

Le Panoramista

Le Panorama - Centre de loisirs pour seniors

É D I T O R I A L

M A R S 2 0 2 5

*Passer d'une saison à l'autre,
vivre l'instant présent
et s'ouvrir à ce qui vient.*

Et pour vivre cet instant présent, nous vous proposons des marches pour découvrir les jonquilles à Eclepens, la tourbière de la Mosse d'En bas – toujours enchantresse, des projections photos sur le Rhône et une belle rétrospective 2023 - 2024 des activités du Centre de loisirs.

Mélanie Gnerre,
Responsable du Centre





Mesdames, Messieurs, Chers membres du Panorama,

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS

Nous sommes à la recherche d'un ou plusieurs bénévoles pour distribuer notre journal " Le Panoramiste " dans différents quartiers de Vevey et environs. Si vous aimez marcher, vous promener et que vous souhaitez nous offrir un peu de votre temps, n'hésitez pas à contacter Nicole au 021 923 00 23.

JOURNAL PANORAMISTE

Vous êtes membre du Panorama, mais vous ne souhaitez pas recevoir le journal sous format papier, appelez-nous au 021 923 00 23 et nous ferons le nécessaire.

Vous retrouvez toutes nos informations, agenda et menus de la semaine sur notre nouveau site internet : www.fondationbeausejour.ch

Mélanie Gnerre, responsable du Centre



AGENDA DU MOIS DE MARS

QUAND ?

QUOI ?

+ D'INFO ?

Lun 3 - 17 - 31 mars
14h

SPORT



Sport pour tous
Ville de Vevey
Entrée libre

Mar 4, 18 et 25 mars
10h

MARCHE



Marche près de chez vous
Avec Nicole
Sans inscription - Tarif : Fr. 5.-

Mar 4 mars
14h15

LOTO



Loto du Panorama
Fr. 1.- le carton et Fr. 2.- la Royale

Jeu 6 mars
13h

MARCHE



Visite guidée de Lausanne
Article en page 5

Mar 11 mars
14h15

PROJECTION



Projection photos
" Le Rhône de sa source
à son embouchure "
Article en page 6

Mer 12 mars
Dîner

**MENU
SPÉCIAL**



Menu Salade Dents-de-lion
Avec œufs durs, lardons, croûtons
et une tarte aux poires maison.
Sur inscription
Dernier délai jeudi 6 mars
Tarif : Fr. 25.-

Jeu 13 mars
Matinée

PODOLOGUE



Soins des pieds
Avec M^{me} Elena Diaz
Sur inscription au 078 894 08 46
Tarif : Fr. 70.- la séance de 30 min.
À payer sur place





AGENDA DU MOIS DE MARS

QUAND ?

QUOI ?

+ D'INFO ?

Mar 18 mars
14h15

**PROJECTION
PHOTOS**



Rétrospective
du Centre de loisirs 2023 - 2024
Article en page 7

Mer 19 mars
14h15

CONCERT



Petit chœur des écoles de Vevey
Article en page 8

Jeu 20 mars
12h30

MARCHE



Balade des jonquilles à Eclepens
Article en page 9

Mar 25 mars
14h15

JEUX



Après-midi dictée ludique
Article en page 10

Mer 26 mars
10h30

RESTAURANT



Le Chalet des Enfants
Article en page 11

Jeu 27 mars
13h

MARCHE



Tourbière Mosse D'en bas
Article en page 12

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES

Lundi et vendredi de 9h à 11h Ping-pong

Lundi dès 19h30 Jass Club

Mercredi de 10h à 11h Tai Chi - Avec M^{me} Nathalie Reymond

Jeudi de 9h30 à 10h10 Gymnastique douce
Avec M^{me} Domy Michaud



JEUDI 6 MARS

Avec Nicole

Avec un guide du Mouvement des Aînés (MDA), nous visiterons durant 1h30 cette charmante vieille ville, sa cathédrale qui est l'édifice gothique le plus parfait et le plus grand de Suisse. Nous visiterons également les escaliers du Marché et la Cité, la place de la Palud et son Hôtel de ville.

