

Octobre 2022

N°7

Le journal
de la Fondation Clémence

**Entour'
âges**



Sommaire

Édito « L'air du temps »	Page 3
Flash Info	Page 4
Astrologie chinoise	Page 6
Articles sites Bugnon et Prélaz	Page 8
Article à thème «Micro-couloir»	Page 10
La rubrique des spécialistes.....	Page 14
Souper d'adieu, site Prélaz.....	Page 18
Atelier peinture du Bugnon	Page 19
La nuit du vin cuit.....	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

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



FONDATION
Clémence

L'air du temps

Les jours raccourcissent et les températures baissent progressivement. Le temps se dégrade, avec plus de pluie et de vent, et l'on se prépare à remettre le chauffage. Dans ce décor automnal, il y a quelque chose d'un peu mystique qui flotte dans l'air, rien de tel pour le thème de ce mois-ci sur les croyances et superstitions.

Depuis la nuit des temps, les hommes et les femmes expliquent les phénomènes naturels qu'ils ne comprennent pas, comme des messages des dieux ou des signes du destin. Aujourd'hui encore, nombreux d'entre nous attribuons notre chance au trèfle à 4 feuilles trouvé sur notre chemin ou notre malheur au chat noir croisé au détour d'une rue.

Si les croyances et les superstitions ont le don de nous rassurer, elles permettent aussi de donner du sens à nos actes et de manière plus générale à nos vies. Personnellement, j'aime bien croire à ces petits signes du destin et j'ai toujours une pensée amusée lorsque je vois ces associations que je ne peux expliquer.

Dans ce numéro, vous verrez que la plupart des résidents et collaborateurs ne partagent pas mon avis, mais qu'ils connaissent plus d'une superstition... Elles font bel et bien partie de notre culture ! Il ne me reste qu'à vous souhaiter une bonne lecture et « bonne chance » pour le mot croisé de ce mois... Je croise les doigts pour vous !





Flash Info

► Bugnon ◀

Cookies et brownies

À l'occasion du jeûne fédéral, un atelier pâtisserie a eu lieu sur le site du Bugnon. Et ce n'est pas la traditionnelle tarte aux pruneaux qui a été concoctée, mais des douceurs chocolatées appelées cookies et brownies. D'origine américaine, ces petits gâteaux froids sont faciles à confectionner et ils ont fait ce jour-là, l'unanimité. En musique, spatules et fouets se sont mis au travail grâce aux petites mains minutieuses des pâtissières du jour. Suite aux conseils et astuces de chacune, nos gourmandises sont enfin sorties du four. L'odeur, s'étant d'ailleurs dispersée sur l'étage, a fait venir quelques experts qui ont eu le privilège de les goûter en avant-première.



► Les Palmiers ◀

Flamenco

Le CAT Les Palmiers a eu le plaisir de passer un après-midi sous le rythme du Flamenco. Une découverte sensationnelle qui a fait vibrer le CAT.

► Prélaz ◀

Déménagement

Ça y est, c'est fait! Le déménagement dans le nouveau bâtiment d'extension du site de Prélaz a été rendement mené durant 3 jours, du 26 au 28 septembre. Il reste encore fort à faire dans la rénovation des anciens locaux, mais cette nouvelle étape donne un avant-gout agréable des futurs bâtiments du site. La fin des travaux est prévue en 2025.



Photographies réalisées par M. Hess, photographe bénévole

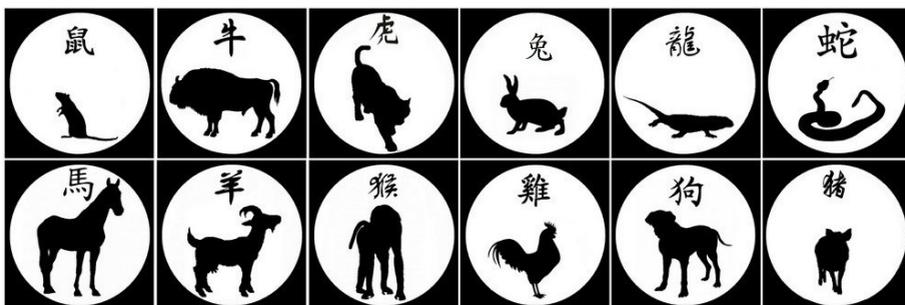


Astrologie chinoise

Dans l'astrologie européenne, qui sert de base à l'horoscope du journal, la date et l'heure de votre naissance déterminent votre signe du zodiaque. Mais saviez-vous qu'en Chine, et dans plusieurs pays d'Asie, on utilise une autre forme d'astrologie ? Cette dernière exprime la même idée : l'heure et la date de votre naissance influenceraient votre destinée et votre personnalité.

Connaissez-vous votre signe astrologique chinois ?

