

**Et sinon,
ça va ?**

de janvier à juin 2023

Et sinon, ça va ?

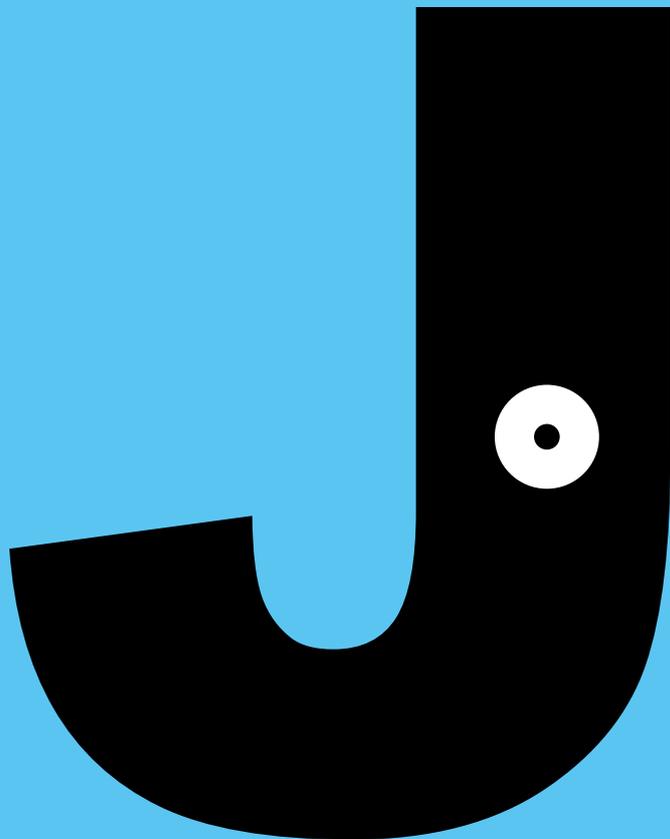


Avec une pandémie, des guerres et un écocide, cette question prend une tournure particulière, voire déstabilisante. En effet, ces trois dernières années plutôt anxieuses ont eu un impact important sur notre bien-être.

En parallèle, ou peut-être en conséquence, les livres *feel-good* et de développement personnel sont en tête des ventes dans les librairies, et les articles de journaux proposent de nombreuses astuces pour accéder au bonheur. Ces phénomènes interrogent : est-on au clair sur ce qui contribue ou nuit à notre bien-être ? Est-ce qu'être bien ne dépend que de notre volonté ? Le bien-être est-il accessible à tout le monde ? Y a-t-il aujourd'hui une injonction à être heureux partout, tout le temps ?

Pour cette nouvelle programmation, on a eu envie de vous et de nous faire du bien, tout en conservant un esprit critique afin de ne pas tenir de discours culpabilisants. D'ici à ce qu'arrive l'été, au fil des concerts, soirées-discussions, ateliers participatifs et rendez-vous mensuels, on va se questionner sur le stress, les privilèges, la dépression (avec humour). Mais on va aussi jouer, écrire, crier. Bref, on va à la fois réfléchir et lâcher prise !

L'équipe de la Biblio



Janvier

Change- ment de décor avec Fichtre



Chaque année, nous invitons un-e artiste à investir la Bibliothèque pour la faire belle mais aussi pour la bousculer, la réinventer, se l'approprier! Cette année, nous avons demandé au Veveysan Mathias Forbach, alias Fichtre, de s'emparer de l'espace. Découvrez votre Bibliothèque comme vous ne l'avez jamais vue!

Fichtre est artiste, illustrateur indépendant et enseignant en illustration à l'ÉDHÉA, l'école d'art du Valais. Rêveur fasciné depuis le plus jeune âge par le pouvoir du dessin et attiré par la puissance du texte, Fichtre développe rapidement son propre univers fantasque et sensible : personnages qui oscillent entre l'animal et l'humain, couleurs vives ou pastel, mélange des techniques et des supports. Il communique un espoir poétique, tout en simplicité.

Vernissage : VE 27.01.23 avec Les Fils du Facteur (voir page 10)

Bébé à la page



SA 14.01

9h-9h45

Avec Flora Trivelli

**Pour les enfants de 0 à 3 ans
accompagné·e·s d'un·e adulte**

Entrée libre

Nous vous invitons à un voyage à travers l'imaginaire des livres pimenté de quelques escales en comptines et chansons. Un éveil au livre et à la musique, mais aussi un moment de lien et de partage avec votre enfant, ainsi que de rencontre avec d'autres familles.

Musicienne et éducatrice de l'enfance, Flora Trivelli adore créer des ponts entre les familles et la musique. Avec Bébé à la page et Zig Zag, Flora accueille chaque mois les familles de tout-petits en chanson.

Bébé à la page a lieu dans la salle Brentano. Accueil dans la limite des places disponibles. La porte de la salle sera fermée à 9h15, merci pour votre compréhension.

Zig Zag



SA 14.01

10h30-11h15

Avec Flora Trivelli

**Pour les enfants de 4 à 6 ans accompa-
gné·e·s d'un·e adulte**

Entrée libre

Zig, venez en famille découvrir des histoires! Zag, mais aussi des comptines à chanter et à mimer ensemble!

Un éveil au livre et à la musique. Un moment de lien et de partage avec votre enfant, ainsi que de rencontre avec d'autres familles.

Musicienne et éducatrice de l'enfance, Flora Trivelli adore créer des ponts entre les familles et la musique. Avec Bébé à la page et Zig Zag, Flora accueille chaque mois les familles de tout-petits en chanson.

Zig Zag a lieu dans la salle Brentano. Accueil dans la limite des places disponibles. La porte de la salle sera fermée à 10h45, merci pour votre compréhension.

Ça joue ou bien ?



Soirée jeux pour les adultes

ME 18.01

18h30-20h30

Avec Eric et Mélanie

Entrée libre

Marre du Scrabble, du Monopoly et de Candy Crush ?
Marre d'avoir déjà joué 52'000 fois au Pictionary ?

Envie de renouveler vos soirées jeux ? Alors départ
pour la Biblio !

Venez vous amuser grâce à un duo passionné !

