

La recette d'Hortense

Garniture:

pour 8 personnes,
préparation: 1 heure

1kg pommes de terre
70g de beurre
1 oignon haché
sel, poivre, muscade.

Les röstis

Faites cuire les pommes de terre avec la peau. Les éplucher et les hacher lorsqu'elles sont refroidies. Faire chauffer le beurre dans une grande poêle, y ajouter l'oignon haché, quand il est blond, ajouter les pommes de terre, le sel, le poivre et la muscade. Mélanger doucement pour bien imprégner le

beurre, puis tasser pour obtenir une sorte de crêpe épaisse. Secouer la poêle de temps à autre pour éviter qu'elle n'attache. Après 5 minutes, les bords sont croustillants, retourner la crêpe et faire cuire encore 5 min. Servir avec des œufs au plat ou du jambon.

Jeux

Otez une fille, il vous reste un garçon :

A P N N A E U L

solution dans le prochain numéro

Solution des jeux du n°3 :

Vrai

...de la bouche des enfants

«Écoutez l'encre... elle s'éclaffe de rire»

Corinne à l'imprimerie

VIVRE à Mont-Calme

LE JOURNAL DE LA FONDATION

Septembre 2000

N°4



Voyage en Italie



Florence: Le Dôme

Le Panda Géant (suite)
Escapade en Gruyères
L'atelier "Surparoles"

Sommaire

Les 250 mots de ...	2
Escapade en Gruyères	3
Surparoles	4
Voyage en Italie	5
Le Panda Géant - suite	7
Le coin de tonton Aslik	8
Comité des pensionnaires	9
En Bref	10

"Vivre à Mont-Calme" c'est le titre d'une chanson écrite par M. Jacques Rossi durant son séjour parmi nous

Rédaction



Journal "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: creason@bluewin.ch

Rédaction:
Jacques Lambelet
Ont collaboré à ce numéro:
Clémence Greiner
Line Chatelain
Rita Gay
Marc
Dominique Pavid
Corrections :
Renata Stoll
Mise en page et réalisation:
Jacques Lambelet

Parution : 4 fois par année, nombre d'exemplaires : 500

Date de sortie du prochain numéro: mercredi 13 décembre 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...

Chère assemblée,

En retrouvant en mémoire toutes les fêtes de 1^{er} août que j'ai passées à la campagne, il y a une cinquantaine d'années, sinon plus, avec ses cortèges aux lampions, ses feux d'artifices et la joie d'un immense feu de village me causent encore une grande émotion.

Oh ! toutes ces années en arrière... et maintenant je trouve une joie toute nouvelle, c'est de fêter ce 1^{er} août à Mont-Calme pour la troisième fois au milieu de tout ce monde.

Les organisateurs, le personnel et nous les pensionnaires de goûter des heures pleines de joie avec discours musique et chants, tout cela fort apprécié sans compter les belles assiettes alignées sur de jolies tables toutes fleuries et toutes ces bougies qui éclairent notre gaîté.

J'espère que pour moi ce n'est pas la dernière fois, car j'ai toujours beaucoup, beaucoup de plaisir, vive notre 1^{er} août, vive tout le monde, pour moi Mont-Calme c'est un paradis plein de promesses.
Un grand baiser à tous.

Discours écrit et lu par Mme Clémence Greiner à l'occasion de la fête nationale.

Resultats du scrutin du vote concernant la commission du personnel:

Infirmier(ères)
DZIRI Danièle
Aide infirmier(ères)
TEIXEIRA Manuela
FREY Muriel
Services extérieurs, UAT, administration, animation
M'FOUM Kimpou
Service hotelier, technique
WEGUENER Carlos

Nouvel aumônier

Le pasteur Bertrand Zweifel est parti à la retraite, la diacre Doris Pella a été nommée ailleurs.
Avec l'abbé Thierry Clerc, c'est désormais le pasteur Raymond de Rahm qui assure chez nous un ministère de visites et de présence pastorale. Il sera présent en principe le mercredi (voir le programme de la semaine).



Comité des pensionnaires

Procès verbal de la séance du 6 septembre 2000

Présents:

Mme BIDER Edwige
M. RENAUD Maurice
Mme BUSET Amalfi
Mme SCHERRER Jeanne
Mme DJIAN Marie-Laure
Mme SCHMIDT Marcelle
Mme GREINER Clémence
Mlle MAIRE Alice
Mme HIERTZELER Marie-Louise
Mlle MAIRE Suzy
Excusés:
M. CRAUSAZ Roger
Mme GILLIARD Jacqueline
Mme BERNTSEN (Secrétaire)

- Ils aiment particulièrement la cuisine du mardi après-midi avec Hortense, cette dernière fait l'unanimité pour sa gentillesse et ses talents de "cordon-bleu".

- Mme Greiner nous a récité une Fable de la Fontaine, "Le Renard et le Bouc", avec beaucoup de talent, c'était épatant.

