

Février 2025

N°28

Le journal
de la Fondation Clémence

**Entour'
âges**

FUTURE



Sommaire

Edito "L'air du temps"	Page 3
Flash Info	Page 4
Future vu du Passé	Page 6
Nouvelles unités de soins	Page 8
L'avenir technologique	Page 10
Les portraits	Page 12
La minute qualité	Page 14
L'info du jour	Page 15
Soirée inoubliable	Page 16
No name: Le retour	Page 18
Le mot mystère.....	Page 20
Drôle d'info et gagnants du mot caché.....	Page 21
Atelier Peinture	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



Le futur... un mot qui peut évoquer l'incertitude, mais aussi l'espoir, la possibilité de renouveau, de changement.

En pensant au futur, on imagine certainement les progrès technologiques, notamment dans le domaine de la santé et de l'accompagnement, qui transforment la manière dont nous abordons le quotidien. Les outils numériques sont aussi là pour enrichir l'expérience de vie des personnes âgées. Ces innovations, loin de déshumaniser, peuvent être des alliées pour maintenir les liens sociaux et pour favoriser l'autonomie tout en leur offrant une meilleure qualité de vie. Mais cela, pour autant que la technologie soit accompagnée. Car au-delà des progrès technologiques, c'est avant tout un avenir d'humanité que nous devons construire. Un futur où chaque personne, quel que soit son âge, se sentira incluse et prise en compte. Dans cet environnement, la force de la collaboration devient essentielle, car c'est ensemble que nous tissons des liens qui font la différence.

Ainsi, le futur de la Fondation Clémence est celui d'un lieu d'échanges, de partage et de respect. Un avenir où l'on continue à prendre soin de ceux qui ont tant donné, et où l'on nourrit un quotidien serein.

L'avenir est là, à portée de main. A nous de le façonner jour après jour.

Et vous? Que voulez-vous pour demain?

Le comité de rédaction d'Entour'âges

Flash-Info

Les sites



Ces deux derniers mois ont été particulièrement animés sur les sites de Prélaz et Bugnon. Entre les dîners en tête-à-tête, les soirées crêpes avec les enfants, les préparations des décorations pour le carnaval et la confection de diverses pâtisseries, nous n'avons pas eu une minute pour nous ennuyer.



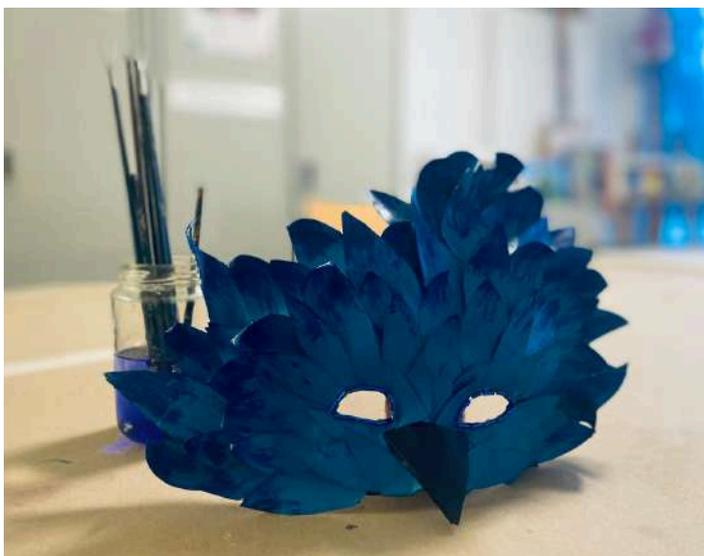


Flash-Info

 Les CATS



À l'occasion de la Saint-Valentin, le CAT **Les Palmiers** a confectionné des pommes en forme de cœur, enrobées de chocolat. Les bénéficiaires ont ainsi eu le plaisir de recevoir un cadeau gourmand pour célébrer cette journée spéciale.

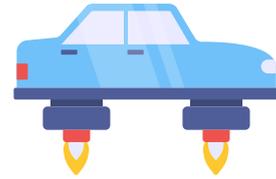


Le CAT les Orangers finalise la création des masques et costume pour le carnaval. Les participants sont impatients de montrer leurs créations colorées et originales lors du défilé.





