

La recette d'Hortense

Garniture:

1kg d'épinards

1 oignon

Du sel

70g. de beurre

La moitié de la partie
blanche d'un poireau.

1 cuillère à café de
bicarbonate

Épinards au beurre

Faire bouillir les épinards 30 à 40 min. avec le bicarbonate sans couvrir la marmite. Égouter et rincer à l'eau froide. Mettre l'oignon et le poireau coupé en rondelles, ajouter le beurre et le sel sur les épinards en ajoutant un peu d'eau. Laisser bouillir à petit feu 45 min. en couvrant la marmite. Servir chaud avec du riz. Les épinards accompagnent bien la viande ou le poisson.

Note: on ajoute du bicarbonate pour que les épinards restent verts.



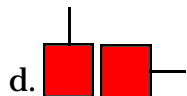
Jeux

Quelle lettre prolonge la série ?

S R Q P O ?

solution dans le prochain numéro

Solution des jeux du n°5



d. Les autres ne sont que pivotés

...de la bouche des enfants

« Mieux qu'ça va long, mieux qu'c'est plus beau ».

Corinne

VIVRE à Mont-Calme

LE JOURNAL DE LA FONDATION

Mars 2001

N°6



Atelier d'écriture



Atelier sud: du bleu sur la moquette
Les montagnes du Setchouan
Comité des pensionnaires

Sommaire

Les 250 mots de ... _____ 2

Du bleu sur la moquette _____ 3

Souvenirs de Roger Crausaz _____ 4

Atelier d'écriture _____ 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:
Isabelle Guisan, Roger Crausaz
Ivana Novara
Laurence Roset Chatelain
Marc
Lidia
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 juin 2001

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...

Nouvel animateur à l'atelier de peinture. Depuis le début de l'année il y a un nouveau peintre à l'atelier. **Daniel Frank** est originaire des Grisons, il a grandi à Zurich avant de venir s'établir à Lausanne. Il dit qu'il est arrivé à Mont-Calme un peu par hasard, tout d'abord pour peindre des portraits de nos résidants. Aujourd'hui il anime l'atelier de peinture le mardi toute la journée. Avec une formation pédagogique en arts visuels, Daniel a déjà enseigné dans diverses écoles publiques et privées, mais selon lui, Mont-Calme est le lieu le plus surprenant et le plus créatif qu'il ait connu : « Comme tous les participants à l'atelier de peinture je suis un grand voyageur dans l'âme. »



Même très doucement
On les voit marchant
Naturellement sans peine apparente ou
Traînant les pieds péniblement

Chacun à son allure avançant
Aux ateliers se dirigeant
Les uns la peinture aimant
Même les plus récalcitrants
Eux-mêmes du plaisir auront

Unité de groupe, amitié partageant
Aide donnant et souvenirs racontant
Tous du plaisir recevront et heureux resteront

Elsa Groux

Venez nous rendre visite à l'atelier de **Scrabble et de jeux** les mardis et jeudis de 14h00 à 16h00 au centre d'accueil avec Jacinte Pereira, ou venez jouer aux cartes le lundi de 10h00 à 11h30.

Pour les dépôts et les retraits d'argent, les pensionnaires sont priés de venir à la réception de 8h00 à 12h00 le matin et de 14h00 à 17h00 l'après-midi.

Comité des pensionnaires

Procès verbal de la séance du 10 janvier 2001

Présents:

M. DELEVAUX René
Mme GILLIARD Jacqueline
Mme GREINER Clémence
Mlle MAIRE Alice
Mlle MAIRE Suzette
Mme SCHMIDT Marcelle

Excusés:

Mme BIDER Edwige
Mme Buset Amalfi
M. CRAUSAZ Roger
Mme DJIAN Marie-Laure
Mme SCHERRER Jeanne
Mme BERNTSEN (Secrétaire)

- Pour commencer, nous saluons la mémoire de Mme HIERTZELER Marie-Louise qui nous a quittés le 16 décembre 2000, nous la regretterons.

- Les résidants ont eu beaucoup de plaisir lors de la fête de Noël. Le repas a été très apprécié. Le duo russe, chanteur et accordéon a beaucoup plu, ainsi que les textes dits par Mme Brunner.