En très simplifié, l'astrologie chinoise se base sur un cycle de 12 ans. Dans l'ordre, les douze signes astrologiques chinois sont : le Rat, le Buffle, le Tigre, le Lapin, le Dragon, le Serpent, le Cheval, la Chèvre, le Singe, le Coq, le Chien et le Cochon. Pour déterminer votre signe astrologique chinois, il suffit de savoir l'année de votre naissance... Sauf pour les personnes nées entre janvier et début février, qui feront selon les cas encore partie du signe de l'année précédente ! En effet, le Nouvel An chinois étant basé sur un calendrier luni-solaire, il varie d'une année sur l'autre, puisqu'il tombe lors de la deuxième nouvelle lune depuis le solstice d'hiver. Pour notre calendrier, cela signifie entre le 21 janvier et le 19 février.



Source image: www.fr.wikipedia.org/wiki/Astrologie_chinoise

Voici un tableau pour vous repérer (tiré du site voyagechine.com).

Vous reconnaissez-vous ?

Signe	Années						Caractère
Rat	1924	1936	1948	1960	1972	1984	Intelligent, débrouillard, versatile, gentil
Buffle	1925	1937	1949	1961	1973	1985	Studieux, fiable, fort, déterminé
Tigre	1926	1938	1950	1962	1974	1986	Brave, confiant, compétiteur
Lapin	1927	1939	1951	1963	1975	1987	Silencieux, élégant, gentil, responsable
Dragon	1928	1940	1952	1964	1976	1988	Confiants, intelligents, enthousiastes
Serpent	1929	1941	1953	1965	1977	1989	Énigmatiques, intelligents, clairvoyants
Cheval	1930	1942	1954	1966	1978	1990	Énergiques, actifs, animés
Chèvre	1931	1943	1955	1967	1979	1991	Calmes, doux, sympathiques
Singe	1932	1944	1956	1968	1980	1992	Vifs, intelligents, curieux
Coq	1933	1945	1957	1969	1981	1993	Observateur, travailleurs, courageux
Chien	1934	1946	1958	1970	1982	1994	Mignons, honnêtes, prudents
Cochon	1935	1947	1959	1971	1983	1995	Sentimental, généreux, studieux

La musique, source d'émotions

Il était connu que Mme Baud aimait la musique. En effet, ses proches nous avaient confié sa passion pour cet art et son amour plus particulier pour André Rieu. À force de petites expériences et d'investigations, nous avons trouvé le secret et la clé pour apporter du baume au cœur à Madame : regarder des concerts de musique classique.

Alors régulièrement, nous installons pour elle un petit coin, un espace-temps où elle peut vivre ou revivre des émotions. Souvent elle commente : « J'adore ! », « Que c'est merveilleux ! », son sourire en dit long.

Habituellement Madame aime bavarder, mais dans ces instants-là, elle est littéralement subjuguée par ce qu'elle écoute et entend. Elle reste alors, le temps qu'elle souhaite, dans sa petite bulle musicale. C'est un moment à elle, suspendu dans le temps qui donne un vrai sens à notre travail.



Dégustation de cocktails

Le week-end du 17-18 septembre passé, Murielle Bovard et moi-même avons concocté plusieurs cocktails, avec et sans alcool, pour les résidents du site de Prélaz. Nous avons été agréablement surprises de l'intérêt démontré par tous ceux qui ont eu à cœur d'y goûter. Nous avons préparé différents cocktails à base de jus de fruits et un mojito qui pouvait être servi avec ou sans alcool. C'est ce dernier qui a eu le plus d'adeptes.

Voici quelques commentaires de cette activité :



« C'est joli, c'est bien présenté, ça donne envie, les couleurs sont bien. »

Monsieur Progin

« La décoration est magnifique et très accueillante, le mojito est magnifique »

Madame Metraux

« C'est sympathique et accueillant. Les cocktails sont très bons »

Madame Monnard

« Ça m'a fait du bien, le cocktail était délicieux »

Madame Paccaud

« C'est très beau, très accueillant et sympathique et le cocktail est très bon »

Madame Boeckli

Recette Mojito pour 6 personnes

- 30 feuilles de menthe
- 120 grammes de sucre de canne
- 3 citrons verts coupés en six
- 5 dl jus de pomme gazeux
- 5 dl eau gazeuse

Dans chaque verre, mettez 5 feuilles

de menthe, 2 cuil.à.café de sucre et 1 demi-citron vert. Pressez le tout à l'aide d'un pilon puis remplissez le verre aux 2/3 de jus de pomme. Si vous le désirez avec l'alcool, rajoutez 2cl de Prosecco.

Bonne dégustation !

