

N°11

Février 2023

Le journal
de la Fondation Clémence

**Entour'
âges**



Sommaire

Édito « L'air du temps »	Page 3
Flash Info	Page 4
Où habitons-nous?.....	Page 6
Projet écoute musicale	Page 8
Cirque du Soleil	Page 9
Infos (mé)connues sur l'espace	Page 10
Portraits	Page 12
Exposition d'exception.....	Page 14
Une page qui se tourne, atelier peinture Bugnon	Page 16
Parole aux bénévoles	Page 18
Mots croisés.....	Page 19
Coin lecture et gagnants du mot caché.....	Page 20
Décès.....	Page 21
La cohérence cardiaque.....	Page 22
Sortie à l'Alimentarium.....	Page 23
Bienvenue et coupon-réponse	Page 24

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, Clara Robert-Nicoud, Maxime Bochud, Maryne Gilliard, Odile Mottaz, Sophie Rouge. Mise en page: Jacques Lambelet



FONDATION
Clémence

L'air du temps



L'espace, cette étendue infinie qui fascine l'humain depuis des milliers d'années. Constellation, comètes, étoile, voie lactée, éclipse, autant de merveilles qu'une toute petite poignée d'entre nous aura la chance de côtoyer de près. C'est le cas d'un Suisse qui a vu son rêve d'enfant devenir réalité lorsqu'il fut élu, en novembre dernier, pour rejoindre les rangs de l'agence spatiale européenne. Si tout se passe selon les plans annoncés, notre astronaute helvétique s'envolera pour l'espace d'ici quelques années.

Nombreux d'entre nous aussi ont peut-être eu ce rêve étant enfant, d'enfiler une combinaison, de monter dans une fusée et de partir dans une aventure spatiale. Pourtant l'espace est un environnement plus qu'hostile recelant d'étonnants phénomènes.

L'humain a toujours cherché à repousser les limites de ses connaissances, à comprendre les faits qui lui échappent, poussé par sa curiosité, par sa soif de découverte et parfois même par ses rêves. Car si une chose est sûre, c'est que l'espace fascine, d'autant plus qu'il recèle encore plein de mystères.

Dans cette édition d'Entour'âges, nous tâcherons de vous faire (re) découvrir un peu plus sur ce vide qui nous entoure.

Et nous vous invitons, à lever les yeux une fois la nuit tombée, afin de contempler cette immensité lumineuse qui s'offre à nous et qui nous laisse un brin rêveurs en admirant tant de beautés.

Sophie Rouge, membre du comité de rédaction



Flash Info

► CAT Etoile ◀

La Chandeleur c'est quoi exactement ?

Anciennement appelée la «fête des chandelles», cette fête célèbre la présentation de l'Enfant Jésus au temple. Pour l'histoire des crêpes, le site internet vaudfamille.ch dit :

« La crêpe, disque rond et doré, est censée évoquer le disque solaire ainsi que les offrandes alimentaires. Elle est censée exorciser la misère et le dénuement, d'où un certain nombre



de croyances qui lui sont attachées : elles se rapportent le plus souvent à la richesse, à la santé... selon que l'on fait sauter cette crêpe avec un louis d'or ou que l'on ne mange pas la première... »

En ce jour du 2 février 2023, nous hésitions de présenter notre « Jésus » au temple (ndlr : Jésus est un collaborateur du CAT L'étoile). Nous avons cependant opté pour la deuxième façon de faire. Pour cela, les bénéficiaires ont concocté de merveilleuses crêpes. Nous avons cependant réuni les deux histoires demandant à Jésus de proposer les crêpes aux bénéficiaires.

Bochud Maxime, Responsable CAT, CAT Etoile

► Prélaz ◀

Indépendance vaudoise

L'indépendance vaudoise a été dignement fêtée sur le site de Prélaz en date du 24 janvier.



Photographies réalisées par Mme. Dufour, photographe bénévole.

