

L'ÉCHO DU RIOLET



LA MOSAÏQUE DE PULLY NORD

ex-QUARTIER SOLIDAIRE DE PULLY NORD

Feuille d'informations, troisième année, N° 9

Janvier-février 2016

Ce journal bimestriel rapporte les activités de seniors vivant à Pully-Nord, qui s'engagent pour créer ou maintenir des liens sociaux de qualité, par des projets de groupes, ou en collaborant avec d'autres associations locales. Il est imprimé et distribué gracieusement par la Direction de la jeunesse et des affaires sociales (DJAS) de la commune de Pully, que nous tenons à remercier.

Nous vous invitons à participer et vous souhaitons une bonne lecture !

Si vous êtes intéressé par "l'Écho du Riolet" et ne le recevez pas encore, l'éditeur sera très heureux de recevoir votre inscription.

Le collège des rédacteurs : Ingrid Froidevaux,
Edith Furrer, Annick Hislaire, Freddy Gardiol, Roland Michelis.
Éditeur responsable : Freddy Gardiol, tél. 021 729 70 39
Chemin des Graminées 11, 1009 Pully, fred.gardiol@hispeed.ch



Gymnastique des Aînés de Pully-Paudex
Club des Aînés de Pully-Paudex

SOMMAIRE

- p. 3 **Editorial** : Le Quartier Solidaire a vécu, Vive La Mosaïque !
- p. 4 **Annonce de causerie** en janvier
- p. 5 **Nos partenaires** : St Vincent de Paul
- pp. 6 et 7 **Activités** : La Mosaïque de Pully Nord, autres associations.
- p. 8 **Aperçus des causeries passées**
- p. 9 **La soupe de Halloween — compte rendu**
- p. 10 **Le mot caché** : exercez vos méninges !
- p. 11 **Partages culinaires** : 15 octobre et 19 novembre
- p. 12 Invitation à la **FÊTE DE PASSATION** du 13 février dès 10h30



À l'Assemblée Générale Constitutive

Photo Maud Strahm

À PROPOS DE NOS REPAS SOLIDAIRES

Il est vrai qu'ils se suivent mais ne se ressemblent pas, les menus n'étant jamais les mêmes. Bien au contraire, les envies des uns, l'imagination des autres font de ces réunions des moments privilégiés !

Envie d'abord de se retrouver autour de tables accueillantes pour déguster "ensemble." Quant à l'incroyable imagination de tout un chacun pour concocter le menu du prochain repas, elle procure une attente impatiente pour découvrir parfois des saveurs nous rappelant des souvenirs d'enfance ou nous apportant des goûts nouveaux. Cette grande famille que nous formons à ces occasions nous permet de nous détendre, mais aussi "comme à la maison" de participer au déroulement des repas : épluchage des légumes, décoration des tables, service, vaisselle et rangement compris !

Une fois de plus, la solidarité s'avère être un lien important qui nous unit et nous comble.

Bienvenue à tous ceux qui aimeraient nous rejoindre

Herminée

Editorial : le Quartier Solidaire a vécu. Vive La Mosaïque !

Le samedi 14 novembre à Chantemerle, plus de cinquante personnes ont adopté les statuts de notre Association « **La Mosaïque de Pully Nord.** »



Mme Annick Hilaire, présidente de séance, a souhaité une cordiale bienvenue aux participants et les a remerciés d'être venus aussi nombreux. Elle a salué la présence du syndic de Pully et de deux conseillers municipaux, et a remercié aussi pour leur soutien les associations partenaires pullliéranes.

Elle a brièvement esquissé l'histoire du Quartier Solidaire de Pully Nord. M. Gil Reichen, syndic de Pully, a ensuite rappelé qu'en juin 2011 les autorités municipales avaient chargé Pro Senectute d'effectuer une analyse, en vue d'assurer le bien-être des seniors de Pully Nord. Un diagnostic communautaire a suivi, un Groupe Habitants fut créé, beaucoup de projets ont vu le jour et sont maintenant actifs.

Quatre années se sont écoulées, le Quartier Solidaire devient autonome, sous le nom de **La Mosaïque de Pully Nord**, et entre ainsi dans sa phase définitive, destinée au long terme. Le Syndic transmet les remerciements de la Municipalité pour le travail accompli. Longue vie à La Mosaïque de Pully Nord !

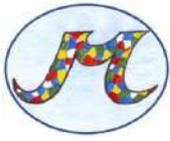
Mais l'avenir doit être une suite logique du passé, et l'esprit de collaboration, d'entente, de participation, de partage, développé durant les quatre années du Quartier Solidaire doit être conservé. Cela implique le maintien d'une structure "horizontale," sans hiérarchie, centrée sur le **Groupe Habitants**.

