





Édito « L'air du temps »	Page	3
Flash Info	Page	4
Le plus grand lac d'Europe	Page	6
100 ans de Madame Bernard	Page	8
Oeuvre d'art	Page	9
Sortie à Vidy	Page	10
Portraits	Page	12
De l'animation au Court Séjour	Page	14
Parole aux bénévoles	Page	16
Mots croisés	Page	17
Coin lecture et gagnants du mot caché	Page	18
Décès	Page	19
Musée du Léman	Page	20
Bienvenue et coupon-réponse	Page	24

## Information d'édition

Vous souhaitez prendre contact avec le comité de rédaction? Écrivez-nous à: <u>entourages@fondation-clemence.ch</u>

Membres du comité de rédaction: Camille Blanc, Maxime Bochud, Odile Mottaz, Sophie Rouge.



# L'air du temps



«Léman, roi de nos lacs, dont le bord magnifique, sous le pied des grands monts, courbe son arc magique, miroir de notre amour, je veux chanter encore ton onde où le soleil baigne ses ailes d'or. »

Ils furent plus d'un à l'instar du poète Henri Durand à conter les merveilles et beautés de notre lac! Lorsqu'on a la chance de vivre sur ses rives, ces quelques vers ravivent assurément à nos esprits des images de paysages spectaculaires et des souvenirs lacustres. Le Léman, en plus de son potentiel touristique, représente une source importante d'énergie longtemps ignorée. Il est également un pont stratégique entre la Suisse et la France: chaque jour, c'est près de 2500 frontaliers qui empruntent les bateaux de la Compagnie Générale de Navigation (CGN) pour venir travailler en Suisse. Destination phare de nos sorties socioculturelles, le comité de rédaction d'Entour'âges a souhaité pour ce numéro vous emmener à la (re)découverte du plus grand lac d'Europe.

Par ailleurs, nous sommes très heureux de vous retrouver après deux mois d'absence forcée. En effet, au mois de mars la Fondation Clémence a été victime d'une cyberattaque, malgré toutes les précautions et les moyens de sécurité mis en place, nous contraignant à mettre en arrêt l'édition du journal. À présent que la situation est en court de rétablissement, nous avons le plaisir de vous présenter un numéro de printemps qui relie les mois d'avril, mai et juin. Nous vous souhaitons une agréable lecture, à vivre pourquoi pas, les pieds dans l'eau.







«Toutes les occasions sont bonnes pour offrir des fleurs». Madame Richard Beaucoup de plaisir et de discussions sur les fleurs et leurs jardins d'autrefois

Rodolphe garnier ASE et Oscar Neuschwander ASE site Bugnon





Prélaz

Retour sur les Pastas Party du mois de mars en trois mots: «convivialité», «partage» et «régal». Les 4 événements qui font partie des traditions de la Fondation Clémence ont réuni plus de 250 convives dans la salle à manger de Prélaz. Vivement les raclettes party!





#### ▶ Prélaz ◀

Le vendredi 3 mars 2023 , Magali Garayt conseillère en image est arrivée de bonne heure sur le site de Prélaz avec sa camionnette remplie de vêtements. Une fois installées à l'espace lounge, toutes les personnes présentes ont commencé à chiner parmi les habits et accessoires. Certains proches informés de la venue de la Boutique «Pour Toi & Moi» étaient également présents et ont participé à l'apogée de cette journée : le tant attendu défilé! Des collaborateurs, des bénévoles, mais également Monsieur Progin, Madame Capone et Madame Astori ont arpenté le tapis tels de véritables mannequins sous les applaudissements de l'assemblée. L' événement s'est terminé sur les notes enjouées de « Pretty woman » le célèbre morceau de Roy Orbison.

Merci à toutes les personnes qui ont contribué à cet événement!







