

Le Panoramiste

Le Panorama - Centre de loisirs pour seniors

É D I T O R I A L

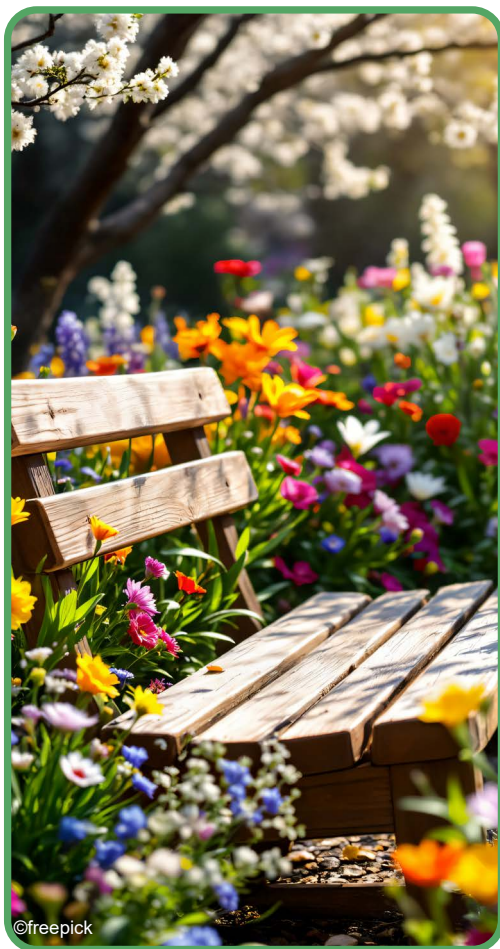
M A I 2 0 2 5

Le mois de mai est là,
avec sa lumière douce et ses
paysages épanouis.
Un banc, posé au milieu des
fleurs, nous rappelle qu'il est
parfois nécessaire de s'arrêter
pour apprécier la beauté
qui nous entoure.

Offrez-vous une pause bien
méritée, partagez des instants
conviviaux et laissez-vous
emporter par la beauté
de cette saison.

Au Panorama, venez profitez
d'activités avec Nicole,
telles qu'un pique-nique dans
un parc ou une sortie
au Jardin des Iris.

Marylin Volery





AGENDA DU MOIS DE MAI

QUAND ?

QUOI ?

+ D'INFO ?

Mar 13 et 27 mai14h - attention changement
d'heure et de jour**SPORT****Sport pour tous**Ville de Vevey
Entrée libre**Mar 6 - 13 - 20 mai**

10h

MARCHE**Marche près de chez vous**Sans inscription - Avec Nicole
Tarif : Fr. 5.-**Jeu 1^{er} mai**

11h

SORTIE**Restaurant Café des Fougères**

Article en page 5

Mar 6 mai

14h15

LOTO**Loto du Panorama**

Fr. 1.- le carton et Fr. 2.- la Royale

Mer 7 mai

12h15

MARCHE**Balade historique à Romont et
visite du Musée du Vitrail**

Article en page 6

Jeu 8 mai

Matinée

PODOLOGUE**Soins des pieds**Avec M^{me} Elena Diaz
Sur inscription**Jeu 8 mai**

11h15

EXPOSITION**Vernissage exposition de
peinture au Panorama**

Article en page 4

Jeu 8 mai

14h15

JEUX**Après-midi jeux - Quiz**Questions sur le canton de Vaud et
la Suisse, en toute convivialité.
Sans inscription- Tarif : Fr. 5.-**Mer 14 mai**

13h

SORTIE**Ermitage de la Madeleine, Räsch**

Article en page 7



Centre de loisirs



Centre de loisirs + Centre d'Accueil Temporaire



AGENDA DU MOIS DE MAI

QUAND ?

QUOI ?

+ D'INFO ?

Jeu 15 mai
14h15

CONFÉRENCE



" Les nouvelles tendances alimentaires : comment trouver le bon équilibre " par Pro Senectute
Article en page 8

Lun 19 mai
19h30

CONCERT

Vevey Spring Classic Festival
Concert gratuit au **Théâtre Le Reflet**
www.veveyspringclassic.ch

Mer 21 mai
Dîner

MENU SPECIAL



" Filets de perche "
Terrine campagnarde et saladine, sauce tartare, frites et épinards en branche. Coupe Romanoff
Sur inscription, dernier délai 14 mai.
Tarif : Fr. 25.-

Mer 21 mai
14h15

CONFÉRENCE



Voyage naturaliste le long de la route de la soie, par M. Bastardo
Article en page 9

