

|   |           |
|---|-----------|
| Index des cours par date .....                                | 3         |
| Index des cours par région et catégorie .....                 | 6         |
| Assemblée générale .....                                      | 9         |
| Comité .....  | 10        |
| L'Université Populaire de la Broye .....                      | 11        |
| Conditions générales de participation .....                   | 12        |
| <b>ARTS &amp; CRÉATIVITÉ [A&amp;C] .....</b>                  | <b>14</b> |
| <b>CUISINE &amp; DÉGUSTATION [C&amp;D] .....</b>              | <b>28</b> |
| <b>CULTURE, GÉO, HISTOIRE &amp; MUSIQUE [CGH&amp;M] .....</b> | <b>33</b> |
| <b>DÉVELOPPEMENT DURABLE [DD] .....</b>                       | <b>37</b> |
| <b>DÉVELOPPEMENT PERSONNEL [DP] .....</b>                     | <b>39</b> |
| <b>LANGUES [L] .....</b>                                      | <b>56</b> |
| <b>TECHNIQUE &amp; INFORMATIQUE [T&amp;I] .....</b>           | <b>61</b> |
| Adresses des autres UP vaudoises .....                        | 64        |



L'Université Populaire ne dispose pas d'un secrétariat permanent.  
Dès lors, nous vous invitons à envoyer vos éventuelles questions  
à l'adresse mail ci-dessous.  
Vous avez également la possibilité de nous laisser un message sur le  
répondeur.

Quel que soit le moyen choisi, nous nous efforcerons de vous répondre  
le plus rapidement possible.

Le secrétariat est fermé durant les vacances scolaires du canton de Vaud.

POUR TOUT RENSEIGNEMENT

**Université Populaire de la Broye**

Annelore Santos, administratrice

Rte d'Oron 161

1676 Chavannes-les-Forts

T. +41 26 666 16 88

**[info@upbroye.ch](mailto:info@upbroye.ch)**

Vous souhaitez soutenir l'association avec un don solidaire ?

Vous trouverez notre n° IBAN ci-dessous.

Nous vous remercions par avance de votre soutien !

CCP : CH73 0900 0000 1002 0293 6

UNIVERSITÉ POPULAIRE DE LA BROYE

1530 Payerne

## INDEX DES COURS PAR DATE

| Date       | Titre   | Cat.  | N° cours     | Pg |
|------------|---|-------|--------------|----|
| 23.09.2025 | Atelier pratique sur l'application Canva pour Instagram (session 1)                   | T&I   | 2526-P-700-1 | 61 |
| 23.09.2025 | Italien A1 > A2 – 1 <sup>er</sup> trimestre   | L     | 2526-P-604-1 | 58 |
| 23.09.2025 | Italien Débutants A1 – 1 <sup>er</sup> trimestre                                      | L     | 2526-P-605-1 | 59 |
| 23.09.2025 | Yoga Payerne – 1 <sup>er</sup> trimestre (horaire 1)                                  | DP    | 2526-P-516-1 | 48 |
| 23.09.2025 | Yoga Payerne – 1 <sup>er</sup> trimestre (horaire 2)                                  | DP    | 2526-P-517-1 | 49 |
| 24.09.2025 | Pilates Payerne – 1 <sup>er</sup> trimestre (horaire 1)                               | DP    | 2526-P-518-1 | 50 |
| 24.09.2025 | Pilates Payerne – 1 <sup>er</sup> trimestre (horaire 2)                               | DP    | 2526-P-519-1 | 51 |
| 24.09.2025 | Pilates Payerne – 1 <sup>er</sup> trimestre (horaire 3)                               | DP    | 2526-P-520-1 | 52 |
| 25.09.2025 | Philosophie 1 : Maître Eckhart (vers 1260-vers 1328)                                  | DP    | 2526-M-505-1 | 42 |
| 25.09.2025 | Pilates Oron – 1 <sup>er</sup> trimestre  | DP    | 2526-O-507-1 | 45 |
| 29.09.2025 | Anglais avancé B1 > B2 – 1 <sup>er</sup> trimestre                                    | L     | 2526-M-600-1 | 56 |
| 29.09.2025 | Anglais moyen A2 > B1 – 1 <sup>er</sup> trimestre                                     | L     | 2526-P-606-1 | 60 |
| 29.09.2025 | Bijoux en filigrane d'argent : créez votre première pièce unique à la main            | A&C   | 2526-P-113   | 24 |
| 29.09.2025 | Yoga Moudon – 1 <sup>er</sup> trimestre   | DP    | 2526-M-504-1 | 41 |
| 30.09.2025 | Anglais moyen B1 – 1 <sup>er</sup> semestre   | L     | 2526-M-601-1 | 57 |
| 30.09.2025 | Allemand A2 – 1 <sup>er</sup> semestre  | L     | 2526-M-602-1 | 57 |
| 04.10.2025 | Dentelles – Variante Bedfordshire floral sur 3 samedis                                | A&C   | 2526-O-106-1 | 21 |
| 04.10.2025 | Formation de permaculture au cours des saisons – Automne                              | DD    | 2526-A-400-1 | 37 |
| 05.10.2025 | Batch cooking spécial lunchbox  | C&D   | 2526-P-208-1 | 30 |
| 09.10.2025 | Découverte de l'hypnose en groupe   | DP    | 2526-O-508-1 | 45 |
| 11.10.2025 | Visite de la Ferme Chautems à Lugnorre et confection d'une couronne en fleurs séchées | A&C   | 2526-A-100   | 14 |
| 27.10.2025 | Qi Gong Avenches – 1 <sup>er</sup> trimestre  | DP    | 2526-A-500-1 | 39 |
| 28.10.2025 | 1895-2025 : 130 ans de cinéma, voyage à travers l'histoire du 7 <sup>e</sup> art      | CGH&M | 2526-P-305   | 36 |
| 28.10.2025 | Lithothérapie : la magie des pierres  | DP    | 2526-O-509-1 | 46 |
| 28.10.2025 | Philosophie 2 : G. K. Chesterton (1874-1936)  | DP    | 2526-M-505-2 | 42 |
| 29.10.2025 | Mix media   | A&C   | 2526-O-107-1 | 22 |
| 06.11.2025 | Découverte du Journal Créatif   | A&C   | 2526-A-101   | 14 |
| 06.11.2025 | Un voyage culinaire en Afrique du Sud   | C&D   | 2526-M-202   | 28 |
| 08.11.2025 | A la rencontre de mes émotions, ces amies qui me veulent du bien. Du chaos au calme   | DP    | 2526-A-503   | 40 |
| 08.11.2025 | Dentelles de Noël aux fuseaux   | A&C   | 2526-O-106-2 | 21 |
| 08.11.2025 | Saponification : confectionner ses propres savons SAF comme cadeau de Noël            | DP    | 2526-O-511-1 | 47 |
| 09.11.2025 | Batch cooking spécial récréé pour les enfants   | C&D   | 2526-P-208-2 | 31 |
| 13.11.2025 | Atelier culinaire raffiné – cuisiner en couple  | C&D   | 2526-A-201-1 | 28 |
| 13.11.2025 | Initiation à l'auto-hypnose en groupe   | DP    | 2526-O-510-1 | 46 |
| 15.11.2025 | Prendre la parole en public avec impact et persuasion                                 | DP    | 2526-P-521-1 | 53 |
| 15.11.2025 | Vivre l'anglais : une journée en immersion !  | L     | 2526-M-603   | 58 |
| 18.11.2025 | Apprendre à écouter, tout un art  | DP    | 2526-A-502   | 40 |
| 19.11.2025 | Atelier ail noir  | C&D   | 2526-O-204   | 29 |
| 19.11.2025 | Atelier Cartes de Noël  | A&C   | 2526-O-108   | 22 |
| 19.11.2025 | Méditation-relaxation, un voyage à l'intérieur de soi                                 | DP    | 2526-A-501-1 | 39 |
| 20.11.2025 | Aromathérapie : la magie des plantes  | DP    | 2526-O-506-1 | 44 |
| 20.11.2025 | Philosophie 3 : Pavel Florensky (1882-1937)   | DP    | 2526-M-505-3 | 43 |
| 21.11.2025 | AG – Conférence : Mieux comprendre le TDAH : au-delà des idées reçues                 | DP    | 2526-P-522   | 53 |
| 25.11.2025 | Le Soleil : en connaître un rayon...  | CGH&M | 2526-M-301   | 33 |

| Date       | Titre  | Cat.  | N° cours     | Pg |
|------------|--|-------|--------------|----|
| 29.11.2025 | Aquarelle d'automne  | A&C   | 2526-P-114-1 | 25 |
| 01.12.2025 | Cosmétologie : composer naturellement ses cadeaux de Noël !                                | DP    | 2526-O-512   | 47 |
| 04.12.2025 | Atelier créatif : Décorations de Noël en macramé à suspendre                               | A&C   | 2526-A-102-1 | 15 |
| 04.12.2025 | Organiser son foyer face aux situations d'urgence  | DP    | 2526-P-523   | 54 |
| 04.12.2025 | Window'graf de Noël  | A&C   | 2526-O-109   | 23 |
| 06.12.2025 | Atelier de Macramé – Spécial Noël  | A&C   | 2526-P-115-1 | 25 |
| 07.12.2025 | Batch cooking spécial autour du monde  | C&D   | 2526-P-208-3 | 31 |
| 09.12.2025 | Atelier création de bijoux en argent – Réalisez vos boucles d'oreilles en cercles martelés | A&C   | 2526-A-103-1 | 17 |
| 05.01.2026 | Anglais avancé B1 > B2 – 2 <sup>e</sup> trimestre  | L     | 2526-M-600-2 | 56 |
| 05.01.2026 | Qi Gong Avenches – 2 <sup>e</sup> trimestre  | DP    | 2526-A-500-2 | 39 |
| 05.01.2026 | Yoga Moudon – 2 <sup>e</sup> trimestre   | DP    | 2526-M-504-2 | 41 |
| 06.01.2026 | Anglais moyen B1 – 2 <sup>e</sup> semestre   | L     | 2526-M-601-2 | 57 |
| 06.01.2026 | Atelier pratique sur l'application Canva pour Instagram (session 2)                        | T&I   | 2526-P-700-2 | 61 |
| 06.01.2026 | Italien A1 > A2 – 2 <sup>e</sup> trimestre   | L     | 2526-P-604-2 | 58 |
| 06.01.2026 | Italien Débutants A1 – 2 <sup>e</sup> trimestre  | L     | 2526-P-605-2 | 59 |
| 07.01.2026 | Pilates Payerne – 2 <sup>e</sup> trimestre (horaire 1)                                     | DP    | 2526-P-518-2 | 50 |
| 07.01.2026 | Pilates Payerne – 2 <sup>e</sup> trimestre (horaire 2)                                     | DP    | 2526-P-519-2 | 51 |
| 07.01.2026 | Pilates Payerne – 2 <sup>e</sup> trimestre (horaire 3)                                     | DP    | 2526-P-520-2 | 52 |
| 08.01.2026 | Pilates Oron – 2 <sup>e</sup> trimestre  | DP    | 2526-O-507-2 | 45 |
| 10.01.2026 | Dessine-moi un carnet de voyage  | A&C   | 2526-P-116   | 27 |
| 12.01.2026 | Anglais moyen A2 > B1 – 2 <sup>e</sup> trimestre   | L     | 2526-P-606-2 | 60 |
| 13.01.2026 | Atelier créatif : Décoration feuille en macramé à suspendre                                | A&C   | 2526-A-102-2 | 15 |
| 13.01.2026 | Yoga Payerne – 2 <sup>e</sup> trimestre (horaire 1)  | DP    | 2526-P-516-2 | 48 |
| 13.01.2026 | Yoga Payerne – 2 <sup>e</sup> trimestre (horaire 2)  | DP    | 2526-P-517-2 | 49 |
| 15.01.2026 | Aquarelle, technique de base   | A&C   | 2526-P-114-2 | 25 |
| 17.01.2026 | Formation de permaculture au cours des saisons – Hiver                                     | DD    | 2526-A-400-2 | 37 |
| 18.01.2026 | Batch cooking spécial petit déjeuner   | C&D   | 2526-P-208-4 | 32 |
| 29.01.2026 | Atelier « Je cuisine mes émotions et je trouve ma recette intérieure »                     | C&D   | 2526-O-206-1 | 29 |
| 29.01.2026 | Philosophie 4 : Edith Stein (1891-1942)  | DP    | 2526-M-505-4 | 43 |
| 03.02.2026 | Cours de création de contenu pour Instagram (session 1)                                    | T&I   | 2526-P-701-1 | 62 |
| 08.02.2026 | Batch cooking spécial lunchbox   | C&D   | 2526-P-208-5 | 30 |
| 11.02.2026 | Méditation-relaxation, un voyage à l'intérieur de soi                                      | DP    | 2526-A-501-2 | 39 |
| 12.02.2026 | Aromathérapie : la magie des plantes   | DP    | 2526-O-506-2 | 44 |
| 12.02.2026 | Atelier culinaire raffiné – cuisiner en couple   | C&D   | 2526-A-201-2 | 28 |
| 24.02.2026 | Allemand A2 – 2 <sup>e</sup> semestre  | L     | 2526-M-602-2 | 57 |
| 26.02.2026 | Philosophie 5 : Emmanuel Lévinas (1906-1995)   | DP    | 2526-M-505-5 | 43 |
| 01.03.2026 | Batch cooking spécial récréé pour les enfants  | C&D   | 2526-P-208-6 | 31 |
| 03.03.2026 | Cours de dessin et d'aquarelle   | A&C   | 2526-M-105   | 20 |
| 03.03.2026 | Lithothérapie : la magie des pierres   | DP    | 2526-O-509-2 | 46 |
| 04.03.2026 | Quand la Terre tremble... en Suisse également !  | CGH&M | 2526-M-302   | 34 |
| 05.03.2026 | Atelier créatif : Suspension pour plante en macramé  | A&C   | 2526-A-102-3 | 16 |
| 05.03.2026 | Découverte de l'hypnose en groupe  | DP    | 2526-O-508-2 | 45 |
| 10.03.2026 | Atelier création de bijoux en argent – Réaliser une bague réticulée en argent              | A&C   | 2526-A-103-2 | 18 |
| 12.03.2026 | Atelier ménopause et nutrition   | C&D   | 2526-O-207-1 | 30 |
| 14.03.2026 | Atelier de Macramé : Décorations de Pâques et suspensions florales                         | A&C   | 2526-P-115-2 | 26 |

| Date       | Titre  | Cat.  | N° cours     | Pg |
|------------|--|-------|--------------|----|
| 18.03.2026 | Trèves, une capitale d'empire sur fond gaulois                                       | CGH&M | 2526-A-300   | 33 |
| 19.03.2026 | Hand Lettering – cours de base   | A&C   | 2526-0-110   | 23 |
| 19.03.2026 | Quilling – Formes de base  | A&C   | 2526-A-104-1 | 19 |
| 21.03.2026 | Maîtriser LinkedIn : Développer son réseau, son activité et sa crédibilité           | T&I   | 2526-P-702   | 62 |
| 21.03.2026 | Vivre l'italien : une journée en immersion !   | L     | 2526-P-607   | 60 |
| 23.03.2026 | Yoga Moudon – 3 <sup>e</sup> trimestre   | DP    | 2526-M-504-3 | 41 |
| 26.03.2026 | Pasta, pasta, pasta  | C&D   | 2526-M-203   | 28 |
| 26.03.2026 | Philosophie 6 : Léon Tolstoï (1828-1910)   | DP    | 2526-M-505-6 | 44 |
| 28.03.2026 | Prendre la parole en public avec impact et persuasion                                | DP    | 2526-P-521-2 | 53 |
| 30.03.2026 | Anglais moyen A2 > B1 – 3 <sup>e</sup> trimestre                                     | L     | 2526-P-606-3 | 60 |
| 31.03.2026 | Italien A1 > A2 – 3 <sup>e</sup> trimestre   | L     | 2526-P-604-3 | 58 |
| 31.03.2026 | Italien Débutants A1 – 3 <sup>e</sup> trimestre                                      | L     | 2526-P-605-3 | 59 |
| 02.04.2026 | Yoga du visage   | DP    | 2526-P-524   | 54 |
| 20.04.2026 | Anglais avancé B1 > B2 – 3 <sup>e</sup> trimestre                                    | L     | 2526-M-600-3 | 56 |
| 20.04.2026 | Qi Gong Avenches – 3 <sup>e</sup> trimestre  | DP    | 2526-A-500-3 | 39 |
| 20.04.2026 | Saponification : confectionner ses propres savons SAF                                | DP    | 2526-0-511-2 | 47 |
| 21.04.2026 | Cours de création de contenu pour Instagram (session 2)                              | T&I   | 2526-P-701-2 | 62 |
| 21.04.2026 | Créer, filmer, monter : réalisez votre vidéo avec votre smartphone                   | T&I   | 2526-P-703   | 63 |
| 21.04.2026 | Yoga Payerne – 3 <sup>e</sup> trimestre (horaire 1)                                  | DP    | 2526-P-516-3 | 62 |
| 21.04.2026 | Yoga Payerne – 3 <sup>e</sup> trimestre (horaire 2)                                  | DP    | 2526-P-517-3 | 49 |
| 22.04.2026 | Atelier "Je cuisine mes émotions et je trouve ma recette intérieure"                 | C&D   | 2526-0-206-2 | 29 |
| 22.04.2026 | Pilates Payerne – 3 <sup>e</sup> trimestre (horaire 1)                               | DP    | 2526-P-518-3 | 50 |
| 22.04.2026 | Pilates Payerne – 3 <sup>e</sup> trimestre (horaire 2)                               | DP    | 2526-P-519-3 | 51 |
| 22.04.2026 | Pilates Payerne – 3 <sup>e</sup> trimestre (horaire 3)                               | DP    | 2526-P-520-3 | 52 |
| 23.04.2026 | Pilates Oron – 3 <sup>e</sup> trimestre  | DP    | 2526-0-507-3 | 45 |
| 23.04.2026 | Quilling – Former des Lettres Majuscules   | A&C   | 2526-A-104-2 | 20 |
| 23.04.2026 | Regards sur 3 lieux emblématiques de la région : le Théâtre du Jorat                 | CGH&M | 2526-M-303-1 | 34 |
| 25.04.2026 | 26 <sup>e</sup> année des promenades culturelles : visite guidée de Moudon           | CGH&M | 2526-M-304   | 35 |
| 25.04.2026 | Formation de permaculture au cours des saisons – Printemps                           | DD    | 2526-A-400-3 | 37 |
| 25.04.2026 | Hypersensibilité   | DP    | 2526-P-525   | 55 |
| 26.04.2026 | Batch cooking spécial apéro  | C&D   | 2526-P-208-7 | 32 |
| 30.04.2026 | Initiation à l'auto-hypnose en groupe  | DP    | 2526-0-510-2 | 46 |
| 30.04.2026 | Regards sur 3 lieux emblématiques de la région : le Théâtre Barnabé de Servion       | CGH&M | 2526-M-303-2 | 35 |
| 07.05.2026 | Hand Lettering PLUS – Nouvelles écritures  | A&C   | 2526-0-111   | 23 |
| 12.05.2026 | Atelier création de bijoux en argent – Réaliser une bague avec un décor              | A&C   | 2526-A-103-3 | 19 |
| 21.05.2026 | Gemmothérapie : se soigner avec les bourgeons de plantes                             | DP    | 2526-0-513   | 48 |
| 21.05.2026 | Regards sur 3 lieux emblématiques de la région : les ateliers de l'Opéra de Lausanne | CGH&M | 2526-M-303-3 | 35 |
| 27.05.2026 | Mix media  | A&C   | 2526-0-107-2 | 22 |
| 02.06.2026 | Atelier créatif : Lanterne suspendue en macramé pour bougie                          | A&C   | 2526-A-102-4 | 16 |
| 02.06.2026 | Atelier pratique sur l'application Canva pour Instagram (session 3)                  | T&I   | 2526-P-700-3 | 61 |
| 04.06.2026 | Atelier ménopause et nutrition   | C&D   | 2526-0-207-2 | 30 |
| 06.06.2026 | Atelier de Macramé – niveau avancé   | A&C   | 2526-P-115-3 | 26 |
| 10.06.2026 | Atelier Carnet de Voyages/Souvenirs  | A&C   | 2526-0-112   | 24 |
| 27.06.2026 | Visite de la ferme de spiruline MaSpiruline  | DD    | 2526-A-401   | 38 |
| 04.07.2026 | Formation de permaculture au cours des saisons – Été                                 | DD    | 2526-A-400-4 | 37 |

