

# A CHAQUE SEMAINE SON HISTOIRE

# L'ACCENT

## DE LA RÉSIDENCE SAINT-MARTIN

du 8 au 14 août 2022

N°32

ANNIVERSAIRES ET VOEUX.....	2
MOTS MÊLÉS.....	4
SUDOKU.....	5
JEU.....	6
NOUVELLE.....	7
DISCOURS DU 1ER AOÛT.....	8
CINÉMA-SÉRIE.....	11
REPAS DU SAMEDI 13 AOÛT.....	12
SOUVENIRS.....	13
PROGRAMME D'ANIMATIONS.....	14
MENUS DE LA SEMAINE.....	16



« Tu n'es rien d'autre que ta vie. »

Jean-Paul Sartre

Si vous désirez faire un don à la résidence, vous pouvez désormais le faire avec Twint en scannant le QR code suivant.



**Payez facilement  
avec TWINT**



Scannez le code QR avec l'app TWINT.



Saisissez le montant total et confirmez le paiement.

Merci de votre générosité

## MEILLEURS VOËUX !



### CHEZ LES RÉSIDENTS

---

On garde le gâteau au frais

### CHEZ LE PERSONNEL

---

Lundi 8 août	Mme Karima OTHMAN
Mardi 9 août	Mme Karine GUILLOT
Mercredi 10 août	Mme Karine GARCIA PASQUALINI
Jeudi 11 août	Mme Isabelle BOUVET
Vendredi 12 août	Mme Nicole CURRAT



# SENSATION

Par les soirs bleus d'été, j'irai dans les sentiers,  
Picoté par les blés, fouler l'herbe menue :  
Rêveur, j'en sentirai la fraîcheur à mes pieds.  
Je laisserai le vent baigner ma tête nue.

Je ne parlerai pas, je ne penserai rien :  
Mais l'amour infini me montera dans l'âme,  
Et j'irai loin, bien loin, comme un bohémien,  
Par la nature, heureux comme avec une femme.

Arthur Rimbaud (1854-1891)

Suivez nous sur Instagram



# NUMÉRO 32

ATHLETISME  
GYMNASTIQUE  
COURSE  
JAVELOT  
SPRINT

SAUT  
HAUTEUR  
LONGUEUR  
VITESSE  
EQUIPE

RELAIS  
GAGNE  
PERDRE  
MEDAILLE  
SPORT

CONCURRENT  
BATTRE  
NATION  
ENDURANCE

E	D	Z	E	P	I	U	Q	E	M	Y	B	V	T	X	R
M	G	R	C	G	T	N	A	T	I	O	N	C	Ç	A	Ç
D	U	Y	K	L	O	H	M	Z	E	T	F	A	Q	U	H
A	S	Q	G	A	A	Q	S	I	K	N	E	H	E	D	J
I	X	M	I	I	Y	I	E	H	B	A	T	T	R	E	F
L	H	E	W	T	V	T	S	N	K	K	U	S	S	O	A
L	L	E	W	E	S	F	Ç	H	D	A	I	P	E	N	S
E	T	S	C	M	B	A	Ç	T	H	U	O	R	Z	M	D
G	O	S	O	S	C	O	N	C	U	R	R	E	N	T	N
I	L	E	U	I	W	G	T	M	T	W	X	A	H	Y	N
G	E	T	R	T	T	X	Y	M	Y	C	G	G	N	P	E
S	V	I	S	E	N	G	A	G	F	G	A	R	D	C	T
F	A	V	E	L	I	E	R	D	R	E	P	Q	V	U	E
S	J	J	Z	H	R	U	E	U	G	N	O	L	A	T	T
B	F	M	C	T	P	A	Y	C	Y	P	Y	S	V	H	K
G	Y	K	V	A	S	X	V	Q	C	Ç	R	M	M	T	G

