

**Le journal**  
de la Fondation Clémence

# Entour' âges



# Sommaire

|  |         |
|--|---------|
| Édito « L'air du temps » .....             | Page 3  |
| Flash Info .....                           | Page 4  |
| Articles site Bugnon et Prélaz.....        | Page 8  |
| La table ronde du CAT L'étoile.....        | Page 10 |
| Expressions et proverbes .....             | Page 12 |
| La rubrique des spécialistes.....          | Page 14 |
| Fable de la Fontaine .....                 | Page 18 |
| Atelier peinture du Bugnon .....           | Page 19 |
| Article à thème « Les NAC » .....          | Page 20 |
| Parole aux bénévoles .....                 | Page 22 |
| Mots croisés.....                          | Page 23 |
| Coin lecture et gagnants du mot caché..... | Page 24 |
| Décès.....                                 | Page 25 |
| Articles CAT .....                         | Page 26 |
| Bienvenue et coupon-réponse .....          | Page 28 |

# Information d'édition

Vous souhaitez prendre contact avec le comité de rédaction?  
Écrivez-nous à: [entourages@fondation-clemence.ch](mailto:entourages@fondation-clemence.ch)

Membres du comité de rédaction: Camille Blanc, Maxime Bochud, Maryne Gilliland, Odile Mottaz, Clara Robert-Nicoud, Sophie Rouge.



Lors de la célébration du 1er août, nous avons toutes et tous eu l'occasion d'écouter une allocution officielle que ce soit dans notre village, dans notre quartier ou simplement à la télévision. Pour ma part, quelques éléments du discours que j'ai écouté m'ont marqué. En effet, il a été fait mention de la guerre, de la potentielle crise énergétique qui risque de nous frapper cet hiver ou encore de la sécheresse qui sévit actuellement. Face à de tels évènements, c'est l'occasion de réfléchir et de se recentrer sur « notre » Suisse qui nous fournit de nombreuses richesses auxquelles nous devrions faire plus attention.

Alan Coren, humoriste, écrivain et satiriste anglais, a dit un jour en parlant de la Suisse : « depuis que ses deux produits nationaux, la neige et le chocolat ont fondu, l'horloge à coucou a été inventée pour que les touristes aient quelque chose de solide en guise de souvenir ! ». Un peu d'humour qui nous encourage à préserver davantage notre beau pays.

Nous avons de nombreux trésors comme les montagnes, les lacs et les plaines. Ces endroits regorgent d'une multitude de faunes et de flores. Cette édition du journal de la Fondation met à l'honneur les animaux helvétiques ou plus exotiques comme vous le découvrirez avec les nouveaux animaux de compagnie. À ce propos, saviez-vous qu'en Suisse, 30% des ménages possèdent un chat, 12% un chien et 5% des lapins. Preuve que nos amis à quatre pattes occupent une place importante dans nos cœurs. Gardons donc à l'esprit qu'autant pour eux que pour nous, il est important de faire attention à notre belle Suisse.



# Flash Info

La fête nationale a connu un succès retentissant sur l'ensemble des sites de la Fondation qui ont eu le plaisir de participer aux festivités. Pour ce flash info du mois d'août, nous avons regroupé témoignages et photos pour vous faire (re)vivre cette journée sur fond de rouge et de blanc.

## ► CAT L'étoile ◀

Pour fêter ce jour, le CAT L'étoile a revêtu ses plus beaux appareils et a accueilli 50 bénéficiaires afin de partager un moment convivial et festif. Au menu de cette journée de fête: concert d'accordéon, apéritif, repas traditionnel fait-maison, hymne national et jeux de question « spéciale 1er août ». Nous avons passé une superbe journée, le soleil était au rendez-vous et la bonne humeur aussi. Merci aux collaborateurs pour l'organisation et à l'année prochaine.