## INDEX DES COURS PAR RÉGION ET CATÉGORIE

AVENCHES

| N° cours     | Cat.  | Titre  | Date       | Pg |
|--------------|-------|--|------------|----|
| 2526-A-100   | A&C   | Visite de la Ferme Chautems à Lugnorre et confection d'une couronne en fleurs séchées      | 11.10.2025 | 14 |
| 2526-A-101   | A&C   | Découverte du Journal Créatif  | 06.11.2025 | 14 |
| 2526-A-102-1 | A&C   | Atelier créatif : Décorations de Noël en macramé à suspendre                               | 04.12.2025 | 15 |
| 2526-A-102-2 | A&C   | Atelier créatif : Décoration feuille en macramé à suspendre                                | 13.01.2026 | 15 |
| 2526-A-102-3 | A&C   | Atelier créatif : Suspension pour plante en macramé  | 05.03.2026 | 16 |
| 2526-A-102-4 | A&C   | Atelier créatif : Lanterne suspendue en macramé pour bougie                                | 02.06.2026 | 16 |
| 2526-A-103-1 | A&C   | Atelier création de bijoux en argent – Réalisez vos boucles d'oreilles en cercles martelés | 09.12.2025 | 17 |
| 2526-A-103-2 | A&C   | Atelier création de bijoux en argent – Réaliser une bague réticulée en argent              | 10.03.2026 | 18 |
| 2526-A-103-3 | A&C   | Atelier création de bijoux en argent – Réaliser une bague avec un décor                    | 12.05.2026 | 19 |
| 2526-A-104-1 | A&C   | Quilling – Formes de base  | 19.03.2026 | 19 |
| 2526-A-104-2 | A&C   | Quilling – Former des Lettres Majuscules   | 23.04.2026 | 20 |
| 2526-A-201-1 | C&D   | Atelier culinaire raffiné – cuisiner en couple   | 13.11.2025 | 28 |
| 2526-A-201-2 | C&D   | Atelier culinaire raffiné – cuisiner en couple   | 12.02.2026 | 28 |
| 2526-A-300   | CGH&M | Trèves, une capitale d'empire sur fond gaulois   | 18.03.2026 | 33 |
| 2526-A-400-1 | DD    | Formation de permaculture au cours des saisons – Automne                                   | 04.10.2025 | 37 |
| 2526-A-400-2 | DD    | Formation de permaculture au cours des saisons – Hiver                                     | 17.01.2026 | 37 |
| 2526-A-400-3 | DD    | Formation de permaculture au cours des saisons – Printemps                                 | 25.04.2026 | 37 |
| 2526-A-400-4 | DD    | Formation de permaculture au cours des saisons – Été                                       | 04.07.2026 | 37 |
| 2526-A-401   | DD    | Visite de la ferme de spiruline MaSpiruline  | 27.06.2026 | 38 |
| 2526-A-500-1 | DP    | Qi Gong Avenches – 1 <sup>er</sup> trimestre   | 27.10.2025 | 39 |
| 2526-A-500-2 | DP    | Qi Gong Avenches – 2 <sup>e</sup> trimestre  | 05.01.2026 | 39 |
| 2526-A-500-3 | DP    | Qi Gong Avenches – 3 <sup>e</sup> trimestre  | 20.04.2026 | 39 |
| 2526-A-501-1 | DP    | Méditation-relaxation, un voyage à l'intérieur de soi                                      | 19.11.2025 | 39 |
| 2526-A-501-2 | DP    | Méditation-relaxation, un voyage à l'intérieur de soi                                      | 11.02.2026 | 39 |
| 2526-A-502   | DP    | Apprendre à écouter, tout un art   | 18.11.2025 | 40 |
| 2526-A-503   | DP    | A la rencontre de mes émotions, ces amies qui me veulent du bien. Du chaos au calme        | 08.11.2025 | 40 |
| 2526-M-105   | A&C   | Cours de dessin et d'aquarelle   | 03.03.2026 | 20 |
| 2526-M-202   | C&D   | Un voyage culinaire en Afrique du Sud  | 06.11.2025 | 28 |
| 2526-M-203   | C&D   | Pasta, pasta, pasta  | 26.03.2026 | 28 |
| 2526-M-301   | CGH&M | Le Soleil : en connaître un rayon...   | 25.11.2025 | 33 |
| 2526-M-302   | CGH&M | Quand la Terre tremble... en Suisse également !  | 04.03.2026 | 34 |
| 2526-M-303-1 | CGH&M | Regards sur 3 lieux emblématiques de la région : le Théâtre du Jorat                       | 23.04.2026 | 34 |
| 2526-M-303-2 | CGH&M | Regards sur 3 lieux emblématiques de la région : le Théâtre Barnabé de Servin              | 30.04.2026 | 35 |
| 2526-M-303-3 | CGH&M | Regards sur 3 lieux emblématiques de la région : les ateliers de l'Opéra de Lausanne       | 21.05.2026 | 35 |
| 2526-M-304   | CGH&M | 26 <sup>e</sup> année des promenades culturelles : visite guidée de Moudon                 | 25.04.2026 | 35 |
| 2526-M-504-1 | DP    | Yoga Moudon – 1 <sup>er</sup> trimestre  | 29.09.2025 | 41 |
| 2526-M-504-2 | DP    | Yoga Moudon – 2 <sup>e</sup> trimestre   | 05.01.2026 | 41 |
| 2526-M-504-3 | DP    | Yoga Moudon – 3 <sup>e</sup> trimestre   | 23.03.2026 | 41 |
| 2526-M-505-1 | DP    | Philosophie 1 : Maître Eckhart (vers 1260-vers 1328)                                       | 25.09.2025 | 42 |
| 2526-M-505-2 | DP    | Philosophie 2 : G. K. Chesterton (1874-1936)   | 28.10.2025 | 42 |
| 2526-M-505-3 | DP    | Philosophie 3 : Pavel Florensky (1882-1937)  | 20.11.2025 | 43 |
| 2526-M-505-4 | DP    | Philosophie 4 : Edith Stein (1891-1942)  | 29.01.2026 | 43 |
| 2526-M-505-5 | DP    | Philosophie 5 : Emmanuel Lévinas (1906-1995)   | 26.02.2026 | 43 |
| 2526-M-505-6 | DP    | Philosophie 6 : Léon Tolstoï (1828-1910)   | 26.03.2026 | 44 |

MOUDON

ORON

| N° cours     | Cat. | Titre  | Date       | Pg |
|--------------|------|--|------------|----|
| 2526-M-600-1 | L    | Anglais avancé B1 > B2 – 1 <sup>er</sup> trimestre                         | 29.09.2025 | 56 |
| 2526-M-600-2 | L    | Anglais avancé B1 > B2 – 2 <sup>e</sup> trimestre                          | 05.01.2026 | 56 |
| 2526-M-600-3 | L    | Anglais avancé B1 > B2 – 3 <sup>e</sup> trimestre                          | 20.04.2026 | 56 |
| 2526-M-601-1 | L    | Anglais moyen B1 – 1 <sup>er</sup> semestre                                | 30.09.2025 | 57 |
| 2526-M-601-2 | L    | Anglais moyen B1 – 2 <sup>e</sup> semestre                                 | 06.01.2026 | 57 |
| 2526-M-602-1 | L    | Allemand A2 – 1 <sup>er</sup> semestre                                     | 30.09.2025 | 57 |
| 2526-M-602-2 | L    | Allemand A2 – 2 <sup>e</sup> semestre                                      | 24.02.2026 | 57 |
| 2526-M-603   | L    | Vivre l'anglais : une journée en immersion !                               | 15.11.2025 | 58 |
| 2526-0-106-1 | A&C  | Dentelles – Variante Bedfordshire floral sur 3 samedis                     | 04.10.2025 | 21 |
| 2526-0-106-2 | A&C  | Dentelles de Noël aux fuseaux  | 08.11.2025 | 21 |
| 2526-0-107-1 | A&C  | Mix media  | 29.10.2025 | 22 |
| 2526-0-107-2 | A&C  | Mix media  | 27.05.2026 | 22 |
| 2526-0-108   | A&C  | Atelier Cartes de Noël   | 19.11.2025 | 22 |
| 2526-0-109   | A&C  | Window'graf de Noël  | 04.12.2025 | 23 |
| 2526-0-110   | A&C  | Hand Lettering – cours de base   | 19.03.2026 | 23 |
| 2526-0-111   | A&C  | Hand Lettering PLUS – Nouvelles écritures                                  | 07.05.2026 | 23 |
| 2526-0-112   | A&C  | Atelier Carnet de Voyages/Souvenirs  | 10.06.2026 | 24 |
| 2526-0-204   | C&D  | Atelier ail noir   | 19.11.2025 | 29 |
| 2526-0-206-1 | C&D  | Atelier « Je cuisine mes émotions et je trouve ma recette intérieure »     | 29.01.2026 | 29 |
| 2526-0-206-2 | C&D  | Atelier « Je cuisine mes émotions et je trouve ma recette intérieure »     | 22.04.2026 | 29 |
| 2526-0-207-1 | C&D  | Atelier ménopause et nutrition   | 12.03.2026 | 30 |
| 2526-0-207-2 | C&D  | Atelier ménopause et nutrition   | 04.06.2026 | 30 |
| 2526-0-506-1 | DP   | Aromathérapie : la magie des plantes                                       | 20.11.2025 | 44 |
| 2526-0-506-2 | DP   | Aromathérapie : la magie des plantes                                       | 12.02.2026 | 44 |
| 2526-0-507-1 | DP   | Pilates Oron – 1 <sup>er</sup> trimestre                                   | 25.09.2025 | 45 |
| 2526-0-507-2 | DP   | Pilates Oron – 2 <sup>e</sup> trimestre                                    | 08.01.2026 | 45 |
| 2526-0-507-3 | DP   | Pilates Oron – 3 <sup>e</sup> trimestre                                    | 23.04.2026 | 45 |
| 2526-0-508-1 | DP   | Découverte de l'hypnose en groupe  | 09.10.2025 | 45 |
| 2526-0-508-2 | DP   | Découverte de l'hypnose en groupe  | 05.03.2026 | 45 |
| 2526-0-509-1 | DP   | Lithothérapie : la magie des pierres                                       | 28.10.2025 | 46 |
| 2526-0-509-2 | DP   | Lithothérapie : la magie des pierres                                       | 03.03.2026 | 46 |
| 2526-0-510-1 | DP   | Initiation à l'auto-hypnose en groupe                                      | 13.11.2025 | 46 |
| 2526-0-510-2 | DP   | Initiation à l'auto-hypnose en groupe                                      | 30.04.2026 | 46 |
| 2526-0-511-1 | DP   | Saponification : confectionner ses propres savons SAF comme cadeau de Noël | 08.11.2025 | 47 |
| 2526-0-511-2 | DP   | Saponification : confectionner ses propres savons SAF                      | 20.04.2026 | 47 |
| 2526-0-512   | DP   | Cosmétologie : composer naturellement ses cadeaux de Noël!                 | 01.12.2025 | 47 |
| 2526-0-513   | DP   | Gemmothérapie : se soigner avec les bourgeons de plantes                   | 21.05.2026 | 48 |
| 2526-P-113   | A&C  | Bijoux en filigrane d'argent : créez votre première pièce unique à la main | 29.09.2025 | 24 |
| 2526-P-114-1 | A&C  | Aquarelle d'automne  | 29.11.2025 | 25 |
| 2526-P-114-2 | A&C  | Aquarelle, technique de base   | 15.01.2026 | 25 |
| 2526-P-115-1 | A&C  | Atelier de Macramé – Spécial Noël  | 06.12.2025 | 25 |
| 2526-P-115-2 | A&C  | Atelier de Macramé : Décorations de Pâques et suspensions florales         | 14.03.2026 | 26 |
| 2526-P-115-3 | A&C  | Atelier de Macramé – niveau avancé   | 06.06.2026 | 26 |
| 2526-P-116   | A&C  | Dessine-moi un carnet de voyage  | 10.01.2026 | 27 |
| 2526-P-208-1 | C&D  | Batch cooking spécial lunchbox   | 05.10.2025 | 30 |

PAYERNE

| N° cours     | Cat.  | Titre  | Date       | Pg |
|--------------|-------|--|------------|----|
| 2526-P-208-2 | C&D   | Batch cooking spécial récré pour les enfants                                     | 09.11.2025 | 31 |
| 2526-P-208-3 | C&D   | Batch cooking spécial autour du monde  | 07.12.2025 | 31 |
| 2526-P-208-4 | C&D   | Batch cooking spécial petit déjeuner   | 18.01.2026 | 32 |
| 2526-P-208-5 | C&D   | Batch cooking spécial lunchbox   | 08.02.2026 | 30 |
| 2526-P-208-6 | C&D   | Batch cooking spécial récré pour les enfants                                     | 01.03.2026 | 31 |
| 2526-P-208-7 | C&D   | Batch cooking spécial apéro  | 26.04.2026 | 32 |
| 2526-P-305   | CGH&M | 1895-2025 : 130 ans de cinéma, voyage à travers l'histoire du 7 <sup>e</sup> art | 28.10.2025 | 36 |
| 2526-P-516-1 | DP    | Yoga Payerne – 1 <sup>er</sup> trimestre (horaire 1)                             | 23.09.2025 | 48 |
| 2526-P-516-2 | DP    | Yoga Payerne – 2 <sup>e</sup> trimestre (horaire 1)                              | 13.01.2026 | 48 |
| 2526-P-516-3 | DP    | Yoga Payerne – 3 <sup>e</sup> trimestre (horaire 1)                              | 21.04.2026 | 48 |
| 2526-P-517-1 | DP    | Yoga Payerne – 1 <sup>er</sup> trimestre (horaire 2)                             | 23.09.2025 | 49 |
| 2526-P-517-2 | DP    | Yoga Payerne – 2 <sup>e</sup> trimestre (horaire 2)                              | 13.01.2026 | 49 |
| 2526-P-517-3 | DP    | Yoga Payerne – 3 <sup>e</sup> trimestre (horaire 2)                              | 21.04.2026 | 49 |
| 2526-P-518-1 | DP    | Pilates Payerne – 1 <sup>er</sup> trimestre (horaire 1)                          | 24.09.2025 | 50 |
| 2526-P-518-2 | DP    | Pilates Payerne – 2 <sup>e</sup> trimestre (horaire 1)                           | 07.01.2026 | 50 |
| 2526-P-518-3 | DP    | Pilates Payerne – 3 <sup>e</sup> trimestre (horaire 1)                           | 22.04.2026 | 50 |
| 2526-P-519-1 | DP    | Pilates Payerne – 1 <sup>er</sup> trimestre (horaire 2)                          | 24.09.2025 | 51 |
| 2526-P-519-2 | DP    | Pilates Payerne – 2 <sup>e</sup> trimestre (horaire 2)                           | 07.01.2026 | 51 |
| 2526-P-519-3 | DP    | Pilates Payerne – 3 <sup>e</sup> trimestre (horaire 2)                           | 22.04.2026 | 51 |
| 2526-P-520-1 | DP    | Pilates Payerne – 1 <sup>er</sup> trimestre (horaire 3)                          | 24.09.2025 | 52 |
| 2526-P-520-2 | DP    | Pilates Payerne – 2 <sup>e</sup> trimestre (horaire 3)                           | 07.01.2026 | 52 |
| 2526-P-520-3 | DP    | Pilates Payerne – 3 <sup>e</sup> trimestre (horaire 3)                           | 22.04.2026 | 52 |
| 2526-P-521-1 | DP    | Prendre la parole en public avec impact et persuasion                            | 15.11.2025 | 53 |
| 2526-P-521-2 | DP    | Prendre la parole en public avec impact et persuasion                            | 28.03.2026 | 53 |
| 2526-P-522   | DP    | AG – Conférence : Mieux comprendre le TDAH : au-delà des idées reçues            | 21.11.2025 | 53 |
| 2526-P-523   | DP    | Organiser son foyer face aux situations d'urgence                                | 04.12.2025 | 54 |
| 2526-P-524   | DP    | Yoga du visage   | 02.04.2026 | 54 |
| 2526-P-525   | DP    | Hypersensibilité   | 25.04.2026 | 55 |
| 2526-P-604-1 | L     | Italien A1 > A2 – 1 <sup>er</sup> trimestre                                      | 23.09.2025 | 58 |
| 2526-P-604-2 | L     | Italien A1 > A2 – 2 <sup>e</sup> trimestre                                       | 06.01.2026 | 58 |
| 2526-P-604-3 | L     | Italien A1 > A2 – 3 <sup>e</sup> trimestre                                       | 31.03.2026 | 58 |
| 2526-P-605-1 | L     | Italien Débutants A1 – 1 <sup>er</sup> trimestre                                 | 23.09.2025 | 59 |
| 2526-P-605-2 | L     | Italien Débutants A1 – 2 <sup>e</sup> trimestre                                  | 06.01.2026 | 59 |
| 2526-P-605-3 | L     | Italien Débutants A1 – 3 <sup>e</sup> trimestre                                  | 31.03.2026 | 59 |
| 2526-P-606-1 | L     | Anglais moyen A2 > B1 – 1 <sup>er</sup> trimestre                                | 29.09.2025 | 60 |
| 2526-P-606-2 | L     | Anglais moyen A2 > B1 – 2 <sup>e</sup> trimestre                                 | 12.01.2026 | 60 |
| 2526-P-606-3 | L     | Anglais moyen A2 > B1 – 3 <sup>e</sup> trimestre                                 | 30.03.2026 | 60 |
| 2526-P-607   | L     | Vivre l'italien : une journée en immersion !                                     | 21.03.2026 | 60 |
| 2526-P-700-1 | T&I   | Atelier pratique sur l'application Canva pour Instagram (session 1)              | 23.09.2025 | 61 |
| 2526-P-700-2 | T&I   | Atelier pratique sur l'application Canva pour Instagram (session 2)              | 06.01.2026 | 61 |
| 2526-P-700-3 | T&I   | Atelier pratique sur l'application Canva pour Instagram (session 3)              | 02.06.2026 | 61 |
| 2526-P-701-1 | T&I   | Cours de création de contenu pour Instagram (session 1)                          | 03.02.2026 | 62 |
| 2526-P-701-2 | T&I   | Cours de création de contenu pour Instagram (session 2)                          | 21.04.2026 | 62 |
| 2526-P-702   | T&I   | Maîtriser LinkedIn : Développer son réseau, son activité et sa crédibilité       | 21.03.2026 | 62 |
| 2526-P-703   | T&I   | Créer, filmer, monter : réalisez votre vidéo avec votre smartphone               | 21.04.2026 | 63 |

L'Université Populaire de la Broye est une association sans but lucratif animée par un comité bénévole. Nous vous remercions par avance de votre précieux soutien.

## **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ORDINAIRE**

**Vendredi 21 novembre 2025**

**De 19h00 à 19h45**

Aula du collège Derrière-la-Tour  
Rue Derrière-la-Tour 6 – 1530 Payerne

Notre assemblée générale est ouverte à tous  
et sera suivie dès 20h00 d'une conférence :

### **Mieux comprendre le TDAH: au-delà des idées reçues**

Conférencière: Daniela Brustolin, de l'ASPEDAH  
(voir cours 2526-P-522 – page 53)

Chapeau à la sortie.

Une verrée clôturera cette soirée.

#### **ORDRE DU JOUR**

1. Salutations
2. Approbation du PV de l'assemblée générale 2024
3. Rapport des co-présidentes et des responsables de cours
4. Rapport de la caissière et approbation des comptes 2024-2025
6. Élections au comité
7. Divers

Le procès-verbal de notre AG 2024 sera disponible pour lecture sur notre site internet [www.upbroye.ch](http://www.upbroye.ch) dès le 3 novembre 2025. Il ne sera pas lu le soir de l'assemblée.

