

édit



Un « shoot » de chaleur humaine qui reconnecte

A Lausanne, il est connu comme le loup blanc même si bien peu savent son nom ou son histoire (découvrez-la en page 6). Voici pas moins d'une décennie que le rondouillard Yves-Alain Golaz, dit « Yago », propose ses sympathiques « câlins gratuits » aux passants du côté de la gare.

Tenter l'expérience de lui tomber dans les bras équivaut forcément à tomber les masques et donc à se faire un shoot de bonne humeur. Dans notre société où le contact physique est si peu présent ou cantonné de manière très réductrice quasiment au seul domaine de la sexualité, cette chaleur humaine désintéressée et passant par le corps fait du bien.

Elle nous reconnecte à quelque chose de bon et d'authentique en nous. Le genre de chose que nombre des bénévoles de l'Entraide familiale vaudoise aiment aussi à cultiver et à nourrir via leurs diverses activités: le besoin de lien, de partage et d'unité. Dans notre postmodernité marchande axée sur la sanctification d'une liberté individuelle mal comprise, où rien n'est gratuit et surtout pas ce qui prétend l'être, la gratuité du don véritable tranche.

Elle nourrit celui qui le dispense comme celui qui le reçoit. Yago le sait bien. Ceux qui sont déjà venu l'enlacer joyeusement avant de repartir vers leur train ou leur rendez-vous aussi !

Laurent Grabet,
Rédacteur en chef

LA GRANDE INTERVIEW d'Alexandre Jollien, Philosophe et auteur en situation de handicap

« J'ai fait beaucoup de bonnes rencontres aux bons moments »



S'entraider, s'épauler, c'est dans un amour inconditionnel, apaiser l'autre et tout mettre en œuvre pour lui révéler la bonté de la vie.

Alexandre Jollien

Pas grand-chose ne prédisposait ce petit Valaisan de Savièse, né à Sierre en 1975 avec un lourd handicap moteur-cérébral, à devenir un jour un philosophe reconnu dont les livres s'écoulent comme des petits pains. Et ce à tel point qu'en mai dernier, son nom finissait même carrément par être gravé dans le marbre du prestigieux dictionnaire « Petit Robert » aux côtés de peintures internationales, dans leurs domaines respectifs, tels que la chanteuse soul américaine Aretha Franklin, le footballeur français Antoine Griezmann ou encore le regretté « franco-genevois » Charles Aznavour ! Mais ce succès n'est pas monté à

la tête d'Alexandre Jollien pour autant. Le Lausannois d'adoption de 43 ans, nous a reçu avec simplicité, dans l'appartement de la capitale vaudoise où il vit avec sa femme et leurs trois enfants. C'est là, sous un portrait du philosophe

allemand Friedrich Nietzsche, à deux pas d'une statuette de Platon et entouré de photos de sa « tribu » qu'il cultive au quotidien la joie, l'abandon, la sagesse espiègle et une parole très libre qui surprend parfois.

sommaire

Pages 1 à 4 L'écrivain Alexandre Jollien à confesse **Page 5** L'Entraide de Bex-Gryon-Lavey se présente **Page 6** À la rencontre du « câlineur » de la gare de Lausanne **Pages 7 à 10** Les coordonnées des sections **Page 11** Annonces des sections **Page 12** Journée des proches aidants **Page 13** Nos coups de cœur culturels **Pages 14 à 15** L'étonnante trajectoire de notre Président Martial Lambert **Page 16** Membres de l'EFV, elles ont participé à la Fête de Vignerons – Plan canicule enclenché avec l'Entraide de la Menthue.

Suite de l'interview

Quel effet cela fait d'ap- prendre que son nom figure dans la nouvelle édition du Petit Robert ?

Un copain l'a découvert sur le-
matin.ch et m'a averti par SMS.
Au départ, j'ai cru à une blague
d'autant que je venais de com-
mander l'ouvrage pour mes en-
fants ! Passé la surprise, j'ai sur-
tout été très touché. J'y vois la
reconnaissance d'un parcours.
C'est sain à condition de ne pas
tomber dans l'autosatisfaction
narcissique.

ment des difficultés d'élocution
et de mouvement). Dans le foyer
où je passais mes semaines en-
fants, aucun éducateur n'aurait
parié sur moi...

