

le
Trèfle A⁴

N° 113 - Novembre 2021

LE JOURNAL DE LA FONDATION CLÉMENCE





L'Air

Du Temps



Ah, l'armée ! Les personnes qui n'ont rien à dire sur le sujet sont assez rares. À l'évocation de l'armée, il y a toujours des réactions qui touchent des opinions personnelles, des souvenirs et anecdotes ou encore des décisions politiques. Bref, l'armée fait parler d'elle et pas qu'en Suisse. Car qui dit territoire, dit défense de celui-ci et il s'avère qu'il n'y a pas qu'une seule façon de s'y prendre. En effet, il existe des pays sans armée, des pays dont l'armée est composée uniquement de volontaires, des pays, comme la Suisse, où le service sous le drapeau est obligatoire que pour les hommes, des pays où chaque citoyen doit faire son service militaire, et même des pays dont l'armée est obligatoire que pour un faible pourcentage de la population tiré au sort si les quotas de volontaires ne sont pas atteints.*

Toutefois, en Suisse comme dans quelques pays avoisinants (Allemagne et Autriche), il n'y a pas que l'armée. En effet, en Suisse, le service civil fait son apparition en 1996 suite à la votation populaire du 17 mai 1992 (remportée à 82.9%). Dès lors, les hommes qui, pour des raisons diverses et variées, ne souhaitent pas faire l'armée, peuvent servir la collectivité par un autre biais.

C'est donc grâce à cette réforme de la Constitution que la Fondation Clémence, en tant qu'établissement d'affectation, accueille en ses lieux de nombreux civilistes. Si le service civil fut une réponse pour les objecteurs de conscience, ce fut également l'occasion pour certains de raviver des critiques. Ainsi, le débat sur le bien-fondé de l'armée suisse, sur les dépenses budgétaires, sur l'obligation de servir, etc., restera probablement source de querelles et de désaccords pendant encore bien longtemps. Toutefois, je pense que peu importe notre opinion, réfractaire ou adepte de l'armée, nous sommes probablement tous d'accord sur le fait que nous pouvons être reconnaissants de vivre dans un pays qui ne connaît pas la guerre et qui se sent suffisamment en sécurité pour se questionner sur la nécessité de son armée.

Comité de rédaction du Trèfle A⁴

Sophie Rouge, *Assistante administrative*

* C'est le cas de le Suède notamment. Source: www.government.se

Info

Travaux

La fin d'année approche à grands pas et les travaux suivent leurs cours sans retard.

La pose du parquet dans les chambres arrivant à terme, c'est maintenant au tour des couloirs de voir le parquet arriver d'ici ce début du mois de novembre. C'est également l'occasion pour la peinture et les faux-plafonds de faire leurs premières apparitions.

Nous attendons, encore patiemment, de découvrir le résultat de l'ingéniosité des équipes pour les différents points de liaison entre le bâtiment pré-existant et l'extension. La prochaine période à garder en tête est celle de Noël, période durant laquelle nous pourrons gentiment nous faire une idée des volumes qui nous seront mis à disposition et ainsi nous préparer pour notre futur déménagement qui reste planifié pour le mois d'avril 2022.

Joé MADIATA, *Assistant administratif*



3

Des larmes

à la camaraderie

Pour ou contre le service militaire est un cap obligatoire pour les jeunes suisses. Les puristes diront que c'est un moyen de forger un homme pendant que d'autres trouveront cela absurde. Mais finalement plongeons nous un peu dans l'histoire :

« A l'origine, la chose militaire relevait en Suisse des localités et des cantons. Une armée organisée de manière permanente n'existe que depuis la République helvétique (1798-1803). La création d'une armée fédérale a constitué l'une des tâches politiques centrales au cours des décennies qui ont suivi l'an 1798. En 1815, les grandes puissances européennes reconnaissent la neutralité et l'indépendance de la confédération des États suisses. Par la suite, la défense nationale, à savoir la garantie de l'ordre et de la paix à l'intérieur ainsi que la défense du territoire de la Confédération suisse, a définitivement évolué vers l'objectif stratégique de cette armée.

Au cours de la seconde moitié du 20^e siècle, et notamment après 1980, l'avenir et l'orientation de l'armée a fait de plus en plus l'objet de controverses politiques. Que l'on soit partisan ou adversaire de l'armée, que l'on soit scientifique ou « simple » militaire : tous les intéressés trouveront dans les Archives fédérales suisses des documents sur l'histoire de « leur » armée. »

Source: www.bar.admin.ch

Ce sujet fut l'occasion pour les bénéficiaires du CAT de plonger dans leurs souvenirs.



M. Burlet se souvient avoir fait une bonne performance au recrutement, mais n'a pour finir pas fait l'armée ce qui l'a plutôt arrangé.



M. Räss pour sa part, a fait partie de la DCA à Lucerne en 1964. Il en garde des bons souvenirs. Pour lui, cela l'a rendu plus organisé et lui a appris la vie en communauté.



Mme Guignard se souvient que l'une de ses voisines avait fait l'armée ce qui était plutôt rare à l'époque.



