

Le Panoramiste

Le Panorama - Centre de loisirs pour seniors

É D I T O R I A L

O C T O B R E 2 0 2 5

L'automne s'est installé avec légèreté, les couleurs chatoyantes des forêts émerveillent nos sens. Le temps est propice à la rêverie et aux boissons chaudes au coin du feu.

Pour les plus audacieux, le programme prévu ce mois au Panorama, est riche et varié ! Que se soit par la lecture à la bibliothèque de Vevey, le vide dressing ou encore le concert au son du jazz et des rythmes latins, le centre vous accueille avec la promesse de passer de beaux moments de partage, peu importe la météo ! Comme toujours, les sorties ne seront pas en reste, en ce mois d'octobre, afin d'animer votre quotidien !

Au plaisir de vous voir nombreux !

Caroline Evard



©C. Evard



AGENDA DU MOIS D'OCTOBRE

QUAND ?

QUOI ?

+ D'INFO ?

Mer 1^{er} octobre
10h30

RESTAURANT



À la Pinte du Paradis à Aigle
Article en page 4

Mar 7 octobre
Midi

**MENU
SPÉCIAL**



Menu spécial " Brisolée "
Article page 5

Mar 7 et 14 octobre
10h

MARCHE



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

Mar 7 octobre
14h30

BIBLIOTHÈQUE



Café sénior
Rendez-vous à la bibliothèque
de Vevey - Entrée libre

Mer 8 octobre
12h

MARCHE



Le long de la Venoge
Article page 6

Jeu 9 octobre
Matinée

PODOLOGUE



Soins des pieds
Avec M^{me} Elena Diaz.
Sur inscription au 076 788 65 45
(laisser un message sur le répondeur)
Tarif : Fr. 70.- la séance de 30 minutes
À payer sur place

Ven 10 octobre
10h

BROCANTE



Les trésors du vestiaire
Vide dressing
Article page 7

Mar 14 octobre
14h15

LOTO



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

Mer 15 octobre
13h

SORTIE



Camping des Grangettes
Article page 8



Centre de loisirs



Centre de loisirs + Centre d'Accueil Temporaire



AGENDA DU MOIS D'OCTOBRE

QUAND ?

QUOI ?

+ D'INFO ?

Jeu 16 octobre
13h

EXPOSITION

Fondation Pierre Gianadda
Article page 9Mar 21 octobre
14h15

CONFÉRENCE

Voyage en Equateur
Article en page 10Mer 22 octobre
14h15

CONCERT

Concert du cœur, Trio J
Article page 11Lun 27 octobre
14h

SPORT

Sport pour tous
Ville de Vevey
Entrée libreMer 29 octobre
14h15

JEUX

Après-midi jeux :
Rummikub et scrabble
Sans inscription - Tarif : Fr. 5.-Jeu 30 octobre
12h50

MARCHE

Forêt du Fahy à Aigle
Article page 12

RETENEZ DÉJÀ :

Mar 4 novembre : Loto

Mer 5 novembre : Sortie à la Fondation l'Hermitage "La Pologne rêvée"

Jeu 6 novembre : Vernissage de l'exposition d'aquarelles de M^{me} Volet

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES

Lun et ven de 9h à 11h Ping-pong

Lun dès 19h30 Jass Club

Mer de 10h à 11h Tai Chi - Avec M^{me} Nathalie ReymondJeu de 9h30 à 10h30 Gymnastique douce - Avec M^{me} Domy Michaud

MERCREDI 1^{ER} OCTOBRE

La Pinte du Paradis

Située au cœur des vignes, dans un château classé patrimoine culturel, cette table bistro-bonomique, portée par le chef Sébastien Rithner, incarne la générosité et la finesse d'une cuisine sincère.