"Croyances et superstition"

Les ambassadeurs d'Entour'âges sont partis à la rencontre des personnes présentes sur les différents sites pour leur demander si elles étaient superstitieuses. Voici le fruit de leur récolte:

« Je ne suis pas superstitieuse, ce qui nous arrive ne dépend que de nous-même. » *Mme Boeckli, résidente, Prélaz*

« Je ne mets jamais le pain sur le côté, à boclon comme on dit chez nous. Je ne suis pas superstitieuse, mais je le fais quand même par principe. » *Anne Gerne, bénévole*

« Je connais un proverbe qui dit « araignée du soir : espoir, araignée du matin : chagrin ». J'ai déjà entendu également qu'il faut jeter une petite pièce de monnaie par-dessus son épaule pour attirer la fortune ou alors si vous êtes dans les bois et que vous entendez chanter le coucou, ayez une pièce dans votre poche ! »
Hélène Piccard, bénévole

« Je ne connais pas de superstition, mais ça tombe bien parce que je n'y crois pas ! » *Mme Clerc, résidente, Prélaz*

« Je ne suis pas du tout superstitieuse, mais j'en connais quelques-unes : si on passe sous une échelle ou si on croise un chat noir ça porte malchance ! Et surtout... surtout ne pas être 13 à table ! »
Mme Métraux, résidente, Prélaz

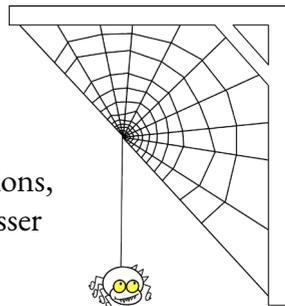
« Je n'aime pas le chiffre 666, on dit qu'il invoque le Diable. » *Gaël Ebiner, apprenti ASE*

« Une collègue m'a dit qu'il ne fallait pas que je dépose mon sac à main par terre, sinon ça coupe l'argent. »
Murielle Zbinden, responsable des bénévoles.

(Anne Gerne, bénévole, présente à ce moment, va vite ranger son sac dans l'armoire)

« Au Portugal, on croit beaucoup aux superstitions, encore hier soir j'ai repris ma fille qui voulait laisser traîner son sac par terre ! »

Dalia Vaz, employée de cafétéria



« Lorsqu'on trouve un trèfle à 4 feuilles dans les prés, ça nous porte chance ! » *M. Lépinard, résident, Prélaz*

« À table, on dit qu'il ne faut pas se passer le sel de main en main et si l'on veut conjurer le mauvais sort : il faut jeter du sel par-dessus son épaule ! » *Julie Heppel, directrice adjointe*

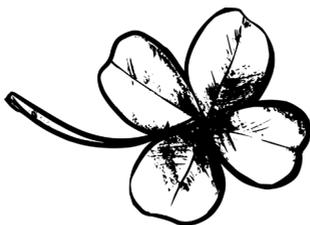
« Je ne suis pas superstitieuse, mais je bénis toujours le pain avant de le couper... Bien à plat. » *Christiane Levrat, bénévole*

« Je n'aime pas croiser des chats noirs le soir. Pour moi cela est signe de mauvais augure. » *Mme Jaggi, bénéficiaire, CAT 5 de cœur*

« On m'a toujours appris qu'il ne faut pas marcher sur les pas de portes. Il faut les enjamber. Je n'ai jamais su pourquoi, mais du coup je l'ai toujours fait. » *Mme Pittet, bénéficiaire, CAT 5 de cœur*

« Je n'ouvre pas les parapluies dedans, ça porte malheur. »
M. Lawrence, bénéficiaire, CAT 5 de cœur

« Je fais attention à ne surtout pas casser de miroir, car cela apporte 7 ans de malheur. » *M. Egger, bénéficiaire, CAT 5 de cœur*



« Moi c'est les chats noirs. J'ai toujours peur qu'il y en ait un qui traverse la route. Et ouvrir un parapluie dans une maison, c'est pas conseillé non plus » **Mme Cottel, résidente, Bugnon**

« Moi des superstitions ? Les chats noirs ! »
M. Intelisano, résident, Bugnon

« Les chaussures tournées dans le mauvais sens face contre le sol, il paraît que ça porte malheur » **Anissa Bouima, infirmière**

« Il ne faut pas dire «bonne chance» avant un examen par exemple. Il faut dire un mot qui commence par la lettre M, mais je pense pas avoir le droit de le dire si c'est pour le journal ! *(rire)* »
Timothée Davet, assistant administratif

«Je touche du bois quand je parle de quelque chose et que je souhaite que ça arrive ou contraire que ça n'arrive pas. Il paraît que c'est une façon de protéger ou de se protéger. Et, il paraît aussi que dormir couché sur le dos ou face contre un mur ferait faire d'horribles cauchemars.»
Clara Robert-Nicoud, ASE

« Je n'écoute jamais l'horoscope et quand je vois un corbillard, je croise les doigts d'une certaine façon pour conjurer le sort. Que je rentre pour la première fois dans un lieu, je rentre toujours avec le pied droit en premier. » **Vitor Valerio, chef de cuisine**



Et sur le site du CAT L'étoile, les bénéficiaires nous partagent également un peu de leurs croyances et superstitions :

Tout d'abord, nous devrions faire attention de ne pas faire un repas avec 13 convives, car cela fait référence à la scène du Christ. Mais ce chiffre 13 est aussi signe de bon présage, il paraît que les gens achètent plus de billets de loterie lorsque le tirage tombe un vendredi 13.