Mar 27 mai
8h50

MARCHE



Rive ouest du Lac de Gruyère
Article en page 10

Mer 28 mai
13h

SORTIE



Jardin des Iris du Château de Vullierens
Article en page 11

Le Panorama sera fermé le jeudi 29 mai (Ascension)

RETENEZ DÉJÀ :

- Mardi 3 juin : Loto
- Mercredi 4 juin : Grillades et pétanque au parc Chaplin
- Jeudi 5 juin : Dictée ludique

EXPOSITION DE PEINTURE AU
PANORAMA

JEUDI 8 MAI

**Exposition du mercredi 30 avril
jusqu'à fin septembre 2025**

Je m'appelle Ewa Vionnet. J'ai grandi en Pologne et suis venue en Suisse après mes études pour travailler. C'est ici que j'ai rencontré mon mari et fondé une famille. Maman de deux enfants adultes, je travaille à la Fondation Beau-Séjour.

Depuis toujours, ma passion est l'art sous toutes ses formes. Durant la pandémie de Covid-19, ma famille m'a offert du matériel de peinture. J'ai alors découvert l'acrylique, un monde majestueux et reposant. Ce que j'aime dans cette technique, c'est sa fluidité et sa rapidité de séchage, ce qui m'incite à peindre de manière intuitive et spontanée.

La peinture me permet d'expérimenter avec les textures et d'exprimer mes émotions.



Chaque tableau reflète mon humeur, le temps et les émotions du moment. Mes toiles sont ouvertes à l'interprétation, sans signification fixe.

J'espère que mon travail vous plaira. Je vous souhaite une belle découverte et une excellente santé.

**Jeudi
8 mai**

Sans inscription
Rendez-vous
au Panorama :
11h15
Entrée libre

RESTAURANT LE CAFÉ DES FOUGÈRES

JEUDI 1^{ER} MAI
Avec Nicole

Le restaurant est niché dans la forêt, sur la route montant aux Pléiades, juste avant le Vallon de Villars, et vous offre un cadre traditionnel emprunt de nature.



Jeudi
1^{er} mai

Sur inscription
Rendez-vous
au Panorama : 11h
Déplacement avec le bus
du Panorama
Tarif : Fr. 15.-
(consommations
en sus)





BALADE HISTORIQUE À ROMONT ET VISITE DU MUSÉE DU VITRAIL

MERCREDI 7 MAI

Avec Nicole

Balade historique d'une heure à travers la ville médiévale de Romont. En suivant le Vitroparcours, nous passerons sur les remparts, et visiterons la Collégiale, de style gothique flamboyant. Nous verrons la Tour du Sauvage, la Tour à Boyer et la Tour des Béguines. Nous terminerons la visite par le Musée du Vitrail et des Arts du Verre, situé dans le magnifique Château de Romont.



© /fr.wikipedia.org

Mercredi

7 mai

Sur inscription

Rendez-vous à la gare de
Vevey : 12h15

Départ du train : 12h34

Tarif : Fr. 10.-

+ 12.- pour l'entrée au musée
(prix AVS)
train en sus



© lofficiel.net

VISITE DE L'ERMITAGE DE LA MADELEINE – RÄSCH

MERCREDI 14 MAI

Un lieu magique surplombant le lac artificiel de Schiffenen, dans le canton de Fribourg !

La grotte d'une longueur totale de 120 mètres a été creusée dans la roche par deux ermites dans les années 1700 et conserve son état et forme actuelle. Lors de la visite, vous marcherez sur des vagues en molasse prouvant l'existence de dunes de sables fossiles de l'ère primaire.

**Mercredi
14 mai**

Sur inscription
Rendez-vous au
Panorama : 13h
Déplacement avec le bus
du Panorama
Tarif : Fr. 25.-



JEUDI 15 MAI

Par Mme Carine Cescutti

" Les nouvelles tendances alimentaires : Comment trouver le bon équilibre "

De nouveaux régimes fleurissent et remettent en question nos habitudes alimentaires. Du jeûne intermittent à manger en pleine conscience, en passant par une alimentation sans gluten ou le végétalisme ; comment suivre ses convictions tout en mangeant sainement ?

Une diététicienne d'Unisanté vous propose un temps d'information et d'échange pour connaître les avantages et inconvénients de ces différents modes alimentaires, ainsi que des conseils pour les concilier avec une alimentation équilibrée.

