

Janvier 2025

N°27

Le journal
de la Fondation Clémence

**Entour'
âges**



Sommaire

Edito "L'air du temps"	Page 3
Flash Info	Page 4
Fête de Noël 2024	Page 6
Portrait collaborateur	Page 8
Portrait résident.....	Page 9
Rétrospective vaudoise 2024.....	Page 10
Rétrospective mondiale 2024	Page 12
Nouvel An: Coutume et croyance	Page 14
Un nouveau chez-soi	Page 16
Atelier Peinture	Page 19
La minute qualité.....	Page 20
Le mot mystère.....	Page 21
Drôle d'info et gagnants du mot caché.....	Page 22
Hommage à ceux qui nous ont quittés.....	Page 23
Bienvenue aux nouveaux résidents	Page 24

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

Chers lecteurs,

Quel plaisir de vous retrouver! La pause annoncée plus longue que prévue n'a fait que renforcer la joie d'éditer ce nouveau numéro d'Entour'âges. Et quel meilleur moment que le passage à la nouvelle année ? L'occasion pour le comité de rédaction de vous transmettre tous nos vœux les plus chaleureux pour cette année à venir.



Chaque jour qui se lève est une promesse, chaque matin une nouvelle aventure. Que cette année soit pour chacun de vous un voyage rempli de douceur et de découvertes, même dans les gestes les plus simples. En 2025, cultivons la beauté des instants partagés, car ce sont eux qui éclairent notre chemin et colorent notre vie de mille nuances.

Ensemble, faisons de cette année un tableau vivant, peint des couleurs de la joie, de la tendresse et de l'espoir.

Notre œuvre d'art a déjà bien débuté avec des fêtes de fin d'années réussies et l'accueil d'un nombre important de nouveaux résidents sur le site de Prélaz, grâce à la fin des travaux. Bienvenus à eux et bonne année à toutes et tous !

Le comité de rédaction d'Entour'âges



Flash-Info

⚡ Les sites

Première session de l'année de la chorale du Bugnon. Après quelques classiques de leur répertoire, ils ont préparé la liste de chant pour 2025.



Juste avant les fêtes de Noël, la Fondation a accueilli une journaliste de la RTS sur le site de Prélaz pour le tournage d'un mini reportage sur le thème ; travailler durant les fêtes.



Le logo de la Fondation Clémence a été accroché sur la façade du nouveau bâtiment ouvert à l'automne 2024. Quelques résidents ont bravé le froid pour voir son installation.





Flash-Info



Pour ce début d'année 2025, les équipes de Bugnon et Prélaz n'ont pas manqué de créativité pour rendre ce mois de janvier festif. Entre Repas à thème, sortie au cinéma, atelier pâtisserie ou encore Disco, les résidents ont eu leur journée bien remplie ainsi que leur estomac.



Fête de Noël 2024

Les célébrations de Noël à la Fondation ont pris des formes variées selon les sites et les unités. Tandis que certains accueillait le Père Noël, d'autres savouraient des goûters aux saveurs hivernales. Certains ont passé du temps avec leurs proches, tandis que d'autres, plus audacieux, se sont lancés dans des séances de gym douce pour rester actifs avec tous les repas à venir. Des chorales d'enfants et des musiciens ont apporté la magie des chants de Noël. Des activités telles que des quiz, des projections de films et des ateliers de pâtisserie ont égayé les journées avant et pendant Noël. Qu'il s'agisse des CAT, des unités ou des grandes salles communes, Noël a été célébré par tous grâce à l'implication de l'ensemble des collaborateurs et des résidents.





Camille Blanc, membre du comité de rédaction

Portrait collaborateur

Giulia
Petrini

Je m'appelle Giulia et je travaille à la Fondation Clémence comme coordinatrice qualité depuis le mois de mai 2024.

J'ai grandi dans les montagnes tessinoises, dans le village d'Ambri. Après mes études en ingénierie alimentaire à Zollikofen (près de Berne), je me suis installé en Suisse Romande depuis maintenant sept ans.



J'aime

La neige: en particulier le silence qui règne lorsqu'elle tombe.

La dance : j'ai expérimenté diverses formes de celle-ci.

Le Tiramisu: pour sa combinaison de saveurs et de textures irrésistiblement délicieuses.



J'aime pas

Le brouillard: car il est gris et triste. Je préfère les rayons de soleil.

La vie à la ville: je préfère la tranquillité de la campagne ou de la montagne.

Les huîtres: c'est comme boire de l'eau de mer collante.