Mercredi

1^{er} octobre

Sur inscription

Rendez-vous

au Panorama : 10h30

Déplacement avec le bus

du Panorama

Tarif : Fr. 15.-

(repas et consommations
en sus)



MARDI 7 OCTOBRE



MENU

Velouté de potimarrons

Brisolée Royale

Trilogie de fromages de laitière

Fruits, pains spéciaux, noix

Viandes fumées

Sorbet valaisan



Mardi

7 octobre

Sur inscription

Dernier délai :

Mercredi 1^{er} octobre

Tarif : Fr. 25.-



MERCREDI 8 OCTOBRE

Jean Villars Gilles en a fait un poème... Venez découvrir ou redécouvrir les sentiers de la Venoge lors de cette excursion aux couleurs automnales.

Partant de Denges village, les 2 heures de marche, sur de charmants chemins longeant la rivière, vous mèneront jusqu'à son embouchure pour finalement arriver à Saint-Sulpice.

Sentier parfois boueux, avec des racines apparentes.



Niveau moyen
Bâtons et bonnes chaussures recommandés

**Mercredi
8 octobre**

Sur inscription
Rendez-vous

Gare de Vevey : 12h
Départ du train : 12h13
Tarif : Fr. 10.-
(train en sus)



VENDREDI 10 OCTOBRE

Une journée solidaire et conviviale autour du partage

Pour la première fois, l'Association pour l'animation spirituelle du Haut Léman organise une journée de vente de vêtements de seconde main et d'objets artisanaux réalisés par les EMS membres.

Initié sous le signe de la solidarité et de la durabilité, cet événement vous permettra de compléter ou renouveler votre garde-robe à bon compte et de partager un moment convivial.

Les bénéfices de cette journée sont reversés à l'Association pour l'animation spirituelle pour la réalisation de divers projets : Crêt-Bérard • Sortie vélo • Lourdes • etc.

Vous possédez des vêtements en bon état et propres que vous n'employez plus, au maximum 2 ou 3 pièces ? Vous souhaitez en faire don pour la communauté et pour l'Association ?

Amenez-les au centre du Panorama, dès le lundi 6, afin d'en faire profiter à d'autres et de valoriser des biens encore mettables.



**Vendredi
10 octobre**

Sans inscription
Rendez-vous
au Panorama :
de 10h à 12h et de
14h à 16h



association
pour l'animation spirituelle
des EMS de l'Est vaudois



MERCREDI 15 OCTOBRE

Niché au cœur de la réserve naturelle des Grangettes, le camping est un havre de paix entre forêt et lac. Vous profiterez ainsi de cet espace rempli de sérénité pour un café ou toutes autres suggestions.



© camping.info



© gocamping.ch

**Mercredi
15 octobre**

Sur inscription

Rendez-vous

au Panorama : 13h

Déplacement avec le bus

du Panorama

Tarif : Fr. 15.-

(consommations
en sus)

JEUDI 16 OCTOBRE

**DE REMBRANDT
À VAN GOGH**

Collection Armand Hammer, Los Angeles



Fondation Pierre Gianadda

Martigny

20 juin – 2 décembre 2025
Tous les jours de 9 h à 18 h

Suisse

Plus de 40 chefs d'œuvre du " Hammer Museum " de l'université de Californie traversent l'Atlantique pour la 1^{ère} fois en Europe.

Découvrez une sélection exceptionnelle de tableaux allant de Rembrandt à Van Gogh, en passant par Fragonard, Monet, Degas, Renoir et bien d'autres grands noms de la peinture française et américaine.

Jeudi**16 octobre**

Sur inscription

Rendez-vous

au Panorama : 13h

Déplacement avec le bus

du Panorama

Tarif : Fr. 25.-

(consommations et entrée
en sus)

Entrée du musée

18.-



" VOYAGE EN EQUATEUR "

MARDI 21 OCTOBRE

Avec le conférencier Monsieur Mario Bouvier

Monsieur Bouvier est un aventurier amateur qui a eu la possibilité de prendre sa retraite à 60 ans. Aussitôt pensionné, il est parti seul avec son sac à dos sur les chemins de Compostelle. Il a ainsi parcouru plus de 10 000 km sur ces sentiers.