Nous nous réjouissons de vous rencontrer prochainement aux manifestations de notre Université Populaire et vous adressons, chers membres et amis, nos salutations les meilleures.

# Comité UPB 2025-2026

CO-PRÉSIDENTES GERUM Wanda  
& MONESTIER-LINIGER Linda

VICE-PRÉSIDENTE SURCHAT Aurélie

ADMINISTRATRICE SANTOS Annelore

w.gerum@upbroye.ch  
l.monestier-liniger@upbroye.ch

a.surchat@upbroye.ch

info@upbroye.ch

## MEMBRES ET RESPONSABLES DE L'ORGANISATION DES COURS PAR RÉGION

|                      |   |   |
|----------------------|---|---|
| <b>Avenches</b>      | SANSONNENS-POUGET Liliane   | l.sansonnens-pouget@upbroye.ch  |
| <b>Payerne</b>       | GARCIA Carolina<br>GERUM Wanda<br>MONESTIER LINIGER Linda<br>NICOD Xavier | c.garcia@upbroye.ch<br>w.gerum@upbroye.ch<br>l.monestier-liniger@upbroye.ch<br>x.nicod@upbroye.ch |
| <b>Moudon</b>        | UMIGLIA Emmanuelle<br>MARTIN Sabine<br>ZYSSET Sophie                      | e.umiglia@upbroye.ch<br>s.martin@upbroye.ch<br>s.zysset@upbroye.ch                                |
| <b>Oron-la-Ville</b> | GALASSO Daniel<br>SURCHAT Aurélie   | d.galasso@upbroye.ch<br>a.surchat@upbroye.ch  |

## REMERCIEMENTS

Le comité de l'UPB remercie particulièrement :

Le Service des affaires culturelles de l'État de Vaud

Daniel Galasso, graphiste, pour la mise en page

L'imprimerie Groux Arts graphiques SA au Mont-sur-Lausanne pour l'impression

Ainsi que les communes d'Avenches, de Payerne, de Moudon, d'Henniez et d'Oron sans qui nous ne pourrions continuer nos activités.

# L'Université Populaire de la Broye

## C'est...

Une institution de formation des adultes qui a pour but de permettre à toutes celles et tous ceux qui le désirent d'**approfondir leurs connaissances**,

d'acquérir de **nouvelles compétences** et de **développer leur personnalité**,

un lieu d'**échanges humains** où les cours sont donnés et reçus **dans un esprit de convivialité et d'ouverture**,

un **enseignement diversifié** dans les régions d'**Avenches, Payerne, Moudon et Oron**.

À l'écoute des besoins des différents milieux de nos régions, elle offre une **formation variée, attrayante et efficace**, grâce à son réseau d'enseignant-e-s, et de spécialistes des domaines en question.

Elle est **ouverte à chacun-e**, aucun titre n'est exigé pour l'admission aux différents cours proposés.

De plus, l'Université Populaire de la Broye est rattachée à la **Fédération des Universités Populaires du canton de Vaud**. Elle est également membre de l'**Association des Universités Populaires de Suisse (AUPS)**.

Elle reçoit le soutien des Affaires culturelles de l'État de Vaud et des communes.

Avec le soutien de l'État de Vaud



## CONDITIONS GÉNÉRALES DE PARTICIPATION

Le programme des cours est adressé aux membres de l'Université Populaire de la Broye, ainsi qu'aux personnes qui en font la demande au secrétariat.

### INSCRIPTION ET PAIEMENTS

Les inscriptions aux cours se font impérativement par écrit au moyen de la carte d'inscription insérée dans notre brochure, via notre site Internet ([www.upbroye.ch](http://www.upbroye.ch)) ou par e-mail à [info@upbroye.ch](mailto:info@upbroye.ch). Aucune inscription ne pourra se faire par téléphone. Les inscriptions seront traitées par ordre de réception. **L'inscription en ligne garantit votre inscription en temps réel.**

Avec son inscription, le/la participant-e reconnaît avoir pris connaissance des conditions générales de participation.

Le prix du cours est à payer **avant la première leçon**. Pour ce faire, **une facture vous sera adressée confirmant ainsi le cours**. Si un cours est complet ou annulé (inscriptions insuffisantes), vous en serez informé-e par écrit au plus vite. Le montant dû ne pourra être encaissé par l'enseignant-e le jour du cours. Le non-paiement avant le début du cours, sans avertissement dans les délais indiqués plus bas, n'est pas considéré comme une annulation d'inscription et fera l'objet d'un rappel avec frais.

### DÉSISTEMENTS

L'inscription est un engagement. Le renoncement à suivre un cours implique des démarches administratives. **Aucun frais supplémentaire** ne vous **sera facturé** si votre désistement est annoncé 7 jours avant le début du cours. En cas de désistement tardif, annoncé moins de 5 jours avant le début du cours, ou de renonciation non signalée, **la totalité** de la finance d'inscription **est due** et aucun remboursement ne sera possible. Les séances manquées ne sont ni remboursables ni récupérables, hormis sur présentation d'un certificat médical. Une facture impayée ou une information orale à l'enseignant-e n'est pas considérée comme un désistement.

Ces dispositions sont établies par égard aux autres participants-es ainsi qu'aux organisatrices et organisateurs qui travaillent à titre bénévole.

En cas de désistement tardif (la veille ou le jour même) merci de prendre contact directement avec la personne responsable du cours mentionnée dans notre programme et non au secrétariat.

### DÉLAIS D'INSCRIPTION

**7 jours avant le début du cours**, nous décidons si le cours peut avoir lieu en fonction du nombre d'inscriptions. Si le **nombre minimum de participants n'est pas atteint**, le cours est **annulé** et **retiré de notre site internet**, rendant toute nouvelle inscription impossible. Il est donc important de **ne pas attendre le dernier moment** pour vous inscrire.

*Si des places restent disponibles, les inscriptions restent ouvertes jusqu'à la date du cours, sous réserve que le cours ait bien été confirmé.*

Un cours peut être confirmé plusieurs semaines avant le début du cours, si le minimum d'inscriptions est atteint longtemps en avance.

### COTISATIONS

- |   |           |
|---|-----------|
| · Membre individuel (personne physique)       | CHF 10.–  |
| · Membre collectif (personne morale)          | CHF 50.–  |
| · La cotisation unique de membre à vie est de | CHF 100.– |

**Le paiement de la cotisation (1x par année scolaire) est obligatoire pour suivre un cours.** Seuls les membres à vie sont dispensés de l'obligation de payer la cotisation annuelle. C'est grâce à cette cotisation que nous pouvons éditer et envoyer notre programme à nos membres.

La cotisation annuelle est une contribution de soutien, indépendante du nombre de cours auxquels les participants assistent. Que l'on participe à un ou dix cours, le montant de cette cotisation reste le même.

## RESPONSABILITÉ

L'Université Populaire de la Broye se réserve le droit de modifier la date, les horaires et le lieu d'un cours si l'effectif est insuffisant. De même, elle peut le dédoubler si nécessaire, le reporter ou le supprimer. Les cours annulés par l'UPB sont remboursés intégralement hormis la cotisation annuelle obligatoire. *Nous vous conseillons vivement de nous transmettre une adresse mail valide afin d'être tenu informé-e rapidement des modifications éventuelles.*

La responsabilité de l'Université Populaire ne peut être engagée en cas d'accidents ou de vols survenant pendant les cours, stages et voyages ainsi que lors de toute activité organisée par les enseignant-e-s en dehors des séances de cours annoncées.

**Il est interdit de parquer son véhicule dans la cour des collèges de Moudon ainsi que celui d'Oron** (mise à ban en place). L'Unipop décline toute responsabilité en cas de verbalisation.

## ATTESTATION

Des attestations de fréquentation peuvent être délivrées à la fin d'un cours, pour autant que la demande soit faite auprès de notre secrétariat.

## INSCRIPTION AUX COURS ANNUELS

Toute inscription au 1<sup>er</sup> trimestre d'un cours annuel vaut pour l'année entière (soit pour les trois trimestres). Les participants sont donc automatiquement inscrits aux trimestres suivants.

Toutefois, les personnes souhaitant interrompre leur participation en cours d'année peuvent le faire sur simple demande écrite au secrétariat de l'Unipop, minimum 7 jours avant le début du trimestre suivant. Sans demande écrite, le trimestre suivant sera facturé.

## LANGUES

### DESCRIPTION DES NIVEAUX POUR LES COURS DE LANGUES

#### Débutants A0 -> A1

Ce cours est destiné aux personnes n'ayant aucune notion. À travers l'étude des notions grammaticales et du vocabulaire, ce cours tentera de privilégier la communication orale grâce à différentes activités et à des supports variés (textes courts, chansons, etc).

#### Notions A1 -> A2

Ce cours s'adresse aux personnes ayant déjà quelques notions élémentaires (A1) et qui souhaitent améliorer leurs connaissances : vous désirez être en mesure de comprendre et de formuler des phrases simples pour vous exprimer avec confiance dans des situations quotidiennes.

#### Moyens A2 -> B1

Ce cours s'adresse aux personnes qui maîtrisent un certain niveau de connaissances orales et écrites (A2) et qui désirent se sentir à l'aise dans des situations ordinaires telles que participer à une conversation, répondre au téléphone, rédiger un e-mail, réserver une table, ...

#### Avancés B1 -> B2

Ce cours s'adresse aux personnes qui ont déjà atteint un bon niveau de compréhension et d'expression (B1) : vous pouvez discuter de sujets courants, écrire des textes simples et cohérents, et vous souhaitez poursuivre l'apprentissage de la langue écrite et orale.

Pour un test rapide en ligne de votre niveau de connaissances d'anglais :

<http://www.cambridgeenglish.org/test-your-english/general-english/>

Prière de vous excuser directement auprès de l'enseignant-e lorsque vous ne pouvez pas vous rendre à une leçon.

## Visite de la Ferme Chautems à Lugnorre et confection d'une couronne en fleurs séchées

Visite de la ferme Chautemps – Qui sommes-nous ? 4 jeunes motivés, inspirés et créatifs qui se lancent dans la reprise de la Ferme Chautems. Notre envie : faire perdurer ce lieu magique qui nous nourrit et nous donne de l'espoir. Nous produisons plusieurs légumes dont certaines variétés anciennes, environ 400 variétés de fleurs produites pour la vente des fleuristes, ainsi que les grandes cultures (colza, blé...). Au milieu de tout ce travail, l'envie d'organiser des événements est très présente. Atelier confection d'une couronne en fleurs séchées cultivées sur place avec selon envie petit mot en fil décoratif au centre. Chaque confection est unique, la créativité de chacun/chacune est la bienvenue.

**remarques** + CHF 15.– pour le matériel à payer sur place.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Magali Egger</b>                                       |
| contact      | 079 526 39 12   |
| cours N°     | <b>100</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | sa, <b>11.10.2025</b>                                     |
| heure        | <b>14h00-17h00</b>  |
| lieu         | Chautems Ferme<br>Ch. du Champ du Bœuf 1<br>1789 Lugnorre |
| prix         | <b>CHF 60.–</b>   |
| conditions   | 6-10 participants   |

## Découverte du Journal Créatif

Le Journal Créatif est une sorte de journal intime original que l'on utilise pour revenir vers soi en jouant avec sa créativité. Collage, écriture créative, jeux de couleurs et de formes, chaque page est un espace de liberté où on peut s'exprimer, jouer, explorer, se décharger ou simplement revenir vers son centre et se ressourcer. Pas besoin de talent particulier, toutes les techniques sont simples et accessibles à tous. On ne cherche pas à faire « du beau ou de l'art », on cherche à laisser s'exprimer notre vie intérieure à travers le travail créatif. Le journal permet d'exprimer ses émotions, renouer avec son intuition, se connaître mieux, et bien plus encore.

**remarques** Apporter une image que vous appréciez (carte postale, photo, image de magazine). Format de carte postale 1/2 A4 au maximum. Évitez de prendre le portrait d'une personne connue ou d'un proche, mais plutôt un paysage, une scène de rue, une pub.  
+ CHF 5.– pour le matériel à payer sur place.

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Delphine Thalmann (Rimaz)</b>                               |
| contact      | Liliane Pouget<br>076 469 32 71                                |
| cours N°     | <b>101</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | je, <b>06.11.2025</b>  |
| heure        | <b>19h00-21h30</b>   |
| lieu         | Foyer de la Grange Gaberell<br>Rue de la Cure<br>1580 Avenches |
| prix         | <b>CHF 50.–</b>  |
| conditions   | 6-10 participants  |

## Décorations de Noël en macramé à suspendre

### Atelier créatif

Plongez dans la magie de Noël en créant de jolies décorations artisanales à suspendre! Lors de cet atelier convivial, vous apprendrez à réaliser deux créations en macramé: un délicat flocon de neige et un mini sapin, parfaits pour embellir votre sapin de Noël ou décorer votre intérieur. À l'aide de cordes en coton recyclées et dans une ambiance chaleureuse, vous serez guidé-e-s pas à pas pour confectionner des pièces uniques, à offrir ou à garder pour soi. Une belle occasion de se connecter à sa créativité tout en préparant les fêtes. Le cours se déroule à Salavaux. Si vous ne disposez pas de moyen de transport, merci d'écrire à l'adresse suivante: l.sansonnens-pouget@upbroye.ch

**remarques** À prendre avec soi: 1 paire de ciseaux qui coupe bien, 1 peigne. + env. CHF 10.– à CHF 20.– de matériel à payer sur place.

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Kathy (Catherine) Kohler</b>                                    |
| contact      | 077 460 12 56  |
| cours N°     | <b>102-1</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | je, <b>04.12.2025</b>  |
| heure        | <b>19h30-21h30</b>   |
| lieu         | Kohler Kathy (Catherine)<br>Impasse du Ruisseau 6<br>1585 Salavaux |
| prix         | <b>CHF 50.–</b>  |
| conditions   | 5-8 participants   |

## Décoration feuille en macramé à suspendre

### Atelier créatif

Venez découvrir l'art du macramé dans une ambiance détendue et conviviale! Lors de cet atelier, vous apprendrez à réaliser une jolie feuille décorative à suspendre, à partir de cordes en coton aux couleurs variées. Guidé pas à pas, vous pourrez laisser libre cours à votre créativité. Cet atelier est accessible à tous et vous permettra de repartir avec une belle création faite main, idéale pour décorer votre intérieur ou offrir en cadeau. Le cours se déroule à Salavaux. Si vous ne disposez pas de moyen de transport, merci d'écrire à l'adresse suivante: l.sansonnens-pouget@upbroye.ch

**remarques** + env. CHF 10.– à CHF 15.– pour le matériel à payer sur place. À prendre avec soi: 1 paire de ciseaux qui coupe bien, 1 peigne. Facultatif: 1 support en bois ou un cercle en métal ou en bois (si tu n'en as pas, il y en aura sur place).

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Kathy (Catherine) Kohler</b>                                    |
| contact      | 077 460 12 56  |
| cours N°     | <b>102-2</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | ma, <b>13.01.2026</b>  |
| heure        | <b>19h30-21h30</b>   |
| lieu         | Kohler Kathy (Catherine)<br>Impasse du Ruisseau 6<br>1585 Salavaux |
| prix         | <b>CHF 50.–</b>  |
| conditions   | 5-8 participants   |

## Suspension pour plante en macramé

### Atelier créatif

Rejoignez-nous pour un atelier créatif où vous apprendrez à réaliser une suspension pour plante en macramé, unique et faite main. À l'aide de belles cordes en coton disponibles en plusieurs couleurs, vous serez guidé-e-s dans la création de votre propre suspension, selon vos envies. Cet atelier est accessible à tous et vous invite à mêler créativité, détente et plaisir de faire soi-même. Vous repartirez avec une suspension prête à accueillir votre plante préférée.

Le cours se déroule à Salavaux. Si vous ne disposez pas de moyen de transport, merci d'écrire à l'adresse suivante: l.sansonnens-pouget@upbroye.ch

**remarques** + env. CHF 10.– à CHF 20.– pour le matériel à payer sur place. À prendre avec soi: 1 paire de ciseaux qui coupe bien. Facultatif: Ton cache-pot ou récipient que tu aimerais valoriser (si tu n'en as pas, il y aura un petit choix sur place).

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Kathy (Catherine) Kohler</b>                                    |
| contact      | 077 460 12 56  |
| cours N°     | <b>102-3</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | je, <b>05.03.2026</b>  |
| heure        | <b>19h30-21h30</b>   |
| lieu         | Kohler Kathy (Catherine)<br>Impasse du Ruisseau 6<br>1585 Salavaux |
| prix         | <b>CHF 50.–</b>  |
| conditions   | 5-8 participants   |

## Lanterne suspendue en macramé pour bougie

### Atelier créatif

Lors de cet atelier, vous apprendrez à réaliser une jolie suspension pour bougie. Avec de belles cordes en coton aux couleurs variées, vous confectionnerez une structure élégante et aérienne. Guidé-e-s pas à pas, vous pourrez personnaliser votre création selon votre style. Un moment de détente, de créativité et de partage pour illuminer vos soirées estivales d'une lumière chaleureuse. Le cours se déroule à Salavaux. Si vous ne disposez pas de moyen de transport, merci d'écrire à l'adresse suivante: l.sansonnens-pouget@upbroye.ch

**remarques** + env. CH 10.– à CHF 20.– pour le matériel à payer sur place. À prendre avec soi: 1 paire de ciseaux qui coupe bien. Facultatif: Ton pot à bougie ou récipient que tu aimerais valoriser au moins 8 cm de diamètre et 15 cm de hauteur (si tu n'en as pas, il y aura un petit choix sur place).

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Kathy (Catherine) Kohler</b>                                    |
| contact      | 077 460 12 56  |
| cours N°     | <b>102-4</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | ma, <b>02.06.2026</b>  |
| heure        | <b>19h30-21h30</b>   |
| lieu         | Kohler Kathy (Catherine)<br>Impasse du Ruisseau 6<br>1585 Salavaux |
| prix         | <b>CHF 50.–</b>  |
| conditions   | 5-8 participants   |

## Réalisez vos boucles d'oreilles en cercles martelés

### Atelier création de bijoux en argent

Agnès vous emmène dans son univers de la bijouterie artisanale. Elle vous apprendra pas à pas à réaliser une paire de boucles d'oreilles en argent. En partant d'un fil d'argent, vous passerez à la mise en forme, le triboulet, la brasure au chalumeau et des étapes de martelage pour donner quelques effets aux anneaux. Il ne vous restera plus qu'à souder votre attache, puce ou pendant, avant de réaliser les dernières finitions. Agnès vous accompagne tout au long du processus pour vous guider dans la maîtrise des techniques et des gestes clés. Vous repartirez avec un superbe bijou personnalisé, que vous aurez hâte de porter ou d'offrir à un proche !

**remarques** Les outils sont prêtés pour ce cours. Si vous n'avez pas de véhicule, nous pouvons venir vous chercher à la gare. Il y a un grand parking derrière le bâtiment. Si vous souhaitez fabriquer votre bijou en or, un supplément au gramme sera facturé. N'hésitez pas à contacter la bijoutière pour de plus amples informations.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Agnès Noyer</b>  |
| contact      | 076 429 16 33   |
| cours N°     | <b>103-1</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | ma, <b>09.12.2025</b>   |
| heure        | <b>19h00-21h15</b>  |
| lieu         | Atelier d'Agnès Noyer<br>Rte principale 90<br>1788 Praz (Vully) |
| prix         | <b>CHF 90.-</b>   |
| conditions   | 3-4 participants  |

## Réaliser une bague réticulée en argent

### Atelier création de bijoux en argent

Agnès vous emmène dans son univers de la bijouterie artisanale. Elle vous apprendra pas à pas à réaliser une bague réticulée en argent. Pour créer votre bague, vous utiliserez un chalumeau pour chauffer le métal, on dit recuire. Ceci laisse des éléments de cuivre à la surface que le déroché permet d'enlever. On utilisera un mélange de vinaigre blanc et de sel. Ce déroché laissera une couche d'argent fin en surface. À mesure que l'on recuit et déroche le métal, les couches extérieures s'épaississent et leur point de fusion devient plus élevé que celui de la couche intérieure. Ainsi, le métal se rétracte en formant des nervures et rides sur la surface, on dit alors qu'il est réticulé! Agnès vous montrera comment laisser la matière s'exprimer par la flamme du chalumeau et observer les changements d'état et d'apparence.

