

Le journal
de la Fondation Clémence

Entour' âges



Sommaire

Édito « L'air du temps »	Page 3
Flash Info	Page 4
Intelligence artificielle.....	Page 6
Concert Zéphyr	Page 8
Les perruches de Prélaz.....	Page 9
Voyage virtuel autour du monde	Page 10
Portraits	Page 12
Carnaval du Bugnon	Page 14
Parole aux bénévoles	Page 16
Mots croisés.....	Page 17
Coin lecture et gagnants du mot caché.....	Page 18
Décès.....	Page 19
Prévention policière «vol et agression»	Page 20
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

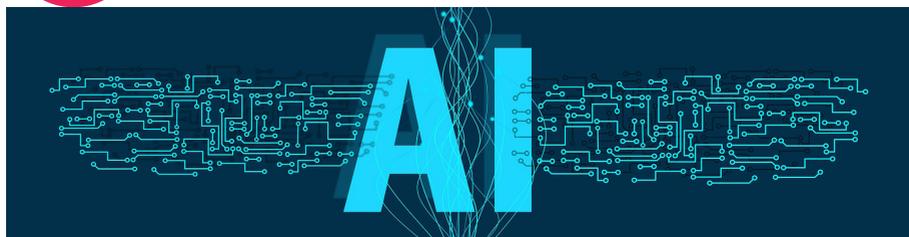
Membres du comité de rédaction:

Camille Blanc, Clara Robert-Nicoud, Maxime
Bochud, Maryne Gilliland, Odile Mottaz, Sophie
Rouge.



FONDATION
Clémence

L'air du temps



La technologie est partout, tout autour de nous : du robot serveur dans ce restaurant lausannois, aux robots qui secondent ou parfois même remplacent les chirurgiens dans les blocs opératoires, aux robots qui sélectionnent, emballent et expédient des marchandises à travers le monde, aux robots qui vont explorer des planètes en passant même par des robots qui créent des œuvres d'art ou écrivent des textes. Car oui, c'est bien ce dernier point qui défraie la chronique ces derniers mois. Vous avez certainement entendu parler de ChatGPT, cette intelligence artificielle capable de répondre à n'importe quelles questions de culture générale et d'écrire des textes complets, cohérents et bien construits sur la base de quelques mots clés entrés par un utilisateur. Vous avez certainement également entendu parler de ces générateurs d'image qui, avec ici aussi quelques mots clés, sont capables en quelques secondes de créer de toute pièce, une image, une photographie ou une peinture qui semblent tout à fait réelles.

À l'heure où les robots et l'intelligence artificielle se développent dans toutes les sphères de la vie humaine, certains se demandent s'ils ne vont pas finir par nous remplacer. Ce à quoi de nombreux scientifiques répondent que non les robots ne prendront pas l'ascendant sur les humaines. Certes, les robots sont capables de reproduire ou de développer, mais les premières lignes de code doivent tout de même être saisies. Il faudra probablement toujours un humain pour les programmer et surtout, pour remplacer ce manque d'analyse et de discernement. Car finalement, ce qui fait notre force, à nous humains, c'est bien notre capacité de réflexion, d'empathie et d'émotions. Et ça, les robots ne sont pas prêts de rivaliser.



Flash Info

► Sortie ski ◀

Jeudi 16 février, un petit groupe de résidents des sites de Prélaz et du Bugnon ont pu profiter d'une incroyable journée ensoleillée sur les pistes de ski de Villars grâce à l'accompagnement d'une équipe dynamique de Handi Concept. Cette association sans but lucratif basée à Villars-sur-Ollon est active afin que les personnes en situation de handicap puissent s'adonner aux joies d'activités en toutes saisons : ski handicap, parapente et même fauteuil tout-terrain, grâce à son équipe qualifiée et son matériel adapté. Monsieur Chablais, résident sur le site du Bugnon nous raconte comment, à l'époque, il avait été forcé d'apprendre à skier sous la douce menace de sa compagne qui avait un chalet à la montagne et qui voulait qu'il l'accompagne. « C'était une sacrée affaire ! ». A 95 ans, Monsieur Arn a, quant à lui, battu le record du handi-skieur le plus âgé pris en charge par l'équipe d'Handi Concept; de belles émotions pour tout le monde.

