



Impressum éditeur et rédaction  
AVIVO Lausanne  
Place Chauderon 3  
1003 Lausanne  
Tél : 021 312 06 54  
Email : [info@avivolausanne.ch](mailto:info@avivolausanne.ch)

Bulletin d'information destiné aux membres, paraît 12 fois par an

---

**Bulletin N°444**

**Janvier 2026**

### **La solidarité et l'empathie pour faire face à l'effroi**

Nous avons quitté une année 2025 tourmentée et sommes entré dans la nouvelle année dans l'effroi du dramatique incendie de Crans-Montana.

A l'échelle internationale, tant de conflits ne sont pas réglés et de nouveaux conflits surgissent. A notre échelle individuelle, toutes ces nouvelles, amplifiées par le phénomène des réseaux sociaux auxquels nous sommes confrontés quel que soit notre âge, nous font vaciller.

La seule réponse à la fureur des temps est la solidarité et l'empathie. Seuls nous ne sommes pas assez fort, en revanche dans le partage et l'échange, à cœur ouvert, nous retrouvons nos repères.

Un souci ou une peine dès qu'ils sont partagés, nous apparaissent surmontables.

L'entraide et la convivialité sont au cœur de l'AVIVO. Ses buts et ses actions conservent toutes leur pertinence 78 ans après la création de notre Association.

Je vous souhaite au nom du Comité ainsi qu'au nom de nos collaboratrices, une année 2026 belle et douce ; je suis sûre que nous aurons l'occasion de nous rencontrer souvent et cela me réjouit.

Votre présidente, Anne-Catherine Lyon

**Petit Nouvel-An**  
**Vendredi 16 janvier 2026**



De 14h00 à 17h00  
Salle Jean-Villard-Gilles  
Maison du Peuple  
Place Chauderon 5  
1003 Lausanne

L'après-midi sera joyeusement animé par le musicien chanteur **Peter Molnar** qui vous fera danser et passer un agréable moment.



L'AVIVO Lausanne vous offrira  
une coupe de Prosecco !

Merci aux membres qui peuvent apporter gâteaux et autres gourmandises à partager.

## **Invitation à tous les membres!**

**Entrée gratuite pour les membres**

**Entrée pour les non-membres : CHF 10.-**

## Déclarations d'impôts

Les bénévoles de l'AVIVO Lausanne vous aident à remplir votre déclaration fiscale

<b>1<sup>ère</sup> période</b>	Mardi 17 février au Jeudi 5 mars 2026	<b>Uniquement sur rendez-vous dès le 2 février 2026</b>
<b>2<sup>ème</sup> période</b>	Mardi 17 mars au Jeudi 2 avril 2026	<b>Uniquement sur rendez-vous dès le 2 mars 2026</b>
<b>3<sup>ème</sup> période</b>	Mardi 14 avril au Jeudi 7 mai 2026	<b>Uniquement sur rendez-vous dès le 30 mars 2026</b>
<b>4<sup>ème</sup> période</b>	Mardi 19 mai au Jeudi 25 juin 2026	<b>Uniquement sur rendez-vous dès le 4 mai 2026</b>

Pour prendre rendez-vous, vous pouvez nous appeler :

**au ☎ 021 312 04 52**

Tous les jours sauf, le mardi après-midi et le vendredi  
(le bureau est fermé tous les vendredis)

**AVIVO Lausanne / Place Chauderon 3 / 1003 Lausanne / 5<sup>ème</sup> étage**

Participation financière demandée :

Tarif de base : **dès CHF 35.-**

**Pour les membres AVIVO : tarif de base dès CHF 15.-**

**Le paiement s'effectuera par carte  
(PostFinance, banques, cartes de crédit)**

Une nouvelle grille tarifaire s'applique pour les déclarations établies par l'AVIVO cette année. Une augmentation du tarif est à prévoir pour les contribuables disposant de fortune imposable ou de revenus confortables.

