

journal de l'entraide familiale vaudoise

Depuis 1949, l'EFV développe la solidarité dans le canton de Vaud auprès des jeunes, des adultes comme des seniors, à travers plus de 150 services et 26 associations.

efv

Jef

SPÉCIAL « COORDONNÉES DES SECTIONS »

é



Un défi qui est dans notre ADN

Saluons le courage de notre comité pour oser organiser une semaine de l'Entraide sur l'ensemble de notre canton qui se clôturera par une conférence de grande qualité à Lausanne. Dans ce monde hyper connecté, je suis persuadé que ce fameux lien est quelque peu distendu par notre vie moderne. Ce lien doit, en permanence, être réactivé car toutes les générations ont à apprendre les unes des autres.

Je me réjouis de constater que plusieurs associations régionales se sont annoncées partantes pour présenter leurs nombreuses activités en faveur de la collectivité publique vaudoise. Bravo ! Pour leur investissement bénévole, malgré un emploi du temps très chargé. Il est important, pour des responsables de comité, de travailler en permanence à l'avenir de leur association et le projet « Liens entre les générations » entre dans cette catégorie avec, en plus, l'organisation de la semaine de l'Entraide du 23 au 30 septembre 2023 qui restera un souvenir inoubliable dans le calendrier annuel de l'Entraide Familiale Vaudoise.

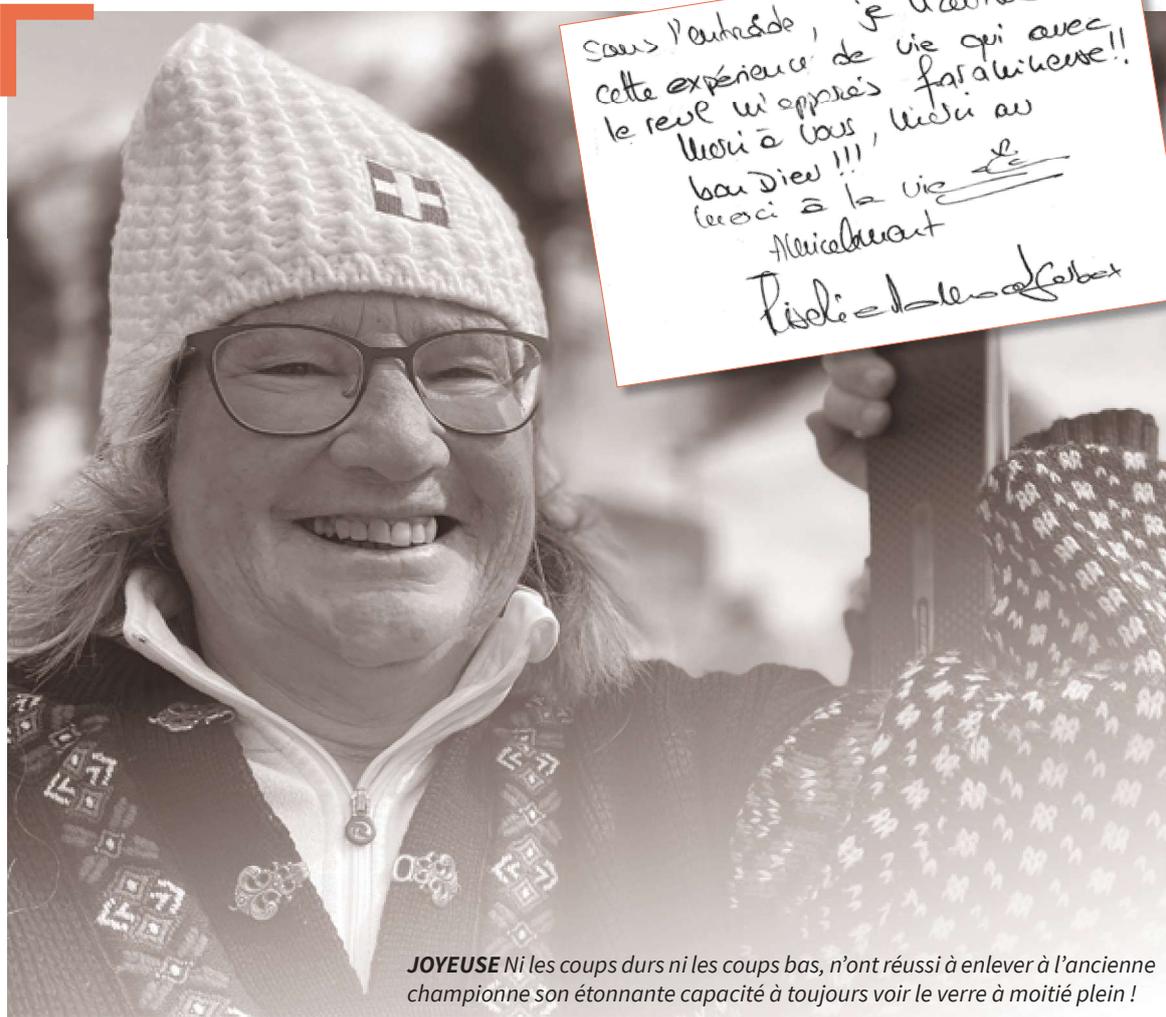
Je tiens à exprimer toute ma reconnaissance à nos généreux donateurs principalement la Fondation Leenaards ainsi que le Centre Patronal qui nous soutiennent dans cette démarche ambitieuse.

Pour conclure, ce bref édit, je formule mes meilleurs vœux de réussite pour la semaine de l'Entraide et je reste persuadé que ces liens tissés entre les générations vont perdurer car faisant partie de l'ADN de l'Entraide Familiale Vaudoise.

Martial Lambert
Président d'honneur de l'EFV

LA GRANDE INTERVIEW de Lise-Marie Morerod, ex-championne du monde de ski

« J'ai eu une vie merveilleuse après mon accident ! »



JOYEUSE Ni les coups durs ni les coups bas, n'ont réussi à enlever à l'ancienne championne son étonnante capacité à toujours voir le verre à moitié plein !

Lise-Marie Morerod rit beaucoup et sourit presque toujours. Son regard pétillant dit la générosité et la simplicité. La Vaudoise de 67 ans a été une immense vedette du sport mondial dans les années 70. Entre succès retentissants et gros coups durs, l'Ormonanche a toujours su rester positive et le cœur ouvert. L'entraide a joué un rôle important dans son étonnante trajectoire. Elle nous la raconte.

au menu de ce numéro

1-3 Interview de l'ex-championne du monde de ski Lise-Marie Morerod **4-5** La semaine entraide + la conférence du Pr Besson **6** Portrait de Pierre-Alain Chollet de l'Entraide de Rolle et environs **7-10** Les coordonnées des sections **11** Henri et Sophie, deux personnalités inspirantes de l'été + Ballade méditative et artistique le long du Talent **12** L'insertion des réfugiés par la DGCS **13** Les nouvelles des sections **14** Nos coups de cœur culturels **15** La délicieuse tarte aux oignons de Catherine + la chronique informatique **16** Cartoon « tranche de JEF » + Des mots bien sentis + Jeu.