Ça joue ou bien ? 7-13 ans



SA 21.01

10h-12h

Avec Ochy et Mélanie

Pour les enfants de 7 à 13 ans

Entrée libre

Tu en as marre de jouer au Uno avec tes parents ?

Eh bien, viens à la Bibliothèque découvrir une tonne
de nouveaux jeux avec Ochy et Mélanie, des supers
fans de jeux.

C'est une autre histoire !



ME 25.01

15h-16h

Avec Mélanie, Mylène,

Céline Witschard et Alex Bernier

Dès 6 ans

Entrée libre

Viens découvrir des pépites, des histoires incroyables, drôles, fortes, qui font avancer le monde ou qui ne servent à rien si ce n'est te faire dire que la vie est belle et que les livres c'est vraiment stylé !

En janvier, l'histoire en kamishibaï de l'incroyable Louis Braille. Céline (qui voit mal depuis sa naissance) et Alex (qui n'a jamais vu) seront présent-e-s pour te montrer comment on peut apprendre à lire... avec ses doigts !

En marge



Le club de lecture

JE 26.01

18h30-20h

Entrée libre

En marge, c'est un rendez-vous où on mélange les genres, les âges, les goûts. Tout le monde peut venir à une, plusieurs ou à chaque rencontre.

En marge, c'est un club de lecture où il est inutile d'avoir une carte de membre. On échange autour de ce qui nous a fait vibrer le cœur et on repère des pépites grâce aux découvertes des autres.

En marge, c'est un verre dans une main, un livre dans l'autre, la joie d'être ensemble et de transmettre.

Fichtre et Les Fils du Facteur



VE 27.01

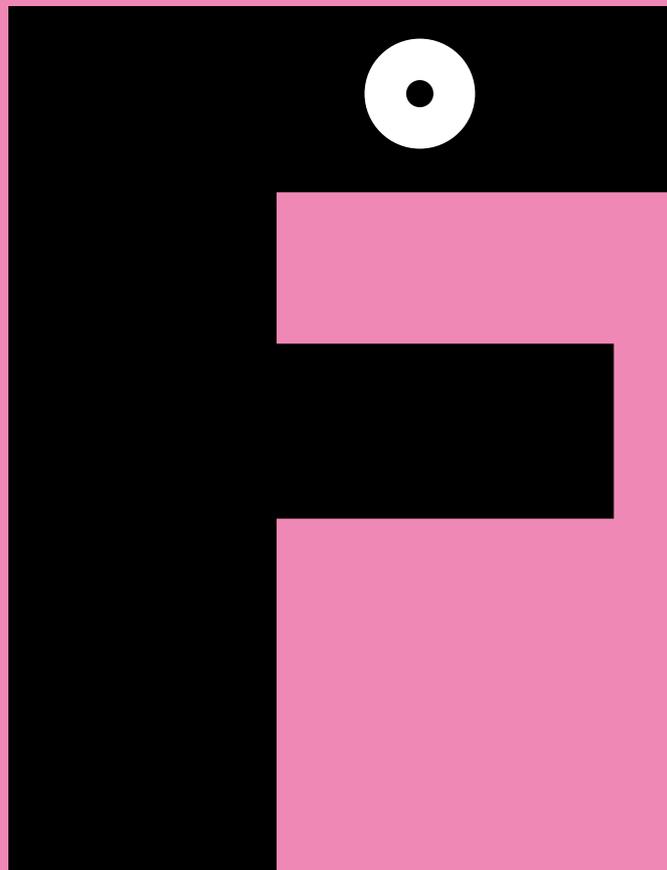
Entrée libre

**18h Changement de décor avec Fichtre,
vernissage**

Découvrez votre Bibliothèque comme vous ne l'avez jamais vue grâce à Fichtre qui s'est emparé de l'espace! Né à Vevey, Mathias Forbach alias Fichtre est artiste, illustrateur indépendant et enseignant en illustration à l'ÉDHÉA. Son univers, fantasque et sensible, est porteur d'un espoir poétique, tout en simplicité.

19h Les Fils du Facteur, concert

Les Fils du Facteur soufflent un air frais sur la chanson française qu'ils infusent d'une bonne dose d'humour et de panache. C'est sur scène que leur chanson française - mais bien suisse - fascine le plus. Ils ont récemment adopté deux nouveaux compères dans la fratrie et livrent un 4^{ème} opus à huit mains, magnifiquement illustré par Fichtre.



Février

-45 min : le genre du bien-être



JE 02.02
12h15-13h

Avec Loïse Bilat et Sandra Nossik
Entrée libre

Pour ce premier rendez-vous -45 min de la saison, questionnons le bien-être ! Les femmes reçoivent-elles davantage d'injonctions à aller bien ? L'industrie du bonheur et du développement personnel s'adresse-t-elle uniquement aux femmes ? Y a-t-il des « charlatans du bien-être » qui viseraient surtout les femmes ? Une discussion à mener ensemble, pour atteindre le bien-être sans discours culpabilisant et sans sexisme.

Loïse Bilat est maîtresse d'enseignement en communication à la HEP Fribourg et membre du GameLab UNIL-EPFL.

Sandra Nossik est maîtresse de conférence en sciences du langage à l'université de Franche-Comté, spécialisée en sociolinguistique et en analyse du discours.

Bébé à la page



SA 04.02
9h-9h45

Avec Flora Trivelli
Pour les enfants de 0 à 3 ans
accompagné·e·s d'un·e adulte
Entrée libre

Plus d'infos : voir page 4

Zig Zag



SA 04.02
10h30-11h15

Avec Flora Trivelli
Pour les enfants de 4 à 6 ans
accompagné·e·s d'un·e adulte
Entrée libre

Plus d'infos : voir page 5

Résilience mon cul



MA 07.02

19h-20h15

Écriture, mise en scène

et interprétation: Joël Maillard

Dès 14 ans

Entrée libre

Résilience mon cul, c'est un stand-up (presque) non autocensuré et sans (trop de) compromis, agrémenté de quelques chansons hyper drôles, ou sinistres, ça dépend. J'essaierai de respecter le quota réglementaire de punchlines et certaines tomberont à plat. Je parlerai vaguement (et de façon latérale) de résilience, et un tout petit peu (mais plus frontalement) de mon cul.

