



# NOUVEAU



## Activité BILLARD

La citation d'Albert Einstein : *"Le billard constitue l'art suprême de l'anticipation. Il ne s'agit pas d'un jeu mais d'un sport artistique complet qui nécessite, en plus d'une bonne condition physique, le raisonnement logique du joueur d'échecs et le toucher du pianiste de concert"* résume les aptitudes que vous pourrez développer en pratiquant cette nouvelle activité que l'Association « 55+ d'Ecublens » vous propose en collaboration avec les Billards de l'Ouest lausannois.

### **QUAND :**

**Dès le jeudi 30 janvier 2020 à 14h00**

**Ensuite chaque jeudi de 14h00 à 16h00**

### **OÙ :**

Local des Billards de l'Ouest lausannois, Bâtiment Pluton (sous la piscine), Collège du Pontet, 1024 Ecublens

### **COMBIEN :**

Activité gratuite si pratiquée 10 fois par an

### **RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS :**

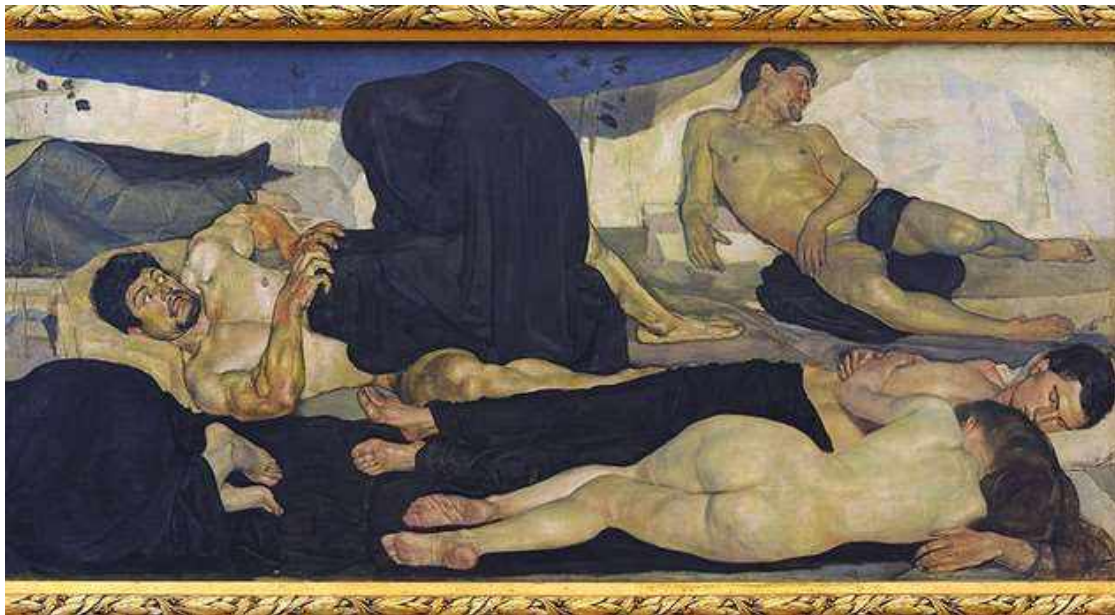
François Kislig, tél. fixe : 021 691 14 72 / tél. portable : 079 478 33 66

E-mail: [fr.kislig@bluewin.ch](mailto:fr.kislig@bluewin.ch)

### **Nombre limité de participants**

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

# Le sexe c'est dégoûtant



**Dimanche 2 février 2020**

Le Groupe Visites-SpectacleExpo « 55+ d'Ecublens » vous propose d'assister à un spectacle de d'Antoine Jaccoud, par la CGT compagnie générale de théâtre. Mise en scène Matthias Urban. Avec : Shin Iglesias, Antonio Troilo, Isabelle Caillat, Roberto Molo et Matthias Urban.

