



L'ÉCHO DU RIOLET

Bulletin d'information de
LA MOSAÏQUE DE PULLY NORD
TREIZIÈME année, N° 71, Septembre-Octobre 2026



Vue depuis le port de Pully

Photo François de Beaucorps

Ce journal présente la Mosaïque de Pully Nord, association de bénévoles, offrant aux habitantes et habitants du quartier des lieux de rencontre, pour discuter librement, pratiquer des jeux, faire du sport, partager leurs connaissances et leurs talents, refaire le monde... dans une ambiance détendue.

Il est imprimé et distribué par la Direction de la jeunesse, des affaires sociales et de la sécurité publique (DJAS) de Pully, que nous tenons à vivement remercier.

Le Collège des rédacteurs : Nadine Borel, Marie-Claire Guinand
Annick Hilaire, Jacques-Hervé Boissard

Éditeur : John Hilaire, tél. 079 540 33 79

Avenue de Belmont 7, 1009 Pully, mosaiquedepullynord@bluewin.ch

<https://mosaiquepully.ch>

Compte : La Mosaïque de Pully Nord, IBAN : CH60 0900 0000 1440 3436 6

Prière de transmettre les changements d'adresse à mosaiquedepullynord@bluewin.ch

SOMMAIRE

p. 3 Éditorial : quelques « vérités »...

COMPTES RENDUS

p. 4 Repas canadien chez Eva Reith, jeudi 16 juillet 2026

JEUX

pp. 5-6 Mot caché et Sudoku

ANNONCES

p. 7 La Vallée de Joux, jeudi 15 octobre 2026

p. 7 Napoléon III et la Suisse, conférence de Georges Assima, mercredi 28 octobre 2026

p. 8 « Mémoires croisées », conférence de Christiane Serkis, mercredi 25 novembre 2026

p. 8 Jubilé de votre Mosaïque

pp. 9-10 Nos albums photos

pp. 11-12 Agenda de la Mosaïque, septembre-octobre 2026

pp. 12-13 Activités d'autres associations locales

p. 14 Journée des seniors, mercredi 7 octobre 2026

p. 15 Mouvement sans âge

p. 16 Soupe à la courge d'Halloween, samedi 31 octobre 2026

DESCRIPTION DE LA MOSAÏQUE DE PULLY NORD

La Mosaïque de Pully Nord est une association à but non lucratif, indépendante sur les plans politique et confessionnel, ouverte à toute personne et institution qui soutient ses buts :

- créer des liens entre habitants du quartier de Pully Nord et au-delà
- fournir des espaces de réflexion et d'échanges
- offrir des activités : accueil, repas, causeries, projections, visites, conversation, qi-gong, stretching, voyages, etc.

Les statuts de l'Association sont disponibles auprès de l'éditeur et sur le site internet.



Éditorial : quelques « vérités »...

Les épisodes caniculaires particulièrement éprouvants de l'été ont contraint beaucoup d'entre nous à ralentir le rythme afin de traverser cette période sans trop de dommage.

Chaque mouvement demandant un effort redoublé, il restait la lecture ou l'écoute de différents médias. L'enregistrement intitulé « ***Vieillir fait peur... jusqu'à ce que tu comprennes ces 6 vérités*** » par Boris Cyrulnik, neuropsychiatre de renom, fut particulièrement inspirant¹.

En une vingtaine de minutes, ce scientifique de 89 ans nous livre sa conviction au sujet du vieillissement, mêlant observations et réflexion philosophique.

Des six « vérités » énoncées, deux semblent particulièrement pertinentes dans notre cas.

L'affirmation, « *La mort sociale tue le cerveau bien avant que la mort biologique n'arrête le cœur* » met en avant l'impérieuse nécessité d'entretenir des liens avec son environnement pour bien vieillir. Et Boris Cyrulnik de conseiller de s'impliquer, entre autres, dans la vie associative. La Mosaïque vous attend donc à bras ouverts !

Pour ceux ou celles d'entre vous qui auraient des doutes quant à la contribution des seniors dans notre société, voici ce que cet homme plein de sagesse en pense : « *Votre valeur ne réside plus dans la performance ou l'action mais dans la transmission et le lien (...). Vous n'avez plus rien à prouver à personne, vous avez tout à partager* ».

Si vous le souhaitez, vous pourrez découvrir les quatre autres considérations de Boris Cyrulnik en cliquant sur le lien ci-dessous.

Mais surtout, en cette période de rentrée de septembre, nous espérons vous revoir au sein de notre association avec des envies de partage, des suggestions, des projets. Vous vous ferez du bien et en ferez à autrui !