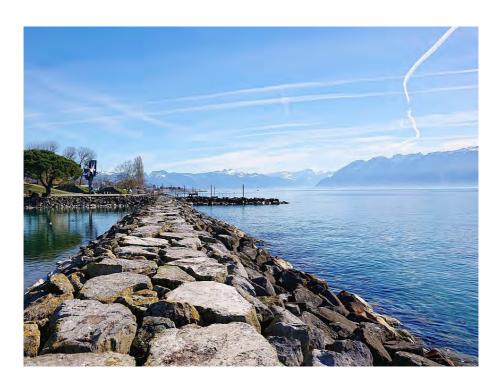


Odile Mottaz, responsable du service socioculturel, Prélaz

## Le plus grand lac d'Europe

Saviez-vous que le lac Léman est le plus grand lac alpin et subalpin d'Europe centrale? Il est situé à l'extrémité ouest de la Suisse et au nord du département français de la Haute-Savoie. Sa surface mesure environ 580 km2, ses profondeurs atteignent 3010 m, sa longueur est de 73 km, quant à sa largeur, elle atteint 14 km. Le nom de ce lac en forme de croissant a pour origine les termes «lem» qui signifie «grand» et «an» qui veut dire «eau» en langage de base celtique.

Vous souvenez-vous de la première fois que vous avez visité le lac...?





#### Qui était présent à vos côtés ?

En discutant avec nos bénéficiaires, nous avons réalisé à quel point la présence du lac était importante dans leur enfance et dans leur quotidien! C'est donc avec grand plaisir que je vous invite à plonger et à faire ce petit tour du lac avec nous...

Au cours de notre voyage, nous avons vu que la pêche et les promenades à bateau à vapeur étaient des activités phares pour nos bénéficiaires, sans compter les sorties touristiques au Château de Chillon, à la cathédrale de Lausanne ou du côté français à la vieille ville d'Yvoire ou au Palais Lumière à Évian-les-Bains. Le lac nous offre aussi des activités comme les pédalos et le ski nautique. Peut-être avez vous déjà eu la chance de tester ces animations?

Comme Mme V. nous a dit « la Suisse possède un tas de belles choses » et le Léman en fait partie. J'espère qu'avec ce petit voyage à travers le lac, vous avez eu l'occasion de replonger dans vos souvenirs ou d'avoir l'envie d'en créer de nouveaux.

## ans de Madame Bernard

Depuis de nombreuses semaines, un grand évènement se préparait sur le site de Prélaz : les 100 ans de Madame Yolande Bernard! C'est le lundi 27 février 2023 que Madame a pu souffler sa 100e bougie.

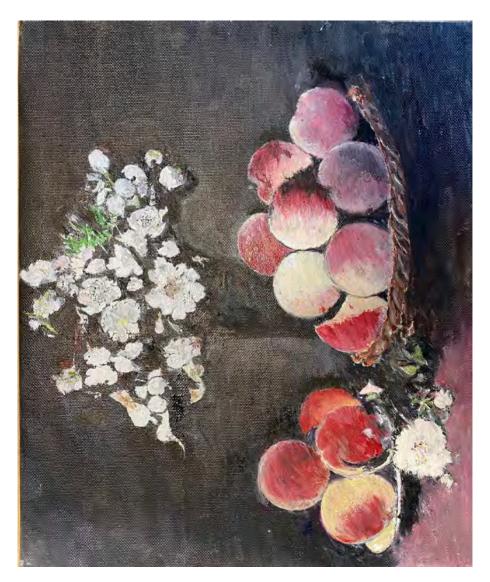
Sa grande famille était au rendez-vous : enfants, arrière-petits-enfants et même arrière-arrière-petits-enfants. Puis le directeur Monsieur Claude-Alain Stuby est venu pour faire un discours, ainsi que le préfet de Lausanne, Monsieur Serge Terribilini. L'équipe de l'unité 3 a également eu le privilège de venir souhaiter un joyeux anniversaire à Madame ainsi que de faire une photo avec la star du jour!

C'est dans une ambiance festive que les sourires et les émotions se sont échangés. Madame était très émue et tient à remercier toutes les personnes qui se sont déplacées pour elle.

Ce fut un plaisir d'organiser cette journée en l'honneur de Madame Bernard. Encore une fois un grand bravo et joyeux anniversaire.



## Oeuvre d'art



Huile sur toile 27x35cm Peint par Andrée Wieser Au CAT des Orangers

## Sortie à Vidy au GLLI

On a eu beaucoup de chance avec le temps! L'ambiance était très bonne! Je venais souvent avec mes enfants au bord du lac.