D'autres bénéficiaires expliquent qu'ils ont fait un repas pour leurs 80 et 90 ans et que tout va bien depuis.

Une dame nous raconte avoir un chat noir, mais que cela ne change rien.

Pour finir, une dame se rappelle que les soirs d'orage, elle devait dormir toute habillée, car la famille avait peur que la foudre tombe sur la maison. Les adultes priaient pour que le Bon Dieu protège la maison.

Passer sous une échelle ne fait pas peur à l'une de nos bénéficiaires, mais par contre elle nous dit « Ramoneur, porte-bonheur » pourtant elle a serré la main à l'un d'entre eux et il ne lui est rien arrivé de miraculeux.

Un grand merci à toutes les personnes ayant eu la gentillesse de participer à ce micro-couloir.



La rubrique des spécialistes

Le scoutisme, c'est quoi ?

Ce mois dans la rubrique des spécialistes, l'on va parler des scouts. Guillaume Clément actuellement civiliste au CAT L'étoile en fait partie depuis plus de 5 ans. Il est actuellement chef de troupe dans le Groupe SES 1re Fribourg - Saint Maurice. Et vous ? Vous connaissez l'histoire des scouts ?

Ça vient d'où ?

Le scoutisme est une méthode d'éducation créée en 1907 par Lord Robert Baden-Powell. Par le jeu, l'aventure dans la nature et la prise de responsabilité adaptée à chaque âge, Baden-Powell a su donner à la jeunesse tous les outils nécessaires pour devenir des adultes accomplis.

Et en Suisse ?

La Suisse a suivi les idéaux de Baden-Powell très vite et les premiers groupes scouts pour garçons furent fondés dès 1910. Les groupes filles seront créés que quelques années après. Les enfants et les jeunes citadins en particulier étaient attirés par les activités dans la nature. L'idée de s'aventurer dans la nature en groupe, de disputer des compétitions enthousiasma fortement les éclaireurs et éclaireuses en Suisse.

Quand les scouts s'organisent

« Le 5 octobre 1913, diverses associations de scoutisme cantonales se réunirent à Berne et fondèrent la Fédération des Eclaireurs Suisses (FES). Contrairement aux groupes de garçons, les groupes de filles étaient dans un premier temps moins impatients de se trouver une forme d'organisation commune. Cela dura quelques années avant que la Fédération des Éclaireuses Suisses (FEesS) ne voie le jour, en 1919. Dans son rôle de pays multilingue et politiquement neutre, la Suisse est devenue un lieu important de rencontres du mouvement scout mondial.

Les centres scouts de Kandersteg (1923) et d'Adelboden (1932) ont été créés comme points de rencontre pour les réunions internationales et les échanges culturels et le sont restés jusqu'à aujourd'hui.

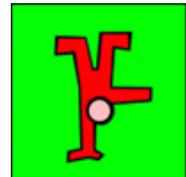
À partir des années 1970, la collaboration entre les éclaireuses et les éclaireurs s'intensifia. Ces efforts furent récompensés en 1987 avec la fusion des deux organisations : Le Mouvement Scout de Suisse (MSdS) était né ». Sources : www.pfadi.swiss/fr

Aujourd'hui le mouvement scout de Suisse met au centre de ses actions le « développement global de la personne. Pour y parvenir, 5 axes appelés « relations » ont été identifiés et c'est à l'aide 7 méthodes que ces relations sont développées chez les jeunes.

Les 5 relations du scoutisme



La relation à sa personnalité : être sûr de soi et autocritique



La relation à son corps : s'accepter et s'exprimer



La relation aux autres : rencontrer les autres et les respecter



La relation au spirituel : être ouvert et réfléchir



La relation à son environnement : être créatif et agir en respectant l'environnement



Les 7 Méthodes du scoutisme



La progression personnelle

Les progrès personnels de chacun sont reconnus par le groupe, ce qui stimule l'individu à progresser davantage.



La Loi et la Promesse

La Loi et la Promesse scoutes sont les règles du jeu de la vie communautaire et constituent un fil rouge pour la vie, bien au-delà de la période scout.



La vie en petit groupe

Les scouts apprennent à vivre en communauté dans des petits groupes ainsi qu'à y jouer un rôle actif et à y endosser des responsabilités.



Les rituels et traditions

La vie en petit groupe et les progrès de chacun sont soulignés par des rituels qui relèvent l'importance et le sens des activités en communauté. S'y ajoutent les traditions, qui donnent un cadre et un rythme à la vie scout et renforcent le sentiment d'appartenance.



L'apprentissage par le projet

De la planification à l'évaluation, les activités sont élaborées de manière démocratique et participative.