M. Saisselin a pour sa part fait le service civil. De manière générale, le service civil était vu d'un bon œil quand il est arrivé. C'était une bonne alternative au service militaire.

Mais finalement cette école de la vie qui a fait pleurer plus d'une maman sur le quai de la gare en voyant partir leurs bambins qui reviendront « homme », d'après les dires, ne serait-elle pas bénéfique ?

Ce qui est sûr, c'est que lorsqu'on fait partie d'un groupe, nous gardons des souvenirs et aussi des liens d'amitié qui durent parfois toute une vie. D'ailleurs, nous ne serions pas étonnés que la lecture de cet article, Cher lecteur, vous vous remémorez des tonnes d'histoires.

Pour conclure cette discussion, les bénéficiaires du CAT parlent d'autres façons aussi de servir les citoyens comme par exemple être pompier qui est aussi un bon moyen de ressentir cet esprit de camaraderie.

Dans tous les cas, peu importe le moyen choisi, nous souhaitons dire un grand merci à tous les hommes et les femmes qui veillent sur nous durant toute l'année que ce soit à l'armée, au service civil, aux pompiers, à la police ou dans tous ces corps de métier qui donnent du temps pour notre sécurité.

Article co-écrit par M. Saisselin, M. Räss, M. Burlet, Mme Guignard, Simon GENOUD, *Apprenti ASE*, et Maxime BOCHUD, *Animateur HES*, CAT de L'étoile





Crêpe party au 3^{ème} étage

Jeudi 7 octobre, nous avons organisé une crêpe party, à 15h sur le 3^e étage. Une collation un peu spéciale pour faire plaisir aux résidents et réveiller les papilles ! On ne s'en rend pas forcément compte, mais une activité gustative maintient les différents sens comme l'odorat ainsi que la capacité à différencier et à reconnaître les goûts.

Évidemment avec la musique ainsi qu'avec le personnel présent, ce fût un moment très convivial et rempli de bonne humeur. Les résidents ont eu droit à un service rempli d'amour par notre cheffe pâtissière: Alexandrine.

Il y avait différents goûts à choix comme : de la confiture, du Nutella, du caramel beurre salé ou encore de la cannelle, du citron et du sucre. Une multitude de saveurs !

Quelle ambiance sur cet étage. Madame Blanc nous a même offert une petite danse accompagnée d'un grand sourire et Monsieur Progin s'est porté volontaire pour faire le service à table. Je cite : « C'est comme dans une vraie crêperie ! ».

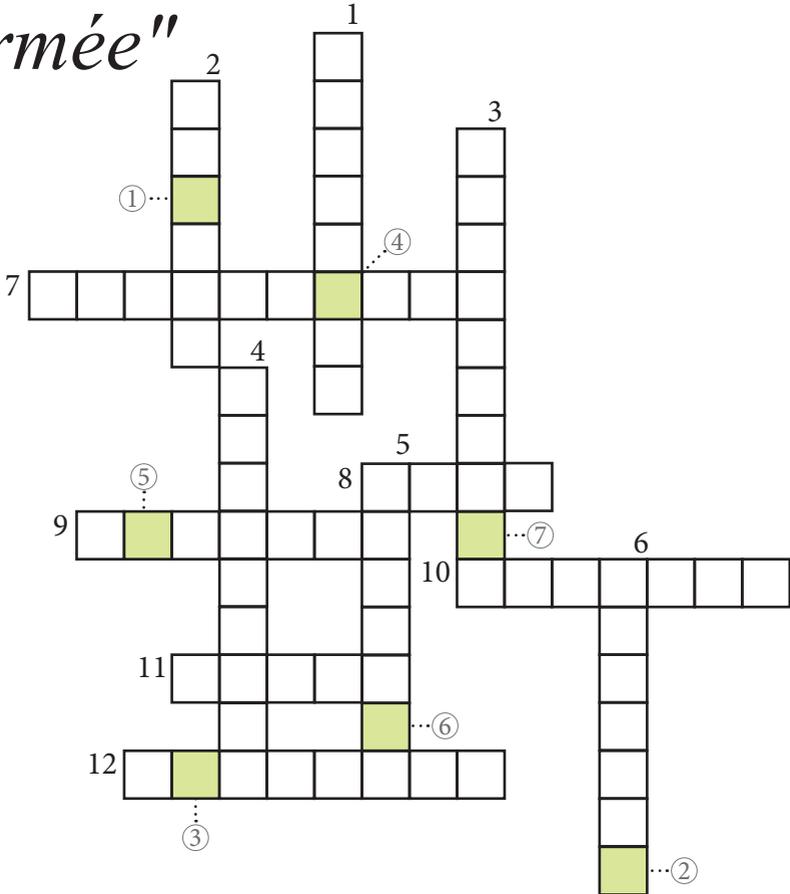
Nous avons tous hâte de pouvoir planifier un nouvel après-midi comme celui-là !

