

Bulletin N°449

Septembre - Octobre 2026

PROCHE AIDANT



AVIVO – SENAIID2025

Seniors investis dans l'aide à un.e proche



Une recherche action pour contribuer à la connaissance
sur les seniors proches aidants

Recherche soutenue par :



HÉBÉ FONDATION

Associées au projet :



UREV
UNION DES RETRAITES
DE L'ÉTAT DE VAUD

Comme vous en avez été informés dans une précédente édition, une recherche portant sur la proche aidance a démarré auprès de l'ensemble des membres de l'AVIVO, ainsi qu'auprès des membres de la Fédération vaudoise des retraités (FVR) et de l'Union des Retraités de l'État de Vaud (UREV).

Le questionnaire papier vous est sans doute déjà parvenu. Nous vous rappelons que vous avez jusqu'à la fin du mois d'octobre pour y répondre.

Si vous préférez remplir le questionnaire en ligne, annoncez-vous dès aujourd'hui à Mme Laurence Peer, responsable du projet, à l'adresse électronique :

senaid@avivolausanne.ch

Un lien vers le questionnaire vous sera envoyé directement sur votre messagerie électronique.

Cette adresse peut également être utilisée pour toutes les questions que vous aurez à propos du questionnaire et/ou des objectifs du projet.

Nous comptons sur votre participation nombreuse !
D'ores et déjà un grand merci !

Votre présidente, Anne-Catherine Lyon

Course en car

Marché d'Aoste – mardi 15 septembre 2026



AVIVO Lausanne a le plaisir de vous proposer une escapade en Italie pour flâner et profiter de l'ambiance du marché ainsi que des ruelles commerçantes d'Aoste.

Vous y découvrirez des vêtements, des articles ménagers ainsi que de nombreux stands de nourriture.

Prix membre : 48.-
Prix non-membre : 55.-

**Le prix de la course comprend le trajet en car
et la pause café/croissant**

RDV 7h45 au Parking du Vélodrome

Programme :

08h00 : Départ du Vélodrome

09h30 : Pause café/croissant

11h15 : Arrivée à Aoste

16h00 : Départ et retour à Lausanne

Inscription et paiement au bureau

Le nombre de places est limité à 50 places – min. 35 personnes

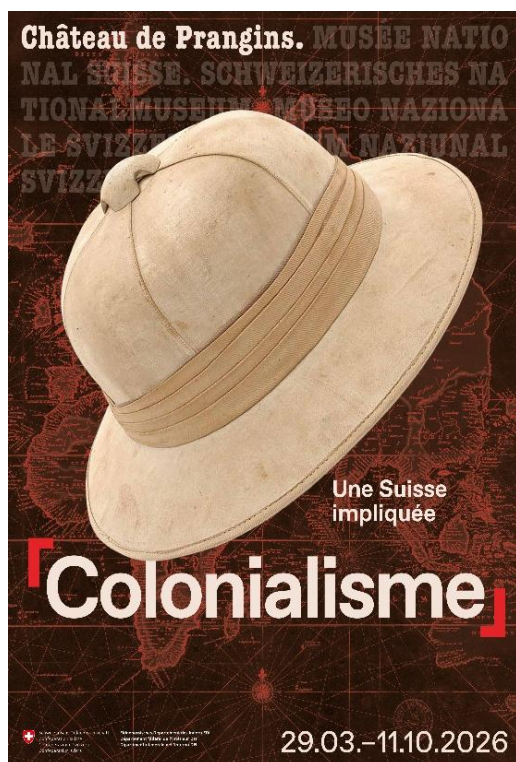
N'oubliez pas de prendre vos documents d'identité !