Si tout va bien, Dieu dira quelque chose et ce sera embarrassant. Si je le sens, je vous donnerai ma petite recette perso pour atteindre le paradis. Bien sûr ce programme n'est pas exhaustif, je me réjouis de vous en dire plus dans un moment de partage convivial, bienveillant et non jugeant.

D'ici là, prenez soin de vous, bon courage.

Joël

Repair Café



SA 11.02

10h-14h

Entrée libre

Luttons contre l'obsolescence programmée! L'idée des Repair cafés est simple: amenez un appareil (grille-pain, machine à café...), un habit ou votre vélo.

Des spécialistes* vous aideront à réparer ce qui peut l'être.

Coût: gratuit, excepté le prix des pièces détachées.

Attention! Les propriétaires effectuent autant que possible les réparations eux-mêmes ou elles-mêmes avec l'aide et les conseils des expert·e·s présent·e·s.

*Vous avez envie d'aider à réparer? Vous maîtrisez l'électronique ou l'informatique ou la mécanique? Vous êtes un·e réparateur·ice dans l'âme? N'hésitez pas à rejoindre notre équipe de bénévoles!

En collaboration avec Permaculture Riviera, Pro Velo Riviera, la FRC et la Direction de l'urbanisme, de la mobilité et du développement durable de la Ville de Vevey

Raconte une histoire à la radio!



MA 14.02 / ME 15.02 / JE 16.02 / VE 17.02
14h-17h

Avec ParticiMedia

De 8 à 16 ans

Sur inscription

ParticiMedia te propose un stage créatif du livre à la pièce radiophonique. Crée et enregistre une fiction à la Bibliothèque à partir des livres que tu aimes!

Quatre après-midis pour apprendre à :

- lire et partager des histoires découvertes à la Bibliothèque ;
- inventer et structurer une histoire de fiction ;
- écrire, lire et improviser à haute voix ;
- s'enregistrer et publier un podcast de ton histoire.

Les histoires enregistrées passeront ensuite sur les réseaux de la Biblio!

Un stage créatif et imaginatif organisé par ParticiMedia

Ça joue ou bien ?



Soirée jeux pour les adultes

ME 15.02

18h30-20h30

Avec Eric et Mélanie

Entrée libre

Marre du Scrabble, du Monopoly et de Candy Crush ?
Marre d'avoir déjà joué 52'000 fois au Pictionary ?

Envie de renouveler vos soirées jeux ? Alors départ pour la Biblio!

Venez vous amuser grâce à un duo passionné!

Ecrire une lettre d'amour à soi-même



Atelier d'écriture

MA 21.02 / 19h-21h

Avec Dolorès Kane

Dès 16 ans / Entrée libre, sur inscription

Rédiger une lettre d'amour à soi-même, une lettre pour se reconquérir, faire le premier pas ou encore se faire de nouvelles promesses. Toutes les formes sont valides. Ces mots nous appartiendront le temps d'une soirée et les différentes expériences n'en formeront plus qu'une.

Attention, cet atelier peut être confrontant et demande une grande confiance envers le groupe et soi-même. L'intervenant·e se tiendra à disposition pour assurer un cadre sécurisant.

Dolorès Kane est un·e performeuse et actrice genevoise. Il·elle fait partie du Friche Collectif et de la Cie Folle de Paroles pour lesquels il·elle écrit, met en scène et performe.

C'est une autre histoire!



ME 22.02

15h-16h

Avec Emilie, Mylène et Guillaume Reymond

Dès 6 ans

Entrée libre

Viens découvrir des pépites, des histoires incroyables, drôles, fortes, qui font avancer le monde ou qui ne servent à rien si ce n'est te faire dire que la vie est belle et que les livres c'est vraiment stylé!

En février, brrrrrrr! Des histoires glacées et gelées comme notre bout du nez! Es-tu prêt·e à participer à une petite expérience scientifique rafraîchissante avec le Doc'Labricole qui n'a pas froid aux yeux?

En marge



Le club de lecture

JE 23.02

18h30-20h

Entrée libre

En marge, c'est un rendez-vous où on mélange les genres, les âges, les goûts. Tout le monde peut venir à une, plusieurs ou à chaque rencontre.

En marge, c'est un club de lecture où il est inutile d'avoir une carte de membre. On échange autour de ce qui nous a fait vibrer le cœur et on repère des pépites grâce aux découvertes des autres.

En marge, c'est un verre dans une main, un livre dans l'autre, la joie d'être ensemble et de transmettre.

Ça joue ou bien ? 7-13 ans



SA 25.02

10h-12h

Avec Ochy et Mélanie

Pour les enfants de 7 à 13 ans

Entrée libre

Tu en as marre de jouer au Uno avec tes parents ?

Eh bien, viens à la Bibliothèque découvrir une tonne de nouveaux jeux avec Ochy et Mélanie, des supers fans de jeux.



Mars

-45 min : santé maternelle et périnatale

Focus sur les personnes afro-descendantes
JE 02.03 / 12h15-13h
Avec Madame Klébo et Fanny Meier
Entrée libre

La santé maternelle et périnatale est un sujet complexe traversé par des discriminations et des inégalités qui touchent essentiellement les personnes afro-descendantes et qui sont encore trop méconnues. Quelle est la situation en Suisse ?

Madame Klebo et Fanny Meier donneront des conseils pour les personnes enceintes, ayant envie d'être enceintes, ou en post-partum.

Daniska Tampise Klebo, alias Madame Klebo, est une spécialiste en méthodologie d'enquête et artiste indépendante formée en santé sexuelle. Fanny Meier est une doula* spécialisée dans la période post-partum.

*Pratique consistant à accompagner et soutenir les personnes enceintes.

Bébé à la page



SA 04.03

9h-9h45

Avec Flora Trivelli

**Pour les enfants de 0 à 3 ans
accompagné·e·s d'un·e adulte**

Entrée libre

Plus d'infos: voir page 4

Zig Zag



SA 04.03

10h30-11h15

Avec Flora Trivelli

**Pour les enfants de 4 à 6 ans
accompagné·e·s d'un·e adulte**

Entrée libre

Plus d'infos: voir page 5

Vénère coven



ME 08.03

19h-21h

Avec Viv Dellamore

Entrée libre, sur inscription

La colère, émotion réprimée par notre société, n'est pas que destructrice, elle est aussi une énergie de vie. L'exprimer est une manière de rétablir l'équilibre interne et de prendre soin de soi.

