

L'ÉCHO DU RIOLET*



QUARTIER SOLIDAIRE DE PULLY-NORD

Feuille d'informations, première année, N° 2

Novembre 2014

Dans notre quartier de “nantis” de Pully-Nord, bien des personnes âgées vivent en vase clos et souffrent de leur isolement : le quartier manque de lieux de rencontre, et il n’y avait que peu d’activités culturelles dans des lieux et à des heures qui conviennent aux aînés.

La Municipalité de Pully, consciente de ce problème, a mandaté Pro Senectute, pour mettre en route l’action Quartier Solidaire, dans le but de créer, renouer, développer et entretenir les liens sociaux pour améliorer la qualité de vie et l’intégration des seniors dans le quartier.

Le principe de cette action est d’encourager les habitants, surtout les plus âgés, à agir en organisant des projets selon leurs envies, besoins et ressources, de façon (si possible) autonome. Ce petit journal présente succinctement les activités dans notre quartier de Pully-Nord.



ville de pully



*Selon Wikipedia, le **Riolet** est une rivière du canton de Vaud, qui rejoint la Vuachère avant de se jeter dans le lac Léman. Elle prend sa source près du lieu-dit *Les Chavannes*. Son cours actuel est en partie canalisé. Elle fait la frontière entre Lausanne-Chailly et Pully-Nord.

Un livre ... plusieurs regards

Ce groupe riche de 8 à 10 participants a déjà partagé deux rencontres animées autour d'un livre vivifiant d'Arto Paasilinna « Un Homme heureux ». Deux rencontres sont prévues les 7 novembre et 5 décembre de 18h15 à 20h à la **Bibliothèque de Pully**, autour du livre du même auteur « La douce Empoisonneuse » ! Une histoire intergénérationnelle !



Rens : Monique Schweizer, 021 729 59 69, monique.schweizer@bluewin.ch.

Chaîne de Livres



Chaque participant met à disposition un livre qu'il a aimé, et reçoit un autre livre qu'il a un mois pour découvrir. Au début de chaque mois il transmet le livre au suivant, donnant lieu à un roulement sur dix mois environ. À la fin du cycle tout le monde se rencontre pour partager ses impressions. Une petite

contribution sera demandée. Première rencontre : lundi 10 novembre de 15h à 16h30 à la Cassiopée, Bd. de la Forêt.

Rens : Edith Forster, 021 652 09 44, edith.forster@me.com.

Peinture

Le groupe de peinture du Club des Aînés se rencontre tous les mardis après-midi de 14h à 16h30 à la salle de Paroisse de Chantemerle, et vous invite cordialement à le rejoindre. Il n'est pas nécessaire de savoir dessiner, l'ambiance est sympathique, c'est un moment de contacts, de détente et ... de création. Il est recommandé de prendre son matériel, surtout du papier, mais on peut aussi venir tester les matières avant de faire son choix.

Rens : Monique Chabloz, 021 701 07 23 et Walter Steffen, 021 728 65 02.

Comité de rédaction : Marie-Jeanne Borboën, Ingrid Froidevaux,
Edith Furrer, Annick Hislair, Freddy Gardiol, Maud Strahm.

Éditeur responsable : Freddy Gardiol, tél. 021 729 70 39
Chemin des Graminées 11, 1009 Pully, fred.gardiol@hispeed.ch

Éditorial : Le quartier solidaire de Pully Nord, hier, aujourd'hui et demain.

Le comité de rédaction de l'Écho m'a proposé de réaliser cet éditorial et je l'en remercie. Il y a énormément de choses que j'aimerais dire ici mais, puisqu'il faut choisir, je vais parler de l'essentiel à mes yeux : le Groupe habitants et sa dynamique relationnelle.