**PRO
SENECTUTE**
PLUS FORTS ENSEMBLE



**Jeudi
15 mai**

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

VOYAGE NATURALISTE LE LONG DE LA ROUTE DE LA SOIE

MERCREDI 21 MAI

Par Monsieur Marc Bastardot

Récit d'un voyage qui m'a mené de la Suisse jusqu'au Kirghizistan à la force des mollets, à la découverte de la faune. J'aurai le plaisir de vous raconter un grand nombre d'anecdotes tant naturalistes qu'humaines que j'ai eu la chance de vivre lors de ce périple de 8 mois. Comme la traversée du désert du Kyzyl-Koum en Ouzbékistan à la recherche du Podoce, un oiseau mythique mais discret, ou encore la quête de la Panthère des neiges dans les montagnes du Pamir au Tadjikistan.



**Mercredi
21 mai**

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





RIVE OUEST DU LAC DE GRUYÈRE

MARDI 27 MAI

du Pont de Corbières à l'usine de Broc

Deux fois 1h30 de marche sur des charmants chemins forestiers, à plat au bord du lac.

Pique-nique au bord du lac à Morlon.

Niveau : moyen
Bonnes chaussures
et bâtons de marche recommandés



© lyonelkaufmann.ch

**Mardi
27 mai**

Sur inscription
Rendez-vous
à la gare de Vevey : 8h50
Départ du bus : 9h07
Tarif : Fr. 10.-
(train en sus)



© dronestagr.a

MERCREDI 28 MAI**Au Château de Vullierens**

L'architecture du château de Vullierens ainsi que ses magnifiques jardins et son parc de sculptures constituent l'un des patrimoines les plus remarquables de Suisse avec une vue incomparable à 180° sur les Alpes, le Mont Blanc et le lac Léman.

Le Château de Vullierens est considéré comme un parfait exemple de l'architecture du début du XVIII^e siècle en Suisse.

Le parc possède l'une des collections d'iris les plus modernes d'Europe avec plus de 400 variétés différentes et 200 de lys-hémérocailles. Le parc des sculptures présente plus de 90 grandes œuvres contemporaines de 27 artistes suisses et internationaux.

Deux cafés, une boutique et des expositions sont proposés aux visiteurs.

**Mercredi
28 mai**

Sur inscription

Rendez-vous

au Panorama : 13h

Déplacement avec le bus

du Panorama

Tarif : Fr. 15.-

(+ 14.- pour l'entrée au
parc - prix AVS)



PAR PRO SENECTUTE

Venez rejoindre notre petit groupe de gym hommes-dames, tous les jeudis de 9h30 à 10h30 au Panorama !

La gym, c'est excellent pour la forme physique et mentale. Domy, la monitrice, est très sympathique, efficace et attentive à chacun.

Les deux premières séances sont gratuites ; puis le tarif est de Fr. 150.- par année, hors vacances scolaires.

Pour vous faire une idée et répondre à vos questions éventuelles, venez un jeudi matin à 9h30 à la salle polyvalente du Panorama.

Au plaisir de vous compter parmi nous !

Les Perce-Neige

**PRO
SENECTUTE**
PLUS FORTS ENSEMBLE



© sainte-luce-loire.com

Exposition **M. Rolf Preiswerk**

Il y a des gens qui restent dans un bureau toute leur vie, je suis malheureux pour eux, moi c'était le contraire. J'ai choisi d'être photographe. En fait je voulais devenir comédien. J'habitais à Bâle avec mes parents et je passais fréquemment devant le théâtre où il y avait des photos des acteurs qui jouaient dans les pièces. Et ça m'a donné une idée. Je me suis dit que j'allais demander à faire des photos pour la saison suivante, que cela me permettrait de prendre des contacts et peut-être que grâce à ça je pourrais devenir moi-même comédien. C'est ce que j'ai fait. Mais voilà ce qui s'est passé.

C'était Jacques Weiss, un photographe juste « around the corner », tout près du Théâtre de Bâle, et là depuis des années, qui faisait ces portraits. Et quand je suis allé le voir, c'est sa femme d'ailleurs que j'ai d'abord rencontré, elle m'a demandé si je ne voulais pas faire un apprentissage chez eux. Et c'est ce que j'ai fait ! Mon brevet obtenu, j'ai profité de la Foire de Bâle, la « Mustermesse », où je faisais les photos des stands. Je me souviens d'une aventure : j'étais monté sur une grande échelle, très très haute, pour faire des photos « en plongée ». Heureusement que je n'ai pas le vertige ! J'avais un appareil avec une chambre 18/24 et le châssis en bois. Il y avait un couvercle devant pour exposer, on enlevait le couvercle et au bout d'un certain temps on le remettait. Toute une époque ! J'avais de l'ambition. Et ce que je voulais, c'était réaliser des films. Je suis parti à Paris à l'École Vaugirard. Ça me convenait très bien. Être à Paris à vingt-quatre, vingt-cinq ans, on ne peut pas demander mieux. C'est magnifique. J'ai de très bons souvenirs bien sûr. Après l'école je me suis rendu compte que c'était pas facile de décrocher des mandats. J'ai fait surtout de la pub, c'est ça qui payait. J'ai été guide touristique aussi. Alors que j'étais à Payerne à l'école d'officier, je reçois un beau matin une convocation pour me rendre à Berne, pour rencontrer les patrons de Globus Tours, Signor Mantegazza et Signor Alberg. Je me suis donc rendu au Bernerhof. Je ne sais plus lequel des deux était au rendez-vous.



