

Événement	Horaire Point de rendez-vous	Personne(s) de contact	Informations complémentaires
	Octobre 2025		
MARCHÉ ARTISANAL DE L'ATELIER CRÉATIF DES 55+	Du mercredi 1 ^{er} au jeudi 3 octobre 2025, 10h-15h Centre commercial du Croset, Ecublens	Frédérique Landry-Reeb 079 133 77 99 frederique@landry-reeb.ch et Evelyne Messerli 076 324 94 77 eveline.messerli@hotmail.com	Idées cadeaux ! N'attendez pas le dernier moment pour vos cadeaux de Noël ! Le groupe « Atelier créatif » de l'Association « 55+ d'Ecublens » vous invite à l'exposition de ses réalisations (tricot, crochet, couture, etc.). Voir flyer.
DÉMONSTRATION DE LINE-DANCE COUNTRY DES 55+	Vendredi 3 octobre 2025, 15h00 Centre commercial du Croset, Ecublens	Frédérique Landry-Reeb 079 133 77 99 frederique@landry-reeb.ch Béatrice Gygax 079 273 80 55 bgygax70%20@gmail.com	Venez, vous aussi, essayer la line-dance country (ou danse en ligne "country"). On s'amuse, tout en améliorant coordination et équilibre, en stimulant sa mémoire et en diffusant la bonne humeur. Voir flyer.
PRÉSENTATION DES ACTIVITÉS DES 55+	Samedi 4 octobre 2025 10h00-16h00 Centre Socio-Culturel d'Ecublens CSCE, Place François Silvant	Frédérique Landry-Reeb 079 133 77 99 frederique@landry-reeb.ch	<i>Stands et échanges</i> On joue, on crée, on se balade, on découvre des artistes ou entreprises, on continue à apprendre en s'amusant, on mange, on pêche, on tire, on pointe, on danse, on écrit, on lit, on vide son grenier, on ouvre sa fenêtre, on rit, on se rencontre, on s'aide, On vit !
TIR À L'ARC	Une fois par semaine toute l'année Mercredi matin 9h45-11h30 Pétanque du Motty	Préinscription obligatoire sur : www.resoli.ch Ou auprès d'Alain Blanchoud Courriel : alain@blanchoud.ch Mobile : 079 355 25 01	Maîtriser un arc et viser une cible à 6 et 8 mètres à l'intérieur et 12 et 18 mètres à l'extérieur
CONFÉRENCE- DÉBAT COMMENT S'Y RETRouver DANS LA JUNGLE DES LABELS ALIMENTAIRES	Mardi 7 octobre 2025 19h00 Lieu : Espace Nicollier, Collège du Pontet, Rte du Bois 6, Ecublens Voir flyer.	Entrée libre, inscription souhaitée jusqu'au 3 octobre 2025 Frédérique Landry-Reeb 079 133 77 99 frederique@landry-reeb.ch	Nutriscore, agriculture bio, IGP... qu'est ce qui se cache derrière ces appellations ? <i>Table ronde avec</i> - Mireille Ducret, Association Paysannes VD - Barbara Pfenniger, FRC - Eddy Farina, HES-SO GE <i>Témoignage vidéo</i> Catherine Cruchon, Domaine Henri Cruchon