La vie en plein air

Les scouts explorent et découvrent avec intérêt les curiosités de la vie en plein air.



Le jeu

Le jeu tient une place centrale dans les activités de toutes les tranches d'âge. Il est utilisé tant pour stimuler les connaissances et les capacités que pour développer la vie de groupe.

Actuellement ça représente quoi ?

Aujourd'hui, le scoutisme est, avec 48 000 membres et près de 550 groupes locaux, la plus grande organisation de jeunesse en Suisse et est synonyme d'aventure, d'amitiés et d'expériences en commun dans la nature. Il s'engage dans des partenariats internationaux et propose à des jeunes des activités de loisirs variées, qui font sens.

Sur le sol vaudois

Sur le sol vaudois, la popularité du scoutisme est aussi importante. On ne compte pas moins de 3500 scouts actuellement répartis entre 34 groupes régionaux.

L'Association du Scoutisme Vaudois (ASVd) est l'association faitière des scouts du canton de Vaud. Elle a été fondée en 1991 et issue de la fusion de l'association des éclaireuses vaudoises et de l'association des éclaireurs vaudois.

L'ASVd veille à la bonne application des relations et des méthodes au sein des différents groupes scouts, elle forme et soutient les responsables et assure également le lien entre tous les acteurs du scoutisme vaudois.

Toutes les personnes au sein de l'association cantonale sont bénévoles comme c'est également le cas dans tous les groupes scouts du canton, à l'exception de la secrétaire de l'association qui travaille à 30%. L'ASVd met également en place des formations afin de permettre d'assurer la qualité et de garantir la sécurité des participants. Ces cours de formation sont donnés par des Experts Jeunesse & Sport qui sont reconnus par l'Office Fédéral du Sport. Ils allient la théorie à la pratique, permettant ainsi aux participants d'approfondir leurs connaissances quant à l'animation des activités, mais également de prendre connaissance des règles de sécurité à observer et de comprendre les besoins des jeunes.

Article co-écrit par Guillaume Clément, *civiliste*, Odile Mottaz, *responsable socio-culturel*, et Bochud Maxime, *responsable CAT*.



Souper d'adieu, site Prélaz

C'est avec beaucoup de plaisir et d'émotions que les résidents du 2^e étage se sont retrouvés pour partager un dernier moment convivial et festif autour d'une délicieuse raclette, le lundi 26 septembre, jour J-1 avant le déménagement dans de nouvelles unités. Cet événement qui avait pour objectif de réunir l'étage une dernière fois a été un véritable succès. Steve, le musicien préféré des résidents a animé la soirée en créant une ambiance de folie.

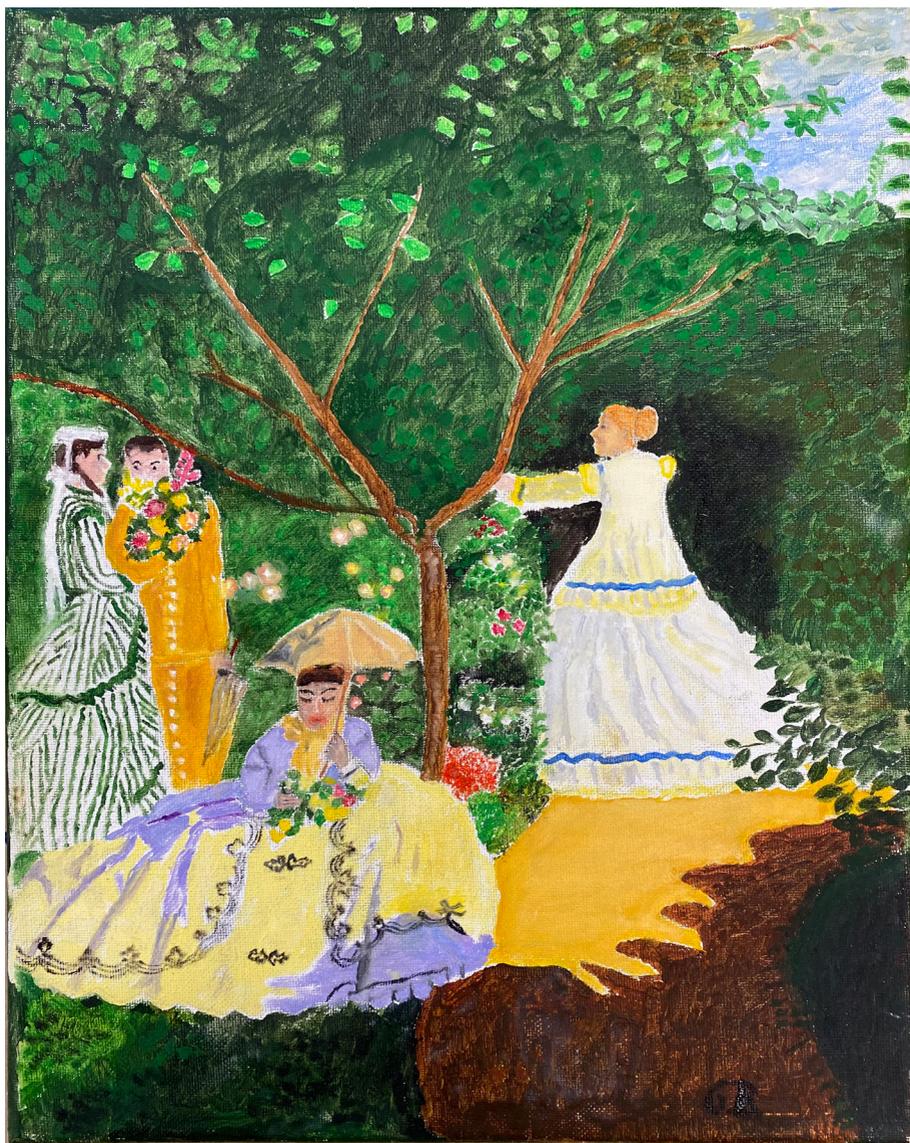
Avant le repas, Jean-Charles Foucart, responsable de l'étage a fait un discours très apprécié et applaudi par tous les résidents et collaborateurs présents. Cette soirée a aussi permis aux résidents de se remémorer les merveilleux moments passés ensemble sur l'étage, et ce fut avec beaucoup d'émotions et de rire aussi, que ceux-ci ont passé ces derniers instants tous ensemble avant ce changement de cadre de vie et ces nouvelles aventures.

