

L'ÉCHO DU RIOLET



Bulletin d'information de
LA MOSAÏQUE DE PULLY NORD
Septième année, N° 33, Janvier – Février 2020



Arbre recouvert de givre

Photo Geneviève Massard Perret

Ce journal présente la Mosaïque de Pully Nord, association de bénévoles qui offre aux habitantes et habitants du quartier un endroit pour se rencontrer, discuter librement, pratiquer les jeux de leur choix, 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, Annick Hislair, Roland Michelis.

Éditeur responsable : Freddy Gardiol, tél. 076 565 70 39

Chemin des Graminées 11, 1009 Pully, mosaïque@hispeed.ch

Co-éditrice : Ingrid Froidevaux, tél. 021 728 43 67,

ingrid.froidevaux@bluewin.ch

<https://www.facebook.com/groups/MosaïqueDePullyNord>

Compte de chèques postaux La Mosaïque de Pully Nord 14-403436-6

SOMMAIRE

p. 3	Éditorial : Bonne Année 2020 !
p. 4	Deux grands créateurs à la Fondation Gianadda, 16.10
p. 5	Des gouvernantes vaudoises à la Cour de Russie, 20.11
pp. 6-7	Agenda de la Mosaïque de Pully Nord
pp. 8-9	Activités d'autres associations
p. 9	Nouvelles du Kaléidoscope
p. 10	Mot caché
p. 11	Films de Waldemar Schapfl, 11.12. Repas de Noël, 12.12
p. 12	Excursions et voyages en 2020
p. 13	Invitation : peut-on stimuler un cerveau qui vieillit ? Le 15.1
p. 14	” : excursions à Vevey (22.1), Frutigen (27.2) et Ravenne
p. 15	” : Assemblée Générale de la Mosaïque, le 14 mars
p. 16	” : les crêpes de la Chandeleur, le 3 février

DESCRIPTION DE LA MOSAÏQUE

La Mosaïque de Pully Nord est une association à but non lucratif, indépendante, sur les plans politique et confessionnel, ouverte à toutes personnes et institutions qui soutiennent ses buts :

- créer des liens entre habitants du quartier de Pully Nord
- fournir un espace de réflexion et d'échanges
- améliorer la vie des aînés du quartier
- favoriser l'esprit d'ouverture, de convivialité et de bienveillance
- offrir des activités : promenades, repas, causeries, qi-gong, jeux stretching, conversation, projections, visites, voyages, etc.



Club des Aînés



Pully-Paudex



LE KALÉIDOSCOPE
PULLY SUD

PRO
SENECTUTE
PLUS FORTS ENSEMBLE

100 ans



Entraide Numérique

fondation
PROXY



ASSOCIATION POUR LES INTÉRÊTS
ET LE DÉVELOPPEMENT DE PULLY-NORD



Eglise
Evangélique
Réformée
du canton de
Vaud



AIDE ET SOINS
À DOMICILE



St. Vincent
de Paul



Service Bénévole de
Pully, Paudex, Belmont et Lutry



Bibliothèque
Médiathèque
Ville de Pully



Ecole
maternelle

Association
d'entraide
familiale
de Pully, Paudex,
Belmont



ÉDITORIAL : BONNE ANNÉE 2020 !

Chères lectrices, chers lecteurs,

En cette fin d'année 2019, la Mosaïque de Pully Nord vous présente ses vœux les meilleurs pour d'heureuses fêtes et un passage harmonieux dans l'année 2020. Que l'année qui vient vous soit favorable et qu'elle vous apporte beaucoup de joies et de satisfactions !

Bien entendu, la Mosaïque ne vous offre pas seulement ses vœux, mais également une série d'activités, pour la plupart déjà bien établies, que vous trouverez dans notre agenda aux pages 6 et 7.

Mais **surtout**, à partir du mardi **7 janvier**, les **Accueils-Cafés** se tiendront **tous les mardis, le matin de 9h à 11h** à la salle paroissiale de Chantemerle. Vous êtes toutes et tous cordialement invité-e-s à venir y "faire un saut," juste pour prendre une tasse de café ou de thé, faire de nouvelles connaissances, ou pour rester plus longtemps, pour discuter de la pluie et du beau temps, papoter, peut-être vous initier à un jeu de votre choix, toujours dans une atmosphère détendue et conviviale.