Quand le pilates commence à lasser, que la perspective du marathon de Lausanne, ou même de New York, s'estompe mollement à l'horizon et que les week-end au chalet deviennent mortifères. Quand même les séries Netflix suscitent une manière d'indifférence, que le Guide du Routard tombe des mains, que les dégustations de vins produits en biodynamie dégagent une sorte de fadeur. Quand le couple a tout essayé – les livres, les randonnées, le dialogue – mais peine à sortir d'une crise que le thérapeute voit, lui, comme une opportunité. Quand le monde, enfin, n'apporte que des mauvaises nouvelles et que l'espèce se met à craindre son extinction... Alors, il reste l'échangisme.

**Rendez-vous à 16h15** devant le centre socioculturel d'Ecublens. Déplacement en covoiturage, prévoir 2CHF pour votre chauffeur. Spectacle à 17h00.

**Nombre de participants limité en fonction du nombre de véhicules à disposition et des places de théâtre disponibles au moment de votre inscription.**

**Coût : 10CHF/pers.**, participation de 5CHF des « 55+ d'Ecublens » déjà déduite.

**Inscriptions jusqu'au 25 janvier 2020 au plus tard sur [www.resoli.ch](http://www.resoli.ch)** ou auprès de : Dominique Breider par e-mail : [dcjf.breider@bluewin.ch](mailto:dcjf.breider@bluewin.ch) ou éventuellement sur le répondeur du 021 801 42 47

Lors de votre inscription, veuillez nous indiquer si vous utiliserez votre véhicule.

**IMPORTANT** : si vous laissez un message sur le répondeur téléphonique, n'oubliez pas d'indiquer votre nom et votre numéro de téléphone afin que nous puissions vous confirmer votre inscription.

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



**Dimanche 9 février 2020**

Le Groupe Visites-SpectacleExpo « 55+ d'Ecublens » vous propose d'assister au théâtre Kléber Méleau à une création théâtrale de Guillaume Pi et Michael Borcard.

Le titre renvoie à un roman écrit par Mary Shelley en 1816 lors d'un séjour en Suisse, sur les bords du Lac Léman, Frankenstein ou le Prométhée moderne, où il est question de la création d'un être vivant par Victor Frankenstein, un jeune savant genevois, soit d'une créature qui finit par apparaître plus humaine que le scientifique qui lui donne vie et nous invite à une réflexion sur l'altérité.

«Il y a deux siècles naissait en Suisse une créature sans nom...», c'est ainsi que pourrait commencer ce conte horrifique, cette nouvelle «composition électro-progressive», cette « narration immersive » entre SF et « freak-show », « sound design » et « steampunk » rétro-futuriste à la Jules Verne ou à la Méliès qui, à l'aune d'une fiction, interroge notre réalité où des ingénieurs créent de l'intelligence artificielle et où des généticiens procèdent à des clonages, font des espèces hybrides et parviennent à réaliser de l'ADN humain...

**Rendez-vous à 10h00** devant le centre socioculturel d'Ecublens. Déplacement en covoiturage, prévoir 2CHF pour votre chauffeur. Spectacle à 11h00. Durée : 1h10.

**Nombre de participants limité en fonction du nombre de véhicules à disposition et des places de théâtre disponibles au moment de votre inscription.**

**Coût : 13CHF/pers.**, participation des « 55+ d'Ecublens » déjà déduite.

**Inscriptions jusqu'au 31 janvier 2020 au plus tard sur [www.resoli.ch](http://www.resoli.ch)** ou auprès de : Dominique Breider par e-mail : [dcjf.breider@bluewin.ch](mailto:dcjf.breider@bluewin.ch) ou éventuellement sur le répondeur du 021 801 42 47

Lors de votre inscription, veuillez nous indiquer si vous utiliserez votre véhicule.

**IMPORTANT :** *si vous laissez un message sur le répondeur téléphonique, n'oubliez pas d'indiquer votre nom et votre numéro de téléphone afin que nous puissions vous confirmer votre inscription.*

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



## CINEMA+



*Malheureusement, la réglementation nous interdit de publier le titre du film qui sera projeté ainsi que des illustrations ou des photos dans les médias !*

**Mardi 11 février 2020**

**Le Groupe Visites-SpectacleExpo « 55+ d'Ecublens » propose de visionner un film francophone sous-titré en français** de Philippe de Chauveron avec Christian Clavier, Chantal Lauby, Ary Abittan. Comédie. Durée 1h39 minutes.

Le retour des familles Verneuil et Koffi au grand complet !