Future vu du Passé



Dans de nombreux films et livres datant d'avant les années 2000, les cinéastes et écrivains ont chacun imaginé à leur manière ce que serait leur futur, qui est désormais notre présent.

Dans la plupart de ces récits, l'homme envisageait des avancées technologiques incroyables, comme des voitures volantes, des androïdes travaillant à notre place ou encore la téléportation. D'autres imaginaient que notre monde serait complètement transformé par des guerres, une pollution extrême, la révolte des machines ou encore l'ascension des singes au pouvoir.

Mais finalement, que reste-t-il de ces visions imaginées ou espérées aujourd'hui, ou dans un avenir proche ?

Dans de nombreux films comme "Retour vers le futur 2" ou "Le Cinquième Élément", les modes de transport ont été envisagés de manière très variée. Beaucoup pensaient qu'avec les avions déjà existants, nous inventerions des voitures capables de voler. Cependant, la réalité est bien différente, et il faudra encore de nombreuses années avant d'atteindre cette vision. Néanmoins, les véhicules d'aujourd'hui ont considérablement évolué. Les voitures électriques, l'assistance à la conduite et le stationnement autonome sont des avancées qui étaient jugées impensables et reléguées à la science-fiction pour certains, il y a cinquante ans.

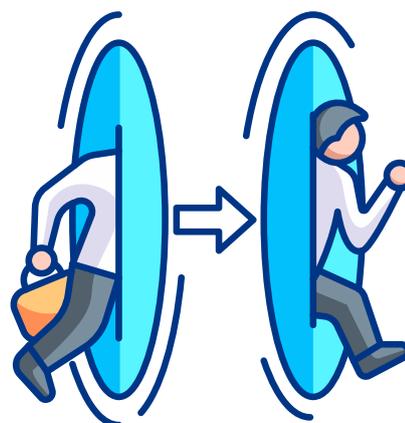
Les scientifiques et chercheurs des 20e et 21e siècles n'ont certes pas créé de chaussures qui se lacent toutes seules, de vaisseaux spatiaux voyageant jusqu'aux confins de l'univers, ni de portails de téléportation. Cependant, ils ont permis des avancées qui semblaient inconcevables il y a tout juste un siècle.

L'essor d'Internet a non seulement révolutionné la communication, mais aussi transformé la manière dont nous accédons à l'information et interagissons avec le monde. Les smartphones, ces appareils multifonctions, sont devenus des extensions de nous-mêmes, rendant possible ce qui relevait autrefois de l'imaginaire.

De plus, l'intelligence artificielle, bien que loin de l'autonomie totale des androïdes des récits futuristes, a déjà commencé à transformer notre quotidien, que ce soit par le biais de l'automatisation des tâches, de l'analyse des données ou des assistants vocaux qui peuplent nos foyers.

En matière de santé, les progrès sont tout aussi impressionnants. Les technologies de diagnostic et de traitement, telles que l'imagerie médicale avancée et la thérapie génique, ont permis de prolonger et d'améliorer considérablement la qualité de vie. Les espoirs de prolonger l'espérance de vie humaine grâce à la science sont désormais plus fondés que jamais.

Ainsi, même si certaines visions restent du domaine du rêve, notre présent témoigne de l'incroyable capacité de l'humanité à innover et à se réinventer. Il est fascinant de penser à la manière dont nos descendants percevront notre époque et ce qu'ils considéreront comme réalisable ou fantastique. En fin de compte, chaque génération porte en elle le pouvoir de rêver et de façonner son propre avenir.



Camille Blanc, *membre du comité de rédaction*

Nouvelles Unités de Soins

Après plusieurs mois de travaux, Prélaz continue son développement avec l'inauguration de nouvelles unités de soins. Ces espaces ont été conçus pour offrir aux résidents un environnement calme et sécurisé, où chacun peut recevoir l'attention et les soins nécessaires.

Ces unités sont pensées pour permettre à chacun d'évoluer à son propre rythme, sans pression, tout en bénéficiant du soutien indispensable à son bien-être. Nous avons veillé à créer un cadre de vie respectant les valeurs de sérénité, de confort et de sécurité.