Délai d'inscription : Lundi 7 septembre 2026

Accompagnant : Willy Juvet

Visite guidée : Colonialisme. Une Suisse impliquée

Jeudi 8 octobre 2026 à 14h15 – Château de Prangins



L'exposition montre les implications de Suissesses et de Suisses dans des domaines d'activité liés au colonialisme. Ceux-ci incluent notamment la participation à la traite des personnes réduites en esclavage, le service mercenaire dans les colonies et la recherche scientifique justifiant l'exploitation d'êtres humains et de ressources naturelles.

L'exposition présente également des figures qui se sont opposées et ont résisté au colonialisme : des personnalités et institutions helvétiques, mais également des personnes réduites en esclavage et colonisées.

L'héritage du colonialisme européen façonne encore le monde d'aujourd'hui. Dans sa dernière partie, l'exposition invite le public à se confronter aux débats actuels.

Prix membre : 25.- par personne (sans le trajet)

Prix non-membre : 30.- par personne (sans le trajet)

Inscription et paiement au secrétariat

RDV devant le hall de la gare CFF Lausanne à 12h15.

Pour cette excursion, nous utiliserons les transports publics.

Les transports sont à la charge du participant

Heure de départ du train (Lausanne – Nyon) : 12h49

Heure d'arrivée à Nyon : 13h19

Bus N°805 (direction Prangins, Les Abériaux)

Arrêt : Prangins, Musée National

Depuis l'arrêt du bus, il y a 200m à parcourir à pied

Le nombre de places est limité à 20 personnes

Délai d'inscription : Jeudi 24 septembre 2026

Accompagnants : Françoise Burri et Willy Juvet

Visite guidée : Exposition Ella Maillart à 10h30

Jeudi 29 octobre 2026 – Photo Elysée

Voyageuse, photographe et écrivaine, Ella Maillart (1903-1997) a sillonné l'Asie à de nombreuses reprises au cours du 20^e siècle. En 2025, l'UNESCO a reconnu l'importance de son œuvre en l'inscrivant au registre Mémoire du monde. Photo Elysée, qui conserve depuis 1988 ses archives photographiques constituées de plusieurs milliers d'images, lui rend hommage à travers une exposition.



En parcourant les quatre grands périples qu'elle entreprend en Asie au cours des années 1930, l'exposition met en lumière le dialogue entre ses photographies et ses écrits, et montre comment son travail témoigne d'une période charnière de l'histoire du monde.

Visite guidée

RDV 9h45 dans le hall de Photo Elysée

**Adresse : Photo Elysée
Place de la Gare 17 1003 Lausanne**

Inscription et paiement au secrétariat

Prix membre : 15.-

Prix non-membre : 20.-

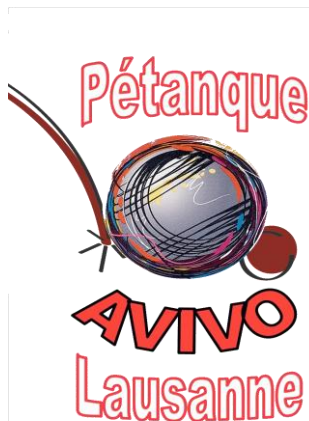
Minimum 10 personnes

Délai d'inscription : Jeudi 15 octobre 2026

Après l'exposition, nous vous proposons de manger au restaurant « Le Nabi ». Vous pourrez choisir le menu et boissons de votre choix. Le paiement sera à votre charge. Aussi lors de votre inscription, nous vous demanderons, pour des raisons d'organisation, si vous êtes intéressés.

Accompagnante : Françoise Burri

Pétanque



Lundi, mercredi et vendredi
du 1^{er} avril au 31 octobre 2026
Lieu : Chemin des Pêcheurs 1 1007 Lausanne

La pétanque poursuit son activité grâce au dynamisme de ses participantes et participants.

Pour plus de renseignements,
vous pouvez vous adresser au
président de la pétanque :

Monsieur Pierre-André Braillard 079 367 19 88

Prix de la cotisation annuelle :
CHF 30.- pour une personne seule
CHF 50.- pour un couple



Vous pouvez payer la cotisation auprès du président de la pétanque.