Claude et Marie Verneuil font face à une nouvelle crise. Leurs quatre gendres, Rachid, David, Chao et Charles sont décidés à quitter la France avec femmes et enfants pour tenter leur chance à l'étranger. Incapables d'imaginer leur famille loin d'eux, Claude et Marie sont prêts à tout pour les retenir.

De leur côté, les Koffi débarquent en France pour le mariage de leur fille. Eux non plus ne sont pas au bout de leurs surprises...

**Rendez-vous à 14h20** salle Federer, au 1<sup>er</sup> étage du centre socioculturel d'Ecublens

**Coût : gratuit.**

**Nombre limité de participants.**

**Inscription obligatoire jusqu'au vendredi 7 février 2020 au plus tard** sur [www.resoli.ch](http://www.resoli.ch) ou auprès de : Dominique Breider sur [www.resoli.ch](http://www.resoli.ch) ou par e-mail : [dcjf.breider@bluewin.ch](mailto:dcjf.breider@bluewin.ch) ou éventuellement sur le répondeur du 021 801 42 47

**IMPORTANT** : si vous laissez un message sur le répondeur téléphonique, n'oubliez pas d'indiquer votre nom et votre numéro de téléphone afin que nous puissions vous confirmer votre inscription.

**55+**  
d'Ecublens



# NOUVEAU



## Activité Qi Gong

L'Association « 55+ d'Ecublens » vous propose de pratiquer un art énergétique, issue d'une discipline ancestrale chinoise : le Qi Gong pour la Santé. C'est un ensemble d'exercices qui dirigent et guident l'énergie (Qi), qui travaillent sur la respiration et les organes internes. Il conduit aussi l'énergie le long des méridiens afin de nourrir le corps et l'esprit. La Chine a intégré les techniques du Qi Gong pour la Santé pour le public et les soins hospitaliers. A chaque saison, nous pouvons travailler sur la circulation d'énergie des méridiens liés aux organes, activer les points d'acupuncture, revitaliser le corps et l'esprit.

Au Printemps : on fait circuler l'énergie dans les méridiens du Foie et dans celui de la Vésicule Biliaire, pour raffermir les tendons et les muscles.

En Été : on apaise les méridiens du Cœur et de l'Estomac, pour activer la circulation sanguine.

En Automne : on active la circulation des méridiens des Poumons et du Gros Intestin, pour renforcer le système respiratoire.

En Hiver : on agit sur les méridiens des Reins et de la Vessie pour renforcer notre vitalité et soulager le dos.

Cette activité peut se pratiquer assis sur une chaise si vous ne pouvez pas rester longtemps en position debout.

### **QUAND :**

**Dès le mercredi 12 février 2020 à 10h00**

Ensuite les mercredis : 26 février, 11 & 25 mars, 8 avril, 13 & 27 mai, 10 & 24 juin.

