

Bulletin N°431

NOVEMBRE 2024



**INVITATION NOEL
DE L'AVIVO LAUSANNE
DIMANCHE 8 DECEMBRE 2024
PALAIS DE BEAULIEU HALLE N°1**

PROGRAMME :

- 10H30** OUVERTURE DES PORTES
11H00 ASSEMBLEE GENERALE
12H15 REPAS
14H00 ORCHESTRE
GUY-ROLLAND-JETSET
17H00 FIN DE LA FETE

MENU

Soupe à la courge avec des graines
torréfiées et un assortiment de flûtes de
pain

Vol-au-vent de veau et poulet à la crème
et tuile de parmesan (sans champignons)
accompagné de riz pilaf avec julienne de
légumes à l'huile d'olive

Mini buchette Hivernale
au chocolat et fruits rouges

Vous devez venir retirer votre INVITATION GRATUITE au bureau de l'AVIVO Lausanne, Place Chauderon 3, 5^{ème} étage, 1003 Lausanne sur présentation de votre carte de membre

Délai : Vendredi 22 novembre 2024

SORTIE AU RESTAURANT DE FONTENAY

MERCREDI 27 NOVEMBRE 2024



L'AVIVO Lausanne vous propose de partager en toute convivialité un repas de midi au restaurant FONTENAY. Ouvert en 1936, ce restaurant propose une cuisine traditionnelle.

PROPOSITIONS MENUS :

MENU 1 :

Salade Espagnole
Emincé de poulet au curry avec riz et légumes du marché
Sorbet Fontenay
Prix : 36,50.- Frs.

MENU 2 :

Vol-au-vent aux champignons
Filets de perche avec frites et légumes du marché
Cassatta marasquin
Prix : 38,50.- Frs.

MENU 3 :

Crème de légumes
Rôti de porc aux champignons avec gratin de pommes de terre et légumes du marché
Tarte aux pommes
Prix : 39,50.- Frs.

Les cafés ou thés sont compris dans les menus

Toutes les autres boissons (alcoolisées ou autres) ne sont pas comprises dans les menus. **Veillez noter que le nombre de places est limité.**

Adresse du restaurant :

Restaurant De Fontenay
Avenue du Mont d'Or 32
1007 Lausanne

Afin de respecter l'organisation du restaurateur et du l'accompagnant nous vous demandons de vous inscrire au 021 312 06 54

Délai d'inscription : vendredi 15 novembre 2024

Accompagnant : Willy Juvet

Thalassa! Thalassa au MCBA !

Visite accompagnée par Mme Françoise Burri

L'exposition interroge notre relation à la mer, telle qu'elle se manifeste dans les œuvres figuratives, en Europe, du XIXe siècle à nos jours. Au gré de l'aménagement des rives, du développement de la navigation et de l'avancée de la géologie et de la zoologie, le regard que l'on a posé sur l'Océan et ses habitants réels ou imaginaires n'a pas cessé d'évoluer.

De nombreuses inventions techniques ont accompagné ces changements et influencé la création artistique. Le parcours proposé qui se veut narratif est articulé autour de trois thèmes : rivages, profondeurs, abysses.



DATES :

Mardi 19 novembre

Mercredi 20 novembre

Visite gratuite

Inscription au 021 312 06 54

(groupe de 10 personnes)

RDV à 14h dans le hall d'entrée du MCBA

CINEMA

JEUDI 14 NOVEMBRE 2024

Tandem est une tragicomédie française réalisée par Patrice Leconte, sortie en 1987

Durée 91min

Salle d'animation AVIVO

Lausanne au 5^{ème} étage / 14h00



L'histoire d'une épopée radiophonique.

L'histoire de deux hommes, liés par le travail, l'amitié, la servitude, l'habitude. L'histoire d'un jeu, de la campagne française, de la route, des bourgeois imbus d'eux-mêmes, des beaufs, des questions avec réponses et des questions sans réponses.

Tandem est un road-movie inspiré de la carrière de l'animateur radio Lucien Jeunesse et du jeu des mille francs.

