NOUVELLE ACTIVITÉ

BALADES *Aquarellées*

ACTIVITÉS SOCIO-CULTURELLES

Expérience artisitique et sensorielle en pleine nature.

Loin de la recherche de perfection, ces balades invitent à observer, ressentir et peindre librement. Chacun(e) est encouragé(e) à traduire ses impressions et ses émotions sur le papier.

Une belle occasion de développer son regard tout en se connectant à l'environnement.

Katarina



AUCUN NIVEAU REQUIS, JUSTE L'ENVIE DE CRÉER !

DATES PRÉVUES EN 2026

Toujours de 14h00 à 17h00

- **Vendredi 2 octobre**
- **Vendredi 30 octobre**
- **Vendredi 20 novembre**
- **Vendredi 11 décembre**

LIEU*
Départ du Local des 55+
Ch. Veilloud 5, Ecublens

* On reste au local en cas de mauvais temps

MATÉRIEL QUE VOUS POURREZ ACQUÉRIR LORS DE VOTRE 1ère SÉANCE

(prière de mentionner votre choix lors de votre inscription) :

- ☐ Kit de base (boîte aquarelle, pinceaux 2 et 4) pour CHF 35.-
- ☐ Boîte d'aquarelle seule à CHF 25.-
- ☐ Pinceaux No 2 et 4 seuls à CHF 10.-
- ☐ J'ai déjà le matériel nécessaire

Un carnet de voyage est fourni.

55+ d'Ecublens

Inscription souhaitée jusqu'au 25 sept. 2026

auprès de Katarina Galhardo
cgalhardo1809@gmail.com
076 558 44 75

BALADES

BALADE N° 5 / 2026



D' Ecublens escapade le long de la Sorge et le bord du lac

MARDI
6 octobre 2026
14h00

RDV : Arrêt Cerisaie du M1 Ecublens
Arrivée : au même endroit
Parcours : environ 5 km
Durée : environ 2h30

Nous marcherons le long de la Sorge et passerons à travers l'UNIL.

Nous cheminerons au bord du lac à St-Sulpice et reviendrons à travers l'EPFL.

Inscription souhaitée jusqu'au 1er octobre 2026
auprès de Béatrice Gygax
bgygax70@gmail.com
079 273 80 55

55+ d'Ecublens

Prochaines dates

S'ENGAGER ET SE SOUVENIR ENSEMBLE

ATELIERS

MÉMOIRE VIVE & CONNAISSANCES



MUSCLEZ VOTRE CERVEAU, PARTAGEZ VOS SAVOIRS

Un atelier ludique pour la stimulation cognitive : jeux de connaissances, exercices de mémoire à court terme et rappel de culture générale pour la mémoire à long terme.

Venez passer un moment convivial et bienveillant.

Intervenant : Uğraş Güzel

INFOS PRATIQUES

QUAND ?

Un mercredi sur deux de 14h30 à 15h30

- 14 et 28 octobre 2026
- 11 et 25 novembre 2026
- 9 décembre 2026

OÙ ?

Local des 55+

Ch. Veilloud 5, Ecublens

INSCRIPTION SOUHAITÉE

1 semaine avant chaque cours auprès de : Uğraş Güzel

Email : ugrasguzel@outlook.fr Tél. 078 827 04 53

55+ d'Ecublens

55+ d'Ecublens

afiro
Entreprise sociale et formatrice



Repas au restaurant tea room

afiro

Jeudi 22 octobre 2026 à 12h00

Les « 55+ d'Ecublens » vous propose de participer à un repas élaboré par l'équipe restauration de l'entreprise sociale et formatrice AFIRO à Ecublens,







Prix du repas 21CHF entrée, plat, dessert, eau et café (subvention de l'Association déduite).

Nombre de participants limité à 20.

Rendez-vous à 12h00 Chemin de Champ-Colomb 10 à Ecublens en face de l'arrêt Epenex du métro M1.

Inscriptions auprès de Claudine Breider par courriel : claudine.breider@bluewin.ch ou 078 818 16 00

Lors de votre inscription, veuillez nous signaler si vous êtes allergique à des aliments.

Par sa présence à cette conférence, chaque participant s'engage implicitement à ne pas invoquer la responsabilité des initiateurs en cas d'accident corporel ou de dommages matériels.

NOUVELLE ACTIVITÉ

ATELIER d'Aquarelle

ACTIVITÉS SOCIO-CULTURELLES

" Le cycle de l'eau est magique "

Des moments doux et conviviaux pour découvrir ou retrouver le plaisir de peindre, pas à pas, à son rythme, dans la bonne humeur.