Il vous faudra ensuite lui donner forme, découper et l'adapter à votre doigt avant la brasure et les finitions. Au terme de l'atelier, vous repartirez avec un superbe bijou unique, que vous aurez hâte de porter ou d'offrir à un proche!

**remarques** Les outils sont prêtés pour ce cours. Si vous n'avez pas de véhicule, nous pouvons venir vous chercher à la gare. Il y a un grand parking derrière le bâtiment. Si vous souhaitez fabriquer votre bijou en or, un supplément au gramme sera facturé. N'hésitez pas à contacter la bijoutière pour de plus amples informations.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Agnès Noyer</b>  |
| contact      | 076 429 16 33   |
| cours N°     | <b>103-2</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | ma, <b>10.03.2026</b>   |
| heure        | <b>19h00-21h15</b>  |
| lieu         | Atelier d'Agnès Noyer<br>Rte principale 90<br>1788 Praz (Vully) |
| prix         | <b>CHF 90.-</b>   |
| conditions   | 3-4 participants  |

## Réaliser une bague avec un décor

### Atelier création de bijoux en argent

Agnès vous emmène dans son univers de la bijouterie artisanale. Durant ces deux heures, laissez-vous guider à travers les étapes nécessaires pour concevoir votre propre bague en argent. En partant d'un fil d'argent, vous passerez à la mise en forme, le triboulet, la brasure au chalumeau pour créer l'anneau de votre bague. Puis, vous aurez l'occasion de personnaliser votre bague grâce à un décor que vous découperez au bocfil. Vous pourrez également créer et souder des billes pour orner votre bague. Une fois toutes les pièces brasées et assemblées, vous passerez au polissage final pour donner à votre bague un éclat éblouissant.

Au terme de l'atelier, vous repartirez avec un magnifique bijou unique, que vous aurez hâte de porter ou d'offrir à un proche!

**remarques** Les outils sont prêtés pour ce cours. Si vous n'avez pas de véhicule, nous pouvons venir vous chercher à la gare. Il y a un grand parking derrière le bâtiment. Si vous souhaitez fabriquer votre bijou en or, un supplément au gramme sera facturé. N'hésitez pas à contacter la bijoutière pour de plus amples informations.

## Quilling

### Formes de base

Lorsque nous pensons au papier, nous l'imaginons généralement sous la forme d'une feuille. Mais qu'arrive-t-il si nous le coupons, le plions et le roulons? Le papier prend de nouvelles formes, une nouvelle vie et devient un art... Cette technique artistique est le « Quilling », aussi appelée filigrane en papier ou paperolles. Durant ce cours, vous découvrirez les différents outils nécessaires pour travailler le papier et vous apprendrez les formes de base de cette technique. Grâce à ces formes, vous serez capables de réaliser une carte en Quilling que vous pourrez emporter avec vous à la fin du cours. Le cours est donné par Laire Créations: [www.lairecreations.ch](http://www.lairecreations.ch) – page Facebook Laire\_Créations

**remarques** Les outils sont prêtés pour ce cours. Possibilité d'acheter sur place un kit Quilling à CHF 15.–

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Agnès Noyer</b>  |
| contact      | 076 429 16 33   |
| cours N°     | <b>103-3</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | ma, <b>12.05.2026</b>   |
| heure        | <b>19h00-21h15</b>  |
| lieu         | Atelier d'Agnès Noyer<br>Rte principale 90<br>1788 Praz (Vully) |
| prix         | <b>CHF 90.–</b>   |
| conditions   | 3-4 participants  |

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Irene Andreatta</b>   |
| contact      | 077 520 93 08  |
| cours N°     | <b>104-1</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | je, <b>19.03.2026</b>  |
| heure        | <b>19h00-22h00</b>   |
| lieu         | Foyer de la Grange Gaberell<br>Rue de la Cure<br>1580 Avenches |
| prix         | <b>CHF 60.–</b>  |
| conditions   | 6-8 participants   |

## Quilling Former des Lettres Majuscules

Lorsque nous pensons au papier, nous l'imaginons généralement sous la forme d'une feuille. Mais qu'arrive-t-il si nous le coupons, le plions et le roulons? Le papier prend de nouvelles formes, une nouvelle vie et devient un art... Cette technique artistique est le « Quilling », aussi appelée filigrane en papier ou paperolles. Durant ce cours, vous découvrirez les différents outils nécessaires pour travailler le papier et créer des lettres majuscules en Quilling. Vous réaliserez une carte ou un tableau en lettre majuscule que vous décorerez à vos goûts grâce aux formes apprises.

Le cours est donné par Lalre Créations : [www.lairecreations.ch](http://www.lairecreations.ch) – page Facebook Lalre\_Créations

**remarques** Les outils sont prêtés pour ce cours. Possibilité d'acheter sur place un kit Quilling à CHF 15.–

## Cours de dessin et d'aquarelle

Chat-lut...! Chat va... ?

« Le temps passé avec des chats n'est jamais perdu » (Colette)

L'occasion pour nous d'explorer le royaume des chats en pratiquant diverses techniques de dessin et d'aquarelle. Et de se familiariser avec ses formes fluides, son pelage et ses multiples attitudes.

**remarques** Prendre avec soi : matériel de base pour dessiner et peindre à l'aquarelle (crayon gris, gomme, petite boîte d'aquarelle et 2-3 différents pinceaux pour aquarelle) + CHF 15.– pour le matériel (papier et divers) à payer sur place.

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Irene Andreatta</b>   |
| contact      | 077 520 93 08  |
| cours N°     | <b>104-2</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | je, <b>23.04.2026</b>  |
| heure        | <b>19h00-22h00</b>   |
| lieu         | Foyer de la Grange Gaberell<br>Rue de la Cure<br>1580 Avenches |
| prix         | <b>CHF 60.–</b>  |
| conditions   | 6-8 participants   |

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Sylvette Vittoz</b>   |
| contact      | Sabine Martin<br>079 662 88 92<br><a href="mailto:s.martin@upbroye.ch">s.martin@upbroye.ch</a>         |
| cours N°     | <b>105</b>   |
| nb de leçons | 4  |
| dates        | ma,<br><b>03+10+17+24.03.2026</b>  |
| heure        | <b>18h30-20h30</b>   |
| lieu         | Collège secondaire de l'Ochette<br>Av. de Lucens 3B<br>1510 Moudon<br>Salle de dessin, 1 <sup>er</sup> |
| prix         | <b>CHF 160.–</b>   |
| conditions   | 6-10 participants  |

## Dentelles – Variante Bedfordshire floral Sur 3 samedis

Nous continuons notre voyage dentelier dans ce Comté de la dentelle anglaise... nous allons découvrir et réaliser de belles dentelles florales, le must du Bedfordshire! Venez avec vos fils de lin ou de coton, coussin et petit matériel, je vous attends très volontiers.

**remarques** Connaissances de base de la dentelle Torchon et du dessin technique requis.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Patricia Branciard-Houriet</b>   |
| contact      | 079 365 45 40<br>021 909 04 02  |
| cours N°     | <b>106-1</b>  |
| nb de leçons | 3   |
| dates        | sa, <b>04.10.2025</b><br><b>+07.02+02.05.2026</b>                           |
| heure        | <b>09h00-16h00</b>  |
| lieu         | Collège d'Oron<br>Rte de Lausanne<br>1610 Oron-la-Ville<br>Salle de couture |
| prix         | <b>CHF 360.-</b>  |
| conditions   | 4-7 participants  |

## Dentelles de Noël aux fuseaux

Anges, boules, étoiles et cristaux de neige... Venez préparer vos dentelles de Noël! Nouveaux modèles et techniques à choix, selon votre niveau de connaissances. Un samedi tout en dentelle, prenez votre coussin et vos fuseaux, nous partagerons fils et pique-nique.

**remarques** Tout niveau, aussi pour les débutantes, mais prévenir votre enseignante pour le matériel à prévoir.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Patricia Branciard-Houriet</b>   |
| contact      | 079 365 45 40<br>021 909 04 02  |
| cours N°     | <b>106-2</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | sa, <b>08.11.2025</b>   |
| heure        | <b>09h00-16h00</b>  |
| lieu         | Collège d'Oron<br>Rte de Lausanne<br>1610 Oron-la-Ville<br>Salle de couture |
| prix         | <b>CHF 120.-</b>  |
| conditions   | 4-7 participants  |

## Mix media

Envie de coller, mélanger, peindre, rajouter des pochoirs, dessiner et superposer tout ce qui vous passe sous la main ? Plutôt facile non ? Alors venez vous en mettre plein les doigts et repartez avec un tableau qui vous fera découvrir l'artiste qui est en vous !

**remarques** Matériel inclus dans le prix et fourni par l'enseignante.

par **Nathalie Bossi**,  
artiste peintre

contact 078 907 81 91

lieu Lun'Art  
Grand'Rue 8  
1083 Mézières VD

conditions 5-5 participants

cours N° **107-1**

nb de leçons 1

dates me, **29.10.2025**

heure **18h30-20h30**

prix **CHF 50.-**

cours N° **107-2**

nb de leçons 1

dates me, **27.05.2026**

heure **18h30-20h30**

prix **CHF 50.-**

## Atelier Cartes de Noël

Plus envie d'acheter des cartes de Noël ou autres, toutes faites ? Cet atelier est pour vous ! Cartes créées par vos petites mains, avec de la peinture, de l'aquarelle, du collage, couture, pochoirs. Elles seront uniques et personnalisées.

**remarques** + CHF 10.- à payer sur place pour le matériel fourni par l'enseignante.

par **Nathalie Bossi**,  
artiste peintre

contact 078 907 81 91

cours N° **108**

nb de leçons 1

dates me, **19.11.2025**

heure **18h30-20h30**

lieu Lun'Art  
Grand'Rue 8  
1083 Mézières VD

prix **CHF 50.-**

conditions 5-5 participants

## Window'graf de Noël

Le window'graf, l'art de créer une ambiance sur les fenêtres avec facilité à l'aide de pochoirs personnalisés. Le cours sera donné par Anne Gurtner de CHEZELLE : <http://chezelle.ch/>

**remarques** + CHF 15.– pour le matériel à payer sur place.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Anne Gurtner</b>   |
| contact      | 079 345 32 57<br>Aurélie Surchat<br>079 518 06 07                               |
| cours N°     | <b>109</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | je, <b>04.12.2025</b>   |
| heure        | <b>19h00-21h30</b>  |
| lieu         | Collège d'Oron<br>Rte de Lausanne<br>1610 Oron-la-Ville<br>Cafétéria, bât. n° 2 |
| prix         | <b>CHF 50.–</b>   |
| conditions   | 6-8 participants  |

## Hand Lettering

### Cours de base

Le Hand Lettering ou l'art de dessiner de jolies lettres. Après ce cours, vous serez capable de créer de jolies cartes personnalisées. Cet art a également l'avantage de vider la tête et de se recentrer sur soi, dans le ici et maintenant. Le cours sera donné par Anne Gurtner de CHEZELLE <http://chezelle.ch/>

**remarques** + CHF 15.– pour le matériel à payer sur place.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Anne Gurtner</b>   |
| contact      | 079 345 32 57<br>Aurélie Surchat<br>079 518 06 07   |
| cours N°     | <b>110</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | je, <b>19.03.2026</b>   |
| heure        | <b>19h00-22h00</b>  |
| lieu         | Collège d'Oron<br>Rte de Lausanne<br>1610 Oron-la-Ville<br>Salle de couture, 3 <sup>e</sup> , bât. n° 3 |
| prix         | <b>CHF 60.–</b>   |
| conditions   | 6-12 participants   |

## Hand Lettering PLUS

### Nouvelles écritures

Vous avez déjà participé au cours de base et vous souhaitez perfectionner votre technique en hand lettering? Vous désirez profiter de tout le savoir de Anne, créatrice de CHEZELLE? Vous voulez apprendre de nouvelles écritures, des techniques d'ombrage? Quelques autres surprises créatives vous attendent. Cours donné par Anne Gurtner de CHEZELLE <http://chezelle.ch/>

**remarques** + CHF 15.– pour le matériel à payer sur place.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Anne Gurtner</b>   |
| contact      | 079 345 32 57<br>Aurélie Surchat<br>079 518 06 07   |
| cours N°     | <b>111</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | je, <b>07.05.2026</b>   |
| heure        | <b>19h00-22h00</b>  |
| lieu         | Collège d'Oron<br>Rte de Lausanne<br>1610 Oron-la-Ville<br>Salle de couture, 3 <sup>e</sup> , bât. n° 3 |
| prix         | <b>CHF 60.–</b>   |
| conditions   | 6-8 participants  |

## Atelier Carnet de Voyages Souvenirs

Vous allez créer votre carnet de voyages/souvenirs avec un large échantillon de papiers de couleurs et de textures différentes qui seront ensuite pliés et disposés comme un livre. Vous personnaliserez chaque feuille de votre carnet selon vos envies ; petits autocollants, feutres, crayons ou petites créations que vous aurez réalisées vous-même en aquarelle au début du cours... Et pour finir vous ferez une reliure, le tout avec une jolie finition.

**remarques** + CHF 15.– à payer sur place pour le matériel fourni par l'enseignante.

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Nathalie Bossi</b>                      |
| contact      | 078 907 81 91                              |
| cours N°     | <b>112</b>                                 |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | me, <b>10.06.2026</b>                      |
| heure        | <b>18h30-20h30</b>                         |
| lieu         | Lun'Art<br>Grand'Rue 8<br>1083 Mézières VD |
| prix         | <b>CHF 50.–</b>                            |
| conditions   | 5-5 participants                           |

## Bijoux en filigrane d'argent Créez votre première pièce unique à la main

Envie de plonger dans l'univers fascinant de la bijouterie artisanale ? Ce cours-atelier vous ouvre les portes d'une technique ancestrale et délicate : le filigrane d'argent. À l'aide de fils d'argent aussi fins que du fil à coudre, vous apprendrez à façonner des bijoux aériens, élégants et inspirés de la dentelle. Accompagné-e pas à pas, vous découvrirez comment transformer l'argent et les pierres semi-précieuses en pièces uniques. Pas besoin d'avoir de l'expérience : il suffit de patience, de curiosité... et de l'envie de créer de la beauté avec ses mains. Repartez avec des bijoux précieux que vous aurez entièrement réalisés !

**remarques** + env. CHF 40.– pour le matériel à payer sur place (pour 2 bijoux, calculés sur place). Merci d'attacher vos cheveux et d'éviter les manucures au gel.

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Marlène Micheloud</b>   |
| contact      | w.gerum@upbroye.ch   |
| cours N°     | <b>113</b>   |
| nb de leçons | 5  |
| dates        | lu, <b>29.09-15.12.2025</b>  |
| heure        | <b>19h00-22h00</b>   |
| lieu         | Ecole professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Cafétéria au rez-de-chaussée |
| prix         | <b>CHF 300.–</b>   |
| conditions   | 6-8 participants   |

## Aquarelle d'automne

Afin de conserver nos gestes et connaissances en aquarelle, nous utiliserons la saison automnale comme source d'inspiration. Après un rafraîchissement des bases de l'aquarelle, nous nous intéresserons aux techniques et couleurs qui se prêtent bien à la représentation d'ambiances d'automne. Nos objectifs se nommeront suggestivité, mystère, couleurs, humidité. Ce cours est surtout destiné aux personnes ayant déjà connaissance des techniques de base en aquarelle.

**remarques** À prendre avec soi : matériel d'aquarelle complet (si questions contactez M. Keckeis). Prévoir un pique-nique pour la pause de midi (12h-13h).

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Bastian Keckeis</b>  |
| contact      | 079 635 91 43<br>www.latracebleue.ch  |
| cours N°     | <b>114-1</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | sa, <b>29.11.2025</b>   |
| heure        | <b>09h00-16h00</b>  |
| lieu         | Ecole professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de salle sera communiqué lors de la confirmation du cours |
| prix         | <b>CHF 120.-</b>  |
| conditions   | 6-10 participants   |

## Aquarelle, technique de base

Ce cours vise à vous donner les outils et connaissances nécessaires pour pratiquer l'aquarelle avec plaisir quand et où vous voudrez. Nous commencerons par la prise en main du matériel, puis l'apprentissage des gestes de base, enfin nous toucherons aux couleurs, aux nuances, aux différentes techniques sèches et humides et à quelques autres subtilités. Finalement, nous peindrons ensemble un paysage complet de A à Z.

**remarques** À prendre avec soi : matériel d'aquarelle complet (si questions contactez M. Keckeis).

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Bastian Keckeis</b>  |
| contact      | 079 635 91 43<br>www.latracebleue.ch  |
| cours N°     | <b>114-2</b>  |
| nb de leçons | 5   |
| dates        | je, <b>15.01-12.03.2026</b>   |
| heure        | <b>18h45-20h45</b>  |
| lieu         | Ecole professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de salle sera communiqué lors de la confirmation du cours |
| prix         | <b>CHF 200.-</b>  |
| conditions   | 6-12 participants   |

## Atelier de Macramé Spécial Noël

Pour les fêtes, offrez (ou offrez-vous!) des créations uniques réalisées de vos propres mains. Je vous propose un atelier de macramé pour débutant, placé sous le signe de la créativité, du partage et de la douceur hivernale. Vous apprendrez les nœuds de base du macramé en confectionnant : un attrape-soleil lumineux ; un porte-clé original ; un bougeoir créatif qui peut aussi servir de joli support pour fleurs.

**remarques** + env. CHF 10.- pour le matériel à payer sur place.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Lydia Overney</b>  |
| contact      | 079 373 57 47   |
| cours N°     | <b>115-1</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | sa, <b>06.12.2025</b>   |
| heure        | <b>13h30-16h00</b>  |
| lieu         | Ecole professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de salle sera communiqué lors de la confirmation du cours |
| prix         | <b>CHF 60.-</b>   |
| conditions   | 5-6 participants  |

## Atelier de Macramé Décorations de Pâques et suspensions florales

Venez découvrir l'art du macramé lors de notre atelier spécial Pâques! En cette période de Pâques, vous apprendrez à réaliser des projets décoratifs qui égayeront vos célébrations, selon les techniques fondamentales du macramé. À créer des porte-œufs originaux (pratiques et esthétiques) qui apporteront du charme à votre table. Adaptable selon vos envies! À réaliser des « oreilles de lapin » en macramé qui serviront de porte-serviettes. Ajoutez une note ludique à votre repas de fête. En bref, vous commencerez par l'apprentissage de trois nœuds de base qui serviront de fondation pour vos créations. Grâce à ces compétences, vous serez en mesure de reproduire ces projets chez vous et d'explorer des créations plus grandes et plus complexes.

**remarques** + env. CHF 11.– pour le matériel à payer sur place.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Lydia Overney</b>  |
| contact      | 079 373 57 47   |
| cours N°     | <b>115-2</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | sa, <b>14.03.2026</b>   |
| heure        | <b>13h30-16h00</b>  |
| lieu         | Ecole professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de salle sera communiqué lors de la confirmation du cours |
| prix         | <b>CHF 60.–</b>   |
| conditions   | 5-6 participants  |

## Atelier de Macramé Niveau avancé

Rejoignez-moi pour un cours de macramé avancé où vous apprendrez à créer une magnifique suspension pour plante avec un plateau en bois. Ce projet allie l'art du nouage traditionnel à une touche moderne, parfaite pour embellir votre intérieur. Au cours de cette session, vous utiliserez de la corde tressée de 3 mm pour réaliser des nœuds qui donneront vie à votre suspension. Le plateau en bois de 30 cm servira de support élégant pour vos plantes, ajoutant une dimension naturelle à votre décoration.