A l'écran, Jean Rochefort incarne Michel Morteux, un animateur un peu ringard et dépassé, vieux beau flamboyant, et Gérard Jugnot, Rivetot, son ingénieur du son, homme à tout faire, souffre-douleur et valet.

Les deux hommes ne peuvent exister l'un sans l'autre. Ils sont un Tandem qui sillonne la France jusqu'à la déchéance de Morteux.

Film subtil, où le malaise se glisse discrètement dans les dialogues, dans les situations rencontrées sur la route, ou pendant le jeu radiophonique, Tandem fait basculer Patrice Leconte dans la cour des grands cinéastes.

En 1987, alors qu'on classe le réalisateur des Bronzés parmi les amuseurs publics, le voilà qui surprend tout le monde par la dimension dramatique de son film, par le côté Don Quichotte et Sancho Panza des personnages.

Il faut dire aussi que ses comédiens sont exceptionnels : Jean Rochefort en zazou décati, véritable cabotin, et Gérard Jugnot que personne n'attendait dans ce rôle tout en retenue et en émotion.

Gérard Jugnot qui, pour l'occasion, se rase la moustache et porte une perruque pour cacher sa calvitie. Un nouveau physique qui le fait s'évader du rôle de petit gros franchouillard et montre l'étendue de son talent.

Inscription au secrétariat au 021 312 06 54 / maximum 10 personnes

Pour des raisons d'organisation, merci de vous annoncer d'ici au mardi 5 novembre. De même, si vous êtes inscrits et vous ne pouvez pas venir, merci de nous en informer par téléphone.

THE DANSANT VENDREDI 15 NOVEMBRE 2024



Venez passer un merveilleux moment en compagnie du musicien chanteur

GIANNI MASELLI

De 14h00 à 17h00

Maison du Peuple

Salle Jean-Villard Gilles

Place Chauderon 5

1003 Lausanne

PRIX : 10.- CHF

(ATTENTION : la première consommation ne sera plus incluse)

Vous bénéficier d'un petit en-cas gratuit !

Les prochains thés dansants reprendront dans le courant de l'année 2025.

.....

NOUVELLE ACTIVITE JEUX DE CARTES DIVERS

L'AVIVO Lausanne a le plaisir de vous annoncer qu'une fois par semaine des jeux de cartes vous seront proposés.

Vous aurez l'occasion de pratiquer toutes sortes de jeux tel que la bataille, le roi, la dame de pic etc...

Si cette activité rencontre un engouement certain, il ne sera pas impossible de jouer à d'autres jeux tel que le domino, le tri-domino, le rami etc....

Amour, confiance et patience seront de rigueur pour jouer en toute convivialité et impartialité.

Tout cela est possible grâce à l'engagement de nos deux nouveaux bénévoles responsables, Messieurs Caillet Bernard et Georges Baud qui sont remerciés chaleureusement par le Comité de l'AVIVO Lausanne.

Cette activité aura lieu tous les mardis après-midi de 14h00 à 16h00.

Inscription au secrétariat : 021 312 06 54 / maximum 10 personnes



RetraiThé Dansant

Dimanche 24 novembre 2024

RTS Option Musique et home sweet home vous invitent le dimanche 24 novembre à la maison de quartier sous gare à Lausanne.

La traditionnelle guinguette du dimanche se mue en un « RetraiThé dansant » de toute beauté.

Une sorte de FestiBal des seniors qui débutera par un concert des jeunes « petits chanteurs à la gueule de bois »

Nous vous donnons rendez-vous à 13h30

Venez avec vos plus beaux habits et votre bonne humeur

- **13h30** : Accueil des participants
- **14h30** : Concert des Petits Chanteurs à la Gueule de Bois
- **16h00** : Bal dansant, animé par un DJ



Les entrées sont gratuites

Les places sont limitées

INSCRIPTION OBLIGATOIRE SUR :

<https://avecvous.rts.ch/evenements/experiences/retraite-dansant>

.....