- Le loto de Noël a remporté un vif succès, est-il possible d'en organiser plus souvent dans l'année ?

- Mme Greiner trouve que le

duvet nordique n'est pas toujours très pratique, il tombe, s'entortille, est trop lourd. Les fourres sont trop grandes.

Mme Goralczyk affirme que les fourres ont la bonne taille, cependant, elle propose à Mme Greiner de tester un nouveau duvet.

- Concernant le drap-housse trop petit, ils vont être remplacés au fur et à mesure.

- Le papier de toilette est jugé trop rêche par quelques résidants, il est pourtant toujours le même, la qualité n'a pas changé. Quant au papier essuie mains, jugé aussi trop rêche, il va être remplacé par le précédent de couleur verte, mais il faut d'abord liquider les stocks restants.

- Concernant les repas, il y a trop souvent des pâtes. La salade est coupée en trop grandes feuilles, pas pratiques à manger. Il n'y a presque plus jamais d'épinards en branches.

- Au Nord, durant les colloques, il n'y a plus personne sur les étages, est-il possible de laisser au moins une personne de piquet.

De manière générale, les résidants trouvent l'attente trop longue.

Les 250 Mots de...

Ivana Novara



LE JARDIN

Qui connaît le jardin de Mont-Calme ? Peut-on imaginer qu'en pleine ville, il y ait un jardin, calme, tranquille, à l'abri du bruit et des voitures ?

Mais oui, cela existe et il est chez nous ! Mais, savez-vous qu'avant d'être un jardin, c'était un hélicoptère ? Jusqu'en 1983 environ, les hélicoptères qui transportaient blessés, bébés prématurés, etc. se posaient là et les passagers étaient pris en charge par l'ancien hôpital cantonal.

Maintenant, l'héliport est en face et nous voyons presque chaque jour ces grosses abeilles toujours impressionnantes de puissance, de précision et d'efficacité se poser sur le toit du CHUV.

La petite cabane pour les jeux des enfants de nos visiteurs ou collaborateurs a été sortie d'une forêt et amenée avec un hélicoptère ! ...elle aussi.

Revenons au jardin. Ces derniers temps, des aménagements complémentaires ont été réalisés pour le rendre encore plus agréable. Nous avons ajouté des bancs sous l'arbre central, facilité l'accès pour les fauteuils roulants, taillé des buissons trop envahissants.

Nous préparons actuellement un parcours-promenade autour du bâtiment sud. Une tonnelle ombragée vous attend les jours d'été, un terrain de boules est prêt à accueillir les exploits de nos boulistes.

Vous savez sans doute que notre jardin est habité non seulement par des Lutins pendant la nuit, mais aussi par nos chats et le renard qui a élu domicile dans les taillis tout proches. Dès les beaux jours venus, il vous accueillera à bras ouverts. Venez donc lui rendre visite !

Une trace de bleu sur la moquette



Laurence Roset et M. Émile Gaillard

Depuis le mois d'octobre, l'atelier de peinture sud a ouvert ses portes. Chaque lundi, mercredi et vendredi après-midi, il accueille toutes les personnes désireuses de voyager sur la feuille blanche. Lieu de découvertes, d'expériences et de rencontres. À travers la forme et la couleur, la vie se donne, se perpétue et s'offre aux autres. Chacun peut y chercher son matériau, son mode d'expression, son chemin propre. J.-S. Bach, Mozart, Peterson et bien d'autres encore accompagnent les artistes dans leur exploration, en rythme ou à contre sens. On constate que le geste est souvent influencé par la musique. Quelques éclats de rire, une conversation animée, un regard amusé ou plein de reproches, une infirmière qui passe, le tintement d'une tasse que l'on dépose sur la sous-tasse, un biscuit trop dur, un chocolat qui fond, un visiteur qui s'étonne, un pinceau gorgé de bleu qui tombe sur la moquette et laisse une trace...

