

Juillet 2026

N°44

Le journal
de la Fondation Clémence

**Entour'
âges**



Sommaire

Edito "L'air du temps"	Page 3
Flash Info	Page 4
Quartier de l'avenue d'Echallens	Page 6
Passion nature et montagnes	Page 10
Portrait de Madame Bron	Page 12
Poème : Dans la chaleur de l'été	Page 13
Le saviez-vous ? Mondial	Page 14
Prendre soin, autrement	Page 16
La minute qualité	Page 19
Ergo : trouver le juste équilibre	Page 20
Le mot mystère.....	Page 22
Drôle d'info et gagnants du mot mystère	Page 23
Les résidents à Clémence	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



FONDATION
Clémence

L'air du temps



L'été a cette façon bien à lui de transformer le quotidien. Il ralentit les gestes, allonge les journées, invite à chercher l'ombre, la fraîcheur, la douceur d'un moment partagé.

À la Fondation, il apporte avec lui des plaisirs simples et précieux : une boisson fraîche sur une terrasse, une sortie au bord de l'eau, un fruit de saison, un temps d'animation, une conversation qui s'étire un peu plus longtemps au fil de la lumière.

Mais cette saison nous demande aussi une attention particulière. Quand les températures grimpent, il faut penser autrement le rythme des journées, veiller à l'hydratation, adapter les activités, protéger sans isoler. C'est tout l'enjeu de l'accompagnement estival : permettre à chacun de profiter de ce que l'été offre de plus beau, tout en prenant soin des fragilités qu'il peut révéler.

Au fil de ces pages, vous découvrirez justement un été fait de vie, de lien et d'attention. Un été qui passe par la mémoire d'un quartier, la beauté des paysages, l'enthousiasme d'un match regardé ensemble, la créativité d'un atelier, ou encore les gestes précis de celles et ceux qui accompagnent au quotidien. Autant de façons de dire qu'ici, le soin ne se résume jamais qu'à protéger : il consiste aussi à rendre possible, à soutenir, à ouvrir, à faire place à la joie.

Car l'air du temps, à la Fondation Clémence, c'est peut-être cela : une saison qui nous rappelle qu'il faut à la fois veiller, écouter, ajuster... et continuer à vivre pleinement. Faire de l'été non pas une parenthèse à subir, mais un temps à habiter ensemble, avec douceur, attention et humanité.

La rédaction du journal Entour'âges

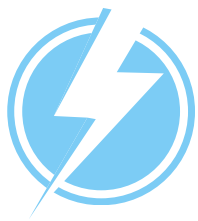


- Le Site de Prélaz

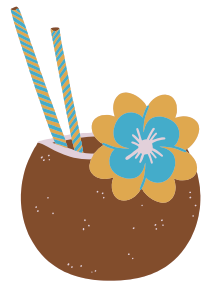
- Le Site du Bugnon



Il n'est pas nécessaire qu'une sortie soit exceptionnelle pour avoir de la valeur. S'organiser pour que les résidents vivent des instants de découverte, de partage et de lien avec le monde animalier constitue l'une des richesses de ce type de sortie. La rencontre avec les animaux éveille les émotions, fait naître les sourires et ravive parfois de tendres souvenirs.



Flash-Info



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

Nous avons organisé avec les bénéficiaires une journée sport et dégustation de mocktails faits maison. Après une partie de badminton, les bénéficiaires ont choisi un mocktail parmi les suivants: fruit de la passion, framboise mojito, Piña Colada et mojito, afin de se rafraichir.



- **CAT Les Palmiers : Fête de la musique**

Le jeudi 18 juin, nous avons célébré la Fête de la musique. À cette occasion, nous avons accueilli deux danseuses qui nous ont fait découvrir des danses du monde. La fête s'est ensuite poursuivie avec la participation des bénéficiaires, qui ont beaucoup apprécié les danses.



Quartier de l'avenue d'Echallens

Quand on traverse aujourd'hui le quartier de Valency ou que l'on remonte l'avenue d'Echallens, on découvre un morceau de Lausanne vivant, dense et familier. Entre le parc, les immeubles, les commerces, les écoles et les allées et venues du quotidien, il est facile d'oublier qu'ici, il y a encore un peu plus d'un siècle, le paysage avait tout d'une lisière de ville. Car avant d'être ce quartier urbain animé, Valency fut longtemps un espace de campagne situé aux portes de Lausanne.

Jusqu'au 19^e siècle, le secteur de Valency se trouve à la périphérie occidentale de la ville, alors concentrée autour de ses quartiers historiques, comme la Cité, le Bourg ou Saint-François. On y trouve des domaines agricoles, des vergers, des vignes et de grandes propriétés bourgeoises appelées « campagnes ». Le nom de Valency vient justement de l'un de ces anciens domaines. Le château de Valency, toujours visible aujourd'hui en contrebas du parc, en est l'un des derniers témoins.