Pamela RIZZELLO, *Apprentie ASE*



Mots croisés

"Armée"



Vertical

- 1 - Responsable des cantonnements et des repas
- 2 - Nouveau soldat
- 3 - Soldats combattant à pied
- 4 - Chemins creusés dans la terre
- 5 - Groupe de soldats
- 6 - Grade attribué qu'en temps de guerre

Horizontal

- 7 - Fleur symbole de la 1^{er} guerre mondiale
- 8 - Absence de conflit
- 9 - Fruit ou arme
- 10 - Grade de sous-officier
- 11 - Couvre-chef
- 12 - Bâtiments

Mot caché:



*Le coupon-réponse pour participer au concours se trouve sur la dernière page.
Solutions et vainqueurs dans la prochaine édition.*



Une décoration

Aux petits soins

Pour cette édition de notre journal Trèfle A⁴, j'ai décidé de mettre en avant le travail de décoratrice de notre collègue Alexandrine Nee. En tant qu'animatrice au 3^e étage, « Alex » propose et offre une décoration qui arrive toujours à susciter une même émotion sur chacun des individus qui l'observe « Wouah ». En témoigne les nombreux retours positifs des résident·e·s et collaborateurs·trices qui ont eu la chance de pouvoir contempler ses différentes mises en place. J'ai donc voulu en savoir davantage sur ses motivations concernant la décoration.



C'est quoi la première chose à laquelle tu penses quand on parle de décoration ici à la Fondation Clémence ?

Alexandrine : Je pense à l'orientation. Notamment l'orientation temporelle qui aide beaucoup les résidents. Aussi, j'aime mettre en avant les résidents qui possèdent des objets divers et qui souhaitent les incorporer à notre décoration. Ça embellit davantage et surtout c'est valorisant. Et enfin, j'aime aussi faire avec ce que j'ai comme matériel. Je demande à chaque fois si des résidents veulent m'aider pour la mise en place de la décoration. Ensemble nous créons et c'est un travail qui est magnifique.

Est-ce que les résidents ont des attentes par rapport à la décoration ?

Alexandrine : Non, mais ils sont parties prenantes le jour où je mets en place la décoration. Ils me disent aussi : « tu as mis la barre haute, on espère que ce sera encore mieux la prochaine fois ». (rire).

Dernière question, ça veut dire quoi pour toi « décoration » ?

Alexandrine : La décoration, c'est rendre son environnement chaleureux, harmonieux et réconfortant. C'est aussi un espace de vie où les résidents se sentent comme chez eux. Je remarque aussi que c'est un environnement agréable pour les collègues. Finalement, je crois que la décoration a le don de réunir les collègues et les résidents.

Suite à cette discussion, je suis parti à la rencontre de deux résidentes du 3^e étage : Madame Turin et Madame Messerli.

Comment trouvez-vous les décorations d'Alexandrine ?

Mme Turin : Je les trouvent pas mal du tout. La décoration du hall d'entrée est magnifique. Alexandrine met en place beaucoup de choses pour nous. C'est formidable.

Mme Messerli : Magnifique. C'est sensationnel ce hall d'entrée.

Madame Turin et Madame Messerli sont unanimes quant à l'importance de la décoration qui d'une part "amène de la vie, "aide à se repérer dans le temps" et "fait se sentir comme chez soi".

Et qu'en est-il des collaborateurs·trices...j'ai questionné deux collègues: Anita (ASSC au 2^e étage) et Emilie (stagiaire au 5^e étage).

Comment trouvez-vous les décorations d'Alexandrine ?

Anita : Très accueillante et chaleureuse. Je trouve que ça fait comme « un petit chez soi ».

Emilie : Honnêtement, c'est super beau. Celle de l'entrée est magnifique. Chapeau à Alexandrine.

Mes deux collègues répondent par l'affirmative concernant l'importance de la décoration car "il y a ce concept du chez soi et non pas le concept institutionnel. C'est important que les résidents puissent se sentir bien sur leur lieu de vie" et que "ça donne de la vie. Ça permet aussi de faire des activités créatrices et ça rappelle aussi aux résidents quelle période on vit."

En conclusion de cet article, beaucoup d'éloges ont été faits pour le travail fourni par notre collègue Alexandrine et à juste titre !



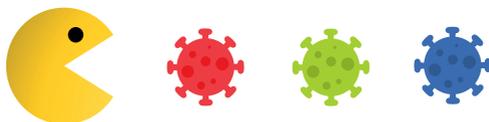
Merci à elle pour tout ce qu'elle a fait jusqu'à présent. Nous nous réjouissons déjà des futures décorations qu'elle réalisera avec l'aide des résidents. Merci également aux personnes nommées dans cet article qui se sont prêtées au jeu de l'interview.

Bryan BISCHOFF, ASE, 4^e étage

La rubrique des spécialistes

Peux-on vraiment attraper froid ?

J'ai toujours entendu « Mets une écharpe, tu vas attraper froid ». Mais scientifiquement, est-ce possible ? Est-ce que les rhinovirus ont un système de radar pour détecter les personnes habillées trop légèrement pour la saison, comme dans un jeu vidéo où il faut attraper l'intrus ?