Flash info - suite

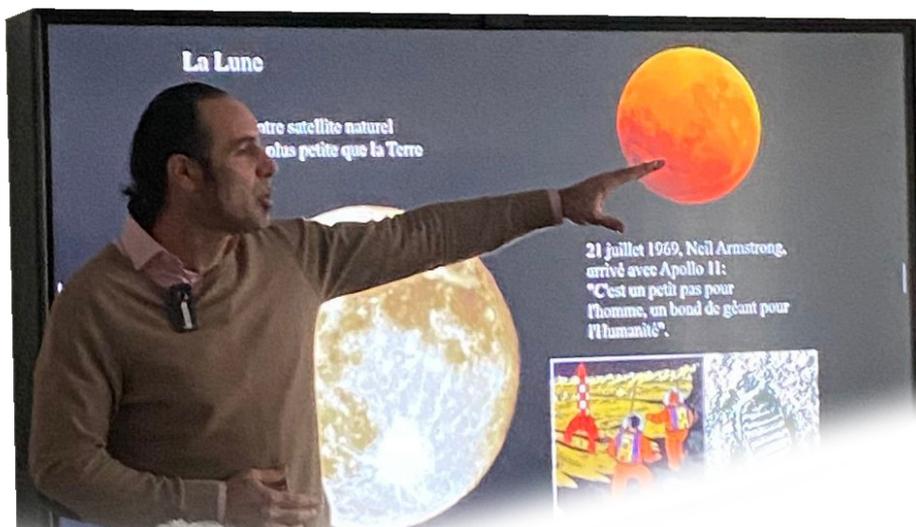


Où habitons-nous ?

En ce début d'année 2023, pour fêter l'intégration du onzième astronaute suisse (Marco Sieber) à l'agence spatiale européenne (ESA), se tient sur le site de Prélaz une conférence imagée sur l'astronomie donnée par Eugenio-Fiore Alba.

Les résidents ont tout d'abord eu droit aux différents paradigmes s'étant opposés quant à la place de la terre dans l'univers. L'humain a très vite supposé, et c'est naturel, que la terre se situait au centre de tout. Et, en effet, si l'on regarde la nature et notamment le cycle solaire, la terre semble être le centre de toutes choses. Mais, au fur et à mesure de l'histoire, différents scientifiques ont commencé à douter que la terre soit le centre de toutes choses. Et ce qui devait arriver arriva, aux alentours de 1513, Nicolas Copernic proposa le premier modèle héliocentrique (qui a un soleil en son centre) incluant la Terre et toutes les planètes connues à l'époque. Ce moment a été l'occasion pour nos résidents de revoir leurs connaissances concernant les premières théories humaines sur l'espace.





Après cela, M. Alba présenta la conquête spatiale, ainsi que les ambitions futures de l'humanité vis-à-vis du cosmos, notamment l'objectif à moyen terme d'un retour humain sur la lune. Les résidents ont très vite cité le nom d'Armstrong quand on leur a demandé qui avait été le premier homme sur la lune. Pour illustrer son propos, le conférencier nous a présenté diverses photos montrant l'espace, les différentes planètes du système solaire ou encore la Voie lactée, etc. Les photos montrant la proportionnalité dans l'espace ont marqué nos résidents qui semblaient très impressionnés par l'immensité de l'espace ou alors peut-être était-ce par la petitesse de la terre en comparaison de ce qu'il l'entoure. En tout cas, cela a estomaqué Mme Boeckli qui s'est écriée : « Nous sommes vraiment moins que rien ». Ce moment a semblé très instructif pour nos résidents qui semblaient vraiment fascinés par ces images de l'espace.

Cette conférence a été un moment convivial qui a permis aux résidents de se retrouver entre eux et de partager une expérience enrichissante autour d'un sujet d'actualité. Ils ont également pu partager leur propre rapport à l'espace et débattre de l'existence d'une vie extraterrestre ailleurs, certains semblaient en être convaincus tandis que d'autres affirment que la vie n'était possible que sur terre. C'est sur ce débat que c'est terminé ce moment de partage entre résidents, animateurs et M. Alba.