Au 19^e siècle, Lausanne grandit rapidement sous l'effet de l'industrialisation et de l'essor démographique. La ville déborde et les secteurs périphériques se transforment. Les terrains sont lotis, les constructions et les nouveaux quartiers prennent forme.

Dans cette évolution, l'arrivée du train Lausanne - Echallens - Bercher, le LEB, joue un rôle décisif. Inaugurée en 1873, cette ligne relie Lausanne à son arrière-pays agricole, le Gros-de-Vaud, et accompagne ainsi durablement l'urbanisation du secteur.

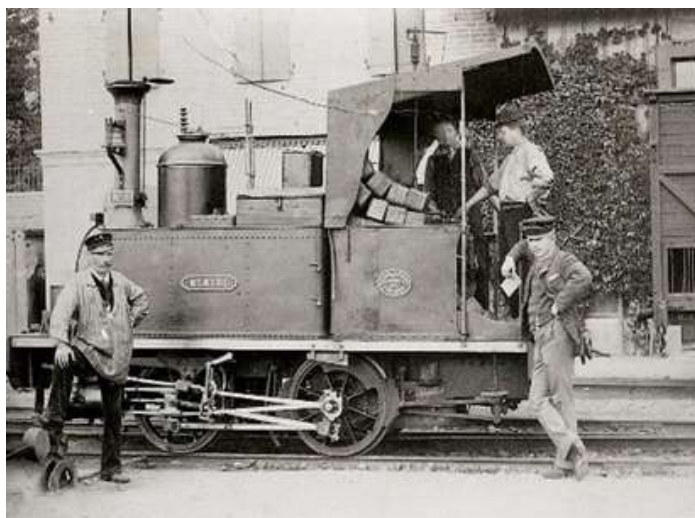


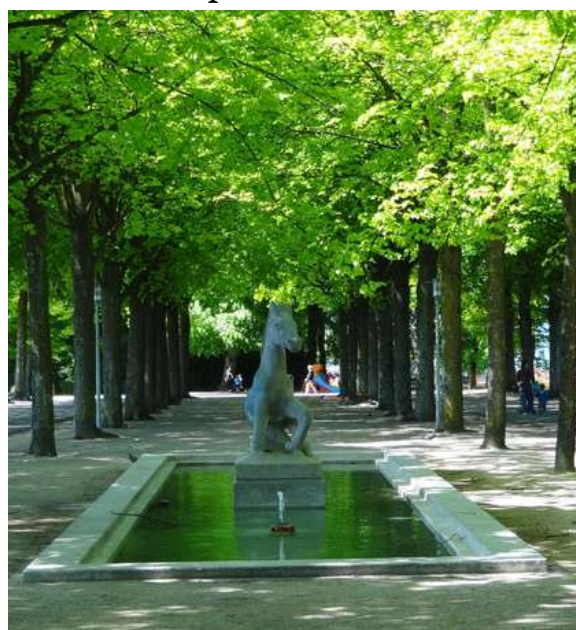
Photo historique du 05.11.1873

leb.ch/150-ans-histoire/

L'avenue d'Echallens, bien avant le train, constitue déjà un axe important. Elle suit l'ancienne route reliant Lausanne au Gros-de-Vaud et à la localité d'Echallens. Pendant des siècles, elle sert de voie de passage pour les habitants, les voyageurs et les marchandises venant du nord du canton. Avec l'arrivée du LEB, son rôle se renforce encore. Sur une partie de son parcours lausannois, le train circule directement dans la rue, au milieu de la vie quotidienne. Pendant plus d'un siècle, habitants, piétons, voitures et train se partagent ainsi l'avenue. Cette configuration, rare en Suisse, marque profondément l'identité du quartier. Le LEB, surnommé « la Brouette », devient un repère familier et un élément fort de la mémoire locale.

Au 20^e siècle, Valency et le secteur de Maupas poursuivent leur urbanisation. Les anciens terrains agricoles laissent place à des immeubles locatifs, à des équipements publics, à des écoles et à des commerces de proximité. Le quartier devient un lieu de vie populaire, puis multiculturel, façonné au fil du temps par différentes vagues migratoires. Cette diversité se lit encore aujourd'hui dans les commerces, les restaurants, les langues et les visages qui animent l'avenue d'Echallens. C'est aussi ce qui donne au quartier son caractère chaleureux et vivant.

Au cœur de cette évolution, le parc de Valency occupe une place particulière. Héritier de l'ancien domaine privé, il est devenu un lieu de promenade, de détente et de rencontre publique dès 1932. Il rappelle à la fois le passé du quartier et sa transformation en un espace partagé, ouvert à toutes et tous.



La fontaine Le Poulain réalisée en 1942 par Pierre Blanc.

C'est dans ce cadre qu'en 2019, le CAT L'Étoile de la Fondation Clémence ouvre ses portes au 126 de l'avenue d'Echallens. Son nom rend hommage à l'immeuble qui l'abrite, appelé « l'Étoile du Berger ». Dans un quartier où les générations se croisent, où les liens de voisinage gardent toute leur importance et où la vie locale se construit au fil des rencontres, le CAT a rapidement trouvé sa place. Il s'inscrit pleinement dans l'esprit du quartier, en y apportant à son tour une présence, un accompagnement et un lieu de vie.