Précision : Pour participer à la pétanque, il faut être membre de l'AVIVO Lausanne.

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. En revanche, vous devez être membre d'AVIVO Lausanne. Vous pouvez vous y rendre directement. 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

Reprise des activités régulières

Cyber informatique

Reprise : Mardi 1^{er} septembre 2026

Nathalie Brülhart est à votre disposition, tous les mardis matin.

Uniquement sur inscription par téléphone au 021 312 06 54.

CHF 10.- l'heure

Jeux de carte

Reprise : Mardi 15 septembre 2026

Rappel :

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 1003 Lausanne, au niveau - 1

Inscription sur place au secrétariat de l'AVIVO, ou par téléphone - 021 312 06 54

Thé dansant

Le prochain thé dansant de l'année aura lieu le :

Vendredi 23 octobre 2026
avec Gianni Maselli

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



Prix membre : CHF 10.-

Prix non-membre : CHF 15.-

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

Sortie au restaurant – Café de l'Évêché

Jeudi 12 novembre 2026 à 11h45

Etablissement incontournable, le Café de l'Évêché vous propose une cuisine gourmande en plein cœur de la vieille ville de Lausanne.

Quoi de mieux pour partager un moment de convivialité autour d'une fondue qui est une des spécialités de ce café mythique.

Pur moment de tradition helvétique garanti !

MENU CAQUELON

Entrée

Viande séchée, jambon cru avec petits oignons et cornichons

Plat principal

Fondue moitié-moitié
(vacherin fribourgeois et gruyère)

Dessert

Meringue à la double crème de gruyère avec son coulis de fruits rouges

Prix : 41.50

Adresse du restaurant :
Le café de l'Évêché
Rue Louis Curtat 4
1005 Lausanne



Inscription au secrétariat : 021 312 06 54

Le paiement se fait uniquement au restaurant

Les boissons ne sont pas comprises dans le menu

Veillez noter que le nombre de places est limité

Délai d'inscription : Jeudi 5 novembre 2026

Accompagnants : Françoise Burri et Willy Juvet

CINEMA
Jeudi 10 septembre 2026 à 14h00

Rocketman (2013)
Durée 2h01, version française

Rocketman nous raconte la vie hors du commun d'Elton John, et retrace la métamorphose de Reginald Dwight, un jeune pianiste prodige timide, en une superstar mondiale. Il est aujourd'hui connu sous le nom d'Elton John.



Son histoire inspirante –sur fond des plus belles chansons de la star– nous fait vivre l'incroyable succès d'un enfant d'une petite ville de province devenu icône de la pop culture mondiale.

Jeudi 8 octobre 2026 à 14h00

Le Prestige (2006)
Durée 2h10, version française

Londres, au début du siècle dernier. Robert Angier et Alfred Borden sont deux magiciens surdoués, promis dès leur plus jeune âge à un glorieux avenir. Une compétition amicale les oppose d'abord l'un à l'autre, mais l'émulation tourne vite à la jalousie, puis à la haine.



Devenus de farouches ennemis, les deux rivaux vont s'efforcer de se détruire l'un l'autre en usant des plus noirs secrets de leur art. Cette obsession aura pour leur entourage des conséquences dramatiques...

Inscription sur place ou par téléphone au 021 312 06 54
Lieu : AVIVO Lausanne - Place Chauderon 3 1003 Lausanne au 5^{ème} 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. De plus, votre ponctualité sera fortement appréciée.

MIEUX COMPRENDRE LES DIFFICULTES DES SENIORS

En collaboration avec la Ville de Lausanne, la Haute école de travail social (HETSL) et ses étudiant·es mènent une étude pour mieux comprendre les difficultés des seniors.



Ville de Lausanne

La situation financière des seniors à Lausanne, comme dans d'autres villes, semble se détériorer. Vieillir à Lausanne coûte-t-il trop cher ? Les rentes AVS sont-elles trop modestes pour joindre les deux bouts ? Le recours aux aides publiques est-il trop complexe ?