Si donc, par une froide matinée d'hiver, vous craignez la solitude, n'hésitez pas ! Une équipe accueillante et enthousiaste vous attend tous les mardis matins à Chantemerle, avec café, thé et biscuits ! Pas besoin de vous inscrire, venez dès que vous avez envie d'un peu de compagnie – ou quand vous cherchez des informations, voire des conseils. Nous souhaitons que, dorénavant, l'Accueil Café remplace – dans une modeste mesure – le bistro ou le "salon où l'on cause" qui manquent désespérément dans notre quartier...

Cette nouvelle formule **remplacera** les rencontres des lundis, qui se tenaient toutes les deux semaines en alternance avec les séances du Conseil de la Mosaïque – séquence héritée du Quartier Solidaire. On ne risquera plus de "tomber" par erreur dans une séance traitant d'intendance ou d'organisation... **Chaque semaine, chaque mardi sera le bon !**

La Mosaïque vous propose également un beau programme de voyages et d'excursions, pour toute l'année 2020. À vos agendas ! Prenez vite note des dates proposées et indiquez dès que possible votre intérêt à l'organisatrice ou à l'organisateur de l'évènement, en vue de le planifier le mieux possible...

Bonne lecture et à bientôt à La Mosaïque !

Freddy Gardiol

DEUX GRANDS CRÉATEURS À LA FONDATION GIANADDA

Martigny, le 16 octobre 2019

Il avait plu des cordes la veille, mais une magnifique lumière annonçait une belle journée lorsque nous nous sommes retrouvés sur l'esplanade de Chantemerle, à 9h du matin le 16 octobre. Répartition d'une douzaine de voyageurs dans les voitures, et nous voilà partis pour Martigny, pour visiter l'exposition Rodin Giacometti.

J'avais hésité à y aller... Ouais, Giacometti, Rodin, on connaît. Quelle erreur ! Je suis rentrée chez moi éblouie ! La mise en correspondance de leurs deux mondes m'a fascinée. De les voir ainsi, en regard croisé, enrichit l'accès, à l'un comme à l'autre. Je découvre comment chacun, à deux générations de distance (Rodin 1840 – 1917 / Giacometti 1901 – 1966) donne vie à des bustes, dont j'ignorais l'existence. Dans le cahier de l'exposition, je lis que Rodin s'est distancé de l'académisme de l'époque, notamment en intégrant dans ses œuvres les « accidents » : « Les fragments, les omissions (...), les accidents dans le processus créatif, ne sont pas associés à l'échec



L'homme qui marche de Rodin

mais intégrés (...) ouvrant une nouvelle voie à la compréhension de la sculpture ». On retrouve, dans son modelé particulier, la « vie » de l'accident chez Giacometti.

Autant les sculptures de Rodin sont puissantes et vigoureuses, autant celles de Giacometti deviennent de plus en plus filiformes, comme pour ne garder que l'expression la plus dépouillée, mais peut-être aussi solitaire, de leur humanité.

Ainsi « L'homme qui marche ». Les deux artistes l'ont sculpté. Puissant – filiforme. Mais comment se fait-il que celui de Giacometti « qu'on connaît » par moult photos et cartes postales, me fasse, devant son mur blanc, une telle impression de mouvement intense, qui avance inlassablement, mais vers quoi ? Mystère de la création ...

Ce ne sont-là que quelques réflexions, il y aurait beaucoup à dire sur les socles des œuvres, leurs dimensions, sur les déformations, les groupes, les séries.

Après avoir plongé dans ces univers, chacun/e à son rythme, nous nous retrouvons à la cafétéria du musée pour « casser la graine » et reprendre la route. Merci à la Mosaïque d'avoir organisé cette visite !



