

L'ÉCHO DU RIOLET

Bulletin d'information de
LA MOSAÏQUE DE PULLY NORD
DOUZIÈME année, N° 62, Mars-Avril 2025



Vue sur le lac

Photo Eva Reith

Ce journal présente la Mosaïque de Pully Nord, association de bénévoles, offrant aux habitantes et habitants du quartier des lieux de rencontre, pour discuter librement, pratiquer des jeux, faire du sport, partager leurs connaissances et leurs talents, refaire le monde... dans une ambiance détendue.

Il est imprimé et distribué par la Direction de la jeunesse, des affaires sociales et de la sécurité publique (DJAS) de Pully, que nous tenons à vivement remercier.

**Le Collège des rédacteurs : Nadine Borel, Ingrid Froidevaux, Freddy Gardiol,
Marie-Claire Guinand, Annick Hilaire**

Éditeur : John Hilaire, tél. 079 540 33 79

Avenue de Belmont 7, 1009 Pully, mosaiquedepullynord@bluewin.ch

<https://mosaiquepully.ch>

Compte : La Mosaïque de Pully Nord, IBAN : CH60 0900 0000 1440 3436 6

Prière de transmettre les changements d'adresse à mosaiquedepullynord@bluewin.ch

SOMMAIRE

- p. 3 **Éditorial : Chers Amis, réveillez-vous !**
COMPTES-RENDUS
- pp. 4-5 **Les repas communautaires de décembre, janvier et février**
p. 6 **De Villon à Apollinaire, un voyage poétique, le 29 janvier**
p. 7 **Goûter de la Chandeleur, le 3 février**
p. 8 **Visite de la champignonnière « *Mission Mycelium* »,
le 19 février**
ANNONCES
- p. 9 **« À la rencontre du monde à vélo sur 5 continents »,
mercredi 12 mars 2025**
- p. 9 **Visite de la Ferme des Tilleuls à Renens,
mercredi 26 mars 2025**
- p. 10 **« *Le pied de la personne âgée* » par Magali Decitre,
podologue, mercredi 9 avril 2025**
- p. 10 **Voyage en Bretagne du 19 au 24 mai 2025**
- p. 11 **À la rencontre de la Mosaïque saconnésienne,
mercredi 9 juillet 2025**
- pp. 11-12 **Agenda de la Mosaïque, mars-avril 2025**
- pp. 12-13 **Activités d'autres associations locales**
- p. 14 **« *Carré Pointu, le petit journal sérieusement drôle* »,**
- p. 15 **Mot caché**
- p. 16 **Invitation à l'Assemblée Générale, samedi 15 mars 2025**

DESCRIPTION DE LA MOSAÏQUE DE PULLY NORD

La Mosaïque de Pully Nord est une association à but non lucratif, indépendante sur les plans politique et confessionnel, ouverte à toute personne et institution qui soutient ses buts :

- créer des liens entre habitants du quartier de Pully Nord
- fournir des espaces de réflexion et d'échanges
- offrir des activités : accueil, repas, causeries, projections, visites, conversation, qi-gong, stretching, voyages, etc.

Les statuts de l'Association sont disponibles auprès de l'éditeur



Éditorial : Chers Amis, réveillez-vous !

Au fil des années, le Conseil de La Mosaïque rétrécit, suite à des démissions pour raison d'âge ou autres, voire à des décès. Il ne comprend plus que neuf membres, en comptant large.

Si vous tenez à ce que La Mosaïque poursuive sa route dynamique, rejoignez le Conseil avec la volonté d'y contribuer activement! Sinon, le risque est grand que notre association doive réduire drastiquement son programme et perde peu à peu sa raison d'être.