Événement	Horaire Point de rendez-vous	Personne(s) de contact	Informations complémentaires
PRATIQUE DU BILLARD	Chaque jeudi 13h30 - 15h30 Billards Ouest lausannois d'Ecublens situé au sous-sol du Bâtiment Pluton (piscine) au Collège du Pontet d'Ecublens	François Kislig, au 021 691 14 72 ou 079 478 33 66, francois.kislig@gmail.com	Si vous souhaitez apprendre à jouer au billard ou le pratiquer au sein d'un groupe convivial de membres de l'Association, n'hésitez pas à rejoindre cette activité.
PÉTANQUE	Chaque mercredi 13h30 - 16h30 Sauf jours fériés Pétanque du Motty, ch. du Bochet 3, Ecublens	Roland Trutmann 078 405 91 83 où Micheline Lagrive 079 732 77 60	Venez jouer à la pétanque au sein d'un groupe convivial.
ATELIER CRÉATIF	Mercredi 01 et 15 octobre 2025 13h30 - 16h30 ch. de Veilloud 5, Ecublens	Contact Evelyne Messerli 076 324 94 77	Atelier créatif ouvert à tout débutant ou bricoleur confirmé, sans inscription. Chaque participant est prié d'amener son propre set de bricolage.
JEU MAH JONG	Les lundis 6 et 27 octobre 2025 13h45 - 16h45 À la salle Recordon, 1er étage du Centre socioculturel d'Ecublens	Stéphanie & Alfred Kohler 021 691 94 44	Venez apprendre à jouer au Mah Jong, jeu de société d'origine chinoise qui se joue à quatre joueurs, avec des pièces appelées tuiles, associant tactique, stratégie, calcul et psychologie, ainsi qu'une part de chance.
SCRABBLE	Lundi 06 et 20 octobre 2025 14h00 à 17h00 Local de l'Association Ch. de Veilloud 5	Gisèle Humbert-Droz 021 691 59 26 (Aux heures des repas)	Pour les dates exactes, renseignements : Gisèle Humbert-Droz
PÊCHE AMICALE	Mardi 7 et 21 octobre 2025 14h00 Salle Veilloud 5	Renseignements et inscription au plus tard le vendredi soir précédent auprès de Ronald Emery au 079 661 97 44 ou 021 691 59 92 ronald.emery@bluewin.ch	Sur demande pêche au lac
PARTAGE DE LECTURES	Mercredi 08 octobre 2025 9h00 Bibliothèque communale d'Ecublens	Sandra Favre par courriel sandra.scaltri@gmail.com ou répondeur 079 399 76 03	Concept : chaque participant propose un livre et le groupe se concerta pour en choisir quelques-uns à lire. Les livres se transmettent d'une personne à l'autre. Réunions tous les deux mois.

Événement	Horaire Point de rendez-vous	Personne(s) de contact	Informations complémentaires
ACCUEIL CAFÉ-JEUX	Lundi 13 et 27 octobre 2025 14h00 Local de l'Association ch. de Veilloud 5	Contact : Dominique Nicolas 021 691 15 21 ou 076 504 86 45 d-nicolas@bluewin.ch	En cas d'intérêt merci d'avertir Dominique Nicolas avant les jeux Moment de partage, jeux de société et cartes à disposition. Sans inscription.
REPAS COMMUNAUTAIRE	Samedi 25 octobre 2025 12h00 - 14h00 Réfectoire CSCE Ecublens La salle sera accessible à partir de 11h45	Inscription obligatoire, avant lundi 20 octobre 2025. Auprès de Marie-Antoinette Rebetez au 076 575 77 84	Repas communautaire préparé par des bénévoles de l'Association une entrée, un plat, un dessert et boissons Prix 15Frs/personne Limité à 40 participants.
BALADE No 6	Mardi 28 octobre 2025 14h00 Lieu : RDV CSCE, Place F. Silvant à Ecublens	Inscription jusqu'au 24 octobre 2025 auprès de Frédérique Landry-Reeb Mail : frederique@landry-reeb.ch Mobile : 079 133 77 99	Le long des Crêtes Nous flânerons sur la crête d'Ecublens, façonnée par le glacier du Rhône, après avoir fait une petite halte au bord de la Sorge. Voir flyer. <i>Parcours : env. 4 km/2h</i>
Repas chez AFIRO	Jedi 30 octobre 2025 11h55 Restaurant Afiro, Chemin de Champ-Colomb 10, Ecublens (en face de l'arrêt Epenex du M1)	Inscription obligatoire jusqu'au 22 octobre 2025 Sur : Resoli.ch Ou Claudine Breider sur le répondeur : 078 818 16 00	Sur réservation, nombre de personnes limité à 20 Voir flyer.
Novembre 2025			
TIR À L'ARC	Une fois par semaine. Mercredi matin 09h45 – 11h30 Pétanque du Motty	Préinscription obligatoire sur : www.resoli.ch Ou auprès d'Alain Blanchoud Courriel : alain@blanchoud.ch Mobile : 079 355 25 01	Maitriser un arc et viser une cible à 6 et 8 mètres à l'intérieur et 12 et 18 mètres à l'extérieur
PRATIQUE DU BILLARD	Tous les Jedis 2025 13h30 - 15h30 Billards Ouest lausannois d'Ecublens situé au sous-sol du Bâtiment Pluton (piscine) au Collège du Pontet d'Ecublens	François Kislig, 021 691 14 72 ou 079 478 33 66 Courriel francois.kislig@gmail.com	Si vous souhaitez apprendre à jouer au billard ou le pratiquer au sein d'un groupe convivial de membres de l'Association, n'hésitez pas à rejoindre cette activité.
JEU MAH JONG	Les lundis 3, 10, 17 et 24 novembre 13h45 - 16h45 À la salle Recordon, 1er étage du CSCE Ecublens	Stéphanie & Alfred Kohler 021 691 94 44	Venez apprendre à jouer au Mah Jong, jeu de société d'origine chinoise qui se joue à 4 joueurs, avec des pièces appelées tuiles, associant tactique, stratégie, calcul et psychologie, ainsi qu'une part de chance.