L'homme qui marche de Giacometti

DES GOUVERNANTES ROMANDES

À LA COUR DE RUSSIE AU 18^{ÈME} SIÈCLE

C'est avec raison que Catherine II (1729 – 1796), tsarine de toutes les Russies, fut surnommée la Grande Catherine. Sous son règne, le territoire russe s'agrandit considérablement. Sur le plan intérieur, sa volonté de modernisation se traduit, entre autres, par la création d'écoles. Admiratrice des Lumières, convaincue de l'importance de l'éducation, elle accorda le plus grand soin à la formation de ses neuf petits-enfants. C'est du microcosme de cette éducation impériale, ouverte sur le grand monde, que Danièle Tosato-Rigo, historienne à l'UNIL, est venue parler, à la Mosaïque, le 20 novembre, devant un public nombreux et attentif.

Parcours étonnant de ces trois vaudoises – Esther Monod, Louise de Sybourg et Jeanne Huc-Mazelet – engagées par la maison impériale parce qu'elles étaient protestantes, célibataires et francophones et venaient d'un pays "neutre." Elles pouvaient compter sur un bon salaire, étaient nourries et logées. Leur tâche était exigeante : l'éducation et l'accompagnement de la formation de leurs jeunes élèves, dès l'âge de 4 ou 5 ans jusqu'à leur mariage (vers 15 ans pour les princesses). Les lettres de Mazelet à sa famille ont transmis des détails de leur quotidien, tels que le déroulement d'une journée, depuis 7h du matin. Pendant la toilette de la grande-duchesse Marie, la gouvernante instruisait l'élève, par la lecture et la conversation, jusqu'à 9h. Suivait un horaire précis, pour des leçons, promenades, jeux, théâtre, révisions, auxquelles les gouvernantes assistaient – toujours en français, langue de la Cour – jusqu'à 20h, heure du repas chez Leurs Majestés, les grands-parents.



Palais de Catherine à Tsarskoïe-Selo

Lorsque la famille impériale changeait de palais, les gouvernantes assuraient la « logistique », branle-bas de combat ! Dans leurs rares moments de loisir, les Vaudoises aimaient se retrouver, avec d'autres Suisses, pour échanger des nouvelles.

Pendant toutes ces années, pas question de retourner au pays ! Leur mission accomplie, elles recevaient un « cadeau de départ » conséquent. Avec le capital reçu Mazelet, qui avait fait un véritable « plan de carrière », acheta une maison à Tolochenaz. Des documents témoignent que l'attachement entre « pupilles » et gouvernantes perdura bien au-delà de la fin de leur mandat.

Passionnée par sa recherche, Danièle Tosato a vraiment su captiver son public. Quelques belles photos agrémentaient sa présentation. Un beau moment !

Marie-Claire Guinand

LA MOSAÏQUE de PULLY NORD

AGENDA JANVIER – FÉVRIER 2020

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

CES ACTIVITÉS SONT OUVERTES À TOUTES ET À TOUS

— dans la mesure de nos possibilités —

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 (mais ça aide !).

ACCUEIL CAFÉ

NOUVEAU : à partir du mardi **7 janvier**, les Accueils Cafés se tiendront **tous les mardis de 9h à 11h**. Vous êtes toutes et tous cordialement invité-e-s à venir “faire un saut,” pour un café ou un thé. Venez si vous avez envie d’un peu de compagnie – ou éventuellement de conseils. (voir aussi l’éditorial). Pour tout renseignement, vous pouvez vous adresser à Marie-Claire Guinand, tél. 021 728 32 72, e-mail : marie-claire.guinand@bluewin.ch.

PARTAGE CULINAIRE

Les **jeudis 16 janvier et 20 février**. Inscriptions jusqu’au mardi soir précédant le repas : Annick Hislair, tél. 021 791 76 08.
Voiturage prévu dès 11h30 pour personnes à mobilité réduite, contacter Maud Strahm, tél. 076 547 36 68.

PROMENADE CONVIVIALE

Promenade **chaque jeudi** de 10h00 à 11h15 quand la météo le permet, parcours facile. Sans inscription, rendez-vous sur l'esplanade de Chantemerle.
Renseignements : Freddy Gardiol, tél. 076 565 70 39.