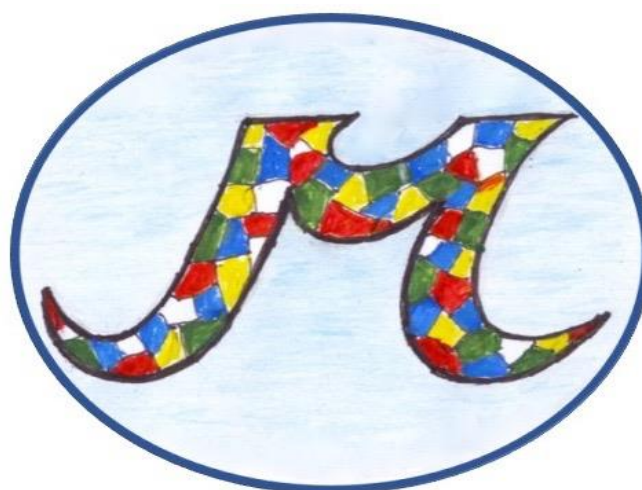
Ne vous contentez pas de consommer et d'applaudir, mais apportez votre énergie et votre disponibilité, afin d'assurer la pérennité et le développement de notre association si utile à une partie de la population de Pully! Avec plus de 200 membres, il n'est pas possible que cet appel reste sans réponse.

Une participation ponctuelle ou occasionnelle de votre part peut aussi être envisagée.

Si ce message vous parle, contactez rapidement votre Conseil au travers de Richard Pfister, richard.pfister@bluewin.ch ou 021 729 87 84 ou encore 079 282 52 11.

L'heure est grave, merci d'avance.

Votre Conseil



Les repas communautaires de décembre, janvier et février

Juste avant Noël, nos convives s'apprêtent à savourer un repas d'anthologie préparé par Claude, Cécile, Anne-Marie, Anita, Catherine et Annick, dans une salle mise en valeur par Eva et Nelson.



Les plats suivants figuraient au menu :

Terrine de saumon et crevettes accompagnée
d'une salade hivernale

Carré de veau et sauce aux champignons

Riz "Mosaïque"

Épinards et petits pois persillés

Bûche de Noël

Verrines "Soleil d'Hawaï"

Macarons au citron et à la framboise

À la fin du repas, nos amis prennent la pose pour une dernière photo de groupe en 2024 !





De délicates petites plumes et un chaleureux ton saumoné ont été choisis par notre décoratrice, Eva, pour égayer la table de notre premier repas de l'année, le 16 janvier dernier.

À l'évidence, trois de nos convives apprécient le décor, l'ambiance et le repas composé, entre autres, de notre traditionnel gratin d'endives au jambon !



En février, premières fleurs printanières, serpentins et cotillons colorés évoquant l'entrée en période de carnaval, ont trouvé place au centre de nos tables.

L'équipe de cuisine

De Villon à Apollinaire, un voyage poétique, le 29 janvier 2025

Dix-sept personnes ont répondu, le 29 janvier, à l'invitation de la Mosaïque: elles sont venues écouter Monsieur Jean Schmid, psychiatre retraité, qui nous a transmis son amour de la poésie française classique.

D'entrée de jeu, pour nous permettre d'apprécier pleinement François Villon et Charles d'Orléans, il nous a donné quelques clés linguistiques à propos du français médiéval. Puis chacun a reçu une feuille contenant une liste de poésies – de Villon à Apollinaire – dans laquelle nous étions invités à choisir spontanément celle que nous souhaitions entendre.



Un public attentif et admiratif

Et Jean Schmid de réciter alors, entièrement par cœur, et avec quelle ferveur, ces trésors de la langue française. Cette interaction avec le public et la présence du récitant ont créé un moment d'une belle intensité partagée !

Marie-Claire Guinand

Goûter de la Chandeleur, le 3 février 2025

Bien que la Chandeleur soit fêtée le 2 février, c'est le lendemain qu'une équipe de 11 bénévoles, membres de la Mosaïque ou de l'Association pour les intérêts et le développement de Pully Nord, a confectionné un succulent goûter.



De nombreux écoliers, leurs parents et des seniors du quartier se sont régalés de crêpes et de thé chaud, sous le doux soleil hivernal enveloppant le parvis de Chantemerle.

