

L'ECHO BLANC

Un bulletin d'informations sur les activités des "55+" d'Ecublens, destiné à nos membres et futurs membres

Rétrospective fin septembre à mi-décembre 2015

4/2015



Visite du four de Renges - 24 septembre 2015



Par un après-midi bien ensoleillé de ce début d'automne, 23 personnes se sont retrouvées dans le joli hameau de Renges pour la visite du four datant de 1701. La vice-présidente, Lisyane Musio nous a présenté l'historique du site. Grâce à un habitant de ce hameau, Robert Mayerat dit "Robin du four", tout un ensemble historique a été sauvé: four, pressoir, fontaine qui servait encore de lavoir au siècle dernier et puits. La visite s'est terminée par un apéritif servi auprès du four en cours de chauffe.



Visite du centre de formation ECA - 29 septembre 2015



20 participants ont suivi avec grand intérêt cette visite guidée de l'exposition interactive consacrée aux dangers du feu et des éléments naturels. Passant d'exercices sur des feux réels, à la traversée d'un appartement ayant brûlé, nous avons pu aussi tester la « chaussette », couloir vertical de 7 mètres de haut permettant d'évacuer des personnes depuis le toit d'un bâtiment en feu. La visite s'est terminée autour d'un verre au restaurant de la Blécherette. Pompier, bon pied, pom-pette.... Dans tous les cas, il faut - comme premier réflexe - appeler impérativement le 118 !



Balade - 29 septembre 2015



Nous étions 14 personnes pour notre balade autour de Gimel. Cette superbe journée nous a permis de parcourir ces 8 km dans une ambiance gaie et détendue. Les photos reflètent le magnifique panorama des environs de Gimel.



Pendant ce temps, notre atelier créatif préparait de belles choses!

En effet, la décoration automnale pour nos repas des 10 octobre et 7 novembre était créée. Quelle imagination ! Venez nous rejoindre au Veilloud 5, le premier et le troisième mercredi du mois. Appelez Evelyne Messerli au 021 634 77. 94.



Et notre groupe "café-jeux" fêtait ses jubilaires



Après un Scrabble enjoué, on célébra les 95 ans de notre doyenne Madeleine. Née le 2 septembre 1920, elle nous bat encore à ce jeu et pourrait nous raconter plein d'histoires du passé. Quant à Marcelle, passée maîtresse dans l'art du Yass, elle fêtait ses 80 ans. Félicitations à toutes les deux. On fit sauter le bouchon de champagne et on



mangea d'excellents gâteaux et bricelets confectionnés par Marianne Chevalley. Venez jouer avec nous, c'est sans inscription et 2 lundis par mois à 14h00 au Veilloud 5.

Marche - 13 octobre 2015

Nous avons rejoint Forel en transports publics et de là nous sommes partis sous un ciel incertain, parfois menaçant. Mais rien ne nous découragea ! En 2 heures 10, nous avons parcouru 7,9 km, parfois accompagnés de



quelques averses. Après une petite pause à l'Auberge du Lac de Bret, nous avons repris le train à Puidoux-gare, la mémoire imprégnée de très beaux paysages. Nous étions 12 braves participants.



Jardinage, dernières récoltes - 14 octobre 2015

Le groupe jardin s'est retrouvé pour désherber, arracher ce qui devait l'être (sans les tournesols, le jardin paraissait tout nu!) et pour récolter encore navets, carottes et tomates. Rampon, rucola et épinards poussent encore... « gentiment »! Si la saison touche à sa fin, nous nous réjouissons déjà de la prochaine. Si vous êtes intéressé(e)s par le jardinage, n'hésitez pas à venir nous rejoindre. Nous en serons ravies. Renseignements auprès de Liliane Cuendet au No 021 691 63 67.



Ciné-séniors - 16 octobre 2015

Nous étions une douzaine de personnes pour la projection du film « Microbe et Gasoil » au cinéma City Club de Pully. Nous avons été emportés par le charme artisanal de cette épopée fantaisiste où Michel Gondry, le scénariste, revisite et bricole quelques souvenirs de sa jeunesse. Ce visionnage fut suivi d'un débat et d'une collation.



Visite d'Eco-Recyclage S.A. - 19 octobre 2015



Le site d'Eco-Recyclage est l'un des partenaires essentiels au retraitement des déchets végétaux/organiques collectés à la déchetterie d'Ecublens. La valorisation se fait par transformation en terreaux, compost ou terres améliorées et aussi en biogaz injecté dans le réseau d'Holdigaz.



Homme de conviction, M. Luc Germanier, directeur, a véritablement fasciné notre délégation de 13 personnes. Traitant 35'000 T de matière organique, ce site est le plus important en Suisse romande produisant 12'000'000 kWh, 11'000 T de compost et 10'000 T d'engrais liquide de haute valeur par an. Magistrale illustration d'une démarche écologique et exemplaire. Visite odorante, mais passionnante! Ensuite, au chalet-restaurant du Swin-Golf, la tradition d'une assiette du jour, partagée sur fond de commentaires gastro-socio-écolo-biologiques, a été respectée.