Annick Hislairé

¹ <https://infoseniorsvaud.ch/contributions/>, plateforme pilotée par Pro Senectute Vaud, capsule vidéo du 21 mai 2026

Repas canadien chez Eva Reith, jeudi 16 juillet 2026

Le 16 juillet dernier dans le jardin d'Eva Reith, à Pully, a eu lieu un repas canadien. Nous étions en petit comité, neuf personnes au total. La température y était agréable, avant de tourner à l'orage en fin de journée.

Chaque personne, repas canadien oblige, a apporté une spécialité : tarte aux oignons rouges, tarte aux abricots, melon au jambon de Parme très apprécié par les abeilles, salade de pommes de terre, feuilleté au fromage, glace, vin du pays.



Le repas fut qualifié de très bon et original, de délicieux, voire de fabuleux.

Au cours de la réunion, les convives ont à tour de rôle raconté des souvenirs.

Notre hôtesse nous a avoué n'avoir pas voulu nous imposer cette fois-ci ses quizz habituels, qui provoquaient toujours des fous-rires.

Puis la conversation a porté sur le parcours héroïque de la Suisse à la Coupe du monde de football 2026 en Amérique du Nord !

André et Marie Adato



Quelques mets du buffet

Mot caché et Sudoku par Christopher Hilaire

INSTRUCTIONS DU MOT CACHÉ

Retrouvez et tracez dans la grille tous les mots de la liste ci-dessous. Les mots peuvent apparaître horizontalement, verticalement ou en diagonale, dans les deux sens.

Sept lettres forment le mot à découvrir : **Chaque année en septembre, elle remet tout le monde dans le bain.**

N	I	D	S	E	E	E	T	N	A	L	U	O	R	C
A	E	S	R	O	C	H	O	R	A	T	O	I	R	E
M	N	S	A	E	U	A	C	B	A	C	L	E	R	D
E	E	O	I	I	E	R	R	U	R	I	L	A	P	E
S	E	G	R	T	N	L	L	T	H	E	O	A	N	C
R	D	R	O	R	Y	T	A	E	B	L	P	I	A	H
I	R	O	C	D	A	C	T	S	O	E	Y	C	P	E
M	U	I	O	B	O	L	D	O	L	Z	T	S	A	E
E	S	N	Q	A	I	R	E	F	S	R	E	A	T	R
R	A	I	S	O	N	N	A	B	L	E	D	I	H	T
S	I	K	S	R	I	V	E	T	E	R	E	D	I	I
S	E	L	B	N	O	R	R	E	P	E	U	E	E	V
M	O	K	A	E	N	G	O	P	P	E	G	A	E	P
E	N	A	Z	E	L	A	E	A	N	O	V	I	C	E
P	E	L	I	C	A	N	R	B	U	T	T	A	G	E

MOTS À TROUVER (41)

ALEZANE	CROULANTE	GUÈDE	PÉAGE	SKIS
ÂMES	CYTISE	HUCHE	PÉLICAN	TRACÉ
APATHIE	DÈCHE	LARRON	PERRON	TYPO
BÂCLER	DIASCIA	MOKA	POGNE	VITRÉ
BLÉS	DOGE	NIDS	RAISONNABLE	ZÉLÉ
BOLDO	DRUS	NOVICE	RÂPÉ	
BOLS	ÉMIR	ORATOIRE	RIVETER	
BUTTAGE	FÉRIA	OURLÉ	SAINT	
COQS	GROIN	PÂLIR	SALÉE	

Solution du « Mot caché » de l'édition N° 70 de l'Écho du Riolet : Pasteur

SUDOKU - Niveau : MOYEN

INSTRUCTIONS

Complétez la grille avec les chiffres 1 à 9

Règle d'or : aucun chiffre ne doit se répéter dans :

- Une même ligne
- Une même colonne
- Un même carré 3×3 (zones délimitées)

À vos crayons!

4				6	1	9		
7				9	2	4		3
8	9		4			1	6	
	4					2		6
		8	1	2				
		7		3	5	8		4
2		4		1	8		9	5
					6	3		
	3		2			7		

Solution du « Sudoku » de l'édition N° 70 de L'Écho du Riolet :

4	9	7	2	1	3	5	8	6
5	8	2	9	4	6	1	7	3
3	1	6	8	7	5	2	4	9
7	3	5	1	8	9	6	2	4
6	4	1	5	2	7	9	3	8
8	2	9	3	6	4	7	5	1
2	5	8	4	9	1	3	6	7
9	7	3	6	5	8	4	1	2
1	6	4	7	3	2	8	9	5

La Vallée de Joux, jeudi 15 octobre 2026

Au programme de cette journée : la visite de deux musées passionnants, mais très différents l'un de l'autre, et un succulent déjeuner.

