



Le site futé pour les parents: [www.bebebourse.ch](http://www.bebebourse.ch)

# Le portail de la caverne d'Ali Bébé

Une plate-forme d'échange soutenue par Migros Vaud pour trouver tout ce qu'il faut à vos bambins. Facile, pratique, avantageux.

**B**erceau, poussette, table à langer, jouets et vêtements, dès son plus jeune âge, bébé est un grand consommateur (avec les années, la liste, au lieu de se raccourcir, a la fâcheuse tendance à s'allonger). Des objets acquis souvent fort chers qui viennent au mieux encombrer caves et garages, lorsqu'ils ne prennent pas un aller simple pour la déchetterie. Comble de notre société de consommation qui se confond facilement avec celle du gaspillage souligne l'un des créateurs de Bebebourse.



Un site qui propose aussi bien des conseils pratiques que des services gratuits aux parents.

## Petites annonces

C'est en pensant à ces cavernes d'Ali Baba inutilisées que trois jeunes hommes des environs de Prévèrènges – dont deux pères de famille – ont eu l'idée lumineuse de créer un site où les parents ayant du matériel à vendre ou à acheter peuvent entrer en contact. Simple et facile, il suffisait d'y penser.

Le site est composé d'une partie «Petites Annonces» qui permet en deux clics d'entrer en contact avec le vendeur ou de proposer les objets dont on n'a plus usage. Il s'agit de la

version virtuelle des bourses d'échange et des trocs saisonniers mais qui offre en plus l'avantage d'être accessible en permanence. Le service est entièrement gratuit et Bebebourse n'intervient pas dans les transactions.

## Forum et conseils

Comme la plate-forme fonctionne actuellement grâce aux fonds de ses créateurs, il est bienvenu, lorsque l'on concrétise une vente, de verser un montant (9% du prix idéal-

ment), dont la moitié est reversée à des organismes en rapport avec la petite enfance.

L'autre moitié sert à assurer la pérennité du site, son optimisation et surtout son développement. Les trois créateurs fourmillent en effet d'idées pour le futur. Par ailleurs, une section «Conseils» réunit des idées de sorties en famille, des informations en tous genres ayant pour objectif de faciliter les tâches des parents dans leur quotidien. A cet effet, un forum leur permet d'échanger leurs

expériences et bien souvent de se rassurer.

Séduit par ce concept unique en Suisse romande, le Pour-cent culturel Migros lui apporte son soutien financier. Une belle œuvre pour les familles qui sont invitées à consulter le site pour vendre ou acquérir des objets et échanger des conseils.

MB

Association «Bébébourse.ch»  
Chemin des Uttins 2  
1028 Prévèrènges  
078 76 77 123  
CCP 17-572794-1  
[www.bebebourse.ch](http://www.bebebourse.ch)  
[info@bebebourse.ch](mailto:info@bebebourse.ch)

Hélène Othenin-Girard et  
Gilles Borgstedt à Vevey.

# Osez la création!

M-Art bijoux et sculpture  
sur bois à l'Ecole-club.

**T**ransformer l'ancien fitness de l'Ecole-club de Vevey en un seul atelier d'art et technique: tel est le défi que relève avec enthousiasme son responsable de centre, Nicolas Kaeser. Et avec vigueur, car, à l'entendre, la préparation du chantier nécessitait quelques muscles bien entraînés... «Une vraie mutation que ces changements destinés à des cours longue durée! On passe du bricolage à des travaux nettement plus importants...»

## Transmission du savoir

Dès l'avènement du printemps, deux artistes vont transmettre leur savoir et partager avec un nouveau public l'aventure de la création: Hélène Othenin-Girard pour M-Art bijoux et Gilles Borgstedt dans un cours «tout-terrain» puisqu'il s'agira de sculpter à partir de la terre, du bois, des racines et d'autres matières naturelles.

La première, bijoutière et joaillière, diplômée l'Ecole supérieure de création de bijoux à Zurich, possède depuis 5 ans à Lausanne sa propre boutique

joliment baptisée «Je dis...» Elle participe à divers expositions collectives, prend part à des concours, crée des pièces uniques ou en petites séries et

trouve le temps d'enseigner. Ses réalisations s'inscrivent dans le contemporain. Ne parlez surtout pas de design, elle déteste le mot... Matériaux de



Hélène Othenin-Girard (M-Art bijoux)  
et Gilles Borgstedt (sculptures).