Aurélien Vaccaro, ASE, Bugnon





► Prélaz ◀

Saint-Valentin

Le mardi 14 février, nous avons invité les couples du site de Prélaz à participer à un souper au nom de l'amour. Les couples internes et les résidents ayant un.e bien-aimé.e à l'extérieur des murs de la Fondation ont pu se retrouver pour une soirée spéciale. Ils ont ainsi dégusté un repas concocté par le chef Vitor Valério et son équipe dans une ambiance romantique avec pétales de roses et à la lueur des bougies, le tout accompagné d'une petite flûte de champagne. Après de copieuses assiettes et des sourires échangés, les résidents nous ont remerciés pour cette belle soirée. Certains se sont même tenu la main sur le chemin du retour.

Je tenais à remercier toutes les personnes qui ont permis aux résidents de passer cette belle soirée dont tout particulièrement Kevin, Odile et Amy qui ont rendu cette soirée magique. Et n'oubliez pas de dire aux personnes que vous chérissez à quel point vous les aimez, car même si nous avons fêté cette soirée sous le signe de la Saint-Valentin, tous les jours de l'année sont importants au nom de l'amour !
Jessica Ruiz, *apprentie ASE*, Prélaz

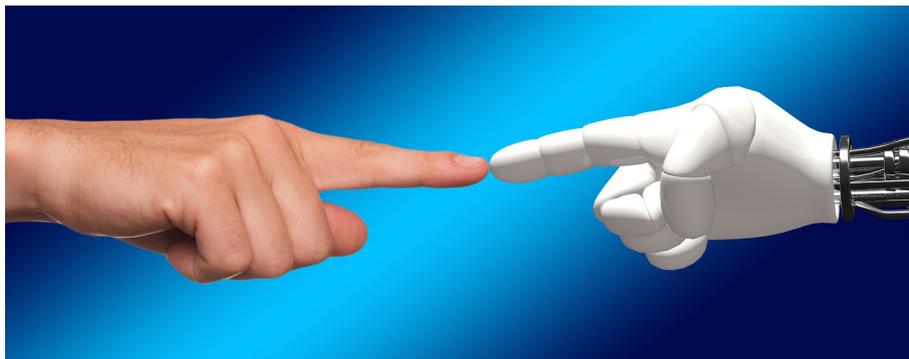
► Bugnon ◀

Accompagnée de ses danseuses, Assiyah est venue le dimanche 5 février dernier répandre son souffle oriental à la Fondation Clémence, site Bugnon. Depuis leur fauteuil, les résident.e.s ont ainsi fait un voyage au pays des mille et une nuit. C'est la troisième fois que ce spectacle de danse orientale est présenté sur le site du Bugnon. Un succès!

Vincent David, *ASE*, Bugnon



Vous avez dit intelligence artificielle ?



En termes simples, l'intelligence artificielle désigne des systèmes ou des machines qui imitent l'intelligence humaine pour effectuer des tâches prédéfinies et qui peuvent s'améliorer de manière interactive en fonction des informations qu'ils recueillent. Elle se manifeste sous différentes formes et peut ainsi reproduire des comportements liés aux humains, tels que le raisonnement, la planification et la créativité.

