

Jun 2026

N° 43

**Le journal**  
de la Fondation Clémence

**Entour'  
âges**



# Sommaire

Edito "L'air du temps" .....	Page 3
Flash Info .....	Page 4
Quartier du Bugnon .....	Page 6
Douce fraise .....	Page 10
Portrait de Pierrette Blanc .....	Page 12
Poème : Douceur sucrée .....	Page 13
Le saviez-vous ? La vitamine D .....	Page 14
Fleur éternelle .....	Page 16
Ergo : La nature comme parenthèse thérapeutique .....	Page 18
La minute qualité .....	Page 20
Smoothie bien-être .....	Page 21
Le mot mystère.....	Page 22
Drôle d'info et gagnants du mot mystère .....	Page 23
Les sorties au GLLI .....	Page 24
Hommage à ceux qui nous ont quittés.....	Page 26
Atelier Peinture .....	Page 27
Bienvenue aux nouveaux résidents .....	Page 28

# Information d'édition

Vous souhaitez prendre contact avec le comité de rédaction ?

Ecrivez-nous à:

[entourages@fondation-clemence.ch](mailto:entourages@fondation-clemence.ch)



FONDATION  
Clémence

# L'air du temps

Avec l'arrivée des beaux jours, la nature reprend sa place dans notre quotidien. Les jardins se colorent, les marchés se remplissent de produits de saison et les journées s'allongent. Le printemps est d'ailleurs une invitation à renouer avec l'extérieur, à éveiller les sens et à cultiver la curiosité. Ce rythme plus lumineux nous rappelle combien notre environnement influence directement notre santé, notre moral et notre qualité de vie.

Le bien-être ne se résume pas uniquement aux soins ou à l'absence de maladie. Il se construit aussi dans les petites attentions du quotidien, souvent naturelles et accessibles, qui contribuent à maintenir l'équilibre de chacun.

Dans cette édition, vous découvrirez plusieurs articles autour de la santé et du bien-être au naturel : les bienfaits des produits de saison, l'importance de la vitamine D ou encore différentes manières de prendre soin de soi simplement, au fil des habitudes quotidiennes.

Nous espérons que ces pages vous inspireront à profiter pleinement de cette période de renouveau, propice aux rencontres et aux petits plaisirs qui font du bien au corps comme à l'esprit.

*La rédaction du journal Entour'âges*



# Flash-Info

- **Le Site de Prélaz**

- **Le Site du Bugnon**

Les fleurs occupent une place privilégiée sur les différents sites de la Fondation. Leurs propriétés et usages sont variés. Que ce soit pour embellir les tables ou les balcons, pour créer des produits de beauté ou d'hygiène, ou encore pour les intégrer dans des plats afin d'en rehausser les saveurs.

Nous nous efforçons de tirer parti de ces différentes utilisations pour infuser une touche de nature dans notre quotidien, en impliquant les résidents dans le choix des fleurs et les créations que nous en réalisons.



# Flash-Info

- **CAT L'Etoile : Journée dégustation**

Des bénéficiaires du CAT se sont rendus à AORIS pour une dégustation de mets, organisée par les apprentis de première année. Entre le crumble aux fraises, les tortillas et les croissants au saumon, ils ont eu l'occasion de savourer une variété de saveurs délicieuses.



- **CAT Les Orangers : L'exposition de Mme Mermod**

Durant le mois de mai, nous avons visité l'exposition de Mme Mermod Mireille. En tant que bénéficiaire du CAT, elle est également locataire des logements protégés de Béthanie. C'est dans l'espace d'accueil de ce lieu que l'exposition est présentée depuis avril jusqu'en août. Cette visite a été une occasion pour nous de redécouvrir ses tableaux, dont le style affirmé reflète une sensibilité artistique unique.



# Quartier du Bugnon

Située sur les hauteurs du centre de Lausanne, la rue du Bugnon illustre à elle seule une part significative de l'évolution urbaine et sociale de la ville. Aujourd'hui reconnue pour son important pôle hospitalier et universitaire, elle était autrefois une zone périphérique parsemée de jardins, de vignes et de propriétés verdoyantes surplombant la ville et le Léman.

Jusqu'au 19<sup>e</sup> siècle, le quartier du Bugnon, parfois désigné comme Champ-de-l'Air, est célèbre pour son ambiance paisible et son air jugé particulièrement pur. Cependant, ce caractère va profondément changer avec l'édification de l'Hôpital cantonal vaudois. Inauguré en 1883, ce premier grand établissement hospitalier marque un tournant décisif dans l'histoire du quartier. Rapidement, l'hôpital se transforme également en un centre universitaire lié à l'enseignement médical.