L'histoire récente de Valency est marquée par un changement majeur : l'enfouissement du LEB. Après avoir façonné l'avenue pendant près de 150 ans, le train quitte progressivement la surface. Les travaux du tunnel entre Chauderon et Union-Prilly débutent en 2017, le dernier train circule en surface sur l'avenue d'Echallens le 24 septembre 2021, et le nouveau tunnel est inauguré en 2022. Avec la disparition des voies ferrées en surface, l'avenue entre dans une nouvelle phase de son histoire.



10 février 1899, ouverture de la ligne de Prilly des Tramways (TL), du tronçon Chauderon-Montétan



24 septembre 2021, Dernier jour d'exploitation du tronçon en surface de l'avenue d'Echallens.

L'objectif est désormais de faire de l'avenue d'Echallens un espace plus agréable à vivre, plus vert, plus sûr et davantage pensé pour les habitants. Les projets de réaménagement prévoient notamment davantage d'arbres, un meilleur partage de l'espace public et des aménagements favorisant la mobilité douce. Les habitants prennent eux aussi part à cette évolution, notamment à travers l'Association pour l'Avenir de l'Avenue d'Echallens, l'ASAVEC, ou encore les démarches participatives qui accompagnent le réaménagement du quartier.



*Crédit image rendu 3D du quartier d'Echallens : Ville de Lausanne
Les aménagements déjà envisagés entendent largement végétaliser l'espace public pour le rendre à la population.*

L'histoire de Valency et de l'avenue d'Echallens résume en partie celle de Lausanne : une ville qui grandit, se transforme et se réinvente, sans perdre totalement la mémoire de ce qu'elle a été. Ancienne campagne aux portes de la ville, Valency est devenu un quartier urbain dense, multiculturel et profondément vivant. Le LEB a accompagné cette métamorphose pendant près de 150 ans. Son départ vers le tunnel ouvre aujourd'hui un nouveau chapitre, tourné vers la qualité de vie et des espaces publics qui continuent de faire l'âme du quartier.

Passion nature et montagnes

Je suis Jacques Desarzens. Je suis âgé de 64 ans et je vis à Prilly depuis ma naissance. À l'âge de 35 ans, j'ai travaillé à la Migros d'Ecublens pour aiguiser les couteaux de la boucherie. Je suis quelqu'un qui s'adapte facilement et qui a su me débrouiller dans toutes sortes de situations.



Malheureusement, l'usine où je travaillais a fait faillite, me contraignant à chercher un nouvel emploi. Par chance, j'ai découvert une manufacture de production de papier d'impression qui m'a embauché à Lausanne. J'ai appris à créer des clichés pour l'imprimerie, principalement pour les paquets de cigarettes, les boîtes de chocolat et les briques de jus de fruits. J'ai vraiment apprécié d'acquérir de nouvelles connaissances et de développer de nouvelles compétences.

Je travaille actuellement dans un atelier protégé à la Fondation Polyval, où je crée des poyas, qui sont des dessins de montée en alpage. Je fabrique des allumettes à la main à partir de fagots de bois. Nous vendons ces articles aux entreprises orange de Suisse.



Depuis mon adolescence, je nourris une profonde passion pour la nature, les montagnes, les promenades en plein air et l'observation des plantes et des insectes. Lors de mes escapades, je me lance seul avec un itinéraire préétabli. Je me rends souvent dans la région du Valais, notamment à Arolla, Zermatt, Zinal, Chandolin et Saint-Luc. Je capture des paysages à l'aide de mon iPhone, animé par une passion dévorante et une admiration profonde.

Je m'arrête pour prendre des repas et des photos en cours de route. Je pars tous les week-ends toujours motivé à partir découvrir de nouveaux endroits et à faire de nouvelles rencontres.

Avec l'aide précieuse de Giada, apprentie ASE, nous avons créé un diaporama à partir de mes propres clichés, que nous avons ensuite partagé avec les bénéficiaires du CAT l'Étoile. J'ai choisi personnellement des photographies que j'ai faites, que vous pouvez contempler ci-dessous

Rocher de Naye, Montreux



Arolla, Lac Bleu



Portrait de Madame Bron

Je m'appelle Hedwig Klara Bron-Steiner et je suis née le 26 mars 1942 à l'Arène au bord du lac de Zurich dans le canton de Schwyz. Au cours de ma vie, j'ai eu la possibilité d'apprendre plusieurs langues : le suisse allemand, l'allemand, le français et l'anglais. Avant de prendre ma retraite, j'ai travaillé dans une agence de publicité à Zurich, un métier que j'ai très apprécié.