Un groupe de six personnes a élaboré des statuts qui reflètent cet état d'esprit. Mme Irène Gardiol les a présentés, ils ont fait l'objet de quelques remarques et commentaires, deux modifications ont été proposées et acceptées. Les statuts ainsi amendés ont alors été adoptés à l'unanimité.

Le vin d'honneur offert par la Commune et un magnifique buffet « maison » préparé par les Pullliérans du Nord, ont scellé la collaboration avec les associations partenaires. Cette ambiance conviviale de partage est le meilleur gage pour l'avenir de **La Mosaïque de Pully Nord**.



Freddy



LA MOSAÏQUE DE PULLY NORD



POINT D'APPUI et PRESENCE ET SOLIDARITES

Fausto Berto, président de «Association des bénévoles auprès des requérants d'asile de l'abri PCi de la Damataire à Pully – ABRAD» nous présentera l'historique et les activités de cette association et Diane Barraud, médiatrice d'Eglise-Réfugiés, travaillant au «Point d'Appui» à Lausanne abordera la problématique plus large des migrants requérants d'asile en Suisse et en particulier leur situation dans le Canton de Vaud.

MERCREDI 13 janvier 2016 de 14h à 16h
Salle de Paroisse de Chantemerle, Pully

Entrée libre

Renseignements: Ingrid Froidevaux,
021 728 43 67 - ingrid.froidevaux@bluewin.ch

Nouvelle rubrique : NOS PARTENAIRES

Nous invitons **les partenaires de La Mosaïque de Pully Nord** à faire connaître leurs activités dans l'Écho du Riolet. Nous avons le plaisir de présenter ici L'Association Saint Vincent-de-Paul :

L'Association Saint Vincent-de-Paul est un mouvement international voué à l'action caritative, il est composé de laïques catholiques, d'autres chrétiens et de personnes de bonne volonté. Il est présent sur les 5 continents, comporte 49'000 conférences (filiales) et compte 700'000 bénévoles actifs, qui s'occupent chaque année de près de 17 millions de personnes dans chaque coin du monde !

Les bénévoles de l'Association Saint Vincent-de-Paul L'Orient sont constamment à l'écoute de personnes en grande difficulté morale et financière. Actuellement environ 50 personnes et familles sont régulièrement suivies et aidées, soit par la distribution de bons d'achat de nourriture chez Caritas, soit par des aides financières urgentes, surtout pour des familles monoparentales ou en instance de divorce, **hommes ou femmes dans le désespoir.**

Heureusement, l'Association peut compter sur la générosité des paroisses de l'Unité Pastorale L'Orient. Elle bénéficie régulièrement de dons de paroissiens fidèles et autres donateurs engagés dans cette lutte contre le malheur et la pauvreté avec générosité.

D'autre part l'Association Saint Vincent-de-Paul L'Orient est aussi active grâce au groupe des auxiliaires de l'Eucharistie par des visites et accompagnement aux malades. Le groupe de prière accompagne également les personnes âgées à la messe et assure leur transport.

Le mouvement Saint Vincent-de-Paul L'Orient a de la chance de pouvoir compter aussi sur l'aide compétente de personnes indépendantes : spécialistes dans les finances, fiduciaires, hommes de droit, enseignants, médecins qui nous conseillent chaque fois avec dévouement.

Carlos Guillen – Michel Godart, Co-présidents

Paroisse de St-Maurice, Pully
Avenue des Collèges 29, Tél. 021 728 15 57



AGENDA

Activités organisées par des **membres de La Mosaïque de Pully Nord**.
Sauf avis contraire, elles ont lieu à la salle de paroisse de Chantemerle.