*Maxime Bochud, responsable CAT*



## ► Prélaz ◀

En ce lundi du 1<sup>er</sup> août, le site de Prélaz s'est préparé à une fête nationale digne de ce nom. Pour ce faire, la cafétéria fut décorée de roses et de lierre ainsi que de lampions et de drapeaux. En cuisine, de succulents mets furent concoctés: planchettes apéritives, grillades, röstis et glaces aux couleurs de la Suisse. En ce qui concerne l'animation, le groupe des accordéonistes de Lausanne nous a ravi non pas d'une, mais de trois représentations qui à chaque fois, nous a permis d'entonner avec fierté l'hymne national. Cette journée qui fut une véritable réussite. Un grand merci à chacun.

*Murielle Zbinden, responsable du bénévolat*



## ► Bugnon ◀

Une fois n'est pas coutume, la fête du 1er août s'est déroulée dans le magnifique jardin du site du Bugnon orné des symboles de la fête nationale. Le personnel a accueilli les résidents pour partager un apéritif accompagné d'une bonne sangria, suivi, comme le souhaitaient les résidents, d'une raclette qui a fait sensation. Madame Heppel, directrice adjointe, nous a également honorés d'un magnifique discours évoquant les fondements essentiels de notre patrie, permettant ainsi à quelques résidents de retenir certains points forts et de donner les bonnes réponses au « quiz spéciale suisse » qui a été organisé par la suite. C'est enfin au son de l'accordéon du groupe Benjee's Örgeli que Rodolphe et ses drôles de dames ont dansé et c'est à l'unisson que nous avons chanté l'hymne national. Ce moment de partage a été apprécié de tous. C'était vraiment une belle fête et nous remercions toutes et tous pour la réussite de cette journée.

*Rosmy Perna, responsable socio-culturel*



Flash info - suite

## ► 5 de cœur ◀

Au CAT 5 de cœur, dans le centre du village d'Epalinges, les festivités s'enchaînèrent autour d'un «apéro-papotage», d'un repas fait maison puis d'un après-midi au rythme des chants traditionnels suisses.

*Camille Blanc, ASE*



# Des lapins en visite au Bugnon

Le vendredi 8 juillet 2022, les résidents de l'unité psychogériatrique ont reçu la visite de deux jolis lapins. Priscillia Horn, apprentie ASE, accompagnée de sa maman, a fait le tour des deux étages pour présenter leurs boules de poils aux résidents et leur permettre ainsi de les câliner.

« De jolis sourires sont apparus ! Mes lapins étaient au paradis, ils ont reçu tellement de bisous, de câlins et de caresses ! Ils ont été très bien accueillis et chouchoutés par les résidents. Le contact avec les animaux est pour moi vraiment très important, il apporte beaucoup de bien-être à l'homme. »



Priscillia Horn, apprentie ASE, Bugnon

# Les fables de la Fontaine

En cet après-midi caniculaire du mois d'août, les résidents et les collaborateurs du site de Prélaz se sont creusé les méninges à la recherche de leur souvenir d'enfance. Car c'est souvent ce qui nous revient en mémoire lorsque l'on parle des fables de la Fontaine. Du lièvre à la tortue, en passant par le rat des villes et le rat de chants, je fus surprise de constater à quel point les vers de ces poèmes se sont inscrits dans les souvenirs des personnes interrogées.

Mme Bernard a appris à l'école ces fables et est toujours en mesure de réciter la fable du corbeau et du renard ainsi qu'une partie de celle des animaux malades de la peste. Elle m'informa même que Jean de la Fontaine s'est inspiré d'un écrivain grec, qu'on dit être le père des fables, Ésope (VI<sup>e</sup> siècle avant J.-C.).

Lydie Madiata, ASSC, a également appris les fables de la Fontaine dans son école au Congo, notamment celle du corbeau et du renard. Décidément, c'est probablement la plus populaire. En effet, cette dernière a été citée par toutes les personnes interrogées. Diane Contaldi, auxiliaire de santé, l'a même mise en scène dans ses années d'école, il y a 14 ans.