Garnies à choix de cannelle, de confiture, de masse au citron ou au chocolat, 800 petites galettes ont trouvé preneur en une heure, réjouissant un large public...

Cette animation se déroulant chaque année depuis 2016, nous espérons vous y retrouver en 2026 pour marquer ses 10 ans !

Annick Hislaire



Visite de la champignonnière « Mission Mycelium », le 19 février 2025

La visite de cette champignonnière urbaine fut riche d'enseignement ! Alex et Chris Winter, jeunes fondateurs de «Mission Mycelium», nous ont accueillis chaleureusement et nous ont communiqué avec passion leur savoir en matière de culture du mycélium.

Établie au cœur de Vevey, dans l'ancienne cave viticole municipale St-Martin, cette entreprise créée en 2023 constitue un étonnant point de convergence entre passé et présent.

À 15 mètres sous le niveau de la rue, et isolées par d'épaisses voûtes, des installations à l'allure un peu futuriste sont dressées pour abriter ces organismes vieux comme le monde !



Dorénavant, nous connaissons (presque) tout sur le développement des futurs champignons, la stérilisation des substrats qui les accueilleront, la composition de ces supports et sur l'économie circulaire et de proximité qui sous-tend la démarche des frères Winter (un fermier de Puidoux leur fournit les ingrédients du substrat puis les recycle).

Nous avons pu observer les stades de croissance de champignons délicats, dont certains portent un nom évoquant le règne animal comme l'Hydne hérisson (appelé aussi "crinière de lion"). Ils trouvent leur place sur un tableau annuel de production comprenant aussi 6 sortes de pleurotes. Ces champignons sont vendus à des restaurateurs ou à des particuliers, sous forme fraîche ou déshydratée ou transformés en teinture-mère. Quant à nous, certes curieux mais aussi gourmets, nous en avons acheté pour confectionner l'entrée de notre repas mensuel de mars. Cela nous rappellera l'excellent moment passé chez «Mission Mycelium»!

Annick Hislaire

« Mission Mycelium », rue du Simplon 31, 1800 Vevey ou <https://missionmycelium>

« À la rencontre du monde à vélo sur cinq continents », le 12 mars 2025

Mercredi 12 mars, à 14h30 à la salle de paroisse de Chantemerle, C. Bernard, cyclo-voyageur, présentera son film-conférence sur l'aventure d'un périple à travers le monde.

Une inscription est vivement recommandée auprès de Eva Reith au 021 729 51 82.



Visite de la Ferme des Tilleuls à Renens, le 26 mars 2025



Une visite guidée de la Ferme des Tilleuls à Renens (durée 1h½) sera organisée le mercredi 26 mars à 14h. Rendez-vous devant l'entrée du musée à 13h30 (rue de Lausanne 52, 1020 Renens).

Ce lieu, qui présente entre autres de l'art brut, est desservi par les bus 17 ou 19, arrêt Renens-Village.

Inscription auprès d'Eva Reith, au 021 729 51 82 (15 personnes au maximum).

Coût de la visite, CHF 10.-, à payer à Eva Reith le jour de la visite.

« Le pied de la personne âgée » par Magali Decitre, podologue, mercredi 9 avril 2025

La présentation aura lieu à la salle de paroisse de Chantemerle à 14h30.

« Pour prévenir les douleurs, maladies des pieds et préserver votre capacité à marcher, gardez une bonne hygiène, coupez bien vos ongles et choisissez des chaussures confortables. Ces aspects sont particulièrement importants si vos pieds sont sensibles ou si vous êtes diabétique.



Tout au long de l'année, vos pieds supportent votre poids et font partie des zones de notre corps les plus sollicitées. Pour des pieds en pleine santé, il est essentiel d'en prendre soin de façon quotidienne.

Découvrons ensemble les astuces, conseils pour soulager rapidement et durablement les petits soucis qui peuvent devenir douloureux et gênants : cors, crevasses, etc. » Magali Decitre, podologue.