Le **Musée du Vacherin Mont d'Or aux Charbonnières** pour commencer. Brigitte et Jean-Michel Rochat nous accueilleront pour une présentation détaillée du devenir de cette merveille gastronomique, débouchant sur une dégustation prometteuse.

Après un déjeuner savoureux à Rocheray, nous rejoindrons le tout nouveau **Musée Audemars**

Piguet au Brassus, érigé à la gloire de l'horlogerie suisse et en particulier de la Vallée de Joux.

Le prix par participant sera de CHF 110.- pour les membres de La Mosaïque et de CHF 140.- pour les non-membres.

En cas d'intérêt, inscrivez-vous auprès de **Richard Pfister** (richard.pfister@bluewin.ch ou 021 729 87 84).



Napoléon III et la Suisse, conférence de Georges Assima, mercredi 28 octobre 2026

Salle de paroisse de Chantemerle à 14h30

Charles Louis Napoléon Bonaparte a 9 ans lorsqu'il débarque avec sa mère, la reine Hortense de Beauharnais, sur les rives du lac de Constance. Naturalisé suisse en Thurgovie en 1832, il reçoit une éducation militaire sous la houlette du futur général Dufour et reçoit le grade de capitaine. Il s'éteint en Angleterre en 1873. Né citoyen français en 1808, il a été élu au suffrage universel premier Président de la II^{ème} République puis proclamé Empereur. Il favorisera le rattachement définitif de Neuchâtel à la Confédération avec le concours du général Dufour, la naissance du CICR avec Henry Dunant, l'accession des juifs à la citoyenneté suisse et l'entrée de la Suisse dans l'Union monétaire latine.

Notre conférencier dédicacera volontiers son ouvrage *Napoléon III, un Empereur venu de Suisse*.

En guise de préambule, consultez les articles publiés par M. Assima sur napoleon.org
Si vous êtes intéressé(e) par cette conférence, **annoncez-vous s.v.p. auprès de Richard Pfister** sous richard.pfister@bluewin.ch ou au 021 729 87 84.



« Mémoires croisées », conférence de Christiane Serkis, mercredi 25 novembre 2026

Autrefois bibliothécaire, Christiane Serkis est passionnée de civilisations anciennes et d'histoire, de transmissions familiales et de questions identitaires. Elle a publié un ouvrage intitulé « Passagers du temps sur les routes de la soie ».



Dès 14h30, à la salle de paroisse de Chantemerle, elle vous en lira quelques extraits qui vous entraîneront sur les traces de ses ancêtres, imaginaires ou réels, de la nuit des temps jusqu'à nos jours, pour leur rendre hommage et vous faire découvrir certains destins où la grande Histoire se mêle à la petite histoire. Venez vous joindre à cette traversée après laquelle commentaires et impressions pourront être partagés autour d'une collation !

Jubilé de votre Mosaïque

Chères et Chers Membres de la Mosaïque.

Déjà 10 ans !

Afin de célébrer dignement cet anniversaire, le Conseil de la Mosaïque vous invite à une agréable croisière sur notre bleu Léman, à bord d'un navire de la CGN, un après-midi au printemps prochain (à une date encore à définir), avec une collation offerte.

Pour des raisons organisationnelles, les personnes intéressées sont priées d'envoyer un courriel à mosaiquedepullynord@bluewin.ch d'ici fin septembre.

Votre Conseil de la Mosaïque qui se réjouit de votre participation!



Nos albums photos

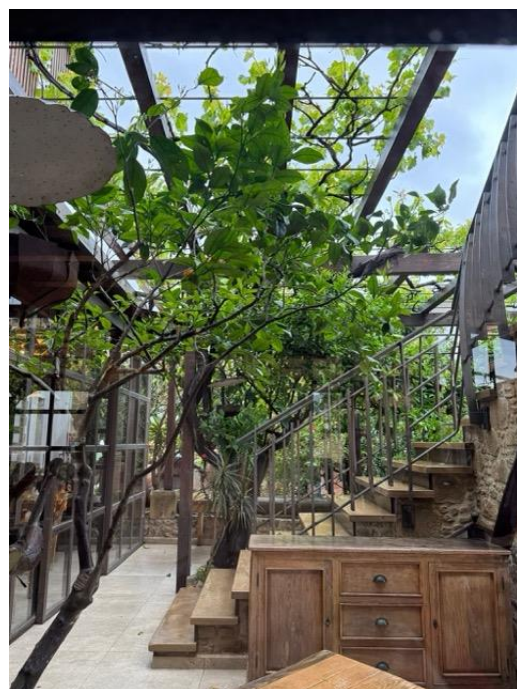
Nous avons le plaisir de vous informer que des photos de nos voyages en Crète et au pays de Louis Pasteur sont désormais visibles sur le site internet de la Mosaïque sous la rubrique « Photos » à l'adresse <https://mosaiequelly.ch> Les comptes rendus de ces deux voyages sont à lire dans l'édition N° 70 de l'Écho du Riolet.