Mme Josiane Portmann, fille de Mme Dépraz, a quant à elle appris la fable du corbeau et du renard d'une tout autre façon, en chanson, lorsqu'elle faisait partie cœur mixte de Chavannes et Penex de 1975 à 1980. Si vous souhaitez entendre cette fable en portugais, vous pouvez vous adresser à Liseta Costa, spécialiste RH, qui, dans son enfance, l'a également apprise par cœur.

C'est dire que les fables de la Fontaine nous ont tous marqués, peu importe dans quel pays nous avons passé notre enfance, à l'instar de Kodjovi Hiheglo, auxiliaire de santé, au Togo, de Julie Heppel, directrice adjointe, en France ou de moi-même, ici, dans le canton de Vaud.

# Zoo et aquarium

Pour cette édition du journal Entour'âges sur le thème des animaux, nous allons parler aujourd'hui, des aventures des bénéficiaires du CAT L'étoile. En effet, ces derniers temps, nous avons eu une forte demande pour aller visiter nos amis les bêtes. Les bénéficiaires sont tout d'abord allés au zoo de Servion. Ceux-ci ont pu admirer une faune locale, mais aussi très exotique. D'après la légende, ils auraient même trouvé mon cousin germain (je vous laisse imaginer de quelle bête il peut s'agir tout en sachant, pour ceux qui ne me connaissent pas, que je suis très grand (rires). La variété de la faune qu'héberge le zoo de Servion requiert une connaissance approfondie des différentes mœurs alimentaires. Ainsi, comme nous l'apprenons sur leur site internet, pour un sujet adulte, ils comptent quotidiennement :

- 🐾 13 kg de viande rouge pour un tigre
- 🐾 15 g de fruits, d'insectes, de pâtée, de légumes et d'œuf pour un ouistiti pygmée
- 🐾 entre 20 et 25 kg de foin et 4 kg d'aliments concentrés et de légumes pour un bison
- 🐾 5 kg de viande et 25 kg de fruits et de légumes pour un ours



Lors d'une deuxième sortie, le choix du groupe s'est porté sur AQUATIS, un endroit féérique à Lausanne où ils ont pu admirer des poissons de chez nous, mais aussi des bêtes d'ailleurs. AQUATIS est le plus grand aquarium d'eau douce d'Europe et invite les visiteurs à se plonger dans un voyage sur les cinq continents à la découverte de plus de 300 espèces différentes. On y compte 10'000 poissons d'eau douce et plus de 100 reptiles et amphibiens. Les bénéficiaires ont en eu plein les yeux et sont repartis avec des souvenirs pleins la tête. Nous vous invitons, vous aussi, à visiter ou revisiter ces lieux magnifiques qui invitent au voyage sans quitter notre belle région.



# Des animaux et des mots

Nos amis les bêtes sont partout, dans le ciel, dans la mer, sur terre et même dans notre langage. Connaissez-vous ces expressions ?



## **À bon chat bon rat**

Se dit quand on trouve un adversaire à sa hauteur.

## **Chat échaudé craint l'eau froide**

Celui qui a connu une mauvaise expérience dans un contexte bien précis fait preuve de méfiance lorsqu'une situation identique se présente



## **Avoir d'autres chats à fouetter**

Avoir d'autres choses plus importantes à faire

## **Il n'y a pas de quoi fouetter un chat**

Ce n'est pas bien grave

## **Il n'y a pas un chat**

Il n'y a personne

## **Comme chat et chien**

Être en conflit perpétuel, se chercher querelle

## **Les chiens ne font pas des chats**

On hérite des qualités et des défauts de ses parents



**Peindre la girafe**

Faire un travail inutile et très long, ne rien faire d'efficace, perdre son temps



**Pas piqué des hannetons**

En parfait état, ne pas être mauvais, très réussi

**Connu comme le loup blanc**

Être très connu

**Ne pas casser trois pattes à un canard**

Être banal, ne rien avoir d'extraordinaire



**Faire d'une mouche un éléphant**

Exagérer

**Crier comme un putois**

Crier très fort, rouspéter en criant

**Avaler des couleuvres**

Subir des affronts sans protester, croire n'importe quoi



**Ne pas valoir un pet de lapin**

N'avoir aucune valeur

**Aller comme un tablier à une vache**

Lui aller très mal, ridicule vestimentaire

**Être un mouton à 5 pattes**

Être quelqu'un d'exception, doté des qualités idéales, être unique



# La rubrique des spécialistes

## L'horlogerie

### Connaissez-vous le fonctionnement d'une montre ?

Aujourd'hui tout le monde sait lire l'heure, mais peu de personnes hormis les passionnés savent comment le mécanisme des montres fonctionne.