- **Groupe Habitants** : les lundis **11/1 et 25/1, 8/2 et 22/2**, de 14h à 16h.
- **Accueil café** : les lundis **4/1 et 18/1, 1/2, 15/2 et 29/2** de 14h à 16h.
- **Stretching** : **chaque lundi** de 17h à 17h50, (hors vacances scolaires), salle de gymnastique de l'école de Chantemerle, participation 10 frs. par séance.
Rens. : Maud Strahm, tél. 076 547 36 68.
- **Causerie** : **mercredi 13 janvier**: « **Point d'Appui, Présence et Solidarités** » (14h-16h). **Rens.** : Ingrid Froidevaux, tél. 021 728 43 67 (voir annonce).
- **Toni's Kitchen**, cuisine asiatique, **mercredis 27/1 et 24/2**, de 11h à 14h.
Rens. : Toni Mieli, Tél : 079 371 79 60.
- **Partage culinaire** : **les jeudis 21/1 et 18/2**, de 11h à 14h30, participation : 15 frs. par repas **Renseignements** : Annick Hilaire, tél. 021 791 76 08. Voiturage pour mobilité réduite dès 11h30.
- **Promenade conviviale** : **chaque jeudi** de 10h à 11h15 (si la météo le permet). **Renseignements** : Freddy Gardiol, tél. 021 729 70 39.
- **Pétanque** : **Relâche jusqu'en avril 2016**, Renseignements : Marcel Hoehn, tél. 021 728 17 25, et Maud Strahm, tél. 076 547 36 68.
- **Un livre...plusieurs regards** : **vendredis 8/1, 29/1 et 19/2**, de 14h15 à 16h15 à la Bibliothèque de Pully. Livre : «**Le liseur du 6h27**,» de **Jean-Paul Didierlaurent**. **Renseignements** : Monique Schweizer, tél. 021 729 59 69.
- **Qi Gong et initiation au Tai Ji quan**, **tous les vendredis de 9h30 à 10h30**, salle de paroisse de Chantemerle. **Faites un essai ! Renseignements**: Nadine Borel 021 728 33 85, Participation: 10 Frs par séance.
- **Cours d'anglais**, tous les mardis de 15h à 16h30, à la Rambarde,
Rens. : Toni Mieli, Tél : 079 371 79 60.
- **Conversation anglaise**, **vendredis** dès le 8/1 de 15h à 16h30, chez Rex Simon, ch. de la Bruyère 10 , tél. 021 729 72 48.
- **Cours d'espagnol**, vendredis de 17h à 18h30, chez Odile Rey, avenue de Belmont 6C. **Rens.** : Natalia Lainz-Allet, tél. 021 943 46 78.
- **Fête de la Passation**, Samedi 13 février à **10h30 + Brunch**.

Activités d'autres associations locales

- L'Association des **Intérêts et du Développement de Pully Nord** (AIDPN) organise : samedi **6/2** : **Soirée raclette et crêpes**. Salle de paroisse de Chantemerle, Rens. : www.pullynord-rosiaz.ch.
- Les amis du **Carillon** et **l'AIDPN** organisent le **Concert de l'An** le **1/1 2016**, au carillon avec Daniel Thomas. **Esplanade et Église** de Chantemerle, Rens. : www.carillondechantemerle.ch
- **Peinture** : les mardis après-midi de 14h à 16h30, Rens. : Monique Chabloz, 021 701 07 23 et Walter Steffen 021 728 65 02.
- **Marche Pro Senectute** Lausanne Est: **annulée jusqu'en septembre 2016**.
- **Club des aînés** à 14h30 à la Maison Pulliérane: **Mardi 26 janvier: « Croisière vers l'Antarctique »** par Irène et Freddy Gardiol. **Mardi 16 février: Film « Romandie au cœur »** par M. Monachon, Rens.: Albert Duperrex, tél. 021 728 68 04.
- **Ciné-Seniors**, à 14h30 au cinéma CityClub de Pully : le vendredi **15/1 «La Vanité»**, le **5/2: « Une cloche pour Ursli »**. Participation 10 frs, collation comprise, **Renseignements** : Véronique Garcia, tél 021 646 17 21.
- **Table d'hôtes, chez Odette** : les **mercredis 13/1 et 27/1, 10/2 et 24/2**, participation : 15 frs/repas. **Inscriptions:** Odette Taverney, tél. 021 711 08 54.
- Entraide numérique **INTERGENERATIONS** les samedis **9/1 et 13/2**. Salle des Liaudes, ch. du Liaudoz 59 : brunch de 10h à 13h30; ateliers de 14h à 18h. Rens: Pascal Kotté, tél. 079 309 28 89, inscriptions : <http://Doodle.LesEnfantsDu.Net>
- **L'ENTRAIDE FAMILIALE Rens.:** Maryline Belet, 021 729 45 02
- **L'ENTRAIDE SENIORS PULLIÉRANS** et la **LUOTHÈQUE** de Pully organisent :
 - **jeux de société**, jeudis **14/1 et 11/2** de 15 à 17 heures,
 - **cours d'écriture**, mardis **12/1 et 9/2** de 15h à 17h ,
 - **pique-niques**, les lundis **4/1 et 1/2** de 12h à 14h,À la **permanence ESP**, ch. Pré-de-la-Tour 11. Rens.: tél. 021 729 91 91, <http://www.esp-pully.ch>.
Assemblée Générale : Jeudi 10 mars 2016 au Foyer de la Maison Pulliérane



