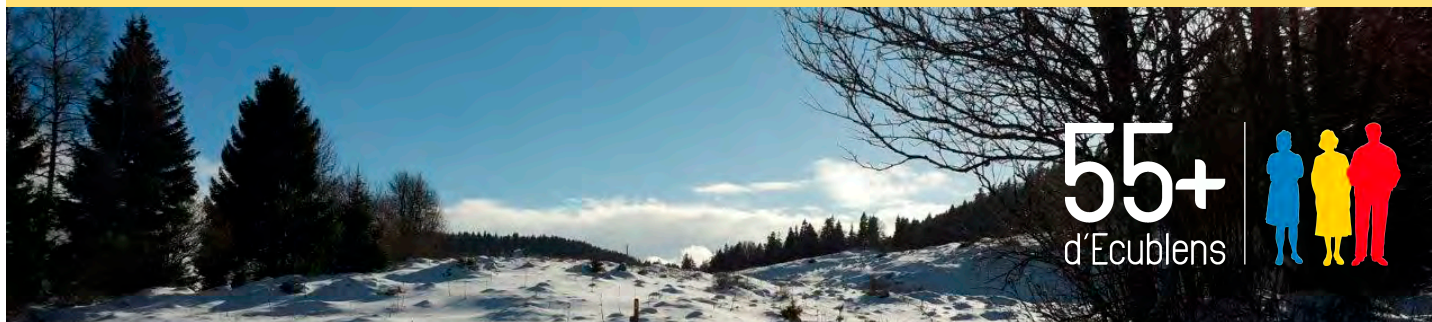


L'ECHO BLANC

L'ECHO DES CHEVEUX BLANCS D'ECUBLENS



Un bulletin d'informations sur les activités de l'Association "55+ d'Ecublens" destiné à nos membres et futurs membres

55+
d'Ecublens



Contact

Pas encore membre?
Rejoignez-nous!

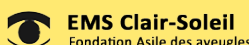
Pour toute personne
dès 55 ans domiciliée
à Ecublens (ou alen-
tours). Sans cotti-
sation, ni obligation.

Email:
55+@ecublens.ch

Téléphones:
Dominique Breider,
membre du comité de
l'Association «55+
d'Ecublens»
078 817 89 89

Marianne Diserens,
membre de la
communication de
l'Association «55+
d'Ecublens»
079 709 96 20

Merci aussi à nos
partenaires pour leur
soutien :



Marchons sous les bois! 22.12.2015



Pour bien finir l'année
2015, une petite balade
d'Ecublens à Denges
s'imposait pour les 27
participants que nous
étions!

Franchir la Venoge
par le "Pont Rouge"
nous a permis de
faire une petite
escapade du côté de
Denges pour une
bonne pause.

Le retour par l'Ormet nous a ramenés
au Motty pour un repas amical autour d'une fondue ou
autres plats.

Les chansonnettes entonnées à la fin ont prouvé l'excellent état d'esprit
et la convivialité qui ont régné au travers de toutes les activités tout au
long de
l'année
2015 !



Santé
Jacques!

Visite de "EPFL-ECAL lab"

7.1.2016



Plus de 30 personnes ont participé à la découverte du laboratoire de l'EPFL+ECAL à Renens.



La première partie de la visite nous a fait découvrir le projet Montreux Heritage Lab concernant l'exploitation des archives sonores et filmées du Montreux Jazz Festival. La première installation sera fonctionnelle en automne 2016 sur le site de l'EPFL. Technologie, design et architecture se conjuguent pour cette réalisation qui promet d'être à la pointe de la technique.

Durant la seconde partie de la visite, nous avons participé par petits groupes à un atelier destiné à découvrir les besoins spécifiques des seniors dans le but de créer un réseau social solidaire correspondant aux attentes de chacun.

L'après-midi se termina par un apéritif convivial au sein des locaux de l'EPFL-l'ECAL.

Marchons sous la pluie!

12.1.2016



Seulement 3 participants vu le temps maussade!