*Hôpital du chuv 1900-1909  
Editions Burgy, Lausanne*



*Carte postale écrite, datée du 27.06.1947  
Perrochet, Lausanne*

Autour de cet établissement, le paysage évolue progressivement au début du 20<sup>e</sup> siècle. Les anciens jardins potagers, bosquets et vignobles laissent place à des immeubles d'habitation, des bâtiments administratifs et des infrastructures médicales. Le quartier devient un lieu dynamique où cohabitent habitants, étudiants, médecins et chercheurs.

Dans les années 1930, le secteur continue de se transformer avec la reconfiguration du quartier voisin du « Pécros », situé entre le Bugnon et Béthusy. Entre 1930 et 1939, plusieurs ensembles résidentiels modernes remplacent progressivement les anciens ateliers et baraquements datant du 19e siècle. Cette période marque une densification urbaine importante dans le haut de Lausanne, accompagnant ainsi l'expansion de la ville vers le nord.

Au fil du 20e siècle, le quartier du Bugnon devient l'un des principaux centres médicaux de Suisse romande. L'évolution du CHUV, officiellement créé en 1982, entraîne d'importants travaux d'agrandissement et de modernisation des infrastructures hospitalières.

L'arrivée du métro M2 en 2008 est une nouvelle étape dans le développement du quartier. La station CHUV, améliore l'accessibilité de la zone et renforce son rôle de lien entre le centre-ville et les hauteurs de Lausanne. Parallèlement, le quartier connaît une importante modernisation urbaine entre 2007 et 2020, avec plusieurs projets immobiliers de grande envergure.



lausanneretro.ch

Ces dernières années, le Bugnon continue de se transformer avec l'un des plus grands chantiers hospitaliers récents du canton : le nouvel Hôpital des enfants du CHUV. Inauguré en mai 2025 après plusieurs années de travaux débutés en 2019, ce bâtiment regroupe désormais les principales activités pédiatriques du CHUV.

Le quartier du Bugnon témoigne également de l'histoire d'importantes institutions médico-sociales. Parmi elles, la Fondation Mont-Calme, fondée en 1980 par René Burnet, ouvre son EMS au 15 de la rue du Bugnon en 1983. En 2022, la Fondation Mont-Calme fusionne avec la Fondation Clémence. L'ancien bâtiment a depuis été démoli pour permettre la construction du futur deuxième site de long séjour de la Fondation Clémence, dont l'ouverture est prévue en 2027.



Ancien bâtiment  
construit en 1980

Cratère bâtiment  
détruit en 2023



Futur bâtiment  
ouverture en 2027



Du calme des anciens vignobles aux grues qui redessinent aujourd'hui le paysage lausannois, ce quartier illustre plus d'un siècle de transformations urbaines. Chaque époque y a laissé son empreinte : des premiers hôpitaux, des quartiers ouvriers, des étudiants, des institutions sociales, et désormais des grands projets du 21e siècle.

Plus qu'un simple quartier hospitalier, le Bugnon est devenu un véritable symbole du Lausanne moderne, en constante évolution.



Les façades du futur bâtiment Bugnon 2027 sont presque terminées. Si vous vous promenez dans le quartier, vous pourrez déjà apercevoir une partie de la structure, les échafaudages ayant été retirés.

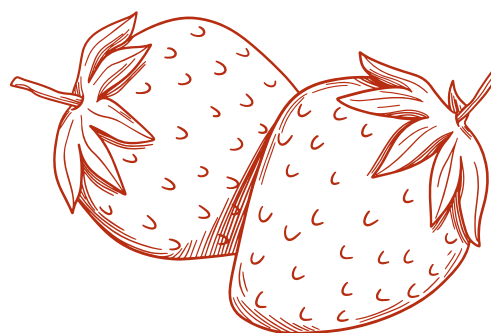
# Douce fraise



La fraise revient chaque année dans nos marchés. Dès les premiers beaux jours, elle réapparaît sur les étals, dans les jardins et au détour des chemins, vêtue de son rouge éclatant et de son parfum délicat. Et aussitôt, les souvenirs remontent : une tarte préparée avec les grands-parents, des doigts tachés de jus après une cueillette improvisée, ou ce dessert partagé à la fin d'un repas d'été. Il faut dire que la fraise possède un talent rare : celui de mettre tout le monde d'accord. Les enfants l'aiment pour son goût sucré et les adultes pour les souvenirs qu'elle réveille.

