

2019

Circulaire IV

Distractions

Octobre-Novembre-Décembre

Conférence

Mercredi 30 octobre à 14h30

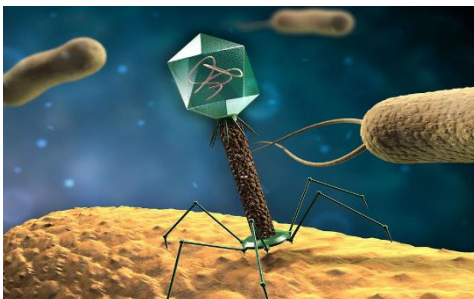
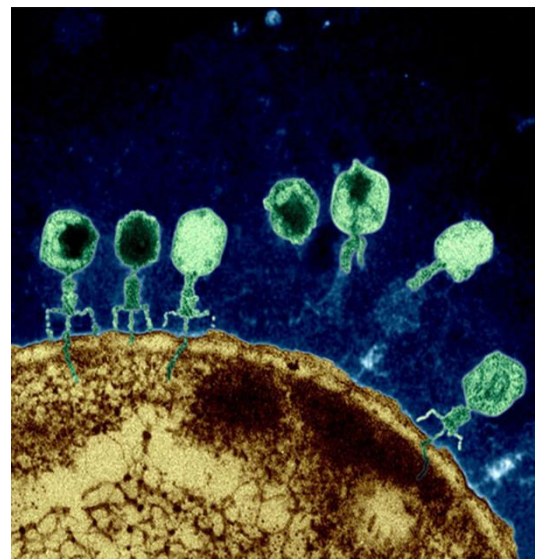
Lieu : Club des Aînés, 4 chemin Faguillon

La phagothérapie – une alternative aux antibiotiques ?

Par le Professeur Patrick Linder

Et si on utilisait des virus pour combattre des infections bactériennes ? En effet, avec la crise des bactéries résistantes aux antibiotiques, les médecins et chercheurs reviennent à une méthode découverte au début du siècle dernier pour lutter contre des infections bactériennes – **la phagothérapie.**

Ce traitement est composé de virus particuliers, qu'on appelle aussi des bactériophages, qui utilisent seulement des bactéries pour se multiplier mais sont incapables d'infecter l'humain. Quand un bactériophage infecte une bactérie il va s'y multiplier puis finalement la faire exploser libérant beaucoup de nouveaux bactériophages, qui à leur tour iront infecter d'autres bactéries. En théorie il est ainsi possible d'éliminer des bactéries à l'origine d'une infection. L'avantage de cette méthode est que ces virus, qui n'infectent que des bactéries, sont très sélectifs dans leur choix de l'hôte. Ceci permet d'éliminer un type de bactérie, sans toucher les autres et donc de préserver la flore normale qui nous est utile.



La conférence va expliquer comment ces bactériophages ont été découverts, comment ils se multiplient, et les avantages et inconvénients de leur utilisation pour combattre des infections, comme alternative ou complément aux antibiotiques. Les résultats récents et prometteurs de leur utilisation en Europe seront également présentés.

De la trousse d'un médecin de campagne

Par le Docteur Eric Rochat

Quel enfant était-il ? Quels étaient ses phantasmes d'adolescent ? Quand a-t-il appris à toucher, écouter et regarder ? Votre médecin n'est pas né médecin, il l'est devenu au fil d'un long parcours intime mêlant à l'environnement certitudes et angoisses, science et émotion, compassion et détachement. Comment apprendre la mort et la douleur, la décision et la patience ? Aujourd'hui retraité, le Dr Éric Rochat a pratiqué près de 38 ans comme généraliste dans un village vaudois. Toutes les classes sociales fréquentaient son cabinet et il peut se flatter



d'avoir pénétré chaque maison, de la cabane de berger au château. "De la trousse d'un médecin de campagne" n'est pas une conférence mais l'évocation d'un parcours riche de vie et de rencontres, de rires et de larmes par un praticien de terrain au service de chacun.

Questions et remarques sont bienvenues et souhaitées.

UNE VERRÉE OFFERTE PAR LE CLUB DES ÂÎNÉS

SUIVRA LES CONFÉRENCES

LAC DE SAINT-POINT

Jeudi 7 novembre 2019



A **07h00**, rendez-vous au chemin du Tirage pour un départ à **07h15**. Voyage en direction de Lausanne, Yverdon puis arrivée à Sainte-Croix où nous aurons la pause-café. A **10h00**, visite guidée du Musée du CIMA.



A Sainte-Croix, capitale mondiale de la boîte à musique, le musée CIMA, aux dimensions internationales et exceptionnelles, nous invite à la découverte d'un monde merveilleux et insolite. L'aventure est à tous les étages : dans la "Forêt enchantée" conçue par Etienne Delessert, le "Coffret lumineux" de l'Espace Marchal, la "Salle des concerts" avec ses orchestrations invitant à la danse, le "Théâtre des automates" où Pierrot écrit à Colombine ! Grâce aux visites guidées, ces merveilles s'animent et prennent vie devant nous.

A **11h30**, nous reprenons notre car pour le lac de Saint-Point.

A **13h00** repas de midi à Malbuisson.

MENU (avec apéritif, boissons et café)

Noix de Saint-Jacques au vermouth et ses légumes croquants

Mignons de veau à l'infusion de sauge, garnitures

Fromages de nos montagnes

Parfait glacé à l'infusion de bergamote et compotée de pruneaux

A **15h30**, temps libre près du lac de Saint-Point.