### **OÙ :**

Ancien local des APEMS dans le réfectoire du centre socioculturel d'Ecublens

### **COMBIEN :**

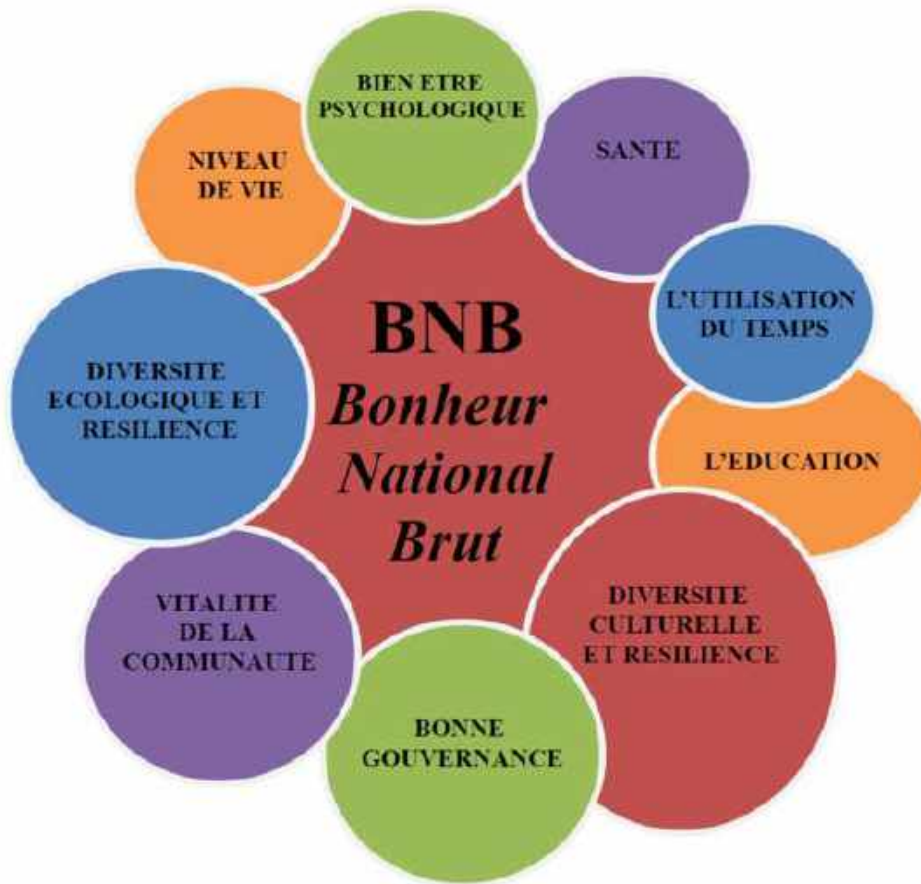
Cours gratuit. Il est recommandé de venir avec des chaussures souples de sport ou des chaussons de danse ainsi que des vêtements souples et confortables.

### **RENSEIGNEMENTS :**

Badema Marbot, tél. portable : 079 572 44 68 / e-mail : [badema@befengshui.com](mailto:badema@befengshui.com)

### **Nombre limité de participants**

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



## Adapter l'action publique aux enjeux actuels

**Jeudi 13 février 2020, 14 h. 30**

M. Jean-Philippe Bezat, ingénieur mécanicien EPFL et titulaire d'un MBA de HEC-UNIL, a travaillé dans divers secteurs publics et privés. Retraité, il co-facilite « le mouvement BNB-CH » (Bonheur National Brut – [https://fr.wikipedia.org/wiki/Bonheur\\_national\\_brut](https://fr.wikipedia.org/wiki/Bonheur_national_brut) ). Le BNB est un modèle développé depuis une trentaine d'années au Bhoutan qui répond à la question : « Comment continuer à nous développer **équitablement** et **sans détruire l'environnement** ».

Le bonheur possède une double dimension à la fois individuelle et collective. Selon la Déclaration d'indépendance des États-Unis (1776) la dimension **collective** devrait constituer le but ultime des gouvernements démocratiquement élus.

Lors de cette conférence, nous imaginerons ensemble les conditions favorisant l'accès au bonheur du plus grand nombre (CFAB). Nous verrons qu'il est possible d'utiliser les CFAB pour adapter l'action publique aux enjeux actuels.

**Salle Federer, 1<sup>er</sup> étage, du Centre socioculturel d'Ecublens**

**Entrée libre**

Pour donner suite à de nouvelles normes de sécurité imposées par la Municipalité d'Ecublens, nous ne sommes pas autorisés à accueillir plus de 50 personnes dans la salle.

*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 dommages matériels.*



# VISITE

CARAN D'ACHE  
Genève



**Jeudi 27 février 2020**

Le Groupe Visites-SpectacleExpo « 55+ d'Ecublens » en collaboration avec l'équipe « COLOUR EXPERIENCE » de l'Université de Lausanne vous proposent une visite de l'entreprise Caran d'Ache pour découvrir comment sont fabriqués leurs intemporels crayons et autres produits phares. Suivra une présentation sur les couleurs par des collaborateurs de l'UNIL et un repas ponctuera cette visite.

Avec l'élégance de ses créations, la qualité de leurs matériaux et la pureté de ses crayons, Caran d'Ache est une entreprise connue de tous pour réaliser les plus beaux dessins. Fondée en 1915, cette entreprise familiale garde aujourd'hui encore les mêmes valeurs : le label « Swiss made » ; la transmission du savoir-faire autour de l'art de l'écriture et du dessin ainsi qu'une responsabilité envers l'environnement, pour garantir la qualité des produits.