Il est vrai que lorsque l'on entend pour la première fois le terme d'intelligence artificielle cela pose question et semble un peu vague. Les bénéficiaires ainsi que Daniel, apprenti ASA, et moi-même nous sommes retrouvés afin d'en discuter. Une fois la stupéfaction de ce terme barbare estompé et quelques explications transmises, les bénéficiaires ont été surpris autant que dubitatifs. Bien évidemment, la vie avance à toute vitesse et la technologie encore plus vite, ce qui peut parfois laisser de côté une partie de la population qui n'a pas forcément accès à ces nouveautés et qui peut de ce fait, parfois, se sentir dépassée. Les bénéficiaires soulignent à l'unisson que toutes ces nouveautés ne font pas partie de leur génération, mais que lorsqu'ils ont des enfants ou petits-enfants, ils peuvent être davantage stimulés sur le plan technologique. Lors de ces conversations riches en interrogations, nous leur avons demandé ce qu'ils pensent de l'éventualité d'avoir un vrai robot à leur côté. Un robot qui

pourrait non seulement les aider dans leurs tâches quotidiennes, mais qui aurait aussi la faculté de pouvoir communiquer avec eux. Après quelques rires (sceptiques parfois), il a été noté que cela doit apporter un certain confort et que, dans certaines conditions, la modernité a de bons côtés. Mais que fait-on de la chaleur humaine ? Celle qui reconnaît la tristesse dans nos yeux. La chaleur ressentie lorsque l'on vous tient la main. Les bénéficiaires ont déjà l'impression que le contact est plus difficile, car les gens ne communiquent plus comme avant, ils ont le nez dans leur téléphone portable alors qu'avant ils parlaient, ils s'écrivaient même... La peur que l'humain soit remplacé est omniprésente. Que fait-on du contact, le vrai ? Mme R. était vendeuse, elle sait bien ce qu'est le contact humain. D'ailleurs, elle ne se rend jamais aux caisses libre-service, car pour elle rien ne vaut l'échange avec une personne réelle. Il est difficile de se voir remplacer, nous dit-elle. Ce sentiment est latent lors de nos échanges. « Il faut s'adapter, mais c'est un peu trop ! ». Bien entendu que l'aspect économique prendra aussi sa place dans le débat, « si les robots débarquent, on aura plus de travail ! ». La phrase de fin sera attribuée à Mme K. qui dit : « L'intelligence artificielle c'est pas mal, mais avec parcimonie. »



Concert de Zéphyr

Le mercredi 22 février de 18h30 à 19h30, le site du Bugnon a savouré un concert de qualité avec l'ensemble Zéphyr ; concert proposé par « Les Concerts du Cœur ». Avec Anaïs Soucaille au violon, Clément Meunier à la clarinette, Etienne Loupot à la Guitare et Louis Billette au saxophone et flûte. Les résidents ont salué la qualité de cette prestation et ont pu profiter de quelques échanges avec ces musiciens très disponibles.



Photographies réalisées par Mme. Dufour, photographe bénévole.

Les perruches de Prélaz

Depuis plus d'une quinzaine d'années, sur le site de Prélaz, les résidents et résidentes sont accueillis tous les matins au rez-de-chaussée par deux perruches. Lors du repas de midi, ils ont la chance de pouvoir manger accompagnés du chant de celles-ci.

Ces oiseaux d'une petite taille ont quelque chose de spécial... deux taches rouges/oranges sur les joues qui font penser qu'elles rougissent.

Nos collègues de la cafétéria les nourrissent chaque jour. En fin de journée, les oiseaux sont calmes et certains résidents s'assoient à côté, les contemplent, leur parlent et leur souhaitent une bonne nuit avant d'aller eux-mêmes se coucher.

Et que pensent les résidents de ces perruches ?

« Personnellement je ne les aime pas, car je leur parle, mais elles ne me répondent pas »
Madame. S

« J'ai le plaisir de les voir et de leur causer »
Monsieur. J



Alisson, *apprentie ASE*, et Vanessa, *pré-stagiaire ASE*, Prélaz

Voyage virtuel autour du monde

Si on vous proposait de visiter un endroit dans le monde, lequel choisiriez-vous ?