Portrait Résident

Henriette
Saugy

Bonjour à tous, je suis Henriette Saugy. Je suis originaire de la magnifique région de Château-d'Oex, plus précisément du hameau des Ciernes-Picat. Après avoir quitté la région montagneuse, je me suis installée à Lausanne pour travailler comme aide-soignante en EMS. À ma retraite, en 2018, j'ai rejoint le CAT de l'ancien Mont-Calme, où j'ai découvert ma passion pour la peinture. Cette passion s'est épanouie grâce au CAT des Orangers. À la fin de ce journal, vous pourrez admirer mon portrait réalisé au crayon par une amie du CAT. En attendant, je souhaite partager avec vous l'une de mes œuvres.



J'aime

Venir au CAT: cela m'a redonné un plaisir après la retraite et la coupure trop brusque.

Le gâteau au fromage: Isabelle, animatrice au CAT le fait vraiment très bien.

La musique: J'aime la variété française. Il y a plein de belles chansons. Mais j'ai un coup de coeur pour les musiques de Hugues Aufray.

J'aime pas

Les chicaneries : quand on se dispute devant moi. J'aime que les gens s'entendent.

Le stress: quand il faut vite partir ou vite se préparer. J'aime prendre mon temps.

Le tofu: j'ai déjà goûté, mais ce n'est vraiment pas pour moi. La texture me dérange.

Rétrospective vaudoise 2024

Banc de la Honte

À mi-parcours du chemin pentu du Calvaire, dans le quartier des Falaises, un banc très apprécié des riverains a été remplacé par une simple chaise en bois. Une décision qui a suscité de vives réactions, des locaux qualifiant la chaise installée de «banc de la honte», sur des pancartes ainsi que sur les réseaux sociaux.

La Ville assume et argumente: “Le banc devait être remplacé, car il n’était plus conforme. Nous n’aurions pas pu à cause de la pente, assuré une assise bien à plat en posant un autre banc.” Sous la pression des usagers, la Ville a fini par ajouter une seconde chaise au mois d’avril.



Inondation à Morges

La ville de Morges a été plongée dans le chaos le soir du 26 juin 2024 en raison de violentes intempéries. Des précipitations exceptionnelles ont fait sortir la rivière de son lit, inondant les alentours, jusqu’à la Grand-Rue. Le débit de la Morges a atteint 43 m³/seconde, dépassant largement le niveau d’une crue centennale.

Les pompiers ont effectué 180 interventions dans la soirée. Si les inondations n’ont fait aucun blessé, elles ont engendré des dégâts matériels. Le bilan financier se chiffre à près de 20 millions de francs.



Coup de foudre



En août 2024, le bateau Vevey de la CGN a été frappé par la foudre alors qu'il était amarré au débarcadère du Bouveret. Son mât arrière s'est brisé. L'orage estival a toutefois épargné le réseau électrique et le moteur du navire Belle Époque, qui a pu rentrer par ses propres moyens à Ouchy afin d'être réparé.

Le directeur technique de la CGN, explique que ce type d'incident survient tous les quarts de siècle en moyenne. Le Savoie était le dernier bateau de la CGN frappé par la foudre alors qu'il naviguait au large d'Yvoire en 2000.



Le rejet des Suisses d'une troisième voie sur l'A1

Le 24 novembre, le peuple suisse rejette à 57,2% de non un crédit de près de 5 milliards de francs accordé par les Chambres fédérales qui doit permettre la réalisation de cinq gros projets autoroutiers, dont l'élargissement de l'autoroute A1 entre Nyon et Le Vengeron. L'objectif de cette troisième voie étant de désengorger un tronçon régulièrement mis sous pression.



Camille Blanc, *membre du comité de rédaction*

Rétrospective mondiale 2024

Retour fracassant de Donald Trump

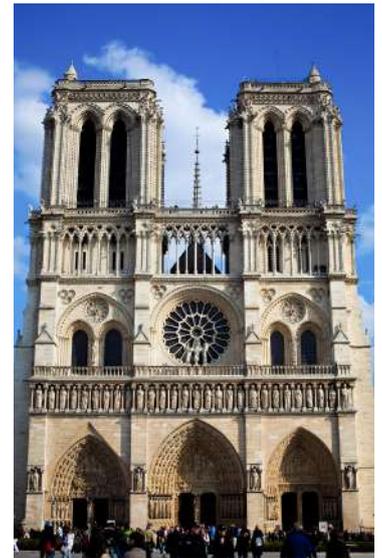


Aux États-Unis Donald Trump, bien que dépeint par ses opposants comme un danger pour la démocratie, a remporté le 5 novembre une victoire sans appel face à la démocrate Kamala Harris, propulsée candidate dans l'urgence en juillet après le retrait du président sortant octogénaire Joe Biden.