**remarques** + CHF 21.– pour le matériel à payer sur place.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Lydia Overney</b>  |
| contact      | 079 373 57 47   |
| cours N°     | <b>115-3</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | sa, <b>06.06.2026</b>   |
| heure        | <b>13h30-16h30</b>  |
| lieu         | Ecole professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de salle sera communiqué lors de la confirmation du cours |
| prix         | <b>CHF 60.–</b>   |
| conditions   | 5-6 participants  |

## Dessine-moi un carnet de voyage

La pratique du carnet de voyage est très ouverte et personnelle. Elle ne demande pas forcément une maîtrise totale du dessin, de l'aquarelle ou du bricolage, elle nécessite surtout curiosité et fantaisie. Durant ces 3 jours, vous apprendrez techniques et astuces en réalisant un carnet de voyage de la Basse-Broye. Chaque matinée aura lieu en classe à Payerne puis nous nous déplacerons pour aller visiter et dessiner un site de la région chaque après-midi. Le 1<sup>er</sup> samedi à Payerne, le 2<sup>e</sup> à Avenches et le 3<sup>e</sup> à Estavayer-le-Lac. Votre enseignant, carnettiste et aquarelliste ayant exposé à plusieurs reprises, vous montrera des exemples de carnets, vous aidera à choisir formats, mises en page, techniques de dessin ou reliures. Des exercices particuliers vous seront proposés pour jouer avec les lettres, dessiner une carte ou esquisser listes et vignettes. Vous élargirez ainsi votre horizon de possibles et trouverez peut-être le style qui vous convient le mieux. Les participants devront prévoir un budget pour les déplacements en train ou en covoiturage. Les déplacements seront discutés avec Monsieur Keckeis le premier jour de cours.

**remarques** À prendre avec soi : matériel de dessin personnel (crayons, aquarelle, stylos, etc.), carnet ou feuilles de papier de 150-300 gr de format libre, de quoi prendre des notes, un pique-nique et équipement pour environ 2 heures en extérieur.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Bastian Keckeis</b>  |
| contact      | 079 635 91 43<br>www.latracebleue.ch  |
| cours N°     | <b>116</b>  |
| nb de leçons | 3   |
| dates        | sa, <b>10+24.01+07.02.2026</b>  |
| heure        | <b>09h00-16h00</b>  |
| lieu         | Ecole professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de salle sera communiqué lors de la confirmation du cours |
| prix         | <b>CHF 360.–</b>  |
| conditions   | 6-10 participants   |

## Atelier culinaire raffiné Cuisiner en couple

Un voyage culinaire sensoriel et olfactif qui vous invite au partage et plaisirs gourmands. Le temps d'une soirée, réalisez un menu original, gourmand, axé sur le végétal avec des produits régionaux et de saison. Une expérience créative, ludique où la communication, l'écoute et la coopération sont les ingrédients indispensables.

**remarques** Prendre un tablier. + env. CHF 30.– pour la marchandise par couple, à payer sur place. Le prix indiqué est par couple. Le collège se trouve vers le parking du Casino. Vous pouvez trouver l'emplacement du collège sur le site internet des écoles.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Olivia Bessaud</b>                                   |
| contact      | 079 685 32 29   |
| heure/durée  | <b>19h00-22h00</b>                                      |
| lieu         | Collège du Château<br>Pl. du Château 1<br>1580 Avenches |
| conditions   | 4-5 participants  |
| cours N°     | <b>201-1</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | je, <b>13.11.2025</b>                                   |
| prix         | <b>CHF 90.–</b>   |
| cours N°     | <b>201-2</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | je, <b>12.02.2026</b>                                   |
| prix         | <b>CHF 90.–</b>   |

## Un voyage culinaire en Afrique du Sud

Chef Robert vous invite à un voyage culinaire en Afrique du Sud. Nous travaillerons avec des ingrédients et recettes authentiquement sud-africains et préparerons un repas en trois services avec entrée, plat et dessert.

**remarques** + CHF 15.– à 20.– pour le matériel à payer sur place. Prendre un tablier, un linge et un stylo. Dégustation à table des plats réalisés. Selon votre désir, amenez vos vins pour le repas.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Robert Meyer</b>   |
| contact      | 079 348 49 56   |
| cours N°     | <b>202</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | je, <b>06.11.2025</b>   |
| heure/durée  | <b>18h30-21h00</b>  |
| lieu         | Grange-Verney<br>Ch. de Grange-Verney 2<br>1510 Moudon<br>Laboratoire<br>Bât. du Jardin (1 <sup>er</sup> sur la gauche en arrivant) |
| prix         | <b>CHF 40.–</b>   |
| conditions   | 8-12 participants   |

## Pasta, pasta, pasta

Au menu ce soir : un petit voyage culinaire en Italie avec des pâtes faites maison ! Nous préparerons des ravioli, tortellini, linguine, fettucine et farfalle... avec des sauces délicieuses comme une bolognaise classique, une sauce napolitaine, un pesto maison et façon carbonara.

**remarques** + CHF 15.– pour le matériel à payer sur place. Prendre un tablier, un linge et un stylo. Dégustation à table des plats réalisés. Selon votre désir, amenez vos vins pour le repas.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Robert Meyer</b>   |
| contact      | 079 348 49 56   |
| cours N°     | <b>203</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | je, <b>26.03.2026</b>   |
| heure/durée  | <b>18h30-21h00</b>  |
| lieu         | Grange-Verney<br>Ch. de Grange-Verney 2<br>1510 Moudon<br>Laboratoire<br>Bât. du Jardin (1 <sup>er</sup> sur la gauche en arrivant) |
| prix         | <b>CHF 40.–</b>   |
| conditions   | 8-12 participants   |

## Atelier ail noir

Découverte des secrets de l'ail noir. Atelier de préparation culinaire et conseils nutritionnels. Préparez-vous pour une expérience sensorielle unique où nous explorerons les délices de l'ail noir, un superaliment méconnu mais incroyablement puissant. Vous repartirez avec des recettes et une création culinaire. Achat d'ail noir possible en fin d'atelier.

**remarques** + CHF 10.– pour la marchandise à payer sur place.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Jocelyne Devaud</b>  |
| contact      | 079 673 54 42   |
| cours N°     | <b>204</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | me, <b>19.11.2025</b>   |
| heure/durée  | <b>19h00-21h00</b>  |
| lieu         | Collège d'Oron<br>Rte de Lausanne<br>1610 Oron-la-Ville<br>Cuisine, 1 <sup>er</sup> , bât. n° 2 |
| prix         | <b>CHF 50.–</b>   |
| conditions   | 5-8 participants  |

## Atelier « Je cuisine mes émotions et je trouve ma recette intérieure »

Trouvez votre recette intérieure! Cet atelier n'est pas un cours de cuisine, ni des conseils en nutrition! C'est un atelier qui a pour but de vous reconnecter à vos sensations et vos émotions, de mettre vos maux en mots et de vous permettre de cheminer à travers les aléas de la vie. Inspiré de l'art thérapie, dans cet atelier, les aliments sont utilisés comme médiateurs créatifs.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Jocelyne Devaud</b>  |
| contact      | 079 673 54 42   |
| heure/durée  | <b>19h00-21h00</b>  |
| lieu         | Collège d'Oron<br>Rte de Lausanne<br>1610 Oron-la-Ville<br>Cuisine, 1 <sup>er</sup> , bât. n° 2 |
| conditions   | 5-6 participants  |
| cours N°     | <b>206-1</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | je, <b>29.01.2026</b>   |
| prix         | <b>CHF 50.–</b>   |
| cours N°     | <b>206-2</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | me, <b>22.04.2026</b>   |
| prix         | <b>CHF 50.–</b>   |

## Atelier ménopause et nutrition

Rejoignez-nous pour un atelier passionnant sur la nutrition pendant la ménopause. Découvrez des conseils pratiques et des stratégies alimentaires adaptées pour favoriser le bien-être physique et émotionnel durant cette phase de transition. Nous explorons des choix alimentaires équilibrés et des astuces pour maintenir une santé optimale pendant la ménopause. Prête à prendre en main votre bien-être nutritionnel? Vous repartirez avec des idées repas et un moral d'acier. Une dégustation est également comprise.

|             |   |
|-------------|---|
| par         | <b>Jocelyne Devaud</b>  |
| contact     | 079 673 54 42   |
| heure/durée | <b>19h00-21h00</b>  |
| lieu        | Collège d'Oron<br>Rte de Lausanne<br>1610 Oron-la-Ville<br>Salle n° 227, 2 <sup>e</sup> , bât. n° 2 |
| conditions  | 5-8 participants  |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>207-1</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | je, <b>12.03.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 50.-</b>       |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>207-2</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | je, <b>04.06.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 50.-</b>       |

## Batch cooking Spécial lunchbox

Des repas à emporter qui changent des sandwiches tristes! Marre des lunchs fades ou trop chers à l'extérieur? Viens préparer 4 à 5 lunchbox maison, saines, stylées et super pratiques à emporter: de quoi régaler tes midis toute la semaine, sans passer des heures en cuisine.

**remarques** + CHF 50.- pour le matériel à payer sur place (sera adapté à la baisse, et communiqué en fonction du menu). Prendre : un tablier, des boîtes de conservation (dont le nombre approximatif vous sera communiqué avec le menu).

|             |   |
|-------------|---|
| par         | <b>Wanda Gerum</b>  |
| contact     | 079 723 05 65   |
| heure/durée | <b>11h00-14h00</b>  |
| lieu        | Collège de la Nouvelle<br>Promenade<br>Av. de la Promenade 11<br>1530 Payerne<br>Salle n° NP 12 (rez-de<br>chaussée au fond à gauche) |
| conditions  | 5-6 participants  |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>208-1</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | di, <b>05.10.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 80.-</b>       |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>208-5</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | di, <b>08.02.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 80.-</b>       |

## Batch cooking

### Spécial récré pour les enfants

Finis les biscuits industriels! Apprends à cuisiner des snacks ludiques et gourmands pour les enfants (et les parents aussi). Des recettes simples à refaire à la maison, prêtes à glisser dans la boîte à goûter.

**remarques** + CHF 50.– pour le matériel à payer sur place (sera adapté à la baisse, et communiqué en fonction du menu). Prendre : un tablier, des boîtes de conservation (dont le nombre approximatif vous sera communiqué avec le menu).

|             |   |
|-------------|---|
| par         | <b>Wanda Gerum</b>  |
| contact     | 079 723 05 65   |
| heure/durée | <b>10h00-13h00</b>  |
| lieu        | Collège de la Nouvelle Promenade<br>Av. de la Promenade 11<br>1530 Payerne<br>Salle n° NP 12 (rez-de chaussée au fond à gauche) |
| conditions  | 5-6 participants  |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>208-2</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | di, <b>09.11.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 80.–</b>       |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>208-6</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | di, <b>01.03.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 80.–</b>       |

## Batch cooking

### Spécial autour du monde

Envie d'évasion dans l'assiette? Viens cuisiner 4 à 5 plats inspirés des cuisines du monde, pensés pour être préparés à l'avance. Des saveurs dépayssantes, faciles à emporter et à réchauffer.

**remarques** + CHF 50.– pour le matériel à payer sur place (sera adapté à la baisse, et communiqué en fonction du menu). Prendre : un tablier, des boîtes de conservation (dont le nombre approximatif vous sera communiqué avec le menu).

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Wanda Gerum</b>  |
| contact      | 079 723 05 65   |
| cours N°     | <b>208-3</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | di, <b>07.12.2025</b>   |
| heure/durée  | <b>10h00-14h00</b>  |
| lieu         | Collège de la Nouvelle Promenade<br>Av. de la Promenade 11<br>1530 Payerne<br>Salle n° NP 12 (rez-de chaussée au fond à gauche) |
| prix         | <b>CHF 100.–</b>  |
| conditions   | 5-6 participants  |

## Batch cooking Spécial petit déjeuner

Pas le temps le matin ? Ce cours est fait pour toi ! On prépare en une soirée une semaine complète de petits-déjeuners maison, pour toute la famille, qui plaira aux petits comme aux grands !

**remarques** + CHF 50.– pour le matériel à payer sur place (sera adapté à la baisse, et communiqué en fonction du menu). Prendre : un tablier, des boîtes de conservation (dont le nombre approximatif vous sera communiqué avec le menu).

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Wanda Gerum</b>  |
| contact      | 079 723 05 65   |
| cours N°     | <b>208-4</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | di, <b>18.01.2026</b>   |
| heure/durée  | <b>11h00-14h00</b>  |
| lieu         | Collège de la Nouvelle Promenade<br>Av. de la Promenade 11<br>1530 Payerne<br>Salle n° NP 12 (rez-de chaussée au fond à gauche) |
| prix         | <b>CHF 80.–</b>   |
| conditions   | 5-6 participants  |

## Batch cooking Spécial apéro

Le printemps est là... et les apéros improvisés aussi ! Oublie le sempiternel paquet de chips : anticipe tes moments conviviaux entre amis ou en famille avec des préparations maison prêtes à sortir en deux minutes. Tout se conserve, tout se partage, tout se savoure. Convivialité garantie, sans stress et sans passer des jours en cuisine !

**remarques** + CHF 50.– pour le matériel à payer sur place (sera adapté à la baisse, et communiqué en fonction du menu). Prendre : un tablier, des boîtes de conservation (dont le nombre approximatif vous sera communiqué avec le menu).

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Wanda Gerum</b>  |
| contact      | 079 723 05 65   |
| cours N°     | <b>208-7</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | di, <b>26.04.2026</b>   |
| heure/durée  | <b>11h00-14h00</b>  |
| lieu         | Collège de la Nouvelle Promenade<br>Av. de la Promenade 11<br>1530 Payerne<br>Salle n° NP 12 (rez-de chaussée au fond à gauche) |
| prix         | <b>CHF 80.–</b>   |
| conditions   | 5-6 participants  |

## Trèves, une capitale d'empire sur fond gaulois

Quand Jules César mentionne la tribu des Trévires installée entre Meuse et Moselle au sud du Rhin, il ne pouvait imaginer le fort développement de sa capitale. C'est le premier empereur romain Auguste et son fidèle Agrippa qui vont y fonder une colonie, Augusta Treverorum, en 17 av. J.-C., avec la construction d'un pont sur la Moselle et le développement d'un réseau routier. Un plan de ville régulier est mis en place, un forum en occupe le centre. Elle se développe et devient la capitale du bref Empire gaulois de 260-274 ap. J.-C. Elle est résidence impériale sous Constantin Ier au début du IV<sup>e</sup> siècle et voit l'édification d'un palais avec sa basilique, d'un cirque et d'une première église qui deviendra cathédrale. Les vestiges dégagés lors des fouilles et les bâtiments encore en élévation comme la Porta Nigra et la basilique montrent l'évolution et la magnificence de la ville, qu'illustrent les riches collections, mosaïques, peintures, sculptures et autres objets du musée archéologique et du musée épiscopal.

**remarques** Le collège se trouve vers le parking du Casino. Vous pouvez trouver l'emplacement du collège sur le site internet des écoles.

## Le Soleil: en connaître un rayon...

Le Soleil est un astre fascinant, mystérieux. De tout temps, on le maudit, on l'implore, on le vénère. Mais que savons-nous vraiment de notre proche étoile, source de lumière, de chaleur, de vie ? Du Soleil, qui atteint actuellement son pic d'activité, les présentations permettront de mieux comprendre son fonctionnement interne et ses manifestations qui peuvent avoir d'importantes conséquences pour la Terre, pour nous : taches, protubérances, vent stellaire, éruptions, orages magnétiques, aurores polaires... Enfin, ne l'oublions pas, le Soleil a parfois rendez-vous avec la Lune ! Ce grandiose voyage à la découverte de notre astre du jour est accessible à tous et ne demande aucune connaissance particulière.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Michel Fuchs</b>                                     |
| contact      | Françoise Gisler<br>076 322 11 44                       |
| cours N°     | <b>300</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | me, <b>18.03.2026</b>                                   |
| heure/durée  | <b>20h00-21h30</b>                                      |
| lieu         | Collège du Château<br>Pl. du Château 1<br>1580 Avenches |
| prix         | <b>CHF 25.-</b>   |
| conditions   | 8-20 participants                                       |

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Jean Aellen</b>   |
| contact      | jean.aellen@bluewin.ch<br>079 661 19 38  |
| cours N°     | <b>301</b>   |
| nb de leçons | 3  |
| dates        | ma, <b>25.11+02+09.12.2025</b>   |
| heure/durée  | <b>19h30-21h30</b>   |
| lieu         | Collège secondaire de<br>l'Ochette<br>Av. de Lucens 3B<br>1510 Moudon<br>Salle 207 |
| prix         | <b>CHF 90.-</b>  |
| conditions   | 8-15 participants  |

## Quand la Terre tremble... en Suisse également!

Le 6 février 2023, un très violent séisme cause la mort de plus de 50 000 personnes à la frontière entre la Turquie et la Syrie et à fin mars 2025, c'est le centre de la Birmanie qui est dramatiquement touché par un tremblement de terre de magnitude 7,7. Les tremblements de terre sont le résultat d'une brusque libération de l'énergie contenue dans les entrailles de la Terre. Parmi les 100 000 séismes annuels enregistrés par les sismographes, les plus puissants d'entre eux provoquent des catastrophes majeures, spécialement dans des régions pauvres et/ou fortement peuplées. Où ces tremblements de terre se produisent-ils le plus souvent? Quelles en sont les causes géologiques? Comment les mesure-t-on et quels sont les moyens de prévision/prévention dont disposent les différents types de sociétés? Telles sont quelques questions auxquelles ce cours tentera de répondre. Le cas suisse (entre 1000 et 1500 séismes/année) sera également abordé: quelles sont les zones à risques et comment se prépare-t-on à d'éventuels tremblements de terre?

## Le Théâtre du Jorat Regards croisés dans les coulisses de 3 lieux emblématiques de la région

Plus que centenaire, le Théâtre du Jorat vient d'être rénové en profondeur pour lui assurer un sublime avenir. Nous découvrirons ce monument historique restauré dans les règles de l'art. Il est dirigé depuis 2022 par Madame Ariane Moret. Venez découvrir le charme de ce théâtre extraordinaire.

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Jean-Marc Walther,</b><br>géographe-géologue                                    |
| contact      | jeanmarc.walther@gmail.<br>com<br>079 427 45 05                                    |
| cours N°     | <b>302</b>   |
| nb de leçons | 2  |
| dates        | me, <b>04+18.03.2026</b>   |
| heure/durée  | <b>19h30-21h30</b>   |
| lieu         | Collège secondaire de<br>l'Ochette<br>Av. de Lucens 3B<br>1510 Moudon<br>Salle 202 |
| prix         | <b>CHF 60.-</b>  |
| conditions   | 8-15 participants  |

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Sandrine Galtier-Gauthey</b>  |
| contact      | Sabine Martin<br>079 662 88 92<br>s.martin@upbroye.ch                              |
| cours N°     | <b>303-1</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | je, <b>23.04.2026</b>  |
| heure/durée  | <b>16h00-17h30</b>   |
| lieu         | Théâtre du Jorat<br>Rue du Théâtre 19<br>1083 Mézières VD<br>RDV devant le Théâtre |
| prix         | <b>CHF 30.-</b>  |
| conditions   | 6-12 participants  |

## Le Théâtre Barnabé de Servion

### Regards croisés dans les coulisses de 3 lieux emblématiques de la région

Qui ne connaît pas Monsieur Barnabé (1940-2020) et son célèbre café-théâtre Barnabé qu'il a dirigé jusqu'en 2016 après plus de 50 ans de carrière? L'occasion pour nous de visiter les coulisses et d'admirer la grande variété des comédies musicales jouées ici. Depuis 2018 c'est Monsieur Noam Perakis qui dirige ce théâtre unique.