Les échanges avec les résidents sont essentiels pour adapter nos soins à leurs besoins. Des moments d'écoute, comme le premier « Conseil des Sages » organisé le 19 février, offrent aux résidents l'opportunité de rencontrer des collaborateurs de la Fondation et de donner leur avis sur les soins, les activités et la vie quotidienne. Ces retours, qu'ils soient positifs ou négatifs, sont précieux pour améliorer l'environnement et garantir qu'il réponde au mieux aux attentes de chacun.



Pour enrichir la vie des résidents, nous proposons une variété d'activités quotidiennes : ateliers créatifs, séances de lecture ou de musique. Ces moments stimulent les sens et favorisent l'épanouissement personnel, contribuant ainsi à leur bien-être et à leur autonomie, tout en renforçant leur vie sociale.

Avec ces nouvelles unités, la Fondation Clémence réaffirme son engagement à offrir un cadre de vie respectueux et chaleureux aux résidents. En étant attentifs à leurs besoins et en promouvant les échanges, nous assurons un accompagnement personnalisé et une qualité de vie optimale. La création de ces environnements est le fruit de nombreuses réflexions pour répondre aux attentes des bénéficiaires. Nous continuons de valoriser les échanges, qu'ils soient formels ou informels, afin de répondre aux demandes spécifiques de chacun et d'améliorer sans cesse nos services. L'objectif est simple : offrir à nos aînés un lieu où ils se sentent épanouis, respectés et soutenus.



Robin, *Animateur site de Prélaz*

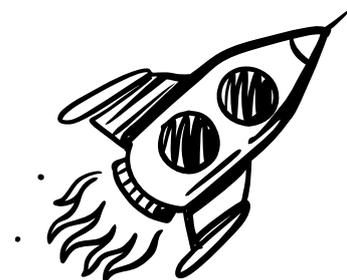
L'avenir technologique



Depuis de nombreuses années, les scientifiques et ingénieurs travaillent avec sérieux pour transformer le monde, dans l'espoir d'offrir un avenir meilleur. Ils créent de nouveaux aliments, des cœurs bioélectroniques, des avions pour explorer l'espace, des maisons sous-marines, des fenêtres génératrices d'électricité et des robots pour le foyer. Bien que cela puisse sembler tout droit sorti d'un roman de science-fiction, ces innovations en cours ne sont pas des fantômes d'individus farfelus. Nombre d'entre elles vont sans aucun doute bouleverser notre quotidien, améliorer notre santé, enrichir nos loisirs et changer notre mode de travail.

Grâce à ces avancées, notre interaction avec la technologie devient de plus en plus intuitive et intégrée à notre vie quotidienne. Les maisons intelligentes, par exemple, ne se contentent plus de répondre à nos commandes vocales, elles anticipent nos besoins, ajustant automatiquement l'éclairage et la température pour optimiser notre confort. Dans le domaine de la santé, les nanorobots promettent une révolution, capables de circuler dans notre corps pour prévenir et traiter des maladies avant même l'apparition des symptômes.

L'exploration spatiale, autrefois réservée aux agences gouvernementales, devient accessible grâce à la diminution des coûts et à l'essor des entreprises privées. Imaginez des vacances sur la Lune ou des colonies sur Mars, des concepts qui, bien qu'encore lointains, sont désormais pris au sérieux par la communauté scientifique.



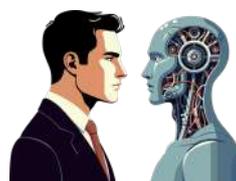
Dans le même esprit, la durabilité est au cœur de ces innovations. Les technologies vertes, telles que les fenêtres solaires ou les matériaux de construction innovants, contribuent à réduire notre empreinte carbone. En conséquence, l'avenir technologique ne se limite pas à l'amélioration de nos vies individuelles, mais vise également à construire un monde plus équitable et respectueux de l'environnement.

Les transports évoluent également, avec le développement de véhicules autonomes et de systèmes de transport en commun intelligents qui promettent de réduire les embouteillages et de diminuer notre dépendance aux combustibles fossiles. Ces innovations encouragent une mobilité plus fluide et plus durable.

Dans le domaine de l'éducation, les outils numériques personnalisés offrent des opportunités d'apprentissage adaptées à chaque élève, favorisant une meilleure compréhension et un accès équitable au savoir.