Équipe d'animation de l'ancien 2e étage, Prélaz

Ce soir-là, les résidents du 4^e se sont également régalés avec une soirée raclette préparée pour dire au revoir à l'ancien bâtiment du site de Prélaz.



Atelier peinture du Bugnon



Œuvre réalisée à l'atelier de peinture du Bugnon, par Gerda Belrichard,
CAT Mont-Calme, peinture à l'huile, 30x24cm

La nuit du vin cuit

Faire du vin cuit pour la journée de la personne âgée, voilà une idée qui a émergé il y a quelques mois. Les troupes se sont données rendez-vous le 30 septembre 2022 pour faire bouillir plus de 320l de jus de poire durant environ 24h. Nous sommes fiers de pouvoir dire que cet événement fut l'un des premiers qui a rassemblé plusieurs sites de la Fondation Clémence depuis la fusion. En chiffre, la nuit du vin cuit représente :

- 320 l de jus de poires
- 60 l de gaz
- Un chaudron de 230l
- Plus de 40 personnes venant nous soutenir l'après-midi

Pour un résultat de :

- 42l de vin cuit
- 21h de cuissons
- 165 bouteilles de 25cl
- Et énormément de plaisir tout au long de cette aventure !

Pour les personnes intéressées, les bouteilles cuvée spéciale «nuit du vin cuit 2022» seront bientôt en vente sur tous les sites de la Fondation.



Photographies réalisées par M. Hess, photographe bénévole



Maxime Bochud, *responsable*, CAT L'étoile

Parole aux bénévoles



Je me prénomme Yorgane BONGABO-BOTELA. Je suis né en République Démocratique du Congo. Je suis 5ème d'une fratrie de 8 garçons et 4 filles.

Très jeune j'ai beaucoup voyagé, car mon père était conseiller diplomatique. Petit enfant, je suis parti pour 3 ans au Japon. À mon retour dans mon pays d'origine, j'ai pratiqué le Judo. J'avais 4-5 ans quand j'ai commencé ce sport, à cette époque c'était un sport méconnu. J'ai même reçu un sobriquet : «O.O Motogaeshy» en japonais, cela veut dire «O-début-O-la fin : Volontaire»

J'ai évolué dans ce milieu et j'ai eu la ceinture noire, 2ème Dan. J'encadrais des jeunes 1ers et les formaient à cette pratique. Par la suite, j'ai créé une association pour soutenir ces jeunes et trouver des sponsors, activités que je continue ici. Je suis président de l'Association des Judokas congolais du Monde = AJUCOM MONDE.