ACTIVITÉS CULTURELLES

GROUPE DE LECTURE : UN LIVRE... PLUSIEURS REGARDS

Les **lundis 27 janvier et 2 mars** à la **salle de paroisse de Chantemerle**, de 14h15 à 16h15. **Renseignements** : Alain Bergonzo, tél. 021 728 99 43.

CONVERSATION ANGLAISE

Les **mardis** de 14h15 à 15h30 chez Marianne Hofmann, Av. de Belmont 27, tél. 021 711 11 65.

CAUSERIE : PEUT-ON STIMULER UN CERVEAU QUI VIEILLIT ? (page 13)

Le **mercredi 15 janvier**, par Caroline Imobersteg et Claudia Steinhauer.

Renseignements : Ingrid Froidevaux, tél. 021 728 43 67.

CRÊPES DE LA CHANDELEUR

Nos traditionnelles crêpes, élaborées avec des membres de l'AIDPN, seront gracieusement offertes le **lundi 3 février** de 15h30 à 17h sur le parvis de l'Eglise de Chantemerle (page 16). Rens. : Annick Hilaire, tél. 021 791 76 08.

RAVENNE : INTRODUCTION POUR LES VOYAGEURS ET NON VOYAGEURS

Un peu d'histoire, de géographie, projections de quelques mosaïques, discussion.

Le **mercredi 12 février** de 14h30 à 16h00 par Irène Gardiol, tél. 078 880 44 14.

ÉNERGIE, RESSOURCEMENT...

QI GONG ET INITIATION AU TAI CHI

Mouvements lents et doux, selon les principes de la médecine chinoise, pour favoriser le bien-être et la santé. Les vendredis de 9h30 à 10h45 à la salle paroissiale de Chantemerle, 10.- frs/séance.

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

STRETCHING

Chaque lundi (excepté vacances scolaires) de 17h00 à 17h50 à la salle de gymnastique de l'école de Chantemerle, participation 10.- frs/séance.

Renseignements : Maud Strahm. Tél. 076 547 36 68.

EXCURSIONS ET VOYAGES (détails en page 14)

VEVEY, EXPOSITION GUSTAVE COURBET AU MUSEE JENISCH

Le **mercredi 22 janvier**, avec Roland Michelis et Irène Gardiol. Aller en train à Vevey, visite de l'exposition Courbet au Musée Jenisch, retour en train à Pully.

Renseignements et inscriptions : Roland Michelis, 021 729 82 50.

SOUS LES TROPIQUES À FRUTIGEN (BE)

Le **jeudi 27 février**, avec Odile Rey et Freddy Gardiol. Élevage d'esturgeons, caviar suisse, et forêt tropicale. En train avec billet collectif, aller par Brigue, retour par Berne. Renseignements et inscriptions : Odile Rey, 079 372 37 79.

VOYAGE A RAVENNE ET SES MOSAÏQUES

Du **5 au 8 mai** avec Irène Gardiol. En car, hôtel, trois nuitées à Ravenne.

Renseignements et inscriptions : Irène Gardiol, tél. 078 880 44 14.

ACTIVITÉS D'AUTRES ASSOCIATIONS LOCALES

INTÉRÊTS ET DÉVELOPPEMENT DE PULLY NORD (AIDPN)

Lundi 3 février de 15h30 à 17h. Les Crêpes de la Chandeleur (avec la Mosaïque).

CARILLON DE CHANTEMERLE

Mardi 24 décembre à 14h30, chants de Noël au Carillon.

Renseignements : www.carillondechantemerle.ch

CLUB DES AÎNÉS DE PULLY ET PAUDEX

Mardi 28 janvier, "Le Pérou" projection de films de Waldemar Schapfl.

Mardi 18 février, "Les Alpes" projections de Vincent Chabloz.

à 14h30, à la Maison Pulliérane, **Rens.** : Jean-Robert Chavan, 021 728 15 05.

PRO SENECTUTE : CINÉ-SENIORS, AU CINÉMA CITY-PULLY

Vendredi 10 janvier à 14h30 : "Pavarotti" de Ron Howard, 1h54'.