Sauf que la philosophie est entrée dans votre vie...

Elle a été ma planche de salut.
A l'école de commerce, un prof
m'avait lancé un jour : « Toi tu
es philosophe ! » Cela m'avait
marqué même si je ne savais pas
ce que cela signifiait. Je suis allé
voir dans le dictionnaire et cet



« amour de la sagesse » m'a par-
lé. J'y ai entrevu une direction :
celle de l'intériorité comme
lieu de développement. Et puis
un jour, je suis entré dans une
librairie, j'ai ouvert un bouquin
et je suis tombé sur une citation
de Platon qui invitait à devenir
meilleur plutôt qu'à vivre mieux.
Mon envie de devenir philo-
sophe est née de là. Comme
quoi un livre peut amorcer un
changement radical !

Vos propres livres ont par- fois cet effet révolutionnaire sur certains lecteurs ?

Peut-être. L'autre jour au flon, un
passant m'a lancé : « votre livre
a changé ma vie ! » et puis il est
parti sans en dire plus. Cela m'a
touché ! Cela arrive assez sou-
vent. J'ai surtout envie de semer
des graines et de transmettre
des outils. J'essaie de le faire
par mes livres mais aussi via les
courts billets intitulés « pharma-
copée » que je rédige sur mon
site internet depuis novembre.

**« Nos sociétés occi-
dentales modernes
nous installent du côté
de l'individualisme,
de notre petit confort
et de notre petit
bonheur. »**

En somme, vous faites de l'entraide par l'écriture...

En un sens oui. J'écris quoti-
diennement. Parfois 15 mn et
parfois 3 h. L'entraide consiste
à voir que nous sommes liés les
uns aux autres par nature. Nous
l'oublions bien souvent car nos
sociétés occidentales modernes
nous installent du côté de l'in-
dividualisme, de notre petit
confort et de notre petit bon-
heur. Mais je reste malgré tout
optimiste. De nombreux signes
montrent que l'on revient à une
solidarité. Le mouvement pour
le climat illustre par exemple
cette conscience qui se réveille.

Parlez-nous de ces rencontres qui vous ont aiguillé...

La première qui me revient est
celle du Père Lucien Morand, qui
était aumônier de l'institut pour
personnes handicapées où j'ai
passé dix-sept ans. Il m'a initié
à la philosophie et m'a encou-
ragé à l'étudier. Sa grande bon-
té était inspirante. Pendant la



Auriez-vous imaginé un tel succès lorsque vous étiez enfant ?

Jamais ! Mon parcours relève
plus de la solidarité que de mes
compétences propres. J'ai eu
la chance de faire beaucoup de
bonnes rencontres aux bons
moments. Ce chemin montre
que le destin n'est pas tout tra-
cé et qu'on peut se développer
quelle que soit sa situation ini-
tiale. A ma naissance, le cordon
ombilical s'est entouré autour
de mon cou, privant mon cer-
veau d'oxygène et provoquant
des séquelles (ndlr : principale-



guerre, en France, il avait caché des juifs dans sa cave et très peu le savaient. Il pratiquait tout le contraire d'une entraide « m'as-tu vu » ou visant à se nourrir de la reconnaissance d'autrui.

Il y a aussi la surprenante amitié que vous entretenez depuis dix-sept ans avec le célèbre comédien Bernard Campan...

Bernard m'avait vu à la télévision et il avait été touché. Il m'a

cune de nos expériences, même et peut-être surtout les pires, ont le potentiel de nous faire grandir.

D'où vous viennent ces profondes aspirations spirituelles ?

Chaque homme les porte en lui. Gamin, j'avais une foi simple et profonde. Je rêvais même de devenir prêtre. Adulte, j'ai choisi de la creuser et de me nourrir en parallèle d'autres courants lorsque je me suis mis à la médi-

acharnée de guérison intérieure. Plus j'avance et moins je crois à cette paix de l'âme que prônaient les stoïciens.

Il y a aussi votre famille. Auriez-vous jamais imaginé en avoir une avec votre handicap ?

Je n'y étais pas du tout prédisposé ! Avoir une épouse et des enfants ensemble a été comme une grâce mais ce n'est jamais une évidence. Nous tentons de transmettre à nos enfants la solidarité, la joie de vivre et la liberté intérieure.