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Le directeur du théâtre</b>   |
| contact      | Sabine Martin<br>079 662 88 92<br>s.martin@upbroye.ch  |
| cours N°     | <b>303-2</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | je, <b>30.04.2026</b>  |
| heure/durée  | <b>15h00-16h00</b>   |
| lieu         | Barnabé – Café-Théâtre<br>Ch. du Théâtre 2<br>1077 Servion<br>RDV devant l'entrée du Théâtre |
| prix         | <b>CHF 25.-</b>  |
| conditions   | 6-12 participants  |

## Les ateliers de l'Opéra de Lausanne

### Regards croisés dans les coulisses de 3 lieux emblématiques de la région

Après divers petits ateliers, une aile du dépôt des trolleybus des TL à la Borde, ou la brasserie Boxer à Romanel, l'Opéra de Lausanne a installé ses ateliers de décors et de stockage dans une vaste halle à Ropraz, occupée jadis par Fotolabo. Venez découvrir cette véritable caverne d'Ali Baba comprenant des meubles, des faux arbres, des statues, des véhicules en tous genres, des rangées de costumes et de chapeaux. Ce sera aussi l'occasion de discuter avec divers artisans du monde de l'opéra.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Cédric Divoux</b>                                  |
| contact      | Sabine Martin<br>079 662 88 92<br>s.martin@upbroye.ch |
| cours N°     | <b>303-3</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | je, <b>21.05.2026</b>                                 |
| heure/durée  | <b>16h00-17h30</b>                                    |
| lieu         | Ancien bâtiment Fotolabo<br>1088 Ropraz<br>RDV devant |
| prix         | <b>CHF 30.-</b>                                       |
| conditions   | 6-12 participants                                     |

## 26<sup>e</sup> année des promenades culturelles

### Visite guidée de Moudon

Ancienne capitale administrative et judiciaire du Pays de Vaud savoyard, puis siège du bailliage bernois, Moudon présente un riche patrimoine bâti avec sa Ville-Haute. Le tour de ville se présente comme une balade où se mêlent détails architecturaux, anecdotes intéressantes et faits historiques.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Cécile Alvarez Vega</b>                            |
| contact      | Sabine Martin<br>079 662 88 92<br>s.martin@upbroye.ch |
| cours N°     | <b>304</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | sa, <b>25.04.2026</b>                                 |
| heure/durée  | <b>10h00-11h30</b>                                    |
| lieu         | RDV devant l'Eglise St. Etienne de Moudon             |
| prix         | <b>CHF 30.-</b>                                       |
| conditions   | 6-15 participants                                     |

## 130 ans de cinéma, voyage à travers l'histoire du 7<sup>e</sup> art

### 1895-2025

Un cours-conférence immersif sur l'évolution du cinéma, de ses origines à nos jours pour cinéphiles, passionnés ou tout public. De l'invention du cinématographe à la révolution numérique, ce cours vous invite à revisiter les grandes étapes de l'histoire du cinéma, l'art le plus emblématique des <sup>xx</sup>e et <sup>xxi</sup>e siècles. En partant de la photographie, vous explorerez les grandes innovations techniques, les mouvements majeurs du cinéma occidental, leurs esthétiques singulières et leur impact culturel. Chaque séance explore une période-clé, illustrée par de nombreux extraits de films, images marquantes et analyses. Les origines du cinéma: de la photographie à l'image animée. L'apogée du cinéma muet. L'âge d'or du cinéma hollywoodien et le cinéma européen. La Nouvelle Vague et Le Nouvel Hollywood, le cinéma d'auteur des années 70. Les années 80 et 90. Le cinéma à l'ère numérique: mutations, hybridations.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Pierre-Alain Zumwald</b>   |
| contact      | 079 506 89 23   |
| cours N°     | <b>305</b>  |
| nb de leçons | 5   |
| dates        | ma, <b>28.10-25.11.2025</b>   |
| heure/durée  | <b>18h00-20h30</b>  |
| lieu         | Ecole professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de salle sera communiqué avec la confirmation de cours. |
| prix         | <b>CHF 250.–</b>  |
| conditions   | 6-25 participants   |

## Formation de permaculture au cours des saisons

Introduction à la permaculture : histoire, éthique et principes philosophiques. Un projet de société qui réconcilie la nature et l'être humain. 1 heure de théorie ; 1 heure de visite ; 30 min. d'atelier pratique : récolte et sélection des graines.

Le design en permaculture : comment aménager son terrain selon les principes de la permaculture ? 1 heure de théorie ; 1 heure de visite ; 30 min. d'atelier pratique : préparer son terrain.

Les associations de cultures : comment cultiver avec la diversité pour un maximum de production et une bonne gestion des parasites ? 1 heure de théorie ; 1 heure de visite ; 30 min. d'atelier pratique : réaliser ses semis.

Gestion de l'eau au jardin : les différentes stratégies pour conserver l'eau.

**remarques** Les formations peuvent être suivies indépendamment les unes des autres.

|             |   |
|-------------|---|
| par         | <b>Théodore Lavanchy</b>  |
| contact     | 078 919 07 99   |
| heure/durée | <b>13h30-16h00</b>  |
| lieu        | Site Ecotopia<br>Centre de formation et<br>d'expérimentation écologique<br>Rte de Salavaux 3a<br>1595 Faoug |
| conditions  | 5-10 participants   |

### Automne 2025

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>400-1</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | sa, <b>04.10.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 55.-</b>       |

### Hiver 2025

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>400-2</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | sa, <b>17.01.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 55.-</b>       |

### Printemps 2026

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>400-3</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | sa, <b>25.04.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 55.-</b>       |

### Été 2026

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>400-4</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | sa, <b>04.07.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 55.-</b>       |

## Visite de la ferme de spiruline MaSpiruline

La spiruline, ou « l'algue bleue », est cultivée dans la Broye depuis 2019. Elle fait partie des Cyanobactéries, toute première vie apparue sur Terre il y a 3.5 milliards d'années. Survivante aux nombreux cataclysmes naturels, elle s'est renforcée depuis le temps pour pouvoir apporter à l'homme une multitude de vertus, sous une forme naturelle et extrêmement biodisponible. Préférant des températures estivales et du soleil pour pouvoir se développer durant toute l'année, la spiruline est cultivée ici, en Suisse, pendant quelques mois d'été. Convaincue de l'importance de l'autonomie alimentaire de notre pays et de la valeur nutritive et écologique incontestable de la spiruline, l'équipe MaSpiruline s'est lancée dans sa culture, avec un esprit respectueux du vivant et de l'environnement. Elle sera ravie de partager son expérience et sa passion pour cet aliment exceptionnel lors d'une visite guidée de la ferme.

Déroulement de la visite (2h min.) : présentation de la spiruline, de son histoire et de ses vertus ; explication du processus de culture en mode « paysan » et de la philosophie éco-responsable de MaSpiruline ; présentation des outils de travail, de suivi du milieu de culture et de la qualité de la spiruline (microscope, spectrophotomètre, etc) ; démonstration de la récolte de spiruline ; dégustation de la spiruline sous ses différentes formes : fraîche (si la récolte est réussie), séchée, intégrée dans des produits (chocolats, bouchées, mélanges avec des graines, etc) ; échange libre et session « questions – réponses ».

Pour plus d'informations : [MaSpiruline.ch](http://MaSpiruline.ch)

**remarques** La majorité de la visite se déroulera à l'intérieur d'une serre. Prévoir des habits légers si la journée est ensoleillée.

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Slim Prince</b>   |
| contact      | Liliane Pouget<br>076 469 32 71  |
| cours N°     | <b>401</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | sa, <b>27.06.2026</b>  |
| heure        | <b>09h00-11h00</b>   |
| lieu         | Spir'it Naturae Sarl<br>Rte de la Petite Glâne 26<br>1588 Saint-Aubin<br>Parking de Agrico |
| prix         | <b>CHF 40.-</b>  |
| conditions   | 6-12 participants  |

## Qi Gong Avenches

L'art du mouvement pour une meilleure santé. Venez tester une fois, à la date de votre choix en vous annonçant au 078 880 17 72. Si cela vous donne envie de poursuivre le cours, vous pouvez alors vous inscrire pour la suite. Pratiqué en Chine depuis des millénaires, le Qi Gong (prononcez « Tchi Kongue ») est une suite de mouvements lents et doux qui stimulent la circulation de l'énergie dans le corps. Cette sorte de méditation en mouvement est une des cinq branches de la médecine traditionnelle chinoise. En le pratiquant, on découvre le calme qui nous permet de développer de nouvelles forces. De cette harmonie naît une meilleure santé aussi bien physique que mentale.

**remarques** Tenue confortable, tapis de sol.

|             |  |
|-------------|--|
| par         | <b>Florence Mertenat</b>                                       |
| contact     | 078 880 17 72  |
| heure/durée | <b>18h30-20h00</b>   |
| lieu        | Foyer de la Grange Gaberell<br>Rue de la Cure<br>1580 Avenches |
| conditions  | 6-10 participants  |

### 1<sup>er</sup> trimestre

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>500-1</b>                |
| nb de leçons | 8                           |
| dates        | lu, <b>27.10-15.12.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 240.-</b>            |

### 2<sup>e</sup> trimestre (suite du cours A-500-1)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>500-2</b>                |
| nb de leçons | 12                          |
| dates        | lu, <b>05.01-30.03.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 360.-</b>            |

### 3<sup>e</sup> trimestre (suite du cours A-500-2)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>500-3</b>                |
| nb de leçons | 9                           |
| dates        | lu, <b>20.04-22.06.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 270.-</b>            |

## Méditation-relaxation Un voyage à l'intérieur de soi

Lors de cette méditation-relaxation, vous serez guidés pour trouver le calme en vous puis amenés à faire un petit voyage. La méditation apporte de nombreux bienfaits et permet de revenir dans l'instant présent. Aucun pré-requis demandé. Venez tenter l'expérience.

**remarques** Prendre à boire, un tapis de yoga ou un coussin.

|             |  |
|-------------|--|
| par         | <b>Liliane Pouget</b>  |
| contact     | 076 469 32 71  |
| heure/durée | <b>19h00-20h30</b>   |
| lieu        | Origine Centre<br>La Biole 24<br>1544 Gletterens<br>Grande salle |
| conditions  | 6-10 participants  |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>501-1</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | me, <b>19.11.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 30.-</b>       |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>501-2</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | me, <b>11.02.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 30.-</b>       |

## Apprendre à écouter, tout un art

Apprenez la reformulation et le reflet, 2 outils concrets de communication pour améliorer vos relations professionnelles, amicales et familiales grâce aux attitudes de Carl Rogers. Cette formation s'adresse à toute personne désirant favoriser une meilleure communication au sein de sa famille, son cercle d'amis et professionnel ; accueillir l'autre tel qu'il est ; entrer en relation d'accompagnement ; apprendre à écouter sans donner de conseils ni poser de questions.

## À la rencontre de mes émotions, ces amies qui me veulent du bien Du chaos au calme

Tu te sens parfois dépassé par tes émotions, ou au contraire coupé d'elles ? Ce cours t'offre un espace pour mieux les comprendre, les accueillir et en faire des alliées. À travers des exercices/explorations, tu apprendras à transformer le chaos intérieur en calme, et à retrouver un lien plus apaisé avec toi-même.

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Isabelle Roulin</b>   |
| contact      | 079 381 41 38  |
| cours N°     | <b>502</b>   |
| nb de leçons | 2  |
| dates        | ma, <b>18.11+02.12.2025</b>                                    |
| heure/durée  | <b>19h00-22h00</b>   |
| lieu         | Foyer de la Grange Gaberell<br>Rue de la Cure<br>1580 Avenches |
| prix         | <b>CHF 120.-</b>   |
| conditions   | 6-12 participants  |

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Liliane Pouget</b>  |
| contact      | 076 469 32 71  |
| cours N°     | <b>503</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | sa, <b>08.11.2025</b>  |
| heure/durée  | <b>09h00-12h00</b>   |
| lieu         | Foyer de la Grange Gaberell<br>Rue de la Cure<br>1580 Avenches |
| prix         | <b>CHF 70.-</b>  |
| conditions   | 5-10 participants  |

## Yoga Moudon

Mouvement et exploration intérieure. Un moment pour vous, déposer, respirer, bouger librement et vous reconnecter à vous-même. Ce cours mêle postures de yoga, mouvement intuitif et techniques de respiration, dans une ambiance bienveillante et sans jugement. L'objectif est de cultiver la présence, relâcher les tensions et s'ouvrir à ce qui se vit ici et maintenant, dans le corps. Ouvert à toutes et tous, quel que soit votre niveau.

**remarques** Prévoyez une tenue confortable et un tapis de sol. Vous pouvez aussi apporter un coussin, une couverture ou tout objet qui vous accompagne dans votre pratique.

par **Nadia Brandt**  
 contact Sabine Martin  
 079 662 88 92  
 s.martin@upbroye.ch

|             |   |
|-------------|---|
| heure/durée | <b>18h30-19h30</b>  |
| lieu        | Collège du Fey<br>Av. du Fey 40<br>1510 Moudon<br>Aula au rez-inférieur |
| conditions  | 6-12 participants   |

### 1<sup>er</sup> trimestre

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>504-1</b>                |
| nb de leçons | 10                          |
| dates        | lu, <b>29.09-15.12.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 200.–</b>            |

### 2<sup>e</sup> trimestre (suite du cours 504-1)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>504-2</b>                |
| nb de leçons | 10                          |
| dates        | lu, <b>05.01-16.03.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 200.–</b>            |

### 3<sup>e</sup> trimestre (suite du cours 504-2)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>504-3</b>                |
| nb de leçons | 10                          |
| dates        | lu, <b>23.03-15.06.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 200.–</b>            |

## Philosophie

Il s'agit de démystifier la philosophie en la rendant accessible à tout le monde, sans distinction d'âge ni de niveau d'études. Chaque cours vous propose une brève présentation d'un auteur, de sa pensée et de son apport pour nous aujourd'hui.

**remarques** Un support de cours sera fourni par l'enseignant.

### Cours 1 : Maître Eckhart (vers 1260-vers 1328) «Deviens ce que tu es au plus intime»

Ce cours explore la pensée de Maître Eckhart à partir de son intuition centrale: le chemin spirituel n'est pas une ascension vers Dieu, mais un retour à l'origine, un dégagement de tout ce qui encombre l'âme pour qu'elle advienne à son fond, là où elle est déjà une avec Dieu. «L'œil par lequel je vois Dieu est le même œil par lequel Dieu me voit», disait-il. À travers cette idée maîtresse du fond de l'âme, nous découvrirons une mystique de l'intériorité radicale, qui bouleverse les catégories habituelles de la théologie et de la philosophie. Une plongée dans une pensée à la fois exigeante, poétique et subversive.

### Cours 2 : G. K. Chesterton (1874-1936) «La vérité est trop belle pour n'être pas contée avec joie»

Ce cours propose une entrée dans l'univers de Gilbert Keith Chesterton à partir de son intuition centrale: la vérité n'est ni morne ni pesante, elle est dramatique, paradoxale, et profondément joyeuse. Contre les doctrines grises du désespoir moderne, Chesterton défend une métaphysique de l'émerveillement, une théologie de la gratitude, et une apologétique nourrie d'humour, de poésie et de logique. À travers ses essais, ses romans (notamment L'Homme qui était Jeudi), et ses figures inoubliables comme le Père Brown, nous réfléchirons à ce que signifie penser chrétiennement dans un monde qui a perdu le goût du mystère.

par **Yannick Escher**  
contact yannick.escher.1974@gmail.com

|             |   |
|-------------|---|
| heure/durée | <b>18h30-20h30</b>  |
| lieu        | Librairie Page 2016<br>Rue de Lausanne 29<br>1530 Payerne |
| conditions  | 8-20 participants   |

cours N° **505-1**

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | je, <b>25.09.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 30.-</b>       |

cours N° **505-2**

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | ma, <b>28.10.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 30.-</b>       |

**Cours 3: Pavel Florensky (1882-1937)****«Penser avec la rigueur du savant et le cœur du moine»**

À la croisée de la théologie, de la philosophie, des sciences et de l'art, Pavel Florensky incarne l'idéal d'une pensée intégrale, où foi et raison, liturgie et logique, se répondent dans une unité vivante. Ce cours s'articulera autour de son idée maîtresse: toute vérité est relation – relation entre l'homme et Dieu, entre le visible et l'invisible, entre la pensée et l'amour. En suivant le fil de La colonne et le fondement de la vérité, nous découvrirons une figure majeure de la renaissance religieuse russe, à la fois héritier des Pères de l'Église et penseur de l'avant-garde. Une œuvre fulgurante, brisée par le totalitarisme, mais d'une actualité saisissante.

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>505-3</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | je, <b>20.11.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 30.–</b>       |

**Cours 4: Edith Stein (1891-1942)****«La vérité se reçoit dans le silence de l'âme»**

Philosophe, phénoménologue, convertie au catholicisme, carmélite et martyre, Edith Stein incarne une figure de l'unité intérieure, où rigueur intellectuelle et vie spirituelle s'entrelacent. Ce cours partira de son idée maîtresse: la vérité ne s'impose pas, elle se dévoile dans un acte d'accueil, d'écoute et de don de soi. De son compagnonnage avec Husserl à son approfondissement de l'héritage thomiste, jusqu'à sa mystique du sacrifice, nous traverserons une œuvre où se répondent philosophie, anthropologie, théologie et expérience vécue. Une pensée féminine et forte, où le cœur et l'intelligence s'élèvent ensemble vers la lumière.

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>505-4</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | je, <b>29.01.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 30.–</b>       |

**Cours 5: Emmanuel Lévinas (1906-1995)****«Le visage de l'autre m'oblige»**

Ce cours s'articulera autour de l'intuition fondatrice d'Emmanuel Lévinas: avant toute pensée, avant toute liberté, il y a l'éveil à la présence d'autrui, ce visage qui me regarde et m'ordonne silencieusement: tu ne tueras point. En rompant avec la tradition ontologique occidentale centrée sur l'Être, Lévinas fonde une philosophie de la responsabilité éthique, irréductible à tout système. Nous explorerons cette «métaphysique de l'altérité» dans ses œuvres majeures (Totalité et Infini, Autrement qu'être), en dialogue avec la phénoménologie, le judaïsme et l'humanisme européen du xx<sup>e</sup> siècle. Une pensée exigeante, à la fois fragile et infiniment forte, née dans l'ombre des catastrophes.

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>505-5</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | je, <b>26.02.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 30.–</b>       |

**Cours 6 : Léon Tolstoï (1828-1910)****«Vivre sans mensonge»**

Au soir de sa vie, Tolstoï formule l'exigence radicale qui traverse toute son œuvre : vivre en vérité, sans compromis avec le mensonge social, politique ou religieux. Ce cours abordera la pensée de Tolstoï à partir de cette idée maîtresse d'authenticité morale, qui le conduit à une critique impitoyable de la violence institutionnelle, de l'hypocrisie bourgeoise et du christianisme d'État. À travers ses grands romans (Guerre et Paix, Anna Karénine, Résurrection) et ses écrits spirituels, nous interrogerons une œuvre déchirée entre l'art et la vie, le doute et la foi, l'individualisme romanesque et l'universalisme évangélique. Tolstoï ou la conscience nue face au monde.

**Aromathérapie : la magie des plantes**

Initiation pour se familiariser avec les propriétés et les dangers des huiles essentielles. Avec la connaissance de quelques huiles essentielles différentes et quelques gouttes, il est déjà possible de prendre soin de bien des bobos de sa famille. Vous repartirez chez vous avec un roll'on bien être, un baume pectoral et un support de cours contenant des recettes.