Projet écoute musicale...

Dans le cadre d'un projet individuel réalisé avec une résidente, j'ai pu observer les bienfaits de l'écoute musicale par le biais d'un casque. La musique est connue pour ces bénéfices thérapeutiques au sein des personnes âgées. À travers un casque, celle-ci a d'autres vertus. La personne accompagnée peut se plonger pleinement dans son univers et créer son petit « cocon ».

Cette pratique permet de se focaliser sur ce que nous ressentons et d'exprimer nos émotions qui elles, sont intensifiées grâce à l'environnement créé par ce moyen auxiliaire.

Des sourires, des rires, mais également des larmes rappelant de bons souvenirs à travers une mélodie découlent de ces moments d'écoute. Partant à la base d'un projet individuel, j'ai décidé d'élargir afin d'en faire profiter davantage de personnes.

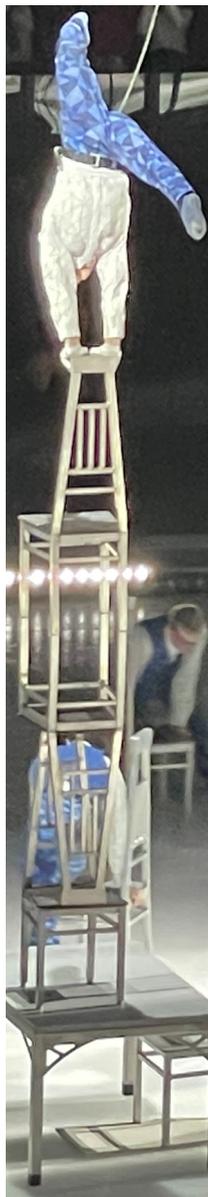


Cirque du Soleil

Récemment, nous avons vu que le célèbre Cirque du Soleil, avec son nouveau spectacle Crystal, passait par la Vaudoise Arena à Malley. Très vite nous nous sommes dit que ce serait un spectacle idéal et féerique pour y emmener les résidents. Malheureusement les places de spectacle avaient été vendues il y a deux ans déjà, car la tournée avait été arrêtée par la pandémie. Les séances étaient donc pratiquement complètes. Nous nous sommes donc mis à la recherche de billets, ce fut un parcours compliqué entre loueur et sous-traitant, heureusement une charmante réceptionniste du Cirque du Soleil au Canada, nous a gentiment aidés pour obtenir les six billets tant convoités.

Les billets ont été réservés pour le samedi 28 janvier à midi, seule possibilité d'assister à l'événement. Le samedi à 11h00, nous avons organisé un petit pique-nique, avant de partir, puis nous avons pris la route. Les places pour personnes à mobilité réduite se trouvaient sur un vaste balcon privé, en hauteur et face aux loges privées. Autant dire, nous étions à d'excellentes places qui offraient une vision optimale sur la scène.

À midi pile, le spectacle a commencé, dans une farandole de patineurs sur glace aussi vifs qu'artistiques, puis les divers tableaux se sont succédé, offrant jonglage, équilibre, trapèze volant, voltigeur aux rubans et patineurs endiablés. Nous avons tous été époustoufflés par ce spectacle incroyable, et avons un plaisir fou à entendre les rires tonitruants de M. Progin lors du passage des clowns. Ce spectacle coloré a été un moment merveilleux, et les résidents en parlent encore avec ses étoiles dans les yeux, en nous demandant déjà quand y retournons-nous.



Infos (mé)connues sur l'espace

Les astronautes américains qui firent un voyage sur la lune furent placés en quarantaine dès leur retour sur terre pendant plusieurs jours afin de s'assurer qu'ils n'avaient pas contracté de maladie inconnue dans l'espace.

Comme le corps humain n'est pas exposé à la gravité de la terre dans l'espace, la NASA a constaté que les astronautes pouvaient grandir jusqu'à 3% de leur taille durant leur mission spatiale. Ce phénomène ne persiste pas dès son retour sur terre, l'humain retrouve sa taille originelle.