Grille tarifaire sur [www.avivo-vaud.ch](http://www.avivo-vaud.ch)

### **Avez-vous pensé à demander ?**

- Un subside pour l'assurance maladie
- Des prestations complémentaires AVS/AI
- Des prestations complémentaires familles
- La rente-pont

**L'AVIVO est à votre disposition pour vous aider dans vos démarches.**

**[social@avivolausanne.ch](mailto:social@avivolausanne.ch) ou au 021 312 06 54**

## Documents à apporter

- ☐ « **Formulaire de transmission 2025** » - enveloppe reçue des impôts en début d'année
- ☐ **Dernière « Taxation définitive »**
- ☐ **Acomptes impôts pour 2026**
- ☐ **Clé USB verte de l'AVIVO** (si vous en avez une)
- ☐ **Pour les membres AVIVO : votre carte de membre**

### **TOUS LES JUSTIFICATIFS DOIVENT CONCERNER L'ANNEE 2025**

- ☐ Attestations fiscales de rentes AVS, AI, 2<sup>ème</sup> pilier, 3<sup>ème</sup> pilier ou autres (SUVA, rentes étrangères, etc.)
- ☐ Certificat(s) de salaire pour la période du 1<sup>er</sup> janvier au 31 décembre
- ☐ Indemnités de chômage, perte de gain maladie et accident, AI
- ☐ Allocations familiales (si non comprises dans le salaire)
- ☐ Attestation des PC Familles ou de Rente-pont
- ☐ Décisions de Prestations complémentaires AVS, AI
- ☐ Décisions complètes d'octroi rétroactif de Rente AI (pour les nouvelles rentes)
- ☐ Attestation de l'assurance maladie (frais médicaux et primes pour la base et/ou complémentaires)
- ☐ Primes d'assurances maladie de base et/ou complémentaires
- ☐ Décisions de subsides OVAM (Office vaudois de l'assurance-maladie)
- ☐ Factures de dentiste, lunettes, EMS, etc. et/ou frais liés à un handicap
- ☐ Factures d'acompte des cotisations AVS/AI (pour personnes sans activité lucrative)
- ☐ Cotisations pour un 3<sup>ème</sup> pilier A
- ☐ Pensions alimentaires versées et/ou encaissées
- ☐ Convention de séparation et/ou divorce
- ☐ Factures des frais de garde
- ☐ Attestations au 31 décembre de tous les comptes bancaires/PostFinance (en Suisse et à l'étranger)
- ☐ Relevé fiscal des titres et/ou justificatifs des placements
- ☐ Dettes (y compris cartes crédits) - intérêts et solde au 31 décembre
- ☐ Bail/Baux à loyer et/ou Notification de hausse/baisse de loyer
- ☐ Attestations des dons versés
- ☐ Si personne à charge : justificatifs des versements et attestation d'indigence

### **Pour les propriétaires**

- ☐ **Dernière « Taxation définitive »**
- ☐ Acte d'achat/vente
- ☐ Dettes hypothécaires au 31 décembre
- ☐ Factures d'assurances et impôts foncier
- ☐ Factures de rénovation

**Sortie au restaurant  
Le Canard Pékinois  
Jeudi 29 janvier 2026 à 11H45**

L'AVIVO Lausanne vous propose de partager en toute convivialité un repas de midi au restaurant le Canard Pékinois. Ouvert depuis 1996, cet établissement vous proposera une cuisine de qualité avec des cuisiniers maîtrisant les épices et différentes saveurs du pays du soleil levant.



**PROPOSITIONS MENUS :**

**Entrées :**

**1-Rouleaux de printemps aux légumes**

\*\*\*

**2-Raviolis à la vapeur au canard et au poivre noir**

\*\*\*

**3-Velouté de tofu aux champignons assortis (aigre-piquant)**

**Plat principal :**

**4-Braisé d'aubergine aigre-piquante, riz parfumé**

\*\*\*

**5-Nouilles sautées de canard au soja noir**

\*\*\*

**6-Poulet au basilic, riz parfumé**

**Dessert :**

**Ananas frais avec de la glace vanille**

**Prix : 45.- CHF**

Les cafés et les thés ainsi que toutes les boissons (alcoolisées ou autres) ne sont pas compris dans les menus.