● *Service Bénévole de
Pully, Paudex, Belmont et Lutry*

- Services de transports pour personnes à mobilité réduite
- Mme. Brigitte Pahud, tél. 021 728 12 13, Lundi, Mercredi, Vendredi 9h – 11 h
 - Aller et Retour 14.- Frs. Commander au moins 48h à l'avance.
 - **On cherche des chauffeurs bénévoles !!**

Aperçu des causeries passées

Accueil Café du 2 novembre 2015 : premiers secours

Le conseiller municipal **Martial Lambert** a précisé pour nous quelques règles de base de premiers secours. Il ne faut pas craindre de déposer le blessé éventuel à plat sur le sol, même si ce dernier est froid, ne pas hésiter à appeler le numéro de téléphone 144 en cas de malaise ou de blessure, et donner (si nécessaire) un bon coup en bas des côtes pour prévenir un étouffement.

Il nous a proposé d'organiser pour les membres du Groupe Habitants une visite du centre de premiers secours No. 144 au printemps 2016.

Causerie du 3 novembre 2015 — Grands parents pour le climat ?



Jean-Claude Lalou et **Daniel Desponds** nous ont présenté avec beaucoup d'enthousiasme ce mouvement citoyen pour préserver le climat. Préoccupés par les risques de détérioration des conditions de vie sur terre laissées en héritage à nos descendants, ils ont décidé de s'engager activement pour faire prendre conscience de cette situation. Un exemple: petits-enfants, parents et grands-parents ont aidé à nettoyer des rives du Lac de Neuchâtel. Un diaporama très bien documenté nous a fait découvrir à quel point d'importants changements climatiques sont intervenus durant la deuxième moitié du siècle passé.

Ingrid

Causerie du 1 décembre 2015 — L'Atelier Vert-de-Terre



Céline Bellenot Richner, la fée des **Lutins de Valvert**, a enchanté les participants, qui auraient volontiers troqué leur habits de citadins contre bottes et pèlerine pour aller s'asseoir sur le canapé forestier et faire un peu de « land art » (création avec feuilles, pives et autres matériaux à disposition en forêt. Mais, ouf ! une porte a été ouverte à l'intergénérationnel, car les lutins sont prêts à accueillir un "senior," une fois par mois, lors de leur après-midi de découvertes. S'annoncer à Céline, tél 079/745.33.34 (mercredi matin) pour prendre rendez-vous. Les lutins se retrouvent par tous les temps, tous les mercredis après-midi, durant l'année scolaire.

Irène

HALLOWEEN : UNE FÊTE, DEUX REGARDS...

Lampions et petits drapeaux multicolores nichés au creux de la cour de l'église de Chantemerle ont attiré petits et grands le samedi 31 octobre.

Étaient-ce les effluves appétissants de l'excellente soupe aux courges, servies par nos infatigables aînées en tablier orange, l'ambiance "mystère" d'Halloween, la curiosité de découvrir les divers déguisements et aussi la joie de se retrouver pour un moment d'insouciance, qui ont attiré tant de monde ?

Que de travail accompli pour assurer la réussite totale de cette exceptionnelle soirée ! Un grand merci à l'AIDPN et à notre équipe de La Mosaïque pour avoir organisé avec enthousiasme et compétence ce sympathique événement de notre quartier.

Herminée



Photos Alain Bergonzo

Nous étions toutes et tous Irlandais ce jour-là pour fêter Halloween !

Les organisatrices avaient installé un chaleureux stand sous le grand arbre doré trônant sur le parvis de l'église de Chantemerle.

Dès 15h., des enfants purent fabriquer de jolis lampions en matériaux recyclés sous la houlette d'une animatrice de l'association Vert-de-Terre.



Pour la seconde fois, la bonne odeur de la soupe à la courge a attiré de nombreuses personnes. Les cinquante litres de cet excellent breuvage préparé par plusieurs de nos membres, que nous remercions vivement, ont été complètement bus !

Plein de petites sorcières et sorciers se pressaient autour du stand où des friandises leur étaient offertes ! Ce fut un moment joyeux et convivial et nous nous réjouissons d'en bénéficier à nouveau l'année prochaine. Merci à toutes et tous !

Liliane

MOT CACHÉ

Tracer dans la grille tous les mots qui apparaissent dans la liste ci-dessous— en verticale, horizontale et diagonales! Six lettres resteront alors, qui indiquent une attraction culinaire dans laquelle La Mosaïque de Pully Nord excelle...