Un article de la revue médicale suisse traite de ce sujet sous l'angle de la philosophie. L'objectif étant de comprendre ce phénomène et d'en définir son origine. L'auteur a recherché l'étymologie et la traduction du mot rhume dans plusieurs langues. Il en résulte qu'en allemand, en espagnol ou encore en italien ce mot signifie « refroidissement ». En chinois et en japonais, la traduction du mot exprime des éléments liés au froid. Ces notions semblent ancestrales puisque la linguistique est antérieure à la découverte des virus des bactéries (*Nau, 2018*). Dès lors, quel lien existe-t-il entre un nez qui coule et le froid ? Nos aïeux avaient identifié un lien de cause à effet. Cette croyance populaire, doit être transmise de génération en génération pour qu'aujourd'hui encore ma grand-maman me sermonne sur « mes oreilles à l'air » (*Genné & Chuard, 2005*).

Il n'empêche que le pic des infections des voies respiratoires est enregistré durant les saisons froides. L'explication est tout aussi simple que l'adage du début : les gens se retrouvent à l'intérieur, dans des lieux fermés, facilitant ainsi la transmission des virus et bactéries apportés par leurs hôtes (*Genné & Chuard, 2005*). Ces virus se transmettent généralement par gouttelettes, qui peuvent être le fruit d'un éternuement ou encore d'une toux, une accolade, une poignée de main ou encore un bec et le tour est joué. Le virus peut s'installer que vous ayez un bonnet ou non (*arcinfo, 2020*).



La cerise sur le gâteau est sans doute qu'il n'existe pas de traitement permettant de guérir rapidement ce fameux rhume. Les symptômes peuvent être atténués avec des traitements mais n'ont aucune action efficace pour se soigner et éliminer ce virus dans un délai raisonnable. Là encore « les remèdes de grand-mère » transmis de génération en génération peuvent vous être utiles : tisane de thym, de sauge ou encore lait chaud au miel. Les plus cartésiens vous expliqueront que les remèdes chauds relaxent les muscles de la gorge et les autres remercieront leurs aînés pour leurs conseils avisés.

Septique ou fervent défenseur de l'idée d'attraper froid, le mot de la fin semble tout de même vous inviter, voire vous inciter, à prendre soin de vous. Au risque d'enfoncer des portes ouvertes, les conseils en vigueur sont toujours les mêmes : mouchoirs à la poubelle, se laver les mains et éviter les élans de tendresse envers l'adorable petit neveu « moqueur ».

Chloé BOVAY, *Directrice accompagnement*

Sources:

*arcinfo. (2020, novembre 30). «Attraper froid» n'est pas un mythe!
<https://www.arcinfo.ch/>*

*Genné, D., & Chuard, C. (2005). Refroidissement ... le froid, vraiment ?
 Revue Medicale Suisse, 36, 2307.*

*Nau, J.-Y. (2018). Le « rhume » sous l'angle de la philosophie. Revue
 Medicale Suisse, 590, 162-163.*



Les civilistes au service

Des personnes âgées

Le service civil a été instauré en 1996, afin de répondre à l'augmentation des refus de servir l'armée. Depuis, toute personne confrontée à un conflit de conscience peut choisir d'accomplir un service civil à la place du service militaire. Les civilistes ne cherchent pas à échapper à leurs responsabilités, ils se mettent au service de la société, en accomplissant une activité souvent sociale ou de contribution publique.

À la Fondation Clémence, chaque année, c'est une trentaine de jeunes hommes qui viennent effectuer leur service civil. Vous les avez sûrement déjà rencontrés, car ils accomplissent leur affectation dans divers services. On les trouve pour la plupart à l'animation, mais également au service technique, au service hôtelier et plus rarement, en cuisine.

À l'occasion de ce numéro de novembre, quelques-uns d'entre eux ont accepté d'expliquer leur motivation à s'engager dans le service civil : le 19 octobre 2021, j'ai rencontré Aziz et Mickaël, civilistes au service technique et Thomas, Pierrick, et Benjamin civilistes à l'animation.

Pierrick raconte : « Je devais commencer par faire le service militaire, mais je me suis vite rendu compte que ça ne me plaisait pas. C'est le service militaire qui fait la présentation d'introduction et les informations données ne vantent pas le service civil. » Il explique ensuite que s'il avait reçu de meilleures informations au préalable, il n'aurait pas perdu de temps et se serait orienté directement vers le service civil. Les autres civilistes partagent ce ressenti.

Par ailleurs, ils s'accordent également tous à dire qu'ils ne veulent pas manier des armes. Pierrick rajoute que le fait d'apprendre à tuer et de recevoir des ordres sans logique, sans sens, ne lui plaît guère plus.

Pour Mickaël, ce sont surtout ses connaissances déjà engagées dans le service civil qui l'ont convaincu. De plus, Mickaël est engagé bénévolement dans une station de bagage sur oiseaux au Col de Jaman et le service civil lui a permis de développer encore plus cette activité : « Grâce au service civil, je pouvais continuer d'intervenir dans cette association tout en effectuant mes heures de service rendu. » Finalement, pour Mickaël un autre argument avantageux, c'est qu'en cas de guerre, les civilistes ne sont pas convoqués.