Toutes ces personnes vous ont en quelque sorte aidé à suivre l'invitation de Nietzsche à « danser la vie », ce que vous faites d'ailleurs réellement...

Oui, trois fois par semaine, je suis un cours de danse à l'école Béjart de Lausanne. La danse est une pratique très philosophique car elle est aérienne et elle aide donc à faire preuve de souplesse physique et mentale face à la vie. Le corps est un instrument qui joue un rôle central dans la vie spirituelle. Le monde nous réduit parfois à une vision du corps parfait et nous encourage



AMITIÉ Avec le comédien Bernard Campan sur le canapé rouge de Michel Drucker.

téléphoné alors que j'étais à Venise et que je venais de perdre mon père. Une amitié spirituelle s'est tissée entre nous. Bernard a suivi l'enseignement du maître français Arnaud Desjardins et est comme moi en quête de progrès. On s'épaula sur ce chemin en se téléphonant chaque semaine. Cela nous aide à traquer nos illusions, à explorer nos attachements et à se réconcilier avec le monde tel qu'il est.

Que vous apporte le moine bouddhiste Matthieu Ricard, qui est un ami ? (photo)

Nous nous offrons, je crois, l'un l'autre une amitié dans le bien, quelque chose qui édifie. A mes yeux, il est aussi un maître spirituel qui m'a aidé notamment à comprendre qu'ultimement on ne fait jamais fausse route. Cha-



SA VIE EN 11 DATES

1975 Naissance le 26 novembre à Sierre. Fils de Louise Jollien, sommelière, et Norbert, chauffeur poids lourd dont il est le deuxième enfant.

1978 Est placé chaque semaine dans un foyer pour handicapés. Il y restera 17 ans.

1999 Etudie les lettres et langues modernes, puis la philosophie à l'uni de Fribourg. Publie son premier livre de philosophie (autobiographique) « Éloge de la faiblesse ». L'ouvrage remporte le Prix Mottart de l'Académie française.

2000 Part étudier une année au prestigieux « Trinity college » de Dublin en Irlande. Là il rencontre sa femme Corinne, Valaisanne comme lui.

2004 Naissance de Victorine.

2006 Naissance d'Augustin.

2011 Naissance de Céleste.

2013 Part s'installer trois ans en famille en Corée du sud. Là, il étudie le zen sous la houlette du Père Bernard, un jésuite qui est aussi maître zen.

2016 Sortie de « Trois amis en quête de sagesse » (Allary éditions), livre d'entretien avec le psychiatre Christophe André et le célèbre moine bouddhiste français Matthieu Ricard.

2018 Sortie de « la Sagesse espiègle » (Editions Gallimard), son neuvième livre, écoulé à plus de 400'000 exemplaires et dans lequel il revient sur l'étonnante relation de dépendance affective par internet qui l'enchaîne de longs mois durant à un jeune coréen.

2019 Rentre dans le dictionnaire Petit Robert. Projet de tournage d'un film avec son grand-ami et « frère », l'ancien « Inconnu » Bernard Campan.

Suite de l'interview

à anesthésier le nôtre avec de la mauvaise nourriture. Ces cours m'aident à me reconnecter à mon corps tel qu'il est. J'ai la chance d'être accompagné par un professeur remarquable.

A propos de corporalité, vous vous êtes mis récemment aux tatouages. Pourquoi ?

Les miens consistent à inscrire dans ma chair des règles de vie. Ce sont des panneaux me rappelant la direction dans laquelle je veux aller. Celui qui est sur mon poignet est du maître hindou Swami Prajnanpad. Il dit : « L'amour consiste à aider l'autre à relâcher ses tensions ». J'en ai un autre sur la fesse mais je ne le montre pas (rires). Il dit : « *Ne réfléchissez pas. Ne pensez pas. Ne connaissez pas. Ne méditez pas. N'analysez pas, Laissez l'esprit être tel qu'il est.* »

Laurent Grabet

TATOUAGE Le philosophe aime inscrire dans sa chair des règles de vie.



