

La recette d'Hortense

Garniture :

16 œufs
100g. de beurre
poivre
sel
muscade
4 petits oignons

Oeufs au plat pour huit personnes.

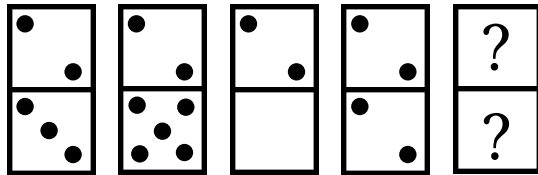
Hachez les oignons, faites-les revenir 6 à 8 minutes à feu doux avec le beurre sans les faire dorer, salez.



Répartissez les oignons dans 8 plats à œufs, cassez 2 œufs dans chaque plat, mettez à cuire à feu doux 4 à 6 minutes. Saupoudrez poivre et muscade selon votre goût. Servir avec du pain tessinois.

Jeux

Quel est le domino manquant ?



solutions dans le prochain numéro

Solution des jeux du n°0 :

dos; armoire; plume; liberté.

Faux: on l'estime à 510 065 600 km²

...de la bouche des enfants

«Maintenant je suis un homme, j'ai deux porte-monnaie et une ceinture»

Patrick, 6 ans

VIVRE à Mont-Calme

LE JOURNAL DE LA FONDATION MONT-CALME



Décembre 1999

N°1

Les artistes en voyage



Spectacle :

Cinq saisons en tous sens

Du côté des ateliers

Le coin de Tonton Aslik

Sommaire

Edito.....2

Spectacle en 5 saisons.....3

La gym à Mont-Calme4

Rêve de voyage.....5

Du côté des ateliers.....7

Le coin de tonton Aslik8

Comité des pensionnaires.....9

En Bref..... 10

Rédaction



Vivre à Mont-Calme
Fondation Mont-Calme
Rue du Bugnon 15
1005 Lausanne
Tél. 021/310 33 33
Fax. 021/310 33 22
e-mail: jerome.azau@hospsvd.ch

Groupe de rédaction:
Jacques Lambelet
Line Chatelain

Ont collaboré à ce numéro:
Joyce
Ivana Novara
Dominique Pavid
Renata Stoll

Mise en page et réalisation:
Jacques Lambelet

Date de sortie du prochain numéro: mercredi 15 mars 2000

Prière de faire parvenir vos articles au moins 2 semaines avant la parution.
Séances de rédaction tous les mardis de 10h00 à 12h00 à l'atelier de musique

En Bref...

Toute l'équipe de la rédaction vous souhaite :

**UN JOYEUX NOEL
ET
UNE BONNE ANNEE**

Souvenirs

Aimez-vous Brahms, Beethoven ou Bach? Ou préférez-vous le monde de la chanson? Brassens, Brel, Bécand; tel est le monde de la musique que nous tous nous aimons; une symphonie, un concerto ou alors une chanson qu'il nous arrive de fredonner, ou encore ceux qui préfèrent un joli conte ou du patois vaudois; d'autres prennent un pinceau pour la 1ère fois et sous leurs mains quelques fois malhabiles apparaît une fleur ou un paysage.

Tout cela nous permet de trouver encore un sens à notre vie et de récolter un peu d'amour, un peu de joie dans nos cœurs.

Joyce

Les vacances de monsieur Renaud
M. Renaud effectue durant l'hiver une tournée de conférences dans les EMS de la région. En plus du plaisir des rencontres et du partage, il assure ainsi le financement de son prochain voyage. Il espère convertir ses francs en liras, suivez mon regard... C'est déjà de cette façon que son voyage à Chambord a été financé.



**La fête de Noël aura lieu
le 22 décembre.**

Comité des pensionnaires

Procès verbal de la séance du 3 novembre 1999

Présents:

Mme DJIAN Marie-Laure
Mme GILLIARD Jacqueline
Mme GREINER Clémence
M. JOTTERAND Frédéric
M. RENAUD Maurice
Mme SCHERRER Jeanne
Mlle MAIRE Alice
Mlle MAIRE Suzy
Mme BERNTSEN (Secrétaire)

Excusés:

Mme AUBERT Irène
Mme BIDER Edwige
Mme Buset Amalfi

Lors du conseil œcuménique du 30 septembre, Mme Buset et M. Renaud étaient présents, les constatations suivantes sont partagées par la majorité:

- La qualité et les messages des cultes et des messes sont très appréciés.
- La présence du pasteur Zweifel et de l'Abbé Clerc est appréciée également lors des journées de visites.
- La qualité d'écoute de Mme Pella est reconnue par tous et nos résidents la trouvent très sympathique.