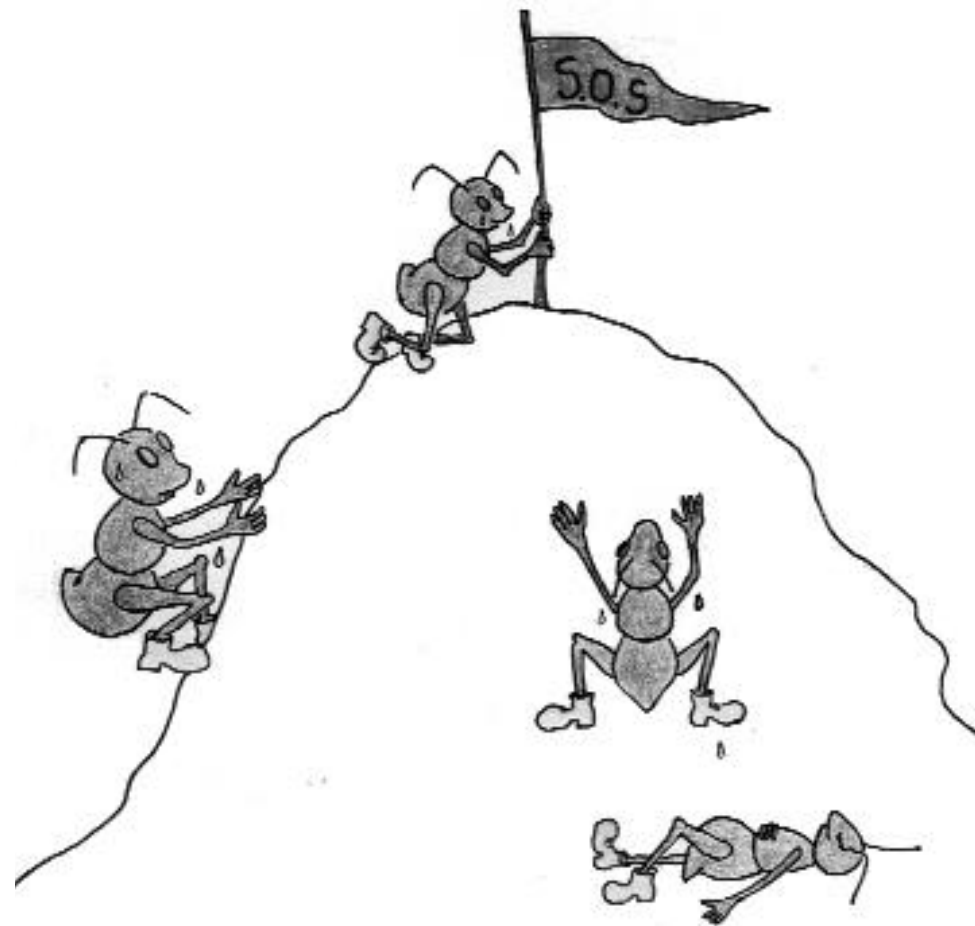
C'est cela l'atelier sud.

Laurence Roset-Chatelain



...réflexion et concentration.

Le coin de Tonton Aslik



Dessin de Lidia

Sur les traces du Panda Géant

(4^{ème} épisode)

LES MONTAGNES DU SETCHOUAN

Levés de bonne heure, nous terminions nos paquetages. Du matériel de camping et des vivres pour une quinzaine de jours. Mon carnet de route remplace l'appareil photo. Sur la piste cahotante, une camionnette délabrée nous dépose meurtris dans les contreforts montagneux. Du schiste noir aux reflets bleuâtres parsème le flanc des reliefs.

Un passage grandiose s'offre à nous. Les forêts épaisses ceignent de d'où jaillissent courbes santes. La pierre argileuse, contrebas se profilent des terrasses aménagées en rizières.

La végétation change d'aspect et bientôt nous marchons difficilement sur un sol de plus en plus escarpé. L'air est plus frais. Une grisaille persistante brouille la limpidité du ciel et rend le ter-

rain glissant. Attention de ne pas rouler dans les précipices. À la pente s'accrochent pins, chênes, hêtres, lauriers, des marronniers, du houx et des génévriers. Les fougères tapissent le sol. Je pense au Jura de mon enfance. Bientôt le bivouac. L'oiseau des sapins au bec croisé virevolte aux alentours et disparaît aux premiers chuintements des rapaces nocturnes.



... au lever du jour, nous avons surpris le faisan à l'enjambée mesurée et à l'envol bruyant. Le plumage est gris-blanc, la tête surmontée d'une petite casquette noire, la queue se termine par une plume centrale très découpée.