Note « La sagesse espiègle », 224 pages, Editions Gallimard. www.alexandre-jollien.ch

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

**Prochaine
parution du JEF :
02 déc. 2019**

**Délai d'envoi
à la rédaction :
1^{er} novembre 2019**

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

Secrétariat général
de l'Entraide familiale
vaudoise
Av. de Rumine 2
1005 Lausanne

« Beaucoup ignorent que notre garderie est l'une des moins chères du canton »

LA SECTION Fondée en 1971, l'entraide familiale de Bex-Gryon-Lavey se concentre aujourd'hui sur deux activités. États des lieux avec sa coordinatrice Mireille Guex.



Mireille Guex, 70 ans, membre de l'entraide familiale de Bex-Gryon-Lavey depuis 1983

L'entraide familiale de Bex-Gryon-Lavey est née en 1971 de l'initiative coordonnée des paroisses locales. Leur première action fut de débloquer un budget pour embaucher une aide à domicile. La mise en place d'un service de repas chaud et d'un autre de vestiaire et de Mamans de jour, aujourd'hui disparus, suivront notamment. Depuis cette époque, les choses ont bien changé. Nombre de services de ce genre sont en effet désormais assurés par des structures cantonales tels que les Centres médicaux sociaux (CMS). Le point de la situation actuelle avec Mireille Guex qui coordonne l'association. Cette Bellerive de 70 ans, laborantine médicale à la retraite, mère de deux grands enfants et quatre fois grand-mère, est entrée à l'entraide en 1983, ses enfants ayant fréquenté la garderie puis commencé l'école.

Pouvez-vous nous présenter votre association en quelques chiffres-clés ?

Nous comptons quelque 120 membres contre plus de 200 dans les années huitante. Une vingtaine d'entre eux officient comme bénévoles et abattent pas moins de 800h de travail par année. Si le nombre de membres est en constante diminution, c'est que certains sont décédés

et que les utilisateurs de nos services ne sont pas obligés de prendre leur cotisation à l'association. Et puis le rythme de nos vies modernes fait que la vie associative n'est une priorité pour presque personne. Il faut faire avec. Le comité en revanche s'est bien renouvelé puisqu'il se compose de seulement trois anciennes pour cinq personnes âgées de 35 à 45 ans.

Que dire de votre jardin d'enfant « Le Mille Pattes » qui reste l'activité phare ?

C'est grâce à cette activité – née presque en même temps que l'association – que la section existe toujours. Nos trois salariées, dont une est éducatrice spécialisée, y accueillent une septantaine d'enfants à raison d'une à deux demi-journées par semaine chacun. Son budget annuel est de 120'000 CHF dont environ 55'000 sont apportés par la commune de Bex et un subside de la FAJE pour une place d'urgence. Nous ouvrons sept demi-jours chaque semaine et proposons donc au total 3'710 places à la demi-journée avec un très bon taux d'occupation de plus de 80%. Il en coûte seulement 50 CHF par mois pour une demi-journée hebdomadaire aux parents concernés. Beaucoup d'entre eux croient qu'il s'agit d'un jardin d'enfants communal et ne réalisent pas que c'est un des moins cher du canton.

Et qu'en est-il de votre seconde activité : les cartons du cœur ?

En 2018, ce service qui fonctionne sur répondeur et avec

deux bénévoles, a distribué 34 cartons sur Bex. Nous ciblons les personnes vraiment dans le besoin et ne bénéficiant d'aucune aide sociale régulière importante.

Ces distributions d'aide alimentaire se font 2 à 3 fois par an pour une famille. Un carton se compose de 30 à 50 fr de marchandise par personne. Nous privilégions les produits frais, achetés avec les dons récoltés une fois l'an et les agrémentons de produits d'hygiène.

Quels sont les défis à relever dans le futur ?

A l'avenir, nous aimerions enfin trouver un local pour ouvrir une ludothèque. Cela fait un peu de temps que ce projet est en stand-by pour cette raison. Or il y a une forte demande en la matière de la part des parents. Toute activité est la bienvenue sous notre toit...avec ses bénévoles... Et comme beaucoup de sections, trouver un nouveau souffle et ... un grand réservoir de personnes intéressées par quelques heures de bénévolat.

Propos recueilli par Laurent Grabet



Dans les bras d'un « câlineur en série »

TENDRESSE Il existe quantité de manières de s'entraider. Celle qu'a choisi Yves-Alain Golaz n'est pas banale. Ce Vaudois dispense des câlins gratuits et « thérapeutiques » devant la gare de Lausanne depuis dix ans. Rencontre.