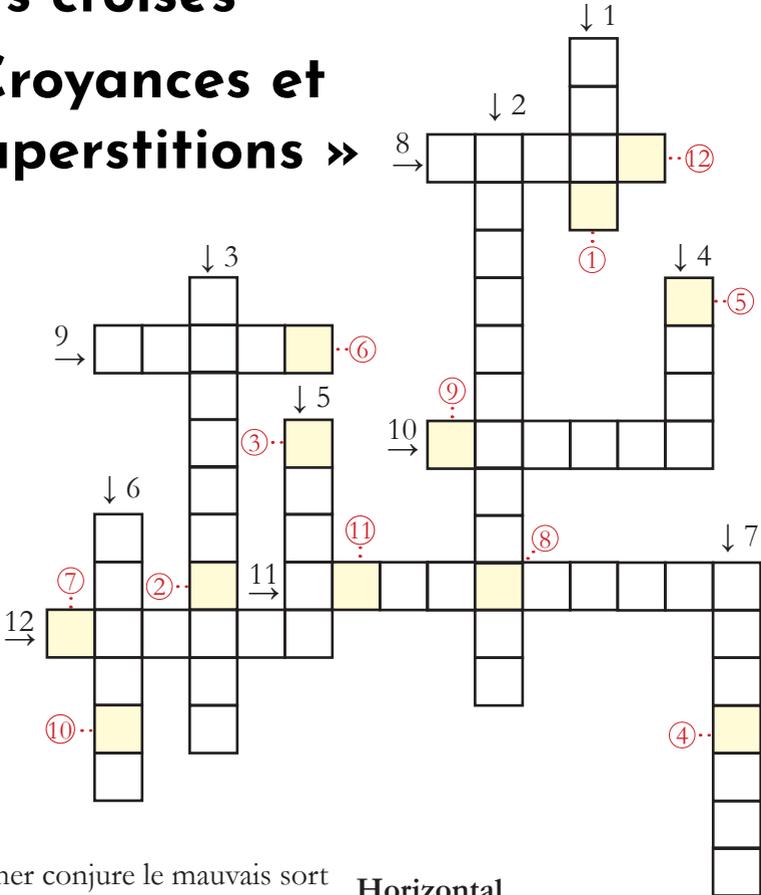
Je suis arrivé en Suisse à l'âge de 28 ans. J'ai fait une formation de peintre en bâtiment. Par la suite, cela ne me plaisait plus trop, et c'est donc tout naturellement que j'ai continué à former des personnes dans cette pratique sportive, à développer l'association et à rechercher des sponsors. Activité que je pratique toujours. Cela me permet aussi de voyager pour soutenir ces personnes.

Lors de mes voyages et dans mon éducation, j'ai appris à considérer la personne âgée. Elle a une place importante dans la société. Et c'est tout donc naturellement que je me suis engagé à faire du bénévolat, vu que j'avais un peu de temps à offrir. Je fais de l'aide aux transports et le service à table au CAT L'étoile et je reste à disposition pour remplacer mes collègues. Je vous souhaite une bonne suite à vous tous.

Yorgane Bongabo-Botela, *bénévole*

Mots croisés

« Croyances et superstitions »



Vertical

- 1 - En touchant conjure le mauvais sort
- 2 - Le souhaiter avant le jour J porte malheur
- 3 - Il ne faut pas les ouvrir à l'intérieur
- 4 - Le marié ne doit pas voir la mariée la porter avant le mariage
- 5 - En jeter une dans une fontaine et faire un vœu
- 6 - Le brisé apporte 7 ans de malheur
- 7 - Il ne faut pas passer dessous

Horizontal

- 8 - La patte de cet animal porte chance
- 9 - Félins à la robe noire
- 10 - Il a 4 feuilles et porte bonheur
- 11 - Voir ce petit insecte est signe de chance
- 12 - Chiffre port bonheur ou malheur

Mot caché:

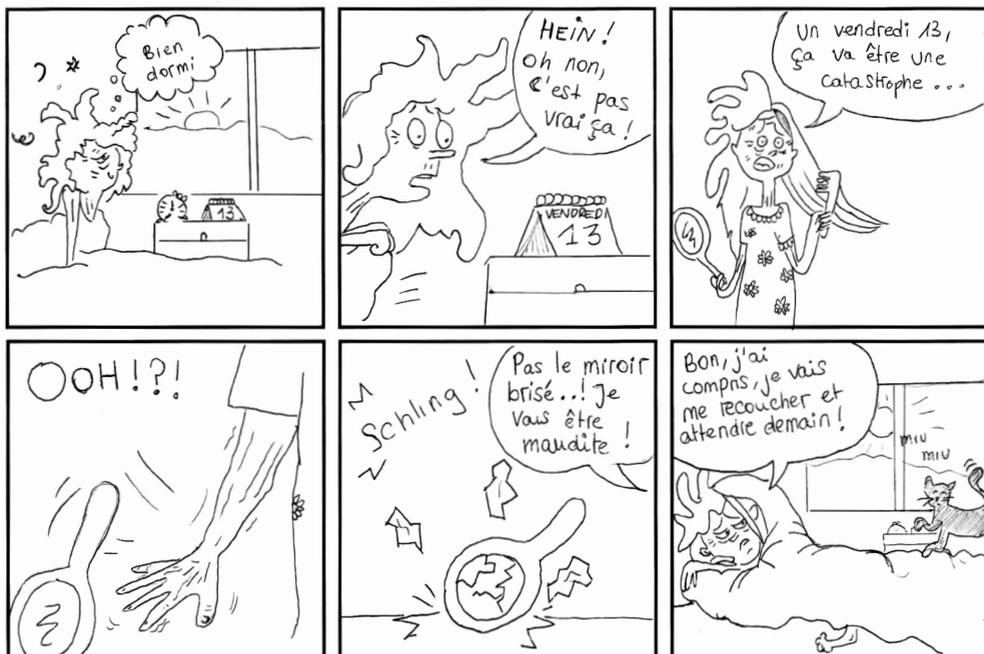
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