Mais derrière son allure de petit plaisir innocent, la fraise cache aussi de véritables qualités nutritionnelles. Peu calorique, elle est naturellement riche en vitamines et en minéraux. Elle contient notamment de la vitamine C, précieuse pour lutter contre la fatigue et soutenir le système immunitaire, ainsi que des fibres qui participent au bon fonctionnement du transit intestinal. Elle apporte également de la vitamine B9 et du manganèse, utiles à plusieurs fonctions essentielles de l'organisme.

Et ce n'est pas tout. Sa belle couleur rouge, celle qui attire l'œil avant même la première bouchée, provient de substances naturelles appelées anthocyanines et flavonoïdes. Depuis longtemps, les scientifiques s'intéressent à ces composés reconnus pour leurs propriétés antioxydantes et anti-inflammatoires. En d'autres termes, la fraise n'est pas seulement jolie et gourmande : elle prend aussi soin de nous avec une discrétion très élégante.



Pourtant, les fraises que nous dégustons aujourd'hui n'ont pas toujours ressemblé à celles qui garnissent nos étals. Dans l'Antiquité déjà, on consommait des fraises sauvages, petites et parfumées, bien loin des variétés généreuses que nous connaissons actuellement. La fraise moderne est née au 18e siècle, grâce au croisement de différentes variétés venues d'Europe et d'Amérique.

Peu à peu, la culture de la fraise s'est développée dans de nombreux pays, dont la Suisse. Chez nous, elle a particulièrement pris son essor au 20e siècle. En Suisse, la saison débute généralement en avril et se poursuit jusqu'en juin. Aujourd'hui encore, plusieurs régions suisses sont réputées pour la qualité de leurs fraises. Les producteurs locaux sont très appréciés, notamment parce que les fruits peuvent être récoltés à maturité et vendus rapidement, conservant ainsi toute leur saveur.

Au fond, la fraise fait partie de ces plaisirs simples qui traversent le temps sans perdre leur magie. Elle apporte de la couleur sur les tables, un parfum d'été dans les cuisines et, souvent, une petite madeleine de Proust à ceux qui la dégustent. Car derrière chaque fraise se cache un souvenir : un jardin, une recette transmise ou un après-midi ensoleillé. Et c'est peut-être cela, son plus beau secret.



# Portrait de Pierrette Blanc



Née le 29 mars 1934 à Paris, en France, Pierrette Blanc grandit dans le 12<sup>e</sup> arrondissement, un quartier paisible particulièrement apprécié pour ses espaces verts. Fille unique, elle est issue d'une mère française et d'un père suisse, ce qui l'amènera à voyager fréquemment entre les deux pays.

« La vie est un roman, mais la réalité est dure », confie Mme Blanc-Besson Pierrette, ancienne chroniqueuse judiciaire. Après avoir terminé des études de droit aux universités de Lausanne et de Paris, elle s'est intéressée à « la manière dont la société règle ses comptes ». Le droit l'a toujours passionnée, même si elle envisageait au départ une carrière dans la danse. Cependant, son physique ne lui a pas permis de poursuivre dans cette voie.

Elle affirme néanmoins que travailler dans les tribunaux est passionnant. Le souvenir le plus marquant de sa carrière reste celui de ses débuts dans la profession, avec l'affaire Jaccoud, qui s'est déroulée entre 1958 et 1960. Cette affaire a représenté pour elle un premier pas dans un univers exigeant une grande solidité morale. Malgré tout, elle demeure une grande passionnée des affaires criminelles.

# Poème : Douceur sucrée

*Par l'anonymay de Clémence (2026)*

“

Dans l'aube nouvelle de ce jour de printemps,  
Le jardin s'éveille doucement.  
Il cache entre ses rangs de doux fruits sucrés  
Des trésors parfumés.

Cachée sous ses grandes feuilles vertes,  
La fraise rougit en secret ;  
Le soleil tendre la caresse  
Jusqu'aux derniers jours du printemps.

Son parfum flotte entre les feuilles,  
Comme une promesse que le vent recueille.

Et lorsqu'enfin entre nos doigts  
On la cueille avec tant d'émoi,  
C'est un petit bonheur sucré,  
Un goût de soleil à croquer.