Une différence fondamentale en matière d'horlogerie concerne la nature du mécanisme. On distingue deux types de famille, chacun ayant leurs adeptes : les montres à quartz et leurs consœurs mécaniques. La montre mécanique comprend 6 éléments essentiels.

Le principe étant le même dans les grandes lignes : délivrer une source d'énergie afin d'actionner un mécanisme et faire tourner des rouages.

Le moteur : c'est lui qui transmet l'énergie aux rouages et qui permet d'actionner le système. Concrètement, un ressort qui se détend progressivement.

La transmission : elles transmettent l'énergie fournie par le moteur (concrètement, elles tournent).

L'échappement : il sert à réguler l'énergie ainsi libérée, afin que le moteur ne se vide pas de son énergie d'un coup. C'est au niveau de cette pièce que se produit le « tic tac ».

Le régulateur : par un mouvement de balancier, c'est lui qui permet de réguler l'échappement afin qu'il ne se bloque pas, mais adopte un mouvement saccadé.



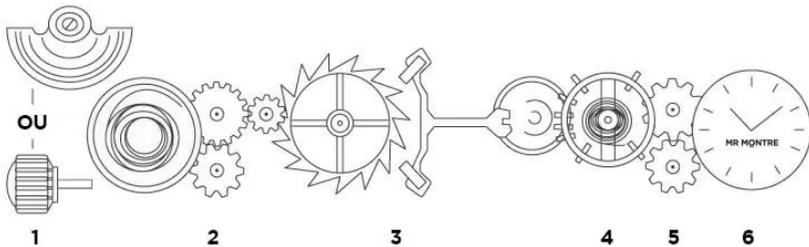
L'affichage : il s'agit de la partie d'affichage, le cadran avec les aiguilles pour une montre analogique).

Le boîtier : c'est la pièce qui englobe tout le reste.

Certaines montres mécaniques sont dites automatiques, elles comprennent un balancier (appelé « masselotte ») qui recharge le ressort de barillet par les mouvements du poignet. Ainsi, si la montre est portée régulièrement, il n'y aura pas besoin de la remonter manuellement avec la couronne à l'inverse d'une montre mécanique.

---

### Schéma d'une montre automatique



- 1 - Le poignet bouge et actionne le rotor qui se met à tourner puis à remonter le ressort du barillet.
- 2 - Le système de transmission transmet l'énergie vers l'échappement.
- 3 - L'échappement fait passer l'énergie de façon régulière.
- 4 - Le balancier reçoit cette énergie régulière et bat au même rythme.
- 5 - À chaque série de battements, l'énergie est transmise aux aiguilles de la montre qui avancent sur le cadran

Source: [www.mrmontre.com/comment-fonctionne-montre-automatique.html](http://www.mrmontre.com/comment-fonctionne-montre-automatique.html)



## Les divers métiers de la montre

Dans un premier temps intervient le «designer», qui crée des projets de montres en fonction des tendances du marché en matière de couleurs, de formes et de matières.

Ensuite place aux ingénieurs et techniciens en microtechnique qui eux s'occupe de concevoir l'habillage et le mouvement, avec des plans précis de chaque pièce qui constitue la montre. Ensemble, ils décident de la manière dont l'objet sera réalisé.

Une fois ces plans réalisés, les pièces sont fabriquées dans des ateliers mécaniques par le micromécanicien (qui usine les pièces du mouvement), le mécapratricien (responsable du décolletage des goupilles, vis et couronnes) et le mécanicien boîtier.