" La couleur est le sourire du monde, simple et fort "
Marinette



AUCUN NIVEAU REQUIS, JUSTE L'ENVIE DE CRÉER !

DATES PRÉVUES EN 2026

De 9h00-11h30 et 14h00-16h30

- **Vendredi 23 octobre**
- **Vendredi 27 novembre**
- **Vendredi 11 décembre**

LIEU
Local des 55+
Ch. de Veilloud 5
Ecublens

MATÉRIEL QUE VOUS POURREZ ACQUÉRIR LORS DE VOTRE 1ère SÉANCE

(prière de mentionner votre choix lors de votre inscription) :

- ☐ Kit de base (boîte aquarelle, pinceaux 2 et 4) pour CHF 35.-
- ☐ Boîte d'aquarelle seule à CHF 25.-
- ☐ Pinceaux No 2 et 4 seuls à CHF 10.-
- ☐ J'ai déjà le matériel nécessaire

Le papier et petit matériel sera mis à disposition lors du cours.

55+ d'Ecublens

Inscription souhaitée jusqu'au 16 octobre 2026
auprès de Marinette Rebetez
b.marinette@bluewin.ch
076 575 77 84

BALADES

BALADE N° 6 / 2026



La plaine du Croset en passant par la Moraine

MARDI
3 novembre 2026
14h00

RDV : Pl. François Silvant Ecublens
Arrivée : au même endroit
Parcours : environ 5 km
Durée : environ 2h

Nous arrivons à un espace tranquille, le Parc Mont-Souplia, avant de poursuivre vers la prairie de la Chateneraie et le chemin des Vignes avec belle vue sur le lac et la ville d'Ecublens.

Nous reviendrons sur le Motty avant de redescendre au point de départ.

Inscription souhaitée jusqu'au 28 octobre 2026
auprès de Béatrice Gygax
bgygax70@gmail.com
079 273 80 55