Quand la Dame renaît de ses cendres

Le 15 avril 2019, le monde entier était témoin de l'incendie dévastateur de Notre-Dame de Paris. Sa construction, qui a duré près de deux siècles, s'est étendue de 1163 jusqu'au milieu du XIV^e siècle.

Le samedi 7 décembre 2024, Notre-Dame a retrouvé son rôle de lieu de culte et de patrimoine lors d'une cérémonie de réouverture au public. Deux mille ouvriers ont travaillé pendant cinq années pour redonner à la cathédrale son éclat d'antan.



Les champions



La Suisse a triomphé à l'Eurovision 2024 grâce à la prestation de NEMO, un chanteur de Berne, qui a interprété la chanson The Code. Le 14 juillet, l'Espagne a remporté l'édition 2024 de l'Euro-foot. Pendant les Jeux Olympiques de Paris, la Suisse a décroché un total de 8 médailles : 1 en or, 2 en argent et 5 en bronze.



Election qui en impose



Au Sénégal, Bassirou Diomaye Faye, âgé de 44 ans, est élu président le 24 mars. Il devient ainsi le plus jeune chef d'État depuis l'indépendance du pays en 1960. Candidat du parti PASTEF (Patriotes africains du Sénégal pour le travail, l'éthique et la fraternité) d'Ousmane Sonko, Diomaye Faye remporte la présidentielle dès le premier tour avec plus de 54 % des voix sur la promesse d'un changement radical dans le pays. Il est particulièrement attendu sur l'emploi, dans un pays où 75% de la population a moins de 35 ans.



Stars qui nous ont quitté

Au cours de l'année 2024, de grands chanteurs et acteurs, qui ont marqué les époques, nous ont malheureusement quittés.

L'actrice britannique Maggie Smith nous a laissés fin septembre à l'âge de 89 ans. Considérée comme l'une des plus grandes comédiennes du Royaume-Uni, elle était également l'une des interprètes les plus prolifiques du théâtre britannique.

Michel Blanc est décédé subitement en octobre 2024, victime d'un choc anaphylactique. Révélé comme acteur comique dans les années 70 avec la troupe du Splendid (les Bronzés), il a par la suite évolué vers des rôles plus dramatiques au fil des décennies.

Françoise Hardy, icône des années 60, est décédée en juillet 2024. Épouse de Jacques Dutronc, son premier album, "Tous les garçons et les filles", l'avait propulsée sur le devant de la scène française.

Alain Delon est mort en août à l'âge de 88 ans. Figure emblématique du cinéma européen, il est souvent considéré comme l'un des principaux personnages culturels et cinématographiques français du XXe siècle. Sex-symbol des années 60, il était l'un des acteurs européens les plus renommés et célèbres de son époque.

Nouvel An : coutume et croyance

Alors que nous clôturons ce premier mois de l'année 2025, chacun d'entre nous a célébré l'arrivée de cette nouvelle année selon ses propres traditions, croyances ou origines. À travers cet article, nous vous invitons à explorer les coutumes de la transition vers la nouvelle année dans divers pays du monde.

1. Commencez la nouvelle année en beauté



C'est-à-dire du bon pied ! En Écosse et en Grèce, le « premier pied » est une vieille tradition. La première personne qui entrera dans votre foyer vous portera soit bonheur, soit malheur.

Il est judicieux de faire entrer les amis et les membres de la famille en premier, toujours du pied droit et jamais les mains vides.



2. Sautez dans tous les sens !

Si vous voulez aussi participer, il vous suffit de faire comme les Danois qui, à minuit, « sautent » dans la nouvelle année du haut d'une chaise. Au Brésil, les habitants sautent également, mais dans la mer : la veille du nouvel an, ils se rendent à la plage pour sauter par-dessus sept vagues, tout en faisant sept vœux pour l'année à venir.



3. Une bouchée de raisins

En Espagne et dans de nombreux pays hispanophones, les habitants commencent la nouvelle année la bouche pleine : manger douze grains de raisin à minuit est censé apporter douze mois remplis de bonheur et de prospérité.

Toutefois, ils ne peuvent pas manger leurs raisins à n'importe quel moment ; ils doivent attendre que les cloches de l'église aient sonné minuit et manger un grain de raisin à chaque coup de l'horloge.



4. **Za Zdorovje**

En Russie, les habitants prennent leurs vœux du nouvel an très au sérieux et déploient beaucoup d'efforts pour qu'ils se réalisent. Les Russes font un vœu, l'écrivent sur un bout de papier et brûlent ledit papier.