- Mme Hiertzeler aime beaucoup le cinéma, en particulier les films de Cousteau.

- Les résidents soulignent la gentillesse et la patience du personnel.

- Dans le courant du mois de septembre, nous pourrions assister à une conférence de M. Renaud, avec diapos, sur le voyage en Italie de l'équipe de l'atelier de peinture.

*Prochaine séance:
mercredi 1er novembre*

- Nous souhaitons la bienvenue à Mme Hiertzeler Marie-Louise, résidente de notre Fondation depuis 3 semaines.

- Très intéressée par ce qui se passe chez nous, elle souhaitait participer à notre rencontre, et c'est avec plaisir que nous l'accueillons au sein de notre comité.

- Aujourd'hui les résidents sont très positifs et n'ont pas de doléances particulières, ils apprécient la diversité des activités proposées à Mont-Calme.

Les 250 Mots de...

Dominique Pavid

Est-ce que vieillir est synonyme de devenir malade ? Pour moi en tout cas pas, je pense plutôt que c'est un état de fait, le dernier épisode de sa vie.

Dans son passé, chaque individu peut retrouver des expériences vécues pendant sa jeunesse se rapportant à la maladie et à la douleur, par contre, la vieillesse reste à venir et cette inconnue est déstabilisante pour beaucoup d'entre nous.

En observant les sociétés occidentales, nous remarquons que la vieillesse est un sujet souvent tabou, à 65 ans c'est la retraite, le repos, mais aussi le début d'une sorte de marginalisation.

Tant que l'on est valide et en bonne santé, c'est bien, mais dès que l'on devient malade et dépendant cela est très pénible à vivre.

À nous personnes dites actives, professionnels de la santé, parents, amis, politiciens, de nous battre pour rendre la vie la plus belle possible à nos aînés et ceci pour trois raisons évidentes:

La première, par solidarité et par amour du prochain.

La seconde, par respect pour ces personnes qui nous ont mis au monde et qui ont développé et maintenu la liberté dans laquelle nous vivons actuellement.

Enfin, parce que nous deviendrons âgés à notre tour, ce n'est qu'une question de temps...

«Si le vieillissement est perçu comme une déchéance, la société et les services offerts véhiculeront cette idée »

L.Berger/ D.Mailloux-Poirier



Escapade en Gruyères

Avec beaucoup de joie, nous sommes partis en voiture faire une belle sortie en Gruyères.

Pour commencer nous nous sommes rendus en pèlerinage au Sanctuaire des Marches, donner le bonjour à Notre Dame pour la remercier de toutes ses grâces. Cette magnifique vue sur le château haut perché nous laisse de beaux souvenirs.

Nous sommes ensuite allés au village de Gruyères. Il y avait beaucoup de circulation, de grands cars français et allemands occupaient tout le parking, des jeunes en course d'école venaient visiter un des plus beaux coins de notre cher pays.

À midi, un restaurant nous a accueillis pour le dîner. Nous avons goûté aux spécialités de l'endroit avec, comme dessert, de belles coupes de framboises à la crème dont on s'est régalés.

L'après-midi, visite de la nouvelle fromagerie, grandiose de fabrication. Il y a de quoi voir pour ceux qui aiment visiter, vraiment, cela en vaut la peine. Alors que nous étions à l'intérieur, nous avons eu un gros orage, éclairs, tonnerre, pluie, tout s'en est mêlé, heureusement que nous étions à l'abri.

Nous sommes rentrés heureux et contents de cette belle escapade. Oh que c'est bon une journée en dehors de notre vie de tous les jours.

Clémence Greiner



Gruyères: Le château avec le Moléson

Le coin de Tonton Aslik



Dessin de Lydia

Mon séjour dans la formation d'ingénieur de surface m'a donné l'occasion d'affiner mon style, et j'ai fait sans le savoir, mes premiers pas vers le professionnalisme.

L'équipe "Tonton Aslik"

Sur les traces du Panda Géant

(2^{ème} épisode)

Après le bateau et le train, me voilà arrivé à Tchengtou, capitale de la province du Setchouan.

De type classique, quadrangulaire et quadrillée, la cité se situe sur un territoire d'environ dix fois celui de la Suisse.

Le climat est tempéré, les courants froids sont arrêtés par les monts enneigés alentour. Des rizières et des cultures maraîchères recouvrent le flanc des coteaux. Cette région montagneuse peu accessible produit entre autres des plantes médicinales. Des fermes disséminées et quelques pagodes aux toits cornus, noblesse et poésie du passé, sont reliées par d'étroits sentiers de couleur pourpre.

Je fais enfin connaissance de mon guide. Avec un léger accent chantant, il parle bien

...suite au prochain numéro

l'anglais et le français. Simple, courtois, il travaille pour l'institut de géologie de l'Académie des sciences de Chine. Spécialisé en hydraulique, il est zoologue à ses heures.