école-club

Adresses Ecoles-clubs: Lausanne: rue Neuve 3, 1003 Lausanne 17, tél. 021 318 71 00. Vevey: rue des Moulins 11, 1800 Vevey, tél. 021 923 05 05. Yverdon-les-Bains: ruelle Vautier 10, 1400 Yverdon, tél. 024 423 40 60. Aigle: Sous-le-Grand-Pré 2, 1860 Aigle, tél. 024 468 04 40. Internet: [www.ecole-club.ch](http://www.ecole-club.ch) – Service culturel Migros, Connaissance du monde et billetterie: horaire d'ouverture du lundi au vendredi, de 14 à 18 heures. Passage Saint-François 12, 1003 Lausanne, tél. 021 318 71 75  
Fitness ParcM Malley: ch. du Viaduc 1, 1008 Prilly, tél. 021 620 66 66 – Eurocentres - séjours linguistiques: rue Neuve 3, 1003 Lausanne, tél. 021 318 71 29 ou 021 318 71 30.

MIGROS  
FITNESS PARC M

MIGROS

MIGROS  
pour-cent culturel

prédilection: l'argent et les résines, «pour le monde de la couleur».

M-Art bijoux, c'est quatre semestres pour l'obtention du diplôme et l'acquisition des bases techniques par le biais d'exercices, de théorie, de visites commentées, de rencontres. Pour Hélène Othenin-Girard, l'intérêt premier est de «faire ressortir la personnalité de chacun» et d'instaurer une relation interactive: «J'ai vraiment envie de rebondir par rapport aux souhaits des élèves...»

### Nature et sculpture

Chez Gilles Borgstedt, sculpture va de pair avec recherche: «Utiliser la terre et tous les autres possibles de la nature, oser les mélanges, les formes, les lignes pour parvenir à une création qui nous plaît, c'est magique... Un peu comme des autoportraits ou des tranches de vie...»

Pour les enfants, l'approche diffère mais séduit tout autant: son cours porte sur la céramique à travers les siècles à l'enseigne des «Explorateurs du temps». Ou comment lier l'Histoire à la créativité, avec notamment un chapitre passionnant sur l'Égypte.

Vous aussi, vivez le printemps en permettant à la sève créatrice d'embellir votre quotidien!

Eliane Fournier

### Cours

**M-Art Bijouterie**, les lundis de 9 h à 17 h 30, du 20 mars au 11 septembre, Fr. 1848.-

**Atelier de sculpture**, les jeudis de 19 h à 22 h, du 23 mars au 1<sup>er</sup> juin, Fr. 720.-

**Atelier de sculpture enfant** «les explorateurs du temps», les jeudis de 16 h 30 à 18 h 20, du 23 mars au 15 juin, Fr. 300.-

**Séance d'information** le jeudi 9 mars, à 19 h

*Fraîcheur à l'état pur sur les étals.*

# La salade se dévoile

Les salades de Migros jouent les effeuilleuses et se présentent sans filet ni sachet au rayon primeurs.

**L**a salade joue les premiers rôles sur nos tables et cela depuis des siècles, voire des millénaires. Les Egyptiens, les Grecs, puis les Romains la consommaient déjà avec délectation.

On raconte qu'elle est arrivée en France, en provenance d'Italie, par l'entremise des papes lorsque ceux-ci résidaient en Avignon au XIV<sup>e</sup> siècle, puis qu'elle a gagné les provinces et les pays du nord. La mâche, elle, apparaît à la Renaissance et est même immortalisée sur un tableau de Léonard de Vinci.

### Contrôles de qualité

Aujourd'hui, pas de repas sans salade, qu'elle soit pommée, chicorée, batavia, feuilles de chêne, rampon et laitues. Riche en vitamines, croquante et craquante, elle met de la couleur et de la vie dans nos assiettes.