Depuis le 12 septembre 2025, je vis à la Fondation Clémence sur le site du Bugnon où je me sens bien entourée, et avec une très belle vue sur le lac. J'adore jardiner, tricoter et participer aux sorties organisées. Mais c'est le jardinage qui occupe une place importante dans mon quotidien. J'aime prendre soin de mon balcon, y ajouter des fleurs et des décorations afin de le rendre agréable et accueillant.

Je suis également très attachée à ma famille. J'ai une fille ainsi qu'un petit-fils qui occupent une place très importante dans ma vie et que j'aime énormément.

La musique a une place particulière dans ma vie. Mon chanteur préféré est Elvis Presley. J'ai eu la chance d'assister à l'un de ses concerts, un souvenir que je garde précieusement. Son décès m'a beaucoup marquée. J'écoute encore ses chansons avec nostalgie.

Aujourd'hui, je suis heureuse de pouvoir profiter des petites joies du quotidien, de mes loisirs, de mon balcon fleuri et des moments de partage avec les autres résidents et les professionnels qui m'accompagnent.

Poème : Dans la chaleur de l'été

Par l'anonymat de Clémence (2026)

“

L'été tombe du ciel comme une braise lente,
Et la lumière pèse aux épaules du jour ;
Sur les fronts plus ridés, sur les mains plus tremblantes,
Le soleil met parfois trop de feu, trop de lourd.

Alors viennent les voix, les présences fidèles,
Une porte entrouverte, un pas dans le couloir,
Un verre d'eau tendu comme une chose éternelle,
Un linge frais posé comme un morceau de soir.

On parle doucement pour ne pas rompre l'ombre,
On veille à la fraîcheur, au silence, au repos ;
Et l'amour, dans ces soins si modestes en apparence,
Deviend une fontaine au milieu du temps chaud.

Car il suffit parfois d'une main qui s'attarde,
D'un regard plein de paix, d'un simple « je suis là »,
Pour qu'au cœur de l'été, dans sa brûlure ardente,
Un peu de nuit descende et n'abandonne pas.

Et dans la maison chaude où le jour se prolonge,
Un sourire suffit à déplacer le ciel ;
La tendresse a ce don de rendre l'air moins sombre,
D'ouvrir dans la chaleur un passage de miel.

”



Le saviez-vous ? Mondial



La Coupe du monde 2026 est déjà historique !

En ce moment, le ballon rond fait vibrer la planète... et la Fondation aussi ! Entre retransmissions de matchs, moments organisés autour des rencontres et échanges autour des temps forts de la compétition, la Coupe du monde est aussi l'occasion de suivre ensemble un événement international qui rassemble des millions de spectateurs.

Mais saviez-vous que la Coupe du monde 2026 est une édition pas comme les autres ?

C'est en effet la première Coupe du monde de l'histoire organisée dans trois pays à la fois : le Canada, les États-Unis et le Mexique. C'est aussi la première à réunir 48 équipes, contre 32 lors des éditions précédentes. Résultat : davantage de nations représentées, davantage de rencontres... et encore plus d'émotions pour les supporters !

Autre chiffre impressionnant : 104 matchs sont disputés au total au cours de la compétition. De quoi faire durer le plaisir pendant plusieurs semaines et multiplier les surprises, les exploits et les souvenirs.

Au-delà des chiffres, la Coupe du monde reste surtout une formidable occasion de partager des émotions sportives et de suivre ensemble les grandes affiches du tournoi.



À la Fondation, les résidents qui le souhaitent peuvent suivre les matchs retransmis sur place tout au long de la compétition. Pour certaines rencontres, des visionnages sont également organisés autour d'un apéritif ou d'une collation. Ces rendez-vous permettent de se retrouver, de commenter les actions, de réagir aux temps forts du match et de profiter de l'événement suivi dans le monde entier. Ils apportent aussi une animation particulière au quotidien de la maison et offrent un cadre propice aux échanges autour d'un intérêt commun, qu'on soit passionné de football ou simplement curieux de l'ambiance.



Une chose est sûre : la Coupe du monde a ce talent unique de rassembler les générations autour d'une même émotion.



Prendre soin, autrement



Quand l'été s'installe et que les températures grimpent, il apporte avec lui son lot de lumière, de moments dehors, de glaces partagées et de journées qui invitent à ralentir. Mais pour les personnes âgées, la chaleur représente aussi un défi particulier. Le corps régule moins facilement sa température, la sensation de soif peut diminuer, la fatigue arrive plus vite, et le risque de déshydratation ou de malaise augmente. Face à cela, notre rôle est essentiel : protéger, anticiper, adapter... tout en continuant à faire vivre l'été.

À la Fondation, nous avons à cœur de prendre soin des résidents sans pour autant les couper du monde extérieur. Car se protéger de la chaleur ne signifie pas s'enfermer, ni renoncer aux plaisirs de la saison. Cela signifie surtout penser autrement le quotidien, avec des gestes simples, de l'attention, de la créativité... et beaucoup de temps partagés.