Comme il n'y a pas d'air dans l'espace, il n'y a pas bruit, car rien ne peut porter les vibrations du son. L'espace est donc une vaste étendue complètement silencieuse.

Il semblerait que la lune sente le «brulé de poudre à canon». Cette odeur provient de la poussière qui la recouvre qui elle-même provient des micrométéorites qui s'y sont écrasées.

Jupiter est la planète la plus grande du système solaire. Elle est onze fois plus grosse que la terre. Le soleil, considéré comme une étoile, gagne la première place avec un diamètre de 1'392'684 km, soit 109 fois plus grande que la terre. Vénus est la planète la plus chaude du système solaire avec une température en surface de 462 °C. Toujours en tête, le soleil, quant à lui, a une température en surface de 5500 °C.

Notre système solaire compte plus de 200 lunes. Certaines planètes, comme Saturne et Jupiter, en comptent chacune environ 80, tandis que la terre n'en a qu'une.

La lumière que génère le soleil situé à 150'000'000 km de la terre a besoin de 8 minutes pour atteindre notre planète.

La station spatiale internationale fait plus d'une dizaine de fois par jour le tour de la terre allant à une vitesse avoisinant les 30'000 km/h.



De ce fait, les personnes qui y séjournent assistent à un lever de soleil toutes les heures et demie. Cette alternance de jour/nuit bouleverse considérablement le cycle du corps humain.

Dans l'espace, le sel et le poivre ne peuvent être sous forme de poudre ou de grains comme nous les connaissons sur terre. En effet, dû au manque de gravité, les particules de sel ou de poivre se mettraient à flotter dans l'air. C'est pourquoi les astronautes utilisent ces condiments sous forme liquide.

Le premier être vivant envoyé dans l'espace fut une chienne du nom de Leika, trouvée dans les rues de Moscou. L'agence spatiale russe organisa le lancement de Spoutnik 2 en 1957. Le choix s'est porté sur une chienne (plutôt qu'un chien) pour des raisons pratiques de gain de place (les chiennes n'ayant pas besoin de lever la patte pour uriner). Leika est décédée en raison du stress et de la chaleur intense dans les cinq heures suivant le décollage. Cette expérience spatiale fut le début de la prise de conscience et des manifestations contre l'utilisation d'animaux dans les expériences scientifiques.

L'agence spatiale européenne a récemment sélectionné cinq nouveaux astronautes en novembre 2022, dont un Suisse, Marco Sieber. Il a été élu parmi 22'500 candidats qui ont postulé pour rejoindre les rangs de cette agence. Marco Sieber, Bernois de 33 ans, succède au dernier astronaute suisse, Claude Nicollier, sélectionné en 1978 et envoyé en mission en 1992, devenant ainsi le premier suisse dans l'espace.

Source : rtl.fr, numerama.com, meteomedia.com, caminteresse.fr, espace-science.org, letemps.ch

Portrait Collaboratrice

Naguima
Bonjour



Nous avons le plaisir de vous présenter Naguima Bonjour, animatrice au CAT Les Palmiers depuis l'été dernier. C'est avec joie que cette grande voyageuse accepte de partager un peu son parcours de vie. Originaire du Kazakhstan, où elle travaillait à l'ambassade de France, elle est arrivée en Suisse à l'âge de 30 ans après avoir reçu une bourse de recherche en linguistique française à l'Université de Lausanne. Le séjour qui devait durer deux ans s'est finalement prolongé, puisqu'elle a rencontré le père de son fils et a décidé de rester en Suisse ! Elle a ensuite quitté la recherche pour faire un Bachelor à la Haute École de Travail Social, afin de pouvoir travailler comme animatrice, un métier qui lui permet de partager ses riches expériences de vie.

J'aime

Le chant,
je fais partie du chœur Neuf de Lutry, et j'organise des ateliers de chant au CAT.