*Prochaine séance:
6 janvier 2000 à 10h30*

Madame Gilliard pense que les pensionnaires n'osent pas dire ce qu'ils ont sur le cœur, ils parlent entre eux, sur les étages, mais jamais aux ICUS ou au responsable du comité.

Il serait bon que les résidents qui ont quelque chose à dire de positif ou de négatif, le fassent par l'intermédiaire des membres du comité des pensionnaires qui sont là pour faire le lien Résident-Comité-ICUS-Direction.

Brèves:

Le personnel change trop souvent, le tournus est trop rapide.

La fête de Noël aura lieu le mercredi 22 décembre.

Le repas de fin d'année du comité se tiendra d'ici fin novembre, la date et le lieu suivront.



EDITO

Ivana Novara

L'ONU a décrété l'année 1999, année internationale de la personne âgée. Les pays désireux de participer à cette action ont été invités à développer la solidarité entre les générations.

Nombreux sont les organismes qui ont décidé d'apporter leur contribution; parmi eux, les établissements médico-sociaux romands et tessinois ont préparé tout au long de cette année, d'une manière individuelle ou en groupe des manifestations en tout genre dont le thème principal était « les cinq sens ».

En juin, Martigny a accueilli plus de 1'000 résidents provenant de différents EMS de la Suisse romande et du Tessin pour participer à une journée d'activités diverses comme par exemple musique, dessins impliquant enfants et personnes âgées et expositions des œuvres confectionnées à l'aide de

briques travaillées selon l'inspiration et l'imagination de chacun. Celle de Mont-Calme, fruit d'un travail collectif, est exposée à l'entrée du bâtiment sud.

Le dimanche 3 octobre, journée mondiale des cinq sens, notre Service socio-culturel a mis sur pied un spectacle intitulé " Cinq saisons en tous sens ". Cette création, des textes à la musique, aux décors, aux costumes, animée par des collaborateurs de l'institution et des comédiens fut un succès.

Nous en sommes très heureux et fiers. Un grand merci à tous ceux qui y ont participé, particulièrement nos résidents qui ont joué le jeu avec sérieux et professionnalisme. Pour ne pas oublier le goût, une collation à base de bricelets, gâteaux aux pruneaux fut offerte au nombreux public.

Un souhait : que l'année de la personne âgée ne s'arrête pas au 31 décembre 1999 !

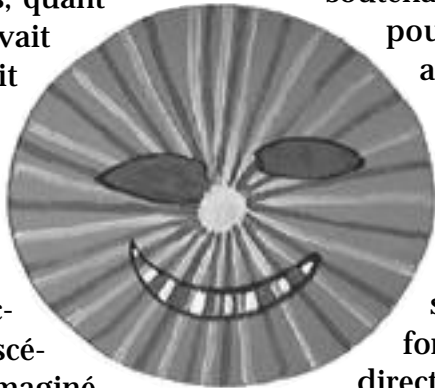
Spectacle en 5 saisons

À l'occasion de la journée portes ouvertes du 3 octobre, le service socio-culturel a présenté un spectacle réunissant tous les ateliers. Vue d'une création de l'intérieur.

Il y a très longtemps, quelque part dans l'univers, les Dieux travaillaient à la création des saisons, mais leurs avis étaient divergeants concernant la succession de celles-ci. Artémis pensait qu'après l'automne viendrait l'hiver et elle le démontrait par de savants calculs, quant

à Dyonisos, il avait froid et voulait passer à l'été. Zeus n'avait pas vraiment d'avis sur la question, il était plongé dans son livre de dictons. Tel était le scénario qu'avait imaginé

notre metteur en scène Vincent David. Son idée était de réunir le travail de chaque atelier en une seule présentation. Rapidement, les artistes se sont mis au travail. Les peintres chargés des décors ont utilisé une sorte de carton épais qui, une fois découpé a donné naissance à des objets



étonnants, un arbre aux couleurs des saisons et des oiseaux magnifiques.