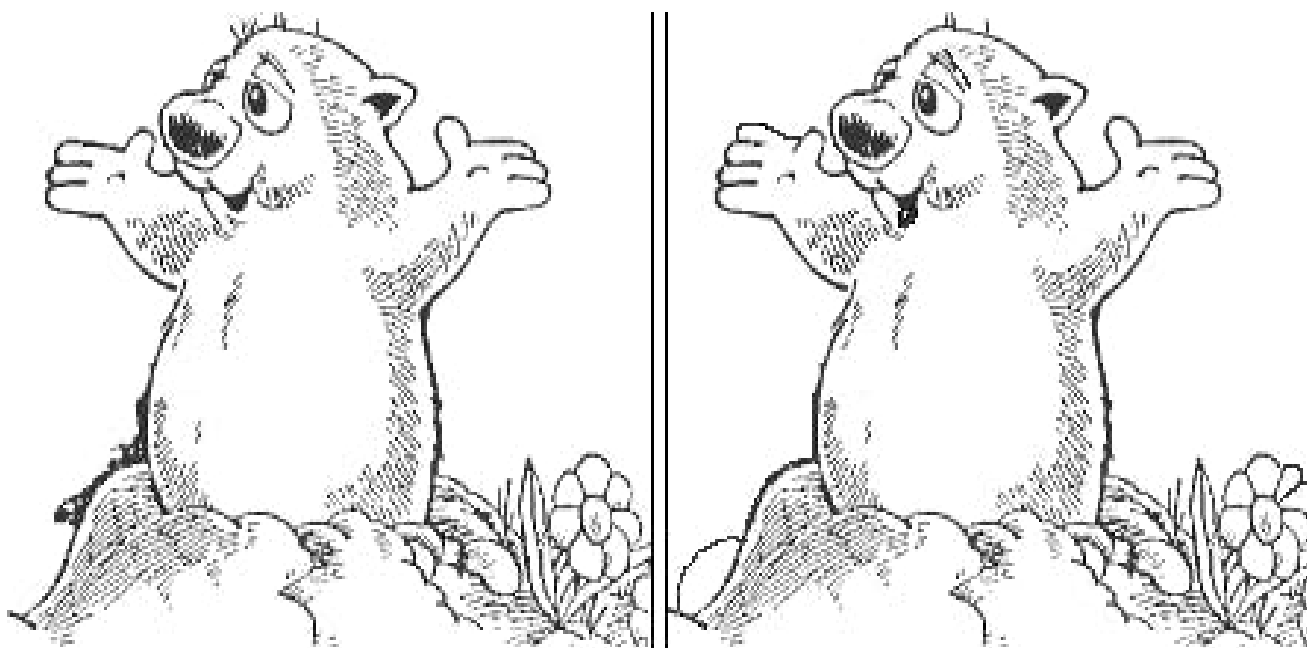
# SOLUTION AU JEU NO 31

8	3	6	5	1	2	4	7	9
4	5	2	9	6	7	1	8	3
1	9	7	8	3	4	5	2	6
5	8	9	4	2	3	6	1	7
7	6	3	1	5	8	9	4	2
2	4	1	7	9	6	8	3	5
9	2	8	6	7	1	3	5	4
3	1	5	2	4	9	7	6	8
6	7	4	3	8	5	2	9	1

---

JEU

## 2 DESSINS 7 ERREURS



## SA TERRE

La terre, la terre.

Il ne savait dire que cela mon père. Guère du genre bavard avec l'espèce humaine en général, quand il ouvrait la bouche, il parlait d'elle. Sa terre valait plus que tout le reste, plus que moi, même s'il disait que transmettre sa passion comptait parmi les plus belles preuves d'amour. Les paroles et les cadeaux, pour les autres. Nous, nous étions de la race des cultures, des cités souterraines qui ne trompent jamais, de ce qu'il reste quand tout s'effondre.