Ensuite, ils versent les cendres obtenues dans un verre de champagne et boivent le tout. À votre santé !



5. **Une année de voyages**

Voici une tradition du nouvel an destinée à tous les amateurs de voyages : en Colombie, les personnes qui désirent voyager pendant un an prennent leur valise (vide) et sortent faire le tour du pâté de maison, à minuit.



6. **Attention aux couleurs que vous portez**

Il existe un grand nombre de traditions liées à la tenue vestimentaire. Au Brésil, par exemple, porter du blanc éloigne les mauvais esprits. En Chine, s'habiller en rouge porte bonheur (mais, attendez plutôt les célébrations du nouvel an chinois).

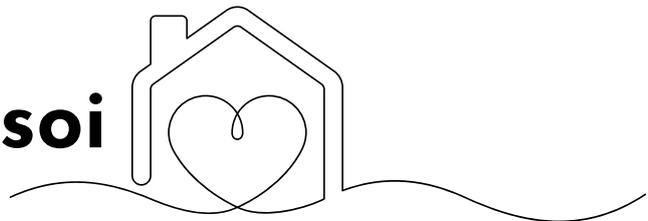


7. **Surveillez ce que vous mangez**

Manger des aliments de forme arrondie est signe de prospérité. En Italie, le « cotechino e lenticchie », plat traditionnel à base de saucisses et de lentilles, se déguste à minuit. Il est censé porter bonheur toute l'année à venir. Après tout, les lentilles ne ressemblent-elles pas un peu à des pièces de monnaie ?

Camille Blanc, *membre du comité de rédaction*

Un nouveau chez soi



Durant les mois d'octobre et novembre, sur le site de Prélaz les résidents et collaborateurs ont été mis face à la suite logique de la rénovation du bâtiment... un grand déménagement. Et qui n'est à ce jour pas encore terminé, le mois de décembre nous a réservé un ultime déménagement pour clore ce chapitre.

À présent, après plusieurs mois de préparation et de planification, nous sommes fins prêtes à accueillir nos résidentes et résidents dans de nouveaux espaces modernes et lieux de vies conçus pour améliorer leur confort et leur bien-être.

Pendant les déménagements, tout le monde a mis la main à la pâte. Autant les familles, que les soignants, que l'animation ou encore l'administratif. Que ce soit durant les préparatifs, les déplacements ou même les aménagements. Tout le monde à donner du sien, pour faire avancer les choses le plus vite possible pour que chaque résidente et résident puissent découvrir son nouveau chez soi et prendre ses marques. Car oui, toute cette agitation en a angoissé plus d'un. Mais grâce aux équipes de Prélaz, qui ont pu rassurer tous ceux qui en avaient besoin. Tout a pu se dérouler sans encombre, sans que quiconque ne soit trop déboussolé. Cela marque un tournant, autant pour les résidents que pour les équipes de Prélaz qui vont devoir s'essayer à de nouveaux escadrons.



Durant les déménagements, chaque résident a été accompagné tout au long du processus. Et nous avons veillé à ce que le résident puisse se sentir chez lui dans ses nouveaux appartements avec tous ses effets personnels, comme s'il n'avait jamais quitté sa chambre en faisant avec lui la décoration de son logement. Grâce à toutes les équipes qui ont œuvré ensemble pour que tous les meubles, vêtements, bibelots et plus encore soient livrés à temps dans les nouvelles chambres pour pouvoir enchaîner avec le réaménagement. Cela ne fût pas une mince à faire, mais désormais, les murs sont arborés de beaux tableaux. Sur les tables sont déposées cartes et fleurs. Et dans les couloirs, fauteuils et canapés sont au rendez-vous. Et tout cela n'aurait pu se faire, sans les différents services et familles qui ont fonctionné ensemble. Et pour marquer un point final dans ce déménagement, un apéritif a eu lieu pour fêter l'ouverture des nouvelles unités. Nous vous remercions toutes et tous pour votre dévouement, il ne nous reste plus qu'une dernière étape qui m'arquera la fin du projet sur le site de Prélaz.





Fin du grand déménagement à Prélaz



Souvenir de l'apéritif qui a célébré l'ouverture des nouvelles unités. Ce fut un moment magnifique de partage entre tous, et surtout une belle occasion de festoyer à nouveau.



Théo Valentini, *Animateur site de Prélaz*

Atelier Peinture



Oeuvre réalisée à l'atelier peinture de la Fondation Clémence par
Gisèle Margerat, CAT Les Orangers,
Portrait de Mme Henriette Saugie.