Dès les premières heures du jour, l'organisation s'adapte. Le plan canicule guide nos pratiques : les fenêtres sont ouvertes très tôt le matin pour laisser entrer la fraîcheur, puis refermées aux alentours de 10h afin de préserver au mieux les espaces de vie de la chaleur extérieure. Des ventilateurs et des climatiseurs sont mis à disposition dans les étages et les espaces communs pour maintenir une atmosphère plus agréable tout au long de la journée. Ces mesures, discrètes mais essentielles, participent à un environnement plus confortable et sûr pour chacun.



L'hydratation, elle aussi, devient une attention de tous les instants. Boire suffisamment n'est pas toujours évident lorsque la sensation de soif s'atténue avec l'âge. Alors, nous cherchons à faire de ces moments des instants plaisants : des jus de fruits frais, des mocktails colorés, des boissons servies avec soin, parfois une glace partagée en terrasse ou à l'ombre d'un arbre... autant de petites invitations à se rafraîchir tout en se faisant plaisir. Derrière ces gestes se cache un véritable enjeu de santé, mais aussi le souhait de garder intacte la joie des petits bonheurs de l'été.

Et parce que le bien-être ne se limite pas à rester au frais, nous continuons à proposer des sorties adaptées. Oui, même en été, il est possible de sortir avec les résidents à condition de choisir les bons moments et les bons lieux. Les sorties sont pensées dans des endroits ombragés, avec de la nature, l'air y est plus respirable. Ces temps dehors permettent de garder un lien avec la vie qui bouge et la société.

Au cours du mois de juillet, des sorties à la plage et à la piscine viendront également rythmer l'été. Ces moments très attendus offriront à la fois de la fraîcheur, du plaisir et un vrai temps de partage. Ils permettront aux résidents de se rafraîchir, de profiter d'un cadre apaisant, de vivre des expériences estivales comme tout un chacun, mais aussi de maintenir un contact social précieux. Car aller à la plage, sentir l'air du lac, entendre les éclats de rire autour d'un bassin ou simplement profiter d'un moment hors du quotidien, c'est aussi nourrir le moral.



Dans le même esprit, de petites idées simples mais très appréciées ont vu le jour au sein de la Fondation. Des mini-piscines permettent par exemple de tremper les pieds ou les jambes, procurant un soulagement immédiat lors des journées les plus chaudes. Les brumisateurs accompagnent les sorties, tout comme les chapeaux, devenus de fidèles alliés de l'été. Là encore, il ne s'agit pas seulement de prévenir les effets de la chaleur, mais de le faire avec douceur, avec plaisir, et dans un esprit de vacances.

Finalement, prendre soin pendant la canicule, c'est conjuguer vigilance et qualité de vie. C'est savoir observer les signes de fatigue, encourager à boire, aménager les espaces, proposer des alternatives fraîches, tout en continuant à faire vivre des moments de rencontre, de détente et de plaisir. C'est refuser que la chaleur rime avec isolement.

À la Fondation, nous croyons que la prévention peut aussi être joyeuse, créative et profondément humaine. Et que derrière chaque chapeau enfilé, chaque verre d'eau proposé, chaque sortie à l'ombre, chaque glace dégustée ou chaque pied plongé dans l'eau fraîche, il y a bien plus qu'un geste contre la chaleur : il y a une manière de prendre soin, ensemble, de faire de l'été une saison à vivre pleinement.



La minute qualité

Un problème ? Dites-le-nous !

Si vous remarquez un problème ou si une situation ne s'est pas déroulée comme prévu, il est important de nous en parler.

Quelles peuvent être ces situations ?

- vous n'avez pas reçu l'aide demandée
- un matériel ne fonctionne pas correctement
- vous avez constaté une erreur
- une situation vous a mis mal à l'aise ou vous a préoccupé

Comment faire ?

Vous pouvez en parler à un collaborateur ou remplir une déclaration d'événement indésirable. À la Fondation Clémence, des formulaires nommé « Annonce d'événements indésirables » sont disponibles à côté de chaque boîte à suggestions dans nos locaux. Il suffit de remplir le formulaire et de le déposer dans l'une de ces boîtes. Ce formulaire permet de signaler tout problème rencontré à la Fondation.

Pourquoi est-il important de le remplir ?

Chaque déclaration d'événement indésirable nous aide à :

- mieux comprendre les problèmes rencontrés
- trouver des solutions adaptées
- améliorer la qualité de nos services
- renforcer la sécurité et le bien-être de tous



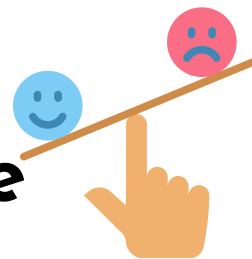
Vos retours sont précieux et nous aident dans l'améliorer au quotidien.



Le terme qualité désigne la capacité d'une entreprise à satisfaire les attentes de ses clients et à chercher constamment l'amélioration de ses prestations.