Vendredi 24 janvier : "Hors norme" d'Olivier Nakache et Éric Toledano, 1h57'.

Vendredi 7 février à 14h30 : "Au nom de la terre" d'Édouard Bergeon, 1h43'.

Vendredi 21 février à 14h30 : "L'extraordinaire voyage de Marona," de Anca Damian, 1h32' **séance intergénérationnelle**, venez avec vos petits-enfants !

Entrée 10 Frs. **Renseignements** : Mathilde Lebrun, tél. 021 646 17 21

mathilde.lebrun@vd.prosenectute.ch

INTERGEN DIGITAL – ENTRAIDE NUMÉRIQUE

Le samedi 8 février, 10h – 17h, au Pavillon des Liaudes. **Rens.** : Pascal Kotté, tél. 079 309 28 86. <https://intergen.ch>

L'ENTRAIDE FAMILIALE DE PULLY, PAUDEX, BELMONT

Atelier Tricot-Thé, tous les 15 jours, mardi 14h à 16h, tricot-the@aef-ppb.ch

Yoga, les mardis et les mercredis de 9h à 10h15, yoga@aef-ppb.ch

au pavillon de l'Entraide Familiale à la Clergère, à Pully.

SERVICES BÉNÉVOLES DE PULLY, LUTRY, BELMONT, PAUDEX

Renseignements : Brigitte Pahud, tél. 021 728 12 13 (lu-me-ve 9h-11h).

On cherche des chauffeurs !

PRO-XY LAVAUX-ORON

Présence et accompagnement à domicile pour personnes dépendantes, souffrant de solitude, ou en perte d'autonomie, pour soulager les proches-aidants. **Contact** au tél. : 079 590 61 30 du lundi au vendredi.

PAROISSE RÉFORMÉE DE PULLY-PAUDEX

Renseignements : Bérénice Frey, secrétaire paroissiale, tél. 021 728 04 65 (lundi-vendredi 10h-12h), et celine.michel@eerv.ch

UN POINT DE CONTACT POUR SENIORS – COMMUNE DE PULLY

N'hésitez pas à contacter seniors@pully.ch. Direction de la jeunesse, des affaires sociales et de la sécurité publique, tél. 021 721 31 65, pour toute demande, suggestion, ou idée à communiquer.



NOUVELLES DU KALÉIDOSCOPE

<https://www.resoli.ch/fr> et <https://medium.com/kaleidoscopepully>



Le 15 novembre s'est tenue l'Assemblée Constitutive de la nouvelle association « sœur » de la Mosaïque de Pully Nord, le Kaléidoscope de Pully Sud. Près de 200 personnes se sont retrouvées à la Maison Pulliérane pour y participer. La Municipalité presque au complet a fait l'honneur de sa présence, ainsi qu'une

délégation importante de Pro Senectute et de la DJAS, des membres de la Mosaïque et du Groupe ressources. La partie officielle s'est conclue sur un sketch joué par des membres du Groupe habitants, celui-ci et les futurs membres de l'association ont retrouvé enfin les invités devant un bel apéritif. Le vin offert par la Commune a coulé à flots et les spécialités salées et sucrées des bénévoles ont comme chaque fois été fort appréciées.

Cette cérémonie à peine achevée, il faut déjà penser à fêter l'autonomisation. En effet, dès le début de l'année prochaine, Pro Senectute va se retirer de nos activités et, comme pour celle du Nord, l'Association du Sud volera de ses propres ailes. Les deux ex-quartiers solidaires de Pully seront autonomes, en pouvant compter sur l'aide très appréciée de la Commune. Ce sera l'occasion pour l'un et l'autre de se rapprocher et de partager leurs expériences.

Les membres de la Mosaïque sont donc tout naturellement invités à la cérémonie qui aura lieu **le samedi 22 février à 11h au Foyer de la Maison Pulliérane**. La partie officielle sera suivie d'une collation et d'une partie récréative. Le programme complet sera disponible ultérieurement (sur Resoli ou medium), mais réservez déjà la date.

Longue vie à nos deux associations !