Le lac de Saint-Point fait partie des plus vastes lacs naturels de France. Il se situe dans le Département du Doubs, au sein du massif du Jura et à une quinzaine de kilomètres de la ville de Pontarlier. Il était nommé autrefois « lac de Dampvauthier » ou « Damvauthier », nom qui fait l'objet d'une légende locale.

Le plan d'eau occupe une vaste dépression d'origine glaciaire au sein d'un synclinal créacé. Situé sur le plateau du Haut Doubs à l'altitude de 849 mètres, le lac de Saint-Point est traversé par le Doubs qui le rejoint quelques kilomètres après sa source. Ce plan d'eau s'étire sur une longueur de sept kilomètres pour une moyenne de 800 m de large. Les deux extrémités sont occupées par des alluvions récentes, déposées par la rivière, le fond de cette cuvette étant, quant à lui, tapissé de dépôts glaciaires et fluvio-glaciaires.

En raison de l'altitude et de la rigueur du climat, le lac gèle assez fréquemment l'hiver, de façon partielle ou totale

A **16h30**, reprise de notre car pour le retour à Cologny en fin de journée.

PRIX PAR PERSONNE

CHF 95.00 pour les membres colognotes

CHF 105.00 pour les membres sympathisants

Compris dans le prix :

- Voyage en car 4* tout confort, air conditionné, frigo, W.-C., vidéo, sièges inclinables, cale-pied
- La pause café-croissant
- La visite guidée du musée du CIMA
- Le repas de midi à Malbuisson
- Les boissons au cours du repas

MODALITES D'INSCRIPTION AUPRES DE MONIQUE HAUSERMANN

Dernier délai pour l'inscription et le paiement : vendredi 25 octobre 2019

Au moyen du bulletin d'inscription **No 1.**

FÊTE DE L'ESCALADE

Jeudi 5 décembre 2019 à 12h00

Lieu : Salle Communale de Cologny



MENU

Apéritif : Kir

* * *

**Ballotine de foie gras et bœuf
Chutney de figues
Jeunes pousses
Pain d'épices**

* * *

**Épaule de veau confite et morilles
Gratin de pommes de terre
Légumes du marché**

* * *

**Tartelette au citron yuzu
Meringue et sorbet framboise**

A la fin du repas, nous procéderons au bris de la marmite.

Moment officiel

Nous aurons le plaisir de recevoir Monsieur le Professeur Jacques Berchtold, Directeur de la Fondation Martin Bodmer.

Monsieur Berchtold nous fera une allocution intitulée "Guerre et Paix à Coligny".

Inscriptions

Répondant à des impératifs d'organisation, **SEULES** les inscriptions adressées à:

**Monsieur Pierre-Alain SCHREYER
Chemin de la Tulette 3
1223 Coligny**

soit par e-mail: pa8schreyer@gmail.com

soit sur le site internet du club: www.ainescologny.ch

soit par poste au moyen du bulletin d'inscription **No 2.**

seront prises en considération.

Dernier délai : vendredi 29 novembre 2019

Prix : CHF 40.00 pour chaque membre du club (y compris jus d'orange, eaux minérales, vins, café ou thé)

A payer sur place !

ATTENTION !

Les personnes inscrites, qui n'auraient pas pris la précaution d'annoncer leur absence au moins 3 jours ouvrables avant le repas, soit le samedi 30 novembre 2019, devront obligatoirement en payer le prix.

Noël au Club

Mercredi 18 décembre 2019 à 15h00

Lieu : Local des Aînés – 4, chemin Faguillon



Dans l'amitié, nous pourrions partager nos joies et oublier nos soucis en cette fin d'année. Nous comptons sur chacun pour apporter une pâtisserie sucrée ou salée pour un goûter-partage, le thé et le vin étant offerts par le Club.

Remarques

Nous tenons à remercier toutes les personnes ayant contribué par des dons en nature, en argent et en temps à la réussite de notre stand "pâtisserie" du 1^{er} août. Le bénéfice réalisé s'élève à CHF 720.00.

Le Club qui marche



Nous vous rappelons nos marches d'une durée de 2h à 3h :

Jeudi 24 octobre "Les deux Châteaux d'Allinges - Thonon" (F)



Cette courte randonnée permet de visiter les vestiges emblématiques de l'histoire du Chablais, d'admirer une superbe fresque murale du XIe siècle dans la chapelle romane et de bénéficier, par temps clair, d'un splendide panorama sur le Léman et les sommets avoisinants. Durée avec visites : 2 heures, dénivelé 175 m., bonnes chaussures, bâtons conseillés, euros et carte d'identité.

Départ : à 13h30 de la Planta en 

Toutes ces belles balades sont sous la houlette de notre cher ami Walter Gehri.



Venez nombreux découvrir les merveilles de la nature

SORTIE DES AINES DE LA COMMUNE

En cliquant sur ce lien vous pouvez consulter les photos de la sortie des aînés de la commune

<https://photos.app.goo.gl/uHL6FJEDAu8J8tLH8>

COURS INFORMATIQUES

Cours sur PC pour Microsoft-Windows par Pascal Bujard et Pierre-Yves Vallon

Ces cours sont donnés au local des aînés. Vous pouvez consulter le programme sur notre site :

www.ainescology.ch