En mars 2021, il est parti voyager en Équateur afin de rencontrer son neveu, qui a fondé un refuge pour animaux victimes du braconnage en Amazonie. Il en a fait une conférence-documentaire qui vous permettra de découvrir ce pays fascinant avec une richesse culturelle et naturelle exceptionnelle, ainsi que le premier refuge pour animaux sauvages victimes du braconnage, fondé par un Suisse, le désert de Palmira et d'autres belles surprises.

Il précise qu'il a réalisé lui-même ses films par hobby et en autodidacte.



**Mardi
21 octobre**
Sans inscription
Rendez-vous :
au Panorama :
14h15
Tarif : Fr. 10.–

MERCREDI 22 OCTOBRE

Le centre du Panorama, en collaboration avec l'association " Les Concerts des Cœurs Vaudois ", ont le plaisir de vous convier à un moment musical aux tonalités de jazz, de swing ou encore de rythmes latins avec le " Trio J ".

L'ensemble, composé de trois musiciens disposant d'un parcours riche, englobant chant lyrique et world pour Jennifer, guitare flamenco, classique et jazz pour Jean et de la contrebasse swing, jazz et folk pour Jean-Baptiste, sauront égarer cette journée automnale.

Leur complicité s'est forgée il y a plus de dix ans à Bruxelles, avant que chacun ne suive sa propre route à travers la Suisse et l'Afrique. Leur retour ensemble a donné naissance à une formation imprégnée de ces multiples influences musicales. Leur répertoire, chanté en plusieurs langues, oscille entre standards et compositions originales, enrichi par leur quête d'interaction avec le public pour offrir une expérience musicale vivante et immersive.

les concerts du
:cœur
v a u d o i s

**Mercredi
22 octobre**

Sans inscription

Rendez-vous :

au Panorama :

14h15

Tarif : Fr. 10.–





JEUDI 30 OCTOBRE

Au fur et à mesure de votre avancée, au cœur de la forêt se parant de ses plus beaux atours automnaux, vous pourrez vous imprégner de la quiétude de ces lieux et profiter d'une atmosphère bucolique.

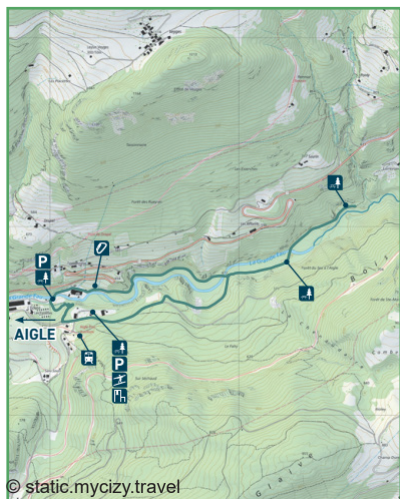
Comptez 2 heures de marche sur des petites routes goudronnées puis sur des sentiers forestiers, le long de la rivière la Grande-Eau.

Venez nombreux !

Niveau : facile
Bonnes chaussures et bâtons recommandés



©alpesvaudoises.ch



© static.mycizy.travel

**Jeudi
30 octobre**
Sur inscription
Rendez-vous :
Gare de Vevey : 12h50
Départ du train : 13h03
Tarif : Fr. 10.–
(train en sus)

LES TRADITIONS CULINAIRES SUISSES AUTOMNALES

Il est courant, au mois d'octobre, de célébrer la brisolée ou encore la bénichon un peu partout dans la région. Mais savez-vous quelles sont les origines de ces différentes traditions ?

Née dans les années '60 au Valais, dans la région de Fully, la brisolée marquait la transition entre la période estivale et automnale. Elle serait, à l'origine, une tradition de vignerons, qui, pour marquer la fin de la vendange, cuisaient des châtaignes et les mangeaient, accompagnées de vin et de fromages. Il existe également une fête de la châtaigne du côté du Tessin célébrant cette denrée qui autrefois était considérée comme le repas du pauvre.