Alors que nous embrassons ces avancées, il est crucial de garder à l'esprit les défis potentiels qu'elles peuvent engendrer. Par exemple, la question de la vie privée et de la sécurité des données se pose avec l'essor des technologies connectées. Comment protégerons-nous nos informations personnelles dans un monde où tout est interconnecté ? L'automatisation pourrait entraîner des bouleversements dans le monde du travail, nécessitant des politiques d'adaptation et de formation pour garantir que personne ne soit laissé pour compte.

Enfin, il est essentiel de considérer l'éthique de l'intelligence artificielle et des algorithmes qui prennent de plus en plus de décisions à notre place. Comment veillerons-nous à ce que ces systèmes soient justes et exempts de biais ? Cela, seul l'avenir nous le dira...



Portrait collaborateur

Pamela
Rizzello

Hello ! Moi c'est Pamela. je suis âgée de 21 ans. J'ai fait mes premiers pas à la Fondation Clémence il y a 4 ans et demi. J'ai commencé par un stage de 6 mois, puis continué avec mon apprentissage d'ASE. Je suis actuellement engagée au CAT l'ETOILE à 50% pendant 3 mois !

Je me suis créée énormément de merveilleux souvenirs ici, notamment lors de mes différents passages sur les étages où j'ai rencontré des résidents et collaborateurs qui resteront gravés dans mon cœur à jamais !



J'aime

Voyager: j'adore aller découvrir d'autre culture à l'autre bout du monde et rencontrer les locaux.

Chanter: Je suis passionnée de chant et j'ai eu l'occasion de sortir un album ainsi que de chanter sur quelques scènes.

Aimer: Je pense que la plus belle chose est d'aimer et d'être aimée.

J'aime pas

L'injustice: S'il y a une chose qui ne me fait pas dormir la nuit, c'est lorsque je suis témoin d'une injustice et que je suis incapable d'y remédier.

L'inactivité: Le temps est précieux et alors pas question d'en perdre, on n'a qu'une vie !

Les conducteurs lents:

Brusque et hyperactive que je suis, je ne supporte pas de voir les gens traîner sur la route.

Portrait Résident

Maria
Galamba

Bonjour, je m'appelle Maria Galamba. En 2024, je me suis joint au CAT l'étoile comme bénéficiaire, ce qui a changé positivement mon quotidien. Le plus beau moment de ma vie a été la naissance de ma fille à 18 ans. Lorsqu'elle est née, je me suis sentie renaitre.

J'ai grandi au Portugal à la campagne jusqu'à mes 6 ans avec mes parents et mes frères et sœurs et j'en suis partie avec de bons souvenirs. À mes 9 ans, je suis entrée à l'église. J'ai connu Dieu qui m'a aidé à continuer et à me confier. Petite, j'étais passionnée de foot et je jouais très bien. Je jouais avec mes voisins de tous âges.



J'aime

La pluie : Petite, je marchais sous la pluie sans veste, j'adorais ça.

Le printemps : J'aime voir la nature changer de couleur et voir les fleurs grandir.

Dieu et ma fille : Dieu est mon sauveur et ma fille est ma raison de vivre.

J'aime pas

L'hypocrisie : C'est de la méchanceté gratuite.

Le mensonge : Je déteste depuis que je suis petite les mensonges.

Les saucisses : Lorsque je vais au CAT les samedis, il y a toujours des saucisses.

La minute qualité

Certification ISO:9001

La Fondation Clémence a un système qualité qui est certifié ISO : 9001, mais que signifie cela ?

La certification ISO 9001 est une norme internationale qui spécifie les critères pour une gestion de la qualité efficace. Cette certification montre donc que la Fondation Clémence a mis en place un système robuste et qu'elle s'engage à améliorer continuellement la qualité de ses services.

Les principaux éléments de la norme ISO 9001 sont :

- Orientation client : comprendre et répondre aux besoins des clients.
- Leadership : La direction s'engage et soutient la gestion de la qualité.
- Implication du personnel : tous les collaborateurs sont impliqués et formés.
- Approche processus : gérer les activités comme des processus interconnectés.
- Amélioration continue : chercher constamment à améliorer les performances.
- Prise de décision basée sur des preuves : utiliser des données pour prendre des décisions.
- Gestion des relations : maintenir de bonnes relations avec les parties prenantes.

Le service qualité de la Fondation Clémence



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.