L'équitation,
je pratique depuis longtemps, et j'ai fait des treks à cheval au Kirghizstan et aux États-Unis.

Les voyages,
j'ai beaucoup voyagé, aux États-Unis, au Mexique, en Asie et dans d'autres parties du monde.

La franchise,
c'est très important pour garder de bonnes relations avec les autres.

J'aime pas

Les mets trop sucrés,
ce n'est vraiment pas à mon goût.

Les médisances,
les gens qui parlent derrière le dos me dérangent.

Faire du jet-ski,
je suis pourtant aventureuse, mais cela, vraiment, ça ne me dit rien (rires) !



Portrait Bénéficiaire

Mireille
Mermod



Je m'appelle Mireille Mermod, et je vais fêter mes 83 ans le 24 février prochain. J'habite à Béthanie, dans un appartement protégé depuis 7 ans. J'adore Lausanne, j'ai vécu presque toute ma vie dans cette ville. Je suis originaire du nord vaudois, où j'ai passé mon enfance.

Comme beaucoup de jeunes filles à l'époque, j'ai passé 1 an à Bâle pour apprendre l'allemand, puis je suis revenue à Lausanne et j'ai travaillé au Département de Justice et Police comme sténodactylo. C'est là que j'ai rencontré Jean-Claude, mon mari, avec qui j'ai vécu 60 ans. Nous avons eu deux garçons, Pierre et Reynald.

J'aime

La peinture,

Déjà à l'âge de 4 ans, j'allais chez la voisine pour apprendre à peindre.

La cuisine,

recevoir les gens et leur préparer un bon repas.

Le piano,

j'en ai fait longtemps, mais plus maintenant.

Ma famille,

mes enfants et mes 4 petits enfants.

J'aime pas

Le bruit,

Pour moi, la tranquillité c'est la sérénité.

Les choux,

C'est vraiment un goût auquel je n'ai jamais réussi à m'habituer.

Lorsque mes mains tremblent,

Cela m'inquiétait beaucoup au début, mais maintenant j'ai vu que cela arrive à beaucoup de personnes et je l'accepte mieux.

L'été,

ma peau ne supporte pas le soleil.

Exposition d'exception

Le mercredi 25 janvier 2023 a eu lieu le vernissage des artistes de l'atelier du Bugnon, sur le site de Prélaz. La majeure partie des artistes étaient présents pour cette ouverture d'exposition, accompagnés de l'équipe accompagnante du CAT de Mont-Calme. Ils ont été accueillis pour partager un bon repas puis ont eu l'occasion d'être photographiés devant certaines de leurs œuvres. M. Gunter Philippe, membre du Conseil de Direction de la Fondation Clémence, a ouvert officiellement l'exposition en prononçant un discours de remerciement, félicitant les bénéficiaires. S'en est suivi un délicieux goûter.

Si vous n'avez pas eu l'occasion de venir pour ce vernissage, rien n'ait perdu... ! Les œuvres resteront exposées jusqu'au 25 mars 2023, durant les heures d'ouverture du site de Prélaz (avenue de Morges 64, à Lausanne).

Nous souhaitons une bonne continuation à tous les artistes, et surtout de poursuivre avec la même inspiration leur travail créatif. Merci aux bénévoles qui ont contribué à la réussite de cette journée ainsi qu'à tout le personnel.



Murielle Zbinden, *responsable bénévolat*



Photographies réalisées par Mme. Dufour, photographe bénévole.

Une page se tourne...

Ces derniers mois, les préparations pour les futurs travaux sur le site du Bugnon ont conduit à un événement bien spécial pour l'histoire de la Fondation. En effet, le célèbre et apprécié atelier peinture, tel qu'il est connu sur le site du Bugnon, a fermé ses portes. Ce local dédié à l'art a accueilli jusqu'à ce jour de nombreux artistes résidents, bénéficiaires et collaborateurs. Faute d'espace suffisant, l'atelier suivra le CAT Mont-Calme, qui déménagera durant le mois de février dans de nouveaux locaux.