De gauche à droite:

Aziz Cherif

Mickaël Fivat

Thomas Brügger

Pierrick Gonthier

Benjamin Travaglini

Une fois leur décision de refuser l'armée, Thomas, Benjamin, Pierrick, Aziz et Mickaël ont dû choisir un lieu d'affectation. Parmi les multiples institutions sociales à disposition, ils ont choisi de s'investir auprès des personnes âgées. Tous arrivent avec des bagages différents selon leur expérience de vie et n'ont pas forcément la même vision de la personne âgée. Pour Aziz, ses premières expériences en EMS sont venues confronter ses valeurs : « Lors de mon premier service civil en EMS, j'ai rencontré des personnes âgées démentes, j'ai eu de la peine certaines fois à voir ou entendre certaines choses. Dans ma culture, les personnes âgées sont très respectées, on a l'habitude de s'en occuper à domicile. Je ne comprends pas toujours le système des EMS, je ne voudrais pas devoir partager ma chambre avec quelqu'un. » Toutefois, Aziz remarque avec enjouement que contrairement à l'image qu'il avait pu se faire, les personnes âgées sont des personnes pleines de vie et d'humour. Il raconte un épisode vécu quelques jours plus tôt : « Je suis arrivé sur un étage au moment de la gym douce. Tout le monde était en cercle et une résidente m'a défié sur des pompes ! Ni une ni deux, je me suis exécuté au milieu du cercle sous les encouragements du groupe. »

Cette joie de vivre, Pierrick l'a souvent ressentie lors de ses deux affectations à la Fondation Clémence. Il voit le placement en EMS de façon plutôt positive, il trouve bien et beau de pouvoir accompagner les personnes en fin de vie. Après avoir passé plusieurs mois à leur contact, Pierrick réalise que les personnes âgées apportent une très grande importance aux choses simples : « Ces petits plaisirs de la vie ont plus d'importance que de grands projets ambitieux, j'ai été surpris de constater que les résidents se satisfont de peu, ça fait réfléchir. »

Pour Benjamin, qui débute son service civil depuis seulement quelques jours, les résidents ont une histoire à raconter et à partager et il se réjouit de pouvoir découvrir ses fragments de vie. Mickaël partage cette volonté et rajoute qu'il oublie quelques fois que les résident-e-s ont été jeunes.

Le service civil est utile pour les personnes accompagnées, mais selon les récits de ces cinq jeunes engagés, on peut voir aussi la contrepartie de cette expérience. La majorité des civilistes arrivent avec peu d'expérience dans l'accompagnement. À travers ces affections, ce sont divers tabous et clichés qui se confrontent et des aprioris qui tombent.

Pierrick raconte avoir eu plusieurs échanges très riches, dont notamment une discussion avec une résidente qui avait du mal à comprendre le sens de la fonction de civiliste : « On s'est assis et on a commencé à discuter. J'ai essayé de comprendre son point de vue et de lui expliquer le mien. Finalement, on a presque passé une heure à échanger, je ne crois pas qu'elle ait changé d'avis, mais le débat était très intéressant. »

De son côté Thomas a lié un lien fort avec une résidente du 3^e. Il explique qu'il avait l'impression que sa présence pouvait être apaisante et qu'il était reconnu. On l'appelle par son prénom et ça c'est très valorisant pour lui.

Au moment où vous lirez ces lignes Aziz et Thomas auront déjà quitté la Fondation et à leur place de nouvelles recrues seront arrivées. Profitez de la présence de ces jeunes pour dialoguer avec eux quelques instants, vous découvrirez sûrement de nouvelles pensées et diverses personnalités, mais surtout, selon leurs dires, vous leur ferez très plaisir.

Merci à ces cinq civilistes pour leur intérêt et leur engagement auprès des personnes âgées et surtout bonne route à eux !

Odile MOTTAZ, *Responsable animation hébergement*



La Brisolée,

Des châtaignes à volonté

Mercredi 3 novembre fut un jour gourmand à la Fondation Clémence, car en cette belle journée d'automne, nous avons dégusté un repas bien spécial : La brisolée. Cette journée fut une réussite au vu des nombreux retours positifs que nous avons reçus.

Pour vous donner une petite idée de ce que représente la brisolée à la Fondation, voici quelques chiffres qui illustrent parfaitement l'étendu du travail fourni :

- 🍁 Env. **3'400** châtaignes fendues par environ **25** résidents et bénéficiaires
- 🍁 **24h** de trempettes dans l'eau
- 🍁 **2** brisoloirs d'une capacité de 5 à 6kg
- 🍁 **50** kg de charbon
- 🍁 **3** caisses de bois sec
- 🍁 **12'000** tours de manivelles
- 🍁 **Des heures de préparation** des cuisiniers afin d'agrémenter les châtaignes avec viande froide, fromages, fruits, pains, etc.

Je tiens donc à remercier tout le monde qui a contribué de près ou de loin à cette journée qui fut un succès ! Et pour le plaisir des yeux, je vous laisse avec quelques photos de cette journée. Au plaisir de vous revoir l'année prochaine !