L'info du jour



Les personnes mariées ont une longévité supérieure

Une étude réalisée en Suisse révèle que, en moyenne, les personnes mariées vivent six ans de plus que les célibataires. Les générations nées dans les années 1930, qui constituent la majorité des décès récents, illustrent bien cet écart, car elles attachaient une grande importance au mariage. Environ 85 % d'entre elles étaient mariées avant d'atteindre 50 ans, et le mariage était essentiel pour fonder une famille. Les célibataires, souvent en moins bonne santé, affichent un taux de mortalité plus élevé. De plus, cette situation les rend plus exposés financièrement, les retraités célibataires vivant dans des conditions moins favorables que leurs homologues mariés, ce qui accroît le risque de décès prématuré.



Le mariage a-t-il un effet protecteur ?

Au-delà de cet effet de sélection, d'autres facteurs contribuent aux différences d'espérance de vie entre célibataires et mariés, ainsi qu'entre mariés et ex-mariés : les comportements à risque varient selon l'état civil. Le changement de comportement qui suit le mariage semble s'amorcer rapidement après la cérémonie : les analyses, faites au cours de ses dernières années, montrent une diminution significative du risque de décès une fois l'union officialisée. Ainsi, par rapport à la situation de célibataire, le fait de se marier entraîne une réduction du risque de mortalité chez les hommes. Pour les femmes qui se marient plus tard, entre 40 et 70 ans, le risque de mortalité est réduit de 40 à 60 %.

Soirée inoubliable



Le vendredi 7 février, c'est en bus et au rythme du Yodel que le CAT les Palmiers s'est dirigé vers la salle d'Yvonand pour assister au concert tant attendu des « Oesch's die Dritte ».

En route, les bénéficiaires et les animateurs ont parcouru brièvement la biographie du groupe Oesch. Ce groupe familial se compose :

- Du père, Hansueli, 67 ans, l'accordéoniste folklorique suisse et employé de la poste.
- De la mère, Annemarie, 62 ans, la choriste et infirmière de profession.
- De la chanteuse principale du groupe, la fille Mélanie, 38 ans.
- Du frère Mike, 36 ans, le guitariste électrique et employé de commerce et ancien skieur alpin.
- Du petit dernier, Kevin, 35 ans, le guitariste acoustique et installateur chauffagiste.
- D'Urs Meier, l'ami de la famille Oesch et accordéoniste du groupe.



En arrivant, le lieu était bien décoré. Une ambiance chaleureuse nous attendait avec des lumières tamisées. Il y avait beaucoup de monde au rendez-vous, le concert était à guichet fermé.

Quand les rideaux de la scène se sont ouverts, nous avons pu admirer la jolie famille des Oesch's die Dritte. Ils étaient magnifiquement habillés avec leurs fameux costumes traditionnels suisses ornés de la belle fleur Edelweiss.

Durant les deux heures que a duré le concert, les bénéficiaires et nous, les animateurs, avons suivi sans manquer une seconde ce show. L'ambiance fut des plus agréables et motivante. Nous avons aussi dansé au rythme des vibrations des cordes vocales impressionnantes de la belle Mélanie.

Magnifique, géniale, tellement beau et à refaire au plus vite ; ce furent les mots qui nous ont accompagnés à minuit lors du retour en bus pour le CAT les Palmiers.



Kahina Ennesser, ASE au CAT les Palmiers

No name : le retour

Le jeudi 6 février 2025, le No Name a rouvert ses portes aux institutions. Chaque premier jeudi du mois, nous avons la possibilité d'y accéder avec une ouverture anticipée à 20h. Quel plaisir de faire briller le dance floor ! Les lumières scintillaient, reflétant une ambiance à la fois festive et envoûtante. Les invités, vêtus de tenues élégantes, se mêlaient dans une harmonie de rires et de conversations animées. La musique, soigneusement choisie, enveloppait la salle, créant une atmosphère où le temps semblait suspendu. C'était une soirée où la joie et la convivialité se mêlaient, un moment parfait pour oublier les soucis du quotidien et se laisser emporter par le rythme et la magie des lieux. Chacun savourait l'instant, profitant des retrouvailles et des rencontres, dans ce lieu mythique qui avait retrouvé tout son éclat.