**Adresse du restaurant :**

Canard Pékinois  
Place Chauderon 16  
1003 Lausanne



**Inscription :** Afin de respecter l'organisation du restaurateur et l'accompagnement **nous vous demandons de vous inscrire et de régler votre paiement au secrétariat.**

**Veillez noter que cette activité est prévue pour 30 personnes.**

**Accompagnant : Willy Juvet**

**Délai d'inscription : Jeudi 12 février 2026**



## Musée Cantonal des Beaux-Arts Vallotton Forever

Venez partager la découverte du parcours chronologique et thématique qui réunit pour la première fois toutes les facettes de la création de Félix Vallotton. Né à Lausanne en 1865 et mort à Paris en 1925, tour à tour peintre, graveur, illustrateur et dessinateur de presse. Plus de 250 pièces sont exposées. De nombreux chefs-d'œuvre issus de collections suisses et européennes nous invitent à redécouvrir un des artistes majeurs de la modernité.

- Le vendredi 23 janvier 2026 à 14h00
- Le mercredi 28 janvier 2026 à 14h00

Ou



- Le jeudi 15 janvier 2026 à 10h00, suivi d'un repas au Nabi Restaurant (restaurant du musée), plat du jour (CHF 23.-)
- Le jeudi 22 janvier 2026 à 10h00, suivi d'un repas au Nabi Restaurant (restaurant du musée), plat du jour (CHF 23.-)

**Visite accompagnée de Mme Françoise Burri, durée environ 2 heures**

**Inscription au secrétariat au 021 312 06 54**

**RDV dans le hall du Musée Cantonal des Beaux-Arts**



## Cinéma

### jeudi 12 février 2026 à 14h00

**Avatar (2009)**  
**Durée 162 minutes**

Avatar est avant tout une expérience sensorielle et visuelle, une vaste fresque de science-fiction où l'image et l'atmosphère prennent le pas sur la mécanique du récit. James Cameron y imagine Pandora, une planète lointaine dont la nature exubérante semble animée d'une vie propre, presque consciente et dont chaque paysage évoque un monde de légende.



L'intrigue suit Jake Sully, ancien marine paraplégique, envoyé sur Pandora pour piloter un avatar — un corps hybride lui permettant de circuler parmi les Na'vi, peuple autochtone intimement lié à son environnement. Mais très vite, le récit s'efface derrière la découverte de ce monde : ce sont moins les événements que l'immersion progressive dans Pandora qui façonnent l'expérience du film.

Grâce à des effets spéciaux d'une grande sophistication, Cameron donne naissance à un univers profondément féérique et onirique. Les forêts bioluminescentes s'illuminent au moindre pas, transformant la nuit en un ballet de lumières mouvantes. Les montagnes flottantes, suspendues dans le ciel, défient la gravité et installent un sentiment d'irréalité majestueuse. Les lieux sacrés, comme l'Arbre des Âmes, baignés de couleurs vibrantes, évoquent des espaces hors du temps, empreints de mystère et de recueillement.

Ces images ne cherchent pas seulement à impressionner : elles enveloppent le spectateur, l'invitent à la contemplation et à l'émerveillement. Pandora apparaît alors comme un rêve éveillé, un territoire enchanté où la technologie s'efface derrière la poésie visuelle. Avatar devient ainsi moins un simple récit qu'une traversée immersive, une grande fresque sensorielle dont la beauté des images et la puissance des ambiances marquent durablement la mémoire.