C'est donc une grande page qui se tourne et qui laisse place à de nouvelles aventures. L'atelier a ouvert ses portes le 3 janvier 1989, animé par deux artistes venant de l'école d'art de Lausanne, Line Chatelain et Anne Schuler. Elles ont su démontrer et convaincre de l'importance de l'art et la créativité dans l'idée de permettre à chacun de s'exprimer et s'accomplir. Et puis, il n'y a pas d'âge pour créer et se découvrir et cet atelier novateur en a fait largement ses preuves, permettant à chacun d'y faire vivre son art que ça soit à travers la sculpture, le dessin, le coloriage, la peinture, la teinture sur soie, la calligraphie et tant d'autres domaines créatifs. Beaucoup d'artistes-collaborateurs ont ensuite pris la relève pour faire perdurer l'existence de cet atelier qui a traversé plusieurs générations et fait vibrer la Fondation.

L'atelier a été à l'initiative de beaucoup de projets ambitieux. Rencontres multigénérationnelles, voyages et expositions ont alors pu être réalisés grâce à ce concept qui n'a fait que grandir et évoluer avec toujours la même mission : Utiliser les ressources et les talents de tous.

Alors un immense merci à toutes les personnes qui ont œuvré à faire de ce lieu un espace hors du temps. Souvent décrit comme un havre de paix, c'était un endroit de rencontres qui a permis de développer de nombreux projets internes, mais aussi externes à la Fondation Mont-Calme. Merci pour vos créations et surtout ces moments de partages inoubliables qui restent indubitablement ancrés dans le cœur de chacun.

Clara Robert Nicoud, *ASE*, Bugnon



Parole aux bénévoles

Cela fait maintenant plus de vingt ans que je suis engagé bénévolement sur le site du Bugnon, avec les amis de la Communauté de S. Egidio de Lausanne. Mon engagement à Mont-Calme a commencé en 2001. Avec Anne-Catherine et Anna Maria nous venions les dimanches, mais aussi à d'autres moments de la semaine. Nous voulions rencontrer les personnes âgées et tisser des liens avec elles. Ces visites régulières m'ont ouvert des horizons nouveaux. J'ai fait des rencontres extraordinaires. Beaucoup de résidents m'ont accueilli avec chaleur et reconnaissance. J'ai beaucoup appris auprès d'eux. Moi qui suis de nature introvertie, j'ai appris à m'ouvrir. Plusieurs m'ont ouvert leur cœur, m'ont confié des choses très personnelles sur leur vie. Je suis très touché par cette confiance. J'ai aussi appris à faire face à mes émotions, à me connaître, à reconnaître mes faiblesses et accueillir mes forces et mes charismes.

La Communauté de S. Egidio a tissé des liens très profonds avec quelques résidents. Nous en avons invité plusieurs pour des pique-niques, des moments de fête, des sorties en bateau et pour partager le repas de Noël avec des familles étrangères et des réfugiés. Avec quelques-uns nous sommes même partis en vacances.