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

Coin lecture

« Vendredi 13 et chat noir »



Résultat concours

« Mot caché » d'août

Le mot caché du mois de juin était:

SCRUTIN

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

Les vainqueurs du tirage au sort sont :

Monsieur Charles Buttet (Prélaz), Madame Mireille Cotel (Bugnon) et Madame Madeline Cuendet (CAT Les Palmiers).

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

Hommage à ceux qui nous ont quittés



- Madame Yvette SCHNEIDER, décédée le 4 septembre 2022, site de Prélaz
- Madame Verena WIRRICHT, décédée le 7 septembre 2022, site du Bugnon
- Madame Jeanne ROSSIER, décédée le 23 septembre 2022, site de Prélaz

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

La cuisine d'antan

L'arrivée de l'automne, des récoltes et des marchés de saveurs nous a donné envie de reparler de cuisine. Il faut dire que parfois, les repas servis ne font pas l'unanimité. Pour nos bénéficiaires, un bon repas devrait être simple, chaud, sain, revigorant, et avoir du goût. L'art de la cuisine, c'est de choisir des bons produits, et de savoir les cuisiner : ni trop cuit, ni trop cru.

Une bénéficiaire nous raconte que c'est sa maman qui lui a appris à faire la cuisine : aller au marché, prévoir les repas, les recettes. Au contraire, chez une autre bénéficiaire, la cuisine était la « chasse gardée » de la mère, interdiction d'y mettre les pieds ! Mais comment apprendre dans ces conditions ?

Et les hommes ? Certains n'ont jamais mis les pieds à la cuisine, ils ne savaient pas se cuire de l'eau ! D'autres ont appris à l'armée, ou tout seuls, et se débrouillent. Un monsieur rigole, il n'a jamais été dans la cuisine, mais n'aurait jamais osé rouspéter, il mangeait ce qu'on lui cuisinait ! Une dame raconte que son mari lui demandait de qui elle était amoureuse quand il trouvait le repas trop salé ! On dit que certains maris se permettaient de gicler l'assiette à travers la table s'ils n'étaient pas contents. La réaction ne tarde pas : « Si mon mari avait fait cela, c'est lui qui aurait giclé de la table ! ».



La conclusion est unanime, la cuisine d'antan, pour laquelle on prenait le temps, était la meilleure. Maintenant on a moins de temps, mais des repas tout préparés. C'est pratique, mais le goût n'est pas le même.

Bon appétit !

Une sortie à Vidy

J'aime beaucoup les sorties à l'extérieur, soit en groupe ou en individuel. C'est l'opportunité de se déconnecter de notre routine et voir des choses différentes. Et ça n'était pas différent le mardi 2 août, quand avec un groupe de bénéficiaires du CAT Mont-Calme, nous sommes partis au bord du lac de Vidy pour la journée.

Certaines personnes connaissaient déjà le lieu, mais pour moi, c'était la découverte. Quelle beauté ! Je me retrouve devant un petit paradis composé d'un charmant chalet, d'un magnifique terrain de verdure avec vue sur le port et une jolie table protégée par des arbres majestueux. Tout le monde était sous le charme.

À midi, nous partageons un délicieux repas préparé avec amour par mes collègues. Après le repas, des activités comme une promenade au bord du lac, de la danse, des jeux de ballon ou tout simplement s'asseoir pour apprécier le paysage ont été proposées.

« Ce que j'aime au CAT Mont-Calme c'est le fait qu'on ne nous impose rien, nous sommes libres pour choisir ce que nous avons envie de faire » raconte un bénéficiaire. Quant à Mme Marguerat, elle décrit en une phrase ce qu'elle pense de cette sortie: «Un enchantement d'être parmi ces beaux arbres ».

Merci à tous ceux qui ont été présents à cette magnifique journée remplie de soleil et sourires.



Juliana Santana, *apprentie ASE*, CAT Mont-Calme

Bienvenue aux nouveaux résidents

- Madame Arlette ASTURIAS, le 1^e septembre 2022, sur le site du Bugnon
- Monsieur André DESSAUGES, le 1^e septembre 2022, sur le site de Prélaz
- Madame Gisèle MONNARD, le 9 septembre 2022, sur le site de Prélaz
- Madame Elisabeth MAYOR, le 23 septembre 2022, sur le site du Bugnon
- Madame Danielle OSVALT, le 28 septembre 2022, sur le site de Prélaz
- Madame Giuseppina CAPONE, le 29 septembre 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 : _____