Après plusieurs répétitions, nous avons vu naître le spectacle sous nos yeux, alors que l'orchestre Créason improvisait, Joyce et M. Habluzel soutenant la cadence, on

pouvait voir nos acteurs se laisser porter par leurs rôles, superbes dans leurs costumes signés Hortense, saluons ici la performance de notre directeur dans le rôle de Zeus, (c'est vrai qu'on lui avait un peu forcé la main), tandis que Vincent et Béatrice lui donnaient la réplique.

Ce spectacle nous a tous rapprochés, et j'espère que ceux qui l'ont vu ont eu le même plaisir que nous avons pris à le réaliser.

Jacques Lambelet

Le coin de Tonton Aslik

La mort transforme parfois l'antipathie en amour. C'est ainsi qu'on peut avoir de la répugnance pour le porc vivant et manger avec plaisir du saucisson.



Extrait du dictionnaire humoristique de la médecine.

- Pensée: fleurs à cinq feuilles qui pousse parfois dans la tête de l'homme.
- Placenta: extrait de naissance.
- Rhume: tempête sous narine.
- Suppositoire: introduction à une philosophie nouvelle.
- Coma: la fin du moi.
- Fièvre: le Congo chez soi.
- Larmes: filet d'eau salée qui prend source dans le cœur pour aller se jeter dans un mouchoir de poche.

Du côté des ateliers

L'atelier de marionnettes

par Béatrice Lemmenmeier

L'atelier a ouvert ses portes il y a quelques années grâce à la motivation et aux idées de Mme Deppen. On y trouve des marionnettes baroques inspirées du carnaval de Venise ainsi que des tissus souvent anciens et raffinés. Mme Deppen est aujourd'hui à la retraite, et, plus créative que jamais, elle continue à nous rendre visite de temps en temps. L'atelier est un lieu convivial où prennent forme tantôt une déesse



tantôt un chat botté ou un prince élégant, dont le choix des tissus et des accessoires revient aux résidants. Les costumes se dessinent puis se créent sur place grâce à l'expérience de notre couturière Hortense M'Foum - Kitemona, les têtes et les mains, parfois même les corps en bois sont fabriqués par mes soins. Tous ensemble nous participons à la réalisation d'un personnage unique sorti d'une époque ou d'une histoire, c'est la magie d'une marionnette, la découverte de l'imaginaire qui sommeille en chacun de nous et qui prend vie.



Les marionnettes de l'atelier ont été exposées dans les endroits suivants:

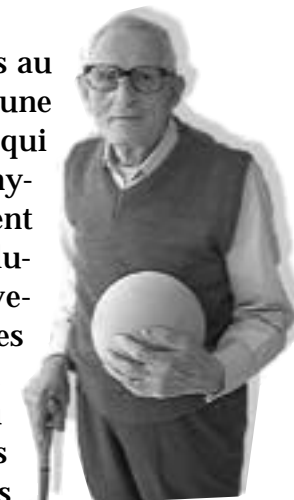
- Forum de l'Hôtel de Ville à Lausanne
- Fondation Mont-Calme
- CHUV
- EMS l'Oréade à Moutier
- Une boutique à la rue Marterey à Lausanne

Dominique Pavid

La gym à Mont-Calme

Mes séances de gymnastiques ne sont pas un entraînement intensif pour faire «Morat-Fribourg», mais plutôt un moment d'échange et de détente.

Nous nous retrouvons tous les mardis au centre d'accueil pour une séance d'une demi-heure de gymnastique assise, qui contribue au maintien de la condition physique. Tout commence par un échauffement des articulations et des muscles, suivi de plusieurs exercices de synchronisation des mouvements. Ensuite nous poursuivons avec des jeux alliant l'adresse, les réflexes et la mémoire, en utilisant une balle, un cerceau ou un frisbee. Pour terminer, nous travaillons la mémoire en essayant de reconnaître l'intrus dans une liste de mots. Ces séances sont ouvertes à tous et sont indispensables au maintien de la condition physique et de l'autonomie, en plus c'est un moment sympa et agréable.