Le cadranographe, le polisseur et l'électroplaste s'occupent de la finition des pièces. Ils meulent, décorent, polissent, passent au bain galvanique, afin d'atteindre la perfection technique et esthétique recherchée.

Et enfin, pour terminer le tout c'est le travail de l'horloger d'assembler et emboîter minutieusement toutes ces pièces.



Cirilo Luyalu, *civiliste*, Bugnon

## Le saviez-vous ?



### La rotation des aiguilles

Les aiguilles tournent de la gauche vers la droite, et ont même donné naissance à l'expression « dans le sens des aiguilles dans une montre ». Mais pourquoi donc ce sens et pas l'inverse ? Pour comprendre le sens horaire, il faut retourner à l'époque des premiers outils de mesure du temps, aux alentours de 1 500 avant JC. Le cadran solaire a vu le jour dans l'hémisphère nord. Le déplacement de l'ombre de la tige appelée « style », permettait alors de lire l'heure. Dans cette partie du globe, le soleil se lève à l'est et se couche à l'ouest, créant sur le cadran un mouvement allant de la gauche vers la droite, mouvement qui a ensuite été gardé pour déterminer le sens des aiguilles sur les montres.



### 10h10 : Le temps universel

Qu'il s'agisse de publicité ou de vitrine, le fait de retrouver cette heure fixe sur les montres de présentation ne tient pas du simple hasard. 10h10 correspond à ce que l'on appelle l'heure de référence universelle, le point zéro du Méridien de Greenwich, soit GMT (Greenwich Mean Time). Pour la petite histoire, le Méridien de Greenwich fut établi de façon tout à fait arbitraire durant la convention du Méridien de Washington en octobre 1884 à 10h10 ! Il indique la longitude zéro et sert ainsi de référence mondiale pour le temps (journées de 24h). Cette ligne imaginaire court du pôle Nord au pôle Sud et marque, avec le 180ème méridien (son opposé), la séparation entre l'hémisphère est et l'hémisphère ouest. Le fait de régler les montres à 10h10 est donc devenu une tradition chez les horlogers depuis la signature de cet accord.

*Textes et source provenant du site internet: [www.mrmontre.com](http://www.mrmontre.com)*



# Le loup et l'agneau

La raison du plus fort est toujours la meilleure :

Nous l'allons montrer tout à l'heure .

Un Agneau se désaltérait

Dans le courant d'une onde pure.

Un Loup survient à jeun, qui cherchait aventure,

Et que la faim en ces lieux attirait.

Qui te rend si hardi de troubler mon breuvage ?

Dit cet animal plein de rage :

Tu seras châtié de ta témérité.

Sire, répond l'Agneau, que Votre Majesté

Ne se mette pas en colère ;

Mais plutôt qu'elle considère

Que je me vas désaltérant

Dans le courant,

Plus de vingt pas au-dessous d'Elle ;

Et que par conséquent, en aucune façon,

Je ne puis troubler sa boisson.

Tu la troubles, reprit cette bête cruelle,

Et je sais que de moi tu médis l'an passé.

Comment l'aurais-je fait si (4) je n'étais pas né ?

Reprit l'Agneau ; je tette encor ma mère

Si ce n'est toi, c'est donc ton frère.

Je n'en ai point. C'est donc quelqu'un des tiens:

Car vous ne m'épargnez guère,

Vous, vos Bergers et vos Chiens.

On me l'a dit : il faut que je me venge.»

Là-dessus, au fond des forêts

Le loup l'emporte et puis le mange,

Sans autre forme de procès.