Madeleine Chenal

Tous ces bateaux devant moi, ça me rappelle les vacances! André Isaaz Au vu de la chaleur qu'il fait, je ne suis pas sûre de porter mon bikini! ha ha ha Marguerite Egger



/ Mme Trachsel-Bieri rencontrant son mari sur place. Ravis, ils partent se promener de leur côté!





J'aime me promener, redécouvrir la nature et dire bonjour aux passants! Élianne Baud

J'aime voir les enfants qui font du vélo, ça me rappelle les miens... Bonjour à mon mari! Madame Guérin



### Portrait Collaborateur





Je m'appelle Lucas, je suis né à Lausanne d'une mère brésilienne et d'un père suisse. J'habite à Renens-village. J'ai fait un Bachelor en Travail Social et un Master en Sciences du Sport. Aujourd'hui, je travaille au CAT en tant que maître en Activités Physiques et Adaptées.

### **J'aime**

#### Le mouvement,

La vie c'est le mouvement, il faut bouger pour être en bonne santé. Sans mouvement, il n'y a pas de vie.

#### La santé,

C'est la vitalité, sans elle on ne peut rien faire. C'est essentiel, ça nous concerne tous et c'est un travail de longue haleine.

#### Manger,

J'ai la chance de pouvoir manger autant que je veux sans prendre 1kg.

#### Les revenus passifs,

Faire fructuer de l'argent, j'investis dans la bourse.

### J'aime pas

#### L'hypocrisie,

Nous sommes tous gagnants à être honnêtes. Je n'aime pas les menteurs et ceux qui jouent un rôle.

#### Le tapis de bain mouillé

Je n'aime pas les gens qui ne s'essuyent pas les pieds en sortant de la douche (rires)

#### Perdre mon temps

Parce que c'est la ressource la plus précieuse, chaque seconde qui passe on ne la retrouvera jamais alors que tout le reste on peut le faire fructuer.

### Faire les choses au dernier moment

On perd en qualité, j'aime faire les choses comme il faut.

### Portrait Résidente Court Séjour





Je m'appelle Pierrette Blanc, je suis née à Paris et j'habite Pully depuis 1970. J'étais journaliste chroniqueur judiciaire à la Tribune Le Matin. Je suis venue à Lausanne lorsque j'avais 5 ans. Aujourd'hui, j'effectue un court séjour sur le site de Prélaz. Les gens y sont extrêmement aimables, tout est fait pour le plaisir des résidents.

### **J'aime**

#### Mon mari

Nous nous sommes mariés en 1964. Je l'ai rencontré à une fête de peinture/sculpture. Il était peintre.

#### La danse classique,

J'en ai fait pendant des années, mon rêve c'était de devenir danseuse étoile.

#### La peinture

J'aime tous les styles, mais je ne peins pas. Mon mari peint des natures mortes.

#### Le Léman

J'apprécie sa grande étendue et tout particulièrement le coin près de la tour Haldimand.

### J'aime pas

#### L'hypocrisie,

Heureusement, j'ai eu de la chance dans la vie je n'en ai pas croisé beaucoup.

#### La guerre,

C'est une chose terrible...

#### L'injustice,

J'en ai vu lorsque je travaillais dans les tribunaux.

#### La vieillesse,

Mais il faut bien passer par là.

## De l'animation au court séjour

Depuis le mois de décembre, un projet est en cours sur le site de Prélaz avec pour objectif : Augmenter la participation aux activités socioculturelles des résidents en court séjour

Historiquement, le Court Séjour servait de lieu de répit pour les proches aidants et/ou de repos pour les bénéficiaires. Avec le temps, les missions initiales ont évolué. Dans le cadre de cette évolution, les besoins se sont complexifiés, les missions et les pratiques professionnelles dans nos institutions se sont développées et diversifiées. Aujourd'hui, les personnes qui se rendent en court séjour sont très demandeuses de pouvoir participer aux activités socioculturelles et de profiter de leur convalescence pour rencontrer de nouvelles personnes.

Afin de pouvoir soutenir les actions du projet, Robin Beytrison a démarré une activité dans le cadre de son service civil. Titulaire d'un Master dans le domaine de l'éducation et prenant à cœur les missions sociales, ce projet l'a tout de suite enthousiasmé et intéressé. Son implication passe par différentes réalisations de tâches. L'une des principales est de rédiger un programme d'activités hebdomadaires avec les animations transversales proposées par les unités de Long Séjour en y intégrant des accompagnements individuels. Robin va ensuite à la rencontre des résidents pour leur proposer ces activités et les y accompagner.