Interview

Lise-Marie Morerod



Sur la couverture de sa biographie, la championne apparaît radieuse avec son « globe de cristal » de championne du monde.

Quelle enfance avez-vous vécue ?

Une enfance très heureuse. J'ai trois frères et une sœur. J'étais l'avant-dernière d'une famille de paysans. On habitait notre ferme au Rachy entre les Diablerets et le col de la Croix. Jusqu'en 1962 et la construction de la route, on n'avait pas l'électricité. On avait 200 poules, six vaches et des modzons. On mangeait du fromage, des patates, du beurre et du lait. Qu'est-ce que tu veux de mieux ? Six mois par an, on vivait dans la neige. Gamine, j'allais à ski à l'école. J'avais douze œufs dans une main et mon cartable dans l'autre et je remontais avec 2 kg de pain dans le dos. Avec la construction du télésiège de Vers-l'Église en 1968, c'est devenu plus facile. Mes parents donnaient tout pour leurs gamins. L'école ? Ça n'a jamais été mon truc mais je suivais car on se rendait bien compte qu'on allait vivre dans une toute autre époque...

Comment le ski de compétition est entré dans votre vie ?

Gamine, j'ouvrais toutes les courses locales sur de vieux skis de récup et je faisais de bons chronos. J'avais une dextérité extraordinaire car j'étais une gamine de la montagne habituée à sauter en bas le tas de foin ou à chevaucher nos vaches... Souvent, on nous demandait de damer la piste en dérapant avec mes frères et ma sœur. Alors ensuite, on skiait dessus jusqu'à plus soif. Puis le journaliste Jean-François Maison, un passionné de ski et excellent pédagogue, a pris les jeunes skieurs locaux sous son aile. Il nous emmenait sur les courses à ses frais. C'était un perfectionniste et dès la catégorie OJ, j'ai commencé à titiller les meilleurs. Je progressais vite aussi car je regardais comment faisaient les grands champions tels que Willy Favre et je m'en inspirais. J'ai été par exemple la première fille à oser taper les

piquets. J'en avais les épaules bleues mais je gagnais une période de temps !

En 1969, vous survolez les championnats romands de Géant avec quatre secondes d'avance et trois ans plus tard, vous devenez championne suisse à 16 ans seulement...

Les choses se sont alors accélérées. Ce titre obligeait la fédération à m'intégrer dans l'équipe nationale qui devait encore disputer plusieurs courses en Amérique. Je suis donc passée du jour au lendemain du statut d'espoir local au circuit mondial. Pour moi, c'était logique. J'étais déterminée à faire mes preuves et j'ai d'ailleurs fait bonne figure au point de signer chez Head

j'essayais de parler avec chacun car j'aurais aimé que l'on fasse pareil avec moi. L'année qui a suivi mon grand Globe de cristal, j'étais comme les bricelets dans les fêtes. Incontournable. On me voulait partout ! C'était sympa mais ça ne payait qu'en fatigue.

D'où vous venait votre esprit de compétition ?

En étant la quatrième d'une fratrie de cinq avec trois garçons, il a bien fallu se faire une place et se défendre... (rires) Sportivement, je voulais surtout battre le chronomètre plus que mes adversaires. C'est cette philosophie que j'ai transmise à mes jeunes skieurs lors de mes 38 années comme entraîneur. J'ai aimé leur transmettre ce que le ski m'avait donné !



avec mon ami le regretté Jean-Pierre Ansermoz comme serviceman.

Rapidement, les victoires en Coupe du monde s'enchaînent. Vous en accumulez 24 au total. Comment vivez-vous cette célébrité soudaine ?

Comme une expérience à vivre ! J'allais à la Migros et je n'arrivais pas à acheter quoi que ce soit avant que les gens ne me demandent des autographes. Mais

En 1978, un grave accident de voiture fait basculer votre vie. Racontez-nous...

Je rentrais d'un entraînement à Zermatt. J'étais passagère d'une voiture dans laquelle se trouvaient deux copains et un dobermann dont la présence m'avait empêchée de mettre ma ceinture... Dans un rond-point de Vernayaz (VS), un riche héritier britannique nous a percutés à 120 km/h au volant de sa Porsche. J'ai eu quatorze fractures au bassin et trois aux

vertèbres cervicales. J'ai même dû être trépanée et ai passé six semaines dans le coma. C'est un guérisseur renommé qui m'en a finalement sorti. Mais j'ai quand même fait six mois d'hospitalisation !

Comment s'est passé votre rétablissement ?

Physiquement, ça a été laborieux. Une marche d'escalier devenait un Everest. Mais une super physio m'a aidée à progresser étape par étape. Et puis je ne me souvenais de rien. Ma sœur devait chaque jour me raconter que j'avais gagné la Coupe du Monde, que j'avais trois frères et que je venais du Rachy. J'ai réappris ma vie avec émerveillement en relisant ma propre biographie ! J'ai réintégré le circuit FIS en janvier 1980. Si je n'avais pas eu cet accident, dont je garde encore des séquelles cognitives, j'aurais un palmarès hors du commun digne de mon amie Erika Hess. Mais c'était ma destinée ! Il faut le prendre comme ça. J'ai eu la chance de passer entre les mains de chirurgiens d'exception et puis j'ai eu une vie merveilleuse après.

Êtes-vous portée par une foi ?

Je suis chrétienne et protestante. Je crois que quelque chose de plus fort que nous décide de notre destinée tout comme mes parents très croyants qui descendaient tous les dimanches à l'église. À deux ans, je suis passée sous le tracteur de papa et en suis sortie indemne (ndlr : un peu comme la fameuse miraculée de St Marguerite Bays). Le bon Dieu voulait que je vive. Forte de ces convictions, j'ai vécu mon accident comme une fatalité. C'est plus la mort de ma mère peu après, à l'âge de 54 ans d'un cancer, que je l'ai vécue comme une injustice. Là, j'ai compris qu'elle avait donné sa vie pour nous.

J'ai toujours eu un bon moral. Maman m'a transmis sa formidable capacité de toujours voir le verre à moitié plein.

En travaillant 22 ans comme animatrice dans un EMS de la Riviera, vous avez comme rattrapé par procuration tout ce temps pas passé avec elle...

Oui. J'avais été embauchée là comme simple repasseuse alors que j'étais en perte financière. J'ai tissé de beaux liens avec toutes ces personnes âgées qui m'avaient bien connue championne. J'étais un peu comme leur gamine. Je leur racontais ce que je lisais dans les journaux pour qu'elles gardent l'envie de vivre. J'ai adoré voir cette petite flamme briller dans leurs yeux. De là, je tire une certaine familiarité avec la mort et avec la décadence qu'elle implique souvent. Mais j'espère

vivre encore longtemps. Ma grand-maman a vécu presque centenaire. Faut croire que j'ai de bons gènes ! (rires)

Un escroc a détourné toutes vos économies au point que, pour une championne de votre calibre, vous vivez dans une certaine précarité aujourd'hui encore...