Cette visite sera suivie d'une présentation d'un nouveau projet de l'UNIL sur les couleurs et les émotions. Il existe une multitude de croyances sur la relation entre les couleurs et les émotions qui nous disent que les couleurs peuvent influencer notre état psychologique. A l'université de Lausanne, une équipe de chercheuses s'intéresse à ces croyances pour connaître les liens qui existent entre les couleurs et les émotions. Ces liens peuvent être affectés par l'âge, la culture, le genre, l'éducation...

Pour clôturer cette matinée nous vous proposons une assiette du jour :



Auberge Communale de Thonèx

Chez Alain

**Rendez-vous à 8h30** (horaire provisoire) **devant le centre socioculturel d'Ecublens.**  
Déplacement en covoiturage, **prévoir 12CHF pour votre chauffeur.**

**Nombre de participants limité à 20.**

**Visite gratuite. Restaurant : assiette du jour à partir de 18CHF.**

**Inscriptions jusqu'au 19 février 2019 au plus tard sur [www.resoli.ch](http://www.resoli.ch)** ou auprès de :  
Dominique Breider par e-mail : [dcjf.breider@bluewin.ch](mailto:dcjf.breider@bluewin.ch) ou éventuellement sur le répondeur  
du 021 801 42 47

Lors de votre inscription, veuillez nous indiquer si vous utiliserez votre véhicule.

**IMPORTANT :** *si vous laissez un message sur le répondeur téléphonique, n'oubliez pas d'indiquer votre nom et votre numéro de téléphone afin que nous puissions vous confirmer votre inscription.*

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

## Visite du centre de Dailens de tri des colis postaux



### **Vendredi 28 février 2020**

Le Groupe Visites-SpectacleExpo des « 55+ d'Ecublens » vous propose de visiter le centre de tri des colis de la Poste à Dailens qui a la capacité de trier jusqu'à 22'000 colis par jour sur une ligne de convoyage de 1,3km. Après les centres de Härkingen (SO) et de Frauenfeld (TG), Dailens est le troisième site de la Poste à être équipé d'installations performantes.

La visite débutera par une présentation sur le traitement des colis et ensuite nous parcourrons le centre de tri avec un guide. Durée totale 2 heures.

Un repas dans le restaurant en libre-service du centre postal de Dailens clôturera cette matinée.

**Rendez-vous à 9h00 devant le centre socioculturel d'Ecublens.** Déplacement en covoiturage, prévoir **3CHF** pour votre chauffeur.

**Nombre de participants limité à 20.**

**Visite gratuite. Restaurant**, assiette du jour à partir de 16CHF, hors boisson.

**Inscriptions jusqu'au 15 février 2020 au plus tard sur [www.resoli.ch](http://www.resoli.ch) ou auprès de Dominique Breider par e-mail : [dcjf.breider@bluewin.ch](mailto:dcjf.breider@bluewin.ch) ou éventuellement sur le répondeur du 021 801 42 47**

Lors de votre inscription, veuillez nous indiquer si vous utiliserez votre véhicule.

**IMPORTANT** : *si vous laissez un message sur le répondeur téléphonique, n'oubliez pas d'indiquer votre nom et votre numéro de téléphone afin que nous puissions vous confirmer votre inscription.*

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





# CINEMA+



*Malheureusement, la réglementation nous interdit de publier le titre du film qui sera projeté ainsi que des illustrations ou des photos dans les médias !*

**Mardi 3 mars 2020**

**Le Groupe Visites-SpectacleExpo « 55+ d'Ecublens » propose de visionner un film francophone sous-titré en français** de Pierre Godeau avec Benoît Poelvoorde, Edouard Baer et Suzanne Clément. Comédie. Durée 1h30 minutes.

Tirée de la BD créée par Sempé, Raoul Taburin conte l'histoire d'un petit garçon qui ne sait pas faire de vélo et qui à l'âge adulte ne sait toujours pas en faire. Les lois de l'apesanteur et la force centrifuge se sont liguées contre le pauvre Raoul. Alors surfant sur une fausse réputation, l'homme verra son imposture s'effritée et prendre du plomb dans l'aile quand un certain Hervé Figougne débarque...