Durant le mois de janvier, une réflexion a été portée sur l'aménagement des différents espaces de vie existants afin de créer des endroits plus conviviaux et propices aux interactions. Lors de cette étape, un piano, une armoire de jeux et un canapé ont été installés sur l'unité.

Actuellement, le projet arrive gentiment à son terme et à l'heure du bilan, les retours des collaborateurs et des résidents sont très positifs. Les soignants partagent que c'est « le jour et la nuit » depuis l'intégration des activités. Les familles ont également exprimé leur reconnaissance. Quant aux résidents, on observe plus d'échanges entre eux et un impact positif sur la dynamique des activités transversales.

Pour célébrer ces réussites, l'équipe interprofessionnelle a organisé un repas fondue pour tous les résidents de l'unité du Court Séjour!

Ces prochains mois, nous allons poursuivre la consolidation des actions entreprises, continuer à favoriser l'intégration et réfléchir à la mobilité des résidents du Court Séjour, en gardant comme objectif principal d'offrir un accompagnement de qualité, répondant au mieux aux besoins de chaque personne.



Odile Mottaz responsable socioculturel Prélaz - Robin Beytrison civiliste aide à l'animation Prélaz - Jean-Charles Foucart, responsable des courts séjours inter-sites.

## Parole aux bénévoles

Je m'appelle Christophe Sondergguer, j'ai 53 ans et j'habite à Lutry. J'ai fait un apprentissage de monteur-sanitaire, et j'ai travaillé pendant 20 ans dans la location de voiture, dans un Migros Do-it. Pour des raisons de santé, j'ai dû abandonner le milieu professionnel. J'ai habité le quartier de la Bourdonnette de 1974 à 1994, où j'ai fait mes écoles. Quand je suis arrivé dans ce quartier, il était tout neuf. J'ai eu l'occasion d'y faire toute ma scolarité et ma jeunesse, mais aussi de participer pendant plusieurs années « aux petits pompiers de Lausanne », période que j'ai beaucoup apprécié. J'ai aussi été actif comme pompier, pendant une 10aine d'années dans diverses communes.

J'ai été conseillé communale à Lutry pendant 2 législatures, de 2011 à 2021, et j'étais scrutateur lors des votations.

Actuellement, je fais du bénévolat pour garder le contact humain, ce que j'apprécie richement, ceci au CAT des Palmiers, où je vais le lundi pour environ 5h de temps. J'y 'ai rencontré un ancien collègue d'apprentissage, et aussi un ancien responsable des petits pompiers de Lausanne. Que de belles rencontres! J'apprécie beaucoup l'humour, que je pratique discrètement, mais avec plaisir.

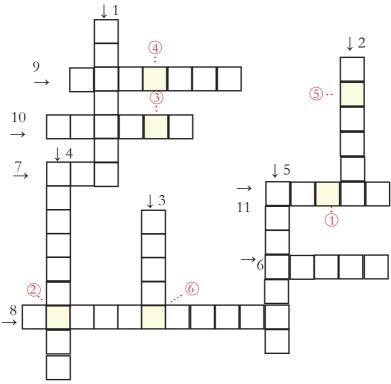
Un de mes rêves et d'habiter la République Dominicaine ou pourquoi pas l'Egypte.



Murielle Zbinden, responsable bénévole

### Mots croisés

### « Poissons du Léman »



#### Vertical

- 1 Célèbre château sur les rives de Veytaux
- 2 Notre fleuve à nous comme dirait Jean-Villard Gilles
- 3 Eaux en mouvement
- 4 La forme du Léman
- 5 On raffole de leurs filets

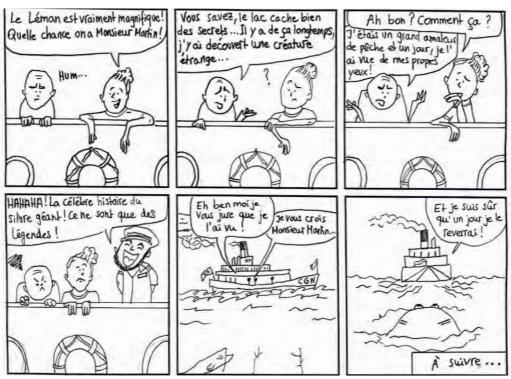
#### Horizontal

- 6 Le roi plumé du Léman
- 7 Société suisse de navigation
- 8 Engin sous-marin inventé par le professeur Auguste Piccard
- 9 Le bateau à vapeur le plus imposant de la flotte de la CGN
- 10 Le plus grand poisson d'eau douce
- 11- S'attrapent après une baignade au lac.