Voici quatre ans, votre appartement brûlait et la Justice vous condamnait pour incendie par négligence... Vous avez eu votre lot de coups bas et de coups durs dans la vie...

Oui mais j'ai surtout eu la plus grande chance qu'une femme puisse avoir c'est d'être maman. Et cet immense bonheur compense tous les malheurs du monde ! Steve est né par césarienne le 22 juin 1987. Il avait le cordon ombilical enroulé quatre

fois autour du cou. En anticipant l'accouchement, mon gynécologue a sauvé deux vies ce jour-là ! Aujourd'hui mon fils est un sportif accompli et travaille comme architecte. Il a été mon plus grand cadeau et je suis heureuse, mais s'il me fait deux ou trois petits-enfants, j'suis pas contre ! (rires)

Laurent Grabet

SA VIE EN 10 DATES

1956 Naissance le 16 avril à Ormont-Dessus.

1972 S'adjuge le Géant des championnats suisses devant la championne olympique Marie-Thérèse Nadig.

1977 Devient la première skieuse suisse à remporter le général de la Coupe du Monde et gagne le surnom de « Boubou ».

1978 Un accident de voiture la plonge six semaines dans le coma.

1980 Revient une saison sur le circuit FIS avant de mettre un terme à sa carrière *amateur*.

1981 Part courir en professionnelle sur le circuit du ski parallèle américain qu'elle termine troisième l'année suivante.

1984 Réussit son diplôme de prof de ski.

1987 Naissance de son fils Steve.

1998 Commence ses 22 années comme animatrice en EMS.

2020 Est sacrée troisième plus grande sportive suisse des 70 dernières années. Prend sa retraite après 38 années comme entraîneur de ski et monitrice neuf mois par an.

« C'est moi qui ai mis Björn Borg sur des skis ! ».

2023 Le canton l'informe qu'elle ne pourra plus enseigner le ski. « Je l'ai pris comme un manque de respect pour ma carrière... Mais avec ou sans veste rouge, je m'y remettrai l'hiver prochain ! ».



Avec son fils Steve et son ex-mari avec qui elle entretient de bonnes relations.

Semaine des entraides familiales

23 au 30 septembre 2023

Une dizaine d'associations ouvrent leurs portes, une vingtaine d'activités à découvrir dans le Canton et une conférence de clôture à Lausanne.

Samedi 23

Lonay

Secondhand Day
Magasin de seconde main
«La Trouvaille»
50% de rabais sur les habits
09h00 à 13h00
Ch. Des Mouettes 1, 1027 Lonay
aide.familiale@morges.ch
021 804 98 22
Par le Service d'aide familial de Morges et environs

Morges

Porte ouverte
Centre de rencontres de Couvaloup
Brunch et jeux intergénérationnels
10h00 à 16h00
Rue de Couvaloup 4, 1110 Morges

Possibilité d'accompagner un-e livreur-se en tournée
10h30 à 11h30
Départ de Couvaloup 9,
Par le Service d'aide familial de Morges et environs

Pully

Stand à la journée des Solidarités
Maison Pulliérane 09h30 à 16h00
Rue de la Poste 1, 1009 Pully
Par l'Association d'entraide familiale de Pully - Paudex - Belmont

Renens

Grande Vente du Vestiaire
09h00 à 16h00
Accompagné de la ludothèque pour Vente de pâtisserie & Activité jeux
09h00 à 12h00
Rue de l'Avenir 25, 1020 Renens
Par l'entraide familiale de Renens et environs

Dimanche 24

St-Prex

Stand d'informations au marché
Grand Rue, 1162 St-Prex
10h00 à 13h00 079 525 78 48
Par l'entraide familiale de St-Prex - Etoy - Buchillon

Lundi 25

Jouxten

Porte ouverte
Cours de Qi Gong - 10h15
Ch. de Beau-Cèdre 1, 1008 Jouxten
021 624 27 81 (dès 18h00)
Par l'entraide familiale de Prilly - Jouxten-Mézery

Yverdon

Vestiaire
19h00 à 21h30
Av. des Sports 48
1400 Yverdon-les-Bains
Par l'entraide familiale yverdonnoise

Mardi 26

Jouxten

Porte ouverte / Cours de Yoga
18h30 079 297 36 61
Ch. de Beau-Cèdre 1, 1008 Jouxten
Par l'entraide familiale de Prilly - Jouxten-Mézery

Prilly

Porte ouverte / Cours de Gym
18h15 079 388 09 55
Collège de Mont-Goulin
Par l'entraide familiale de Prilly - Jouxten-Mézery

St-Prex

Porte ouverte

Cours de français débutants
13h30 à 15h30 079 525 78 48
Avenue Taillecou 2, 1162 St-Prex
Par l'entraide familiale de St-Prex - Etoy - Buchillon

Yverdon

Vestiaire
13h30 à 16h30
Av. des Sports 48 -
1400 Yverdon-les-Bains
Par l'entraide familiale yverdonnoise

Mercredi 27

Rolle

Stand d'informations
10h00 à 19h00
Place du marché en face de la Coop, 1180 Rolle
Ludothèque - Vestiaire
Diverses animations et activités
10h00 à 11h30 et 14h00 à 16h30
Grand Rue 44 - 1180 Rolle
Par l'entraide familiale de Rolle et environs

St-Prex

Porte ouverte
Cours d'anglais - 09h00-10h00
Avenue Taillecou 2, 1162 St-Prex
079 525 78 48
Par l'entraide familiale de St-Prex - Etoy - Buchillon

Yverdon

Vestiaire - 13h30 à 16h30
Av. des Sports 48 -
1400 Yverdon-les-Bains
Par l'entraide familiale yverdonnoise

Jeudi 28

Prilly

Porte ouverte
Cours de Yoga - 12h15

079 297 36 61
Ch. de l'Union 5, 1008 Prilly
Par l'entraide familiale de Prilly - Jouxten-Mézery

St-Prex

Porte ouverte
Cours de français avancés
13h30-15h30 079 525 78 48
Avenue Taillecou 2 -1162 St-Prex
Par l'entraide familiale de St-Prex - Etoy - Buchillon

Yverdon

Vestiaire
19h00 à 21h30
Av. des Sports 48
1400 Yverdon-les-Bains
Par l'entraide familiale yverdonnoise

Yvonand

Marché villageois
Stand de crêpes, salées et sucrées
16h00 - 20h00
Sur la place de fête
Par l'entraide familiale de la Menthue

Vendredi 29

Montreux

Stand au Marché - 08h00 à 12h00
021 963 15 18
Marché de Montreux près du marché couvert, au bord du lac
Par le Service d'aide familial de Montreux - Veytaux

25 au 29 sept.

St-Prex

Possibilité d'accompagner un-e livreur-se lors de la livraison de repas, de 13h30 à 15h30
079 525 78 48
Avenue Taillecou 2, 1162 St-Prex

Samedi 30

Prilly

Ludothèque : Activités Jeux
10h00 à 13h00 076 258 34 61
Avenue du château 1, 1008 Prilly
Par l'entraide familiale de
Prilly - Jouxens-Mézery

Merci à nos donateurs

Un grand merci à nos donateurs, sans qui le vaste projet visant à favoriser les liens entre les générations ne serait pas possible. C'est en effet grâce à un don du Centre Patronal et au généreux soutien de la Fondation Leenaards que ce projet peut être mené à bien.