Telle était la question qui a débuté notre activité pour laquelle un écran géant a été installé au salon du court séjour de Prélaz. Robin, civiliste aide à l'animation, y a affiché une carte du monde. C'est dans cette ambiance un peu spéciale que nous avons accueilli des résidents et résidentes de toutes les unités, en leur proposant un voyage à travers les 5 continents. En première partie, nous leur avons proposé de choisir une destination et de les y emmener virtuellement. C'est Mme Badan qui s'est lancée la première en demandant de visiter : l'Islande.

En quelques clics, Robin zoome sur le nord de l'Europe, puis progressivement, se rapproche de la « petite » île. Une fois suffisamment rapproché pour apercevoir les routes qui quadrillent le pays, Robin fait glisser un petit personnage fictif sur le bord de l'île près de Bolungarvík. Et là, comme par magie, grâce à une fonctionnalité de l'application que nous utilisons, l'écran change et nous atterrissons dans un décor en 3D, au milieu d'une prairie verdoyante entourée de montagnes. Robin effectue un 360° avec le champ de vision et avance sur les routes islandaises. Pendant ce trajet fictif, j'en profite pour donner quelques informations sur le pays et M. Bovy nous rappelle que la capitale de l'Islande est Reykjavik.

Puis chacun son tour, les résidents nous donnent leur envie de destination. C'est ainsi que nous partons en Australie, puis sur l'île de Bora-Bora ou encore sur le Golden Gate aux USA. Il y a eu quelques émotions, notamment lorsque nous sommes « partis » visiter l'île Maurice, où Mme Pittet a grandi ou encore, quand nous nous sommes retrouvés sur les pavés de Trévise, jolie petite ville de canaux qui a rappelé beaucoup de souvenirs à Mme Sari.

Finalement, nous avons eu des demandes plus locales et c'est ainsi que nous nous sommes retrouvés en Valais à Villa dans le village de Mme. Binggeli et en haut du Moléson pour le plus grand bonheur de tous. L'activité s'est terminée par une dernière destination : l'avenue de Morges 64, l'adresse du site de Prélaz, que, ma foi, nous n'avons pas reconnu, car à la place du bâtiment actuel se dressait encore, sur l'écran, l'ancienne station-service !

Si vous aussi vous souhaitez vivre une telle expérience : Rendez-vous sur Google Map. Vous pouvez également grâce à Google Culture visiter plusieurs musées comme par exemple le Louvre ou Versailles. Une sympathique activité qui permet de visiter virtuellement les beautés de notre monde sans dépenser un centime et en restant bien au chaud chez soi.



Odile Mottaz, *responsable socioculturel*,
et Robin Beytrison, *civiliste*, Prélaz.

Portrait Collaboratrice



Je m'appelle Coralie Tauxe, je suis gestionnaire en intendance à la Fondation Clémence depuis 14 ans. Je suis d'origine suisse et j'habite à Chavanne-près-Rennens. J'ai un chat à la maison qui a 6 ans, que j'aime énormément.

J'aime

Les animaux,
Je les aime parce qu'ils nous donnent beaucoup.

Le potager et les plantes,
Je trouve que c'est plaisant de voir pousser une plante dès le départ, comme pour les légumes.

Manger,
Partager des repas avec des amis, au restaurant c'est quelque chose que j'aime.

Voyager,
Découvrir des nouveautés, d'autres cultures et des pays différents, ça me rend heureuse.

J'aime pas

La méchanceté,
Je n'arrive pas à comprendre que l'on puisse dénigrer quelqu'un gratuitement.

L'hypocrisie,
Je n'aime pas les gens qui sont hypocrites devant toi alors qu'en étant honnête ça va bien aussi. Moi je dis toujours : tu peux tout dire, ça va dépendre de la manière dont tu vas le dire.

La cruauté envers les animaux
Je ne comprends pas que l'on puisse s'en prendre à des êtres sans défense. Je trouve ça petit.