**Jeudi
6 mars**

Sur inscription
Rendez-vous
Gare de Vevey : 13h
Départ du train : 13h13
Tarif : Fr. 20.-
(train en sus)



©wikipedia.org



© lausanne-tourisme.ch



LE RHÔNE DE SA SOURCE À SON EMBOUCHURE

MARDI 11 MARS

Avec M^{me} et M. Monnet

C'est durant deux ans que nous avons suivi le Rhône depuis la source jusqu'à la mer. Tout au long de son parcours de 812 km, les paysages traversés par le fleuve sont très variés d'une région à l'autre. Dans le haut Valais, la jeune rivière traverse les villages aux maisons typiques en bois bruni par le soleil.

Les eaux sont précieuses pour l'irrigation des cultures fruitières, viticoles et maraîchères. Après la frontière, le Rhône a tracé son lit dans le dur calcaire et percé le massif du jura français.

Entre Genève et Lyon, le fleuve ne choisit pas la route la plus directe, comme s'il voulait jouir du splendide paysage.

Le Rhône compte aujourd'hui, une voie navigable de 330 km entre Lyon et la Méditerranée, où circulent les bateaux touristiques et des chalands.

**Mardi
11 mars**

Rendez-vous au
Panorama : 14h15
Tarif : Fr. 10.-





MARDI 18 MARS

Avec Nicole

Sorties, marches, restaurants, musée, randonnées...

Venez revivre des moments complices, joyeux avec Nicole qui vous propose une projection des meilleures photos du Centre de loisirs.

L'occasion également de se retrouver et de proposer de nouvelles activités !



**Mardi
18 mars**
Rendez-vous au
Panorama : 14h15
Entrée libre



CONCERT



PETIT CHŒUR DE VEVEY

MERCREDI 19 MARS

Avec M^{me} Philipona M. Patrice Quiquaz

Après de nombreux mois de travail, le petit chœur des écoles primaires de Vevey, constitué d'une quarantaine d'élèves de l'établissement de Vevey, sous la direction de M^{me} Sandrine Philiponna et de notre pianiste, M. Patrice Quiquaz, vous propose un concert unique au Panorama.



**Mercredi
19 mars**
Rendez-vous
au Panorama :
14h15
Tarif : Fr. 10.-



BALADE DES JONQUILLES – ECLEPENS

JEUDI 20 MARS

Avec Nicole

Profitez d'un spectacle enchanteur en venant admirer les jonquilles sauvages d'Eclepens !

Situé au pied de la colline du Mormont, cette balade en forêt d'environ 1h30 nous fera longer le canal d'Entreroches.

Ce canal fut creusé en 1635 dans l'idée de relier la mer du Nord et la Méditerranée à pied ; il a fonctionné jusqu'en 1829 et, après effondrement, a été remplacé par le rail.

Niveau : Moyen

Sentier parfois boueux, bonnes chaussures et bâtons recommandés

**Jeudi
20 mars**

Sur inscription
Rendez-vous
Gare de Vevey : 12h30
Tarif : Fr. 10.-
(train en sus)





MARDI 25 MARS

Avec Nicole

Envie de vous plonger dans la langue française ?

Venez donc tester votre vocabulaire, votre orthographe et votre mémoire !

Rejoignez-nous au Panorama pour une après-midi dictée ludique !



**Mardi
25 mars**

Rendez-vous au
Panorama à 14h15
Tarif : Fr. 5.-

**MERCREDI 26 MARS****Avec Nicole**

C'est un lieu à part au milieu des bois du Jorat, un lieu où les citadins retrouvent leurs racines paysannes. Dans une clairière idyllique, entre pâturages et forêts, venez découvrir les plats traditionnels, faits maison et cuisinés avec des produits locaux.