FONDATION
LEENAARDS



Centre Patronal

L'entraide familiale :

26 associations, 1050 bénévoles, 154 activités ou services pour l'ensemble de la population vaudoise. Retrouvez toutes les informations sur www.efvaud.ch

Conférence du samedi 30 septembre

« FAMILLE, SANTÉ, COMMUNAUTÉ Nouvelles perspectives »

Ouvertures des portes à 14h15. Nombre de places limité. Entrée libre, inscription obligatoire : conference30septembre@efvaud.ch



Professeur honoraire
Jacques Besson

Médecin, psychiatre, addictologue. Son intérêt pour la psychiatrie communautaire et la santé mentale l'a porté à étudier depuis de nombreuses années les rapports entre psychiatrie et religion et entre neurosciences et spiritualité.

Quelles sont les nouvelles dimensions de la santé en ce début de XXIème siècle ? Quels sont les apports des neurosciences dans ce domaine complexe ? La santé comporte des dimensions physique, psychique, sociale, mais aussi spirituelle, selon l'OMS.

L'exposé mettra l'accent sur la santé communautaire, dans une perspective intégrative incluant la famille. Le concept de rétablissement montrera l'importance de l'écologie familiale de la reliance et de la résilience.

A partir des addictions, nous verrons la pathologie du lien et du sens, éclairée par les dernières données des neurosciences. Les recherches sur l'empathie et la compassion éclairent les fondements de l'altruisme, racine de la salutogenèse, et de l'autonomie des personnes.

La neurothéologie, ou neurosciences de la spiritualité, nous permettra de montrer les fondements du spiritual care. La santé spirituelle apparaîtra dès lors comme un besoin naturel tant pour l'individu que pour la famille et la communauté.

4 Présidentes illustrent l'entraide

Mme Jaquier s'appuiera sur les 70 ans d'existence de l'entraide yverdonnoise afin d'en dégager les lignes de force. Madame Rinsoz de Chardonne-Jongny nous parlera de l'importance des liens tissés avec les communes de 3 à 4 milles habi-

tants et de la recherche des bénévoles. Avec les 60 ans de bénévolat vécus par l'association de Pully Paudex Belmont, Madame Belet nous montrera que l'enthousiasme à donner de son temps est toujours bien vivant au travers d'une activité

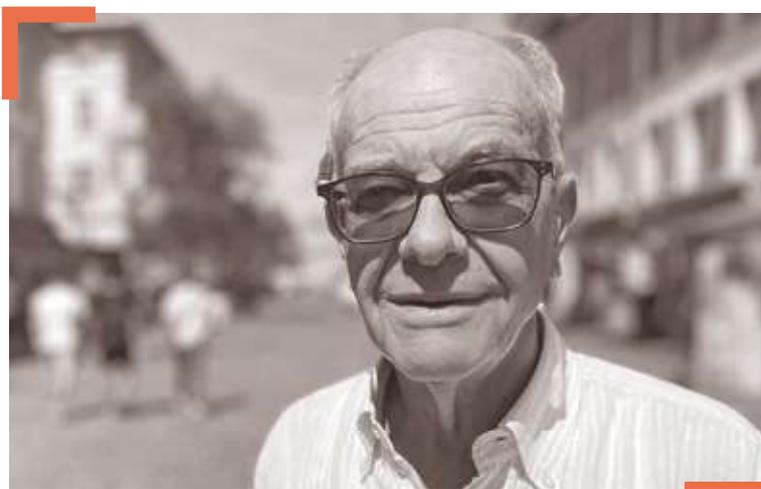
tricot. Pour terminer, Madame Schey nous relatera une très belle expérience de liens entre les générations menée par l'association de St-Prex et environs, ses bénévoles, ses bénéficiaires et les élèves d'une école privée.

Adresse : Maison de la Communication | Av. de Florimont 1, 1006 Lausanne Parking à proximité : Bellefontaine - Mon-Repos Bus TL : 1, 2, 4, 8, 9 - Arrêt Georgette depuis la gare de Lausanne : 15 min à pied ou Bus 1 direction Blécherette.

Une vie aux services des autres

LE PORTRAIT Difficile de résumer une vie en quelques lignes. Impossible même sans doute. Surtout celle de **Pierre-Alain Chollet** dont le sourire mi-tendre mi-pudique dit pourtant déjà beaucoup. Le Président de l'Association d'entraide familiale de Rolle et environs est né à Versoix (GE) en 1950. Son père fit carrière à l'état-major de la Police vaudoise. Quant à sa mère, elle l'éleva de tout son cœur et on sent à quel point lorsqu'il en parle... Du premier, ce fils unique tire « le goût de l'effort et de la persévérance ». De la seconde, « le respect et la tolérance aux façons de vivre et de penser des autres ». De quoi cadrer adéquatement cet enfant gentiment rebelle aimant fuguer chez ses grands-parents ou traverser hors des clous...

Et derrière ces belles valeurs, pas besoin de beaucoup creuser pour trouver un solide socle de foi chrétienne portant encore ce réformé. À 14 ans, il quitte ses parents pour étudier au Collège à Fribourg. Là, il apprend à aimer l'école et aussi les rudiments de la vie de fratrie dans la famille qui l'héberge. Après l'école de commerce, le jeune vaudois passe une année en Allemagne où il travaille comme aide-infirmier



puis une autre en Angleterre où il est amené à nettoyer des corps dans une morgue !

Globetrotter et amoureux

Sa vie professionnelle décolle ensuite au service social de la ville de Lausanne en plein premier choc pétrolier. « Là, je me suis trouvé une bonne voie dans laquelle je me retrouvais :

être au service des gens dans une relation d'aide très nourrissante. » Pierre-Alain Chollet devient naturellement chef d'office à Lausanne puis chef de service des affaires sociales de la ville de Nyon, poste dans lequel il vivra et organisera de l'intérieur la régionalisation des centres sociaux. « Une expérience passionnante, se souvient-il. Malgré mon côté sau-

vage d'enfant unique, je suis sensible et j'aime les gens ! » Sur sa route, ce bourlingueur invétéré croisera au Brésil à l'orée de la trentaine Thérèse, une traductrice belge de dix ans son aînée. Elle deviendra sa femme jusqu'à son décès soudain au début du premier confinement. « Par la force des choses, nous n'avons pas eu d'enfants mais nous avons partagé tant de belles choses dont de nombreux voyages inspirants. Elle m'a beaucoup apporté, notamment plus de confiance en moi », confie pudiquement le septuagénaire. L'entraide de Rolle ? Il y est entré comme président au moment de sa retraite en 2014. « *J'avais tant reçu dans ma carrière humainement et en expérience que j'éprouvais le besoin de redonner un peu de tout ça aux autres.* » Et à en croire ceux qui le côtoie dans cette mission : c'est très réussi !