# Atelier peinture du Bugnon



Oeuvre réalisée à l'atelier de peinture du Bugnon,  
par Monsieur Juan Paez, résident à Mont-Calme,  
aquarelle sur papier, 34cm x 32cm

# C'est quoi un NAC ?

Les NAC sont les «**N**ouveaux **A**nimaux de **C**ompagnie», c'est-à-dire des animaux que l'homme peut adopter et élever et qui appartiennent à d'autres espèces que les chiens et les chats. La mode des NAC s'est grandement développée depuis plusieurs années. Il faut dire que ces animaux séduisent pour plusieurs raisons, notamment pour leur originalité, leur exotisme, leur certaine indépendance et le fait que certains nécessitent moins d'entretien qu'un chien ou un chat.

## Peut-on tous en avoir ?

Cela dépend de l'espèce désirée et de votre lieu de vie. En effet, les amateurs de NAC doivent être vigilants, car certaines espèces ne sont pas autorisées à l'adoption par les particuliers en Suisse. En outre, parmi les types d'animaux permis, il existe des espèces pour lesquelles une déclaration est obligatoire et qui nécessitent l'obtention préalable d'un certificat de capacité.

## Quels NAC ont fait leur apparition ces dernières années ?

- 🐾 Les rongeurs comme le lapin ou les gerbis.
- 🐾 Les primates : le saïmiri et le pinceau blanc.
- 🐾 Les lézards et certaines espèces de tortues ainsi que les serpents.
- 🐾 Les insectes et les arthropodes : l'araignée, le scorpion.
- 🐾 Les crustacés et les mollusques.
- 🐾 Les amphibiens et les poissons.
- 🐾 Les oiseaux et les gallinacés : la poule, le paon, le canard, l'oie, le dindon, etc.
- 🐾 Le putois, le furet ou encore le vison



Sources: [www.aufuret.ch](http://www.aufuret.ch) et  
[www.animauxfamillesuisse.ch](http://www.animauxfamillesuisse.ch)



### Certains des nouveaux NAC n'étaient-ils pas déjà des animaux de compagnie du temps de nos grands-parents ?

Effectivement la poule, le lapin, l'oie ou encore le canard faisaient déjà partie du quotidien de nos grands-parents. Mais pas pour les mêmes raisons qu'aujourd'hui. Le plus souvent pour eux un lapin était élevé pour être mangé après comme les poules qui étaient utilisées pour leurs œufs. Et cela seulement à la campagne. Alors qu'aujourd'hui vous pouvez trouver des petits poulaillers en pleine ville ou des lapins dans les chambres d'enfants comme animal de compagnie.

### Combien coûte un NAC ?

Cela dépend de l'espèce, les prix varient grandement. Un rat peut coûter 20.- CHF comme un iguane peut en coûter 200.- CHF. Cela n'est que le prix à l'achat de l'animal, car selon l'espèce, son habitat peut coûter très cher. Un terrarium avec tout le matériel peut facilement atteindre les 500.- CHF. Il est donc important de bien choisir son espèce en tenant compte du coût que cela va atteindre.

Au final, même si ces dernières années, ce type d'animaux a augmenté en Suisse, le chien et le chat restent largement en tête dans nos ménages.

# Parole aux bénévoles



Bonjour, j'ai repris mon bénévolat, du service aux tables, aux CAT L'étoile, suite à une interruption, pour suivre une formation, dans le domaine de la cuisine.

Je me prénomme Eloisa Alvarenga. Je suis arrivée en Suisse depuis le Cap-Vert à l'âge de 9 ans, pour rejoindre mon père, avec mes 2 sœurs et mon petit frère, qui lui est né en Suisse. Je ne parlais que Créole et le Portugais, mais comme je suis une personne très ouverte et curieuse, j'ai vite appris avec mes copains de classe, les personnes rencontrées à l'extérieur ou en regardant les dessins animés à la TV, spécialement Tom et Jerry, que j'aime encore.

J'adore cuisiner. J'ai appris cela en regardant ma grand-maman et en l'aidant dans les préparations. Mon plat préféré est les spaghettis sauce bolognaise avec la forêt noire, rien à voir avec un menu traditionnel capverdien. (rires)

J'ai entrepris divers métiers, pour ensuite réaliser que mon rêve et de travailler à la cuisine et pourquoi pas ouvrir mon propre restaurant.

