le décor planté.

Dans la tradition des barbecues des familles, tout commence par une promenade apéritive dont la rentrée donne le départ des agapes.

Mieux qu'un récit... voici quelques photos de ce dimanche mémorable.



## Samedi 14 novembre — Repas de Corps-Ladies Night

---

*Le Colonel DI DUCA Dominique, Président du Cercle Royal des Militaires de Réserve de la Province de Liège, et les membres du Comité ont le plaisir d'inviter*

les Militaires de Réserve et leur partenaire  
au Repas de Corps – Ladies night du Cercle  
qui se tiendra le

**samedi 14 novembre 2020 à 19 Hr 30**

au restaurant « **La Bergerie** »

Rue des Cailloux, 83 - 4000 Liège (Cointe)  
à côté du monument interallié.



### **Parking :**

Aisé près du monument interallié de Cointe.

### **Paf :**

55,00 € par personne au compte IBAN : BE73 0000 3936 8660 -  
BIC : BPOTBEB1 de Cercle Mil Res Liège à 4000 Liège avec la mention : «Repas de corps 2020».



## **Menu :**

L'apéritif et ses amuse-bouche.

Saumon fumé d'Ecosse, crème fleurette aneth, écrevisse, toast.

Magret de canard, sauce acacia, chicon braisé, pomme caramélisée et airelles, pommes croquettes.

Fondant chocolat sur crème anglaise.

## **Tenues :**

*Pour les Mil Res* : Tenue bleue (épaulettes dorées et DH grands modules) – Spencer (DH petits modules) – Service-dress (chemise blanche, cravate noire, DH grands modules) – Smoking – Complet veston sombre.

*Pour les dames* : tenue de circonstance.

## **Limite des inscriptions :**

Faire parvenir votre inscription avant le 05 novembre 2020.

Lors de l'inscription : merci de bien mentionner le nombre de personnes

## **Possibilités d'inscription :**

- Via le courrier de BPost
- Via notre site web : [www.crmrlg.be](http://www.crmrlg.be)
- Via un courriel à : [crmrlg@skynet.be](mailto:crmrlg@skynet.be)
- Via un SMS au N° 0475 / 45 51 93

Durant l'apéritif et le repas : projection des activités de l'année écoulée.



## Vendredi 27 novembre — Assemblée générale du CRMRLg

---



### CONVOCAATION

L'Assemblée Générale annuelle statutaire (AGAS) du Cercle Royal des Militaires de Réserve de la Province de LIEGE se tiendra le vendredi 27 novembre 2020 à 19 heures 45 (précise !)

Quartier Médecin Lieutenant Joncker  
Rue Saint-Laurent, 79 – 4000 LIEGE  
dans les locaux du Cercle : Bloc C (Couvent)

Le port de la tenue militaire est hautelement souhaité : Tenue de ville (service-dress)

### ORDRE DU JOUR

- Ouverture de l'AGAS 2020 par le Président ;
- Constitution du bureau de l'AGAS : Président, S1 et deux scrutateurs ;
- Rapports d'activité ;
- Rapport des vérificateurs aux comptes ;
- Approbation du bilan ;
- Fixation de la cotisation pour l'exercice novembre 2020–novembre 2021 ;
- Election des membres du Comité pour le mandat novembre 2020–novembre 2022 ;
- Désignation des vérificateurs aux comptes pour l'exercice novembre 2020 – novembre 2021 ;
- Examen des propositions des membres, s'il échet ;
- Signature du procès-verbal de l'AGAS 2020 par le bureau ;
- Fin de l'AGAS 2020 ;

Conférence : A l'issue de l'AG, le Col Dominique DI DUCA nous présentera un sujet brûlant d'actualité « ABL et le Covid-19 ».