**Rendez-vous à 14h20** salle Federer, au 1<sup>er</sup> étage du centre socioculturel d'Ecublens

**Coût : gratuit.**

**Nombre limité de participants.**

**Inscription obligatoire jusqu'au vendredi 28 février 2020 au plus tard** sur [www.resoli.ch](http://www.resoli.ch) ou auprès de : Dominique Breider sur [www.resoli.ch](http://www.resoli.ch) ou par e-mail : [dcjf.breider@bluewin.ch](mailto:dcjf.breider@bluewin.ch) ou éventuellement sur le répondeur du 021 801 42 47

**IMPORTANT :** *si vous laissez un message sur le répondeur téléphonique, n'oubliez pas d'indiquer votre nom et votre numéro de téléphone afin que nous puissions vous confirmer votre inscription.*



# ALBERT PIÀ COMELLA

## Récital de guitare classique et romantique

jeudi 5 mars 2020 à 14h30



### PROGRAMME

- Ferran Sor (1778-1838)**  
Recueil d'études de concert
- Francisco Tàrrega (1852-1909)**  
Adelita  
Caprico arabe
- Julian Arcas (1832-1882)**  
Bolero
- Jorge Cardoso (1949)**  
Milonga
- H. Villa-Lobos (1857- 1979)**  
Prélude n.1
- Leo Brouwer (1939)**  
Elogio de la Danza
- G. Regondi (1823-1872)**  
Rêverie « Nocturne »

Lauréat de divers concours internationaux, il se produit régulièrement comme soliste et avec divers groupes de musique de chambre dans de nombreux festivals et lieux de prestige tels que la Société de Musique de la Chaux-de-Fonds (Suisse), le Septembre Musical de l'Orne (France), le Festival International Narciso Yepes (Andorre), le Festival de Musique de Chambre de Hoorn (Pays Bas). Il s'est aussi produit dans la salle de concerts du Musée des Instruments de Bruxelles (Belgique), au Festival International de Figueira Da Foz (Portugal), à l'ONU de New York (Etats-Unis). De même, il a eu l'occasion de jouer en concert avec le quatuor à cordes de Paris Amedeo Modigliani, le Quatuor Sine Nomine et le Quatuor Byron de Genève. De plus, il s'est aussi produit comme soliste à plusieurs reprises avec différents orchestres.

**Salle Federer, 1<sup>er</sup> étage, Centre socioculturel d'Ecublens.**

**Entrée libre \***

\*pour donner suite à des nouvelles normes de sécurité imposées par la Municipalité d'Ecublens, nous ne sommes pas autorisés à accueillir plus de 50 personnes dans la salle Federer.

*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*

55+  
d'Ecublens



#

#####.



#####



#

#

# COLLECTION # DE L'ART BRUT LAUSANNE #



## Mercredi 25 mars 2020

Dans le cadre de Générations Au Musée, le Groupe intergénérationnel et interculturel des «55+ d'Ecublens», l'APEMS Coquerellaz ainsi que la Collection de l'Art Brut de Lausanne réuniront deux générations d'habitants de la commune d'Ecublens pour visiter l'exposition.

Après une brève introduction qui permettra de préparer le terrain à l'imagination des participants, la découverte de l'exposition offrira une occasion idéale d'échanges intergénérationnels privilégiés. Cette rencontre s'achèvera par un goûter en commun.

**Rendez-vous à 13h15 à l'arrêt Bassenges du métro M1**, départ à 13h22. Début de la visite à 14h00.

**Coût : gratuit. Nombre limité de participants.**

**Délai d'inscription mercredi 16 mars 2020** auprès de :

Dominique Breider par, e-mail : [dcjf.breider@bluewin.ch](mailto:dcjf.breider@bluewin.ch) / sur le site [www.resoli.ch](http://www.resoli.ch) /  
par tél : 078 817 89 89

**IMPORTANT** : si vous laissez un message sur le répondeur téléphonique, n'oubliez pas d'indiquer votre nom et votre numéro de téléphone afin que nous puissions vous confirmer votre inscription.