Marc

...suite au prochain numéro

Souvenirs de mon travail en France



Roger Crausaz

En 1944, j'avais 23 ans quand le comité mondial des Unions chrétiennes de jeunes gens à Genève a lancé un appel : il cherchait des jeunes décidés à aller travailler dans les pays qui avaient souffert de la guerre. Ma candidature a été acceptée et j'ai d'abord dû faire un stage de formation de trois mois. Pendant ce stage, j'ai eu l'occasion de m'occuper d'un convoi préparé par le CICR, plein de soldats et aviateurs prisonniers qui venaient de toute l'Allemagne et rentraient chez eux. Tous ces hommes originaires d'Inde, d'Indonésie, d'Australie et de Nouvelle Zélande, d'Afrique centrale et d'Afrique du Sud s'étaient battus avec les Alliés. Les Allemands voulaient s'assurer qu'ils n'allaient pas retourner au combat et le train est resté bloqué en Suisse tant que le navire hôpital qui les attendait n'était pas embarquable à Marseille. Ils sont restés trois semaines à la caserne militaire de Genève et j'étais chargé de les distraire. Ils parlaient anglais et j'ai fait venir des orchestres de jazz, des films américains. Après ce stage, on m'a confié à Annemasse l'organisation d'un dépôt où entreposer du matériel qui allait partir en France. Sur place, ma surprise fut de découvrir que ce dépôt avait été utilisé comme prison par les Italiens et les Allemands: la Haute-Savoie était un haut lieu de la résistance, Annemasse abritait un bureau de la Gestapo, comme Saint Gingolph. J'ai trouvé un immense local vide, avec des cachots faits de lambourdes, comme les caves, et recouverts de fils de fer barbelés. Dans la dernière cellule, il y avait eu huit personnes fusillées, sept hommes et une femme enceinte de huit mois. Le choc fut assez violent pour moi, j'étais très jeune, je ne connaissais rien de la guerre. Par la suite, on a posé une plaque sur une paroi en souvenir de ceux qui avaient été tués dans le cachot. J'ai installé un lit dans mon bureau, j'ai engagé des ouvriers pour démonter ces cellules, nous avons amené du matériel par camions de Genève et l'avons réparti dans toute la France selon les demandes faites par les communautés protestantes.

(à suivre)

Souvenirs inoubliables ?

Un mercredi après-midi sur deux, de 14 à 16 heures, madame Isabelle Guisan, écrivaine et journaliste, accueille un petit groupe de personnes désireuses d'exprimer leurs sentiments ou de raconter leurs souvenirs en les couchant sur papier.

En été 2000, l'une des résidante de la Fondation Mont-Calme, Mme Daisy Bruner a pris l'initiative d'organiser un atelier d'écriture dans l'établissement ; elle désirait mettre sur le papier des souvenirs, des réflexions, des bouts de vie. Elle a pris contact avec moi, a consulté ses voisins d'étage, a proposé la chose à la direction de Mont Calme. En quelques mois, l'atelier s'est mis en place, une fois tous les quinze jours, pendant une heure et demie à deux heures autour d'une tasse de thé.

Quatre participants ont formé ces derniers mois le noyau de cet atelier, chacun livrant les souvenirs parfois intimes, parfois drôles, souvent très forts, faisant resurgir des vies très pleines, des expériences étonnantes. Une fois encore, je n'ai pu que me dire en écoutant les récits qui ont jalonné ces après-midis : quelle incroyable richesse humaine !

L'atelier reste bien sûr ouvert à tous et toutes ceux et celles qui désirent le rejoindre. Il se déroule de manière très libre, chacun des participants amène un texte, court ou long, parfois un enregistrement que je transcris pour ceux qui ont des difficultés à écrire.

A Noël, les quatre participants ont lu un texte devant les résidents les invités et le personnel de Mont-Calme et le Journal ouvre aujourd'hui ses pages à certains de leurs récits. Qu'ils restent lovés dans un cahier ou se déploient en public, ces moments d'écriture sont précieux, pour ceux qui les écrivent comme pour ceux qui, comme moi, ont la chance de les accueillir.

Isabelle Guisan

Moments d'écriture agréables