Mot caché:



### « Le secret du Léman »



## Résultat concours « Mot caché »

En raison des problèmes informatiques rencontrés depuis mars, il n'y a exceptionnellement pas de gagnants au tirage au sort du concours du dernier numéro d'Entour'âges. Nous remercions les participants de leur compréhension.

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

# Hommage à ceux qui nous ont quittés

- Madame Luisette FAVEZ, décédée le 2 mars, site du Bugnon
- Monsieur Giulio MAUCCI, décédé le 11 mars, site du Bugnon
- Madame Lilly MILESI, décédée le 11 mars, site du Bugnon
- Monsieur Hermann JOTTERAND, dédécé le 22 mars, site du Bugnon
- Madame Josiane CHUARD, décédée le 28 mars, site du Bugnon
- Monsieur Bernard BLANC, décédé le 1 avril, site du Bugnon
- Madame Luzia BAERISWYL, décédée le 3 avril, site du Bugnon
- Monsieur Emilio DR AGONETTI, décédé le 24 avril, site du Bugnon
- Madame Paulette JAN, décédée le 22 mars, site de Prélaz
- Madame Germaine DEPRAZ, décédée le 9 avril, site de Prélaz
- Madame Danielle OSVALT, décédée le 11 avril, site de Prélaz
- Madame Antoinette THEVENAZ, décédée le 15 avril, site de Prélaz
- Madame Elda HEIMGARTNER, décédée le 17 avril, site de Prélaz
- Madame Gisèle RANDIN, décédée le 18 avril, site de Prélaz
- Monsieur Frédéric JOMINI, décédé le 21 avril, site de Prélaz
- Madame Marianne HAENNI, décédée le 25 avril, site de Prélaz
- Monsieur Gioacchino CIANCIULLI, décédé le 9 mai, site de Prélaz
- Madame Rosa SARI, décédée le 18 mai, site de Prélaz
- Monsieur André BIANCHI, décédé le 6 mai, CAT Les Palmiers
- Madame Yola BURKHALTER, décédée le 25 mars, CAT L'étoile
- Madame Suzanne ALLEMANN, décédée le 27 mai, CAT L'étoile

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

## Le musée de Léman - Nyon

Le Léman peut-il déborder ? Peut-on se faire mordre par un silure ? Combien de temps met une goutte d'eau pour traverser le lac ? Toutes ces questions nous pouvons aujourd'hui vous en donner la réponse!

Avec M.Leite, Mme. Monnard, Mme. Sari, Mme. Pittet, Tobia et Amy, nous avons prit la route direction Nyon par un bel après-midi de printemps pour une excursion culturelle.

Durant le trajet, Amy et Mme. Monnard toutes deux originaires de la Côte, nous ont décrit les environs tels de vraies guides touristiques.

Arrivés sur le bord de la rive de Nyon, nous avons découvert notre destination, une vieille bâtisse entourée d'une jolie cour de gravier : le musée du Léman.



Une fois à l'intérieur, nous nous sommes dirigés vers un grand aquarium où des carpes nageaient paisiblement. Là, dans l'obscurité du lieu, un guide nous a appris que le Léman variait de couleur et que cela permettait aux scientifiques de connaître son état de santé. Ces variations sont dues en partie à des algues, des rayons du soleil ou encore des microcristaux de calcite. Le savant vaudois François-Alphonse Forel a même décidé d'établir une gamme de couleur pour classer les teintes des lacs.



La gamme de couleurs de E-A. Forel

image tirée de : https://collections-musees.nyon.ch

Selon lui « Le Léman a des eaux bleues, légèrement teintées de vert », ce qui correspond à la valeur VI de sa gamme.