L. Gr

Vous désirez vous abonner au JEF

Remplir ce bulletin en lettres capitales en vous remerciant pour votre soutien.

Je désire souscrire un abonnement d'une année au «JEF», Journal de l'Entraide Familiale Vaudoise. CHF 20.- / 6 numéros par an.

Nom _____ Prénom _____

Adresse _____

Code Postal _____ Lieu _____

Je souhaite offrir un abonnement d'une année au «JEF», Journal de l'Entraide Familiale Vaudoise. CHF 20.- / 6 numéros par an. (Merci de remplir la première partie pour adresse de facturation).

à Mme/M. Nom _____ Prénom _____

Adresse _____

Code Postal _____ Lieu _____

Lieu, date _____ Signature _____

Bulletin à renvoyer à : Entraide familiale vaudoise • avenue de Rumine 2 • 1005 Lausanne

Solutions Jef N° 3/23

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

Un grand merci Henri, mille bravos Sophie !

DEUX PERSONNES INSPIRANTES

Mettre sa vie au second plan pour sauver celles d'enfants innocents. En un sens, il s'agit-là d'entraide poussée à son paroxysme. C'est ce qu'a fait **Henri d'Anselme** lors de la terrible agression d'Annecy, en France voisine, le 8 juin. Ce matin-là, armé de son dérisoire sac à dos, le lumineux Français de 24 ans est parvenu à empêcher Abdalmasih H, requérant d'asile syrien chrétien de 31 ans à la dérive, de faire plus de victimes lors de sa folle et sanglante attaque au couteau sur une place de jeux des bords du lac d'Annecy. Par miracle, les six victimes poignardées, ont survécu. Deux semaines après, nous avons eu le privilège de passer une journée dans le sillage d'Henri, le « héros au sac » alors que ce drôle de pèlerin reprenait son tour de France des Cathédrales. « Lors de l'agression, je me suis lancé comme on sauterait d'un



plonger. Un cours d'auto-défense suivi il y a quelques années auprès d'un ancien du GIGN, m'a grandement aidé à franchir ce pas. Ensuite, l'instinct animal a pris le dessus », nous a expliqué le jeune homme. Lequel nous a confié aussi avoir été accompagné mentalement tout au long de son geste par l'image d'Arnaud Beltrame. Ce gendarme, fervent catholique comme lui, était mort en héros en mars 2018 après s'être volontairement substitué à un otage lors d'une

attaque terroriste islamiste à Trèbes. De quoi donner plus de pertinence encore donc à la morale qu'Henri, jeune diplômé en philosophie et management, veut tirer de son histoire. Une morale, qui est valable dans bien d'autres choses, petites et grandes du quotidien et qu'il résume ainsi : « Tout le monde est capable d'agir comme je l'ai fait. Il suffit de nourrir de ce qu'il y a de grand et de beau pour relever la tête et décider d'arrêter de subir... » Un grand merci Henri !

Le 26 juin, l'alpiniste romande **Sophie Lavaud** réussissait l'ascension de son quatorzième et dernier 8000. Elle devenait ainsi la première suisse derrière feu Erhard Loretan et la troisième femme au monde à avoir escaladé tous ces sommets de l'Himalaya. Nous l'avions contactée par téléphone peu après. Ce fut l'occasion pour la Genevoise de 55 ans, née à

Lausanne, de nous rappeler que pour elle, les succès sont affaire d'équipe et qu'en haute altitude l'entraide est importante. « On parvient rarement à de grandes choses seul et dans une équipe, un suiveur est un rouage important, appelé par moment à endosser le rôle de chef et à permettre ainsi aux siens d'atteindre un objectif commun ou de grandir en compétences », résume celle qui se voit modestement comme une simple « suiveuse ». Mille bravos à elle !



Rando culturelle le long du Talent

À FAIRE EN FAMILLE

Jusqu'au 24 septembre, l'Espace culturel d'Assens met en scène, pour la 6^e fois, un parcours de sculptures et d'installations le long des berges du Talent. L'art au fil du Talent est l'occasion pour les visiteurs d'avoir un bel aperçu, grâce à une sélection éclectique d'œuvres d'art, des chemins de création empruntés par divers artistes contemporains suisses. Le tout sur 6 km à parcourir à pied pour débusquer, entre terre, forêt, ciel et eau, les sculptures ou installations de quarante créateurs sélectionnés par un jury d'experts et provenant de 13 cantons. Une manière originale et ludique aussi de sil-

lonner cette région authentique et sauvage. Tout en cheminant, le visiteur, à son rythme et quel que soit la météo ou le moment de la journée, prend peu à peu la mesure de l'événement, de la magie qui en découle. Accompagné, en groupe, en famille ou seul, il est soudain impatient de débusquer au détour d'un layon, dans une clairière, dans un arbre, à la croisée de plusieurs sentiers, sur une colline ou dans un méandre de la rivière, les sculptures et installations qui, tels des veilleurs, guettent son passage. Pour l'arpenteur, cette rencontre entre les œuvres d'art et le milieu naturel est tonifiant, stimulant, radieux ou propice au silence, à

la douceur, à la rêverie. Il quitte ainsi, un temps, notre société anthropophage, parfois brutale et sauvage pour entrer dans un

monde sans limite, universel, capable de mettre à vif les émotions.

L. Gr



Accompagner les réfugié-e-s dans leur insertion socio-professionnelle

Dans le canton de Vaud, deux institutions différentes et complémentaires, avec de nombreuses collaborations, prennent en charge les personnes à la recherche de protection en Suisse : l'Etablissement vaudois d'aide aux migrants (EVAM) et le Centre social d'intégration des réfugiés (CSIR).

Si l'EVAM est souvent sous les feux des médias, le CSIR est moins connu du grand public. Alors que l'EVAM prend en charge les requérant-e-s ayant déposé une demande d'asile, ainsi que les réfugié-e-s d'Ukraine ayant obtenu un statut « S » de nature provisoire, le CSIR est la structure cantonale chargée d'offrir un appui social et d'octroyer le revenu d'insertion aux réfugié-e-s admis dans le canton. Les objectifs sont l'intégration sociale, la mise en formation et ultimement l'insertion professionnelle durable des parents, comme des enfants.

Les assistant-e-s sociaux du CSIR accompagnent quelques 2'500 à 3'000 personnes au gré des années. Ils s'appuient sur un dispositif de mesures d'insertion particulièrement varié autour de quatre grandes catégories. Selon la situation et le profil de la personne concernée, elle est amenée à suivre une ou plusieurs mesures de différentes catégories : acquérir les capacités de base (tels les cours de français), mesures socio-professionnelles permettant d'effectuer des stages et de créer des contacts professionnels, mesures de transition pour pouvoir rejoindre une formation certifiante tel un apprentissage, activités centrées sur une insertion sociale, par exemple à la suite d'un vécu traumatisant.

En 2022, 85% des bénéficiaires du CSIR âgés de 16 à 60 ans ont bénéficié d'une mesure d'insertion, étaient en emploi ou en formation – soit 1'623 sur 1'906 personnes.