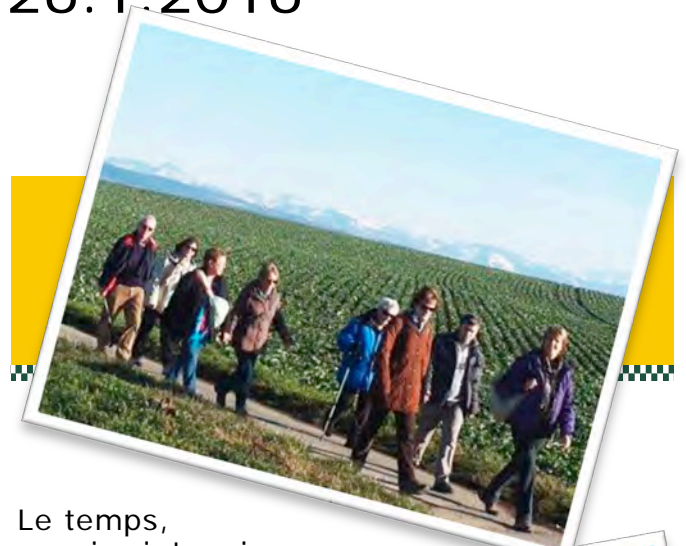
Nous avons prévu de marcher de Lully à Vufflens-le-Château, puis Denens.

Rincés par la pluie, nous avons été contraints de raccourcir le trajet. Finalement nous sommes allés à Echandens nous réchauffer dans un restaurant.

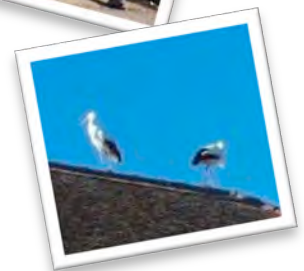
Bravo à ces 3 courageuses personnes!

Marchons au soleil!

26.1.2016



Le temps, quasi printannier, a attiré 24 participants pour cette marche de 7,7 km. Partis de Gollion, nous avons traversé Soveillame, puis Senarclens avant de revenir à Gollion.

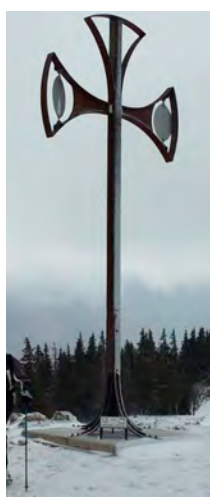


En prime, nos yeux ébahis ont pu apercevoir 5 cigognes sur les toits des fermes d'Allens!

Les uns marchent...



Marchons sur la neige! 10.2.2016



Parties d'Ecublens en co-voiturage à 9h, 5 vaillantes personnes se sont lancées depuis le col du Mollendruz – raquettes aux pieds - pour atteindre la Croix de Châtel et retour.

Vers 13h nous avons mangé une excellente fondue à la buvette hivernale de Châtel, culminant à 1250m.

Une marche de 7,6 km sur une neige féérique, avec une météo parfois capricieuse, mais assez bonne dans l'ensemble!

Un vrai bol d'air pur!

Les autres mangent...



Repas communautaires

Une fois par mois, nous partageons un bon repas au Centre socioculturel, soit le 23 janvier, 13 février et 19 mars 2016.

De la choucroute en passant par le boeuf braisé à la meringue-crème Gruyère ou coupe Hawaï, c'est chaque fois un régal.

Le Centre des Jeunes est toujours présent pour nous aider. Notre cuisinière Corinne et son équipe aussi.



Plus de 40 personnes en profitent.

Rejoignez-nous! Inscriptions auprès de Corinne Lepore: tél. 021 691 64 69.

Visite de la Confiserie-Chocolaterie Boillat à St-Prex 4.2.2016

Certains s'en lèchent les doigts!...



Rien qu'en lisant cet article, vous devriez humer l'odeur du chocolat!

En effet, notre sortie-découverte nous a conduits jusqu'au laboratoire du confiseur-chocolatier C. Boillat à Saint-Prex. Sous le regard avisé d'un jeune chocolatier, chaque participant a pu confectionner une tarte au chocolat qui s'est révélée savoureuse.