**remarques** + CHF 15.– pour le matériel à payer sur place.

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>505-6</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | je, <b>26.03.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 30.–</b>       |

|         |                                      |
|---------|--------------------------------------|
| par     | <b>Fabiola Favre</b>                 |
| contact | 079 643 32 11<br>brin-d-essentiel.ch |

|             |  |
|-------------|--|
| heure/durée | <b>19h30-21h30</b>   |
| lieu        | Boutique l'Arbre à Bulles<br>Grand'Rue 8<br>1083 Mézières VD |
| conditions  | 6-8 participants   |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>506-1</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | je, <b>20.11.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 40.–</b>       |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>506-2</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | je, <b>12.02.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 40.–</b>       |

## Pilates Oron

Le Pilates est une méthode d'entraînement corporel douce adaptée à tous ! Elle peut être utilisée seule ou en complément à d'autres activités sportives ainsi que comme méthode de rééducation, souvent recommandée par les physiothérapeutes et médecins. Il s'agit de renforcement des muscles profonds, assurant une tenue du corps et de la colonne vertébrale, grâce à des mouvements fluides en rythme avec la respiration. Cours pour débutants et intermédiaires

**remarques** Prendre un tapis de sol assez épais (au moins 8 mm).  
Ceux de yoga sont trop fins.

|             |  |
|-------------|--|
| par         | <b>Annelore Santos</b>   |
| contact     | 079 701 10 26<br>info@couleurpilates.ch  |
| heure/durée | <b>18h30-19h30</b>   |
| lieu        | Collège d'Oron<br>Rte de Lausanne<br>1610 Oron-la-Ville<br>Salle de musique, bât. n° 3 |
| conditions  | 6-12 participants  |

### 1<sup>er</sup> trimestre

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>507-1</b>                |
| nb de leçons | 10                          |
| dates        | je, <b>25.09-11.12.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 200.-</b>            |

### 2<sup>e</sup> trimestre (suite du cours 507-1)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>507-2</b>                |
| nb de leçons | 12                          |
| dates        | je, <b>08.01-02.04.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 240.-</b>            |

### 3<sup>e</sup> trimestre (suite du cours 507-2)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>507-3</b>                |
| nb de leçons | 8                           |
| dates        | je, <b>23.04-25.06.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 160.-</b>            |

## Découverte de l'hypnose en groupe

Cet atelier permet d'expérimenter l'hypnose en groupe, de découvrir l'état hypnotique et de simplement passer un moment de détente. Quelques notions de lithothérapie sont également intégrées, car les pierres semi-précieuses sont puissantes et enrichissantes. Lâcher-prise, détente et relaxation sont les mots qui résument le mieux ce moment hors du temps. N'hésitez plus, osez ! Cet atelier, qui est un pré-requis pour l'atelier d'auto-hypnose, est animé par L'hypn'Ose – www.ellehypnose.

**remarques** Vêtements confortables et chauds (salle peu chauffée).

|             |  |
|-------------|--|
| par         | <b>Aurélié Surchat</b>   |
| contact     | 078 329 45 75<br>www.ellehypnose.ch<br>aurelie@ellehypnose.ch                          |
| heure/durée | <b>20h00-21h30</b>   |
| lieu        | Collège d'Oron<br>Rte de Lausanne<br>1610 Oron-la-Ville<br>Salle de musique, bât. n° 3 |
| conditions  | 4-10 participants  |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>508-1</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | je, <b>09.10.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 45.-</b>       |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>508-2</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | je, <b>05.03.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 45.-</b>       |

## Lithothérapie La magie des pierres

Cette thérapie est basée sur l'influence subtile que peuvent apporter des minéraux. C'est une méthode de soin holistique car elle a une interaction à tous les niveaux de l'être. C'est une pratique de médecine non conventionnelle basée sur le pouvoir qu'auraient certains cristaux (cristal de roche, améthyste, jaspé, quartz rose, etc.) au contact ou à proximité de l'être humain. Elles peuvent aider autant au niveau physique que psychologique. Vous repartirez chez vous avec une ou deux pierres, de quoi en prendre soin et un support de cours.

**remarques** + CHF 15.– pour le matériel à payer sur place.

## Initiation à l'auto-hypnose en groupe

Bénéficier des bienfaits de l'hypnose, c'est déjà très bien... Mais acquérir les outils pour le faire de manière autonome, c'est encore beaucoup mieux! Pré-requis obligatoire pour cet atelier: avoir participé à l'atelier de découverte de l'hypnose! Atelier animé par [www.ellehypnose.ch](http://www.ellehypnose.ch).

**remarques** Vêtements confortables et chauds (salle peu chauffée).

par **Fabiola Favre**  
contact 079 643 32 11  
[brin-d-essentiel.ch](mailto:brin-d-essentiel.ch)

|             |  |
|-------------|--|
| heure/durée | <b>19h30-21h30</b>   |
| lieu        | Boutique l'Arbre à Bulles<br>Grand'Rue 8<br>1083 Mézières VD |
| conditions  | 6-8 participants   |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>509-1</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | ma, <b>28.10.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 40.–</b>       |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>509-2</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | ma, <b>03.03.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 40.–</b>       |

par **Aurélie Surchat**  
contact 078 329 45 75  
[www.ellehypnose.ch](http://www.ellehypnose.ch)  
[aurelie@ellehypnose.ch](mailto:aurelie@ellehypnose.ch)

|             |  |
|-------------|--|
| heure/durée | <b>20h00-21h30</b>   |
| lieu        | Collège d'Oron<br>Rte de Lausanne<br>1610 Oron-la-Ville<br>Salle de musique, bât. n° 3 |
| conditions  | 4-10 participants  |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>510-1</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | je, <b>13.11.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 45.–</b>       |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>510-2</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | je, <b>30.04.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 45.–</b>       |

## Saponification

### Confectionner ses propres savons SAF comme cadeau de Noël

Cadeaux de Noël DIY (fait maison)! Vous apprendrez les principes de la saponification à froid et repartirez chez vous avec plusieurs savons confectionnés durant la matinée ainsi qu'un support de cours contenant des recettes. Vous confectionnerez ensemble durant la matinée le savon que vous emporterez à la maison. Cela nécessitera de manipuler de la soude caustique, avec l'encadrement professionnel et expérimenté de Fabiola Favre, brin-d-essentiel.ch.

**remarques** + CHF 15.– pour le matériel à payer sur place. Emporter avec soi une paire de lunettes de protection et une vieille chemise à manches longues.

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Fabiola Favre</b>   |
| contact      | 079 643 32 11<br>brin-d-essentiel.ch                         |
| cours N°     | <b>511-1</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | sa, <b>08.11.2025</b>  |
| heure/durée  | <b>09h30-11h30</b>   |
| lieu         | Boutique l'Arbre à Bulles<br>Grand'Rue 8<br>1083 Mézières VD |
| prix         | <b>CHF 60.–</b>  |
| conditions   | 4-6 participants   |

## Saponification

### Confectionner ses propres savons SAF

Mélange d'une démarche écologique et du souhait de prendre soin de soi, la saponification à froid permet de jouer avec les huiles végétales, en offrant un surgraissage à choix dans un savon riche en glycérine pour préserver naturellement le film hydrolipidique de la peau. Vous confectionnerez ensemble durant la soirée le savon que vous emporterez à la maison. Cela nécessitera de manipuler de la soude caustique, avec l'encadrement professionnel et expérimenté de Fabiola Favre, brin-d-essentiel.ch. Vous repartirez chez vous avec une barre de savon et un support de cours contenant des recettes.

**remarques** + CHF 15.– pour le matériel à payer sur place. Emporter avec soi une paire de lunettes de protection et une vieille chemise à manches longues.

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Fabiola Favre</b>   |
| contact      | 079 643 32 11<br>brin-d-essentiel.ch                         |
| cours N°     | <b>511-2</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | lu, <b>20.04.2026</b>  |
| heure/durée  | <b>19h30-21h30</b>   |
| lieu         | Boutique l'Arbre à Bulles<br>Grand'Rue 8<br>1083 Mézières VD |
| prix         | <b>CHF 60.–</b>  |
| conditions   | 4-6 participants   |

## Cosmétologie

### Composer naturellement ses cadeaux de Noël!

Cadeaux de Noël DIY (fait maison!) Vous confectionnerez des produits cosmétiques naturels en apprenant à identifier votre type de peau, les huiles végétales et hydrolats qui vous correspondent pour en retirer toutes les propriétés. Vous repartirez chez vous avec 2 produits confectionnés durant l'atelier, une crème pour les mains et un stick pour les lèvres ainsi qu'un support de cours contenant des recettes.

**remarques** + CHF 15.– pour le matériel à payer sur place.

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Fabiola Favre</b>   |
| contact      | 079 643 32 11  |
| cours N°     | <b>512</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | lu, <b>01.12.2025</b>  |
| heure/durée  | <b>19h30-21h30</b>   |
| lieu         | Boutique l'Arbre à Bulles<br>Grand'Rue 8<br>1083 Mézières VD |
| prix         | <b>CHF 40.–</b>  |
| conditions   | 6-8 participants   |

## Gemmothérapie

### Se soigner avec les bourgeons de plantes

Thérapie proche de la phytothérapie utilisant la partie embryonnaire (bourgeons et jeunes pousses) des plantes. Ce processus permet d'utiliser les propriétés du patrimoine génétique de la plante dans son intégralité. Les 3 spécificités d'un tissu végétal de construction sont le développement, le drainage et la régénération. Par ses différentes actions, la gemmothérapie est très efficace en cas d'affections chroniques. Vous repartirez chez vous avec un bocal de gemmothérapie, un roll'on d'aromathérapie et un support de cours.

**remarques** + CHF 15.– pour le matériel à payer sur place.

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Fabiola Favre</b>   |
| contact      | 079 643 32 11  |
| cours N°     | <b>513</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | je, <b>21.05.2026</b>  |
| heure/durée  | <b>19h30-21h30</b>   |
| lieu         | Boutique l'Arbre à Bulles<br>Grand'Rue 8<br>1083 Mézières VD |
| prix         | <b>CHF 40.–</b>  |
| conditions   | 6-8 participants   |

## Yoga Payerne

### Horaire 1

Travail postural basé sur les techniques du yoga et de la relaxation. Il permet de prendre conscience du corps, de la respiration, des tensions afin de vivre en meilleure harmonie avec soi-même et arriver ainsi progressivement au lâcher-prise qui amène à une détente profonde. Cours pour débutants et avancés.

**remarques** Tenue confortable et tapis de sol.

|             |  |
|-------------|--|
| par         | <b>Maria João Oliveira Silva</b>   |
| contact     | 076 743 35 18  |
| heure/durée | <b>17h30-18h30</b>   |
| lieu        | Collège de la Nouvelle<br>Promenade<br>Av. de la Promenade 11<br>1530 Payerne<br>Salle polyvalente |
| conditions  | 6-12 participants  |

### 1<sup>er</sup> trimestre

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>516-1</b>                |
| nb de leçons | 11                          |
| dates        | ma, <b>23.09-16.12.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 220.–</b>            |

### 2<sup>e</sup> trimestre (suite du cours 516-1)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>516-2</b>                |
| nb de leçons | 11                          |
| dates        | ma, <b>13.01-31.03.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 220.–</b>            |

### 3<sup>e</sup> trimestre (suite du cours 516-2)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>516-3</b>                |
| nb de leçons | 10                          |
| dates        | ma, <b>21.04-23.06.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 200.–</b>            |

## Yoga Payerne

### Horaire 2

Travail postural basé sur les techniques du yoga et de la relaxation. Il permet de prendre conscience du corps, de la respiration, des tensions afin de vivre en meilleure harmonie avec soi-même et arriver ainsi progressivement au lâcher-prise qui amène à une détente profonde. Cours pour débutants et avancés.

**remarques** Tenue confortable et tapis de sol.

|             |   |
|-------------|---|
| par         | <b>Maria João Oliveira Silva</b>  |
| contact     | 076 743 35 18   |
| heure/durée | <b>18h45-19h45</b>  |
| lieu        | Collège de la Nouvelle Promenade<br>Av. de la Promenade 11<br>1530 Payerne<br>Salle polyvalente |
| conditions  | 6-12 participants   |

#### 1<sup>er</sup> trimestre

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>517-1</b>                |
| nb de leçons | 11                          |
| dates        | ma, <b>23.09-16.12.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 220.-</b>            |

#### 2<sup>e</sup> trimestre (suite du cours 517-1)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>517-2</b>                |
| nb de leçons | 11                          |
| dates        | ma, <b>13.01-31.03.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 220.-</b>            |

#### 3<sup>e</sup> trimestre (suite du cours 517-2)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>517-3</b>                |
| nb de leçons | 10                          |
| dates        | ma, <b>21.04-23.06.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 200.-</b>            |

## Pilates Payerne

### Horaire 1

Le Pilates est une méthode d'entraînement corporel douce adaptée à tous! Elle peut être utilisée seule ou en complément à d'autres activités sportives ainsi que comme méthode de rééducation, souvent recommandée par les physiothérapeutes et médecins. Il s'agit de renforcement des muscles profonds, assurant une tenue du corps et de la colonne vertébrale, grâce à des mouvements fluides en rythme avec la respiration.

**remarques** Prendre un tapis de sol spécifique pour le Pilates (au moins 8 mm). Ceux de yoga sont trop fins.

par **Christian Giovannacci**

contact Liliane Pouget  
076 469 32 71

|             |   |
|-------------|---|
| heure/durée | <b>17h00-18h00</b>  |
| lieu        | Ancien Hôpital Collège<br>Rue du Châtelard 3<br>1530 Payerne<br>Salle de rythmique à l'Ancien Hôpital (dernier étage) |
| conditions  | 6-8 participants  |

### 1<sup>er</sup> trimestre

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>518-1</b>                |
| nb de leçons | 11                          |
| dates        | me, <b>24.09-17.12.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 220.-</b>            |

### 2<sup>e</sup> trimestre (suite du cours 518-1)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>518-2</b>                |
| nb de leçons | 12                          |
| dates        | me, <b>07.01-01.04.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 240.-</b>            |

### 3<sup>e</sup> trimestre (suite du cours 518-2)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>518-3</b>                |
| nb de leçons | 10                          |
| dates        | me, <b>22.04-24.06.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 200.-</b>            |

## Pilates Payerne

### Horaire 2

Le Pilates est une méthode d'entraînement corporel douce adaptée à tous! Elle peut être utilisée seule ou en complément à d'autres activités sportives ainsi que comme méthode de rééducation, souvent recommandée par les physiothérapeutes et médecins. Il s'agit de renforcement des muscles profonds, assurant une tenue du corps et de la colonne vertébrale, grâce à des mouvements fluides en rythme avec la respiration.

**remarques** Prendre un tapis de sol spécifique pour le Pilates (au moins 8 mm). Ceux de yoga sont trop fins.

par **Christian Giovannacci**

contact Liliane Pouget  
076 469 32 71

|             |   |
|-------------|---|
| heure/durée | <b>18h15-19h15</b>  |
| lieu        | Ancien Hôpital Collège<br>Rue du Châtelard 3<br>1530 Payerne<br>Salle de rythmique à l'Ancien Hôpital (dernier étage) |
| conditions  | 6-8 participants  |

#### 1<sup>er</sup> trimestre

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>519-1</b>                |
| nb de leçons | 11                          |
| dates        | me, <b>24.09-17.12.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 220.-</b>            |

#### 2<sup>e</sup> trimestre (suite du cours 519-1)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>519-2</b>                |
| nb de leçons | 12                          |
| dates        | me, <b>07.01-01.04.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 240.-</b>            |

#### 3<sup>e</sup> trimestre (suite du cours 519-2)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>519-3</b>                |
| nb de leçons | 10                          |
| dates        | me, <b>22.04-24.06.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 200.-</b>            |

## Pilates Payerne

### Horaire 3

Le Pilates est une méthode d'entraînement corporel douce adaptée à tous! Elle peut être utilisée seule ou en complément à d'autres activités sportives ainsi que comme méthode de rééducation, souvent recommandée par les physiothérapeutes et médecins. Il s'agit de renforcement des muscles profonds, assurant une tenue du corps et de la colonne vertébrale, grâce à des mouvements fluides en rythme avec la respiration.

**remarques** Prendre un tapis de sol spécifique pour le Pilates (au moins 8 mm). Ceux de yoga sont trop fins.

par **Christian Giovannacci**

contact Liliane Pouget  
076 469 32 71

|             |   |
|-------------|---|
| heure/durée | <b>19h30-20h30</b>  |
| lieu        | Ancien Hôpital Collège<br>Rue du Châtelard 3<br>1530 Payerne<br>Salle de rythmique à l'Ancien Hôpital (dernier étage) |
| conditions  | 6-8 participants  |

#### 1<sup>er</sup> trimestre

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>520-1</b>                |
| nb de leçons | 11                          |
| dates        | me, <b>24.09-17.12.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 220.-</b>            |

#### 2<sup>e</sup> trimestre (suite du cours 520-1)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>520-2</b>                |
| nb de leçons | 12                          |
| dates        | me, <b>07.01-01.04.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 240.-</b>            |

#### 3<sup>e</sup> trimestre (suite du cours 520-2)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>520-3</b>                |
| nb de leçons | 10                          |
| dates        | me, <b>22.04-24.06.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 200.-</b>            |

## Prendre la parole en public avec impact et persuasion

Vous serez accompagné-e avec bienveillance par Sandra Amodio, coach et formatrice en communication orale et en prise de parole en public depuis 15 ans. À la fin de cette journée d'initiation en prise de parole en public, vous serez capable de mieux gérer votre stress et d'adresser votre message en réunion avec clarté. Vous saurez porter votre voix, votre regard et prendre appui sur votre corps pour une parole authentique et persuasive. Vous apprivoiserez la notion du public pour en faire votre allié et au revoir la peur de prendre la parole face aux autres!

**remarques** Choisir une tenue confortable et se munir d'un stylo et d'un cahier pour la petite partie théorique. Prévoir un pique-nique pour la pause de midi + CHF 5.– pour le support de cours à payer sur place.

par **Sandra Amodio**  
 contact 078 773 80 89  
 www.exprimerie.ch

|             |   |
|-------------|---|
| heure/durée | <b>09h30-16h30</b>  |
| lieu        | Ecole professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de salle sera communiqué lors de la confirmation du cours |
| conditions  | 6-12 participants   |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>521-1</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | sa, <b>15.11.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 120.–</b>      |

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>521-2</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | sa, <b>28.03.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 120.–</b>      |

## Assemblée générale

### Conférence – Mieux comprendre le TDAH: au-delà des idées reçues

Programme: 19h00-19h45: Assemblée générale de l'UPB (ouverte à tous). Dès 20h00, la conférence (ouverte à tous).

Le TDAH (trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité) touche de nombreuses personnes, enfants comme adultes, souvent sans diagnostic clair ni accompagnement adapté. Cette soirée vous invite à plonger dans la réalité concrète de ce trouble encore trop méconnu, à travers des témoignages poignants et des éclairages médicaux accessibles.