Une fois sortis du «tunnel des carpes», nous avons pris l'ascenseur pour nous rendre au 1er étage où nous avons découvert un lieu rempli des découvertes et des innovations liées au Léman. C'est à ce moment que nous avons expérimenté une simulation du Bathyscaphe. Les anciens ont pu apprendre aux plus jeunes le contexte dans lequel cet incroyable sous-marin avait vu le jour. Mme. Monnard explique : « C'est un sous-marin touristique construit par Jacques et Auguste Piccard pour servir d'attraction lors de l'exposition nationale suisse de 1964 ». Fascinant ! Grâce aux écrans, nous revivons l'expérience et bien qu'il n'y ait pas grand chose à voir dans les tréfonds du Léman, l'exploit scientifique et technologique est bluffant!



Finalement, nous quittons le 1er étage pour rejoindre les combles du musée, où nous trouvons les réponses à toutes nos questions.

Accueilli par la gueule ouverte et crochue d'un silure, Tobia amusé essaie de se représenter une attaque de silure.



Pendant ce temps, effrayée Amy lit que le silure est « l'un des rares poissons d'Europe qui mord parfois les baigneurs », capable d'avaler des proies mesurant un tiers de sa taille, le silure vit plutôt dans les profondeurs du lac et semble s'y plaire, car depuis 3 ans des études ont démontré qu'il était en prolifération.

Nous poursuivons notre chemin devant une nouvelle affiche qui nous apprend que le niveau du lac est régulé au centimètre près et qu'il est donc impossible qu'il déborde. Cette régulation est due à un conflit entre Genève et le Canton de Vaud datant de la période des terribles crues de 1876. En effet, Genève avait entrepris des constructions pour alimenter des fontaines, des moulins et des ports grâce au Léman. Ces travaux avaient des répercussions sur les rives vaudoises qui subissaient régulièrement des inondations! À force que les plaintes s'accumulèrent, le conflit à débouché sur le « Procès du Léman » et imposa aux Genevois de maintenir un niveau d'eau compatible avec les différents usages.

À la fin de ce véritable voyage historique de notre région, nous avons gentiment terminé notre visite. Avant de reprendre la route, nous avons encore profité de visiter la vieille ville de Nyon et de déguster d'une petite crêpe sur une terrasse ensoleillée.





Nos découvertes furent encore nombreuses et il serait trop long de les détaillées toutes ici... Voici donc un petit condensé des quelques « funs facts » pour briller en société.

Et si vous avez encore soif de connaissance, nous vous invitons à venir rencontrer en vrai nos experts à l'unité 3, d'où la vue sur le Léman est imprenable!

Profondeur max.du Léman: 309.7 m

Superficie: 580.1 km2

Longueurs des rives : 200.2 km (France 58km/ 142.2km)

Largeur maximale: 13.8 km (entre Morges et Amphion)

Temps de traversée

du lac par une goutte d'eau: 11.3 ans

Nombres de plages publiques : 121





# Bienvenue aux nouveaux résidents

- Madame Françoise PRADERVAND, le 6 mars, site Bugnon
- Monsieur Benedetto ARTIZZU, le 15 mars, site Bugnon
- Madame Marie-Claire DRAGONETTI, le 24 mars, site Bugnon
- Madame Ginette GUIGNET, le 3 avril, site Bugnon
- Monsieur Behrem BECIROVIC, le 5 avril, site Bugnon
- Monsieur Arnold GIRARD, le 14 avril, site Bugnon
- Madame Hanna LEVKUN, le 15 mai, site Bugnon
- Madame Teresa MATTIOLI, le 25 mars, site Prélaz
- Madame Pierrette VIQUERAT, le 13 avril, site Prélaz
- Madame Nita AL-AMIR MAYOR, le 14 avril, site Prélaz
- Monsieur André THIEROLF, le 18 avril, site Prélaz
- Madame Josiane PEDROLI, le 21 avril, site Prélaz
- Monsieur Bernard LAURENT, le 28 avril, site Prélaz
- Madame Lucy FERRARI, le 1 mai, site Prélaz
- Madame Joëlle MACRON, le 5 mai, site Prélaz
- Madame Maria Angela NATOLI, le 17 mai, site Prélaz
- Madame Giovanna STADLER, le 23 mai, site Prélaz

## Coupon-Réponse «Mot caché»

Solution:	Prénom:
Nom:	rienom.
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 30 juin 2023.