Dans cet atelier, nous allons nous (re)connecter à nous-même, danser, crier, écrire, nous dresser et défier l'objet de notre colère. Ensemble, nous allons magnifier ce feu, envoyer valser les injonctions et repousser les barrières. Sublimier cette énergie puissante, dans un cadre sécuritaire et respectueux.

Viv Dellamore/Fiona Bourdon (iel·le) est performer sexpositive depuis plus de huit ans et s'est produit dans toute l'Europe et au Canada. Iel·le est aussi sexologue spécialisé en psychotraumatologie et travaille au centre Sexopraxis de Lausanne.

Atelier organisé dans le cadre de la Journée internationale pour les droits des femmes et des minorités de genre, ouvert uniquement aux personnes qui subissent du sexisme.

Bourse aux graines



SA 11.03

10h30-12h30

**Grâce à l'idée et avec l'équipe bénévole
de Permaculture Riviera**

Entrée libre

Des graines en trop? Offrez-les ou venez simplement vous servir!

Apprenez à faire vos semis et des sachets de graines.

Offrez ou échangez votre petit matériel inutilisé autour du jardinage: outils, ouvrages, etc.

Le surplus de graines sera déposé dans la grainothèque de la Bibliothèque, merci d'avance!

Biblio Weekend



Dimanche 26 mars 2023

Une journée qui fait du bien!
Ouverture exceptionnelle de la Bibliothèque
de 10h à 17h.

10h-10h45 ou 11h15-12h

Massage pour bébé en musique

Avec Pauline Biselx et Flora Trivelli

Sur inscription: mediation.biblio@vevey.ch

Pour les bébés de 0 à 12 mois et leurs parents

Laissez-vous guider par Pauline Biselx (monitrice en massage pour bébé, ergothérapeute et psychomotricienne) dans la découverte de quelques mouvements de massages et jeux d'éveils sensori-moteurs.

Ce doux moment avec votre bébé sera coloré par des mélodies improvisées et des jeux chantés avec Flora Trivelli (musicienne-spécialisée dans l'éveil musical parent-enfant).



10h-12h

Ça joue ou bien ?

Avec Ochy et Mélanie

Pour les enfants de 7 à 13 ans

Tu en as marre de jouer au Uno avec tes parents ? Eh bien, viens à la Bibliothèque découvrir une tonne de nouveaux jeux avec Ochy et Mélanie, des supers fans de jeux.

10h-15h30

Ring fit Adventure

Avec Harold et Yan

Tout public dès 7 ans

Faire de l'exercice tout en s'amusant, c'est possible avec Ring Fit Adventure, un jeu de fitness sur Nintendo Switch. Grâce à deux accessoires, le Ring-Con et la sangle de jambe, même celles et ceux qui détestent le sport vont adorer transpirer !

10h30-15h30

Brunch du Café littéraire

Formule adulte à 29.- : pain, confitures, financier, jus d'orange, œuf au plat, bacon, pommes de terre, café ou thé OU pain, confitures, financier, jus d'orange, bowl végétarien avec salade de fruits, granola maison, yaourt à la grecque, sirop d'érable, café ou un thé.

Formule enfants à 12.- : œuf au plat, bacon, pommes de terre, jus d'orange ou sirop.



13h30-15h30

Ça joue ou bien ?

Avec Eric et Mélanie

Pour les adultes

Marre du Scrabble, du Monopoly et de Candy Crush ? Marre d'avoir déjà joué 52'000 fois au Pictionary ? Envie de renouveler vos jeux ? Venez vous amuser grâce à un duo passionné !

13h30-15h30

Histoires qui font du bien

Avec Emilie, Joséphine et Mylène

Tout public dès 4 ans

Un trio de choc t'a sélectionné des albums rigolos qui font du bien. Viens écouter une ou plusieurs histoires et repars avec la patate !

16h-17h

La Familiomédie

Avec La Comédie Musicale Improvisée

Tout public dès 7 ans

Un conte musical jeune public entièrement improvisé à partir des suggestions des enfants !

Quelques touches de Walt Disney, deux ou trois bidules échappés d'un Pixar, un peu de Tim Burton et de la folie pianistique : découvrez un conte musical improvisé où les enfants ont leur mot à dire et leur refrain à chanter !

C'est une autre histoire !



ME 29.03

15h-16h

Avec Emilie, Mélanie et Alice Perritaz

Dès 6 ans

Entrée libre

Viens découvrir des pépites, des histoires incroyables, drôles, fortes, qui font avancer le monde ou qui ne servent à rien si ce n'est te faire dire que la vie est belle et que les livres c'est vraiment stylé !

En mars, au revoir la grisaille de l'hiver, bonjour les nuances printanières ! Après des histoires pétantes, viens fabriquer avec Alice Perritaz une toupie qui t'en fera voir de toutes les couleurs.

En marge



Le club de lecture

JE 30.03

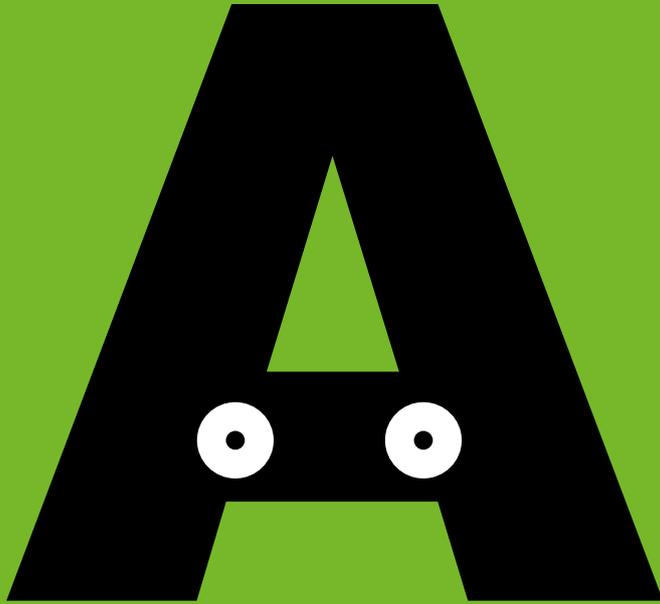
18h30-20h

Entrée libre

En marge, c'est un rendez-vous où on mélange les genres, les âges, les goûts. Tout le monde peut venir à une, plusieurs ou à chaque rencontre.