Service qualité

Ergo : Trouver le juste équilibre



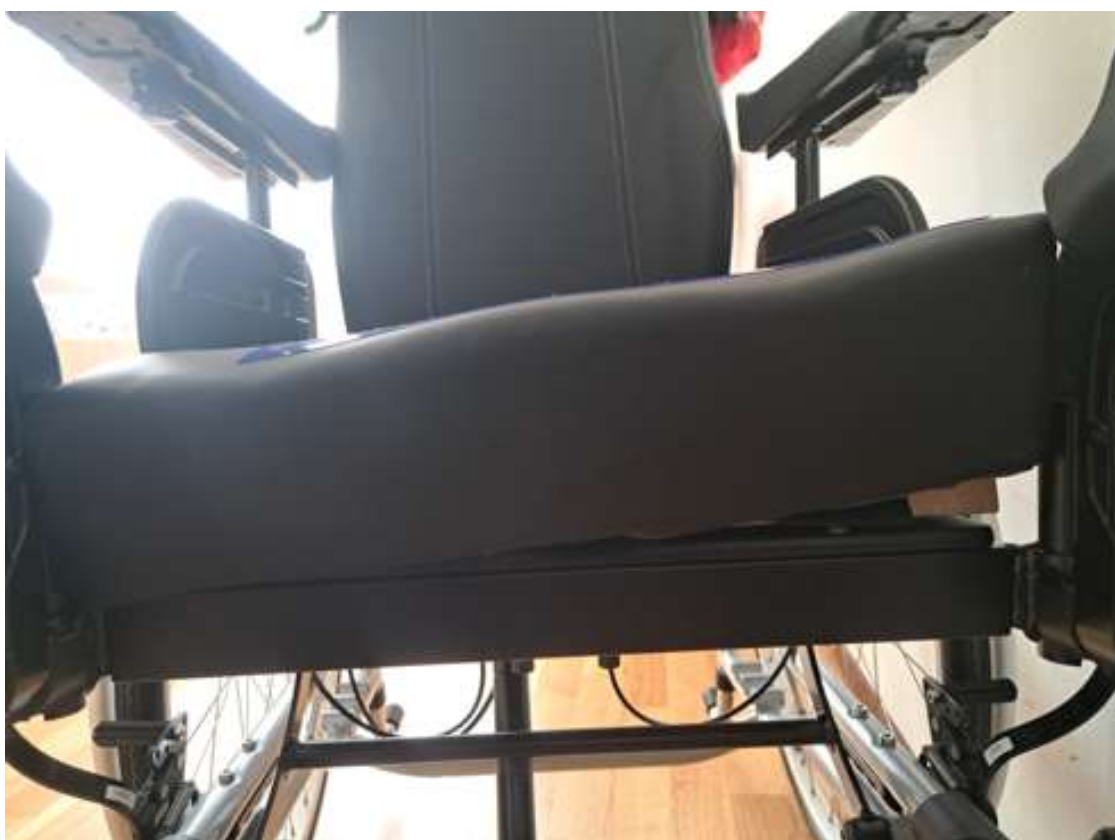
Le travail de l'ergothérapeute consiste notamment à adapter le positionnement des personnes afin de leur assurer un maximum de confort et de favoriser leur participation aux activités de la vie quotidienne.

Dans la situation présentée, la résidente utilise un fauteuil roulant confort permettant de modifier sa posture grâce à l'inclinaison de l'assise et du dossier. L'équipe soignante a toutefois constaté que Mme avait tendance à s'incliner vers la gauche et qu'elle ne pouvait pas se repositionner elle-même. Nous avons donc été sollicitées pour une adaptation plus personnalisée de son positionnement.

L'ajout d'un cale-tronc n'était pas indiqué dans ce cas. En effet, l'inclinaison étant trop importante, un tel dispositif aurait créé des points de pression susceptibles d'entraîner des douleurs, voire des lésions cutanées.

Une autre solution a donc été mise en place : la confection d'un biseau latéral destiné à rétablir l'alignement du bassin et à améliorer la stabilité de la résidente. Concrètement, il s'agit d'une petite cale en pente placée sous le coussin du côté où Madame penche, afin de rééquilibrer le bassin. On peut comparer cette adaptation au fait de glisser un morceau de carton sous le pied d'une table instable.

Bien entendu, cette correction doit être réalisée avec précision afin de ne pas générer d'inconfort ou de nouvelles contraintes posturales. Les biseaux utilisés présentent ainsi des hauteurs minimales, soigneusement calculées en fonction des besoins spécifiques de chaque personne. Pour fabriquer cela de manière très précise et sur mesure, nous avons sollicité notre service technique qui a confectionné ce biseau en bois, selon nos calculs réalisés précédemment.





Le mot mystère : Juillet



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.