«...Ces séances sont ouvertes à tous et sont indispensables au maintien de la condition physique et de l'autonomie...»



La gymnastique a lieu tous les mardis à 9h45 au centre d'accueil.

Rêve de voyage...

Il est 9 heures ce mardi 1er juin, sous un soleil resplendissant, le bus démarre. Pour mesdames Buset, Regamey, Castioni, Collet, Habluzel, et messieurs Renaud, Groux et Habluzel, l'aventure commence. Joseph est au volant, Filoména et Line accompagnent.

A midi, nous sommes sur les volcans d'Auvergne. Bourges est atteinte à 15 heures. Tout en haut de la ville, tel un vaisseau immense traversant le ciel d'orient en occident, la cathédrale St-Etienne nous attend.

M.Renaud a préparé un commentaire très fouillé. Nous l'écoutons et apprécions le travail du tuffeau, la pierre de la cathédrale, les dimensions, les formes du vide. Nous nous sentons tout petits. Les vitraux irradiant les lumières colorées immatérielles. Instants de vie précieux! Nous arrivons à Tours dans la soirée. Après plusieurs «tournés sur route» restés légendaires, nous dénichons notre hôtel, petit château caché entre parcs et forêts. Nous sommes accueillis comme des princes. La décoration des chambres est somptueuse, la cuisine française mm...on en rêve encore. Mercredi matin, reposés, tout heureux sous le



soleil, nous visitons les jardins du château de Villandry. Jardin des simples, des légumes artistiquement plantés, jardin des fleurs aux effluves de délices, jardin d'amour aux buis sculptés, l'eau nous accompagne, du lac d'accumulation aux terrasses, des balcons aux jardins, des treilles aux douves.

Nous mangeons dans la vieille ville de Tours et longeons la Loire jusqu'à Amboise. Là nous visitons le château fort avec ses deux énormes tours, tout en haut de remparts vertigineux. Des armures, d'immenses cheminées, des meubles rustiques, on croit entendre encore les cris des conjurés pendus aux balcons par

...voyage de rêve.

François II. C'est avec beaucoup de respect que nous nous inclinons près du tombeau de Léonard de Vinci. Il passa les deux dernières années de sa vie à Amboise, invité par son ami, le roi François 1er. Jeudi, nous embarquons sur la Bélande qui va naviguer jusque sous les arches du château de Chenonceaux, vaisseau de pierres ancré sur le Cher.

Nous imaginons une fête en costumes, aux côtés de Diane de Poitiers, favorite d'Henri II. Cette ballade sur le Cher fut d'un romantisme absolu, le vin de Touraine aussi.

Nous traversons des campagnes fertiles et visitons le château bijou de Cheverny. Facade de neige, classicisme parfait, cela n'a plus rien d'un château fort. La décoration intérieure est d'un luxe fou. Tentures de soie, velours de Gêne, plafonds sculptés, meubles précieux, collections de peintures italiennes, hollandaises, allemandes et françaises; tout objet est précieux. En traversant le parc, sous des arbres immenses, la meute de chiens se dispute le repas du soir. Nous dormons à «L'Orée de

Chambord». Vendredi matin, une vision des plus incroyables nous attend. C'est en même temps gigantesque et aérien, dans un parc de 5500 hectares, entouré d'un mur d'enceinte de 32 kilomètres, Léonard de Vinci dessina les plans du château de Chambord. 117 mètres de largeur, 156 de longueur, 440 pièces, 365 cheminées, 800 chapiteaux, 83 escaliers: vertige divin, divin vertige...

Dire que le roi François 1er, qui pilla les trésors de l'Etat pour le construire, n'y résida que 42 jours sur ses 32 ans de règne...Finie la vie de château, terminés les imprévus, les repas tard le soir, les découvertes. On rentre. C'est un peu fatigué mais très contents de notre aventure que nous avons retrouvé dans la soirée Mont-Calme tout endormi.



Les artistes en voyage