Sa chair tendre, douce et légère  
Fait chanter le cœur de la terre.  
Rouge rubis, trésor gourmand,  
Elle fait rire les enfants.

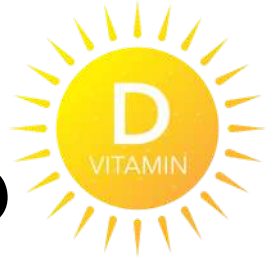
Et chaque fraise dans le panier  
Ressemble à un baiser d'été.



”



# Le saviez-vous ? La vitamine D



Le soleil ne sert pas seulement à éclairer nos journées. Il aide aussi notre corps à fabriquer une vitamine très importante : la vitamine D. Cette vitamine est souvent appelée “la vitamine du soleil”, car notre peau la produit quand elle reçoit la lumière du soleil.

Elle est essentielle pour rester en bonne santé. Elle aide les os à être solides, protège les dents, et soutient le corps pour mieux se défendre contre les maladies. Elle peut aussi jouer un rôle sur l'énergie et le moral. Quand on manque de vitamine D, on peut se sentir plus fatigué ou moins en forme, surtout en hiver.

La vitamine D aide le corps à bien utiliser le calcium, un élément qui rend les os solides. Sans elle, les os peuvent devenir plus fragiles. Elle aide aussi le système immunitaire, c'est-à-dire la défense naturelle du corps contre les virus et les infections.

Certaines personnes disent aussi se sentir plus tristes ou plus fatiguées quand elles manquent de soleil. Cela peut être lié à un manque de vitamine D. En général, une exposition de 10 à 20 minutes par jour suffit en été ou au printemps pour aider le corps à fabriquer de la vitamine D et soutenir le moral. C'est un petit geste facile, mais très utile pour la santé au quotidien. Il suffit d'exposer le visage, les bras ou les mains. Pas besoin de rester longtemps ni de bronzer. Le plus important est la régularité.

## 5 sources principales pour absorber de la vitamine D

- Le soleil : environ 20 minutes d'exposition par jour
- Les poissons gras : le saumon, le maquereau, la sardine ou le hareng
- L'huile de foie de morue : l'aliment le plus concentré en vitamine D
- Les œufs : Le jaune d'œuf est une très bonne source
- Les produits laitiers et aliments enrichis

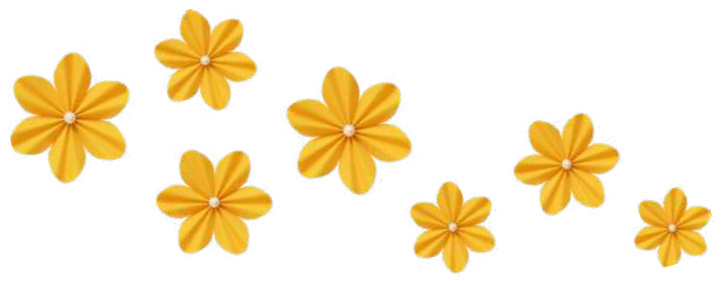
Petits conseils simples : Sortir un peu chaque jour aide déjà beaucoup. Une petite marche, s'asseoir dehors, ou simplement marcher pour faire une course peut suffire. Le soleil est plus utile quand il est plus haut dans le ciel, souvent entre 12h et 16h, sauf l'été où là il est trop chaud.

On peut aussi manger certains aliments qui aident le corps, comme les poissons gras, les œufs ou des produits enrichis. Et si on reste longtemps dehors, il faut penser à protéger sa peau pour éviter les coups de soleil.

Le soleil est bon pour la santé, mais trop de soleil peut abîmer la peau. Il faut donc trouver un juste milieu : en profiter un peu chaque jour, sans excès. L'idée n'est pas de rester longtemps au soleil, mais de l'utiliser comme une aide naturelle pour le corps.



# Fleur éternelle



Au CAT Les Palmiers, l'atelier de création de fleurs en tissu fait partie des activités mises en place pour stimuler les capacités des bénéficiaires tout en leur proposant un moment d'expression personnelle. À travers la confection de fleurs et de compositions décoratives, les participants travaillent la précision des gestes, la coordination et la concentration, dans une activité accessible et adaptée au rythme de chacun.

Le travail des tissus, le choix des couleurs et l'assemblage des différentes pièces sollicitent la motricité fine et les sens. Manipuler, plier, couper ou assembler les matières permet de maintenir certains automatismes tout en encourageant la créativité. Chaque participant réalise des fleurs différentes, selon ses envies, ses idées ou ses souvenirs.