Sensation éprouvée lorsque l'on ne boit pas assez :

□ □ □ ○

Ancien surnom du LEB :

□ ○ □ □ □ □ □ □

Collation ou dessert rafraîchissant :

□ □ ○ □ □

Un des 3 pays organisateurs du Mondial 2026 :

□ □ □ ○ □ □ □

Boisson aux multiples saveurs sans alcool :

□ □ ○ □ □ □ □ □

Il protège la tête du soleil :

□ ○ □ □ □ □ □

Surface fraîche où les animaux aiment s'allonger :

□ □ ○ □ □ □


Période de très forte chaleur en été :

□ □ □ □ □ ○ □ □

Village du Val d'Hérens visité par M. Desarzens :

□ ○ □ □ □ □



 **Mot mystère**



En été nous faisons tout pour en trouver un peu :

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○



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



Drôle d'info : Le splooting

En pleine chaleur, certains animaux ont trouvé une technique imparable : s'écraser au sol comme une crêpe. Ce comportement, aussi drôle qu'astucieux, porte un nom très sérieux : le splooting. Il désigne cette posture où l'animal s'allonge à plat ventre. Mais pourquoi faire ça ? Tout simplement pour se rafraîchir !

Le ventre étant souvent moins poilu que le dos, il laisse mieux passer la chaleur. En se collant sur une surface fraîche carrelage, béton, pierre ou terre humide, l'animal évacue sa chaleur par contact, un peu comme nous quand on cherche désespérément le coin le plus frais de la maison pendant la canicule. Avec les étés de plus en plus chauds, cette posture pourrait devenir encore plus fréquente.



Résultat du concours du mot mystère

Le mot mystère de l'édition de juin était :

GINGEMBRE

Félicitations aux gagnantes de ce numéro de juin :

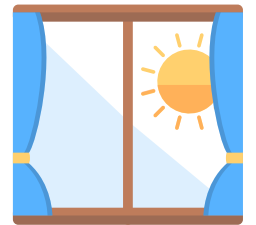
—————
Madame COMBREMONT Christiane, CAT l'Étoile

et

Madame SAMITCA Mireille, CAT les Palmiers
—————



Les résidents à Clémence



Changer de lieu de vie, quitter ses repères, s'adapter à un nouvel environnement, partager son quotidien avec d'autres personnes... tout cela demande du temps, de l'énergie et beaucoup d'adaptation.

Entrer en institution, c'est souvent faire face à de nombreux changements en même temps. Il faut du temps pour trouver ses repères. Du temps pour faire confiance. Du temps pour accepter que certaines choses ne puissent plus être faites seul, comme avant. Car vivre en communauté, partager son quotidien, demander de l'aide, ajuster ses habitudes, tout cela demande du courage. Un courage discret, silencieux, mais bien réel.

Mais être résident, ce n'est pas seulement traverser un changement difficile. C'est aussi pouvoir trouver un cadre de vie sécurisant, adapté et bienveillant. Et parfois, au cœur de ce bouleversement, quelque chose peut renaître.

Lorsque certaines tâches deviennent plus compliquées, préparer les repas, faire le ménage, gérer les courses ou certaines démarches, le fait d'être accompagné permet de souffler. Cela allège le quotidien, libère de l'énergie et offre un espace pour autre chose : pour des moments de plaisir, pour des activités choisies, pour des instants partagés.

Être résident, c'est aussi retrouver ou maintenir une vie sociale. C'est pouvoir participer à des activités, partager un café, discuter, rire, créer, peindre, cuisiner, bricoler, ou simplement profiter d'un moment avec d'autres. Ce sont parfois de petites choses, mais ce sont souvent elles qui rendent les journées plus douces et plus vivantes.



C'est aussi prendre le temps de prendre soin de soi. Le temps de se reposer, de se faire du bien, de découvrir de nouvelles envies, de reprendre une activité mise de côté ou d'oser essayer quelque chose de nouveau. Avec un accompagnement adapté, il devient possible de continuer à faire ce qui a du sens, ce qui apporte de la joie, ce qui nourrit le bien-être. Chacun peut continuer à avancer à son rythme, selon ses besoins, ses capacités et ses envies. Être entouré, soutenu et écouté permet non seulement de vivre plus sereinement, mais aussi de rester acteur de son quotidien.

Être résident, c'est peut-être cela, au fond : apprendre qu'un nouveau lieu peut devenir un lieu de vie, un lieu de rencontres, un lieu d'élan. Un endroit où l'on est aidé, oui, mais où l'on peut aussi continuer à choisir, à créer, à partager, à être soi.

Et parfois, dans cette vie réinventée, retrouver une forme de chez-soi.