Anne Schranz

MOT CACHÉ

Tracer dans la grille tous les mots qui apparaissent dans la liste ci-dessous – verticalement, horizontalement et en diagonale ! Les sept lettres qui resteront découvertes forment le nom d'une ville renommée pour ses mosaïques.

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

- | | | | | |
|-----------|----------|------------|------------|-----------|
| Adèle | Dédier | Fourneau | Orage | Rifle |
| Aérer | Doigt | Gaffe | Orant | Ring |
| Aérien | Écoles | Géniale | Pantalon | Ronds |
| Affection | Éluder | Grenier | Parasol | Sisiphe |
| Agricole | Éolien | Hiver | Pâturage | Sonner |
| Alibi | Erbine | Hune | Poitou | Stéréo |
| Alice | Étain | Initier | Prion | Stricte |
| Ânk | Famille | Invisibles | Processus | Tentation |
| Canicule | Féerie | Lieu | Racine | Thème |
| Censée | Férocité | Natif | Rafraîchir | Tisons |
| Costumée | Flora | Nièvre | Recelant | Tronc |
| Décharge | Floutée | Occulte | Réchauffer | |

À CEYLAN ET EN THAÏLANDE, IL Y A PLUS DE 50 ANS

Une pêche « miraculeuse », la récolte de saphirs dans la rivière, une mangouste qui chaparde une figue de barbarie, la fabrication de tissus sur d'antiques métiers à tisser... Le 11 décembre, Waldemar Schapfl nous a montré son film sur le Ceylan de 1965, un pays paisible où les voitures sont rares. Un an plus tard, il se rend en Thaïlande. Bangkok - la Venise d'Extrême-Orient - a un charme fou avec ses pittoresques marchés flottants et ses temples dorés finement ouvragés. Au nord, à Chiang Mai, vélos et « tuk-tuk » sont rois. Curieux de tout, cherchant le contact direct avec la population, Waldemar Schapfl nous entraîne dans divers ateliers (travail du métal ou du bois, fabrication d'ombrelles), dans une exploitation forestière où travaillent des éléphants et même dans une léproserie où des malades suivent d'impressionnants traitements à la cire fondue.

Nadine Borel



Jeudi 12 décembre, repas de Noël

Par tradition, on ne saurait manquer d'évoquer le repas de chacun des mois de l'année. C'est le plaisir renouvelé de se retrouver autour d'une table pour y fraterniser et y apprécier des mets savoureux.

Comme tous les ans, le dernier repas de l'année prend des allures de petite fête. C'est l'occasion de féliciter les plus méritants et de les remercier par un petit cadeau. Avec la complicité d'Ingrid au piano, nous avons chanté Noël, ravivant peut-être quelques souvenirs.

Ce jour, nous étions particulièrement nombreux, ce qui est encourageant et qui témoigne de l'intérêt de nos membres.

Et c'est avec un vin mousseux que Galina nous proposa à l'apéritif d'excellents toasts variés. Doris prépara pour l'entrée une salade composée de saison surmontée de rissoles au saumon et aux crevettes, faites par Annick.



Sur une table de circonstance, décorée avec l'imagination et le soin coutumiers d'Eva, au menu du repas principal : quasi de veau avec sa sauce aux champignons et gratin de pommes-de-terre par Claude et Cécile, aidés par Odile. En accompagnement, un pinot bien de chez nous.

Au dessert, flan caramel d'Annick, tarte à la crème d'Odile, bricelets de Doris et très original salami au chocolat de Clarisse. Enfin, un bon petit moka pour terminer notre petite fête.

Roland Michelis

EXCURSIONS ET VOYAGES EN 2020

La Mosaïque de Pully Nord organise pour vous une série d'excursions d'un jour en 2020, ainsi que **trois voyages de deux à quatre jours**.

Mercredi 22 janvier, avec Roland Michelis et Irène Gardiol. Aller en train à **Vevey**, visite de l'exposition Courbet au Musée Jenisch, retour en train à Pully.

Renseignements et inscriptions : Roland Michelis, 021 729 82 50 (page 14).