Balade - 27 octobre 2015



Une météo généreuse nous a permis de découvrir le Patrimoine Mondial du Lavaux. 21 participants ont pu jouir d'un paysage automnal de toute beauté tout au long des 7,2 km de parcours. Leurs yeux en sont encore éblouis !



Conférence - 30 octobre 2015

« Moi je veux rester à la maison »



80 participants ont pu assister dans le cadre de la journée des proches aidants, à une conférence organisée par l'EMS Clair Soleil durant laquelle plusieurs orateurs sont intervenus, dont Jacques Bertoliatti des "55+ d'Ecublens" qui a présenté les activités du groupe.



Les problèmes rencontrés par les personnes qui consacrent leur temps à assister un proche atteint dans sa santé et son autonomie ont été abordés (responsabilité, épuisement, isolement, etc.). En complément, les principales maladies entraînant un déficit visuel handicapant, voire une perte totale de la vision ont été décrites ainsi que les moyens

utilisés par les ergothérapeutes pour aider ces personnes dans leur vie courante.

Repas communautaires

10 octobre, 7 novembre et 12 décembre 2015



Toujours populaires, nos repas composés d'une entrée, d'un plat principal et d'un dessert, sont préparés avec soin par Corinne et son équipe. Les jeunes du Centre mettent aussi la main à la pâte et nous servent. Les boissons sont comprises dans le prix! N'hésitez pas vous inscrire auprès de Corinne Lepore au No 021 691 64 69.



Marche record - 10 novembre 2015

Nous étions 31 participants (un record !) à profiter encore des ces merveilleuses journées d'automne. Le parcours choisi tournait autour des Trois Châteaux: St-Saphorin-sur-Morges, Vullierens et Colombier. Nous avons pu admirer des paysages magnifiques et faire aussi des rencontres insolites tout au long de cette marche de près de 8 km qui fut suivie d'une pause bienvenue - à l'Auberge Communale de Colombier.



Rencontre Plateforme interrégionale « Quartiers solidaires »

12 novembre 2015



Quelques membres des 55+ ainsi que des représentants de Pro-Senectute Vaud se sont retrouvés le 12 novembre au centre Général Guisan de Pully. Cette 5ème plateforme a rassemblé des habitants, des professionnels et des autorités autour des projets « Quartiers solidaires » - 17 dans le Canton de Vaud. Les 55+ ont participé à la table ronde, aux divers ateliers et ont tenu un stand d'information aux côtés d'autres quartiers solidaires de la région. La question du jour : « Pour que dure l'esprit communautaire » thème exposé par Alain Plattet, responsable de l'unité de travail social communautaire et Christian Wilhem, RADIX démarra cet après-midi d'informations, d'ateliers et d'échanges. Cette journée riche en discussions se termina par la participation et l'intervention de Pierre-Yves Maillard, conseiller d'Etat vaudois en charge du Département de la santé et de l'action sociale.

Récital de piano de Yoichi Tajiri - 14 novembre 2015



Une douzaine de membres des 55+ d'Ecublens se sont retrouvés l'après-midi dans la salle de spectacle du casino de Montbenon pour assister à un récital de piano de Yoichi Tajiri, pianiste japonais qui interpréta plusieurs pièces classiques de Mozart, Beethoven, Schumann et Liszt. Une première partie très sobre dans son interprétation fut suivie, après un court entracte, d'une deuxième partie plus nuancée et enjouée fort appréciée du public. De nombreux japonais habitant le canton s'étaient déplacés pour applaudir cet artiste renommé qui s'est déjà produit plusieurs fois en Suisse, notamment lors des manifestations pour la commémoration du 150ème anniversaire des relations Suisse-Japon en 2014. Le public, très enthousiaste, a applaudi longuement ce pianiste empreint d'une réserve très nippone ce qui a conduit à un concert de près de deux heures.

Le Jura franco-suisse « un massif pour deux pays »

19 novembre 2015



Ronald Bosmans
conférencier

Une trentaine de nos membres étaient venus écouter cette conférence diaporama, donnée par M. Ronald Bosmans, reporter-conférencier belge. De magnifiques paysages défilèrent devant nos yeux avec musique et commentaires détaillés se rapportant souvent à l'histoire de cette très belle région. Coutumes et traditions y sont maintenues telles que la désalpe, le vin



Béatrice Hirschi des 55+
en introduction

jaune, la transhumance, l'absinthe, etc. On n'avait qu'une envie: s'y rendre tout de suite....



Balade - 24 novembre 2015

6 personnes ont participé à cette marche paisible de 6,5 km faisant une boucle dans la région d'Echandens et Bremblens pour se terminer au café-restaurant du Léman ! Un splendide panorama s'est offert à nous du Moléson au Mont-Blanc et aussi sur le Jura, ceci malgré une nébulosité variable et légèrement frisquette. Le plaisir des yeux nous a bien réchauffés !