Aux aurores, il se levait, chaque jour avec le même entrain, la passion chevillée au corps, et c'est les mains dans la terre ferme et fragile que je le retrouvais, au fil des saisons et des frondaisons. Il contemplait la vie qui ne se voit pas et qui grouille là, qui fait et défait les cycles. Je craignais parfois son profil raviné, ses doigts gibbeux, son dos en zigzag sans cesse courbé sur ses boutures et ses graines.

Il avait beau me dire, me raconter, mes grands-parents, les chemins dans la campagne, le système racinaire des légumes, le sol à aérer, les différents noms des fourches, les semis et l'engrais, les familles botaniques. J'écoutais d'une oreille distraite et ses récits se perdaient dans les divagations de mon esprit. Alors que je rêvais d'ailleurs, des villes, des avenues, d'une liberté qui ne se trouvait pas ici - ici je me sentais soumise à une loi sans qu'aucune contrainte ne soit posée -, la culpabilité se frayait un passage et narguait mes désirs les plus tenaces.

Comment lui dire sans le choquer ? Comment lui avouer sans le perdre ?

Je l'ai perdu, de vue et du loin où je suis partie, j'ai oublié la terre. La mienne n'était que bitume gris et béton armé. Rien ne filtrait. À la place des chants d'oiseaux, la musique toni-

truante des basses du bar à tapas d'en bas. Et à celle du silence, le vacarme incessant de la rue. Mon départ sonna le glas de notre relation. Je ne venais plus que pour régler quelques papiers et m'assurer qu'il allait bien. Il fuyait nos entrevues, tout comme moi je fuyais ce pays. Tout ici me paraissait mort et sans âme. Je regagnais la ville, ma ville, avec une joie teintée de mélancolie. Ici rien ne poussait sauf mes ailes de jeune adulte en quête d'adrénaline et de sens.

J'y suis restée des années dans ce cœur battant à cent à l'heure, dans cette atmosphère de métal et d'asphalte finalement asphyxiante. Puis un coup de fil a sonné le glas de ma routine huilée, jusqu'à en perdre l'appétit même l'envie. Rien de vivant dans mon quotidien, pas d'amour, pas d'enfant, pas de plante ni de brin d'herbe.

Je suis revenue aux origines comme on revient d'un pays lointain, le corps engourdi, le visage peint de mille et un clichés abattus en plein vol. Il me laissait tout. Les chemins dans la campagne, le système racinaire des légumes, le sol à aérer, les différents noms des fourches, les semis et l'engrais, les familles botaniques, sa terre chérie, tant aimée.

Je me lève désormais aux aurores dans cette maison pleine de lui. Un cours de permaculture a posé les bases de ma nouvelle vie. Quand ma fille vient me rejoindre au potager, elle me trouve les deux mains dans la terre, à regarder les fourmis organiser leur journée et à savourer l'odeur d'une récolte à venir.

Marie Kléber

---

DISCOURS DU 1<sup>ER</sup> AOÛT

# PAR MADAME LA CHANCELIERÈ D'ÉTAT, DANIELLE GAGNAUX-MOREL

Chers résidentes, chers résidents,

Chères familles,

Monsieur le Directeur,

Monsieur le Responsable de l'animation,

Mesdames et Messieurs les collaboratrices et collaborateurs du Home St Martin,

C'est à moi que vous avez confié cette année la tâche de vous adresser quelques mots pour la fête nationale. Je vous en remercie. J'ai volontiers donné suite à cette demande, pensant y trouver une opportunité de partager quelques réflexions avec vous. Plutôt que vous donner l'occasion d'entendre des propos sur le 1<sup>er</sup> août et sur ce que cela pourrait m'inspirer sur la Suisse en 2022, je prends le parti de m'arrêter un instant sur ce que m'inspire le vivre ensemble dans, et autour de cette institution, la Résidence St Martin.