Jedi 27 février : les Tropiques de Frutigen, élevage d'esturgeons et forêt tropicale. En train avec billet collectif, aller par Brigue et le Lötschberg, retour par Berne. Renseignements et inscriptions : Odile Rey, 079 372 37 79 (page 14).

Mercredi 25 mars : Fondation Gianadda, **Martigny**, Collection Ch. Blocher, tableaux de Anker et Hodler. Rens. et inscriptions : Ingrid Froidevaux, 021 728 43 67.

Mercredi 22 avril : Fribourg, la vieille ville, la cathédrale, les musées.

Renseignements et inscriptions : Maud Strahm. Tél. 076 547 36 68.

Du mardi 5 au vendredi 8 mai : voyage à Ravenne, ville des mosaïques.

Renseignements et inscriptions : Irène Gardiol, 078 880 44 14 (page 14).

Mercredi 27 mai : les mines de sel de **Bex**, le jardin alpin de **Pont de Nant**.

Renseignements et inscriptions : Roland Michelis, 021 729 82 50.

Mercredi 1^{er} juillet : barrage d'Emosson et environs. Renseignements : Maud Strahm. Tél. 076 547 36 68.

Mercredi 22 juillet : Croisière sur le **lac Léman**. Renseignements : Maud Strahm.

Tél. 076 547 36 68, Madeleine et Richard Pfister, 021 729 87 84.

Mercredi 26 août : Visite du Château **de Prangins**, de son parc, et d'expositions

Renseignements : Maud Strahm. Tél. 076 547 36 68.

Du mardi 22 au vendredi 25 septembre, Avignon, Arles, Pont du Gard et Orange.

Renseignements et inscriptions : Madeleine et Richard Pfister, 021 729 87 84.

Le mercredi 7 et le jeudi 8 octobre, de **Saint-Gall à Schaffhouse** et les chutes du Rhin.

Renseignements et inscriptions : Madeleine et Richard Pfister, 021 729 87 84.

Mercredi 25 novembre, Bulle et Gruyères, Musée Gruérien. Renseignements et inscriptions : Ingrid Froidevaux, 021 728 43 67.

Les personnes intéressées sont cordialement invitées à prendre contact dès que possible avec les organisateurs pour indiquer leur intérêt et/ou pour se pré-inscrire. Des informations plus précises seront données à mesure dans les prochains numéros de l'Écho du Riolet.

INVITATION À UNE CAUSERIE

Mercredi 15 janvier 2020 de 14h30 à 16h30

Salle de Paroisse de Chantemerle, Pully

Peut-on stimuler un cerveau qui vieillit ?

Deux bonnes nouvelles :

- 1) « Rien n'est jamais figé dans nos neurones, quels que soient les âges de la vie »
- 2) « Le cerveau peut apprendre à tout âge grâce à la plasticité cérébrale, et ainsi se façonner au gré de l'histoire vécue »



Une équipe de neuropsychologues du CHUV a développé un groupe de **stimulation cognitive** s'adressant à des personnes âgées de 65 ans et plus qui remarquent des difficultés dans leur quotidien (diminution de la concentration, recherche de mots, difficultés de mémoire, etc...) et aux personnes qui ont une inquiétude à ce sujet.

La stimulation cognitive implique des activités variées, ludiques et des discussions dont le but est le renforcement global du fonctionnement cognitif et social. Le contenu des séances fait appel aux cinq sens et sollicite les différentes fonctions cérébrales telles que le langage, la concentration, la mémoire autobiographique, les connaissances sur le monde et le raisonnement, notamment.

Si ce thème vous titille, venez écouter et interagir avec Mesdames Caroline Imobersteg et Claudia Steinhauer, spécialistes en neuropsychologie au CHUV, qui vont vous familiariser avec la stimulation cognitive et ses effets positifs.

Bienvenue à toutes et à tous!