A Migros Vaud, pour préserver toute leur fraîcheur, les salades arrivent maintenant directement des champs pour se ranger sur les étals du secteur des fruits et légumes juste avant l'ouverture du magasin. Un plus pour le client qui bénéficie ainsi d'un produit qui n'a pratiquement pas subi de manipulations. De plus, celui-ci est soumis à de fréquents contrôles de qualité internes et externes.

Pour l'emporter chez soi sans qu'elle ne s'abîme, des

sachets sont à disposition. Ils ont été prévus grands pour y glisser sans problèmes les belles des champs et pour que celles-ci conservent tous leurs attraits.

Chez soi, il ne reste plus qu'à la laver et à la déguster en y ajoutant une sauce de sa composition ou prête à l'emploi, dont vous trouverez toute une déclinaison au rayon frais de votre Migros.

### Qualités diététiques

Quant à ses qualités diététiques, elles sont nombreuses. En plus des vitamines C, A, et du groupe B dont la 9, le très recherché acide folique, la sa-

lade peut se targuer d'un bel apport de minéraux dont le potassium, le calcium, le magnésium.

Et ce n'est pas tout, car, si elle est pauvre en lipides, ceux qu'elles possèdent sont de haute qualité. Elle contient même de l'acide linoléique, recommandé dans la prévention des maladies cardiovasculaires. De plus, avec treize petites calories aux cent grammes, elle se hisse aux premières places des aliments doux à votre ligne. A noter que si vous désirez préserver cette dernière, mieux vaut toutefois ne pas abuser de la sauce.

MB



Valentino Diovisalvi, responsable du rayon fruits et légumes au MMM Romanel.

Team Vaud Espoirs.

# Les jeunes sont l'avenir du FC LS

Migros Vaud met en jeu cinq cents billets pour vous permettre d'assister gratuitement à la rencontre au sommet opposant le FC Lausanne-Sport et le FC Sion le 5 mars prochain!

Un match qui vaut le déplacement au Stade olympique de Lausanne puisqu'il s'agit d'une épreuve de championnat pour le FC Lausanne-Sport qui accueille l'actuel premier du classement et qui vient d'effectuer une remontée fantastique. Après une faillite programmée en 2003, les fans du LS et les habitants de la ville et du canton assistent à la chronique d'un retour épatant. Le club déclaré moribond, en proie à des ennuis financiers sérieux, a relevé la tête et les défis. Aujourd'hui, il caracole parmi les trois premiers de la Challenge League et a battu par 4 à 3, le 3 décembre dernier, un adversaire des plus sérieux, le FC La Chaux-de-Fonds.



Le FC Lausanne-Sport: un club prêt à relever des défis.

## Foot Avenir

Cette renaissance, que l'on doit à des hommes de conviction, ne pourra perdurer que grâce à une relève de choc. Celle-ci est d'ailleurs en train de se préparer, grâce à la fondation «Foot Avenir», créée en juin dernier sur l'initiative, entre autres, du pâtissier émérite Philippe Guignard, et présidée par l'ancien conseiller d'Etat Philippe Pidoux.

Cette fondation est à la base de l'association Team Vaud qui réunit les joueurs des différents clubs évoluant dans

les championnats de football d'élite. Dans la catégorie des moins de 18 ans, les joueurs les plus talentueux du pays de Vaud forment une seule équipe présentée sous le nom de Team Vaud M-18.

Le but est évidemment d'offrir à ces jeunes talents une formation de pointe et d'en faire les gagnants de demain. Le canton de Vaud, et donc le Lausanne-Sport, se profilent comme des pionniers dans le concept de formation de l'Association suisse de football.

MB

## Coupon

Pour assister gratuitement au match du 5 mars, à 14 h 30 à la Pontaise, et soutenir les joueurs du LS, il suffit de remplir ce coupon et le présenter aux caisses accueil des MMM Crissier, Romanel et Les Terreaux, des MM Bergières, Chailly et Closelet.

**Les plus rapides seront les mieux servis.**

Nom: \_\_\_\_\_

Prénom: \_\_\_\_\_

N°/rue: \_\_\_\_\_

NP/localité: \_\_\_\_\_

A découper et à présenter aux caisses d'accueil (2 billets au maximum par personne).