S	P	H	E	R	E	I	F	L	O	G	T	N	O	M
B	S	P	A	G	Y	R	I	E	R	R	O	E	I	A
E	A	E	T	B	A	E	L	L	E	U	Q	N	S	C
S	R	R	T	G	R	R	E	T	S	E	U	I	E	H
S	A	I	R	N	N	T	T	U	R	T	E	D	A	I
A	A	A	A	E	E	E	S	I	E	N	U	N	U	N
R	N	R	I	L	R	M	R	S	V	T	T	O	F	E
T	C	A	T	R	P	O	E	I	I	E	N	L	T	R
S	F	B	I	A	E	T	S	T	G	A	R	A	V	I
I	E	N	O	I	T	A	L	E	R	E	M	S	I	A
R	E	C	N	E	G	A	U	A	E	O	R	O	E	R
P	L	A	N	E	U	R	P	E	T	E	P	M	E	T
M	A	R	R	O	N	F	M	S	I	S	E	M	E	N
O	O	R	T	L	I	O	O	R	U	P	Z	E	O	O
C	R	E	M	E	R	P	C	E	N	R	E	T	I	C

Agencer	Cône	Fragrant	Parano	Sommet
Altitude	Contraire	Grue	Patatras	Spagyrie
Araire	Cornette	Hanté	Pèze	Sphère
Atome	Crème	Machine	Pioncés	Tact
Attrait	Crier	Maïs	Plaire	Tempête
Barrer	Enrayé	Marron	Planeur	Tergiverser
Bœuf	Envisager	Métrer	Postomat	Terrine
Carré	Éole	Minute	Psara	Toque
Citerne	Épieu	Montgolfière	Quelle	Unir
Comporte- ment	Eriger	Némésis	Ravi	Verset
Compris	Essart	Nuit	Relation	Vitrage
Compulser	Ester	Oiseau	Riant	
	Filets	Ondine	Salon	

PARTAGES CULINAIRES

Le 15 octobre 2015 Dès l'heure de l'apéritif, 20 convives se réunirent dans la salle de paroisse agréablement chauffée pour déguster les amuse-bouches préparés par Galina, Denise et Simone.

Puis on servit un onctueux potage aux courgettes cuisiné par Cécile. Il fut d'autant plus apprécié que la température avait brusquement chuté la veille.

Un goûteux rôti de bœuf, braisé par Claude, et accompagné de carottes "Vichy" et d'une excellente purée de pommes-de-terre "maison" constituèrent un plat de résistance qui réjouit les invités. De chaleureux applaudissements furent adressés à Doris pour avoir épluché plusieurs kilos de légumes !

Un flan au caramel et quelques dés de kiwis, (fruits provenant du jardin d'Irène et Freddy) ponctuèrent ce repas traditionnel qui nous fit entrer d'un bon pied dans l'automne !

Annick

Le 19 novembre 2015 Les pâtisseries farcies d'Annick, quel régal ! On se demande où elle a trouvé cette recette « exotique » qui nous a transportés vers le midi en cette belle journée d'automne. Et on ne peut qu'admirer son dévouement et sa ténacité, en les préparant la veille au soir...

Et, comme d'habitude, le festin a débuté autour d'une table d'apéritif bien garnie, suivie d'un délicieux potage aux poireaux, aux pommes de terre et... aux poires ! Pour terminer en beauté, le dessert, deux magnifiques gâteaux aux pommes résolument fondantes (Boskoop!) mit un terme à cette sympathique rencontre. Les bonnes habitudes continuent !

Freddy

PETIT LEXIQUE à l'usage des non-initiés

Groupe Habitants : ensemble des membres qui participent activement à l'organisation et assurent la gestion de **La Mosaïque de Pully Nord**.

Groupe Ressources : ensemble d'associations partenaires de **La Mosaïque**.

Cahier des Autonomies : charte définissant les relations entre **La Mosaïque** et les associations partenaires, y-compris la **Commune de Pully**.

Passation : Pro Senectute **se retire** et **La Mosaïque** devient **indépendante**.

INVITATION

De « Quartiers Solidaires » à La Mosaïque de Pully Nord

Samedi 13 février 2016
Dès 10h30 à la Salle de Paroisse
Place Chantemerle

Depuis avril 2012, Pro Senectute Vaud, avec la collaboration de la Municipalité de Pully et de nombreux partenaires, a accompagné le développement du projet mené selon la méthode « **Quartiers Solidaires** », à Pully Nord. La **séance de passation** marquera officiellement le passage de relais à la nouvelle association **La Mosaïque de Pully Nord**.



Ce moment symbolique sera marqué par plusieurs allocutions, par la signature du « cahier des autonomies » et se terminera autour d'un brunch convivial offert.