Les endives
Ce n'est vraiment pas à mon goût.

Portrait Bénéficiaire

Brigitte
Lale



Bonjour, je m'appelle Brigitte Lale, mais tout le monde m'appelle juste Brigitte. Je suis née à Lausanne et n'ai jamais vraiment quitté la région. J'ai dû, pour mon travail, aller vivre la semaine sur Montreux, mais à part cela, ma vie est ici. Cela fait 24 ans que je vis dans mon appartement vers Isabelle-de-Montolieu. J'ai fait une formation de fleuriste et j'ai travaillé très longtemps dans ce domaine. Depuis 1 an, je viens au CAT 5 de cœur et grâce à eux, j'ai pu me recréer un cercle d'amis et une belle vie sociale.

J'aime

La nature,

J'adore le contact avec les plantes, aller faire la cueillette des champignons ou des fraises des bois.

Venir au CAT,

Pour y retrouver mes amies et aider à l'entretien des plantes. Grâce à moi, les fleurs ont bien repris de la vie.

La créativité,

Je suis très manuelle depuis mon enfance; faire des décorations selon les saisons, du tricot, du crochet, les créations fleurs.

Écouter de la musique,

J'écoute de tout ce soit du classique, de la variété française, du latino et même du rock.

J'aime pas

Les choux rouges,

Je ne suis pourtant pas difficile pour la nourriture, mais alors cet aliment je ne peux vraiment pas.

Les personnes hypocrites ou snobes,

Ce ne sont pas des gens que je souhaite fréquenter. J'ai besoin de personne vraie et bon vivant.

Les reptiles ou arachnides,

Je ne peux vraiment pas les toucher ou être près de ces animaux.

Les chaussures à talons,

En 1995, je suis tombée et me suis fait une grande blessure au genou. Depuis ce temps, je n'aime vraiment plus porter des talons.

Carnaval haut en couleur

Chaque année, au mois de février, le carnaval est célébré dans de nombreux pays européens et en Amérique. On se déguise, on défile en fanfare et sur des chars personnalisés dans une ambiance très conviviale. Certaines représentations sont d'ailleurs de véritables institutions à travers le monde à l'instar du Carnaval de Rio au Brésil, de Venise en Italie, ou encore de ceux de Nice et de Dunkerque. Quelle est l'origine de la tradition du carnaval ? Les origines de cette fête sont multiples et remonteraient à l'antiquité. Dès le II^{ème} siècle avant J.-C., Babylone consacrait 5 jours de festivités (les Sacrées) en l'honneur de la déesse Anaitis afin de célébrer le début du printemps et le renouveau de la nature. Pendant cette période, l'ordre établi était renversé. Les rôles étaient inversés et les esclaves prenaient la place de leur maître, c'est ainsi que s'est installée la coutume de se déguiser pour le carnaval et de se masquer pour ne pas être reconnu.

La Fondation Clémence n'a pas coupé à cette tradition et c'est le vendredi 24 février que le site du Bugnon s'est mis à la fête. Ce ne sont pas moins de 250 crêpes qui ont été faites durant le thé dansant costumé auquel a pris part un grand nombre de résidents, déguisés pour l'occasion dans une ambiance de folie. En témoignent ces quelques photos :





Aurélie Vaccaro, ASE, Bugnon
Photographies réalisées par Mme. Dufour, photographe bénévole.

Parole aux bénévoles

Vous l'avez sûrement croisé dans les couloirs de Saint-Joseph ou du site de Prélaz. Vous l'avez peut-être même vu au service au CAT de L'étoile ou encore aperçu pour le carnaval sur le site du Bugnon. Antonio Piozzini est dynamique. Il aime quand il y a du mouvement, de la vie. Il prend plaisir à découvrir de nouvelles choses et a plein d'idées qui surgissent à tout moment. Il est intéressé par la création de bijoux en perles. Cela lui a même donné l'occasion d'en confectionner pour certains et à l'occasion d'en faire un atelier.