Cet atelier apporte également une forme de satisfaction personnelle. Voir une création prendre forme progressivement, puis la finaliser, permet de valoriser les capacités de chacun. Certaines réalisations rappellent des souvenirs liés aux jardins ou à des moments marquants de la vie quotidienne.

Au-delà de l'aspect créatif, cette activité peut aussi avoir un effet apaisant. Les gestes répétitifs, l'attention portée aux détails et le temps consacré à la réalisation favorisent une forme de concentration calme, proche d'un effet méditatif. Pour plusieurs participants, cet atelier permet de diminuer le stress ou l'anxiété et d'apporter un moment de détente dans la journée.



Les photos illustrent bien l'investissement des participants dans cette activité. Au fil des séances, les fleurs réalisées individuellement deviennent parfois des compositions plus importantes, construites collectivement, comme cette grande structure fleurie élaborée avec patience et imagination.

L'atelier permet aussi de maintenir des échanges entre les bénéficiaires. Pendant la réalisation, les participants discutent, s'observent, se conseillent ou commentent les créations en cours. Ces interactions simples donnent du rythme à l'activité et participent à maintenir une dynamique au sein du groupe.

Pour l'équipe du CAT Les Palmiers, cet atelier est également un moyen d'adapter les activités aux capacités physiques et cognitives de chacun. Les techniques, le matériel et le niveau de difficulté peuvent être ajustés afin que chaque personne puisse participer dans de bonnes conditions. Au final, ces créations en tissu représentent bien plus qu'un objet décoratif. Elles témoignent du travail réalisé, de l'implication des participants et de leur capacité à continuer à créer, imaginer et réaliser des projets ensemble.



# Ergo : La nature comme parenthèse thérapeutique

Une balade en forêt, un moment au contact de la nature, une pause pour se ressourcer : des gestes simples en apparence, mais qui procurent de nombreux bienfaits souvent insoupçonnés. Dans un quotidien rythmé par les écrans et les sollicitations permanentes, ces instants en plein air offrent un véritable retour à l'essentiel.

Premier avantage : l'absence totale de pression. En forêt, il n'y a aucun objectif de performance à atteindre. On marche pour le plaisir, à son rythme, sans attente particulière. Le simple fait de porter son regard au loin permet également aux yeux de se reposer, loin des écrans omniprésents dans la vie quotidienne.

Les effets positifs se ressentent aussi sur le plan mental et émotionnel. Marcher aide à clarifier ses pensées et à remettre de l'ordre dans ses idées. La lumière naturelle favorise une meilleure humeur, tandis que le calme de la nature réduit les sollicitations extérieures, apaise le mental et contribue à diminuer le stress. Le corps bénéficie lui aussi de cette activité douce.

Outre les bienfaits au niveau de l'équilibre, la marche stimule le cœur, les muscles et la circulation sanguine. L'exposition à la lumière du jour, combinée à l'exercice physique, aide à réguler le rythme biologique et améliore ainsi la qualité du sommeil. Sur le plan cognitif, la nature agit comme une pause pour le cerveau. L'esprit, plus libre de vagabonder, laisse davantage de place à la créativité. Après une promenade, beaucoup constatent également une meilleure concentration, favorisée par un état d'esprit plus calme et apaisé.



Enfin, ces moments en pleine nature procurent souvent un sentiment de reconnexion avec soi-même. Ils invitent à ralentir, à revenir à une certaine simplicité et à recharger ses « batteries » émotionnelles.

En ergothérapie, ces moments passés en nature rappellent l'importance des activités simples et significatives dans le maintien de la santé et du bien-être. La balade en forêt n'est pas seulement un loisir : elle constitue une activité complète, mobilisant à la fois le corps, les capacités cognitives et l'équilibre émotionnel.

Accessible à de nombreuses personnes et adaptable selon les besoins de chacun, elle peut contribuer à réduire le stress, favoriser l'indépendance, soutenir les capacités physiques et offrir un espace de récupération mentale. Il est donc à noter que si la personne est en fauteuil roulant, la balade permet tout de même d'apporter de nombreux bienfaits. Intégrer davantage de temps en nature dans le quotidien apparaît ainsi comme une ressource précieuse pour préserver l'équilibre de vie et encourager une meilleure qualité de vie globale.