Événement	Horaire Point de rendez-vous	Personne(s) de contact	Informations complémentaires
PÉTANQUE	Tous les mercredis 2025 13h30 - 16h30 Sauf jours fériés Pétanque du Motty, Ch. du Bochet 3, Ecublens	Roland Trutmann 078 405 91 83 Micheline Lagrive 079 732 77 60	Venez jouer à la pétanque au sein d'un groupe convivial.
SCRABBLE	Lundi 03 et 17 novembre 2025 14h00 – 17h00 Local de l'Association Ch. de Veilloud 5	Gisèle Humbert-Droz 021 691 59 26 (Aux heures des repas)	Pour les dates exactes, renseignements : Gisèle Humbert-Droz
PARTAGE DE LECTURES	Mercredi 03 novembre 2025 9h00 Bibliothèque communale d'Ecublens	Sandra Favre par courriel sandra.scaltri@gmail.com ou répondeur 079 399 76 03	Concept : chaque participant propose un livre et le groupe se concerta pour en choisir quelques-uns à lire. Les livres se transmettent d'une personne à l'autre. Réunions tous les deux mois.
DANSE EN LIGNE « COUNTRY »	Mardi 04 novembre 2025 08h50-09h50 Salle de rythmique de l'ancien collège du Croset, chemin du Parc 1.	Inscriptions sur www.resoli.ch Ou auprès de Béatrice Gygax 079 273 80 55 Ou par courriel bgygax70@gmail.com	L'association « 55+ d'Ecublens » Vous propose une activité physique récréative adaptée aux sénieurs.
ATELIER CRÉATIF	Mercredi 05 et 19 novembre 2025 13h30 - 16h30 Salle du Veilloud 5, Ecublens	Evelyne Messerli 076 324 94 77	Atelier créatif ouvert à tout débutant ou bricoleur confirmé, sans inscription. Chaque participant est prié d'amener son propre set de bricolage.
ACCUEIL CAFÉ-JEUX	Lundi 10 et 24 novembre 2025 14h00 Local de l'Association ch. de Veilloud 5, Ecublens	Dominique Nicolas 021 691 15 21 ou 076 504 86 45 d-nicolas@bluewin.ch	En cas d'intérêt merci d'avertir Dominique Nicolas avant les jeux Moment de partage, jeux de société et cartes à disposition. Sans inscription.
CONFÉRENCE ET FILM : EXPÉDITION EN SIBÉRIE ORIENTALE	Jeudi 20 novembre 2025 14h30 Grande salle du Motty, Ecublens	Entrée libre, inscription souhaitée <i>jusqu'au 17 novembre 2025</i> Frédérique Landry-Reeb Mail : frederique@landry-reeb.ch Mobile : 079 133 77 99	Présentation et film retraçant l'expédition de Gilbert Fontolliet en Sibérie Orientale en 1991 (ex-URSS). Son carnet de bord vous fera revivre ces moments exceptionnels. Voir flyer.