Il est de famille italienne, fils unique. Son père travaillait comme ferrailleur et sa maman faisait du repassage et des ménages, à l'extérieur et chez eux. Antonio a touché à plein de domaines au niveau professionnel : magasinier, serveur, cuisinier, aide-soignant. Il s'est également investi longuement dans le bénévolat que ce soit à la Soupe populaire, sur le pont Bessières, à distribuer de la nourriture, sacs de couchage, collaboré avec des jeunes, à la Maraude, etc.

Suite à des soucis de santé, Antonio a dû arrêter certaines activités et son chemin l'a conduit à la Fondation Clémence. Bref, si vous ne l'avez pas encore aperçu, cela ne devrait pas tarder !

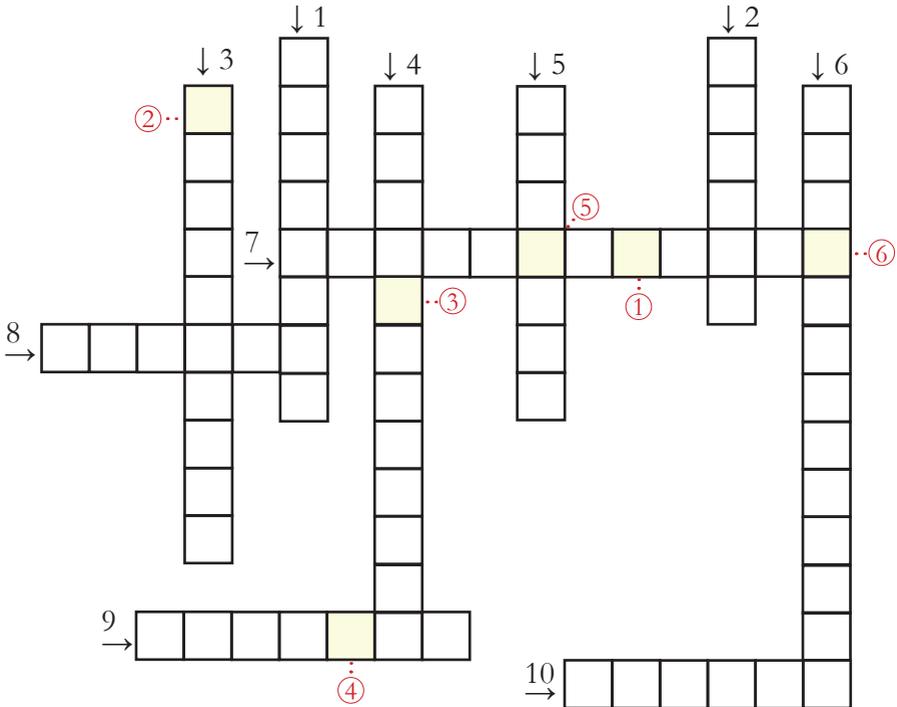
Je profite de ce portrait pour remercier chaleureusement Antonio pour son travail et son engagement en tant que bénévole.



Murielle Zbinden, *responsable bénévole*

Mots croisés

« Intelligence artificielle »



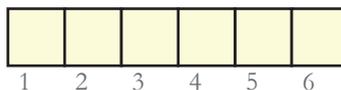
Vertical

- 1 - Les robots n'en ont pas, les humains, oui.
- 2 - Pour projeter des images, des films, etc
- 3 - Outil informatique avec clavier et souris
- 4 - Image instantanée
- 5 - Elle peut être augmentée ou bien réelle
- 6 - Spécialistes des sciences