# La minute qualité

## Fonctionnement du compte de dépôt : Le cas de Monsieur Clémence



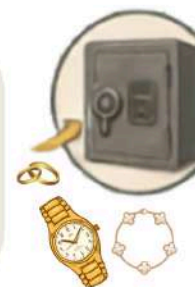
Monsieur Clémence vient d'arriver à la Fondation.



**1** Il dépose son argent liquide et ses objets de valeur auprès de la réception.

La valeur maximale des biens physiques déposés ne peut pas excéder 1000 CHF.

Le montant maximal de dépôt de cash ne peut pas excéder 1000 CHF.



**2** Il bénéficie des prestations proposées, dont les montants seront directement débités de son compte de dépôt.



Consommations à la cafétéria



Produits d'hygiène à disposition



Sortie restaurant/visites

Si le solde n'est pas suffisant...

Les consommations de Monsieur Clémence lui seront facturées à la fin du mois.



C'est simple : au sein de la Fondation vous n'avez pas besoin d'argent liquide.

**RÉCEPTION**  
Ouvert du  
lundi au  
vendredi  
8h15 à 12h  
13h15 à 17h



**3** Il peut retirer de l'argent et ses objets de valeur, vérifier le solde de son compte auprès de la réception si besoin.

# Smoothie bien-être



Très populaires depuis plusieurs années, les smoothies apportent vitamines, fraîcheur et énergie. Grâce aux fruits et légumes qu'ils contiennent, ils peuvent avoir des effets bénéfiques sur l'organisme : hydratation, apport en fibres, soutien du système immunitaire ou encore effet anti-inflammatoire.

Cependant, même naturels, les smoothies peuvent être riches en sucre lorsqu'ils sont consommés en trop grande quantité. Il est donc conseillé de les savourer avec modération au cours de la journée. Un smoothie ne remplace pas un repas complet et équilibré, mais il peut contribuer à l'apport en fibres, vitamines et hydratation.

## **Recette de smoothie anti-inflammatoire :**

**1 banane et 1 carotte**

**Le jus d'un demi-citron jaune**

**1/2 cuillère à café de curcuma en poudre**

**Une pincée de poivre (pour favoriser l'action du curcuma)**

**1/2 cuillère à café de gingembre frais râpé**

**150 ml d'eau, d'eau de coco ou de lait végétal**

**Quelques glaçons pour plus de fraîcheur**

Le curcuma est reconnu pour ses propriétés anti-inflammatoires, notamment pour les douleurs articulaires. Le gingembre a un effet thermogénique qui donne un "coup de fouet" naturel. La carotte, riche en bêta-carotène et en vitamine A, contribue à la santé de la peau et possède des propriétés antioxydantes. Quant à la banane, elle apporte du potassium et des fibres solubles bénéfiques pour l'organisme.



# Le mot mystère : Juin



*Aidé des définitions et des articles du journal Entour'âges, retrouvez chaque mot dont le nombre de lettres est identique au nombre de cases disponibles. Puis reformez le mot mystère à l'aide des lettres dans chaque cercle.*

La nourriture l'apporte au corps pour fonctionner :

□ □ □ □ ○ □ □

Pierre Perret fit une chanson de ce fruit:

□ □ □ ○ □ □

L'écosystème qui nous entoure et favorise la détente :

○ □ □ □ □ □

Poisson gras à forte teneur en vitamine D :

□ □ □ □ □ ○

Type de motricité que nous faisons avec les doigts:

□ □ □ ○

Transport rapide qui relie Bugnon/Sallaz :

○ □ □ □ □



Indispensables pour réguler le transit :

□ □ ○ □ □ □

Prénom du poète qui écrit "Le Soleil" en 1857 :

□ □ □ ○ □ □ □

Elle absorbe la vitamine du soleil par exposition :

□ ○ □ □



**Mot mystère**

Racine qui apporte "un coup de fouet" à l'organisme

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

➔ Vous avez la réponse ? Participez au concours à la page 28 ➔

ha ha  
ha ha

## Drôle d'info : Rire pour la santé

Le rire n'est pas seulement une réaction amusante : c'est aussi un véritable outil de bien-être pour le corps et l'esprit. Selon Mayo Clinic, un bon fou rire stimule le cœur, active la respiration et fait travailler plusieurs muscles. Le cerveau libère également des endorphines, souvent appelées "hormones du bonheur".