Les assistant-e-s sociaux Souad Moumou et Javier Bravo Araya en séance avec Matthias Jaquet, le responsable de la nouvelle antenne du CSIR à Yverdon (de gauche à droite).

L'insertion prend souvent plusieurs années

L'expérience montre que la très grande majorité des réfugié-e-s statutaires vont s'établir durablement en Suisse. Le travail d'insertion prend, dans ce contexte, toute son importance.

A bien des égards, l'aide que l'Etat fournit à une personne réfugiée est identique à l'aide sociale que tout résident-e peut demander. Pour être efficace, cette aide doit néanmoins prendre en considération certaines caractéristiques des personnes qui ont trouvé refuge en Suisse. Ces dernières ne parlent le plus souvent pas le français, elles ont des niveaux d'éducation très variés, elles ont aussi des formations et des expériences professionnelles qui ne sont que rarement reconnues à leur juste valeur en Suisse. Par ailleurs, elles ont des parcours de vie qui ont construit leur extraordinaire résilience, mais qui les

ont aussi souvent profondément marquées.

Toutes ces caractéristiques expliquent le besoin d'un suivi plus spécialisé par le CSIR pendant 5 à 7 ans en moyenne. Cette période correspond aussi à la durée généralement nécessaire pour arriver à une insertion socio-professionnelle réussie. Ceci afin de leur permettre de gagner et surtout de garder leur autonomie sur le long terme.

Une structure présente sur trois sites

Pour mener à bien sa mission, le

CSIR, rattaché au Département de la santé et de l'action sociale (DSAS), compte sur quelques 100 collaboratrices et collaborateurs, dont de nombreux assistant-e-s sociaux.

Le siège principal se trouve à Lausanne, avec deux succursales à Montreux et à Yverdon. Il s'agit de deux régions du canton qui abritent une partie importante des réfugié-e-s statutaires. Cette récente régionalisation permettra de renforcer et faciliter la collaboration avec les acteurs sociaux et économiques locaux, ainsi que de se rapprocher des lieux de vie des bénéficiaires.

Quelques repères chiffrés :

- 6'622 réfugiés statutaires admis dans le canton de Vaud (31.12.2022) dont environ 40% sont suivis par le CSIR
- Les pays d'origine les plus représentés sont l'Érythrée (767), la Syrie (693), la Turquie (597) et l'Afghanistan (327)
- 1'590 hommes et 1'406 femmes

Plus d'informations : www.vd.ch/csir

EFV

L'AG de printemps en quelques mots

Invitée par le Service d'Aide Familiale de Morges et environs (SAF), l'Assemblée générale de printemps de l'EFV s'est bien déroulée.

Après une allocution du Municipal **Pellegrino**, relevant l'importance du bénévolat et l'efficacité du SAF de Morges, la nouvelle Présidente, **Mme Savary**, s'est exprimée, suivie par **Mme Michel**, Directrice, qui a présenté les nombreux services actifs dont le dernier : « la soupe pour tous ».

Les objets soumis à votation ont été validés à l'unanimité, la commission de gestion ayant relevé la remarquable implication de chacun.

Le mandat de présidence de **Jean-Marc Chevallaz** a été renouvelé par acclamation. Ses qualités de force tranquille et de bienveillance ont été relevées par **Anne-Lyse Guignard** laquelle a reçu la distinction de membre d'honneur en remerciement de son engagement depuis 1992 au sein de l'Entraide familiale. De longs applaudissements l'ont saluée. **Janick Chatelain**, Secrétaire générale et Directrice de l'EFV, a commenté le rapport d'activité en précisant que huit objectifs sur les neuf projetés ont été concrétisés avec succès. Elle s'est attardée sur les réunions organisées par la faïtière afin de créer des synergies entre les associations, notamment les quatre Interrégionales de 2022 qui ont débouché sur la création de deux groupes de travail.

Cédric Chatelain, responsable informatique, a décrit de son côté ses interventions de 2022. La réunion s'est terminée autour d'une collation fort conviviale.

Janick Chatelain

OLLON

Vente échange d'automne

L'entraide familiale d'Ollon vous annonce que sa prochaine vente-échange aura lieu

les 10 (17h-19h30) et 11 octobre (9h-11h)

à la Grande salle. Les personnes intéressées peuvent se renseigner auprès de :

www.entraide-familiale-ollon.weebly.com
ou vente-echange.ollon@bluewin.ch

Morges & environs

Les rendez-vous du SAF en septembre

Vendredi 1^{er} à 11h30 :

repas préparé par des chefs - Moules marinières.

Vendredi 8 dès 10h :

jeux intergénérationnels, jeux individuels à deux ou à plusieurs, repas à 10 fr. pour les participants.

Mardi 12 à 11h30 :

repas aux saveurs d'ici et d'ailleurs (Mexique).

Jeudi 14 à 14h30 :

l'Aprémi-Club pour training mental.

Jeudi 21 à 9h :

Info seniors – sécurité informatique et à 14h30, Avivo—groupe jeux de cartes et divers.

Samedi 23 de 10h à 16h :

portes ouvertes, brunch, jeux, etc.

Dimanche 24 à 11h30 :

repas dominical Sauté de veau au martini et loto.

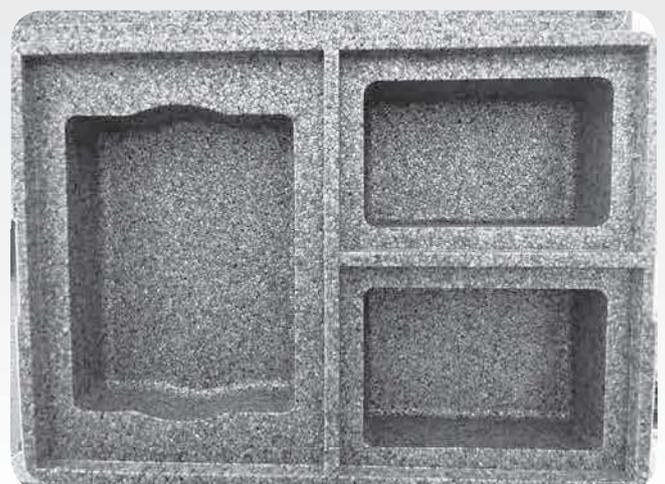
www.safmorges.ch

Box sagex pour livraison de repas à domicile

Le service d'aide familiale de Morges et environs vend, d'occasion, 130 boîtes isothermiques avec couvercle (voir photo) utilisées pendant environ 4 mois à raison d'une fois par semaine. Dimensions : 429 x 306 x 107 mm. Prix : 30 fr l'unité. Vous êtes intéressés ?