« Je ne suis ni un psy ni un ami. Je suis juste un câlineur passif. Jamais je ne vais chercher les gens. C'est à eux de venir à moi ou non. » A Lausanne, Yves-Alain Golaz est connu comme le loup blanc. Ce Vaudois à barbichette de 39 ans, aussi doux que rondouillard, distribue un câlin à quiconque lui en réclame devant la gare depuis bientôt dix ans. Et ce en général le jeudi en fin d'après-midi. Sa constance interpelle. Le résidant du Nord-vaudois estime avoir enlacé plus de 10'000 personnes au fil des ans.

A défaut d'être lucrative, cette activité est « nourissante » pour celui qui est surnommé Yago. Pour ce grand timide, vivant de petits boulots tout en œuvrant comme animateur sur Radio Nord vaudois, le « free hug » a été une révélation. « J'ai découvert cette pratique en 2005 en regardant une vidéo du précurseur australien Juan Mann. J'ai été très touché. » Et avec l'audace dont seuls sont capables les grands timides, Yago a essayé ! « C'était à Bruxelles en mars 2006 dans un cadre festif et amical. » Pour le jeune Vaudois, issu d'une famille où l'amour se montrait volontiers de manière tactile, c'est une révélation.

Après plusieurs essais ponctuels, un jour de novembre 2009, il se lance dans la gare de Lausanne, la boule au ventre. Le succès est au rendez-vous. « J'ai compris immédiatement que cela allait amener du positif dans le quotidien des gens et dans le mien. » Pour notre reportage, Yago nous a donné rendez-vous sur les « lieux du crime » un jeudi soir grisouille de mai dernier. Le trentenaire au regard lumineux s'installe sur le trottoir-îlot séparant la gare du Mac Do et dégage sa pancarte. Certains passants l'ignorent. D'autres le regardent avec surprise, amusement et bien plus rarement hostilité. Et finalement, après deux longues minutes de solitude, une jeune femme se jette dans ses bras. C'est parti !

Un homme pleure dans ses bras

Cette première « victime » est une habituée. Yves-Alain en a beaucoup. « La plupart s'arrêtent systématiquement ou me tapent juste sur l'épaule en passant mais je ne connais pas forcément leur prénom ou leur vie. Une poignée d'autres restent me parler.

Quelques-uns sont devenus des amis. Derrière tout ça, il y a une liberté et une authenticité qui font tomber les masques que nous portons au quotidien. »

Le spectacle est fascinant. Avant le hug, les visages sont souvent éteints, fermés ou rivés sur d'hypnotiques natels 4G... Après le hug, une éclaircie soudaine illumine les cœurs et les visages. Ce contact physique semble réellement avoir une valeur thérapeutique. « L'autre jour, un homme de 30 ans m'a avoué qu'il avait passé le tiers de sa vie en prison. Il a pleuré dans mes bras après m'avoir raconté la mort d'un proche. »

Il y a quelques années, un autre homme s'arrête face à Yago et lui lance avec dédain : « On peut savoir ce que vous faites ? » Mais la bienveillance et la chaleur humaine du câlineur le ramène en lui plus sûrement qu'une longue séance de psychanalyse et ce médecin, lui aussi, finit par tomber le masque. Il est en plein divorce. Sa fille vient de tenter de se suicider. Il est au bout du rouleau et pleure dans les bras de cet étrange jeune homme pourtant inconnu et que l'on devine lui aussi un peu vulnérable mais du genre à l'assumer et donc à y puiser paradoxalement une véritable force.



Une autre fois, une touriste Américaine saute sur Yago en criant que son guide touristique parlait de lui. « Assez souvent, des gens me disent aussi : "Que Dieu vous bénisse !" Je ne suis pas croyant mais je suppose que mon geste peut vaguement faire écho chez eux à un Amour universel inconditionnel... », explique le Vaudois. Certains jours, il peine malgré tout à se lancer et se demande un peu ce qu'il est encore venu faire là. « Mais la magie finit systématiquement par opérer et à la fin, c'est toujours valorisant de se dire : "aujourd'hui, j'ai pu faire du bien à d'autres ou juste susciter des sourires !" »

Laurent Grabet

Le « free hug », qu'est-ce que c'est ?