Après cette phase d'activation, le corps entre dans un état de relaxation qui aide à réduire le stress et les tensions musculaires. Certaines études montrent même que rire intensément pendant 10 à 15 minutes par jour augmente légèrement la dépense énergétique, jusqu'à brûler quelques calories. Bien sûr, cela ne remplace pas une séance de sport.

Les chercheurs soulignent aussi que rire avec d'autres personnes amplifie les bénéfices sur l'humeur et le bien-être. Partager un fou rire entre amis devient alors une agréable façon de prendre soin de sa santé.

## Résultat du concours du mot mystère



Le mot mystère de l'édition de mai était : **AIGUILLON**.  
Le nombre exact d'abeilles figurant sur les pages était de : **35**.

Félicitations aux gagnants de ce numéro de mai qui ont réussi à trouver  
les deux bonnes réponses :

• ————— •

**Madame Raymonde CASTELLA du CAT l'Etoile**

et

**L'équipe des résidents de l'UP4**

• ————— •



# Les sorties au GLLI

Chaleur, ciel bleu, grillades et bord du lac... voilà des ingrédients qui annoncent de beaux moments à partager. Avec le retour des beaux jours, l'envie de sortir et de profiter de notre belle région se fait naturellement sentir.

Comme chaque année, les unités de long séjour et les CAT se relaient pour profiter du pavillon situé au bord du lac, à Vidy. Ce lieu emblématique, affectueusement surnommé le GLLI, est mis à disposition de la Fondation Clémence par l'association Groupe du Lac et des Loisirs pour Invalides.

Ce petit coin de paradis offre un vaste jardin où il fait bon se détendre au soleil, une terrasse couverte pour savourer un repas en plein air, ainsi qu'un terrain de pétanque propice aux compétitions amicales et aux éclats de rire. Et surtout, l'accès direct au port de Vidy permet de flâner le long des quais, au rythme du vent et des reflets du lac.

Même lorsque le ciel se fait plus gris, ce lieu garde tout son charme. Son intérieur chaleureux accueille confortablement les grands groupes pour partager des instants simples et précieux.



Autour de grillades, d'un apéritif partagé ou même d'une bonne fondue, ces instants passés au bord de l'eau nous rappellent quelque chose d'essentiel. Dans un quotidien parfois rythmé par les rendez-vous, les soins et les préoccupations, il est précieux de pouvoir simplement s'arrêter un moment.

Prendre le temps de regarder le lac, sentir la chaleur du soleil sur son visage, écouter les rires autour d'une table ou partager une promenade tranquille... Ces petits moments de détente, vécus ensemble dans un cadre accueillant et apaisant, font souvent beaucoup de bien au moral.

On oublie parfois que le bien-être se nourrit aussi de simplicité : d'une présence, d'une conversation, d'un repas partagé ou d'un instant de calme. Il faut savoir prendre le temps de prendre du temps. Car dans ces parenthèses de douceur se cachent souvent de précieux instants de sérénité, qui nous rappellent combien il est important de profiter du moment présent et des personnes qui nous entourent.