Après de multiples tasses de thé, boisson estimée des chinois, nous établissons notre itinéraire. Nous partons demain. Sur notre carte de route, une surface hachurée délimite le territoire du panda géant.

Cette étendue englobe le centre et le nord du Setchouan, des montagnes limitrophes à l'extrême sud du Kansou aux chaînes des monts Tsinling.

Marc

Surparoles, des histoires à partager

Plaisir de dire le texte, prononcer et faire résonner ses mots, la lecture à haute voix qui faisait partie d'une tradition culturelle largement répandue, s'est pratiquement perdue aujourd'hui.

D'Alphonse Allais, Corinna Bille, Daniel Boulanger, Dino Buzzati et Alberto Moravia à Jules Renard, en passant par Diderot, Maupassant, Ramuz et les autres, la palette proposée est large. Trois fois par semaine, Rita Gay, comédienne, nous lit des textes de ces auteurs dans l'intimité d'un salon, comme au temps des veillées. L'audience est attentive et silencieuse, de temps à autre, la comédienne interrompt la lecture: échanges d'impressions sur ce qui a été entendu.



Rita Gay en lecture au 3^{ème} nord

« Moi j'aime le faux (...) je recherche une vérité à travers la fiction et je fais le lien avec ma réalité, ainsi je me sens concerné. »

René Delévaux, résidant à la Fondation Mont-Calme.

Les résidents s'identifient aux personnages et vivent l'histoire de l'intérieur; des mots, des phrases font ressurgir des images enfouies dans le passé ; le fait de ne pas lire soi-même permet de se plonger encore d'avantage dans le texte.

Les séances de lecture créent une convivialité entre participants, elles génèrent un dialogue, un échange d'opinions parfois très différentes. Pour Rita Gay, ces séances lui permettent de partager son plaisir de dire et d'apprécier dans l'émotion présente, la richesse des contacts.

**Lecture Surparoles:
mardi 10h30 3^{ème} nord, mercredi 15h00 rez nord,
jeudi 10h30 2^{ème} sud.**

Voyage en Italie

par Line Chatelain

Lundi 5 juin, au matin, sous un soleil qui ne les quittera plus, les peintres voyageurs de Mont-Calme mettent le cap au Sud, destination Sestri Levante, Pise, Collodi, Florence et Milan.

C'est Joseph qui est au volant : conduite italienne, rapide et sûre. Il y a aussi Virginie Massy, notre délicieuse et compétente accompagnatrice qui mettra les garçons à ses pieds.

Trois des neuf voyageurs n'ont jamais vu ce pays: « Je ne pensais pas que l'Italie soit si vaste » dit Yvonne admirative. « Ici tout est beau et bien fait: les autoroutes, les constructions et les villes. Les paysages ont du charme et je m'y promènerai bien avec une de ces splendides italiennes que l'on croise » nous confie Eugène.

Après un nombre impressionnant de tunnels qui nous font passer de l'ombre à la lumière nous arrivons à la mer, elle scintille devant les fenêtres de notre hôtel. Méditations, bains de pieds et baignades au coucher du soleil, un pur délice pour nos corps et nos esprits...un petit vin de la région accompagné d'un délicieux repas met un point d'orgue à cette journée. Une discothèque voisine n'empêcha presque personne de dormir.

•Mardi 6 - À Pise, le Champ des Miracles nous attend. Dans la presse, quelques jours plus tard, on parle de la Tour: un redressement de quatre centimètres ! Serait-ce notre passage ?!

Sestri Levante



Dans l'après-midi, sous une chaleur étouffante, nous nous installons sur des bancs à l'ombre et contemplons un des plus merveilleux jardins de la fin du XVIe siècle à la villa Garzoni près de Lucca.

Un hôtel situé sur une colline surplombant Florence, entouré d'une oliveraie de 22 hectares nous offre un gîte et un couvert digne des artistes que nous sommes.

•Mercredi 7 - Florence, berceau de la Renaissance: ou, comment arriver à l'heure au musée des Offices. Devant la gare, pas-



sant devant tout le monde, j'enlève un chauffeur de taxi qui, sous le charme, nous guide jusqu'au musée. Grâce à cette course-poursuite, nous pouvons admirer entre mille les plus beaux Botticelli du monde. Le baptistère Saint-Jean, le Dôme et le campanile de Giotto nous font rêver.

Le lendemain matin c'est avec regret que nous quittons notre hôtel. Nous traversons la plaine du Pô et atteignons Milan en fin d'après-midi. Dernier repas du soir ensemble. Alma entonne une romance puis une autre. Notre groupe est le plus joyeux et le plus alerte du restaurant.

•Vendredi 9 - C'est à pied que nous partons pour le Dôme de Milan. Certains suivent la messe d'autres vont faire des achats. Un quart d'heure nous est réservé pour contempler la Cène de Léonard de Vinci. Moment d'éternité, la magie opère toujours et c'est après ces instants volés au temps que nous reprenons la route pour Lausanne.

<- Nos voyageurs devant la Tour de Pise