Inscription auprès de **Richard Pfister**, tél. **021 729 87 84** ou **079 282 52 11**, ou par mail à richard.pfister@bluewin.ch

Voyage en Bretagne du 19 au 24 mai 2025

Le clou de notre programme 2025 sera sans nul doute ce voyage de 6 jours qui nous permettra de parcourir la Bretagne septentrionale avec, notamment, Saint-Malo et le Mont-Saint-Michel.

A l'aller, nous nous arrêterons à l'Abbaye de Cluny et au Château de Chenonceau. Au retour, ce sera Chartres, sa cathédrale et sa maison Picassiette, entièrement faite de mosaïques.



Le prix par participant membre de La Mosaïque sera de CHF 1'100.00 en chambre double et de CHF 1'300.00 en chambre individuelle. Pour les non-membres, les prix seront de CHF 1'225.00 en chambre double et de CHF 1'450.00 en chambre individuelle.

En cas d'intérêt, contactez rapidement Richard Pfister, tél. 021 729 87 84 ou 079 282 52 11. Vous recevrez alors tous les détails du voyage.

A la rencontre de la Mosaïque saconnésienne, mercredi 9 juillet 2025

Oui, La Mosaïque de Pully Nord a une sœur genevoise, l'**Association Mosaïque 50 & Plus** sise au Grand-Saconnex. Afin de mieux nous connaître et de créer de nouveaux liens prometteurs, nous allons à sa rencontre à Rolle, par le lac,
le mercredi 9 juillet 2025.

Le programme sera le suivant :

10h55 Départ du bateau CGN de Lausanne-Ouchy

12h18 Arrivée à Rolle

12h30 Déjeuner au restaurant Le Casino

16h50 Départ du bateau CGN

18h10 Arrivée à Lausanne-Ouchy



Nous espérons être nombreux à effectuer cette jolie croisière et à venir saluer cette Mosaïque genevoise.

Prix (bateau + repas) : 2^{ème} classe CHF 96.- (demi-tarif CHF 73.-), 1^{ère} classe CHF 115.- (demi-tarif CHF 83.-). Supplément de CH 30.- pour les non-membres.

Inscription auprès de Richard Pfister (richard.pfister@bluewin.ch ou 021 729 87 84).

LA MOSAÏQUE DE PULLY NORD **AGENDA MARS-AVRIL 2025**

Activités organisées par des membres de La Mosaïque de Pully Nord

CES ACTIVITÉS SONT OUVERTES À TOUTES ET À TOUS

— dans la mesure du nombre de places disponibles —

Il n'est pas nécessaire d'être membre cotisant de la Mosaïque, ni d'avoir plus de 55 ans, ni même d'habiter Pully Nord !

En revanche, vous êtes prié-e de vous inscrire auprès de la ou du responsable de l'activité choisie.

ACCUEIL-CAFÉS

Les accueils sont organisés alternativement chez Irène Gardiol, chemin des Graminées 11, ou chez Eva Reith, avenue de Senalèche 23, **“la plupart des mardis” de 15h00 à 17h00.**

Pour tous renseignements, Freddy Gardiol, fred.gardiol@hispeed.ch, ou tél. 021 729 70 39.

Ouverts à toutes les personnes intéressées, ces accueils sympathiques et décontractés font office de “salon où l'on cause.”

REPAS COMMUNAUTAIRES

Prix par personne : CHF 14.-

Inscription auprès de Richard Pfister, tél. 021 729 87 84 ou 079 282 52 11, ou par mail à richard.pfister@bluewin.ch

Dernier délai : le mardi précédant le repas (jusqu'à midi).

Prochains repas : les jeudis 20 mars et 17 avril, dès 11h45, à la salle de paroisse de Chantemerle. Maximum : 25 convives.

QI GONG ET INITIATION AU TAI CHI

Mouvements lents et doux selon les principes de la médecine chinoise.