La Bénichon est, quant à elle, une fête populaire Fribourgeoise qui remonte au 15^{ème} siècle et vient du latin " benedicto ". Elle avait vocation de rendre grâce aux Dieux pour les récoltes fructueuses. Elle se célébrait sur 3 jours avec de grands repas, de la danse traditionnelle et des jeux.



Aujourd'hui, la Bénichon représente la fête de la désalpe et des travaux des champs. Les spécialités consommées, sont la cuchaule et la fameuse moutarde de bénichon entre autres.



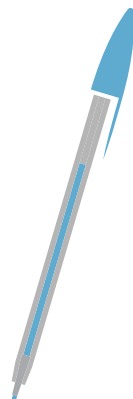
E	B	H	I	S	T	O	I	R	E	P	V
E	T	I	U	Q	I	T	N	A	L	R	I
C	O	I	T	S	A	R	R	A	B	E	D
U	C	M	L	E	A	N	C	I	E	N	E
R	O	E	O	A	U	E	C	M	A	O	G
I	R	U	S	T	I	Q	U	E	E	I	R
E	B	B	I	R	A	V	O	R	G	S	E
U	T	L	E	O	E	H	I	R	A	A	N
S	E	E	R	C	V	T	C	V	T	C	I
E	J	O	U	E	T	A	N	A	N	C	E
N	B	N	I	T	O	R	S	E	I	O	R
T	O	C	H	I	N	E	R	E	V	E	C

OBJET
OCCASION
OSIER
PLACE
ROTIN
RUSTIQUE
TROC
TROQUET
VASE
VENTE
VIDE-GRENIER
VINTAGE

ACHAT BROC DÉBARRAS
AIMER CHINER HISTOIRE
ANCIEN CONVIVIALITÉ JOUET
ANTIQUITÉ CURIEUSE MEUBLE

Règles du jeu

**Biffez sur la grille les mots de la liste. Les mots peuvent se trouver en position horizontale ou verticale, à l'endroit ou à l'envers. Une lettre peut servir à plusieurs mots. Par contre, un mot n'apparaît qu'une seule fois dans la grille. A la fin, il vous restera un mot :
*foire aux puces***





1 Germaine Luyet

28 Ariana Tognetti

2 Stefano Preite

29 Huguette Gigaud

3 Jean-Marc Depallens

5 Madeleine Hodlinghausen

7 Jean-Pierre Mouron

10 Christiane Theulaz

10 Madeleine Morvan

12 Pilar Del Pino

12 Simone Vaschetto

15 Vincenzo Lanzillota

17 Ginette Gavillet

20 Rémy Wenger

22 Jean-François Jeanrichard

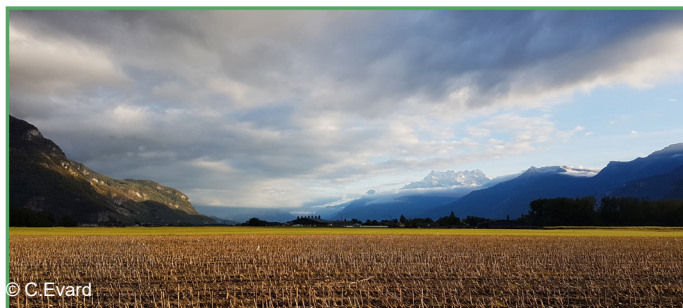
25 Christiane Fraga

25 Pierre Vairoli

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 :

fondationbeausejour.ch

Ouverture :

Le centre : 10h à 16h30

La cafétéria : 10h à 11h30
14h à 16h

Impressum

Ont participé à ce numéro :

Aurélie Favez (graphiste)
Caroline Evard
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

Solution du jeu

Réponse du mot caché :

Brocante

FONDATION

BEAU-SÉJOUR