*Entrée libre Renseignements : Ingrid Froidevaux
021 728 43 67 – ingrid.froidevaux@bluewin.ch*

EXCURSIONS ET VOYAGES

VEVEY, VISITE DE L'EXPOSITION COURBET AU MUSEE JENISCH



Le **mercredi 22 janvier**, avec Roland Michelis et Irène Gardiol. Voyage en train à Vevey, visite de l'exposition "Courbet dessinateur" au Musée Jenisch (situé à 150 mètres de la gare). Rendez-vous à 14h15 à la gare de Pully, **avec votre billet Vevey et retour** (i.e. **carte journalière**) en poche, directement sur le quai 2. Après une petite pause thé, retour en train de 17h37 à Vevey, arrivée à Pully à 17h54. Prix pour cette sortie : CHF 20.00 (musée + collation) à payer dans le train.

Rens. et inscriptions : Roland Michelis, 021 729 82 50.

EXCURSION "SOUS LES TROPIQUES" À FRUTIGEN (BE)

Le **jeudi 27 février**. Des sources d'eau chaude captées dans le tunnel de base du Lötschberg alimentent des bassins pour l'élevage d'esturgeons, ainsi qu'un verger pour produire des fruits tropicaux. Voyage en train avec billet collectif (**minimum 10 participants !**), départ de Pully voie 2 à 8h02, pause-café à Brigue, tunnel de faite du Lötschberg, Frutigen à 11h31, visite guidée de l'exposition et repas (non compris), départ pour Pully via Berne à 15h32, arrivée à Pully à 18h01. Prix pour cette sortie (train et entrée) CHF 60.00 (avec demi-tarif), CH 100.00 (sans demi-tarif) à verser sur le CCP La Mosaïque de Pully Nord 14-403436-6, mention "Frutigen."

Note : les horaires peuvent changer...

Rens. et inscriptions : Odile Rey, 079 372 37 79, Freddy Gardiol 076 565 70 39. Voir aussi : <https://www.tropenhaus-frutigen.ch/fr/meta/accueil>



VOYAGE À RAVENNE ET SES MOSAÏQUES

Du 5 au 8 mai. En car grand confort, trois nuits à Ravenne dans le même hôtel. Visites guidées des sites principaux. Une demi-journée avec notre car vers Classe puis sur le littoral, plage et marche facultative dans la forêt de pins, repas puis retour à notre hôtel pour la nuit. Le prix ne dépassera pas CHF 700.00, à préciser fin février. Merci d'**annoncer déjà votre intérêt** pour ce voyage afin de faciliter la planification. Les inscriptions fermes seront prises **après la séance d'information du 12 février** (voir p. 7), lorsque le programme définitif sera établi et le choix de l'hôtel précisé.

Renseignements et annonce d'intérêt dès que possible auprès de : Irène Gardiol, tél.078 880 44 14 ou irenegardiol@hispeed.ch.

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

qui se tiendra le **SAMEDI 14 MARS À 11 HEURES**
à la **SALLE DE PAROISSE DE CHANTEMERLE**



La Mosaïque de Pully Nord, association indépendante, a vu le jour il y a bientôt quatre ans. Ses activités se poursuivent régulièrement, offrant une panoplie intéressante pour seniors – et moins seniors...

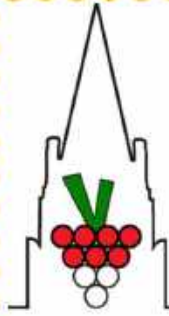
Tous les habitants de Pully Nord sont cordialement invités à venir y prendre part.

Ordre du jour :

- 1. Ouverture de l'Assemblée et message de bienvenue**
- 2. Approbation du PV de l'Assemblée Générale du 16 février 2019
(publié dans l'Écho du Riolet N°28 Mars-Avril 2019, pp. 4 à 8)**
- 3. Rapport des activités en 2019**
- 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 2020**
- 10. Présentation du budget 2020**
- 11. Fixation des cotisations 2020**
- 12. Divers et propositions individuelles**
- 13. Clôture de la séance**

L'Assemblée Générale sera suivie d'un apéritif.

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



ASSOCIATION POUR LES INTÉRÊTS
ET LE DÉVELOPPEMENT DE PULLY-NORD

et



La Mosaïque de Pully Nord

vous invitent

à fêter la Chandeleur,

le

3 février 2020

sur le parvis de l'Eglise

de Chantemerle

de 15h30 à 17h.

pour une dégustation

gratuite de crêpes !