Afin d'éveiller votre curiosité, nous vous présentons sur les deux prochaines pages quelques-unes des 175 photos prises en Crète et des 57 clichés faits dans le Jura, au pays de Louis Pasteur. À vous de découvrir les autres photos sur le site !

Les photos sont de François de Beaucorps et Annick Hilaire.



Olivier de 3000 ans à Vouves



Taverne Gramvousa à Kaliaviani



Monastère, ancienne cité d'Aptera



Monastère de Chrysopigi



Cascade à Baume-les-Messieurs



Arc-et-Senans



Maison natale de Louis Pasteur à Dole

LA MOSAÏQUE DE PULLY NORD AGENDA SEPTEMBRE-OCTOBRE 2026

Activités organisées par des membres de la Mosaïque de Pully Nord

CES ACTIVITÉS SONT OUVERTES À TOUTES ET À TOUS

— dans la mesure du nombre de places disponibles —

Il n'est pas nécessaire d'être membre cotisant de la Mosaïque, ni d'avoir plus de 55 ans, ni même d'habiter Pully Nord !

En revanche, vous êtes prié-e de vous inscrire auprès de la ou du responsable de l'activité choisie.

ACCUEILS-CAFÉS

Les accueils-cafés sous leur forme actuelle sont suspendus. Toute nouvelle idée ou initiative pour leur redonner vie sont les bienvenues !

REPAS COMMUNAUTAIRES

Inscription auprès de Richard Pfister, tél. 021 729 87 84 ou 079 282 52 11, ou par mail à richard.pfister@bluewin.ch

Dernier délai : le mardi précédant le repas (jusqu'à midi).

Prix par personne : CHF 14.-

Prochains repas : les jeudis 17 septembre et 8 octobre dès 11h45, à la salle de paroisse de Chantemerle. Maximum 30 convives.

QI GONG ET INITIATION AU TAI CHI

Mouvements lents et doux selon les principes de la médecine chinoise.

Cours **les vendredis à 10h**, à la salle de paroisse de Chantemerle.

Participation : CHF 10. –/séance.

Renseignements : Nadine Borel, tél. 021 728 33 85.

JEUX DE SOCIÉTÉ

Nous invitons les personnes intéressées à se joindre au groupe de Jass du Kaléidoscope, qui se réunit **tous les vendredis après-midi dès 14h30, jusqu'à environ 17h**, au **café de Paudex (route de la Bordinette 8 à Paudex)**.

Pas besoin de s'annoncer. Renseignements : Erwin Isler, e.isler7@bluewin.ch

GROUPE DE LECTURE : UN LIVRE... PLUSIEURS REGARDS

Les lundis 14 septembre et 5 octobre, de 14h15 à 16h. Pour connaître le lieu de la prochaine réunion, contacter Geneviève Meyer, tél. 079 336 93 39.

STRETCHING

Tous les **lundis de 17h à 17h50** à la salle de gymnastique de l'école de Chantemerle, CHF 10. –/séance.

Renseignements : Maud Strahm, tél. 076 547 36 68.

VIDE-GRENIERS ET VIDE-DRESSING DE CHANTEMERLE

Rappel : le traditionnel vide-greniers et vide-dressing aura lieu le **samedi 5 septembre 2026 de 9h à 16h** sur la place de Chantemerle.

La Mosaïque de Pully Nord tiendra un stand de vente d'objets et de vêtements lors de cette animation de quartier. Si vous avez des objets propres et en bon état dont vous n'avez plus besoin, n'hésitez pas à les apporter à la salle de paroisse de Chantemerle le vendredi 4 septembre à partir de 16 heures.



ACTIVITÉS D'AUTRES ASSOCIATIONS LOCALES

JEUX DE SOCIÉTÉ POUR SENIORS À LA LUDOTHÈQUE DE PULLY

Date : **les mardis 8 septembre et 6 octobre, de 14h à 17h**

Lieu : ludothèque de Pully, chemin du Fau-Blanc 15.