Événement	Horaire Point de rendez-vous	Personne(s) de contact	Informations complémentaires
CONCERT DUO SVITANOV (PIANO-VIOLON)	Samedi 22 novembre 2025 17h00 Galerie du Pressoir, Rue de Bassenges 21, Ecublens	Entrée libre, chapeau à la sortie Inscription souhaitée jusqu'au 15 novembre 2025, auprès de Frédérique Landry-Reeb frederique@landry-reeb.ch Mobile : 079 133 77 99 (max. 70 places)	Ce Duo, composé de Halyna Semchyshyn Jacquier (au piano) et Olha Semchyshyn (au violon) interprétera des airs de musique célèbres, alliant musique classique et morceaux populaires. Voir flyer.
BALADE No 7	Mardi 25 novembre 2025 14h00 Lieu : RDV Place François Silvant à Ecublens	Inscription jusqu'au 21 novembre 2025 auprès de : Frédérique Landry-Reeb Mail : frederique@landry-reeb.ch Mobile : 079 133 77 99 Même balade que le 24.06.25, jusqu'aux Pierrettes cette fois.	Du Villars au Motty, en passant par Renges Après avoir longé le Villars, nous traverserons la Passerelle de la Pierre pour rejoindre Renges et les vestiges du passé. Nous reviendrons par le Motty. Voir flyer. <i>Parcours : env. 4 km/2h.</i>
BROCANTE VIDE-GRENIER	Samedi 29 novembre 2025 8h00 à 16h00 Grande salle du Motty	Responsable : Gilbert Fontolliet Mail : Brocante.ecublens@bluewin.ch Mobile : 079 628 51 63	Venez chiner et trouver l'objet de votre bonheur. Entrée libre. Buvette. Voir flyer.
REPAS COMMUNAUTAIRE	Samedi 29 novembre 2025 12h00 - 14h00 Réfectoire CSCE Ecublens La salle sera accessible à partir de 11h45	Inscription obligatoire, avant le lundi 24 novembre 2025 Auprès de Marie-Antoinette Rebetez au 076 575 77 84	Repas communautaire préparé par des bénévoles de l'Association une entrée, un plat, un dessert et boissons Prix 15Fr/personne Limité à 40 participants.
Décembre 2025			
TIR À L'ARC	Une fois par semaine toute l'année Mercredi matin 09h45 – 11h30 Pétanque du Motty	Préinscription obligatoire sur : www.resoli.ch Ou auprès d'Alain Blanchoud Courriel : alain@blanchoud.ch Mobile : 079 355 25 01	Maitriser un arc et viser une cible à 6 et 8 mètres à l'intérieur et 12 et 18 mètres à l'extérieur
PRATIQUE DU BILLARD	Tous les Jeudis 2025 13h30 - 15h30 Billards Ouest lausannois d'Ecublens situé au sous- sol du Bâtiment Pluton (piscine) au Collège du Pontet d'Ecublens	François Kislig, 021 691 14 72 ou 079 478 33 66 Courriel francois.kislig@gmail.com	Si vous souhaitez apprendre à jouer au billard ou le pratiquer au sein d'un groupe convivial de membres de l'Association, n'hésitez pas à rejoindre cette activité.
PÉTANQUE	Tous les mercredis 2025 13h30 - 16h30 Pétanque du Motty, Ch. du Bochet 3, Ecublens	Roland Trutmann 078 405 91 83 Micheline Lagrive 079 732 77 60	Venez jouer à la pétanque au sein d'un groupe convivial