Une introduction explicative sur la fève de cacao nous a été proposée par le responsable du laboratoire. Ce passionné de chocolat a partagé ses découvertes des variétés de cacao provenant des 4 coins du monde.

Ensuite, nous avons remis la main à la pâte...isserie pour la confection de succulentes truffes à l'ancienne, que nous avons pu emporter avec nous et déguster nous-mêmes ou faire déguster à nos proches.

Après une visite des laboratoires, M. Christian Boillat est venu compléter les explications et clore cet après-midi gourmand.

Cette sortie sera renouvelée pour les personnes qui n'ont pas pu y participer.



Le groupe "55+ d'Ecublens" devient une association le 6 février 2016

(voir notre EDITION SPECIALE séparée du 6 février 2016)

Marchons dans les vignes! 23.2.2016



Il faisait si nuageux, voire pluvieux, que nous avons hésité à annuler cette marche.

Pourtant, 6 personnes ont pris le courage de se lancer: de Rivaz à Villette par les vignes du Lavaux, région inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. En tout 7 km. C'est avec un plaisir non dissimulé, que nous avons pris une pause bien méritée au Café de la Poste à Cully autour d'une bonne bouteille d'Epesses! Ben quoi ? Fallait bien goûter aux produits du terroir!

Concerts de sons d'Université 29.2.2016

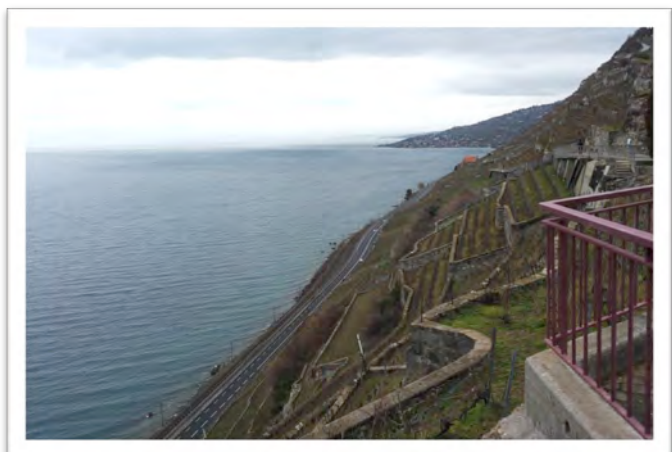
«Ecouter murmurer l'Université»

Une dizaine de personnes ont tenté l'expérience de venir découvrir le campus d'une manière insolite. Yeux fermés, en solo, accompagnés par un artiste, nous nous sommes laissés guider pour écouter le murmure de l'Université.



Tantôt quelques bribes d'un cours, d'une conversation entre étudiants, du bruit des imprimantes en passant par la cafétéria etc. Parfois la tentation d'ouvrir les yeux pour découvrir ces sons mystérieux. Une très belle marche à l'aveugle qui nous a démontré que, privé d'un de nos sens, les autres s'éveillent.

Découverte passionnante qui s'est poursuivie devant un repas et de beaux échanges sur cette expérience.



Visite de l'entreprise ELITE à Aubonne - 3.3.2016



Elite n'est pas uniquement une fabrique de matelas comme nous aurions tendance à le croire. Cette visite nous a fait découvrir qu'elle fabriquait également sommiers, têtes de lit et oeuvrait sur commande avec des

créateurs et décorateurs. L'entreprise travaille autant avec une clientèle privée qu'avec l'hôtellerie de luxe et le paramédical (EMS.)

Nous avons pu voir les différentes étapes de la fabrication: sommiers à ressorts en bois, ressorts traditionnels, matelas avec toutes sortes d'options pour que nos nuits soient les meilleures possibles.

François Pugliese, qui a repris cette entreprise familiale depuis quelques années, nous a fait découvrir l'excellence de ses fabrications réalisées principalement avec des produits locaux labellisés « ECOLABEL ». Une partie importante du travail se fait à la main. Il souligne que le fait que tout soit fabriqué en Suisse, sans délocalisation ni industrialisation, plaît beaucoup à la clientèle.