Cours **les vendredis à 10h00**, à la salle de paroisse de Chantemerle ou sur l'esplanade. Participation : CHF 10. –/séance.

Renseignements : Nadine Borel, tél. 021 728 33 85.

JEUX DE SOCIÉTÉ

Nous invitons les intéressés à se joindre au groupe de Jass du Kaléidoscope, qui se réunit **tous les vendredis après-midi dès 14h00**, jusqu'à environ 17h, au café du Tilleul, chemin des Tilleuls 4 à Pully. Pas besoin de s'annoncer.

Renseignements : Erwin Isler, e.isler7@bluewin.ch

GROUPE DE LECTURE : UN LIVRE... PLUSIEURS REGARDS

Le groupe se réunit en général le **dernier lundi du mois** à la salle paroissiale de Chantemerle, de 14h15 à 16h. Toutefois, veuillez vérifier auprès de Geneviève Meyer, tél. 079 336 93 39.

STRETCHING

Tous les **lundis de 17h00 à 17h50** à la salle de gymnastique de l'école de Chantemerle, CHF 10. –/séance.

Renseignements : Maud Strahm, tél. 076 547 36 68.

ACTIVITÉS D'AUTRES ASSOCIATIONS LOCALES

INTERGEN ENTRAIDE NUMÉRIQUE

Un rendez-vous dans votre quartier où se rendre avec son ordinateur, sa tablette ou son téléphone portable pour obtenir de l'aide.

Animé par Pascal Kotté, chemin du Liaudoz 59, 1009 Pully.

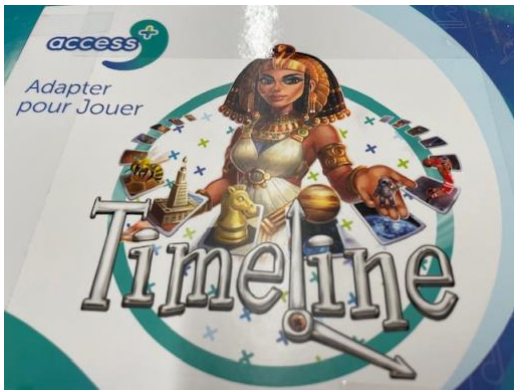
Lieu de rencontre : salle polyvalente en face du n° 59.

Prochaines dates : **les samedis 8 mars et 12 avril de 10h à 17h.**

JEUX DE SOCIÉTÉ POUR SENIORS À LA LUDOTHÈQUE DE PULLY

Date : les mardis 11 mars et 8 avril, de 14h à 17h

Lieu : ludothèque de Pully, chemin du Fau-Blanc 15.



Ces après-midis s'adressent aux seniors qui apprécient de se rencontrer et de se retrouver autour d'un jeu dans une ambiance conviviale. Animatrices et animateurs vous proposeront une sélection de jeux récents, à la portée de toutes et de tous, et vous expliqueront les règles.

Dès 55 ans. Entrée libre.

Informations : info@ludotheque-pully.ch

Site internet : <https://www.ludotheque-pully.ch>

CINÉ-SENIORS / PULLY : les séances débutent à 14h30 !

Vendredi 14 mars : *Typique Emil*, de Phil Meyer, 2024

Vendredi 21 mars : *Monsieur Aznavour*, de Mehdi Idir et Grand Corps Malade, 2024

Vendredi 28 mars : *Ma mère, Dieu et Sylvie Vartan*, de Ken Scott, 2025

Vendredi 11 avril : *Derib, une vie dessinée*, de Sébastien Devrient, 2025

Vendredi 25 avril : *La Cache*, de Lionel Baier, 2025

Plus d'informations sur le site internet du Cinéma CityClub Pully,

<https://www.cityclubpully.ch/affiche/cine-senior>

Renseignements : Mathilde Lebrun, 021 646 17 21.

mathilde.lebrun@vd.prosenectute.ch

REPAIR CAFÉ À PULLY

Venez faire réparer vos objets du quotidien, appareils électroménagers, électriques ou électroniques et textiles. Ce sera gratuit et vous pourrez donner une seconde vie à vos objets.