En marge, c'est un club de lecture où il est inutile d'avoir une carte de membre. On échange autour de ce qui nous a fait vibrer le cœur et on repère des pépites grâce aux découvertes des autres.

En marge, c'est un verre dans une main, un livre dans l'autre, la joie d'être ensemble et de transmettre.



Avril

Bébé à la page



SA 01.04

9h-9h45

Avec Flora Trivelli

**Pour les enfants de 0 à 3 ans
accompagné·e·s d'un·e adulte**

Entrée libre

Plus d'infos: voir page 4

Zig Zag



SA 01.04

10h30-11h15

Avec Flora Trivelli

**Pour les enfants de 4 à 6 ans
accompagné·e·s d'un·e adulte**

Entrée libre

Plus d'infos: voir page 5

Aller bien à tout prix ?

Discussion critique autour du bien-être

MA 04.04

18h30-20h

Avec Marie Dasylda

Entrée libre

La quête du bien-être peut-elle en arriver à nous faire du mal ? Le terme a priori positif de bien-être peut-il servir à cacher une stratégie marketing, un nouveau champ de compétition, des inégalités et des discriminations ? Et, si oui, comment s'y retrouver pour quand même "être bien" et prendre soin de soi ?

Avec Marie Dasylda, nous vous proposons une soirée-discussion pour (essayer de) détricoter les injonctions des bons plans, les réflexions/pratiques qui nous font du bien de celles qui poussent à la honte, à la culpabilisation ou au jugement.

Marie Dasylda a fondé NKALI Works, une agence de coaching professionnel qui pratique l'empowerment de combat. Elle est l'autrice de "Survivre au taf: stratégies d'autodéfense pour personnes minorisées".

-45 min : exercices anti-stress

JE 06.04

12h15-13h

Avec Evelyne Eugster

Entrée libre

C'est la pause de midi, le moment parfait pour relâcher la tension ! Rendez-vous à la Bibliothèque pour apprendre des exercices simples et utiles au quotidien, issus entre autres de la kinésiologie, afin d'abaisser le niveau de stress et d'éviter des montées d'angoisse ou d'anxiété.

Thérapeute en kinésiologie et masseuse, Evelyne Eugster (R'EVE d'Equilibre) exerce, depuis 2017, au Centre therapia, à Vevey.

Ça joue ou bien ?



Soirée jeux pour les adultes

ME 19.04

18h30-20h30

Avec Eric et Mélanie

Entrée libre

Marre du Scrabble, du Monopoly et de Candy Crush ?
Marre d'avoir déjà joué 52'000 fois au Pictionary ?
Envie de renouveler vos soirées jeux ? Alors départ
pour la Biblio !

Venez vous amuser grâce à un duo passionné !

Apéro Paulette !



JE 20.04

18h30-20h

Avec Meloe Gennai et Thilda Bourqui

Entrée libre

Autour d'un verre et à travers la lecture d'extraits de leurs textes, Meloe Gennai et Thilda Bourqui vous emmènent dans leur réalité respective. Comment le travail de création et la transidentité se nourrissent-ils mutuellement ? Comment faire au mieux avec des conditions matérielles difficiles et prendre soin de soi quand on est LGBTQIA+ ? Au menu : petits secrets et grandes idées !

Thilda Bourqui est une artiste queer pluridisciplinaire des Alpes. Sa nouvelle *Ici le soleil réchauffe nos corps*, parue dans l'ouvrage collectif *Cuisson au feu de bois* (Paulette éditrice, 2020), est un texte d'une douceur subversive.

Meloe Gennai est un·x poète/performeur·x trans non-binaire avec une identité raciale ambivalente. Dans *On m'adorait* (Paulette éditrice, 2023), l'auteur·x essaie d'écrire mais la réalité (sa précarité, sa santé mentale, son identité de genre) le rattrape toujours et l'empêche de créer. Un texte drôle, poignant et politique.

Chantier géant Kapla



**Rendez-vous aux Galeries du Rivage,
Rue Louis-Meyer 4, à Vevey**

DI 23.04

Entrée libre entre 10h et 18h

Avec le Centre Kapla Lyon

Tout public

Une journée qui va vous faire du bien !
18'000 planchettes de Kapla* débarquent à Vevey !
Qu'importe votre âge, que vous soyez seul·e ou en famille, venez construire votre ville idéale et relever les défis qui vous seront lancés par le Centre Kapla Lyon.

Un chantier géant où des constructions collectives défient la loi de la gravité. Un dragon naîtra peut-être parmi d'autres créations éphémères. Vous serez fier·ère·s et surpris·e·s de votre capacité à maîtriser des constructions parfois complexes grâce aux techniques et secrets qui vous seront livrés par un expert.

*Créé par Tom van der Bruggen en 1987, Kapla est un jeu de construction composé de planchettes en pin des Landes de mêmes dimensions et sans point d'accroche.

C'est une autre histoire !



ME 26.04

15h-16h

**Avec Emilie, Joséphine
et Lydiane de Graffenried**

Dès 6 ans

Entrée libre

Viens découvrir des pépites, des histoires incroyables, drôles, fortes, qui font avancer le monde ou qui ne servent à rien si ce n'est te faire dire que la vie est belle et que les livres c'est vraiment stylé !

En avril, des histoires de musique accompagnées par la harpiste Lydiane de Graffenried. Découvre un instrument qui en jette !

En marge



Le club de lecture

JE 27.04

18h30-20h

Entrée libre

En marge, c'est un rendez-vous où on mélange les genres, les âges, les goûts. Tout le monde peut venir à une, plusieurs ou à chaque rencontre.

En marge, c'est un club de lecture où il est inutile d'avoir une carte de membre. On échange autour de ce qui nous a fait vibrer le cœur et on repère des pépites grâce aux découvertes des autres.

En marge, c'est un verre dans une main, un livre dans l'autre, la joie d'être ensemble et de transmettre.

Je jardine bio



SA 29.04

10h-12h30

Avec Christian Anglada

Entrée libre, sur inscription

Avec l'arrivée du printemps, la terre et la vie se réveillent. C'est le moment idéal pour découvrir autour du jardinage la richesse de la biodiversité et l'importance des enjeux climatiques.