CONFERENCE

La Délégation seniors de la Ville de Lausanne et le senior-lab ont le plaisir de vous inviter à la conférence publique :

Seniors et technologies : s'entraider pour s'appropriier les outils digitaux

Mercredi 4 décembre 2024, 13h30 - 17h30

**Institut et Haute Ecole de la Santé La Source, Palais de Beaulieu,
Av. Bergières 10, 1004 Lausanne**

Les technologies occupent une place de plus en plus importante dans notre quotidien. Elles servent désormais pour s'informer, faire des rencontres, se déplacer, effectuer des achats et des paiements, ainsi que pour de nombreuses autres activités. Pour encourager leur utilisation et mettre en valeur les offres existantes d'accompagnement numérique auprès des seniors, la Délégation seniors de la Ville de Lausanne et le senior-lab organisent un après-midi de conférences.

L'inscription peut se faire jusqu'au 29 novembre directement en ligne sur le site du senior-lab : <https://senior-lab.ch/2024/08/08/seniors-et-technologies-sentraider-pour-sappropriier-les-outils-digitaux/> ou par téléphone au 021 556 40 11.

CONCERT GRATUIT SAMEDI 23 NOVEMBRE 2024

INVITATION

La Fondation IPT et l'Orchestre de
Chambre de Lausanne vous invitent
à un concert.



40 musiciens
dirigés par le célèbre
violoniste Renaud Capuçon

Yuri Pires Tavares

**La Fondation IPT vous invite à un
concert donné par l'Orchestre de
Chambre de Lausanne**

23 novembre 2024 - 17h30

- Salle de spectacle de Renens
Rue de Lausanne 37 - 1020 Renens
- Salle accessible aux personnes à mobilité réduite
- Durée 45 minutes environ
- Aucun dress code requis
- Merci de privilégier les transports publics

**Participation gratuite -
Inscription obligatoire sur :**

- www.fondation-lpt.ch/ocl
- ou au 021 317 06 00
- ou en scannant



OCL

ESTRE DE CHAMBRE DE LAUS

CYBER INFORMATIQUE (conseils et infos)



Nathalie se tient à votre disposition **tous les mardis matin** à l'AVIVO Lausanne, 5^{ème} étage, pour tout problème avec votre téléphone portable ou avec l'informatique !

Sur rendez-vous uniquement au 021 312 06 54

.....

GYMNASTIQUE COMMUNICATION

La gymnastique est plus que nécessaire pour garder la forme et dans la même foulée passer un moment de convivialité.



ATTENTION : La gymnastique a lieu tous les mardis au MIKAMI Judo Club Lausanne de 14h30 à 15h30.

Adresse : Avenue des Bergières 24 – 1004 Lausanne

Nous espérons vous voir nombreux et nombreuses !