Ces après-midis s'adressent aux seniors qui apprécient de se rencontrer et de se retrouver autour d'un jeu dans une ambiance conviviale. Animatrices et animateurs vous proposeront une sélection de jeux récents, à la portée de toutes et de tous, et vous expliqueront les règles. Dès 55 ans. Entrée libre.

Informations : info@ludotheque-pully.ch

Site internet : <https://www.ludotheque-pully.ch>

INTERGEN ENTRAIDE NUMÉRIQUE

Un rendez-vous dans votre quartier où se rendre avec votre ordinateur, votre tablette ou votre téléphone portable pour obtenir de l'aide.

Animé par Pascal Kotté, chemin du Liaudoz 59, 1009 Pully.

Lieu de rencontre : salle polyvalente en face du n° 59.

Prochaines dates : **les samedis 12 septembre et 10 octobre de 10h à 17h.**

Renseignements : 079 309 28 86.

CINÉ-SENIORS / PULLY : changement d'horaire. Les séances commencent à 14h.

Vendredi 4 septembre : *Nous l'orchestre*, de Philippe Béziat, 2025

Vendredi 18 septembre : *De la Comédie-Française*, de Martin Darondeau et Bertrand Usclat, 2026

Vendredi 25 septembre : *Le Chantier*, de Jean-Stéphane Bron, 2025

Vendredi 9 octobre : *Écrire la vie : Annie Ernaux racontée par des lycéennes et des lycéens*, de Claire Simon, 2025

Plus d'informations sur le site internet du Cinéma CityClub Pully,

<https://www.cityclubpully.ch/affiche/cine-senior>

Renseignements : Mathilde Lebrun, 021 646 17 21 ou

mathilde.lebrun@vd.prosenectute.ch

THÉ DANSANT DE PAUDEX

Jeudi 10 septembre, de 14h à 17h, avec GEORGES MUSIQUE, CHF 5.-

Route de la Bordinette 5, Paudex. Inscription, recommandée pour les groupes, par mail à mathilde.lebrun@vd.prosenectute.ch

ASSOCIATION DES AMIS DU CARILLON DE CHANTEMERLE

Dimanche 11 octobre à 15h30 : Goldenbells, Eric Nünlist et Sylvia Stampfli. 60 cloches jouées à la main et orgue, avec Daniel Thomas au carillon.

Après le concert, il est possible de visiter le carillon de 48 cloches.

Entrée libre, collecte. Informations à dt@carillonneur.ch ou tél. 079 391 46 96.



SERVICES BÉNÉVOLES DE PULLY, LUTRY, BELMONT, PAUDEX

Pour assurer les transports, on cherche toujours des chauffeurs !

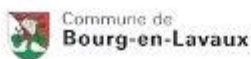
Renseignements : Brigitte Pahud, tél. 021 728 12 13 (lu-me-ve 9h-11h)

ou pahudb@bluewin.ch

ENTRÉE LIBRE

Journée des seniors

Maison Pulliérane ■ Mercredi 7 octobre ■ 13 h à 18 h



Vous trouverez plus d'informations sur le déroulement de cette journée sur le site internet de la Mosaïque de Pully Nord à l'adresse <https://mosaique.pully> sous la rubrique « Agenda ».

Dans le cadre des activités sportives de la Clinique Bois-Cerf, j'ai l'occasion de suivre des cours tant avec Sofia qu'avec Noémi. Elles sont attentives et très professionnelles. De plus, elles sont très sympathiques. Si vous avez envie de bouger, je ne peux que vous les recommander.

Arlette de Beaucorps

MOUVEMENT SANS ÂGE

Des séances d'activité physique **structurées** et **adaptées** au niveau de chacun, visant à améliorer:

Mobilité

Équilibre

Force

Condition physique



Pour qui: Seniors souhaitant

- Retrouver confiance dans leurs mouvements
- Rester autonomes et bouger en toute sécurité
- Bénéficier d'un suivi personnalisé



Région: Lausanne et environs



Lieu: Directement à votre domicile



Quand: À convenir selon vos disponibilités



Tarifs: 30 minutes - 45 CHF / 45 minutes - 60 CHF



Qui: Spécialistes en activité physique adaptée et santé (diplômées à l'UNIL)

Qualités: Solaires, bienveillantes et motivantes

N'HÉSITEZ PAS À NOUS CONTACTER POUR PLUS D'INFORMATIONS



Noemi
076 361 34 59

Sofia
079 681 52 42



mouvementsansage@gmail.com