Lors du démarrage du diagnostic, j'étais un peu sceptique : c'était la première fois qu'un quartier solidaire se développait dans un quartier « favorisé » et je me demandais si « ces gens plutôt aisés », que je pensais bien différents de moi, s'intéresseraient à s'impliquer pour la vie de leur quartier. J'ai été doublement surpris : tout d'abord, dès qu'une information tous ménages a été diffusée, mon collègue Benoît et moi-même avons croulé sous les appels des intéressés. Ensuite, j'ai rencontré des personnalités bien proches de la mienne, très éloignées des clichés que je pensais découvrir « au pays des nantis¹ ».

Aujourd'hui, je continue à être étonné par les habitants impliqués dans le projet. Plusieurs d'entre eux sont devenus des modèles auxquels j'aimerais ressembler plus tard. Tous sont animés par une bienveillance « palpable » qui donne aux rencontres et activités une ambiance très agréable, presque familiale. Le groupe est aussi marqué par un esprit de solidarité hors du commun qui a notamment permis une forte mobilisation pour le retour du bus TL 48 à Pully-Centre.

A l'avenir, deux enjeux de taille sont encore à relever : le besoin pressant d'un local et la construction d'une structure pour la pérennité des activités et de la « communauté des aînés de Pully Nord » sans Pro Senectute. J'en vois aussi un troisième : comment le Groupe habitants peut-il préserver cette dynamique amicale et vertueuse sur le long terme ? Si cette question vous intéresse, si vous souhaitez participer à cette belle aventure, rejoignez vite le Groupe habitants !

Merci à mes collègues, Benoît, Alicia, Valérie et Marie-Jeanne.

Merci à la Ville de Pully, notamment à Daniel Margot et Alain Delaloye de la Direction de la jeunesse et des affaires sociales.

Merci à tous les partenaires.

Je remercie spécialement Nicole Panizzon de l'ESP pour son énorme travail de collaboration.

Antoine Favrod, animateur de proximité, Pro Senectute Vaud

¹ Expression utilisée par Monique Khosrov, membre du Groupe habitants, dans le conte qu'elle a présenté lors du forum du 4 octobre 2014 à Pully.

Table d'Hôtes, chez Odette

Pro Senectute Vaud vous propose de prendre un bon repas dans une ambiance chaleureuse, autour d'une Table d'Hôtes : Odette Taverney vous accueille chez elle, au Chemin du Caudoz 52 à Pully.

À midi, les mercredis **12 et 26 novembre, 3 et 17 décembre**. S'inscrire au moins 48 heures à l'avance auprès d'Odette Taverney, tél. 021 711 08 54 (nombre de places limité).

Promenades et Marches

Tous les vendredis à 10h15, si la météo le permet, un "petit groupe" se retrouve sur la place Chantemerle pour explorer le quartier, entre la Chandellar et la Vuachère (et un peu au-delà !), à une allure tranquille et sans trop de déclivités. Cette activité est ouverte à tous, prière de s'inscrire auprès de F. Gardiol tél. 021 729 70 39

Pour les plus ambitieux, des marches d'environ trois heures dans la région lausannoise sont organisées pour les seniors, les jeudis tous les 15 jours, à 10h00 ou à 13h00. Rens : Michèle Péringer, tél. 021 729 71 10.

Causeries : Appel

Les premiers mardis de chaque mois, nous organisons une "causerie," pour donner la possibilité aux habitants du quartier — ou à des proches de ceux-ci — de faire part d'une expérience, d'un voyage, d'un événement remarquable, etc., **dans un contexte informel et convivial.**

Nous cherchons des candidats pour les "Causeries" à venir. Si vous avez une histoire à raconter, vous êtes invité à vous inscrire auprès d'Ingrid Froidevaux, tél. 021 728 43 67.

Petite Bibliothèque (deviendra grande ?)

Dans le "bureau" de Chantemerle une bibliothèque en libre-service est à la disposition des participants — qui peuvent venir choisir parmi un riche assortiment de livres, de DVDs et de CDs — et aussi contribuer à le compléter, ou à le réduire!