Moniteur: Marcel Turrian

AVIVO LAUSANNE – PLANNING D’HIVER 2024 – 2025 DES MARCHES DU LUNDI

Date	Responsable	N° de Natel	Parcours de la marche - Difficulté	Départ
11 Novembre	Dani GAVIN	077 451 66 69	La Sallaz > Tour Haldimand par la « Coulée verte » Facile, env. 5.5 km	La Sallaz Rdv 13h15
18 Novembre	Liliane BUTTY	079 383 81 11	Chexbres > Cully par la tour de Marsens Moyenne, env. 8 km	Lausanne Gare 13h02 (voie 1)
25 Novembre	Janine ECHENARD	079 523 27 00	De Roche à Villeneuve (> Montreux Marché de Noël) Facile, env. 6 km	Lausanne Gare 12h27 (voie 5)
2 Décembre	Janine OLIVARES	078 872 22 45	Romanel > Cheseaux Facile, env. 8 km	Grattapaille (21) Rdv 13h30
9 Décembre	Daniel SALZMANN	076 326 99 57	MCBA > EPFL (Ecublens) Facile, env. 7.5 km	Lausanne MCBA Rdv 13h00
16 Décembre	Nelly BRENIER	078 712 37 26	Crans-près-Céligny > Nyon Facile, env. 8 km	Lausanne Gare 13h00 (voie 8)
23 Décembre	Bernadette BEDOGNI	078 756 88 30	Romont en boucle par l'Abbaye de la Fille-Dieu. Facile, env. 8 km	Lausanne Gare 12h40 (voie 1)
30 Décembre	Germaine STAUB	079 256 29 45	Burier > La Tour-de-Peilz > Vevey Facile, env. 7 km	Lausanne Gare 12h27 (voie 5)
6 Janvier	Marinette GILLIARD	078 880 39 95	Froideville > Cugy Facile, env. 8 km	Riponne 13h08 (Bus 60)
13 Janvier	Conchita FERNANDEZ	079 533 71 34	Ouchy Olympique > La Sallaz Moyenne (en montée, env. 5 km)	Ouchy Rdv 13h15
20 Janvier	Daniel SALZMANN	076 326 99 57	Stade Olympique (Bus 1) > Ouchy Olympique – Facile, env. 7 km	Stade Olympique (1) Rdv 13h00
27 Janvier	Philippe UTZINGER	076 564 81 81	Cossonay > La Sarraz avec pic-nic Moyenne, env. 10 km	Lausanne Gare 11h02 (voie 8)
3 Février	Mireille DEMONT	078 638 63 09	Morges > Echichens > Morges Facile, env. 7 km	Lausanne Gare 13h21 (voie 8)
10 Février	Bernadette BEDOGNI	078 756 88 30	Genève, pt du Mont-Blanc > pt Butin Facile, env. 8 km	Lausanne Gare 13h16 (voie 8)
17 Février	Vera BORT	076 391 68 81	Puidoux > Lutry Facile en descente, env. 11 km	Lausanne Gare 13h21 (voie 70)
24 Février	Conchita FERNANDEZ	079 533 71 34	Morges > Ouchy (par le bord du lac) Facile, env. 11 km	Lausanne Gare 13h04 (voie 7)
3 Mars	Janine OLIVARES	078 872 22 45	Vevey en boucle Facile, env. 9 km	Lausanne Gare 13h14 (voie 4)
10 Mars	Janine ECHENARD	079 523 27 00	Les Nivéoles depuis Croy (en boucle) Moyenne, env. 9 km	Lausanne Gare 12h57 (voie 3)
17 Mars	Marcel MARTIN	079 21121 93	Les Jonquilles – Eclépens > La Sarraz Moyenne, env. 10 km	Lausanne Gare 12h54 (voie 8)
24 Mars	Philippe UTZINGER	076 564 81 81	Gorges du Chauderon avec pic-nic Difficile (Montreux > Sonzier, env. 5 km)	Lausanne Gare 11h21 (voie 3)
31 Mars	Germaine STAUB	079 256 29 45	Veytaux > La Châtaigneraie > Veytaux Moyenne, env. 6 km (Montreux)	Lausanne Gare 12h34 (voie 5)

MARCHES DU LUNDI – RECOMMANDATIONS

- Condition de participation : Cotisation AVIVO Lausanne honorée
- Pas d'inscription nécessaire
- Les courses sont gratuites
- Pour une course nécessitant un transport (train, bus etc..), le coût est à la charge du participant. Chacune ou chacun voyage sous sa propre responsabilité
- Afin d'éviter tout conflit et risques, les chiens ne sont pas admis.
- Attention à l'heure du RDV et à l'heure du départ. Il n'y aucune attente.
- Certaines courses peuvent être modifiées selon le temps et l'état des chemins ou les obligations du transporteur.
- Selon la météo, certains parcours peuvent être boueux, les chaussures de ville sont déconseillées.
- Pensez à prendre un petit en-cas et une boisson pour les pauses.
- Les jours en gras sont des jours fériés. Les courses ont lieu pour celles et ceux que le désirent, attention aux horaires des transports publics qui sont à considérer comme un dimanche.
- Merci de ne pas dépasser le responsable qui marche en tête et de le prévenir en cas d'arrêt volontaire de l'excursion.
- ***L'AVIVO ne saurait être responsable en cas d'accident***



ATTENTION: Pour les membres désireux de participer à la marche du lundi, une seule inscription auprès du secrétariat au 021 312 06 54 vous permettra d'être informé, par WhatsApp ou par mail, en cas de modifications des itinéraires ou du programme.