Il m'a parlé en anglais mais il le parlait moins bien que moi et ça m'a dérangé. Je me suis levé et j'ai claqué les talons, c'était très à la mode pour un officier de claquer les talons. J'étais fâché, j'ai dit : "I'm sorry Sir, in this case I'm not your man" - je ne suis pas votre homme vous irez chercher ailleurs. Le lendemain à la caserne, j'ai reçu un contrat d'engagement. Il m'a engagé sur un coup de talon. J'ai commencé par la Suisse. A Lucerne j'étais guide avec des groupes d'américains. Les pourboires étaient très intéressants. On arrivait le samedi et je leur disais : « Ladies and gentlemen, est-ce que vous préférez demain dimanche aller à l'église ou voir des montres et des bijoux ? » Évidemment la réponse est facile. Il y a eu aussi la France, l'Autriche, toute l'Europe et puis j'ai pu partir en Afrique. J'ai adoré. J'ai voyagé dans au moins dix-huit pays africains, comme guide, comme photographe ou comme cinéaste. J'ai eu une chance inouïe. J'ai rencontré beaucoup de monde, j'ai même appris un peu le kiswahili, ça m'amusait. A Kinshasa j'ai fait des films pour « Congovox ». Je travaillais avec des africains, je leur montrais le développement, la prise de vue, prise de son, je leur montrais tout. Pour eux j'étais un super prof. Ils étaient contents, ils m'aimaient bien. Mais il y a eu un conflit avec le patron qui faisait de sales combines et qui m'a renvoyé. Ça a été mon grand malheur. En rentrant j'ai fait un film à Bâle, « Wohin ? », « Où vont-ils ? » en français. Un film noir-blanc sur les jeunes bâlois qui a assez bien marché. Mais bon j'étais pas Fellini. Et puis je suis venu à Vevey. J'ai téléphoné à l'école de photo et j'ai pu avoir un entretien avec les responsables, juste avant les vacances. Je suis parti en 2CV pour venir me présenter. Nous étions cinq candidats et j'ai été nommé à l'unanimité. A l'époque c'était bon d'avoir un métier fixe. Je me suis marié avec mon amie, une Canadienne de Vancouver et nous avons eu trois enfants. J'étais donc responsable financièrement d'une famille. J'ai enseigné pendant trente ans. Oui, trente ans ! J'ai adoré. J'ai même fait sept ans de plus après ma retraite en donnant des cours privés. Je crois, d'après les échos, que j'étais un assez bon enseignant. J'ai fait plusieurs expos. Par exemple j'ai photographié des compositions de nuages en utilisant un miroir. J'avais ainsi les images réelles et les virtuelles. Maintenant j'ai un Iphone et je l'ai utilisé dernièrement, parce que l'après-midi je fais des sorties au bord du lac. J'ai fait une série de photos et à ma stupéfaction, la qualité du résultat, c'est incroyable. Incroyable ! Il reproduit exactement ce que vous voyez. Les ombres, les lumières, les reflets, fabuleux. Alors là « chapeau » !



- 1 Lisette Boller
- 2 Marie Bondon
- 6 Jean-Paul Pittet
- 6 Anne Roth
- 8 Elisabeth Volet
- 8 Nicolas Curcio
- 10 Françoise Borel
- 10 Monique Schlaefli
- 12 Maria Tolusso
- 15 Serge Coderay
- 20 Hildegard Wichoud
- 21 Marie-Thérèse Burrin
- 21 Monique Cottier
- 23 Marlyse Moret
- 25 Jacqueline Dubach
- 29 Rüdiger Merckell

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 : 9h à 17h

La cafétéria : 9h à 11h30
14h à 16h

Impressum

Ont participé à ce numéro :

Aurélie Favez (graphiste)
Marylin Volery
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