J'ai déjà eu le plaisir de prononcer ici le discours du premier août en 2009. Je vous connaissais alors de loin et je m'étais fendue d'une lettre imaginaire à mes grands-parents, lettre que bien sûr je n'ai jamais écrit dans la vraie vie.

Treize ans ont passé depuis. Aujourd'hui c'est à ma Maman et à toutes les personnes de sa génération que je pense, quand je pense à vous. Depuis plus d'une année et demie, grâce à elle, vous faites partie de ma vie, de celle de mes frère et sœur et de toute notre famille. Et nous côtoyons très régulièrement ici des « jeunes » de notre génération, copains d'enfance, d'école et de jeunesse, qui viennent eux aussi rendre visite à leur Maman ou leur Papa.

Ce temps qui passe nous interpelle tous. Il nous concerne tous, et rythme et enrichit inlassablement notre chemin sur terre. Chaque période de vie nous permet de découvrir de nouveaux aspects de notre condition humaine. La vie en EMS est une étape très particulière.

Ne nous voilons pas la face. Chères résidentes et chers résidents, si vous êtes ici, c'est que le temps qui a passé a pris de vos forces, de votre résistance et sans doute aussi une partie de votre santé. Vous avez dû renoncer à votre autonomie d'autrefois. Ce passage est souvent difficile pour vous, mais aussi pour tous vos proches qui doivent réapprendre à vivre à vos côtés d'une nouvelle manière.

Mais je voudrais surtout m'arrêter sur la chance que nous avons toutes et tous de pouvoir compter sur des lieux comme celui-là. Avec mes frère et sœur, nous sommes en admiration devant la qualité et la richesse de l'accompagnement qui est offert ici à nos aînés.



Une fois passé le difficile moment du renoncement à la vie d'avant, notre chère Maman, qui m'écoute sans doute avec attention, a trouvé ici un nouveau printemps, comme elle le dit elle-même.

Vous êtes un lieu de vie qui fait envie et inspire le respect. Bien sûr que la chance est d'abord pour vous toutes et tous, chères résidentes et résidents. Mais elle est aussi pour nous, les familles, qui savons nos parents dans un endroit qui leur permet de vivre en sécurité et le plus possible en adéquation avec leurs compétences, leurs possibilités et leurs envies.

Cette chance, nous la devons d'abord à notre système politique qui permet à chacune et chacun d'entre nous d'avoir la perspective d'être accueilli un jour dans un lieu comme ici, indépendamment de sa situation financière. Pas besoin de regarder très loin pour se convaincre que cela n'est pas le cas partout sur la planète.

Mais cette chance, nous la devons aussi à vous toutes et tous qui travaillez ici ou dans d'autres établissements de santé et qui avez décidé de dédier votre vie professionnelle à l'accompagnement des autres. Au quotidien, c'est vous qui faites la différence dans la vie des résidentes et des résidents, quelle que soit votre fonction. Chaque personne qui travaille ici joue un rôle important dans le bon fonctionnement du tout, et dans la qualité de vie des résidentes et résidents.

C'est donc à vous toutes et tous qui travaillez ici que je dédie d'abord ce message de premier aout. Vivre ensemble se concrétise dans chaque cellule de notre société. Cette cellule que vous animez ici à Cottens est un lieu de vie de qualité, et vous y êtes pour beaucoup. Au nom des résidentes et résidents, de leurs familles et aussi du monde politique que je représente à travers ma fonction, je vous adresse un immense merci de votre engagement.

Et enfin, en ce jour de commémoration de la Suisse, je terminerai par un immense merci à vous toutes et tous les résidents, pour tout ce que vous avez donné dans votre vie. Si notre pays est ce qu'il est aujourd'hui c'est parce que, génération après génération, il s'est construit avec les valeurs qui font sa force. Vous qui êtes là à m'écouter aujourd'hui, vous avez y contribué chacune et chacun à votre manière dans votre chemin de vie.