**Inscription par téléphone au 021 312 06 54 jusqu'au mardi 10 février 2026**

**Lieu : AVIVO Lausanne - Place Chauderon 3 - Lausanne au 5<sup>ème</sup> étage**

**Maximum 10 personnes**

**En cas d'absence, merci de bien vouloir nous en informer au plus tard dans les 24 heures précédant la date. Votre ponctualité sera fortement appréciée.**

## Prochain Thé dansant

**Le vendredi 27 février 2026  
avec Gianni Maselli**

De 14h00 à 17h00  
Maison du Peuple  
Salle Jean-Villard Gilles  
Place Chauderon 5  
1003 Lausanne

**Prix : CHF 10.-**



**Attention : la première consommation n'est pas incluse.** En revanche, vous bénéficiez d'un petit en-cas gratuit.

**Prochains thés dansants :** Vendredi 17 avril 2026 avec Peter Molnar  
Vendredi 22 mai 2026 avec Gianni Maselli

## Gymnastique

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

**Cette activité a lieu tous les mardis de 14h30 à 15h30  
au MIKAMI Judo Club Lausanne  
Avenue des Bergières 24 - 1004 Lausanne**



**Condition de participation** : Vous n'avez pas besoin de vous inscrire. Vous pouvez vous y rendre directement. En revanche, si vous n'avez jamais participé à cette activité, nous vous prions de vous annoncer auprès du professeur lors de votre première séance.

**Nous espérons vous voir nombreuses et nombreux.**

**Moniteur : Marcel Turrian**

## Cyber-informatique

**Nathalie Brülhart** est à votre disposition, tous les mardis matin ; uniquement sur inscription par téléphone au 021 312 06 54.



## Jeux de cartes et autres jeux

- 1- Les mardis de 14h00 à 16h00 avec **M. Bernard Caillet** pour le Jass niveau moyen fort et avancé.

Lieu : Au Circolo Sardo - Place Chauderon 3 - Lausanne au niveau - 1  
Inscription par téléphone - 021 312 06 54

- 2- Les jeudis de 14h00 à 16h00 avec **MM. Georges Baud et Pierre-Alain Steffen** pour le Jass débutant et autres jeux.

Lieu : Au Circolo Sardo - Place Chauderon 3 - Lausanne au niveau - 1  
Inscription par téléphone - 021 312 06 54

.....

## Boîte à idées !

Comme indiqué lors de l'Assemblée Générale du 5 décembre dernier, l'AVIVO doit optimiser ses coûts. Elle est donc à la recherche de bonnes idées permettant de restreindre les coûts sans toucher à ce qui fait le cœur de notre association. Dans cette recherche de l'efficacité, il est aussi possible de faire des propositions de nouvelles recettes.

Le Comité de l'AVIVO Lausanne vous propose de lui communiquer vos idées de réductions des coûts ainsi que des améliorations de nos recettes.

Par ailleurs, le Comité vous serait reconnaissant de lui indiquer qu'elles sont les activités que vous préférez, ce afin de coller au mieux à vos aspirations

Vos suggestions nous aideront grandement à améliorer encore les prestations d'AVIVO Lausanne.

Merci de proposer vos idées par écrit à l'adresse suivante :

**AVIVO Lausanne – Place Chauderon 3 – 1003 Lausanne.**

ou par courriel à l'adresse : [info@avivolausanne.ch](mailto:info@avivolausanne.ch)

## Sortie au restaurant Le Débarcadère Jeudi 19 février 2026

Situé au bord du Lac de Saint-Sulpice, cet établissement est un lieu de rencontre pour partager des moments de convivialité autour de saveurs authentiques.

### PROPOSITIONS DE MENU :

**ENTREE :**

- 1-Saladine de saison  
\*\*\*
- 2-Potage aux légumes

### PLAT PRINCIPAL :

- 3-Emincé de poulet à la moutarde et tagliatelle et légumes  
\*\*\*
- 4-Risotto aux légumes  
\*\*\*
- 5-Filet de daurade à la Provençale – Riz et légumes

### DESSERT :

- 6-Tarte aux pommes, glace vanille et Chantilly  
\*\*\*
- 7-Tiramisu maison

**Eau en carafe  
Café et thé offert**

**PRIX : CHF 45.-**



**Adresse du restaurant :** Le Débarcadère, Chemin du Crêt 7, 1025 Saint-Sulpice

TSOL = M1 (direction Renens, gare) / Arrêt : UNIL-Sorge  
Bus N°31 (direction Venoge Sud) / Arrêt : Saint-Sulpice (VD), centre