Pour tous renseignements sur le projet contactez Antoine Favrod, 079 504 11 24 et Marie-Jeanne Borboën, 079 621 16 20. D'autres informations sont répertoriées sur les sites web suivants : <http://www.pully.ch/seniors> et <http://www.quartiers-solidaires.ch/>

Comptes-Rendus



Le 17 juin 2014, nous avons pu prendre connaissance du travail auprès de personnes démunies à New Delhi effectué par **Sylvie Sailo Vogel** et son mari, Awmtea, originaire de la partie extrême nord-est de l'Inde. Toute jeune, Sylvie a quitté sa famille pulliérane pour s'engager dans un travail humanitaire en Inde.

Actuellement Sylvie et Awmtea gèrent le centre d'accueil Jesiah où ils reçoivent des personnes souvent malades ou dépendantes, des femmes maltraitées, parfois enceintes. Un suivi médical est assuré ainsi qu'un accueil dans un cadre chaleureux. Les nombreuses personnes venues pour écouter ce récit ont été très touchées.



Épopée cruelle que celle vécue par ces marins, qui ont laissé bien des descendants en plein milieu du Pacifique !

Anne-Marie Cavin, fascinée par l'histoire de la mutinerie de l'équipage du bateau le Bounty, il y a plus de deux cents ans, a cherché sur place à mieux comprendre les destinées de ces hommes et de leurs ancêtres. Ce sont ceux-ci que notre conférencière a voulu rencontrer en effectuant un voyage peu confortable à l'île de Pitcairn. Nous avons eu le plaisir d'entendre son passionnant récit lors de la causerie du 2 septembre 2014.



Une sortie en bateau était prévue depuis belle lurette, et nous avons attendu l'été pour embarquer, ce qui nous a fait patienter jusqu'au 3 septembre (!) pour concrétiser notre croisière sur le Léman. Une dizaine d'habitants ont participé à cette sympathique et agréable sortie organisée par Madeleine et Richard Pfister. De Pully à Villeneuve, nous avons pu admirer les coteaux de Lavaux avec ses vignes encore verdoyantes. Et quel plaisir de repérer des endroits bien connus dans une autre perspective !

Ingrid

Activités d'autres associations locales

- **Peinture** : tous les mardis après-midi de 14h à 16h30. Rens : Club des Aînés de Pully, Monique Chabloz, tél. 021 701 07 23 et Walter Steffen, tél. 021 728 65 02.
- **Marche sportive** Pro Senectute Lausanne Est (**environ 3 heures**) les jeudis tous les 15 jours, à 10h ou à 13h. Cotisation annuelle de 40 fr. Rens : Michèle Péringer, tél. 021 729 71 10.
- **La Solidarité, attitude sociale ou action individuelle ?** Cinq conférences les mardis à 19h30 à la grande salle de Paudex (28.10, 11.11, 18.11, 25.11, 2.12). Rens : Fausto Berto, tél. 079 375 95 41.
- **Le vendredi 31 octobre 2014, fête celtique de Halloween**, de 17h à 20h l'AIPNR offrira aux passants une maxi-soupe à la courge sur le parvis de l'église de Chantemerle. Rens : Annick Hislaire, tél. 021 791 76 08.
- **Le mercredi 5 novembre de 14h à 18h, Braderie d'automne** à la Maison Pulliérane organisée par l'Association d'Entraide Familiale de Pully, Paudex et Belmont. Rens : braderie@aef-ppb.ch.
- **Le mardi 18 novembre**, le Club des Aînés présente un film : Le goût du vin, année vinicole 1964. Rens : Albert Duperrex, tél. 021 728 68 04.
- **Le vendredi 21 novembre à 14h30** Ciné-Seniors, au cinéma CityClub de Pully, «**Les Grandes Ondes**», de Lionel Baier, Participation 10 frs, collation comprise. Rens. Véronique Garcia, tél. 021 646 17 21.
- **Le vendredi 12 décembre à 14h30** Ciné-Seniors, au cinéma CityClub de Pully, «**Une Histoire Vraie**», de David Lynch, Participation 10 frs, collation comprise. Rens. Véronique Garcia, tél. 021 646 17 21.
- **Le mardi 16 décembre**, Noël du Club des Aînés. Rens : Albert Duperrex, tél. 021 72868 04.
- **Le dimanche 21 décembre à 15h**, l'Association des amis du Carillon organise le Concert de Noël avec le chœur mixte Echo de la Berra, sur l'esplanade de Chantemerle. Rens : Daniel Thomas, carillonneur de Chantemerle, www.carillondechantemerle.ch.
- **Le dimanche 1^{er} janvier à 15h**, l'Association des amis du Carillon organise le Concert de l'An sur l'esplanade de Chantemerle, avec Daniel Thomas au Carillon, www.carillondechantemerle.ch.