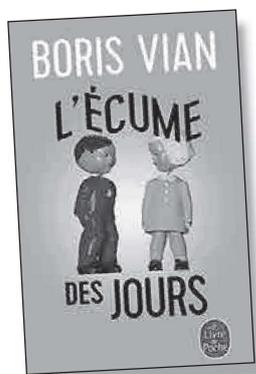
Contactez-nous au 021 804 98 22

ou par email sur aide.familiale@morges.ch



Coup de cœur

culturel



UN GRAND CLASSIQUE

L'écume des jours de Boris Vian

Un titre lumineux qui annonce une histoire d'amour drôle ou grinçante, tendre ou grave, fascinante et inoubliable. Boris Vian, vous connaissez sans doute, né le 10 mars 1920 et disparu subitement le 23 juin 1959. Auteur, compositeur, musicien, écrivain, poète, peintre, touche à tout, « énorme » artiste, également connu, au milieu de bien d'autres, sous le pseudonyme de Vermon Sullivan sous les doigts desquels il a écrit « J'irai cracher sur vos tombes » roman qui fit scandale à l'époque. Autre texte qui lui attira bon nombres d'ennuis à sa sortie, sa célèbre chanson « Le déserteur ». Au hasard de ma bibliothèque, je viens de découvrir un de ses écrits « L'écume des jours », roman surprenant, surréaliste à souhait, qui multiplie les découvertes, les néologismes, les jeux de mots et les inventions de Vian telles que le pianocktail, le bigle-moi, les doublezons. Dans un univers mêlant au quotidien les rêves et la réalité, ce roman conte les aventures de Colin, de Chick, d'Alise et de Chloé. Deux histoires d'amour s'entremêlent : Colin est un jeune homme élégant, rentier, qui met fin à son célibat en épousant Chloé, tandis que son ami Chick, fan du philosophe vedette Jean-Sol Partre, entretient une relation avec Alise. Tout irait pour le mieux pour les quatre amis

sans la maladie de Chloé victime d'un « nénuphar » qui lui dévore le poumon et de l'acharnement de Chick à gaspiller sans compter toutes ses ressources dans sa passion pour Jean-Sol Partre dont il achète tous les écrits. Un classique moderne, salué à sa sortie en 1947 par Raymond Queneau comme « le plus poignant des romans d'amour contemporains ». Au fil des pages de cette histoire vous allez être à la fois charmé, amusé, captivé, interloqué, voire subjugué par les multiples facettes de ce récit. Un vrai régal, à ne comparer avec aucun autre roman « traditionnel ». *Eric Favre* Editions LGF / Le Livre de Poche, ISBN 9782253140870, 14 fr. 70



UN ROMAN POIGNANT

Sa préférée de Sarah Jollien-Fardel

Née en 1971, Sarah Jollien-Fardel a grandi en Valais, canton dans lequel elle réside toujours avec son mari et ses deux fils. Avec Sa préférée, prix du roman « FNAC » 2022, l'auteure nous fait vivre l'horreur de la vie d'une jeune femme témoin et victime de la pire des maltraitances. Dans ce village haut perché des montagnes valaisannes, où Jeanne la narratrice a grandi, tout se sait, et personne ne dit rien. Si sa mère et sa sœur se résignent à subir en silence les avalanches quotidiennes de mots orduriers, de coups, aux retours avinés de leur mari et père, Jeanne, malgré la peur permanente, lui tient tête. Jusqu'au jour où, pour une ré-

ponse cinglante prononcée avec toute l'assurance de ses huit ans, il la roue de coups. Quand arrive le médecin du village, appelé à son chevet, elle est convaincue que cet homme instruit, respecté et bienveillant va mettre fin à son cauchemar : mais las, à l'instar des proches et des voisins rustauds, il est muni d'œillères, il agit comme si de rien n'était, comme si elle avait été victime d'une simple chute. Dès lors, son dégoût face à tant de lâcheté, et aussi son désir d'échapper à la terreur quotidienne vont permettre à Jeanne de continuer à cheminer, propre à l'extérieur mais complètement ravagée de l'intérieur. Ce court roman, poignant, ce hurlement se lit d'une traite. Vous allez en ressortir complètement « lessivé ».

Eric Favre
Editions Sabine Wespieser, 2023,
ISBN 9782848054568, 31 fr.

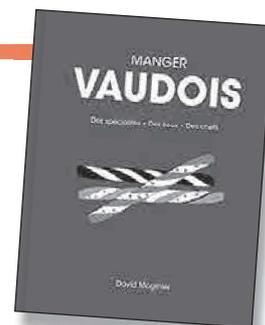


UN JEU D'ENQUÊTE

Micromacro Crime City et Full House

Micromacro est un jeu d'enquête, qui a remporté l'As d'Or au festival des jeux à Cannes en 2021. Parmi les joueurs, il faut définir un détective qui est en charge de mener l'enquête et qui va gérer les cartes constituant l'enquête et en faire lecture aux autres joueurs. Les autres joueurs sont les inspecteurs qui doivent accomplir les missions, découvrir les éléments qui confirmeront leur hypothèse et retrouver la scène spécifique sur le plan de ville. Pour 2 à 4 inspecteurs dès 10 ans.

*Karine Richard de la ludothèque
Le Potiron de Renens*



UN GUIDE GASTRONOMIQUE

Manger vaudois de David Moginier

Découvrez la cuisine vaudoise d'aujourd'hui, entre cuisine paysanne traditionnelle, gastronomie haut de gamme et saveurs d'ailleurs, et apprenez comment la cuisiner avec 25 recettes de cinq cheffes et chefs! Produits typiques, recommandations de lieux et restaurants, anecdotes historiques : rien n'a été oublié dans ce livre complet qui offre une perspective contemporaine sur les goûts et spécialités qui font le canton de Vaud. Vous trouverez dans ce guide une sélection de spécialités locales comme de lieux où la nourriture se vit. Et cinq cheffes et chefs choisis pour représenter les diverses facettes de la gastronomie cantonale, de la plus traditionnelle à la plus moderne, de la plus locale à la plus fusionnelle: François Grognoz (Brasserie de Montbenon), Serena Shamash (Eat Me), Rafael Rodriguez (Auberge de l'Abbaye de Montheron), Vanessa Jeanne-rette (Le Café du Grütli), Cédric Pilloud (Le Zingue). Chacun propose ici des recettes qui puisent leurs ingrédients dans le terreau du canton. Bon appétit! *Com* Editions Bergli Books, 2023, ISBN 9783038691402, 24 fr 90



Le + du JEF
Le premier lecteur à nous en faire la demande avec son adresse postale à leplusdujef@efvaud.ch recevra gratuitement un exemplaire de ce livre «Manger vaudois».



En cuisine avec Catherine

Tarte aux oignons

Voilà un plat qui peut tout aussi bien se déguster en accompagnement de l'apéritif ou comme repas du soir accompagné d'une belle salade, en toute simplicité.