Information du Grand Conseil Vaudois par Céline Misiego députée et membre du Comité AVIVO Lausanne

Le questionnement du jour

Une pétition pour interdire de fumer sur les terrasses a été déposée par des enfants. Le débat a tourné autour de la question de savoir s'ils sont « instrumentalisés » ou, au contraire, conscients de leur futur.

Quoi qu'il en soit, le Grand Conseil a refusé de renvoyer cette pétition au Conseil d'Etat.

Le dénouement du mois

Enfin nous débattons de la réponse du Conseil d'Etat à l'initiative pour des soins infirmiers forts.

Pour répondre à cette initiative, le Conseil d'Etat a adopté un programme nommé InvestPro/ lutter contre la pénurie de personnel dans le domaine de la santé et des soins infirmiers. Nous en avons longuement débattu au Grand Conseil, cela a donné lieu aux brèves suivantes.

L'objectif du mois

Les 3 axes du programme InvestPro

- Renforcer l'offre de formation
- Promouvoir les métiers de la santé
- Améliorer les conditions de travail

La revendication du mois

Sur la réponse du Conseil d'Etat à l'initiative pour des soins infirmiers forts, pour laquelle nous revendiquons une amélioration plus conséquente des conditions salariales.

La tentative (ratée) de division du mois

De la droite qui a tenté de supprimer du périmètre de l'initiative les aides en soins et accompagnement (ASA) et les assistants socio-éducatifs (ASE) malgré la pénurie annoncée.

Celle du mois qui assume

La députée qui tente de retirer certaines professions soignantes du périmètre Investpro
« Quitte à frustrer encore une fois le personnel soignant ».

Le dépôt primordial du mois

Pour que le CE prenne position contre le nucléaire et affirme qu'il fera tout pour empêcher toute nouvelle construction sur sol vaudois.

La défaite du mois

Le Grand Conseil refuse la proposition de favoriser l'accès à la prévention et aux soins bucco-dentaires.

Ces dépenses, non remboursées par l'assurance, pèsent énormément sur les ménages, ce qui poussent certaines personnes à ne pas se soigner par manque de moyens, donnant lieu à des complications médicales bien plus graves. C'est pourquoi nous pensons que l'Etat doit agir.

J.A.B. 1003 Lausanne

Poste CH SA

Votation du 24 novembre 2024
3 fois NON

Le 24 novembre prochain, le peuple Suisse doit se prononcer sur quatre objets. L'AVIVO recommande de voter NON aux deux objets relatifs au droit du bail et NON au financement uniforme des prestations de santé (EFAS).

En effet, s'ils étaient acceptés, ces trois objets entraîneraient des conséquences fortement négatives pour les personnes retraitées.

Novembre et décembre à l'AVIVO
12 fois OUI

Vous avez découvert à la lecture du Petit Bulletin la richesse des activités qui vous sont proposées pour la fin de l'année que ce soit nos rendez-vous réguliers (le cinéma, la danse, les jeux de cartes, la Cyber-Informatique, la gymnastique et la marche) ou les propositions ponctuelles comme la sortie au restaurant le Fontenay, la visite de l'exposition Thalassa au MCBA ou encore la conférence Seniors et Technologies proposée par la Ville Lausanne ; ou enfin le concert gratuit de l'orchestre de Chambre de Lausanne (OCL).

Cette description serait incomplète sans nommer le traditionnel **Noël de l'AVIVO** qui aura lieu à Beaulieu le 8 décembre prochain.

Je tiens à remercier vivement nos bénévoles et nos collaboratrices qui travaillent sans relâche pour le bien-être de nos membres.

Votre présidente, Anne-Catherine Lyon

HORAIRES D'OUVERTURE DU BUREAU

Lundi / Mardi / Jeudi / Vendredi
De 8h30 à 11h30 et de 13h00 à 16h00

Mercredi : Fermé toute la journée

Informations supplémentaires : Le bureau de l'AVIVO Lausanne sera fermé du lundi 23 décembre jusqu'au vendredi 3 janvier 2025 (compris). La réouverture du bureau est prévue le lundi 6 janvier 2025.

Lundi 9 décembre 2024 : Le bureau est fermé toute la journée