Vous pouvez donc maintenant prendre le temps de vous reposer en laissant les plus jeunes faire leur part, à leur tour. Profitez de la vie en cueillant les bons moments qu'elle vous offre, et essayez de laisser de côté les soucis de ce qui va moins bien.

C'est tout ce que je vous souhaite.

Belle fête de premier août à toutes et tous et merci de votre attention.

Danielle Gagnaux-Morel

CINÉMA-SÉRIE

## LA COURONNE - SAISON 3



**Du 8 au 22 août  
sur grand-  
écran  
à la Salle  
Grande Ourse**

La série «La Couronne» présente la vie de la Reine d'Angleterre Elisabeth II, de son mariage en 1947 jusqu'à nos jours. Six saisons sont prévues, chacune couvrant une décennie du règne de la souveraine britannique.

Les deux premières saisons diffusées en 2019 et en 2020 à la Résidence ont rencontré un franc succès.

C'est pourquoi nous décidons de vous projeter sur grand-écran, à la salle Grande-Ourse, la troisième saison comportant 10 épisodes.

## LA COURONNE : RÉSUMÉ DE LA SAISON 2 DIFFUSÉE EN 2020

En 1957, alors que l'armée de sa Majesté a été engagée quelques mois plus tôt dans une guerre illégale en Egypte, la Grande-Bretagne est plongée dans une grave crise politique. Las d'être mis de côté, Philip a quant à lui embarqué pour une tournée de cinq mois dans les mers du sud avec son ami Mike Parker, un homme à la réputation sulfureuse qui propage une rumeur de divorce du couple royal. De son côté, la princesse Margaret, en quête de bonheur, ne cesse de se rebeller contre la couronne dont l'image conservatrice et vieillissante passe de plus en plus mal auprès du peuple. Esseulée et mélancolique, Elisabeth doit affronter de nombreux défis et parvenir à moderniser l'institution, sans négliger l'éducation de son fils aîné, le timide prince Charles.



Venez nombreux découvrir la suite de cette histoire, la saison 3 de cette magnifique série sur grand-écran !

---

REPAS DU SAMEDI 13 AOÛT

# COCHON À LA BROCHE



---

# COCHON A LA BROCHE

---

SAMEDI 13 AOÛT 2022

APERITIF : DES 10H30

REPAS : 12H00

Animation musicale par Jo Pépino

MENU :

COCHON NAIN A LA BROCHE  
POMMES PROVENCALES AU FOUR  
RATATOUILLE  
DESSERT

CHF 30.- PAR PERSONNE

---

INSCRIPTIONS AU 026 477 61 31



# LA FÊTE NATIONALE À LA RÉSIDENCE



## PROGRAMME D'ANIMATIONS

# ACTIVITES COMMUNES

DATE	HEURE	ACTIVITÉ
<b>LUNDI</b>		
8 août	10h30	Atelier «préparation de légumes» (salle animation-cuisine)
	14h00	Atelier «confection de feuilletés» (salle animation-cuisine)
	16h30	Cinéma «La Couronne» saison 3, épisode 1 (salle Grande Ourse)
<b>MARDI</b>		
9 août	10h30	Cinéma «La Couronne» saison 3, épisode 2 (salle Grande Ourse)
	10h30	Sortie pique-nique au zoo de Servion (inscription auprès du personnel soignant)
	10h45	Fitness pour tous
	14h00	Atelier «préparation de légumes» (salle animation-cuisine)
	14h00	Jeux de cartes (à la Brasserie)
	16h00	Atelier «réveil-mémoire» (salle Grande Ourse)
	19h00	Soirée-bistrot
<b>MERCREDI</b>		
10 août	10h30	Cinéma «La Couronne» saison 3, épisode 3 (salle Grande Ourse)
	16h00	Jeux à l'extérieur (devant la Résidence)
<b>JEUDI</b>		
11 août	10h30	Cinéma «La Couronne» saison 3, épisode 4 (salle Grande Ourse)
	14h00	Atelier «confection de biscuits» (salle animation-cuisine)
	14h00	Sortie-verrée à «La Lagune», à Cheyres (inscriptions auprès du personnel soignant)
	16h30	Fitness pour tous
<b>VENDREDI</b>		
12 août	10h15	Messe (salle Grande Ourse)
	10h30	Sortie-repas à la carte, au restaurant «La Salamandre», à Portalban (inscription auprès du personnel soignant)
	10h45	Fitness pour tous
	14h00	Atelier «préparation de légumes» (salle animation-cuisine)
	16h00	Cinéma «La couronne» saison 3, épisode 5 (salle Grande Ourse)
<b>SAMEDI</b>		
13 août	10h30	Apéritif en musique par Jo Pépino (devant la Résidence)
	12h00	Repas «cochon nain à la broche» (à la salle à manger)