Ingrédients :

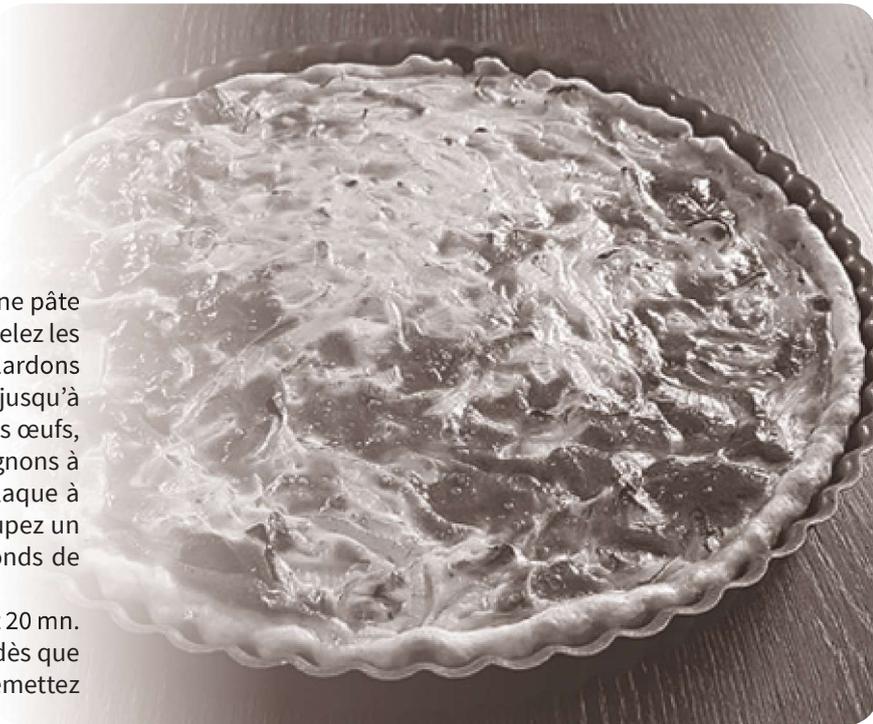
Pour la pâte : 200g de farine, 130g de beurre ramolli, 1 c à s. d'eau, 1 œuf, 1 pincée de sel.

Pour la garniture : 2,5 dl de crème double, 2,5 dl de lait, 3 œufs, 30g de lardons coupés en dés, 30g de beurre, 300g d'oignons, sel, poivre, muscade.

Préparation :

Pour la pâte : mélangez tous les ingrédients afin de former une pâte compacte, laissez reposer 15 min au frais. Pour la garniture : Pelez les oignons et coupez-les en fines rondelles. Faites revenir les lardons dans le beurre, ajoutez les oignons. Laissez cuire doucement jusqu'à ce que les oignons soient tendres. Débitez la crème le lait les œufs, ajoutez sel, poivre et muscade à votre goût. Mélangez les oignons à cet appareil. Étendez la pâte à 2 mm d'épaisseur sur une plaque à gâteau de 26 cm, piquez le fonds avec une fourchette. Découpez un papier d'aluminium de même diamètre et posez-le sur le fonds de pâte.

Cuire la pâte à blanc dans four préchauffé à 160 degrés durant 20 mn. env. Surveillez la coloration et retirez le papier d'aluminium dès que le bord est coloré. Versez alors la préparation aux oignons, remettez au four toujours à 160 degrés durant 20 mn env.



Bon appétit !



La chronique informatique

Je développe, pour les associations membres, des applications web liées à une base de données. En travaillant avec le CMS Joomla, cela me permet de garantir un certain niveau de sécurité concernant les accès. Parmi les avantages : plusieurs utilisateurs possibles avec des droits différents, travail en simultané sur le programme, accès au programme depuis n'importe où. La première application que j'ai développée permet de gérer un vestiaire. Elle a été créée pour l'EFRE (l'entraide de Renens) et contient l'inventaire du vestiaire ainsi que

les transactions effectuées pour calculer le montant à redistribuer aux vendeurs. La deuxième application gère les coordonnées de contacts, elle est actuellement utilisée par le Secrétariat Général de l'EFV. Je viens de réaliser un module pour le calendrier de la semaine des entraides, du 23 au 30 septembre 2023, que vous avez pu découvrir sur efvaud.ch. Actuellement je travaille sur un projet qui gèrera les transports accompagnés, cela pour deux associations membres. N'hésitez pas à me contacter si votre association souhaite utiliser une application déjà développée ou la création d'une nouvelle. De plus, je me tiens à votre disposition pour tout questionnement ou groupe de réflexion.

Cédric Chatelain,
Responsable Informatique de l'EFV, informatique@efvaud.ch

Des mots bien sentis

Sur l'école

« L'éducation ne se borne pas à l'enfance et à l'adolescence. L'enseignement ne se limite pas à l'école. Toute la vie, notre milieu est notre éducation, et un éducateur à la fois sévère et dangereux. »

Paul Valéry, écrivain (1871 - 1945)

« L'école devrait toujours avoir pour but de donner à ses élèves une personnalité harmonieuse, et non de les former en spécialiste. »

Albert Einstein, Physicien (1879- 1955)

« Celui qui ouvre une porte d'école, ferme une prison. »

Victor Hugo, écrivain (1802-1885)

« Nous recevons trois éducations, une de nos parents, une de nos maîtres d'école et une du monde. La troisième contredit tout ce que les deux premières nous apprennent. »

Montesquieu, philosophe (1689-1755)

« C'est la vie qui nous apprend et non l'école. »

Sénèque, philosophe (4 av. JC - 65)

« Le doute est l'école de la vérité. »

Francis Bacon, scientifique (1561-1626)

Impressum

JEF - Journal de l'EFV

Editeur : Entraide familiale vaudoise
av. de Rumine 2 • CH-1005 Lausanne
Tél. 021 341 90 71 / CCP 10-24624-7

Abonnements : Tél. 021 317 51 64
1 an (6 numéros de 16 pages)
Membres individuels : CHF. 20.-
Membres collectifs cotisants :
s'adresser aux sections.

Rédaction : Laurent Grabet
Journaliste • 079 317 53 61
laurentgrabet@hotmail.com

Conception & graphisme :
Fabrice Prati • CH-1815 Clarens

Tirage : **4'700 exemplaires**

Impression :
PCL Presses Centrales SA
Chemin du Chêne 14, C.p. 99
CH-1020 Renens VD 1

Tranche de JEF!



Lire notre grande interview page 1-3.

Prochaine parution 27 oct. 2023

Délai d'envoi à la rédaction :

22 septembre 2023

Rédaction :

Laurent Grabet Journaliste

Tél. 079 317 53 61 • laurentgrabet@hotmail.com

Comité de rédaction :

Michèle Bruttin • Eric Favre • Anne-Lyse Guignard

Secrétariat général

de l'Entraide familiale vaudoise

Av. de Rumine 2 • 1005 Lausanne

Sudoku (réponse au prochain numéro)

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



Association Interrégionale de Gestions & Comptabilités

- Un but non lucratif
- Une proximité
- Des professionnels à votre service

Les prestations à la carte:

- Comptabilités
- Contrôle de gestion
- Administration RH
- Administration générale
- Gestion des donateurs

En Budron D5 - 1052 Le Mont-sur-Lausanne
Tél. 021 651 04 70 - Fax 021 651 04 79
www.aigc.ch - E-mail: info@aigc.ch

membre de 