55+ d'Ecublens

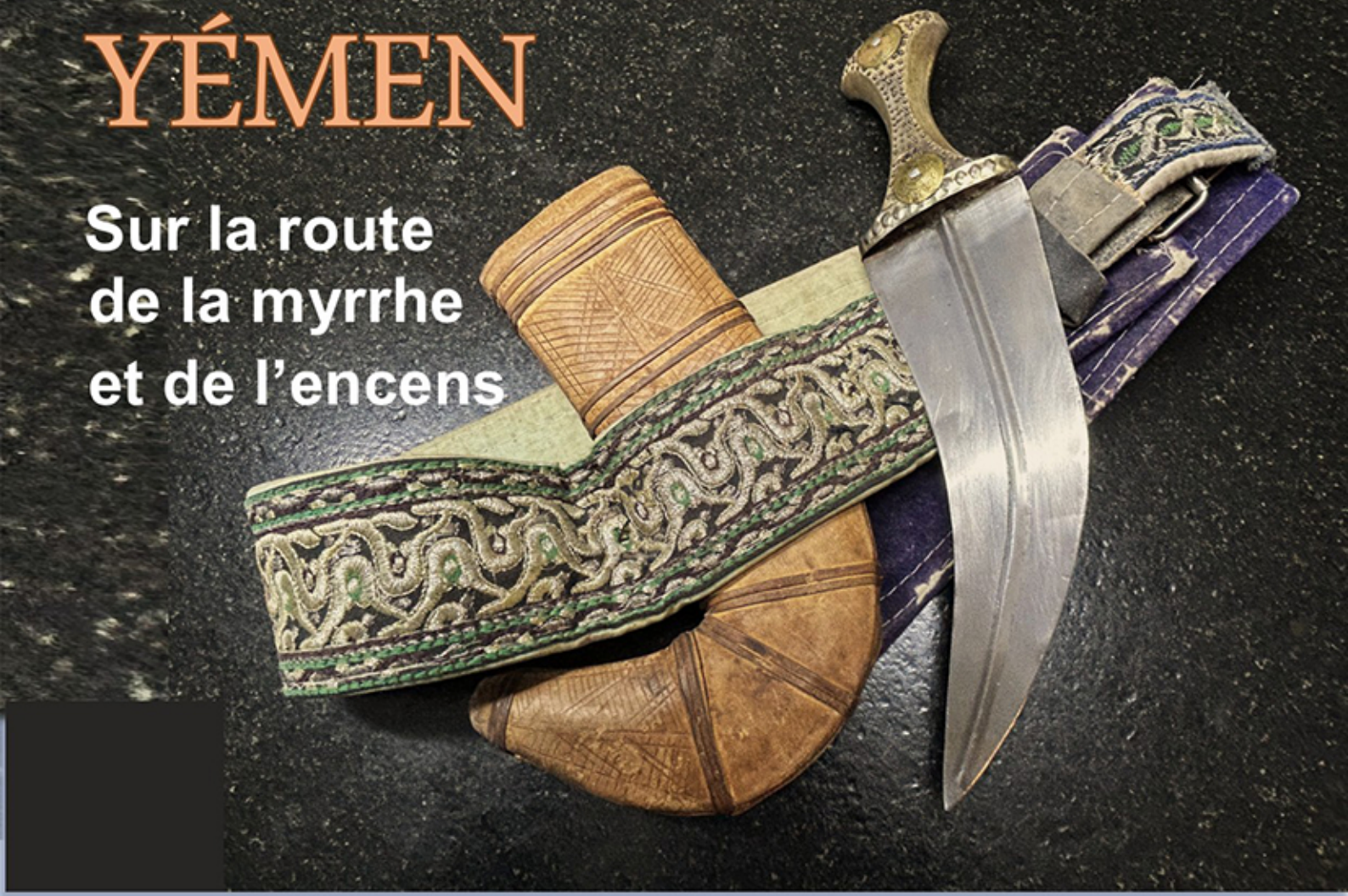
55+ d'Ecublens

Grande salle du Motty
Place du Motty - Ecublens

Jeudi 5 novembre 2026 à 14h30

YÉMEN

Sur la route de la myrrhe et de l'encens



Présentation et film par Gilbert Fontolliet



Conférence ouverte à tous

Entrée libre

BROCANTE
VIDE-GRENIER



55+
d'Ecublens

Samedi
7 novembre 2026

Grande Salle du Motty
1024 Ecublens VD

De 8h00 à 16h00

BIENVENUE A TOUS !

Venez chiner et trouver l'objet de votre bonheur. Tout sera bradé à bas prix.

Buvette à disposition. **ENTREE LIBRE**

Information

brocante.ecublens@bluewin.ch
079 628 51 63

www.ecublens.ch/55+

Bowling & repas

VENDREDI 13 NOVEMBRE 2026
à 10H30
au Bowling MIAMI d'Echandens

Ch. du Tennis 3



Bowling suivi d'un repas
Durée de la partie : 45 minutes à 1h.

Location de chaussures
Fr. 2.-

Prix de la partie
Fr. 4.- par personne

Repas:

Formule midi à CHF 18.- par personne qui comprend :

* 1 petite salade verte d'entrée
* 1 pizza ou assiette de pâtes à choix parmi la carte - commande sur place
* 1 café

Boissons à payer à part.

55+ d'Ecublens

Inscription jusqu'au 6 novembre 2026
auprès de Ronald Emery
079 661 97 44 ou 021 691 59 92
ronald.emery@bluewin.ch
(limité à 15 personnes)

Le groupe “Atelier créatif” de l’Association “55+ d’Ecublens” vous invite à venir voir ses réalisations 2026, que vous pourrez acquérir.

55+ d’Ecublens

MARCHÉ ARTISANAL DE NOËL



30 NOVEMBRE AU 5 DÉCEMBRE 2026

CENTRE COMMERCIAL DU CROSET ÉCUBLENS

IDÉES CADEAUX | GRAND CHOIX



Créations uniques et faites main

Vous êtes cordialement invités à notre

Fenêtre de l'Avent



Samedi 5 décembre 2026
de 19h00 à 20h00

Local des "55+ d'Ecublens"
Chemin de Veilloud 5, 1024 Ecublens

Les « 55+ d'Ecublens » accueillent la population dans leur local, pour un moment convivial autour d'un vin chaud, d'un thé ou autres boissons, accompagnés d'un petit en-cas salé et de friandises de Noël.

Association «55+ d'Ecublens»
Chemin de Veilloud 5
1024 Ecublens

55+ d'Ecublens

Au plaisir de vous accueillir !



TIR À L'ARC

TIR À L'ARC

- **Initiation au tir à l'arc par un moniteur confirmé**
- **Maîtriser un arc pour sénior mis à disposition**
- **Viser une cible entre 6 et 18 mètres**
- **Ouvert à toutes et tous**

Tous les mercredis

matin de

9h45 à 11h30

En intérieur l'hiver

En extérieur dès avril

Ambiance sympathique

Info/Inscription au

079 355 25 01