La minute qualité

Proposition d'amélioration

À la Fondation Clémence, nous croyons fermement que les meilleures idées peuvent surgir de n'importe quel endroit. C'est pourquoi nous avons mis en place un système de « Proposition d'amélioration » ouvert à tous: collaborateurs, résidents, bénéficiaires, familles et proches.

Pour partager vos idées les plus simples ou les plus audacieuses, il vous suffit de remplir notre formulaire et de le déposer dans l'une des boîtes à suggestions situées dans nos locaux.

Chaque idée est précieuse, et elle sera étudiée avec soin par le Service Qualité. Nous nous engageons à fournir une réponse dans un délai d'un mois, afin d'assurer que chaque proposition recevra l'attention qu'elle mérite.

En valorisant les contributions de tous, ce système contribue énormément à l'amélioration continue de la Fondation Clémence.



Le service qualité de la Fondation Clémence

Le mot mystère



Aidé des définitions, 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.

Après des vacances :

Premier mois de l'année:

Repas chaud et liquide :

Température d'hiver :

Fleure d'hiver blanc ou rose, le nom ressemble à un prénom :

Permet de descendre les pentes de neiges assis :

objet pour aller sur la glace :

On le fait pour perdre du poids (surtout après les fête):

Fête du 6 janvier :

Elle tombe en hiver :

 **Mot mystère**



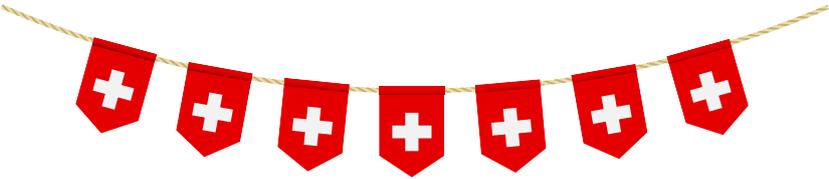
Nous en prenons souvent une en fin d'année , pour l'année suivante.



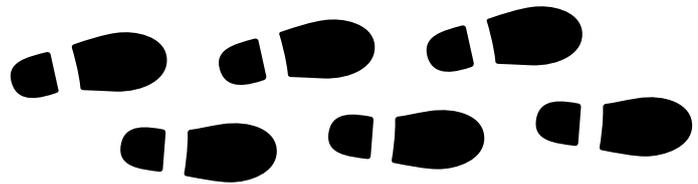
 Vous avez la réponse ? Participez au concours à la page 24



Drôle d'info : 3 faits insolites sur la Suisse



1. La plus grande horloge de gare en Europe ne se trouve pas à Zurich ni à Lucerne, mais à Aarau. Avec son diamètre de neuf mètres, le cadran est même plus grand que celui de Big Ben à Londres.
2. La localité de Juf, 30 habitants, situé au pied du col du Septimer dans les Grisons, n'est pas seulement le village habité toute l'année le plus haut de Suisse, mais aussi le plus haut village d'Europe avec son altitude de 2133m.
3. Vous aimez monter les escaliers? Grimpez sur le Niesen! L'escalier qui mène au sommet de 2363 mètres, au sud du lac de Thoune, est officiellement le plus long escalier du monde avec 11 674 marches. Il longe le funiculaire du Niesen.



Résultat du concours du mot mystère

Chaque mois, cette rubrique présentera les noms des gagnants du concours du mot mystère.

Ces personnes seront contactées par un membre du comité de rédaction pour recevoir leur récompense.

Hommage à ceux qui nous ont quittés



En cette nouvelle année 2025, nous rendons hommage aux résidents et bénéficiaires qui nous ont quittés au cours de l'année 2024. Ces êtres chers ont illuminé notre communauté par leur sagesse, leur bienveillance et leur résilience. Chacun d'eux a laissé une empreinte indélébile dans nos cœurs et a contribué à enrichir notre quotidien par leurs récits de vie et leurs expériences précieuses. Nous nous souvenons de leurs sourires chaleureux, de leurs conseils avisés, et des moments partagés qui resteront gravés dans notre mémoire collective.

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

Le comité de rédaction du journal



Bienvenue aux nouveaux résidents

Chers nouveaux résidents,

C'est avec un immense plaisir que nous vous accueillons au sein de la Fondation Clémence en ce début d'année 2025. Nous sommes ravis de vous compter parmi nous et espérons que vous trouverez ici un environnement propice à votre épanouissement. Nous avons hâte de partager avec vous des moments de rire, de joie et de fête. Votre bien-être est au cœur de nos préoccupations, et toutes les équipes sont à votre disposition pour répondre à vos besoins et vous aider à vous sentir chez vous.

Encore une fois, bienvenue parmi nous, et que cette année soit remplie de découvertes et de belles rencontres !



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 février.