Un apéritif dînatoire a clos cet après-midi qui n'a pas été de tout repos.



Cours photo

Le cinquième «Cours photos» s'est déroulé du 3 novembre au 12 décembre 2015, dispensé par notre fidèle membre Jean-Pierre Muller.

10 personnes y ont participé. Les deux premières leçons étaient orientées sur les bases techniques de la photographie et les quatre dernières, scindées en deux groupes, ont été consacrées à la découverte et l'utilisation des nombreuses fonctions de chacun des appareils photo.

Le prochain cours est agendé pour le mois d'avril 2016. Renseignements auprès de Jean-Pierre Muller au 076 410 94 34.



Atelier smartphone



Le 1^{er} et 3^{ème} mercredi matin du mois, nous organisons des ateliers « smartphone, tablette et téléphone mobile ». Par petits groupes de quatre, notre membre dévoué, Philippe Chevalley, enseigne la manipulation de tous ces appareils – aussi bien iOS qu'Android – de manière simple et interactive.

Pour vous inscrire, veuillez vous adresser à Philippe Chevalley au 079 531 55 89.

Atelier créatif

Pour rappel, notre atelier créatif se réunit le 1^{er} et 3^{ème} mercredi du mois de 13H30 à 16H30 dans notre local du Veilloud 5.

Toute nouvelle personne est la bienvenue pour bricoler, échanger des idées ou tout simplement passer un agréable moment autour d'un café.



Pour tout renseignement, vous pouvez appeler Mme Evelyne Messerli au 021 634 77 94 ou au 076 324 94 77.





Eriko Inoué, pianiste

Récital de piano – 17.1.2016

A la Galerie du Pressoir d'Ecublens à 17h00 (entrée libre), nous avons assisté à un concert par la pianiste Eriko Inoué. Elle a magistralement interprété des œuvres de Mozart, Beethoven, Debussy et Chopin.

Née à Fukuoka au Japon, elle commence à étudier le piano à l'âge de quatre ans. Elle obtient le Diplôme de piano à l'Université d'Osaka. Eriko est lauréate de plusieurs concours pour la jeunesse. Depuis 2009, elle enseigne le piano à l'Académie MCA à Neuchâtel.



Philippe Vannod,
pianiste et compositeur

Concert de jazz en duo – 7.2.2016

Toujours à la Galerie du Pressoir à 17h00 (entrée libre), Philippe Vannod a joué avec brio quelques œuvres de l'époque « HARLEM STRIDE PIANO & BOOGIE WOOGIE 1930-1945 ».

Parmi les compositeurs figurent Youmans, Waller, Trenet, Redman, Blake, Rodgers, Ellington, Hines, Berlin et Vannod, avec la participation de Laurence Amy, comédienne. Un moment plein d'entrain, qui nous fait oublier le temps qui passe.



Comédie engagée de
Stephen Frears, inspirée
d'une histoire vraie

Film "Philomena" – 1.3.2016

Au cinéma du Casino de Cossonay, 12 d'entre nous ont visionné ce film racontant l'histoire touchante de Philomena Lee. Enceinte en 1952, encore adolescente, elle est confiée à des soeurs irlandaises, qui lui arrachent son fils de 3 ans et le vendent à un couple américain. 50 ans plus tard, Philomena, aidée par le journaliste Martin Sixsmith, part pour l'Amérique à la recherche de son fils Anthony qu'elle n'a jamais oublié.

Cette comédie dramatique a ému et bouleversé la majorité d'entre nous tout en suscitant des réflexions.



Accueil café-jeux

Accueil café-jeux

Tous les 2^{ème} et 4^{ème} lundis du mois, nous nous rencontrons à 14h00 dans notre local du Veilloud 5 pour jouer. Du Skipbo, au Scrabble ou au chibre, nous passons un moment sympathique. Généralement nous sommes entre 10 et 15 participants. Nous en profitons pour boire un café ou un thé et manger quelques petits biscuits.

N'hésitez pas à nous rejoindre ! Nul besoin de s'inscrire.