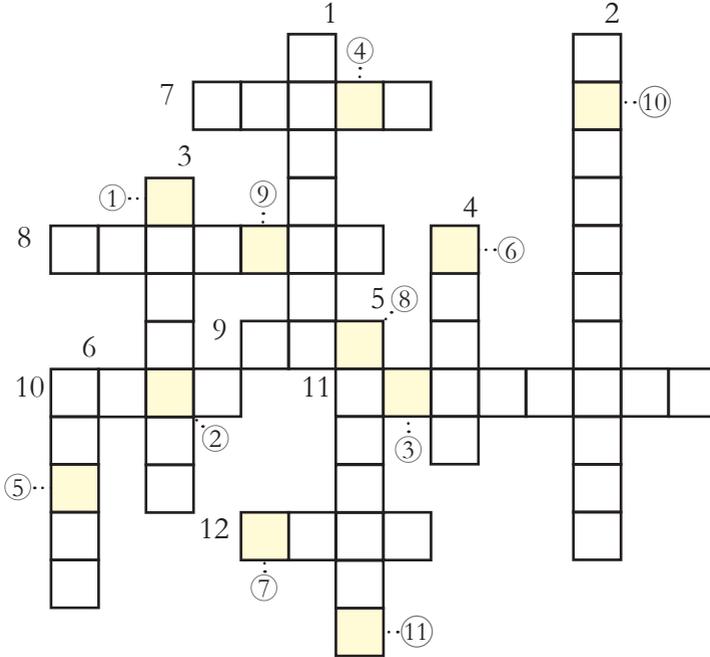
J'aime le sport, la danse, le chant, etc., j'aime la VIE en général. Je suis positive, très joyeuse. Ce qui m'aide dans la vie ce sont les relations et le partage. Lors de mon 1<sup>er</sup> bénévolat, j'ai aussi réalisé que j'aimais beaucoup le contact avec les personnes âgées, entendre leur récit de vie.

Je suis aussi maman d'une magnifique jeune fille de 19 ans qui travaille dans la restauration comme sa mère. Elle aussi a attrapé le virus de la passion pour la cuisine.

Eloisa Alvarenga, *bénévole*

# Mots croisés

## « Les animaux »



### Vertical

- 1 - Le plus gros des animaux
- 2 - Docteur des animaux
- 3 - Le plus rapide des animaux
- 4 - Il court, il court le ....
- 5 - On dit d'eux qu'ils sont futés
- 6 - Le meilleur ami de l'homme

### Horizontal

- 7 - Il dort 20h par jour et se nourrit d'eucalyptus
- 8 - Elles vivent en colonie
- 9 - Animal, matériel ou couleur
- 10 - Il aurait 7 vies
- 11 - Réputé pour sa mémoire
- 12 - Polaire, brun ou noir

Mot caché:

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |  |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|--|
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |  |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |  |

Concours «mot-caché»: coupon-réponse en dernière page

## Coin lecture

### « C'est les vacances ! »

Absent pour cause de vacances, le bédéiste de la Fondation sera de retour en septembre.

Bel été

à vous tous!



## Résultat concours

### « Mot caché » de juin

Le mot caché du mois de juin était:

**RENOUVLABLE**

Félicitations à celles et ceux qui ont trouvé la bonne réponse !

Les vainqueurs du tirage au sort sont :

Madame Elynn Ingold (proche), Madame Myriam Stoudmann (Prélaz)  
et Madame Anne-Laure Deviller (collaboratrice).

Pour participer au concours de cette édition, rendez-vous à la page 23.