L' Auberge est un haut lieu de l'histoire vaudoise, propriété de la famille Secrétan, puis d'un célèbre peintre yverdonnois. Le chalet des enfants fut l'un des endroits à la mode pour y venir manger des fondues ou des plats traditionnels ainsi que boire du bon vin vaudois. On y aurait même vu Coco Chanel durant son séjour en Suisse de 1945 à 1954.

**Mercredi
26 mars**

Sur inscription
Déplacement avec
le bus du Panorama
Rendez-vous
au Panorama : 10h30
Tarif : Fr. 15.-
(consommations en
sus)



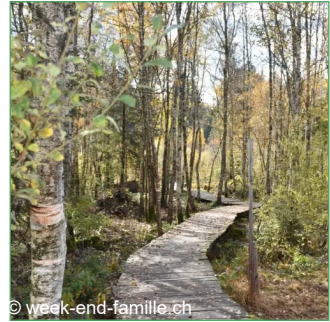
LA TOURBIÈRE DE LA MOSSE D'EN-BAS

JEUDI 27 MARS

Avec Nicole

Près du village du Crêt-près-Semsaies, la tourbière de la Mosse d'en Bas dévoile des trésors d'histoire !

En effet, il a fallu le retrait du glacier du Rhône, il y a environ 10'000 ans et une lente accumulation de sphaignes (mousse) pour former la tourbière de la Mosse d'en Bas. Cette tourbière est une archive naturelle inestimable : les grains de pollen piégés durant des millénaires ont permis la reconstruction du paysage et de l'activité humaine et l'extraction de la tourbe, au fil du temps, a permis une colonisation du marais par des arbustes et des arbres.



© week-end-famille.ch



© fribourgregion.ch

**Jeudi
27 mars**

Sur inscription
Rendez-vous au
Panorama : 13h
Déplacement avec
le bus du Panorama
Tarif : Fr. 15.-

Niveau : Facile

Cette tourbière est classée comme marais d'importance nationale et protégée depuis 1991.

Durant 1 heure de marche, sur des chemins en caillebotis, Nicole vous entraînera dans une balade facile d'accès.



Exposition **M. Jean Ganière**



***Je t'aime à la folie je t'aime à la folie,
la vie***

J'aime cette chanson de Serge Lama car oui,

***La vie c'est une grande explosion, une
explosion de rencontres, de joie, de
bonheur***

Je suis un "gambleur", un joueur passionné, d'ailleurs je désapprouve Aristote qui dit que "La loi doit s'affranchir de la passion". Je suis né à Lausanne dans une famille harmonieuse. Une sœur aînée, un frère cadet, un père brillant et génial ; il a été un être essentiel dans mon succès. Il me disait : "Aie confiance, tu peux y arriver"

Après le Collège Cantonal à Lausanne, nous sommes partis vivre à Genève où j'ai terminé ma scolarité. Puis je suis retourné à Lausanne pour commencer mes études à l'École Polytechnique et je suis devenu Ingénieur Physicien EPFL, puis j'ai obtenu le grade, le titre de "Docteur en sciences techniques".

La vie est une explosion d'amitié

J'ai épousé une femme merveilleuse, intelligente, infirmière, et nous avons eu un fils, puis une fille. Nous étions un couple idéal. Nous aimions danser, jouer au bridge, aller à l'opéra ou aux concerts de l'Orchestre de Chambre. Alors que j'étais chargé de cours à l'EPFL, j'ai emmené toute la famille en Californie à Palo Alto, près de San Francisco, et j'ai passé deux années très intéressantes à l'Université de Stanford. Nous sommes revenus en Suisse et j'ai travaillé chez Brown Boveri au département de planning. J'ai amélioré mon allemand mais je n'étais pas très heureux. C'est alors qu'on m'a proposé d'aller au Canada comme Responsable du transfert de technologie pour produire un moteur de traction pour le métro de Montréal. Nous y avons passé cinq ans. Nous avons découvert les vastes espaces de l'Amérique du Nord, j'ai appris à jouer au curling et j'ai décidé d'ouvrir l'accès au territoire nord-américain à mes enfants et que nous deviendrions tous canadiens.