Né en 2004 à Sydney, « L'étreinte gratuite », est un « concept » consistant à câliner des passants consentants dans un lieu public et sans rien attendre en retour. Objectif avoué de cet acte de tendresse non sexualisé ? Rompre avec une certaine morosité, en particulier dans les grandes agglomérations.

COORDONNÉES DES SECTIONS EFV - 2019

Aigle - Sépey - Yverne - Corbeyrier

Présidence :	Habib Neji	024 466 43 09
	Caissier : Albin Carrel	024 466 35 36
Secrétaire :	Janine Bürri	024 466 35 70

Services :

Repas à domicile		024 468 40 00
Devoirs surveillés :	Marie-Louise Carrel	024 466 35 36
Connaissance 3 :	Françoise Thévenaz	024 466 44 62
Jeux de cartes :	Anne Brasey	024 466 51 60
Cartons du cœur :	Anne Brasey	077 470 84 65
	Gérald Creteigny	024 466 49 77
Demandes à effectuer les mardis de 14 à 18h		

Responsable cartons du cœur :	Mireille Guex
Remplaçantes :	Corinne Ribeiro, Aline Reymond Guex
Répondeur relevé le lundi avant midi :	079 653 24 45
Manifestations (Noëliennes) :	
Liesbeth Markwalder et Nathalie Tarabori Dulex	(hors comité)

Blonay - St-Légier

entraide.bsl@gmail.com

Présidente :	Marilyne Rodel	079 325 65 40
Trésorière :	Florence Vago	079 325 65 40
Secrétaire :	Marie-France Vouilloz Burnier	021 943 50 49
Transports bénévoles :		
Responsable :	Marilyne Rodel	079 325 65 40
Aide – paniers du cœur :		079 325 65 40

« L'Arbre à musique » - Gryon

www.arbreamusique.ch

arbreamusique@bluewin.ch

Présidence :	Thierry Michel	079 526 85 06
Directrice :	Marijo Corthésy	079 265 39 78
Secrétaire :	Laetitia Rudaz	079 483 31 26
Caissière :	Claudia Dubuis	079 416 31 52

Services :

Nurserie-garderie	« l'Arbre à Musique »	079 859 73 29
UAPE	« le Baobab »	079 545 53 22

Bourg en Lavaux

Présidente :	Christine Lavanchy	021 799 16 45
Caissière :	Souad Perrenoud	021 799 37 53
Secrétaire :	Lydia Cliv	
Services :		
Babysitting :	Christine Lavanchy	021 799 16 45
Transports :	Delphine Blailé	078 810 73 76

Chardonne & environs

	Téléphone :	079 377 00 18
Présidente :	Ruth Rinsoz	076 822 51 94
Vice-président :	Gilbert Cavin, municipal	
Secrétaire :	Marcel Currat	079 404 17 68
Caissière :	Thérèse Pousaz	079 750 15 63
Membres :	Martine Neyroud et Eleanor Arrigo	
Services :		
	Repas à domicile	079 377 00 18
	Transports bénévoles :	079 377 00 18

Association « ARC-Echange »

www.arc-echange.ch

info@arc-echange.ch

Présidente :	Geneviève Lavanchy	021 728 71 40
Secrétaire générale :	Nathalie Jaccard	076 387 41 29
Secrétaire :	Chantal Marino	079 524 55 04
Caissier :	Claude Champion	021 791 15 80
Services :	Coordinatrice : Laurence Cuénoud	077 520 28 11

Bex - Gryon - Lavey

Comité :		
Coordinatrice :	Mireille Guex	076 517 32 89 / 024 463 13 67
Caissière :	Marie-Agnès Vogel	024 466 92 64
Secrétaires :	Paulette Kohli (PV)	024 463 17 53
	Sandra Ott (courrier)	

Aline Reymond, Suzanne Sandell, Marianne Roulet, Liesbeth Markwalder, Anne-Valérie Jaton, Gaëlle Canistra Pichard

Services :

Responsable Jardins d'enfants :		
(hors comité)	Murielle Guglielmetti	024 463 36 17

Chexbres - Puidoux - Rivaz - St-Saphorin

www.entraidefamilialedexchexbrespuidouxrivazetstsaphorin.com

Co-présidente :	Danielle Wegener	021 946 40 59
Secrétaire :	Célia Dumoulin	079 430 06 93
Membre du comité :	Anne Ziehli	079 818 53 56