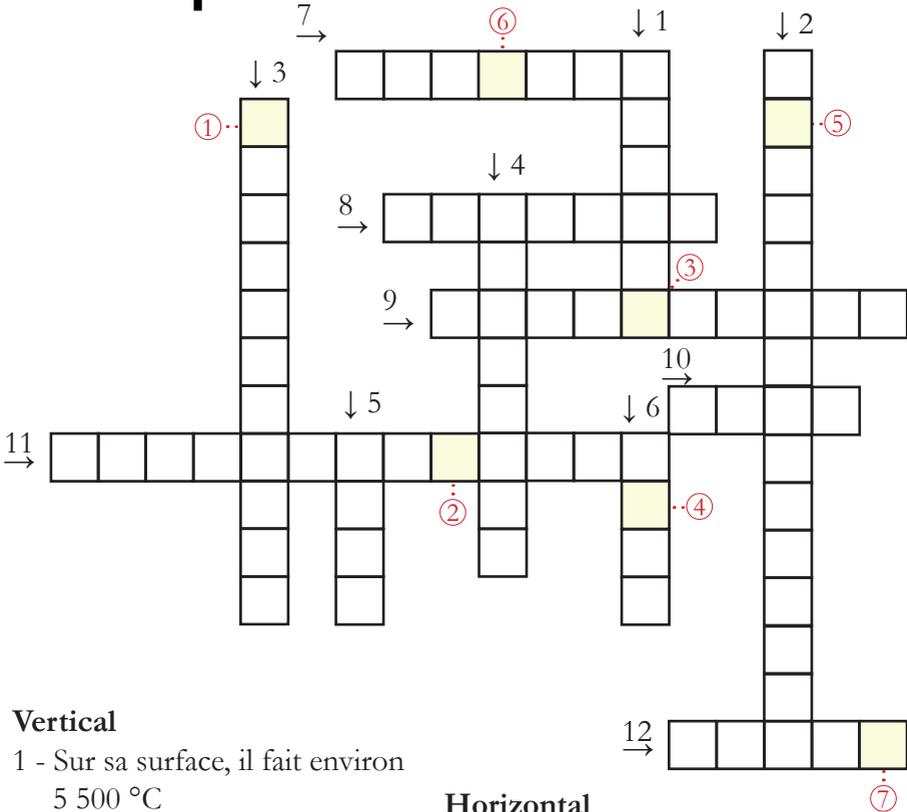
Je garde dans mes souvenirs et dans mon cœur de nombreux résidents que j'ai accompagné jusqu'à la fin de leur vie. Je suis très reconnaissant pour leur gentillesse, leur confiance, pour tout ce qu'ils donnent d'eux-mêmes dans les échanges. Ils m'aident à cheminer et me font aussi grandir dans ma foi. Lors des célébrations vécues au Bugnon, je suis particulièrement touché par les prières des personnes âgées.

Bien sûr ce n'est pas toujours évident. Les résidents me confient aussi leurs chagrins, leurs angoisses, leurs questions existentielles. Il y a des accompagnements qui sont lourds à porter. J'ai appris aussi à voir mes limites, à établir un cadre et parfois à dire non. Je trouve que c'est un très grand privilège de pouvoir rendre visite et partager du temps avec les personnes âgées. Elles me donnent une grande leçon de vie.

Michael Steck, *bénévole*

Mots croisés

« Espace »



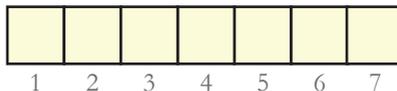
Vertical

- 1 - Sur sa surface, il fait environ 5 500 °C
- 2 - Ils ne viennent pas de notre planète
- 3 - On flotte dans l'espace, car il n'y en a pas
- 4 - Il y en a 9 dans notre système solaire
- 5 - Elle croise et décroise
- 6 - Agence fédérale spéciale des États-Unis

Horizontal

- 7 - Elles brillent dans le ciel
- 8 - La plus grande de planète et dieu romain
- 9 - Engins placés en orbite autour de la terre
- 10 - Planète ou barre de chocolat
- 11 - Groupe d'étoile formant une figure
- 12 - Propulse les astronautes dans l'espace

Mot caché:



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

Coin lecture

Le télescope



Résultat concours

« Mot caché » de janvier

Le mot caché du mois de janvier était:

BIEN-ÊTRE

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

Les vainqueurs du tirage au sort sont :

Madame Gisèle Marguera (CAT L'étoile), Monsieur Hugo Rubén Gianone (Les Falaises), Madame Carine Estoppey (collaboratrice).