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



**Jeudi 26 mars 2020 à 14h30**

**Table ronde animée par Mme Gabriela Jaunin co-présidente d'Exit**

Mme Gabriela Jaunin accompagne depuis plus de 15 ans des personnes désireuses de s'en aller par Exit. Elle répondra à vos questions et abordera aussi toutes les solutions existantes pour vivre et mourir dignement sans nécessairement faire appel à Exit. Elle nous permettra également d'avoir une vision plus claire face aux polémiques déclenchées par les médias.

**Salle Federer, 1<sup>er</sup> étage, Centre socioculturel d'Ecublens.  
Entrée libre \***

\* pour donner suite à des nouvelles normes de sécurité imposées par la Municipalité d'Ecublens, nous ne sommes pas autorisés à accueillir plus de 50 personnes dans la salle Federer.

*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*

55+  
d'Ecublens



## Vendredi 27 mars 2020

Le Groupe Visites-SpectacleExpo « 55+ d'Ecublens » vous propose d'assister au cinéma ODEON de Morges à un opéra retransmis en différé du Royal Opéra de Covent Garden.

L'unique opéra de Beethoven est un chef-d'œuvre, une histoire exaltante mêlant prises de risque et moments de triomphe. Dans cette nouvelle adaptation, Jonas Kaufmann interprète Florestan, un prisonnier politique, tandis que Lise Davidsen incarne sa femme Léonore, qui devient Fidelio, un homme, pour aller le sauver. L'intrigue domestique et la détermination amoureuse font ici contrepoint à la cruauté d'un régime tyrannique. Transcendante de bout en bout, la partition se distingue notamment par le célèbre quartet de l'acte I, le chœur des prisonniers, et la plainte passionnée, teintée d'espoir, de Florestan dans l'acte II. La nouvelle mise en scène de Tobias Kratzer met en parallèle la lugubre réalité de la « Terreur » révolutionnaire et les problématiques actuelles, pour mieux souligner le message d'appartenance commune à l'humanité, véhiculé par Fidelio.

**Rendez-vous à 13h15** devant le centre socioculturel d'Ecublens. Spectacle à 14H00, durée 2h30 (pause comprise). Déplacement en covoiturage. Prévoir 3CHF pour votre chauffeur et le parking.

**Coût : 18CHF** (AVS) ou 22CHF, participation des « 55+ d'Ecublens » déjà déduite.

**Les billets étant réservés et payés dès votre inscription, la totalité du prix du billet vous sera réclamé en cas de désistement si vous ne trouvez pas un remplaçant. Plus vous vous inscrirez tôt, plus vous aurez la possibilité d'obtenir un siège bien situé.**

**Nombre limité de places** en fonction des billets à disposition et des véhicules disponibles.

**Délai d'inscription dimanche 15 mars 2020 au plus tard** sur [www.resoli.ch](http://www.resoli.ch) ou auprès de : Dominique Breider par e-mail : [dcjf.breider@bluewin.ch](mailto:dcjf.breider@bluewin.ch) ou éventuellement sur le répondeur du 078 817 89 89

**IMPORTANT** : si vous laissez un message sur le répondeur téléphonique, n'oubliez pas d'indiquer votre nom et votre numéro de téléphone afin que nous puissions vous confirmer votre inscription.

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



## Vendredi 3 avril 2020

Le Groupe Visites-SpectacleExpo « 55+ d'Ecublens » vous propose d'assister au théâtre Kléber Méleau à une création théâtrale conçue et mise en scène par Omar Porras.

Approchez, approchez, vous aurez les yeux, et l'ouïe aussi, « tout remplis de poudre d'astres! » Le Teatro Malandro vous propose des apparitions de fantômes «gris souris effrayée», des costumes de feux et de lumière, des personnages en cheveux de comètes et en habits brodés de filaments d'or, en pourpoint « gorge de pigeon doublé saumon» et jabot mordoré (pour incursion grandguignolesque), une machinerie construite par les ateliers de l'Arche de Noé avec changements à vue, engloutissements et pluie de feux de Bengale.