La vie est une explosion de choix, de décisions et d'expériences

Je suis pourtant revenu en Suisse pour me lancer dans mes propres opérations et j'ai créé plusieurs sociétés, notamment Novospray. Nous avons développé et produit en grande quantité un petit régulateur de pression pour les sprays. Le gaz CFC toxique ayant été interdit, notre régulateur fonctionnait avec de l'air comprimé à vaporisation constante. J'avais beaucoup, beaucoup investi, et j'ai tout, tout perdu.

La vie est une explosion de problèmes. La vie est aussi une explosion de tristesse et de souffrance

Et ça a été le début de la descente aux enfers. Ma femme était atteinte d'une maladie qui a été mal diagnostiquée et elle est décédée au CHUV. Il y a onze ans, j'ai dû subir une opération à cœur ouvert, j'ai fait un AVC, j'ai perdu la mémoire et actuellement je suis en traitement pour un cancer, un myélome multiple. Dernièrement j'ai passé sept semaines en clinique pour une implantation d'une valve biologique aortique et d'un pacemaker.

C'est dans la chute que l'on découvre ses forces et ses faiblesses

J'ai toujours été passionné. Mais j'ai été naïf, j'ai fait trop souvent confiance à de bons baratineurs proposant des projets mirobolants. Mais ma force a été, une fois au fond du trou, tout au fond du gouffre, de pouvoir m'en sortir, oui, avec l'aide d'amis très précieux, et peut-être de Dieu, et de rester positif.

Comme depuis de nombreuses années je n'ai que peu de revenu, j'ai tout vendu, mon appartement de Verbier et ma belle propriété de Yens. Grâce à l'aide d'amis proches et sincères, je peux survivre avec plaisir.

La vie est une explosion d'amour

J'ai connu plusieurs femmes et "Mahal kita", j'ai eu un coup de foudre pour Emma. Je suis tombé très amoureux. Elle est merveilleuse, brillante, intelligente, elle vit aux Philippines. Elle a une belle famille, des enfants et petits-enfants. Elle a une maison, un grand jardin potager avec fruits et légumes, poulets, œufs, brebis et dindes. Une activité intense et importante pour survivre. Elle est venue en Suisse, a rencontré mes amis, mais surtout nous nous parlons via WhatsApp, chaque jour, plusieurs heures. Elle prend grand soin de moi et de ma santé. Elle est aussi follement amoureuse. J'ai décidé d'aller dans son pays et de l'épouser. Elle a dit "oui", le 28 octobre 2023.

A ce jour, je suis bien soigné et mon souhait, c'est de faire venir ma femme Emma pour vivre à ses côtés.



- 4 Valérie Taverney
- 5 Kemal Deen Pallie
- 7 Jean-Charles Muller
- 7 Ghislaine Rota
- 8 Germaine Zoller
- 8 Dolores Bacciarini
- 12 Nicole Mattenberger
- 12 Gilberte Schneeberger
- 21 Eva Neal
- 22 Stella Favero
- 28 Annik Guesry

Bon pour un repas

Les membres du Panorama, même s'ils ne figurent pas sur cette liste, peuvent venir dîner gratuitement une fois durant le mois de leur anniversaire (**hors menus spéciaux**). Les personnes en CAT seront fêtées personnellement.





Infos pratiques

Adresse :

Centre de Jour Panorama
Rue du Clos 9
1800 Vevey
021 923 00 23

E-mail :

panorama@
fondationbeausejour.ch

Site internet :

www.panorama-vevey.ch

Ouverture :

Le centre : 9h à 17h

La cafétéria : 9h à 11h30
14h à 16h

Impressum

Ont participé à ce numéro :

Aurélie Favez (graphiste)
Mélanie Gnerre
Nicole Ravet

Cotisation annuelle :

Fr. 30.- à verser directement
aux animatrices du Panorama
ou à la BCV 10-725-4
IBAN CH84 0076 7000 A077
3411 4 Fondation Beau-Séjour
1800 Vevey

FONDATION

BEAU-SÉJOUR