Maxime BOCHUD, *Animateur HES,*
CAT de L'étoile

Souvenirs, souvenirs,

L'armée dans tous ses états

L'armée. C'est un mot qui évoque plein de souvenirs, des bons, des moins bons, des éclats de rire, des nuits blanches, des ronflements dans les dortoirs, des odeurs de chaussettes et habits mouillés, des nuits en pleine nature, des marches avec en solde des ampoules, des temps de partage autour d'une table, une verrée, etc. L'armée est un sujet qui en général reste intarissable. Ce qui ressort, c'est que ce temps a permis de découvrir des personnalités qui n'auraient pas été possibles de rencontrer sur un autre lieu et de créer des amitiés qui durent dans le temps. Voici quelques souvenirs de nos bons soldats :

Pour Jean-Charles Foucart, *Responsable d'étage*, si on lui pose la question concernant ses souvenirs d'armée, le premier qui lui revient est celui d'avoir mis sur pied un hôpital militaire de campagne en pleine Forêt-Noir en Allemagne près de Baden-Baden. Expérience très enrichissante en termes de rigueur et de discipline. Ça a été pour lui sa 1^{er} expérience de gestion de plusieurs centaines d'hommes armés pouvant avoir des compétences professionnelles et personnelles très hétéroclites et provenant de tout horizon et toute classe sociale. Mais ce fut également une occasion de maîtriser la gestion du matériel militaire et de ses possibilités logistiques. À cela, s'ajoute le besoin de fédérer un esprit de groupe autour d'un projet commun, mais surtout, le faire aboutir qu'elles qu'en soient les difficultés et les conditions pas toujours favorables.

Pour Victor Valério, *Chef de cuisine*, son souvenir est la belle porte qui était devant la caserne avec deux guérites. Et son pas de danse d'hésitation : "j'y vais, j'y vais pas, j'y vais, j'y vais pas". Pour finir, il est reparti sans se présenter. Cela lui a coûté 4 années où il a dû rester à l'étranger avec l'interdiction de revenir dans son village au Portugal. Il était considéré comme réfractaire.

Pour Fabrice Zosso, *Responsable technique*, le souvenir qui lui revient en évoquant l'armée, c'est le côté ridicule et irréfléchi de l'organisation d'un cours de répétition au col du Simplon, en plein mois de novembre, avec un groupe d'obusiers blindés. À 2'000 mètres, en cette période, il est quasi certain de rencontrer de la neige. Ce type de véhicule à chenilles n'est pas véritablement adapté à ces conditions météorologiques. Conséquences : plusieurs véhicules ont glissé dans un talus et se sont retrouvés dans une mauvaise posture ! Heureusement ce jour-là sans gravité pour les soldats.



Pour Fawzi Nsir, *Sous-chef de cuisine*, il était dans le service de la cuisine. Il devait cuisiner dehors pendant la semaine de survie sur des brûleurs à essence qu'il fallait amorcer en « pompant » pour pouvoir allumer le feu. Et ses brûleurs étaient très souvent en panne, alors il fallait tous les démonter pour les réutiliser. Les ustensiles étaient noirs de suie et ce n'était pas évident pour les nettoyer. C'était une grosse semaine de travail avec des courtes nuits de 3-4h, sans oublier les nuits où il y avait des « petites guerres » sous forme d'exercice entre les écoles. Cela se soldait par des nuits blanches. Pour finir, il a gradé et il est devenu chef de cuisine de bataillon. Car, dans cette position de responsabilité, il y a un certain respect, on vous laisse en paix, même les hauts gradés font attention car la nourriture est une source de baromètre d'humeur et de motivation dans les troupes. Et pas que dans les troupes, en tant que cuisinier, on en sait quelque chose !

Pour Jean-Luc Ryser, *Responsable qualité*, son passage dans l'armée lui a appris trois choses qu'il nous explique :

« A compter sur un peu de chance »



Au premier jour de l'école de recrue, j'avais entendu qu'il fallait se préparer si on voulait devenir chauffeur de petits véhicules. Il fallait avoir son permis de conduire prêt dans la poche et lorsque le responsable posait la question de qui voulait être chauffeur, il fallait sortir son permis et le montrer bien haut. Les premiers à montrer leur permis seraient engagés comme chauffeurs selon les besoins de l'école de recrue... C'est ce que j'ai fait et à peine la demande a été faite par l'officier de recrutement, j'ai sorti la main de ma poche avec mon permis de conduire. Sur plus de 150 recrues rassemblées dans la salle de gym, j'ai été pris dans la section romande de 6 conducteurs !

« A construire une stratégie minimaliste »

Pour ne pas être obligé de devenir sous-officier, il fallait être discret et parfois vraiment mauvais pour éviter tout risque d'engagement obligatoire pour une nouvelle école de recrues. J'ai concrétisé la chose lors des séances de tir avec nos fusils d'assaut, j'ai quelques fois malencontreusement tiré sur la cible du voisin de gauche ou de droite. Cela m'a valu quelques réprimandes mais à coup sûr jamais la moindre demande de la hiérarchie pour devenir le caporal Ryser !

« A frimer »

J'ai eu beaucoup de plaisir et une certaine fierté de conduire la Jeep équipée d'un gyrophare qui précédait le convoi des véhicules blindés chenillés, M113 et M109. J'étais habilité à rouler au milieu de la route de nuit comme de jour en obligeant les véhicules à s'arrêter en bordure de route pour laisser passer notre convoi, le tout dans un bruit d'enfer ; imaginez entre 8 et 12 véhicules de 25 tonnes chacun roulant jusqu'à 50km /h dans les rues de villages du Gros de Vaud. J'en frissonne encore !