Le temps est venu, dans cette époque troublée, que le Teatro Malandro se lance dans une enquête qui le conduira à croquer les portraits de grandes figures horribles du monde réel et littéraire... en un concours de cruauté qui vous fera osciller, et même tituber, entre rire, effroi, absurde et fascination.

**Rendez-vous à 19h00** devant le centre socioculturel d'Ecublens. Déplacement en covoiturage, prévoir 2CHF pour votre chauffeur. Spectacle à 20h00. Durée : 1h50.

**Nombre de participants limité en fonction du nombre de véhicules à disposition et des places de théâtre disponibles au moment de votre inscription.**

**Coût : 13CHF/pers.**, participation des « 55+ d'Ecublens » déjà déduite.

**Inscriptions jusqu'au 26 mars 2020 au plus tard** sur [www.resoli.ch](http://www.resoli.ch) ou auprès de : Dominique Breider par e-mail : [dcjf.breider@bluewin.ch](mailto:dcjf.breider@bluewin.ch) ou éventuellement sur le répondeur du 078 817 89 89.

Lors de votre inscription, veuillez nous indiquer si vous utiliserez votre véhicule.

**IMPORTANT** : si vous laissez un message sur le répondeur téléphonique, n'oubliez pas d'indiquer votre nom et votre numéro de téléphone afin que nous puissions vous confirmer votre inscription.

# Table au bistrot

ECUBLENS

## Restaurant Café Vaudois

Pro Senectute Vaud vous propose de prendre un bon repas dans une ambiance chaleureuse, autour de Tables au bistrot, organisées par des bénévoles.

Catherine Meuter, Micheline Lagrive et Dominique Breider vous accueillent au restaurant pour partager un savoureux moment et faire de nouvelles connaissances.

<b>Lieu</b>	Rue du Villars 36, 1024 Ecublens Arrêt « Villars » des bus 33 et 705 à 75m
<b>Horaire et dates</b>	À midi, les vendredis 14 février, 6 mars, 3 avril, 8 mai, 12 juin 2020
<b>Participation</b>	CHF 22.- entrée, plat, dessert et verre de vin (café ou thé en supplément)
<b>Renseignements Inscriptions</b>	Dominique Breider 021 801 42 47 (merci de laisser vos coordonnées sur le répondeur) Au plus tard 72h à l'avance Non accessible en fauteuil roulant Transport à disposition sur demande



## **Menus qui vous sont proposés :**

---

<b>24 janvier :</b>	Soupe à la courge, saucisse aux choux de Bournens, Papet vaudois et boule de glace spagnola et griottes
<b>14 février :</b>	Salade mêlée, filets de perche à la meunière, pommes frites et tarte à la raisinée
<b>6 mars :</b>	Salade du maraîcher, atrieux et saucisse à rôtir de la ferme en Croix, pommes mousseline, légumes du marché et tarte aux pommes
<b>3 avril :</b>	Salade mêlée, filets de perche à la meunières, pommes frites et tiramisu
<b>8 mai :</b>	Croûtons de chèvre chaud sur saladine, langue de bœuf sauce aux câpres, pommes mousseline, carottes et poires Melba
<b>12 juin :</b>	Salade, croûtons, lardons, œuf dur, filets de féra aux herbes du jardin, pommes nature, légumes et tarte au citron meringuée

---



# Après une AVC/AIT Je peux participer à des

## Activités Variées Cérébrales



Vous avez la possibilité de participer à des activités variées comme des jeux de société, de carte etc. afin de faire travailler votre cerveau après un AVC/AIT Et par la même occasion, vous pourrez échanger avec des personnes qui ont eu un AVC/AIT comme vous.

Cette activité se déroule **tous les quatrièmes mercredi du mois de 14h à 16h** au rez-de-chaussée du Ch. de Veilloud 5, Ecublens (sonnette «55+ d'Ecublens»)

Pour vous y rendre en transport en commun :

- Métro M1, arrêt Cerisaie
- Bus 33 qui s'arrête devant la porte

La personne responsable est madame Carla Monster qui a elle-même eu des AVC. Si vous êtes intéressés, merci de vous inscrire par e-mail :

[carla.h.monster@gmail.com](mailto:carla.h.monster@gmail.com)

Par téléphone : +41 21 701 15 44  
+41 78 773 45 43