**Une verrée clôturera cette soirée.**

par **Daniela Brustolin**  
 contact Wanda Gerum  
 079 723 05 65

|              |  |
|--------------|--|
| cours N°     | <b>522</b>   |
| nb de leçons | 1  |
| dates        | ve, <b>21.11.2025</b>  |
| heure/durée  | <b>20h00-22h00</b>   |
| lieu         | Collège Derrière-la-Tour<br>Rue Derrière-la-Tour 6<br>1530 Payerne<br>Aula |
| prix         | <b>chapeau à la sortie</b>   |
| conditions   | 1-180 participants   |

## Organiser son foyer face aux situations d'urgence

Sac d'urgence, points de rencontre et réflexes à adopter. Inondations, pannes de courant, cyberattaques, crises sanitaires... Sommes-nous vraiment prêts? Dans un monde où les imprévus deviennent plus fréquents, il est essentiel de savoir anticiper, s'organiser et protéger sa famille. Lors de cette séance interactive, le commandant de la protection civile Broye-Vully vous dévoilera les bases essentielles pour faire face aux situations de crise: Que contient un sac d'urgence bien pensé? C'est quoi un PRU (point de rencontre d'urgence) et comment le localiser? Quelles applications mobiles peuvent vous sauver la mise? Quels réflexes adopter en cas de catastrophe? Un moment concret, rassurant et accessible à tous pour prendre en main sa sécurité — sans tomber dans la panique, mais avec méthode et bon sens.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Nicolas Pedroli</b>  |
| contact      | 079 837 69 55   |
| cours N°     | <b>523</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | je, <b>04.12.2025</b>   |
| heure/durée  | <b>19h30-21h30</b>  |
| lieu         | Ecole professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de salle sera communiqué lors de la confirmation du cours |
| prix         | <b>CHF 50.-</b>   |
| conditions   | 5-15 participants   |

## Yoga du visage

Le yoga du visage est une pratique douce et accessible à tous. À travers des exercices spécifiques, nous pouvons tonifier, détendre et revitaliser les muscles du visage, de la nuque et des épaules. En combinant différents mouvements ciblés avec des techniques de respiration, cette méthode améliore la circulation sanguine, apportant un teint éclatant et une sensation de bien-être général. Plus qu'une simple pratique esthétique, le yoga du visage aide également à réduire les tensions liées au stress, offrant ainsi un moment de détente profonde. Un véritable moyen naturel d'apaiser à la fois le corps et l'esprit au quotidien.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Jessalynn Bischof</b>  |
| contact      | 079 709 28 75   |
| cours N°     | <b>524</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | je, <b>02.04.2026</b>   |
| heure/durée  | <b>19h00-20h30</b>  |
| lieu         | Ancien Hôpital Collège<br>Rue du Châtelard 3<br>1530 Payerne<br>Salle de rythmique à l'Ancien Hôpital (dernier étage) |
| prix         | <b>CHF 45.-</b>   |
| conditions   | 4-14 participants   |

## Hypersensibilité

L'hypersensibilité, touchant environ 20% de la population, se caractérise par une perception amplifiée des émotions et des stimuli externes. Si cette sensibilité peut être une source profonde de créativité et d'intuition, elle peut également entraîner du stress et une fatigue physique et émotionnelle, rendant le quotidien parfois difficile à gérer. Cet atelier propose d'explorer l'hypersensibilité à travers une approche à la fois théorique et pratique. Vous découvrirez des outils concrets pour mieux comprendre cette particularité et l'approprier, afin de la transformer en une véritable ressource. Ce sera un moment de bien-être et de découverte, permettant à chacun de vivre pleinement son unicité et de trouver l'équilibre dans cette sensibilité unique.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Jessalynn Bischof</b>  |
| contact      | 079 709 28 75   |
| cours N°     | <b>525</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | sa, <b>25.04.2026</b>   |
| heure/durée  | <b>13h30-16h30</b>  |
| lieu         | Ecole professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de salle sera communiqué lors de la confirmation du cours |
| prix         | <b>CHF 60.-</b>   |
| conditions   | 6-14 participants   |

## Anglais avancé B1 > B2

This evening course is aimed at persons whose understanding and oral expression level is rather good. You are able to talk about current topics, to read and write simple texts. If you want to go on training in English by revising some important and useful grammar points and focusing on oral expression, this course is for you! The ambiance is quite cosy and favourable to talking and reading.

par **Anne-Marie Schaltegger**  
 contact 078 601 30 75  
 nanetteschal@gmail.com

|             |   |
|-------------|---|
| heure/durée | <b>19h00-20h30</b>  |
| lieu        | Collège secondaire de l'Ochette<br>Av. de Lucens 3B<br>1510 Moudon<br>Salle 201 |
| conditions  | 6-12 participants   |

### 1<sup>er</sup> trimestre

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>600-1</b>                |
| nb de leçons | 9                           |
| dates        | lu, <b>29.09-15.12.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 270.-</b>            |

### 2<sup>e</sup> trimestre (suite du cours M-600-1)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>600-2</b>                |
| nb de leçons | 9                           |
| dates        | lu, <b>05.01-23.03.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 270.-</b>            |

### 3<sup>e</sup> trimestre (suite du cours M-600-2)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>600-3</b>                |
| nb de leçons | 8                           |
| dates        | lu, <b>20.04-22.06.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 240.-</b>            |

## Anglais moyen B1

Vous avez de bonnes notions d'anglais et vous désirez enrichir votre vocabulaire dans des situations quotidiennes, réviser votre grammaire et comprendre les autres en pratiquant des conversations simples ? Vous voulez voyager, lire et vous faire comprendre dans la vie de tous les jours, gagner en confiance et vous sentir plus à l'aise ? Venez nous rejoindre dans une ambiance conviviale !

|             |   |
|-------------|---|
| par         | <b>Emmanuelle Umiglia</b>   |
| contact     | e.umiglia@upbroye.ch  |
| heure/durée | <b>18h30-20h00</b>  |
| lieu        | Collège secondaire de l'Ochette<br>Av. de Lucens 3B<br>1510 Moudon<br>Salle 202 |
| conditions  | 7-12 participants   |

### 1<sup>er</sup> semestre

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>601-1</b>                |
| nb de leçons | 9                           |
| dates        | ma, <b>30.09-16.12.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 270.-</b>            |

### 2<sup>e</sup> semestre (suite du cours M-601-1)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>601-2</b>                |
| nb de leçons | 15                          |
| dates        | ma, <b>06.01-05.05.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 450.-</b>            |

## Allemand A2

Ce cours s'adresse à tous ceux qui souhaitent améliorer leurs connaissances en allemand, que ce soit pour leur travail, leurs études ou simplement par intérêt pour la langue et la culture. Vous avez la possibilité d'améliorer vos connaissances de la langue et de développer votre aisance à l'oral. Chaque session aborde différents thèmes et grâce à diverses activités linguistiques, vous participez activement au processus d'apprentissage. Des connaissances préalables au niveau A2 sont un avantage.

**remarques** Possibilité de décaler l'heure d'entente avec les participants. Méthode à acheter en sus.

|             |   |
|-------------|---|
| par         | <b>Petra Matzinger</b>  |
| contact     | e.umiglia@upbroye.ch  |
| heure/durée | <b>18h00-19h30</b>  |
| lieu        | Collège secondaire de l'Ochette<br>Av. de Lucens 3B<br>1510 Moudon<br>Salle 203 |
| conditions  | 6-12 participants   |

### 1<sup>er</sup> semestre

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>602-1</b>                |
| nb de leçons | 9                           |
| dates        | ma, <b>30.09-09.12.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 270.-</b>            |

### 2<sup>e</sup> semestre (suite du cours M-602-1)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>602-2</b>                |
| nb de leçons | 9                           |
| dates        | ma, <b>24.02-05.05.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 270.-</b>            |

## Vivre l'anglais

### Une journée en immersion!

What about an English day? Vous cherchez une occasion pour pratiquer votre anglais? Un endroit pour essayer de vous exprimer dans cette belle langue de Shakespeare? So come and review! Ce cours n'est pas axé sur la grammaire mais sur l'apprentissage de moyens de communication concrets utilisables dans des situations réelles (jeux de rôle, dialogues, activités interactives). Il s'adresse donc à des personnes qui ont envie de vivre une journée en anglais et qui ont déjà quelques connaissances de base. Let's have fun together!

**remarques** Prévoir un pique-nique pour le repas de midi.

## Italien A1 > A2

Ciao amici! Vous avez déjà acquis les notions de base en italien? Votre valise pour partir dans ce pays contient plusieurs mots de base du vocabulaire et de notions de grammaire du niveau A1? Vous avez envie de la remplir davantage pour être à l'aise en expression orale et en compréhension orale, alors ce cours est fait pour vous.

**remarques** Matériel fourni par l'enseignante. La méthode est à acheter lors du cours.

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Sabine Martin,<br/>Emmanuelle Umiglia</b>          |
| contact      | Sabine Martin<br>079 662 88 92<br>s.martin@upbroye.ch |
| cours N°     | <b>603</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | sa, <b>15.11.2025</b>                                 |
| heure/durée  | <b>10h00-16h00</b>                                    |
| lieu         | Salle du Cloalet<br>Rte des Bains 2<br>1525 Henniez   |
| prix         | <b>CHF 100.-</b>                                      |
| conditions   | 8-12 participants                                     |

|             |   |
|-------------|---|
| par         | <b>Stéphanie Jayet</b>  |
| contact     | 078 815 60 24   |
| heure/durée | <b>18h30-19h45</b>  |
| lieu        | École professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de salle sera<br>communiqué lors de la<br>confirmation du cours |
| conditions  | 6-10 participants   |

### 1<sup>er</sup> trimestre

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>604-1</b>                |
| nb de leçons | 11                          |
| dates        | ma, <b>23.09-16.12.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 275.-</b>            |

### 2<sup>e</sup> trimestre (suite du 604-1)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>604-2</b>                |
| nb de leçons | 11                          |
| dates        | ma, <b>06.01-24.03.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 275.-</b>            |

### 3<sup>e</sup> trimestre (suite du 604-2)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>604-3</b>                |
| nb de leçons | 11                          |
| dates        | ma, <b>31.03-23.06.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 275.-</b>            |

## Italien Débutants A1

Buongiorno a tutti! Vous souhaiteriez avoir des notions de base en italien mais vous n'avez jamais pratiqué cette langue ou vous n'avez que peu de notions? Alors ce cours est fait pour vous! Rejoignez-nous! Un programme varié vous attend, comme par exemple: lecture et compréhension de textes simples, création de dialogues pour exercer l'expression orale, apprentissage du vocabulaire de base.

**remarques** Matériel fourni par l'enseignante. La méthode est à acheter lors du cours.

|             |   |
|-------------|---|
| par         | <b>Stéphanie Jayet</b>  |
| contact     | 078 815 60 24   |
| heure/durée | <b>20h00-21h00</b>  |
| lieu        | École professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de salle sera communiqué lors de la confirmation du cours |
| conditions  | 6-10 participants   |

### 1<sup>er</sup> trimestre

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>605-1</b>                |
| nb de leçons | 11                          |
| dates        | ma, <b>23.09-16.12.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 220.-</b>            |

### 2<sup>e</sup> trimestre (suite du 605-1)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>605-2</b>                |
| nb de leçons | 11                          |
| dates        | ma, <b>06.01-24.03.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 220.-</b>            |

### 3<sup>e</sup> trimestre (suite du 605-2)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>605-3</b>                |
| nb de leçons | 11                          |
| dates        | ma, <b>31.03-23.06.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 220.-</b>            |

## Anglais moyen A2 > B1

Ce cours est destiné aux personnes ayant déjà quelques notions d'anglais et qui souhaitent approfondir et enrichir leurs connaissances. Si vous avez envie de réviser votre grammaire et pratiquer l'anglais lors de petites conversations simples, le cours est pour vous. Nous apprenons l'anglais au travers de petits textes, chansons, recettes, etc. En plus, nous apprenons en nous amusant dans un esprit de convivialité. So, come on and see us every Monday!

**remarques** + env. CHF 50.– pour la méthode fournie par l'enseignante lors du premier cours.

|             |   |
|-------------|---|
| par         | <b>Sabine Martin</b>  |
| contact     | 079 662 88 92<br>s.martin@upbroye.ch  |
| heure/durée | <b>18h00-19h30</b>  |
| lieu        | École professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de salle sera communiqué lors de la confirmation du cours |
| conditions  | 6-15 participants   |

### 1<sup>er</sup> trimestre

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>606-1</b>                |
| nb de leçons | 10                          |
| dates        | lu, <b>29.09-15.12.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 300.–</b>            |

### 2<sup>e</sup> trimestre (suite du 606-1)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>606-2</b>                |
| nb de leçons | 10                          |
| dates        | lu, <b>12.01-23.03.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 300.–</b>            |

### 3<sup>e</sup> trimestre (suite du 606-2)

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>606-3</b>                |
| nb de leçons | 10                          |
| dates        | lu, <b>30.03-22.06.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 300.–</b>            |

## Vivre l'italien Une journée en immersion!

Nous allons vous plonger dans la culture italienne avec la réalisation d'une recette de cuisine. Ensuite, nous exercerons l'expression orale au travers de jeux et de mises en situations pratiques. Ce cours n'est pas axé sur la grammaire mais sur l'apprentissage de moyens de communication concrets utilisables dans des situations réelles. Il s'adresse donc à des personnes qui ont déjà quelques connaissances de base! Dai, vieni a chiacchierare e cucinare con noi! Ti aspettiamo!

**remarques** Amener un tablier. Nous mangerons ce que nous allons cuisiner pour le repas de midi. Pas besoin d'amener un pique-nique. Un supplément (entre CHF 10.– et CHF 20.–) pour les ingrédients sera à payer sur place (cash ou Twint).

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Stéphanie Jayet<br/>Graziella Sambuco</b>                      |
| contact      | 078 815 60 24   |
| cours N°     | <b>607</b>  |
| nb de leçons | 1   |
| dates        | sa, <b>21.03.2026</b>   |
| heure/durée  | <b>10h00-15h00</b>  |
| lieu         | Grange-Verney<br>Ch. de Grange-Verney 2<br>1510 Moudon<br>Cuisine |
| prix         | <b>CHF 100.–</b>  |
| conditions   | 8-10 participants   |

## Atelier pratique sur l'application Canva Pour Instagram

### Soirée 1 – Prise en main de Canva & création de posts carrousel

Apprendre à utiliser Canva et maîtriser les bases pour créer des visuels harmonieux. Introduction à l'interface et aux fonctionnalités clés de Canva ; les codes d'un post carrousel efficace (formats, hiérarchie, lisibilité) ; exercices pratiques : création guidée d'un post carrousel à partir d'un template.

### Soirée 2 – Affiner la qualité de ses posts & conseils en stratégie visuelle.

Retours collectifs sur les créations effectuées à domicile ; astuces de mise en page, animations et effets pour enrichir vos visuels ; introduction à la stratégie de contenu visuel : planifier et rester cohérent ; création libre d'un nouveau post ou session questions-réponses selon les besoins du groupe.

**remarques** Les élèves viennent avec leur ordinateur portable et avec leur compte Canva créé au préalable ainsi que leur téléphone avec l'application Edits installée.

|             |  |
|-------------|--|
| par         | <b>Camille Brodard</b>   |
| contact     | 078 859 05 96  |
| heure/durée | <b>18h30-21h00</b>   |
| lieu        | École professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de la salle sera<br>communiquée ultérieurement |
| conditions  | 5-6 participants   |

#### Session 1

|              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| cours N°     | <b>700-1</b>                |
| nb de leçons | 2                           |
| dates        | ma, <b>23.09+07.10.2025</b> |
| prix         | <b>CHF 120.–</b>            |

#### Session 2

|              |                          |
|--------------|--------------------------|
| cours N°     | <b>700-2</b>             |
| nb de leçons | 2                        |
| dates        | ma, <b>06+20.01.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 120.–</b>         |

#### Session 3

|              |                          |
|--------------|--------------------------|
| cours N°     | <b>700-3</b>             |
| nb de leçons | 2                        |
| dates        | ma, <b>02+16.06.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 120.–</b>         |

## Cours de création de contenu Pour Instagram

Découvrir & comprendre les clés d'un bon contenu : structure, lisibilité, rythme et cohérence visuelle. Analyse d'exemples de posts qui fonctionnent (carrousels et reels). Conseils pratiques pour prendre de bonnes photos et filmer des vidéos qualitatives avec son smartphone. Initiation au montage vidéo via Instagram et l'application Edits : comment assembler, rythmer et publier rapidement du contenu.

**remarques** Les élèves doivent avoir leur téléphone avec eux durant le cours ainsi que l'application Edits installée.

|             |  |
|-------------|--|
| par         | <b>Camille Brodard</b>   |
| contact     | 078 859 05 96  |
| heure/durée | <b>18h30-21h00</b>   |
| lieu        | École professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Salle d'informatique<br>(sous-sol) |
| conditions  | 4-6 participants   |

### Session 1

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>701-1</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | ma, <b>03.02.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 80.-</b>       |

### Session 2

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| cours N°     | <b>701-2</b>          |
| nb de leçons | 1                     |
| dates        | ma, <b>21.04.2026</b> |
| prix         | <b>CHF 80.-</b>       |

## Maîtriser LinkedIn Développer son réseau, son activité et sa crédibilité

LinkedIn est aujourd'hui un levier incontournable pour développer son activité, valoriser son expertise et créer de nouvelles opportunités professionnelles. Que vous soyez entrepreneur-e, en évolution ou en transition de carrière, ou simplement en quête de davantage de visibilité, cette formation vous donnera les clés pour transformer votre profil LinkedIn en un véritable outil de conversion.

**remarques** Prérequis : Utilisation courante d'un PC ou d'un Mac ainsi que d'Internet et posséder un compte LinkedIn. Les élèves viennent avec leur ordinateur portable.

|              |  |
|--------------|--|
| par          | <b>Nicolas Chappuis</b>  |
| contact      | w.gerum@upbroye.ch   |
| cours N°     | <b>702</b>   |
| nb de leçons | 2  |
| dates        | sa, <b>21.03+02.05.2026</b>  |
| heure/durée  | <b>09h00-10h30</b>   |
| lieu         | École professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Salle d'informatique<br>(sous-sol) |
| prix         | <b>CHF 60.-</b>  |
| conditions   | 6-10 participants  |

## Créer, filmer, monter

### Réalisez votre vidéo avec votre smartphone

Initiez-vous à la réalisation vidéo en créant une vidéo d'une minute, de l'idée au montage final. Accessible à toutes et tous, ce cours vous guide à travers chaque étape du processus de création, en utilisant votre smartphone comme outil principal.

1. Scénario : Trouver une idée simple et percutante ; construire une séquence cohérente ; bases du récit visuel.
2. Écriture & découpage : Organiser son récit en scènes et actions audiovisuelles ; utiliser les outils d'écriture audiovisuelle ; préparer le découpage technique.
3. Mise en scène : Composition de l'image, cadrages ; éclairage naturel ou d'appoint ; anticiper les actions à filmer.
4. Tournage : Réalisation en solo ou en groupe ; techniques pour filmer au smartphone ; captation fluide et créative.
5. Montage – Partie 1 : Introduction à un logiciel simple (CapCut, iMovie, etc.) ; tri des rushes, organisation des plans ; montage image et continuité.
6. Montage – Partie 2 & finalisation : Son, titrage, effets de base ; export et diffusion ; visionnage collectif et retours.

#### remarques Matériel requis :

- Smartphone (pour le tournage et le montage)
- Tablette ou laptop (idéal pour un montage plus confortable)

|              |   |
|--------------|---|
| par          | <b>Pierre-Alain Zumwald</b>   |
| contact      | 079 506 89 23   |
| cours N°     | <b>703</b>  |
| nb de leçons | 6   |
| dates        | ma, <b>21.04-26.05.2026</b>   |
| heure/durée  | <b>18h00-21h00</b>  |
| lieu         | Ecole professionnelle EPCB<br>Rue du Châtelard 5<br>1530 Payerne<br>Le n° de salle sera<br>communiqué lors de la<br>confirmation du cours |
| prix         | <b>CHF 360.–</b>  |
| conditions   | 6-12 participants   |

# Fédération des Universités Populaires du canton de Vaud

[www.universitespopulairesvaud.ch](http://www.universitespopulairesvaud.ch)

## Université Populaire de Lausanne

[www.uplausanne.ch](http://www.uplausanne.ch)

PRÉSIDENTE BAECHLER Ariane  
UPL  
Escaliers du Marché 2  
1003 Lausanne

SECRETARIAT CP – Escaliers du Marché 2  
1003 Lausanne  
021 315 24 24  
[info@uplausanne.ch](mailto:info@uplausanne.ch)

## Université Populaire de la Riviera

[www.up-riviera.ch](http://www.up-riviera.ch)

PRÉSIDENTE AMINIAN Taraneh  
1814 La Tour-de-Peilz

SECRETARIAT GÉN. LALUC Fabrice  
079 342 54 89  
[info@up-riviera.ch](mailto:info@up-riviera.ch)

## Université Populaire de la Côte et du Pied du Jura

[www.upcj.ch](http://www.upcj.ch)

PRÉSIDENTE ALMAGBALY Ruth  
Rue de Rive 52  
1260 Nyon  
[presidence@upcj.ch](mailto:presidence@upcj.ch)

GESTION COURS BRIDGMAN Carola  
[cours@upcj.ch](mailto:cours@upcj.ch)

## Université Populaire de la Vallée de Joux

[www.upvj.ch](http://www.upvj.ch)

PRÉSIDENTE DAMIANO Aude  
1345 Le Lieu

Case postale 307  
1347 Le Sentier  
[info@upvj.ch](mailto:info@upvj.ch)

## Université Populaire du Pays-d'Enhaut

[www.uppe.ch](http://www.uppe.ch)

PRÉSIDENTE MORIER-GENOUD Carine

ADMINISTRATRICE CHARRIÈRE Éveline  
Case postale  
1660 Château-d'Oex  
077 470 86 14  
[info@uppe.ch](mailto:info@uppe.ch)