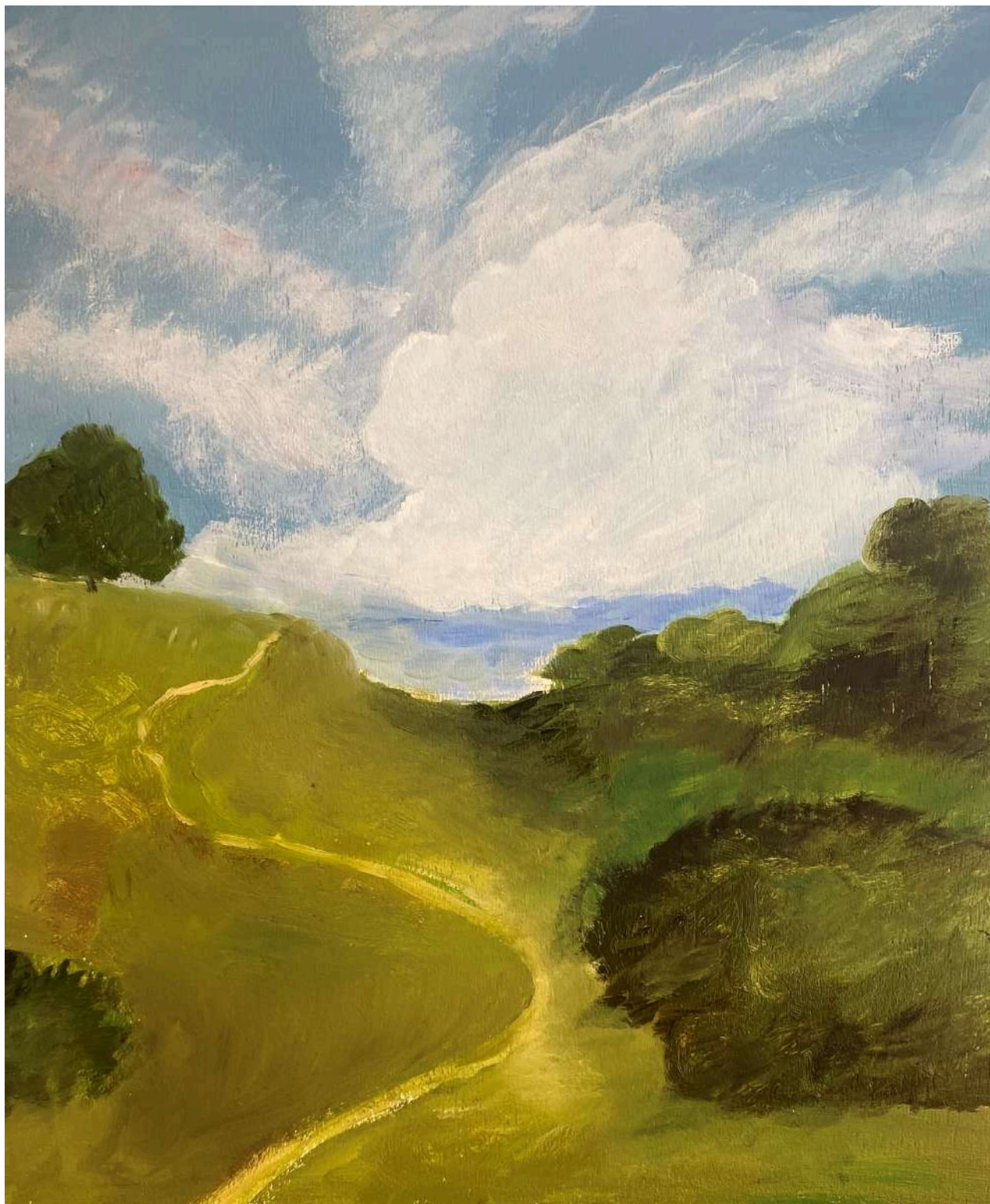


# Hommage à ceux qui nous ont quittés en mai



- Madame DELALOYE-ROMAINE Joséphine , décédée le 4 mai, site du Bugnon
- Madame TAUX-JAN Michelle, décédée le 4 mai, CAT les Palmiers
- Monsieur BARBAZ Philippe, décédé le 6 mai, site du Bugnon
- Madame JAN Annette, décédée le 7 mai , site de Prélaz
- Madame BORLOZ Eliane, décédée le 12 mai, site de Prélaz
- Madame PERRETEN Fleurange, décédée le 25 mai, CAT l'Etoile
- Monsieur MOILLE Didier, décédé le 26 mai, site de Prélaz

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



**“Val paisible”**

Oeuvre réalisée à l'atelier peinture de la Fondation Clémence  
au CAT les Orangers par **Madame Henriette Saugy**,  
Peinture à l'huile sur toile, 32x27 cm

# Bienvenue aux nouveaux résidents

- Madame CIUREA Liliana, le 4 mai, sur le site du Bugnon
- Madame VUISSOZ PERNOUX Liliane, le 5 mai, sur le site du Bugnon
- Madame GRUBOR Geneviève, le 15 mai, sur le site de Prélaz
- Madame KOEHN Perla, le 15 mai, sur le site du Bugnon
- Monsieur HLADCHENKO Viktor, le 21 mai, sur le site de Prélaz
- Madame CHARMILLOT Adriana, le 21 mai, sur le site du Bugnon
- Madame ROSSI Elsa, le 29 mai, sur le site de Prélaz



## Coupon-réponse mot mystère

Solution: \_\_\_\_\_

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom: \_\_\_\_\_

Lien avec la Fondation:  Résident / Bénéficiaire  
 Collaborateur  
 Autre: \_\_\_\_\_

Si "Autre", moyen de contact : \_\_\_\_\_

Merci de déposer votre réponse dans l'urne prévue à cet effet aux  
réceptions de la Fondation ou aux CAT avant le 24 juin