Nous sommes également à la recherche de bénévoles sachant réparer ces objets.

N'hésitez pas à nous contacter à l'adresse contact@lapure.ch et à vous rendre sur notre site web : www.lapure.ch

Renseignements : Isabelle Dauner Gardiol, présidente de L'A PuRE.

Prochain repair café : **dimanche 16 mars, 11h-17h** à la grande salle paroissiale, Collège de Chamblandes, avenue C.F. Ramuz 67.

« Carré Pointu, le petit journal sérieusement drôle »,

Un membre de la Mosaïque de Pully Nord, a porté à notre connaissance l'existence de « Carré Pointu, le petit journal sérieusement drôle », publication fondée il y a 3 ans par une association de seniors engagés et bénévoles. Son originalité tient aussi à la participation de jeunes dans le processus rédactionnel.



Paraissant 3 fois par année sous la forme d'une plaquette colorée qui explore un thème choisi sous un angle littéraire, scientifique, imaginaire ou ludique, ce journal est prioritairement destiné à un public de 8 à 12 ans mais peut également constituer une base de dialogue avec parents et grands-parents.

Si vous voulez vous faire une idée plus précise de son contenu, voire y contribuer en proposant des textes, nous vous invitons à consulter le site suivant : www.carrepointu.ch ou à écrire à l'équipe de rédaction à l'adresse : info@carrepointu.ch

John Hislaire

Mot caché

Tracer dans la grille tous les mots qui apparaissent dans la liste ci-dessous— en verticale, horizontale et diagonales, chaque fois dans les deux sens. Huit lettres resteront découvertes, votre prochain voyage ?

Freddy Gardiol

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

Alzette	Culture	Ferment	Nobel	Teneur
Amorce	Cyber	Féval	Notée	Toucher
Beaux	Dévouée	Flamme	Œuvre	Train
Bélier	École	Fluor	Parent	Trêve
Bénévoles	Écouta	Foncée	Platée	Tunique
Bruyère	Écrin	Frisé	Reculée	Victuailles
Byzantin	Elbe	Frit	Roche	Zèbres
Cactus	Élément	Ibis	Sacre	Zelenka
Calys	Élire	Idée	Santé	Zénobie
Celui	Ellul	Magie	Séoul	Zéphir
Clémence	Essieu	Marmite	Sosie	
Concocté	Évènement	Merise	Stocks	
Crèmerie	Excitée	Nacre	Taon	

INVITATION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE
LA MOSAÏQUE DE PULLY NORD

qui se tiendra le **SAMEDI 15 MARS 2025 À 11 HEURES**
à la **SALLE DE PAROISSE DE CHANTEMERLE**



La Mosaïque de Pully Nord est une association autonome depuis fin 2015. Elle offre des activités pour « seniors de tous âges » ! Tous les habitants de Pully Nord sont invités à participer.

Ordre du jour

- 1. Ouverture de l'Assemblée et message de bienvenue**
- 2. Approbation du PV de l'Assemblée Générale 2024, (Écho du Riolet N°57 Mai-Juin 2024, pp. 5-7)**
- 3. Rapport des activités en 2024**
- 4. Rapport du trésorier**
- 5. Rapport des vérificateurs des comptes**
- 6. Adoption des rapports et décharge du Conseil**
- 7. Élection des membres du Conseil**
- 8. Désignation des vérificateurs des comptes et du suppléant**
- 9. Présentation du programme d'activités prévu pour 2025**
- 10. Présentation et adoption du budget et des cotisations 2025**
- 11. Divers et propositions individuelles**
- 12. Clôture de la séance**

L'Assemblée Générale sera suivie de la présentation du nouveau site internet, et d'un apéritif.

Venez nombreux montrer votre intérêt et votre soutien à La Mosaïque de Pully Nord !