Événement	Horaire Point de rendez-vous	Personne(s) de contact	Informations complémentaires
JEU MAH JONG	Les lundis 1, 8 et 15 décembre 2025 13h45 - 16h45 À la salle Recordon, 1er étage du Centre socioculturel d'Ecublens	Stéphanie & Alfred Kohler 021 691 94 44	Venez apprendre à jouer au Mah Jong, jeu de société d'origine chinoise qui se joue à quatre joueurs, avec des pièces appelées tuiles, associant tactique, stratégie, calcul et psychologie, ainsi qu'une part de chance.
SCRABBLE	Lundi 01 et 15 décembre 2025 13h45 - 16h45 Local de l'Association Ch. de Veilloud 5,	Gisèle Humbert-Droz 021 691 59 26 (Aux heures des repas)	Pour les dates exactes, renseignements : Gisèle Humbert-Droz
DANSE EN LIGNE « COUNTRY »	Mardi 02 décembre 2025 08h50-09h50 Salle de rythmique de l'ancien collège du Croset, chemin du Parc 1	Inscriptions sur www.resoli.ch Ou auprès de Béatrice Gygax 079 273 80 55 Ou par courriel bgygax70@gmail.com	L'association « 55+ d'Ecublens » vous propose une activité physique récréative adaptée aux sénieurs.
ATELIER CRÉATIF	Mercredi 03 et 17 décembre 2025 13h30 - 16h30 Salle du Veilloud 5, Ecublens	Evelyne Messerli 076 324 94 77	Atelier créatif ouvert à tout débutant ou bricoleur confirmé, sans inscription. Chaque participant est prié d'amener son propre set de bricolage.
REPAS CHEZ AFIRO	Jeudi 04 décembre 2025 11h55 Restaurant Afiro, Chemin de Champ-Colomb 10, Ecublens (en face de l'arrêt Epenex du M1)	Inscription obligatoire jusqu'au 29 novembre 2025 Sur : Resoli.ch Courriel : Ou le répondeur : 078 818 16 00	Sur réservation, nombre de personnes limité à 20 Voir flyer.
FENÊTRE DE L'AVENT	Vendredi 5 décembre 2025 19.00-20.00 Local des 55+ Ch. Veilloud 5 1024 Ecublens	Responsable: Carla Gutmann- Mastelli Mail : carlamastelli@gmail.com Mobile : 079 241 82 41	Les « 55+ d'Ecublens » accueillent les membres et la population dans leur local, pour un moment convivial autour d'un vin chaud, d'un thé ou autres, accompagnés de friandises de Noël. Voir flyer.
ACCUEIL CAFÉ-JEUX	Lundi 8 et 22 décembre 2025 14h00 Local de l'Association Ch. de Veilloud 5, Ecublens	Contact Dominique Nicolas 021 691 15 21 ou 076 504 86 45 d-nicolas@bluewin.ch	En cas d'intérêt merci d'avertir Dominique Nicolas avant les jeux Moment de partage, jeux de société et cartes à disposition. Sans inscription.

Événement	Horaire Point de rendez-vous	Personne(s) de contact	Informations complémentaires
VISITE DE L'IMPRIMERIE ROS RAPID OFFSET SERVICE SA	Mardi 9 décembre 14h00 Lieu : RDV Av. Epenex 6, Ecublens (à 2 pas de la Gare de Renens)	Inscription souhaitée <i>jusqu'au 5 décembre 2025,</i> <i>auprès de :</i> Frédérique Landry-Reeb Mail : frederique@landry-reeb.ch Mobile : 079 133 77 99 <i>(Max. 20 personnes)</i>	Le patron, Cédric Beaud, nous fera découvrir le monde de l'imprimerie Rapid Offset Service ainsi que les différents supports et les options d'impression qui s'offrent à nous. Voir flyer.
REPAS COMMUNAUTAIRE	Samedi 13 décembre 2025 12h00 - 14h00 Lieu : Réfectoire CSCE d'Ecublens. La salle sera accessible uniquement à partir de 11h45	Inscription obligatoire, avant le lundi 08 décembre 2025 Auprès de Marie-Antoinette Rebetez au 076 575 77 84	Repas communautaire préparé par des bénévoles de l'Association une entrée, un plat, un dessert et boissons Prix 15Frs/personne Nombre limité à 40 participants. Voir flyer.
DÉCOUVERTE D'UNE CRÈCHE DE NOËL EXTRAORDINAIRE	Date à choix : - Mardi 16 décembre ou - Mercredi 17 décembre 14h30 Lieu : RDV à la Gare de Renens-Arrivée M1 <i>(alternative à pied : RDV 14h00, CSCE, Pl. F. Silvant)</i>	Inscription souhaitée <i>jusqu'au 12 décembre 2025,</i> <i>auprès de :</i> Frédérique Landry-Reeb Mail : frederique@landry-reeb.ch Mobile : 079 133 77 99 <i>(Max. 10 personnes par visite)</i>	Période de l'Avent : Gerardina Rigamonti nous fera découvrir la crèche de Noël artisanale qu'elle a héritée de sa famille. Elle la complète et façonne chaque année au gré de son imagination. Voir flyer.
BALADE OPTIONNELLE No 8/2025 Parcours à pied pour vous rendre à la Crèche de Noël.	Date à choix : - Mardi 16 décembre ou - Mercredi 17 décembre 14h00, RDV : CSCE, Place F. Silvant	Inscription jusqu'au 12 déc. 2025 Frédérique Landry-Reeb Mail : frederique@landry-reeb.ch Mobile : 079 133 77 99	CSCE-Gare de Renens Du Centre Socio-culturel d'Ecublens à la Gare de Renens (par le Ch de la Forêt) et retour.