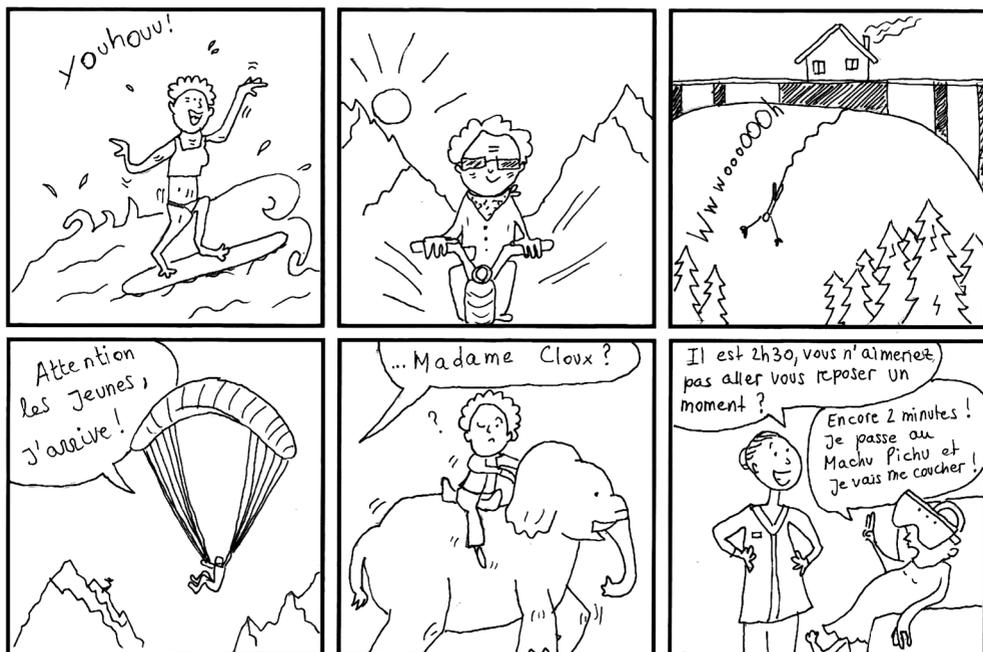
Horizontal

- 7 - Elle peut être artificielle ou humaine
- 8 - Notre espèce (homme, femme ...)
- 9 - Visiter des pays
- 10 - Ils vont remplacer les humains

Mot caché:



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



Résultat concours

« Mot caché » de janvier

Le mot caché du mois de février était:

GALAXIE

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

Les vainqueurs du tirage au sort sont :

Madame Mireille Cotel (Bugnon), Madame Isabelle Coelho (Les Falaises), Madame Elynn Ingold (proche).

Pour participer au concours de cette édition, rendez-vous à la page 17.

Hommage à ceux qui nous ont quittés



- Madame Paola CHRISTINET, décédée le 21 février, site du Bugnon
- Madame Elly DU PASQUIER, décédée le 22 février, site de Prélaz
- Monsieur Georges MAYOR, décédé le 26 février, site CAT L'étoile

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

Prévention policière



Police de proximité lausannoise Cours de sensibilisation Vol et agression dans la rue et à domicile

Depuis quatre ans, nous avons mis en place ce projet avec la police de proximité lausannoise. Ce cours de prévention « vol et d'agression dans la rue et à domicile » a lieu une fois par année au CAT des Palmiers de 14h à 15h. Cette rencontre est ensuite accompagnée d'une collation autour de la table pour discuter et échanger sur certaines expériences vécues par nos bénéficiaires ou pour lever différents doutes sur des situations.

Nous étions le vendredi 20 janvier 2023 au CAT des Palmiers où la police du poste d'Ouchy nous a rendu visite pour nous présenter le cours de prévention de vol et d'agression auxquels nous pouvons faire face dans notre quotidien. Pour commencer, il faut savoir qu'il existe plusieurs types de vol :

1 Le **vol à l'astuce** sert à détourner l'attention de la victime pendant que le complice essaye de voler discrètement des valeurs.



Conseil :

Lorsque vous êtes en ville ou bien entouré d'une foule, ne répondez pas aux personnes ou répondez fermement que vous n'êtes pas intéressé.