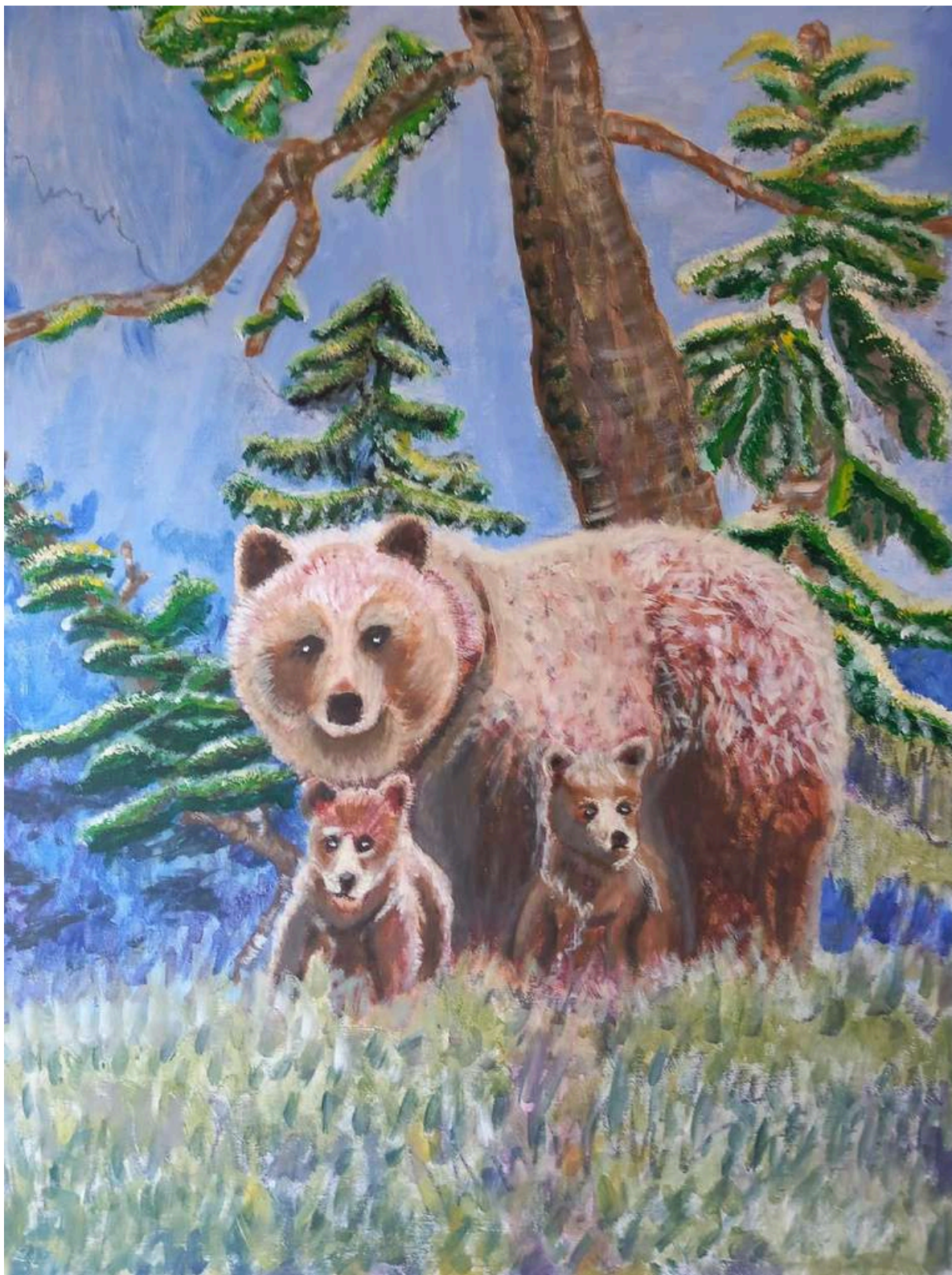
Hommage à ceux qui nous ont quittés en juin



- Madame PELLISSIER-GOTTI Rita , décédée le 6 juin, site de Prélaz
- Monsieur BORNET Pierre Louis, décédé le 7 juin, site de Prélaz
- Madame VENETZ-DUCLOS Sylviane, décédée le 8 juin, site du Bugnon
- Madame DRAGONETTI Marie, décédée le 10 juin, site du Bugnon
- Madame GEGENSCHATZ Nicole, décédée le 15 juin, site du Bugnon
- Madame TRINH Hy Nhan, décédée le 16 juin, site de Prélaz
- Monsieur AELLEN Daniel, décédé le 21 juin, site de Prélaz
- Madame CLERC Rose-Marie, décédée le 22 juin, site de Prélaz
- Madame PRADERVAND Françoise, décédée le 28 juin, site du Bugnon

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

Atelier Peinture



Oeuvre en commun réalisée à l'atelier peinture de la Fondation Clémence au site du Bugnon par les résidents de l'atelier peinture, les collaborateurs et l'expert Yuki Hironhikawa, Peinture à l'acrylique sur toile, 80x60 cm

Bienvenue aux nouveaux résidents

- Madame BLATTI Ruth, le 2 juin, sur le site de Prélaz
- Madame WOHLHAUSER Pierrette, le 10 juin, sur le site de Prélaz
- Madame PASQUIER Hervée, le 11 juin, sur le site de Prélaz
- Monsieur MEGROZ Daniel, le 15 juin, sur le site du Bugnon
- Monsieur THOMAS Georges, le 15 juin, sur le site du Bugnon
- Madame MATTHEY Jacqueline, le 18 juin, sur le site de Prélaz
- Madame MAGNENAT Josette, le 24 juin, sur le site du Bugnon



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 27 juillet