Conditions de participation aux activités de l'Association

Cadre général :

L'Association « 55+ d'Ecublens » est composée exclusivement de bénévoles (Art. 1 des statuts).

Parmi ses membres, certains consacrent leur temps, leurs compétences et leur énergie pour animer divers groupes d'activités.

De ce travail découlent, pour ces animateurs (ou animatrices), tout à la fois des responsabilités et des prérogatives.

Comme prérogative, il faut mentionner en premier lieu, l'autorité sur le groupe qu'il (ou elle) anime.

Ceci est particulièrement important pour les activités en extérieur (marches, visites, etc.).

Engagement des participants :

Vu ce qui précède, chaque participant aux activités de l'Association s'engage :

- À accepter, de fait, l'autorité du (ou des) animateurs (animatrices) d'activités ;
- À suivre les options proposées (lieu et horaire de rendez-vous, parcours, conditions de la fin de l'activité) ;
- À s'acquitter des frais éventuels (covoiturage ou autres) ;
- En cas d'impossibilité de participer à une activité où il s'est inscrit, le participant doit avertir, au plus tôt, l'organisateur de son absence afin que la place puisse être éventuellement attribuée à une autre personne en attente ;
- En cas de désistement, les coûts engagés par les « 55+ d'Ecublens » seront réclamés, sauf si un remplaçant est trouvé par le participant qui annule ;
- En cas de contestation justifiée, le participant en fera part, après la fin de l'activité et par écrit, au Comité de l'Association. Ce dernier se prononcera sur cette requête en fonction des éléments mis à sa disposition ;
- Par sa présence aux activités, chaque participant s'engage implicitement à ne pas invoquer la responsabilité des initiateurs en cas d'accident corporel ou de dommages matériels.

Le Comité de l'Association remercie les participants de tenir compte des remarques ci-dessus.

Le Comité de l'Association « 55+d'Ecublens » janvier 2024



Si vous possédez un smartphone, une tablette ou un ordinateur, n'hésitez pas à utiliser le réseau solidaire Resoli pour découvrir nos activités, vous y inscrire ou visionner des photos prises lors d'événements passés.

Plusieurs aide-mémoires ont été ajoutés sur la plateforme d'information Resoli :

<https://www.info-resoli.ch/aide-memoires>

Vous y trouverez notamment de la documentation pour les membres et personnes débutant avec Resoli, mais également la première mouture des aide-mémoires concernant la dernière section en date, l'entraide (C30-C34). Chaque lien pointe vers un document pdf, qu'il est possible d'imprimer à sa guise.

Vous trouverez également un aperçu de la nouvelle section ci-dessous :

<https://www.info-resoli.ch/actualites/2022/4/23/la-nouvelle-section-entraide-est-disponible>

Cette page continuera à être mise à jour dans les prochaines semaines.

Dans la cadre de la Semaine en santé
du 29 septembre au 7 octobre 2025

Du 1er au
3 octobre
10h - 15h
#Ecublensensanté

Comment faire plaisir avec du fait main ?

Viens voir en vrai.

Gratuit et tout public

Centre commercial du Croset
Chemin du Croset 7
1024 Ecublens



Commune en santé

Dans la cadre de la Semaine en santé
du 29 septembre au 7 octobre 2025

Vendredi
3 octobre
15h

#Ecublensensanté

Comment on danse au Texas?

Viens essayer en vrai.

Gratuit et tout public

Centre commercial du Croset
Chemin du Croset 7
1024 Ecublens



Commune en santé

Dans la cadre de la Semaine en santé
du 29 septembre au 7 octobre 2025

Samedi
4 octobre
10h - 16h

#Ecublensensanté

Comment rester actif après 55 ans ?