Ces sorties en boîte de nuit les jeudis n'auraient pas été possibles sans la présence de nos précieux collègues bénévoles, des civils et de certaines familles. Nous profitons de cet article pour leur exprimer notre gratitude pour leur engagement envers les résidents.

L'équipe d'animation, site du Bugnon



Le mot mystère : Futur



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.

Le futur se trouve sur la ligne du :

Transport spatiale dans l'avenir :

Marque voiture électrique :

Ils sont notre futur :

École Lausanne d'ingénierie :

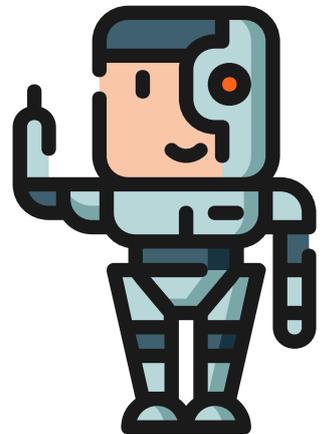
Mi-humain, mi-robot :

Synonyme de futur :

Film ou livre dont le genre n'est pas réel :

Animal qui pourrait gouverner le futur :

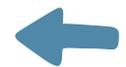
Adjectif positif pour le futur :



 **Mot mystère**

Nous espérons pouvoir voyager ainsi dans le futur.



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

Drôle d'info : les IgNobel

Alors que de nombreux scientifiques poursuivent leurs recherches pour façonner notre avenir, certains se tournent vers des sujets des plus inattendus. Lorsque ces travaux aboutissent, ils sont gratifié avec les prix IgNobel. Ces prix mettent en lumière les recherches les plus amusantes et originales à travers le monde.

Cet événement, organisé par le magazine scientifique et humoristique *Annals of Improbable Research*, existe depuis 32 ans. Il dévoile des projets de recherche totalement loufoques, d'où le jeu de mots dans son nom : un mélange entre « ignobles » et « Nobel », en référence aux prestigieux prix Nobel remis un peu plus tard en octobre.

Un petit aperçu d'un des prix décernés ces dernières années : comment déterminer s'il existe une attirance réciproque entre deux personnes lors d'une première rencontre ? Des chercheurs ont découvert que le rythme cardiaque des nouveaux partenaires attirés l'un par l'autre tend à se synchroniser. N'oubliez pas d'apporter votre moniteur de fréquence cardiaque pour votre prochain rendez-vous à l'aveugle !



Résultat du concours du mot mystère



Le mot mystère de l'édition précédente était:

RESOLUTION

Félicitations à la gagnante de ce numéro de janvier :

Madame Boschung Aline, bénévole

Atelier Peinture



Hommage à **Mme Monique Voegeli** qui nous a quittés
le 7 février 2025.

Voici son dernier tableau qu'elle a réalisé au CAT les Orangers.
Peinture aquarelle sur papier 41x27 cm

Hommage à ceux qui nous ont quittés en janvier



Madame CALIO angela décédée le 1er janvier, site de Prélaz

Monsieur CREPEY Jacques, décédé le 19 janvier, site de Prélaz

Monsieur LAMBELET Jacques-Henri, décédé le 26 janvier, site du Bugnon

Madame FERRARA ESPOSIT Concetta, décédée le 30 janvier, site de Prélaz

Le comité de rédaction du journal

Bienvenue aux nouveaux résidents



Madame DIEMER BRUN Jacqueline, le 4 janvier, sur le site de Prélaz

Madame CORDEY Suzanne, le 6 janvier, sur le site de Prélaz

Madame HORVATH ROUAULT Csilla Ildiko, le 7 janvier, sur le site de Prélaz

Monsieur ROD Charles, le 8 janvier, sur le site de Prélaz

Madame NUNEZ VAZQUEZ PEREZ Carmen, le 9 janvier, sur le site de Prélaz

Madame CAMILOTTO Montserrat, le 9 janvier, sur le site du Bugnon

Madame GRANDVOINET Huguette, le 21 janvier, sur le site du Bugnon

Madame GREMAY Christiane, le 21 janvier, sur le site de Prélaz

Monsieur MOREL Gaston, le 22 janvier, sur le site de Prélaz

Monsieur VITIELLO Lucio Rocco, le 28 janvier, sur le site du Bugnon

Monsieur LEUBA Willy, le 30 janvier, 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 16 mars