AGENDA



De nombreuses activités ont été envisagées pour animer la vie des seniors de Pully Nord, notamment lors des Forums tenus à la Maison Pulliérane. Certaines se sont matérialisées, donnant lieu à des rencontres plus ou moins périodiques (sauf avis contraire, elles ont lieu à la Maison de Paroisse de Chantemerle).

- **Groupe “Habitants”** : les lundis 10 et 24 novembre, 8 décembre, de 14h à 16h.
- **Accueil café** (multilingue !) : les lundis 17 novembre, 1, et 15 décembre, de 14h à 16h.
- **Stretching** : chaque lundi de 17h00 à 17h45, sauf pendant les vacances scolaires, salle de gymnastique de l'école de Chantemerle, participation 10 frs. par séance. Rens : Maud Strahm, tél. 076 547 36 68.
- **Chaîne de livres** : première rencontre **lundi 10 novembre 15h00** à la Cassiopée, Bd. de la Forêt. Rens : Edith Forster tél. 021 652 09 44.
- **Causeries** : les premiers mardis de chaque mois, de 14h30 à 16h30. **Le 4 novembre**, Mme. Liliane Brède-Crosa parlera de “sa vie de Pulliérane et de sportive d'élite internationale”. **Le 2 décembre**, le **Dr. François Pellet** traitera des grands défis médicaux de la seconde moitié du 20^{ème} siècle et du début du 21^{ème} siècle. Rens : Ingrid Froidevaux, tél. 021 728 43 67.
- **Visite de la Maison de C.F. Ramuz, mardi 11 novembre**, de 15h30 à 17h30, sous la conduite du **Dr. François Pellet**, Rens : Irène Gardiol, tél. 021 729 70 39.
- **Table d'Hôtes, chez Odette** : les mercredis 12 et 26 novembre, 3 et 17 décembre à midi, participation : 15 frs. par repas. S'inscrire auprès d'Odette Taverney, tél. 021 711 08 54.
- **Partage culinaire** : les jeudis 13 novembre et 18 décembre (repas de Noël), de 9h à 14h30, participation : 15 frs. par repas. Rens : Annick Hislair, tél. 021 791 76 08.
- **Pétanque** : pause hivernale !
- **Un livre...plusieurs regards**: les vendredis 7 novembre et 5 décembre de 18h15 à 20h à la Bibliothèque de Pully. Rens : Monique Schweizer, tél.021 729 59 69.
- **Promenade conviviale** : chaque vendredi de 10h15 à 11h30 (si la météo le permet). S'inscrire auprès de Freddy Gardiol, tél. 021 729 70 39.

Fête de la Cour

Pour la deuxième année consécutive, et suite au désir de plusieurs habitants du quartier, la Fête de la Cour se déroula au Collège de Fontanettaz le samedi 30 août 2014, dès 17h.