Viens voir en vrai.

Gratuit et tout public

Centre socioculturel
Place François Silvant, route du Bois 27
1024 Ecublens



Commune en santé



Dans la cadre de la Semaine en santé
du 29 septembre au 7 octobre 2025

Mardi
7 octobre
19h

#Ecublensensanté

Clair et fiable le Nutriscore ?

Viens échanger en vrai.

Gratuit et tout public



Commune en santé

Collège du Pontet - Espace Nicollier
Route du Bois 6
1024 Ecublens





**PRO
SENECTUTE**

PLUS FORTS ENSEMBLE

Infos-seniors / ECUBLENS

Centre socioculturel (au rez) - Place François Silvant, 1024 Ecublens

Mardi
14 octobre 2025
à 14h30

L'ESPACE URBAIN : TERRAIN D'EXERCICES POUR BOUGER ET S'ENTRAÎNER

Avec un peu d'imagination et de créativité, l'espace public offre des possibilités pour exercer sa condition physique. Vincent Pécelet, resp. Mouvement et sport à Pro Senectute Vaud, nous invitera à utiliser notre environnement de manière originale et ludique. Par le biais d'exercices en extérieur, il expliquera comment et pourquoi entraîner tous les facteurs de condition physique - endurance, force, mobilité, coordination - de façon adaptée, à moindre coût et près de chez soi, pour préserver ou améliorer sa santé. **Tenue confortable, chaussures adaptées à la pratique en extérieur. Prendre une boisson avec soi.**

Participation

CHF 10.- (collation comprise)

Renseignements et inscriptions

Sandrine Crot, animatrice régionale
079 740 93 02 ou sandrine.crot@vd.prosenectute.ch

Cette activité est partiellement subventionnée par l'Office fédéral des assurances sociales car elle favorise tout particulièrement l'indépendance et l'autonomie des personnes âgées.

Bon appétit !

Les bénévoles de l'Association vous proposent de partager un repas comportant une entrée, un plat, un dessert et des boissons dans le réfectoire du centre socioculturel d'Ecublens. Un moment de convivialité où vous serez servis !

REPAS COMMUNAU- TAIRES

25 octobre 2025

29 novembre 2025

13 décembre 2025

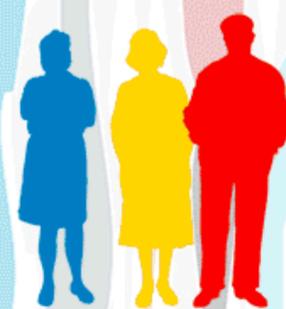
**Sur réservation uniquement au
076 575 77 84 .**

Nombre de places limitées.



**Pour les détails, veuillez
svp consulter notre agenda**

55+
d'Ecublens



Balade N° 6/2025



Le long des Crêtes d'Ecublens

MARDI 28 octobre 2025 à 14h00

Rendez-vous : Pl. François Silvant, Ecublens
Arrivée : au même endroit
Parcours : environ 4 km
Durée : environ 2h

Nous flânerons sur la majestueuse crête d'Ecublens, façonnée par le glacier du Rhône, après avoir fait une petite halte au bord de la Sorge.

Puis, nous rejoindrons la Plaine du Croset par le Chemin des Vignes.

55+
d'Ecublens



Inscription jusqu'au 24 octobre 2025
auprès de Frédérique Landry-Reeb
✉ frederique@landry-reeb.ch
☎ 079 133 77 99



Repas au restaurant tea room

afiro

Jeudi 30 octobre 2025 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 11h55 Chemin de Champ-Colomb 10 à Ecublens en face de l'arrêt Epenex du métro M1.

Inscriptions impératives jusqu'au 22 octobre 2025 sur www.resoli.ch ou auprès de Claudine Breider par courriel : claudine.breider@bluewin.ch ou éventuellement sur le répondeur du 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.