Romain KOHLER, *Chargé de projets comptabilité et informatique*, nous partage ses souvenirs d'armée :



Morgenrot... C'est le nom d'un exercice concocté par nos supérieurs durant l'école de sous-officiers sanitaires. Depuis Bressonnaz (Moudon), nous sommes partis en direction de la Vallée de Joux, tantôt à pied, tantôt en véhicules. Une fois arrivés dans les environs du Col du Mollendruz, nous avons reçu l'ordre de monter un campement complet. Aussitôt ce dernier terminé et prêt à être utilisé, ordre nous a été donné... de tout replier et de nous remettre en route, avec contrôle du rasage pour tout le monde avant le départ ! Des heures de marche, de jour comme de nuit. L'expression "dormir debout" prit tout son sens, tellement la fatigue se faisait sentir au sein de la troupe. Ce fut une expérience humaine très riche et avec le recul, une belle expérience.

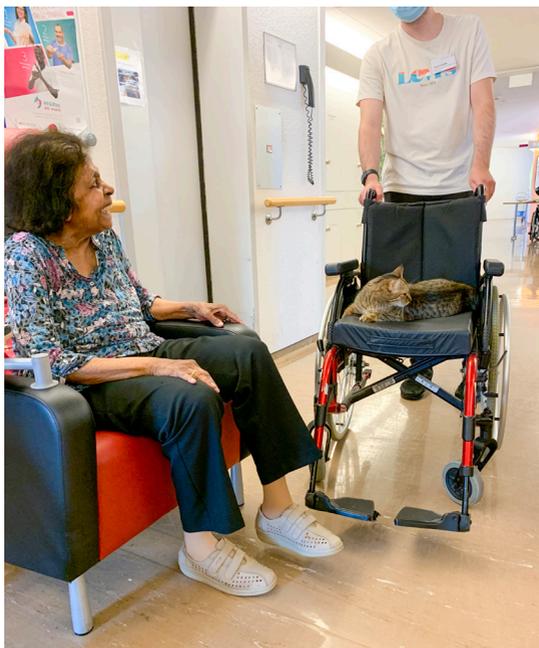
Merci à tous mes collègues pour le partage de leurs souvenirs et anecdotes de leur passage sous les drapeaux.

Murielle ZBINDEN, *Responsable table d'hôtes et bénévolat*



Lou, *petit filou*

S'il y a bien une petite farceuse dans la maison, c'est sans conteste Lou, la chatte du 2^e étage de la Fondation Clémence. Elle ravit les résidents de sa présence dans les chambres et dans les couloirs. En témoigne cette photo, prise sur l'étage, où Lou a décidé de squatter la chaise de Madame Pittet alors que cette dernière souhaitait faire un tour au jardin.



Entre deux escapades qui mettent tout l'étage en émoi, car elle a décidé d'aller explorer le quartier et revient à sa guise sans prévenir, elle sait se prélasser sur les lits de Mme Girardin et de Mme Bernard qui a toujours une friandise, à portée de main, pour la récompenser. On la retrouve parfois aussi lovée dans le fauteuil du bureau de Jean-Charles Foucart quand ce dernier n'est pas dans son bureau.

Lou est vraiment le rayon de soleil et la présence familière qui embellit le quotidien de tous sur l'étage que nous sommes heureux de partager avec elle.

Christophe BETTENS, *Animateur*, 2^e étage

Sur les traces du jardinier,

22

Réponses au quiz

Durant les mois de septembre et d'octobre, un quiz grandeur nature a pris place dans le jardin de la Fondation. Les 10 questions, perchées sur des installations fabriquées et montées spécialement pour l'occasion par un bénévole (que nous remercions au passage) furent disséminées sur un parcours au départ de la réception de la Fondation.



Sur les traces du jardinier

Voici les questions et les réponses du quiz "Sur les traces du jardinier" !

Réponses en gras

Poste 1 : CUISINE

Faisant partie intégrante de l'uniforme de cuisinier, pourquoi les toques sont-elles si hautes ?

- A Pour laisser suffisamment de place à Ratatouille
- B Pour permettre une meilleure ventilation de la tête qui subit la chaleur des cuisines**
- C Pour éviter les blessures. Les éléments de cuisine étant souvent bas, la toque rappelle au cuisinier de se baisser.

Poste 2 : TRACES

A quel animal correspondent ces traces de pas ?

- A - Hérisson** / B - Écureuil / C - Cochon d'Inde

Poste 3 : STATUE

Pourquoi il y a-t-il une statue représentant la Vierge Marie et l'enfant Jésus à l'entrée, côté jardin, du bâtiment St-Joseph?

- A Car, la statue a été offerte à la Fondation par un résident
- B Car, le jardin est partagé avec l'église «St-Joseph»
- C Car, le bâtiment St-Joseph abritait à l'origine un couvent**



Poste 4 : ÉCUREUIL

Combien d'écureuils comptez-vous sur les deux arbres en face de vous ? **9**

Poste 5 : FOURMIS

Sur combien d'hectares se répartissent les 1'200 fourmilières qui constituent la colonie ?