# Hommage à ceux qui nous ont quittés



- Madame Lina DUBIED, décédée le 4 juillet 2022, site de Prélaz
- Monsieur Marcel JACOT DESCOMBES, décédé le 18 juillet 2022, site de Prélaz
- Madame Aline BORGEAUD, décédée le 19 juillet 2022, site de Prélaz
- Monsieur Luca PELLEGRINO, décédé le 20 juillet 2022, site du Bugnon
- Monsieur Daniel CORNAZ, décédé le 27 juillet 2022, site de Prélaz
- Monsieur Narcisse SIRISIN, décédé le 30 juillet 2022, site de Prélaz
- Monsieur Oreste DI CHELLO, décédé le 30 juillet 2022, site du Bugnon
- Madame Armande CHARRIAU, décédée le 31 juillet 2022, site du Bugnon

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

# Courage ou témérité ?

Une fois par mois, nous accueillons un animateur également philosophe pour notre « café philo ». Il s'agit d'une réflexion, en groupe, sur un thème philosophique. Aujourd'hui le thème, défini par les participants le mois dernier, concerne le courage et la témérité.

Comment définir le courage et la témérité ? Quelle différence entre les deux ? Pour les participants, le courage semble plus positif que la témérité. Un acte courageux s'accompagne de réflexion, d'intelligence, alors que le téméraire se lance sans réfléchir.

Dans quelle situation fait-on preuve de courage ? Les personnes qui mettent leur vie en danger pour autrui sont considérées comme courageuses, mais ce ne sont pas les seules. Dépasser ses peurs, faire des choix, voilà qui demande aussi du courage. Nos participants sont unanimes, il faut savoir prendre des risques dans la vie, si on veut réaliser ses rêves et ses projets ! Et parfois, lors d'un deuil ou d'une maladie grave, il nous faut alors trouver le courage de continuer, chaque matin.

Lorsque le courage manque, on est dé-couragé, et on a alors parfois besoin d'en-couragements de la part des personnes qui nous entourent, par des mots, « courage ! », ou simplement une présence.

Finalement, les participants terminent la discussion en se disant que le courage est une force de caractère, mais aussi un choix. Et parfois, il est lié aux circonstances; on peut se sentir courageux un jour, et un autre, découragé. C'est la vie.



Et vous, qu'en pensez-vous?

L'équipe du CAT 5 de cœur

# Une fête pour 8 nonagénaires

Samedi 9 juillet, 8 nonagénaires bénéficiaires du CAT L'étoile ont été fêtés de la plus belle des manières. C'est sur une idée de Murielle Bovard, animatrice au CAT, que cette fête a pris corps et s'est finalement réalisée ce jour, avec l'aide précieuse de Sonia, Christiane et Amédée.

En préambule un apéritif a réuni les bénéficiaires et certains membres de leur famille. Le repas, préparé par l'équipe du CAT, était délicieux: filets de perches sauce tartare avec frites et glace au dessert, suivi plus tard dans l'après-midi, d'une forêt noire des plus aériennes. Tout le monde était joyeux et ravi. Mais, ce n'était pas tout ! Il eut un concert magnifique avec le trio Dégoumois, le père et les deux fistons. Ils nous ont enchantés avec cette superbe musique traditionnelle suisse. Que de virtuosité, de connivence et de talent ! Difficile de rester en place, quelques personnes ont dansé sur ces rythmes vifs et pleins d'allants.

Les commentaires sur ce moment passé ensemble étaient dithyrambiques et beaucoup nous ont dit que cette journée serait pour eux inoubliable. À leur départ, les 8 fêtés ont reçu chacun un bouquet de fleurs préparé par Murielle.



Les nonagénaires fêtés, de gauche à droite:  
Mme Ganna, Mme Christinat,  
Mme Guignard, Mme  
Durussel, M. Morandi, Mme  
Croset, Mme Villard.

*(Absente: Mme Brechbühl)*

# Bienvenue aux nouveaux résidents

- Madame Salvatrice STAGNO DI VENUTA, le 29 juillet 2022, sur le site de Prélaz
- Monsieur Giuseppe DI VENUTA, le 29 juillet 2022, sur le site de Prélaz
- Monsieur Henri BARBY, le 31 juillet 2022, sur le site de Prélaz

**Nous souhaitons la cordiale bienvenue aux nouveaux résidents de la Fondation.**



## 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 aux réceptions de la Fondation ou aux CAT avant le 31 août 2022.