Sous la houlette et l'organisation de Liliane Fukami, cette soirée fut à nouveau une superbe réussite.

Merci à toutes les petites mains bénévoles qui ont aidé à installer et à décorer les tables dans la cour de récréation du Collège.

Déjà dès 18 heures arrivaient des plats, préparés individuellement par bon nombre d'habitants. Les uns salés, les autres sucrés finirent par former un succulent buffet, accompagné de divers vins plus goûteux les uns que les autres, de l'eau à profusion et du café à volonté.

Plus de 100 personnes, parents et enfants, municipalité, amis et membres du Quartier Solidaire firent honneur à cette joyeuse fête.

Avant et pendant le repas, des jeux avaient été installés à proximité et des enfants de tout âge s'en donnèrent à cœur joie. Un exemple : c'était celui qui arrivait à faire tomber le plus de boîtes de conserve qui recevait une récompense. Au final, tous emportèrent une petite gâterie comme souvenir !

L'ambiance de cette fête fut conviviale, très décontractée et appréciée par tous les participants qui repartirent enchantés vers 21h.

Edith

Vide-Greniers

Organisé cette année par la Commune de Pully, le vide-greniers du 13 septembre sur l'Esplanade de Chantemerle a attiré de nombreux chalandes autour de 95 stands. Celui tenu par plusieurs de nos membres, très motivés, a permis de récolter la somme de Frs 501.- que nous avons partagée avec la paroisse de Chantemerle, en remerciement de son aimable accueil.

Annick

Partage Culinaire du jeudi 21 août 2014

Menu : Buffet canadien

- Biscuits apéritifs faits « maison »
 - Soupe froide au yoghourt et concombre
 - Tarte à la tomate, tarte aux légumes de saison, pissaladière, taboulé
 - Salades verte, d'aubergines, de tomates et feta, de riz
 - Mousse au thon, vitello tonnato et poulet
 - Fruits frais, mousse au chocolat, tiramisu, tarte à la raisinée, salami au chocolat et macarons.
-

Encore en ce mois d'août, plusieurs de nos membres ont désiré ne pas être confinés à l'intérieur, pour se rassembler autour d'un sympathique repas improvisé, si possible, à l'extérieur.

Un tout grand merci à Irène et Freddy qui nous ont proposé leur villa, située à Pully-Nord, dans un cadre de verdure pittoresque et reposant.



Nous étions 25 à prendre l'apéritif sur leur terrasse avec toutes sortes d'amuse-bouches présentés devant nous et dont plusieurs sortaient du four. Accolades, présentations, les langues allaient bon train !

A midi, nous avons été conviés à descendre nous installer sur la "pelouse," à l'ombre des arbres et de parasols déployés pour nous protéger de ce splendide soleil. Le ciel était d'un bleu...

Un magnifique buffet de saison, confectionné à leur goût par chaque participant, fit saliver nos palais et le bouquet final de desserts variés termina ce succulent repas.

Dès 15h00, tous sont repartis enchantés et heureux. Ce fut une journée dont on se souviendra.

Edith

Retour sur le Forum du 4 octobre : **synthèse des ateliers**

Atelier créatif

Le groupe de peintres du Club des Aînés a pu présenter ses activités et a reçu un très bon accueil (voir p.2 et p.6). Par ailleurs, un « moment créatif » (bricolage, sculpture, ...) va être proposé pendant les accueils cafés jusqu'en fin d'année. S'il remporte un bon succès, il sera peut-être organisé à un moment spécifique dès 2015. Enfin, l'idée d'un atelier d'écriture a fait ses premiers pas.

Activités et Accueil Café

Le but de l'Accueil Café a été clarifié : c'est un moment de partage, et d'accueil des nouveaux participants. Désormais, plusieurs tables seront organisées : une table de jeux, une table proposant une activité créative et une table de discussion. Une action utile, humanitaire par exemple pourrait aussi y être organisée. Enfin, la diffusion d'un film documentaire pourrait être organisée dans le cadre des Causeries.