Ciné-concert - 27 novembre 2015

16 personnes des "55+ d'Ecublens" se sont rendues en covoiturage au cinéma Casino de Cossonay pour assister à une soirée Ciné-concert. Au programme: Plans fixes sur Jean-Villard Gilles avec Atout Trèfle. Dès le hall, l'accueil était au rendez-vous puisqu'un apéritif attendait les nombreux specta-

teurs. Après une présentation du trio Atout Trèfle, la dernière interview de Gilles réalisée en 1981 à Saint-Saphorin sur sa vie et sa carrière démarra. Des plans filmés en noir et blanc dans sa maison au bord du lac suivis de chansons humoristiques ou satiriques du chansonnier furent interprétées par le trio. Un rythme toujours bien séquencé tout au long de l'avancement de l'interview. Son poème « La Venoge » récité sans hésitation fut un moment fort de l'interview. Une soirée bien vaudoise autour de cet homme qui a dit « J'ai essayé d'être un poète ».

Ciné-séniors - 1er décembre 2015

Méfiez-vous du Père-Noël, c'est un peu la conclusion du film auquel nous avons assisté à Aubonne. A travers les yeux d'un petit garçon de six ans nous avons découvert un joli conte de Noël, en partie sur les toits de Paris. La magie de la capitale sous les illuminations, un avant-goût des fêtes ! Notre petit groupe s'est ensuite retrouvé dans la maison de Paroisse de ce si pittoresque bourg pour partager un goûter déjà empreint de l'esprit de Noël.



Le voyage extraordinaire du Nautilus

au théâtre des «TROIS P'TITS TOURS » de Morges - 6 décembre 2015

C'est vraiment dans un voyage extraordinaire que notre petit groupe a été transporté. Cette adaptation théâtrale très libre du roman de Jules Verne nous a fait vivre un super moment d'aventures. Une excellente scénographie, richement agrémentée d'œuvres de Méliès, accompagnait des personnages hauts en couleurs. Nous avons plongé avec le professeur Nemo dans les merveilles de l'océan. Un beau spectacle de fêtes pour petits et grands.



Sur le pont d'Ecublens, on y danse, on y danse...

Nos cours de danse de salon ont remporté un vif succès. 15 personnes les suivent toujours. Renseignements auprès de K'Danse au 079 623 65 19 ou par email: info@kdanse.ch. On y apprend la valse, le cha cha cha, le tango, etc. L'ambiance est détendue et joyeuse.

Cours Smartphone/Tablette

7+21 octobre/4+18 novembre/2+16 décembre

iPhone/ iPad que sur smartphone/tablette Android. Chacun a pu apprendre à maîtriser son appareil. Renseignements auprès de Philippe Chevalley : 079 531 55 89.

Toujours dévoué, notre membre Philippe a donné des cours basiques et avancés, aussi bien sur

Balade - 8 décembre 2015



C'est par un vrai après-midi automnal sous un ciel gris que notre balade nous a conduits de Morges à Ecublens. Nous étions 16 participants, tout de même réjouis d'avoir pu s'aérer et bouger. Nous avons parcouru 6,5 km jusqu'à la pause et nous allions oublier 3 km supplémentaires jusqu'au point de départ, c'est à dire au Centre socioculturel.

Repas communautaire - 12 décembre 2015



Près de 60 personnes se sont retrouvées pour le dernier repas « spécial Noël ». Nous avons eu d'abord un apéritif grandiose, accompagné de mousseux. Jusqu'au dernier moment, Corinne, notre cuisinière, a gardé secret le menu. Chaque plat était donc une surprise : pâté et salade en entrée, filet mignon sauce Cognac servi avec pommes croquettes et légumes, glace au dessert, pour terminer petits biscuits et bricelets faits maison avec le café. Un vrai délice ! La décoration des tables était aussi



géniale, notre groupe « Atelier créatif » avait confectionné des petits Pères Noël adorables et des sapins ! Diverses productions réalisées par ce groupe pouvaient être acquises par les personnes présentes. Comme d'habitude, le centre de jeunes nous a beaucoup aidé. Un garçon et une fille ont chanté pour nous. Une ambiance chaleureuse et des convives heureux! Bravo et merci à la cuisinière et à tous!



JOYEUSES FÊTES !



Pas encore membre? Rejoignez-nous! Pour toute personne dès 55 ans domiciliée à Ecublens (ou alentours). Sans cotisation, ni obligation ou contrainte. Vous pouvez consulter le programme complet de nos activités (agenda) sur : www.ecublens.ch/55+

Pour recevoir notre agenda et l'Echo Blanc électroniquement envoyez votre adresse e-mail S.V.P.

55+
d'Ecublens



Pour nous contacter par e-mail : 55+@ecublens.ch

par téléphone : Verena Pezzoli / Pro Senectute Vaud

079 376 03 87

Marianne Diserens / « 55+ d'Ecublens » 079 709 96 20

Le groupe "55+ d'Ecublens" remercie vivement ses partenaires pour leur soutien.