- Si vous habitez Lausanne et que vous avez 65 ans ou plus,
- que vous êtes à la retraite, que vous vivez des difficultés financières,
- que vous devez ou avez dû renoncer à des prestations de soin ou de loisirs :

Votre témoignage nous intéresse

En cas d'intérêt, n'hésitez pas à nous contacter par mail à enquete.seniors@hetsl.ch ou par téléphone au **021 651 62 33**

PERMANENCE D'ORIENTATION PATIENTS/RÉSIDENTS

En tant que patient ou résident, vous rencontrez une difficulté avec votre médecin, un autre professionnel de la santé ou une institution de santé ou socio-éducative ? Vous constatez une telle difficulté en tant que tiers ?

L'établissement ou le professionnel concerné est votre premier interlocuteur ; plusieurs institutions de santé proposent aussi des espaces de médiation internes. Si vous estimez n'avoir pas reçu de réponse à votre demande ou ne souhaitez pas les contacter, plusieurs instances peuvent aussi être jointes selon que vous souhaitez être écouté, comprendre une situation, signaler ou dénoncer un dysfonctionnement, voire porter plainte.

Si vous avez un doute, n'hésitez pas à contacter l'Etat de Vaud au numéro :

021 316 09 87

BROCHE DU JEUDI 16 JUILLET 2026

Le Comité de l'AVIVO Lausanne tenait à remercier chaleureusement les bénévoles de la Pétanque, pour leur magnifique engagement et disponibilité ainsi que les membres du secrétariat.

La Broche de cette année a été un véritable succès et cela n'aurait pas été possible sans toutes les personnes impliquées dans l'organisation en amont et qui ont mis tout leur cœur afin de rendre possible cet événement.

De vifs remerciements sont également de mise pour le président de la Pétanque Monsieur André Braillard qui a permis que cet événement ait lieu dans le cadre magnifique que nous offre le terrain de pétanque. Ce petit coin de paradis a permis d'apporter un moment de convivialité et de joie à nos membres.

Nous sommes ravis de cette collaboration et espérons que cela deviendra au fil des ans une tradition que nous pourrions perpétuer.

Afin de raviver quelques souvenirs ou de vous faire partager ce moment, nous avons pris quelques photos qui nous espérons vous feront sourire !



Voici les 5 bénévoles de la pétanque compères et complices.

Depuis la droite, Ursula avec une belle robe bleue, André Braillard avec sa belle chemise, son épouse Béatrice tout sourire, et enfin Bernard et Jean-Jacques qui ont participé à la cuisine !



Monsieur André Brillard
s'occupant des Broches !
Miam miam et bon appétit !



Et voici les deux cuisiniers en chef !
Bernard et Jean-Jacques

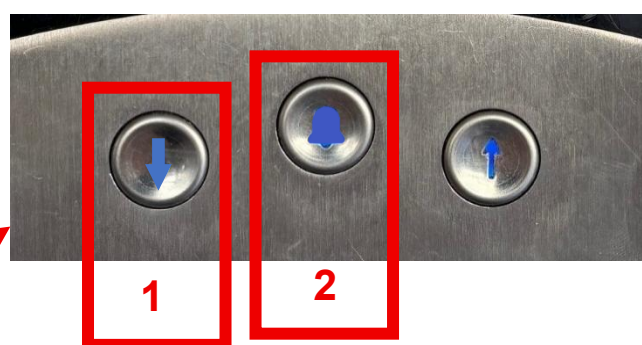


Merci à tous pour ce magnifique
moment de partage !



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**
Le nom **AVIVO Section Lausanne** s'affiche

2. Appuyer sur la cloche 🛎

Attendez que l'on vous réponde

Horaires

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

Jours fériés :
Lundi du Jeûne : Lundi 21 septembre 2026