Logement

Cet atelier a surtout permis aux participants d'échanger sur leurs situations et de réaliser qu'ils n'étaient pas seuls. Le problème a été défini comme tel : nombre de loyers de Pully Nord sont trop élevés pour des personnes qui n'ont d'autre revenu que leur retraite. Un changement pour un appartement plus petit est presque impossible. La présence d'Alain Delaloye, a rassuré les participants : un représentant de la Ville a pu entendre et prendre note de leurs situations.

InterG

Cet atelier avait pour but de réunir des idées pour mieux vivre entre générations. Voici quelques exemples des pistes de réflexion qui ont émergé : d'une part, organiser des rencontres festives comme des ateliers de cuisine et des fêtes des voisins. D'autre part, mettre en place des moments d'échanges de savoir ou de service. Mais aussi, créer un rapprochement entre générations par un but commun, comme la création d'une œuvre collective dans un lieu public de Pully. Un petit groupe d'habitants se réunit régulièrement pour continuer ce travail de réflexion afin d'aboutir à un ou plusieurs projets concrets, si vous êtes intéressé par cette démarche, n'hésitez pas à contacter Marie-Jeanne Borboën au 079 621 16 20.

JOURNÉE PÉTANQUE HANDICAP



Comme chaque année, le Groupe du Lac et des Loisirs pour Invalides («GLLI») a organisé avec le Club de Pétanque de Pully Nord une journée de tournoi, à laquelle ont aussi pris part d'autres bénévoles, notamment des membres du Quartier Solidaire de Pully Nord.

C'est ainsi que le 10 août, nous avons été conviés aux Quatre-Vents, sous la houlette du président du Club de Pétanque M. Testuz. Plus d'une centaine de personnes se sont retrouvées, venant de plusieurs cantons. Tous ces gens, fourmillant par ci par là, occupèrent le terrain dans la joie et la bonne humeur.

Le président forma au total 49 équipes, des binômes composés chacun d'une personne handicapée et d'une personne valide. Tous trouvèrent leur place, et avec un enthousiasme partagé le jeu commença.

Après ces sympathiques moments, un succulent repas nous attendait. Suite à cette pause bien méritée, les groupes se reformèrent avec d'autres partenaires. C'est ainsi qu'après plusieurs parties, nous étions épuisés mais heureux lorsque l'après-midi toucha à sa fin.

Tous les participants trépignaient d'impatience lorsqu'arriva la « remise des prix ». Eh oui, car il y avait un prix pour chacun!

Cette journée restera dans les esprits. En effet, lorsqu'on a la chance de découvrir que ces personnes handicapées possèdent une telle flamme de bonheur et de reconnaissance aux fonds des yeux, on se dit que donner, c'est aussi recevoir.

Merci à Eux !

Maud

MOT CACHÉ

Tracer dans la grille tous les mots qui apparaissent dans la liste ci-dessous—mais seulement ceux-là! Ils peuvent apparaître dans la grille verticalement, horizontalement ou en diagonale, chaque fois dans les deux sens. Les six lettres restantes définissent le cadre de notre action.

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

Accueil	Convivial	Neige	Relais	Univers
Âcreté	Créneaux	Neste	Relaxation	Vide-greniers
Albe	Donets	Nombreux	Requiem	Vitrail
Ancien	Effacement	Œil	Rideau	
Animateur	Emplâtre	Ornée	Rôtir	
Anisé	Épine	Pardi !	Saint	
Atelier	Éteint, Étui	Pelée	Salève	
Attirer	Garde	Pesée	Sébile	
Azur	Gober	Pétanque	Talent	
Béant	Impression	Pratique	Tasse	
Blox	Laine	Raid	Tavillon	
Bout	Lyre	Ranger	Terril, Troc	
Carillon	Masquer	Rapt	Unir	