2

Le **vol à la tire** est un vol d'objet porté sur la victime sans qu'elle s'en aperçoive. Par exemple, pendant que nous avons notre fermeture éclair de notre sac placé derrière, le voleur peut se servir sans que nous le remarquions.



Conseil :

Faites attentions à votre sac et placé toujours le devant de votre fermeture éclair devant vous ou à portée de vue !

3

Les **voleurs observateurs**. Les voleurs observent leur victime qui se trouvent au bancomat ou dès l'entrée de la poste, de la banque, jusqu'à ce que la victime ressorte. Ils subtilisent ensuite l'argent retiré par leur victime.

Conseil :

- Évitez d'avoir le code de votre carte sur vous.
- Cachez votre code lorsque vous le saisissez au bancomat
- Si vous voulez retirer de l'argent, privilégier les guichets
- Faites-vous accompagner par une personne de confiance pendant les retraits d'argent
- Regardez bien autour de vous afin que personne ne surveille ce que vous faites.



Et chez vous alors ?

Plusieurs personnes peuvent se faire passer pour des travailleurs ou de la famille éloignée afin de pouvoir rentrer chez vous ou vous demander de l'argent. N'ouvrez pas la porte de chez vous, appelez votre concierge pour demander s'il y'a des travaux dans le bâtiment, informez-vous !

Pour les appels téléphoniques ou les appels publicitaires, n'envoyez pas d'argent ou ne donnez pas vos informations bancaires ni d'informations sur votre vie privée. N'acceptez jamais les rendez-vous par téléphone ou si vous avez un doute, contactez l'entreprise pour vous informer.

Vous pouvez aussi demander de vous enlever des annuaires et ne donnez pas votre numéro de téléphone.

Conseils:

- Si vous possédez un téléphone portable, mettez un code de verrouillage que vous en souvenez.
- Ne faites pas les héros, donnez votre argent ou ce que le voleur vous demande afin de ne pas vous blesser pendant l'acte.
- Si vous vous faites accompagner d'un déambulateur à panier, mettez vos valeurs dans vos poches ou prenez le nécessaire sur vous.
- Ne vous promenez pas avec une grosse somme d'argent sur vous ni avec beaucoup de valeurs (Cartes d'identité, bijoux de valeurs, codes bancaires ou autres)
- Les magasins et les transports publics sont les endroits où vous pouvez vous faire voler le plus facilement ou rapidement si vous n'êtes pas attentifs à vos affaires !





Le retour des bénéficiaires suite à ce cours de prévention a été très positif. Ils étaient à l'écoute et se sont intéressés au sujet. Il a eu de très bonnes interactions, car les personnes étaient déjà passablement sensibilisées par les médias ainsi que par les cours des années précédentes.

Les participants ont pris connaissance et ont réalisés les dangers qui peuvent être présents dans la rue ou à domicile. Certains se disent même prêts à effectuer des gestes de défense en cas d'attaque.

Que faire si vous avez été victime d'une infraction ? (information du site internet de l'État de Vaud)

Dans tous les cas, nous vous conseillons de déposer une plainte pénale (démarche gratuite) afin de pouvoir accéder au dossier pénal.

En outre, l'efficacité des services de police et le succès des démarches dépendront notamment des informations fournies, c'est pourquoi il est recommandé:

- d'expliquer de manière aussi détaillée que possible le déroulement de l'événement;
- de faire part des éventuels soupçons;
- d'informer immédiatement la police de tout élément omis ou appris ultérieurement;
- en cas de vol, de remettre sans délai une liste avec description précise des objets disparus (numéros des cartes de crédit et documents officiels, photographies, marque des objets, etc.).

Bienvenue aux nouveaux résidents

- Monsieur Giulio MAUCCI, le 23 février 2023, sur le site du Bugnon
- Madame Annimarie STOECKLIN-DEMMELE, le 24 février 2023, 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 : _____