**N'OUBLIEZ PAS DE VOUS INSCRIRE  
AVANT LE 20 NOVEMBRE 2020**

➔ MEMBRES DU COMITÉ SORTANTS ET RÉÉLIGIBLES

Le mandat de ces personnes se termine en novembre 2020 :

Maj Jean-François DOHOGNE

Med Cdt Josquin FRANÇOIS

Cdt Lambert L'HOEST

Cdt d'Avi Michel RINGLET

Cdt d'Adm Paul SCIMAR

Pha Cdt Jean-Claude VUEGHS

Ils peuvent poser leur candidature, par écrit, pour un mandat novembre 2020 – novembre 2022 auprès du S1 (adresse du Cercle) **AVANT le 20 NOVEMBRE 2020**

➔ MEMBRES QUI SOUHAITENT ENTRER AU COMITE :

pour un mandat de novembre 2020 à novembre 2022, il y a lieu de postuler, par écrit, auprès du S1 (adresse du Cercle) **AVANT le 20 NOVEMBRE 2020**

➔ LES ÉVENTUELLES PROPOSITIONS DES MEMBRES :

doivent parvenir, par écrit, au S1 (adresse du Cercle) **AVANT le 20 NOVEMBRE 2020**

➔ Possibilités d'inscription

• Via le courrier de BPost (Cercle Royal des Militaires de Réserve de la Province de Liège – Quartier Médecin Lieutenant Joncker – Rue St Laurent, 79 – 4000 LIEGE)

- Via notre site web : [www.crmrlg.be](http://www.crmrlg.be)
- Via un courriel à : [crmrlg@skynet.be](mailto:crmrlg@skynet.be)
- Via un SMS au N° 0475 / 45 51 93

Lors de l'inscription, merci de nous communiquer le n° d'immatriculation de votre véhicule ainsi que votre n° de carte d'identité pour l'entrée au quartier.

**Cercle Royal des Militaires de Réserve  
de la Province de Liège**  
Quartier Médecin-Lieutenant JONCKER  
Rue Saint-Laurent, 79 – 4000 Liège  
GSM : 0475/45.51.93 – Fax : 04/220.84.95  
www.crmrlg.be – e-mail : crmrlg@skynet.be

---

### **PERMANENCES AU CERCLE**

Lundi	de 09h00 à 11h00
Mercredi	de 09h00 à 11h00
Vendredi	de 09h00 à 11h00

---

### **COMPTE BANCAIRE**

Compte général (cotisations, activités) :  
**IBAN : BE73 0000 3936 8660 - BIC : BPOTBEB1**

**Cotisation annuelle : 16 €**

---

### **QUELQUES ADRESSES UTILES**

**URNOR** : Rue des Petits Carmes, 24 – 1000 Bruxelles – 02/501.23.38  
**URNSOR** : Rue des Petits Carmes, 24 – 1000 Bruxelles – 02/501.23.37  
**Comdt Mil Prov Liège** : Qu Med.-Lt Joncker – Rue Saint-Laurent, 79 – 4000 Liège  
**COMOPLAND G1/Res** : Qu reine Elisabeth – 1140 Bruxelles  
**COMOPSAIR A1** : Qu Reine Elisabeth – 1140 Bruxelles  
**COMOPSAV** : Qu Billet – 8310 Brugge –  
**COMOPSMED/M1-P** : Qu Reine Elisabeth - 1140 Bruxelles - 02/441.65.07  
**12/13Li Srt Bn** : 0244/28.938  
**Mil Shop (4Bn Log)** : Camp Roi Albert – 6900 Marche – 0244/22.495  
Ouverture : Lu-Je 08:00-15:00 et Ve 08:00-11:00

---

### **RESPONSABLE REVUE**

**Editeur responsable et mise en page** : Cdt d'Adm Paul SCIMAR

---

Les articles n'engagent que la responsabilité de leur(s) auteur(s).

**Diffusion restreinte** : l'emploi ou la détention irrégulière de ce document expose à des poursuites judiciaires, spécialement du chef des articles 118, 119, 120 et suivant du Code pénal