Nous aborderons les différentes étapes de réalisation d'un jardin bio et son entretien au fil des saisons : de la préparation de la terre au plan du jardin, du choix des graines aux plantations, du soin des cultures à leurs récoltes.

Nous travaillerons directement dans le jardin bio de la Bibliothèque et du Café littéraire, tout en faisant le lien entre le jardin et la grainothèque.

En collaboration avec les Jardins du Rocher et ProSpecieRara



Mai

Je mange au resto



**Avec Aurélien Guala (foodculture days)
Repas au Café littéraire (fermé au public
mais bénévoles pour le service bienvenu-e-s!)**

La Bibliothèque de Vevey et foodculture days s'associent, avec plusieurs partenaires, pour proposer un repas au restaurant à des personnes qui en sont généralement privées. Le menu sera concocté par les participant-e-s avec le chef Aurélien Guala.

Cette action est guidée par le constat que la nourriture, source de bien être, est aussi un marqueur d'inégalités sociales. Certain-e-s se demandent: "qu'est-ce que je vais manger?", d'autres: "est-ce que je vais manger?"

Alors que la Suisse est un pays qui se caractérise par sa richesse et son abondance, de nombreuses personnes précarisées font face à des difficultés pour se nourrir avec des produits de qualité. S'alimenter d'une manière qui soit respectueuse de sa santé et de l'environnement reste un droit à conquérir.

Un projet soutenu par le Bureau de l'intégration de la Ville de Vevey, en collaboration avec foodculture days et Le Café littéraire

-45 min : travail et bien-être



JE 04.05

12h15-13h

Avec Anouck Luini Macchi d'Unisanté

Entrée libre

Le travail occupe une grande place dans la vie des personnes salariées et a, par conséquent, une influence majeure sur le bien-être. Or, ses contraintes (horaires, pression, hyperconnexion, environnement, etc.) peuvent rendre le maintien d'une bonne hygiène de vie difficile.

Dans cet atelier, nous échangerons sur les risques professionnels, leurs impacts sur la santé, et les différentes astuces et règles pour rester en forme.

Anouck Luini Macchi est spécialiste en promotion de la santé au travail au département Santé au travail et environnement d'Unisanté.

Bébé à la page



SA 06.05

9h-9h45

Avec Flora Trivelli

**Pour les enfants de 0 à 3 ans
accompagné·e·s d'un·e adulte**

Entrée libre

Plus d'infos: voir page 4

Zig Zag



SA 06.05

10h30-11h15

Avec Flora Trivelli

**Pour les enfants de 4 à 6 ans
accompagné·e·s d'un·e adulte**

Entrée libre

Plus d'infos: voir page 5

Tournoi Just Dance



VE 12.05

18h-23h

Avec Yan Buchs et Selim Krichane

Pour les adultes et les enfants dès 12 ans

Entrée libre, inscription sur place le jour même dès 18h

Pour la Fête de la danse, viens mettre le feu au dancefloor ou t'amuser à encourager les participant-e-s !

Que ton déhanché soit célèbre ou non, que tu aies déjà joué à Just Dance ou non, que tu viennes seul-e ou avec des ami-e-s, il y aura toujours une équipe pour toi !

Prix à la clé. Repas et boissons disponibles au Café littéraire.

En collaboration avec le Café littéraire et la Fête de la danse Vevey

Le mois des étudiant-e-s



du LU 22.05 au SA 17.06

Durant les heures d'ouverture de la Bibliothèque

Impossible d'aborder le bien-être sans penser à celles et ceux qui passent leurs journées à la Biblio à réviser. Pour vous dire que nous pensons à vous, vous trouverez tous les jours, à la Salle Brentano, un chariot qui vous est destiné avec différentes boissons et collations.

De plus, quatre demi-journées vous sont réservées du 5 au 8 juin pour des massages et du coaching gratuits. Toutes les infos page 55.

Un grand merci à nos généreux sponsors : Bokoloko, Le Café littéraire, Coop, Côté Potager, David L'Instant Chocolat, Grano Maté, Nestlé et Super Natural Club / Urban Kombucha

Ça joue ou bien ?



Soirée jeux pour les adultes

ME 24.05

18h30-20h30

Avec Eric et Mélanie

Entrée libre

Marre du Scrabble, du Monopoly et de Candy Crush ?
Marre d'avoir déjà joué 52'000 fois au Pictionary ?

Envie de renouveler vos soirées jeux ?
Alors départ pour la Biblio ! Venez vous amuser grâce
à un duo passionné !

En marge



Le club de lecture

JE 25.05

18h30-20h

Entrée libre

En marge, c'est un rendez-vous où on mélange les genres, les âges, les goûts. Tout le monde peut venir à une, plusieurs ou à chaque rencontre.

En marge, c'est un club de lecture où il est inutile d'avoir une carte de membre. On échange autour de ce qui nous a fait vibrer le cœur et on repère des pépites grâce aux découvertes des autres.

En marge, c'est un verre dans une main, un livre dans l'autre, la joie d'être ensemble et de transmettre.

Espace public et violences LGBTQIA+



MA 30.05

18h30-20h30

Avec Anita Goh, Camille Lacroix et Loïc Valley

Pour jeunes et adultes

Entrée libre, sur inscription

Les violences envers les personnes LGBTQIA+ dans l'espace public sont une réalité.

Commentaires, remarques suggestives, sifflements, agressions : que faire lorsque l'on est témoin de ces situations ? Comment pouvons-nous soutenir les personnes touchées ?

Avec l'aide de comédien-ne-x-s, nous nous exercerons à réagir dans des situations sensibles.

C'est une autre histoire !