## PROGRAMME D'ANIMATIONS

# ACTIVITES PAR UNITE

DATE	HEURE	ACTIVITÉ
<b>CENTAURE</b>		
Lundi 8 août	16h45	Balade
Vendredi 12 août	14h00	FormaCube
<b>PÉGASE</b>		
Lundi 8 août	10h15	Lecture de «La Liberté»
Mercredi 10 août	14h00	Atelier «pliage du linge»
<b>PERSÉE</b>		
Lundi 8 août	11h00	Lecture de «La Liberté»
	12h15	Dîner-grillades saucisses
<b>LYRE</b>		
Lundi 8 août	14h00	FormaCube
Mercredi 10 août	14h00	Atelier «pliage du linge»
<b>ANDROMÈDE</b>		
Lundi 8 août	15h30	FormaCube
Vendredi 12 août	15h30	Balade
<b>PHOENIX</b>		
Jeudi 11 août	11h00	Lecture de «La Liberté»
Vendredi 12 août	15h30	Balade
<b>ORION</b>		
Jeudi 11 août	10h15	Lecture de «La Liberté»
	16h00	Balade

## MENUS DE LA SEMAINE

	MIDI	SOIR
<b>lundi</b> <b>8</b>	Crème de légumes Tortellini tricolore au basilic Salade assortie Compote de fruits	Potage du jour Croissant au jambon Salade assortie Café, lait ou thé
<b>mardi</b> <b>9</b>	Potage aux pois verts Emincé de foie de génisse Autre viande Polenta Poireau gratiné Crème au chocolat	Potage du jour Assiette froide garnie Salade assortie Café, lait ou thé
<b>mercredi</b> <b>10</b>	Crème de poireau Filet de sandre frit, sauce rémoulade Pommes nature aux fines-herbes Tomate au basilic Roulade à la confiture	Potage du jour Jalousie à la viande Salade verte Café, lait ou thé
<b>jeudi</b> <b>11</b>	Crème de tomates Ragoût de dinde aux olives et tomates Riz pilaf Haricots sautés à la sarriette Fruit	Potage du jour Ramequin au fromage Salade verte Café, lait ou thé
<b>vendredi</b> <b>12</b>	Potage parmentier Bouchée à la Reine Salade verte Flan à la semoule et coulis de framboises	Potage du jour Macaroni carbonara Salade de carottes Café, lait ou thé
<b>samedi</b> <b>13</b>	Broche devant la résidence Cochon nain à la broche Pommes nouvelles au four à la provençale Ratatouille Dessert	Potage du jour Gâteau aux raisinets Café, lait ou thé
<b>dimanche</b> <b>14</b>	Jambon cru et melon Suprême de pintade aux bolets Nouilles au beurre Brocoli aux amandes Cornet à la crème	Potage du jour Brie prince d'Ogoz Gruyère d'Onnens Pommes en robe Café, lait ou thé

### PROVENANCE DES VIANDES ET POISSONS

BOEUF : SUISSE PINTADE : FRANCE PORC : SUISSE VOLAILLE : SUISSE