55+
d'Ecublens



Grande salle du Motty
Place du Motty - 1024 Ecublens

Jeudi 20 novembre 2025 à 14h30

EXPÉDITION EN SIBÉRIE ORIENTALE

Entrée libre

**Présentation et film par
Gilbert Fontolliet**

Verrée à la fin de la conférence

Inscription jusqu'au 17 nov. 2025
auprès de Frédérique Landry-Reeb
✉ frederique@landry-reeb.ch
☎ 079 133 77 99

CONCERT – Duo Piano et Violon

Musiques du monde et morceaux traditionnels



SAMEDI
22 novembre
2025
à 17h00

Rendez-vous sur place
à la Galerie du Pressoir,
Rue de Bassenges 21,
Ecublens

Entrée gratuite, chapeau à la
sortie (au bénéfice des artistes)

Le Duo Svitanov, composé de Halyna Semchyshyn Jacquier (au piano) et Olha Semchyshyn (au violon) interprétera des airs de musique célèbres, de styles variés, alliant musique classique et morceaux populaires.

Lors de cet intermède haut en couleur, les musiciennes de talent nous emmèneront sur différents continents et nous feront également découvrir quelques airs de leur pays d'origine, l'Ukraine.

55+
d'Ecublens



Nombre de places limité à 70
Inscription jusqu'au 15 novembre 2025
au plus tard auprès de Frédérique
Landry-Reeb par tél. : 079 133 77 99,
par email :
frederique@landry-reeb.ch
ou sur le site
www.resoli.ch

Balade N° 7/2025



Du Villars au Motty en passant par Renges

MARDI 25 novembre 2025 à 14h00

Rendez-vous : Pl. François Silvant, Ecublens
Arrivée : au même endroit
Parcours : environ 4 km
Durée : environ 2h

Nous longerons la Route du Bois jusqu'au Carrefour de Bassenges.

Puis, nous monterons la Route du Villars et traverserons la Passerelle de la Route de la Pierre pour rejoindre Renges et y découvrir certains vestiges de son passé agricole.

Nous emprunterons ensuite le Chemin du Danube jusqu'au Motty et rejoindrons notre point de départ en passant par la Cocarde.

55+
d'Ecublens



Inscription jusqu'au 21 novembre 2025
auprès de Frédérique Landry-Reeb
✉ frederique@landry-reeb.ch
☎ 079 133 77 99

BROCANTE VIDE-GRENIER



55+
d'Ecublens



Samedi

29 novembre 2025

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+



Repas au restaurant tea room

afiro

Jeudi 4 décembre 2025 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 11h55 Chemin de Champ-Colomb 10 à Ecublens en face de l'arrêt Epenex du métro M1.

Inscriptions impératives jusqu'au 29 novembre 2025 sur www.resoli.ch ou auprès de Claudine Breider par courriel : claudine.breider@bluewin.ch ou éventuellement sur le répondeur du 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.

Vous êtes cordialement invités à notre
Fenêtre de l'Avent



Vendredi 5 décembre 2025
de 19h00 à 20h00

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

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



Visite de l'imprimerie ROS Rapid Offset Service SA

Mardi 9 décembre 2025 à 14h00

(Limité à 20 personnes)

RDV : 14h00, Avenue d'Epenex 6, Ecublens
(à 2 pas de la Gare de Renens)

Le patron, Cédric Beaud, nous fera découvrir le monde de l'imprimerie Rapid Offset Service ainsi que les différents supports et les options d'impression qui s'offrent à nous lorsque l'on fait appel à ses services.

Une verrée sera offerte à la fin de la visite.



55+
d'Ecublens



Inscription jusqu'au 5 décembre 2025
auprès de Frédérique Landry-Reeb
✉ frederique@landry-reeb.ch
☎ 079 133 77 99

Période de l'Avent :
Venez découvrir la crèche extraordinaire
de Gerardina Rigamonti

A choix

Mardi 16
décembre 2025
ou
Mercredi 17
décembre 2025
à 14h30

RDV : 14h30 à la Gare de
Renens (Arrivée du M1)

Alternative à pied
(env. 25 min): Départ du
CSCE, Place F. Silvant/
Ecublens à 14h00

Gerardina Rigamonti
nous fera découvrir la
crèche artisanale
qu'elle a hérité de sa
famille et qu'elle
complète et façonne
chaque année, au gré
de son imagination.



55+
d'Ecublens



Inscription jusqu'au 12 décembre 2025
en précisant le date choisie
auprès de Frédérique Landry-Reeb
✉ frederique@landry-reeb.ch
☎ 079 133 77 99