A - 10 hectares / B - 50 hectares / **C - 70 hectares**

Poste 6 : PÉTANQUE

Provenant à l'origine du jeu provençal nécessitant trois pas avant le lancer de boule, suite à quelle anecdote la pétanque fut créée ?

- A Un joueur, atteint de rhumatismes et donc incapable de faire les trois pas réglementaires, demanda de changer les règles afin de pouvoir rester immobile**
- B Les juges demandèrent aux joueurs, ayant visiblement abusés du pastis, de jouer de façon statique afin d'éviter les accidents
- C De retour de la guerre, beaucoup de soldats blessés ne pouvaient plus jouer. Les règles ont donc été modifiées afin de rendre hommage à ces héros

Poste 7 : POULAILLER

Combien d'œufs les poules de la Fondation pondent en moyenne par semaine ?

A - 20 œufs / B - 30 œufs / C - 10 œufs

Poste 8 : CAILLOUX

Peints par les résidents de la Fondation, ces petits cailloux égayaient le jardin. Combien pèse celui avec la grosse fleur ?

A - 870 grammes / **B - 1'330 grammes** / C - 1'540 grammes

Poste 9 : CIRCUIT

Si un résident désire faire 250 mètres de marche, combien de tours de jardin doit-il effectuer ?

3 tours / 5 tours / 4 tours



Poste 10 : LINGERIE

Savez-vous reconnaître ces tissus ? (Reliez le tissu avec son utilisation)

Tissu A = Chemise de nuit

Tissu B = Chiffon de ménage

Tissu C = Literie

Les participants ayant récolté le plus de bonnes réponses se sont vus récompenser par un bon pour un spécial "filets de perche".

Il s'agit de l'équipe du CAT composée de 7 bénéficiaires pour le mois de septembre et de Coralie Tauxe, collaboratrice à la Fondation, pour le mois d'octobre.

Félicitations aux gagnants et un grand merci à chacun pour votre participation !

Les organisatrices du jeu de piste

Murielle ZBINDEN, *Responsable table d'hôtes et bénévolat,*
et Sophie ROUGE, *Assistante administrative*



Les bénéficiaires du CAT savourant leur menu spécial "filets de perche" le 11 novembre.

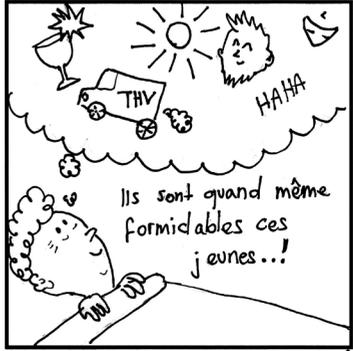
Par ordre alphabétique : M. Brechbühl, M. De Techtermann, Mme Eggstein, Mme Moffatt-Marong, Mme Morier-Genoud, Mme Savary et M. Uldry.



Coralie TAUXE

À la réception de son bon pour un menu "filets de perche" pour deux personnes et un bouquet de fleurs.

« Les civilistes »



MERCI AUX CIVILISTES!

Résultat concours

" Mot Caché " de septembre

Solution:

1	J	2	E	3	U	4	N	5	E	6	S	7	S	8	E	9	S
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Les vainqueurs du tirage au sort sont : Madame **Lucette DURUSSEL** (CAT)
 Madame **Raymonde METRAUX** (2^e)
 Madame **Elynn INGOLD** (proche)

Félicitations à tous ceux qui ont trouvé la bonne réponse !
 Les prix seront remis en main propre aux vainqueurs.

Hommage à ceux *qui nous ont quittés*

Madame LIECHTI Irène, décédée le 4 octobre, 4^e étage

Madame SAVARY-MOCO Thérèse, décédée le 6 octobre, en attente de placement

Monsieur ROSSI Primo, décédé le 6 octobre, 4^e étage

Madame SEU Ida, décédée le 18 octobre, 2^e étage

Madame FONTANNAZ Françoise, décédée le 20 octobre, 4^e étage

Madame D'AGOSTINO Giuliana, décédée le 24 octobre, 1^e étage

Madame BOVY Gisèle, décédée le 30 octobre, 5^e étage

Nous prions la famille et les amis des résidents décédés
de trouver ici l'expression de toute notre sympathie.

Photographie du mois



La fontaine de la Fondation Clémence.

Photographie réalisée par Monsieur Olivier Eric Pousaz, photographe et bénévole.

Bienvenue aux *Nouveaux Résidents*



En raison des travaux, la Fondation Clémence n'accueille momentanément plus de nouveaux résidents (sauf cas exceptionnel) jusqu'à la fin des travaux de rénovation prévue en 2023.



Coupon-réponse : Mot Caché

Solution: _____

Nom : _____

Prénom: _____

Lien avec la Fondation:

Résident / Bénéficiaire

Collaborateur

Autre: _____

Si "Autre", moyen de contact : _____

Merci de déposer votre réponse dans l'urne prévue à cet effet à la réception de la Fondation ou au CAT L'étoile avant le 30 novembre 2021.