ME 31.05

15h-16h

Avec Emilie, Mélanie et Viviane Hüber

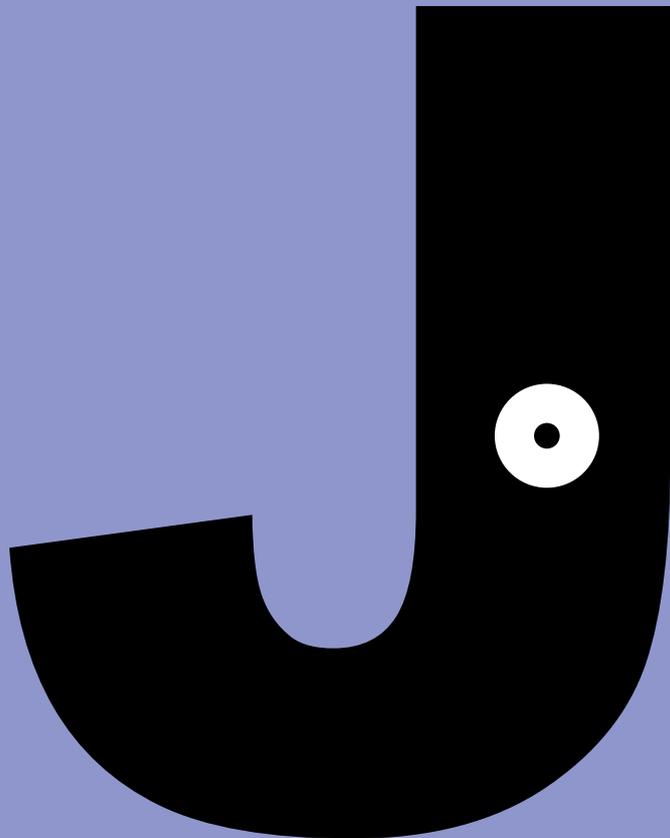
Dès 6 ans

Entrée libre

Viens découvrir des pépites, des histoires incroyables, drôles, fortes, qui font avancer le monde ou qui ne servent à rien si ce n'est te faire dire que la vie est belle et que les livres c'est vraiment stylé !

Connais-tu le BOOKSFIT ? C'est un sport que l'on a inventé avec notre partenaire, le Secteur sport de la Ville de Vevey. Après des histoires sportives, tu pourras te dépenser activement en utilisant des livres (si, si !) et ainsi te rendre compte qu'ils peuvent aussi être des accessoires de sport !

En partenariat avec le Secteur sport de la Ville de Vevey



Juin

Concert sandwich: Evita Koné



**JE 01.06
12h15-13h
Entrée libre**

Après le Cully Jazz et le Montreux Jazz, c'est à la Biblio que se rend Evita Koné! Cette chanteuse qui rappe (ou rappeuse qui chante), autrice et interprète américano-suisse-tchadienne, nous fera rêver sur ses sons neo soul, hip-hop et RnB. On a hâte!

Bébé à la page



SA 03.06

9h-9h45

Avec Flora Trivelli

**Pour les enfants de 0 à 3 ans
accompagné·e·s d'un·e adulte**

Entrée libre

Plus d'infos: voir page 4

Zig Zag



SA 03.06

10h30-11h15

Avec Flora Trivelli

**Pour les enfants de 4 à 6 ans
accompagné·e·s d'un·e adulte**

Entrée libre

Plus d'infos: voir page 5

La semaine des étudiant·e·s



**LU 05.06 / MA 06.06 / ME 07.06 / JE 08.06
14h-18h**

**Avec Evelyne Eugster, thérapeute
en kinésiologie, masseuse**

Dans le cadre du mois des étudiant·e·s, la Biblio
vous offre deux moments à choix pour vous rebooster.

**LU 05.06 ou ME 07.06
Massage de 20 minutes**

Allongez-vous habillé·e et profitez d'un massage
de la tête, du visage et de la nuque. Ce massage,
grâce à des points spécifiques de MTC (Médecine
Traditionnelle Chinoise), vous sera bénéfique pour
débloquer vos cervicales, diminuer votre stress et
stimuler vos neurones!



MA 06.06 ou JE 08.06
Coaching de 30 minutes

Un rendez-vous autour d'un verre pour aborder la gestion du stress, la peur de l'échec et les émotions qui en découlent. Vous ressortirez avec des outils issus de techniques qui ont fait leurs preuves (braingym, points méridiens, etc.).

Thérapeute en kinésiologie, masseuse, Evelyne Eugster (R'EVE d'Equilibre) exerce, depuis 2017, au Centre therapia, à Vevey.

Conditions:

Inscription uniquement au bureau de prêt et sur présentation de votre carte d'étudiant-e.

Merci d'arriver 5 minutes avant votre rendez-vous.

Chaque participant-e recevra des fiches-résumé afin de continuer à exercer ces techniques.

Ça joue ou bien ?



Soirée jeux pour les adultes

ME 07.06
18h30-20h30
Avec Eric et Mélanie
Entrée libre

Marre du Scrabble, du Monopoly et de Candy Crush ?
Marre d'avoir déjà joué 52'000 fois au Pictionary ?

Envie de renouveler vos soirées jeux ? Alors départ pour la Biblio !

Venez vous amuser grâce à un duo passionné !

Atelier mini- cascades



**Rendez-vous à la salle de gym Veveyse 07,
Rue du Torrent 27 à Vevey**

**SA 10.06
10h30-12h30**

Avec la Cie Alsand

Dès 6 ans

Sur inscription, entrée libre

Morgane et Damien de la Cie Alsand te proposent de découvrir l'art de la chute et du "bien-tomber".

Viens, avec ou sans tes parents, apprendre les bases de la cascade loufoque sans danger.

Pantalon de training souple et baskets exigés.

La Cie Alsand cherche à délirer avec les gens, à créer de l'émotion et à partager la folie. Le couple a fondé sa compagnie pour pouvoir s'aimer dans la vie mais aussi dans le travail, ce qui est très pratique.

En partenariat avec le Secteur sport de la Ville de Vevey

L'odyssée d'Alysse



**Rendez-vous au Parc du Panorama,
Rue du Clos 9, Vevey**

**VE 16.06
18h30-19h30**

Avec la Cie Alsand

Dès 5 ans

Entrée libre

Ça s'appelle l'Odyssée d'Alysse (non non, on n'a pas du tout copié Homère). Y a Morgane qui joue Alysse et tous les autres personnages, et y a Damien qui fait le narrateur, qui chante et qui rappe. Ensemble, on fait chanter et jouer le public (comme des rockstars) en lui racontant une folle épopée. Donc si t'as envie de devenir une sirène féroce tout en profitant d'un concert de hip hop théâtral (ou l'inverse), suis-nous sur notre galère, on va partir très loin (mets ta ceinture Hermès).