**Inscription :** Afin de respecter l'organisation du restaurateur et l'accompagnement **nous vous demandons de vous inscrire et de régler votre paiement au secrétariat.**

**Veuillez noter que cette activité est prévue pour 30 personnes.**

**Délai d'inscription : Jeudi 12 février 2026**

**Accompagnant : Willy Juvet**



## Information du Grand Conseil Vaudois

Par Céline Misiego députée et membre du Comité AVIVO Lausanne

### Les montants du mois

12'659'234'400.- de charges / 11'472'055'400.- de recettes.

Soit un déficit de 331 millions. / Voici les montants du budget 2026 de l'Etat de Vaud.

### Le refus du mois

De suspendre la baisse des impôts déjà votée au vu de la situation financière du canton.

*Avec un déficit de 331 millions de francs, et un plan de retour à l'équilibre prévu jusqu'en 2030, il paraît pourtant extrêmement dangereux pour les finances cantonales de maintenir les baisses d'impôts (et donc les recettes fiscales) décidées l'année dernière.*

### La surprise du mois

Le Grand Conseil accepte (à quelques voix près) de réduire les frais de transport du Conseil d'Etat de 50'000.-.

### La décision dangereuse du mois

Malgré la pénurie avérée, le Grand Conseil refuse de revenir sur la coupe budgétaire au programme InvestPro, programme pour lutter contre la pénurie de personnel infirmier.

*Lors des débats sur le budget cantonal 2026, le Grand Conseil vaudois a refusé de réinscrire au budget 4,3 millions de francs supplémentaires pour renforcer le programme InvestPro, qui vise à lutter contre la pénurie de personnel soignant (notamment pour la formation et la revalorisation salariale). Les coupes prévues dans ce programme ont été maintenues, malgré la pénurie avérée de personnel infirmier et les demandes pour rétablir ces fonds.*

### La défaite du mois

Le Grand Conseil refuse la demande d'augmenter de 60'000.- le budget de la subvention aux associations qui aident à remplir les déclarations d'impôt des personnes modestes ou en difficulté.

*C'est un service que propose l'AVIVO, qui voit les demandes augmenter, impactant ainsi la surcharge du personnel. Or, c'est un gros service que ces associations rendent à l'Etat, évitant ainsi des milliers de déclarations mal ou non remplies.*

### Les maigres consolations du mois

Suppression de la fin des décharges de fin de carrière

Suppression de la contribution de crise de 0,7 sur les salaires du personnel

Maintien de la revalorisation des salaires du secteur social parapublic

Prise en compte de la participation de la BNS / Baisse de moitié des coupes dans les EMS

Maintien des référent-es durabilité.

Limitation à une seule année de la coupe dans l'accueil de jour

Suppression de la contribution des communes.

*Voici les maigres améliorations que nous avons pu obtenir à la fin des débats budgétaires.*

### Le résultat final du mois

Le budget 2026 est adopté par 94 oui.

### Mes remerciements du mois

Aux dizaines de milliers de personnes qui se sont mobilisées pour défendre les conditions de travail et la qualité des services publics.

# J.A.B. 1003 Lausanne

Poste CH SA

## Communication interphone

Afin d'accéder à l'entrée de l'immeuble du bureau, nous vous rappelons ce mode d'emploi :



1. Appuyer sur la flèche du bas **1x**
2. Le nom de **AVIVO Section Lausanne** s'affiche
3. Appuyer sur **la cloche**
4. Attendez que l'on vous réponde

## Horaires dès le 5 janvier 2026

Lundi / Mardi / Mercredi / Jeudi  
de 08h30 à 11h30 et de 13h30 à 16h30

**Vendredi: Fermé toute la journée**

**Horaires d'appels téléphoniques**  
de 08h30 à 11h30 et de 13h30 à 16h30

**Mardi : Fermé l'après-midi**

**Vendredi: Fermé toute la journée**