20 Pour participer au concours de cette édition, rendez-vous à la page 19.

Hommage à ceux qui nous ont quittés



- Madame Maria BETTUA, décédée le 5.01.2023, site de Prélaz
- Madame Yvette STIRNIMANN, décédée le 6.01.2023, site CAT L'étoile
- Monsieur Jean-Jacques REBOULLEAU, décédé le 12.01.2023, site du Bugnon
- Madame Nelly MASSARELLI, décédée le 16.01.2023, site de Prélaz
- Madame Ghislaine DUVOISIN, décédée le 24.01.2023, site du Bugnon

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

La cohérence cardiaque

Une bénéficiaire nous a proposé de découvrir la cohérence cardiaque. Il s'agit d'une technique scientifique de respiration guidée permettant de retrouver en 5 minutes un équilibre du système nerveux. Cette technique permet de faire baisser le stress, de réguler l'hypertension artérielle, de mieux dormir et d'améliorer la digestion. Selon le Dr O'Hare*, médecin spécialiste de cette technique, la pratique de cette respiration selon sa méthode 3.6.5 (3x par jour, 6 respirations par minutes, pendant 5 minutes) permet réellement d'améliorer le bien-être.

Afin d'apprendre à respirer à la bonne fréquence, de nombreuses vidéos et applications sont disponibles sur internet. La plupart permettent de suivre une petite boule qui monte et qui descend, et d'adapter notre respiration aux mouvements de la boule.

Nous avons donc projeté la vidéo sur le mur, et fait plusieurs séances de respiration guidées en groupe, après la gym.

Les retours sont très positifs, et les bénéficiaires souhaitent continuer! « C'est important », « Ça vide la tête, ça relaxe, ça détend », « Ça aide à calmer le stress « Je connaissais déjà la sophrologie ou la méditation, cela ressemble beaucoup, mais cette technique est vraiment très simple ». Plusieurs bénéficiaires expliquent l'avoir déjà adoptée afin de s'endormir plus facilement le soir.

Le fait de s'entraîner sur grand écran, en groupe, aide aussi à garder la motivation. « Le seul problème, c'est qu'ensuite on a envie de dormir à 15h! » rigole le groupe. Mais un bon goûter et une chouette discussion plus tard, la dynamique est de retour!

**voir son livre « Cohérence cardiaque 3.6.5 »
ou son interview sur https://www.youtube.com/watch?v=MLe_Pcy2mdw*

Sortie à l'Alimentarium



Il fait froid, la neige est arrivée, mais les bénéficiaires ont profité de ces beaux jours pour visiter l'Alimentarium de Vevey, dont leur site internet résume leur mission ainsi: «Premier musée au monde consacré à l'alimentation, l'Alimentarium présente depuis plus de 30 ans d'un point de vue global et indépendant les multiples facettes de l'alimentation humaine. Adoptant une approche pluridisciplinaire tant culturelle, historique, que scientifique et nutritionnelle, le Musée s'est imposé au fil du temps comme référence incontournable de l'alimentation grâce à sa programmation audacieuse et décalée.»

Les bénéficiaires ont pu découvrir de vieux objets servant à la pêche, à la cuisine, à la chasse et autres outils liés à l'alimentation. Certains sont même fait digérer par un énorme estomac afin de comprendre ce qui se passe dans notre corps. Ils ont profité durant ces journées de se promener aux bords du lac et de contempler la belle fourchette plantée, non loin, les pieds dans l'eau.

Nous n'avons bien entendu pas oublié de nous nourrir, en allant manger dans un petit restaurant italien qui faisait d'excellente pizza. Le CAT L'étoile vous recommande vivement une petite visite à l'Alimentarium si vous passé aux abords de Vevey.

Maxime Bochud, *responsable CAT*, CAT L'étoile

Bienvenue aux nouveaux résidents

- Madame Rose-Marie CHARBON, le 9.01.2023, sur le site de Prélaz
- Monsieur Gaston MONNEY, le 9.01.2023, sur le site de Prélaz
- Monsieur Herbert KIM, le 17.01.2023, sur le site du Bugnon
- Madame Maria Luiza DE ARAUJO LEITE, le 19.01.2023, sur le site de Prélaz
- Madame Madeleine CHENAL, le 27.01.2023, sur le site du Bugnon

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 : _____