La Cie Alsand cherche à délirer avec les gens, à créer de l'émotion et à partager la folie.

En cas de temps incertain, l'événement sera reporté au 23 juin. Merci de vous référer au site internet de la Bibliothèque.

C'est une autre histoire !



ME 21.06

15h-16h

Avec Mélanie, Mylène et Guillaume Reymond

Dès 6 ans

Entrée libre

Viens découvrir des pépites, des histoires incroyables, drôles, fortes, qui font avancer le monde ou qui ne servent à rien si ce n'est te faire dire que la vie est belle et que les livres c'est vraiment stylé !

En juin, plouf dans l'eau avec des histoires fraîches ! Es-tu prêt·e à te mouiller pour une petite expérience scientifique de Doc'Labricole qui ne tombe jamais à l'eau ?

En marge



Le club de lecture

JE 29.06

18h30-20h

Entrée libre

En marge, c'est un rendez-vous où on mélange les genres, les âges, les goûts. Tout le monde peut venir à une, plusieurs ou à chaque rencontre.

En marge, c'est un club de lecture où il est inutile d'avoir une carte de membre. On échange autour de ce qui nous a fait vibrer le cœur et on repère des pépites grâce aux découvertes des autres.

En marge, c'est un verre dans une main, un livre dans l'autre, la joie d'être ensemble et de transmettre.

L'équipe

Déborah Guex

Bibliothécaire

Eamon Byrne Jossen

Bibliothécaire

Emilie Staempfli

Bibliothécaire

Joséphine Gut

Stagiaire médiation
culturelle

May Schweigman

Auxiliaire

Mélanie Esseiva

Responsable secteur
jeunesse

Mylène Badoux

Responsable médiation
culturelle

Nina Rochat

Apprentie

Oriane Hirt

Auxiliaire

Solène Humair

Collaboratrice médiation
culturelle

Yan Buchs

Directeur

Partenaires



MIGROS
Engagement



Partenaires Le mois des étudiant·e·s



URBAN KOMBUCHA ☐

côté potager
Épicerie Fine & Produits du Terroir



DAVID
CHOCOLATIER



coop

Partenaires culturels

**AMNESTY
INTERNATIONAL**



LE REFLET THÉÂTRE DE VEVEY

CENTRE DE JOUR

Panorama 

base COURT 



PRO VELO
RIVIERA

**FETE
DE LA DANSE**

PARTICI MEDIA

FOODCULTURE days

RKC
ROCKING-CHAIR.CH



**Musée Jenisch
Vevey**

unisanté
Centre universitaire de médecine générale
et santé publique - Lausanne



PermaRiviera 

vevey
Ville de Vevey
Direction de la jeunesse,
de l'éducation, de la famille
et des sports
Rue du Clos 9
1800 Vevey



vevey 
ville d'images

Calendrier

Janvier

SA 14.01	Bébé à la page	p.4
SA 14.01	Zig Zag	p.5
ME 18.01	Ça joue ou bien ?	p.6
SA 21.01	Ça joue ou bien ? – 7-13 ans	p.7
ME 25.01	C'est une autre histoire!	p.8
JE 26.01	En marge	p.9
VE 27.01	Fichtre et Les Fils du Facteur	p.10

Février

JE 02.02	-45 min : le genre du bien-être	p.12
SA 04.02	Bébé à la page	p.13
SA 04.02	Zig Zag	p.13
MA 07.02	Résilience mon cul	p.14
SA 11.02	Repair Café	p.15
MA 14.02 / ME 15.02 / JE 16.02	→	
VE 17.02	Raconte une histoire à la radio!	p.16
ME 15.02	Ça joue ou bien ?	p.17
MA 21.02	Ecrire une lettre d'amour à soi-même	p.18
ME 22.02	C'est une autre histoire!	p.19
JE 23.02	En marge	p.20
SA 25.02	Ça joue ou bien ? – 7-13 ans	p.21

Mars

JE 02.03	-45 min : santé maternelle et périnatale	p.23
SA 04.03	Bébé à la page	p.24
SA 04.03	Zig Zag	p.24
ME 08.03	Vénère coven	p.25
SA 11.03	Bourse aux graines	p.26
DI 26.03	BiblioWeekend	p.27
ME 29.03	C'est une autre histoire!	p.30
JE 30.03	En marge	p.31

Avril

SA 01.04	Bébé à la page	p.33
SA 01.04	Zig Zag	p.33
MA 04.04	Aller bien à tout prix ?	p.34
JE 06.04	-45 min : exercices anti-stress	p.35
ME 19.04	Ça joue ou bien ?	p.36
JE 20.04	Apéro Paulette!	p.37
DI 23.04	Chantier géant Kapla	p.38
ME 26.04	C'est une autre histoire!	p.39
JE 27.04	En marge	p.40
SA 29.04	Je jardine bio	p.41

Mai

Je mange au resto	p.43	
JE 04.05	-45 min : travail et bien-être	p.44
SA 06.05	Bébé à la page	p.45
SA 06.05	Zig Zag	p.45
VE 12.05	Tournoi Just Dance	p.46
LU 22.05	→	
SA 17.06	Le mois des étudiant·e·s	p.47
ME 24.05	Ça joue ou bien ?	p.48
JE 25.05	En marge	p.49
MA 30.05	Espace public et violences LGBTQIA+	p.50
ME 31.05	C'est une autre histoire!	p.51

Juin

JE 01.06	Concert sandwich : Evita Koné	p.53
SA 03.06	Bébé à la page	p.54
SA 03.06	Zig Zag	p.54
LU 05.06 / MA 06.06 / ME 07.06	→	
JE 08.06	La semaine des étudiant·e·s	p.55
ME 07.06	Ça joue ou bien ?	p.57
SA 10.06	Atelier mini-cascades	p.58
VE 16.06	L'odyssée d'Alysse	p.59
ME 21.06	C'est une autre histoire!	p.60
JE 29.06	En marge	p.61

Horaires d'ouverture de la bibliothèque :

Lundi à vendredi 10h-18h

Samedi 10h-14h

Suivez-nous !



**Quai Perdonnet 33
1800 Vevey**

021 925 59 60
mediation.biblio@vevey.ch
biblio.vevey.ch