Services :

Cartons du cœur :	Danielle Wegener	021 946 40 59
Halte-jeu & Maternelle de Chexbres et de Puidoux :		
	Laure Lambelet	021 946 13 71 / 079 786 06 70
Gym Parents-enfants :		efchp@bluewin.ch
Ludothèque :		ludoleschatons@gmail.com
Transports accompagnés :	Béatrice De Rham	079 205 95 45

Devoirs surveillés : Danielle Wegener 021 946 40 59 / 079 250 38 41
 Confitures : Sylvie Laurent 077 455 47 27
 Baby sitting : Céline Debray 076 330 35 65
 Braderie fam. d'automne: Céline Debray 076 330 35 65

Région Cossonay

www.efrc.ch
 Présidente : Claudine Mercier 021 731 38 53
 Caissier : Michel Mercier 021 731 38 53
 Secrétaire : vacant
Services :
 Transports accompagnés : de 8h00 à 17h00 079 816 36 54

Gimel-Aubonne & environs

Président : René Perruchoud rjmpete@gmail.com 022 361 75 08
 Vice-présidente : Yvette Régamey 022 784 45 41
 Caissière (hors comité) : Pascale Ducret 021 828 00 82
Services :
 Jardin d'enfants « La Souris Verte » 079 315 62 25
 sourisverte.gimel@gmail.com
 Repas à domicile : Sylvie Monney 021 828 20 63

Gros-Vaud et environs / EFAJE

www.efaje.ch
 Présidente : Anne-Lise Isaz
 Vice-président : Dominique Tille
 Directeur : Olivier Simon 021 886 05 00
 Accueil familial de jour : 021 886 05 10
 Accueil préscolaire :
 Garderie des Fontaines 021 886 05 60
 Garderie Rêv'eil Matin 021 886 05 20
 Garderie de Budron 021 886 05 30
 Garderie L'Hirondelle 021 886 05 40
 Garderie Perlimpinpin 021 886 05 50
 Garderie des Ateliers 021 886 13 30
 Garderie de l'Etang 021 886 14 30
 Accueil parascolaire :
 UAPE Pop-Corn 021 886 05 27
 UAPE Bercher 021 886 14 87
 UAPE Les Moussaillons 021 886 05 49
 UAPE Les Aventuriers 021 886 05 57
 UAPE Cugy 021 886 05 97
 UAPE Froideville 021 886 05 97
 UAPE Rionzi 021 886 05 87
 UAPE Clochette 021 886 14 27
 UAPE Etagnières 021 886 14 37
 UAPE Pailly 021 886 05 37
 UAPE Bretigny 021 886 05 97
 UAPE Grand-Mont 021 886 14 57
 UAPE Villars-le-Terroir 021 886 14 67

UAPE Thierrens 021 886 14 70
 UAPE Poliez-Pittet 021 886 14 80
 UAPE Morrens 021 886 14 97

La Menthue

Entraide.menthue@gmail.com
 Présidente : Karin Michoud 079 234 05 34
 Caissière : Françoise Gavillet 079 478 13 19
 Secrétaire : Mme Sam Chautems 079 442 36 59
Services :
 Transports accompagnés : Chantal Badel 079 602 04 04

Lausanne

www.apec-lausanne.org
 apec@sunrise.ch
 Président : René-Pierre Arnold 021 803 26 59
 Trésorière : Marlyse Santos 021 903 34 42
 Secrétaire : Claudine Conus 021 323 23 12
 Services Bénévolat et secrétariat :
 Jeudi de 09h à 12h (+répondeur) 021 323 23 12
 Vestiaire :
 Jeudi de 14h à 17h : Taxation
 Mardi, mercredi et jeudi de 14h à 18 h : Vente 021 323 23 12
 Accueil collectif :
 CVE Entrebois 021 647 88 00
 CVE Madeleine 021 312 09 80
 Nursery de Beau-séjour 021 311 60 43
 UAPE de la Mercerie 021 311 47 81
 Nurserie-Garderie Maillefer 021 647 83 31

Le Mont - Cugy - Morrens - Bretigny - Froideville

Président : Philippe Somsy 076 811 39 27
 Secrétaire : Françoise Jaccoud 021 881 49 94
 Caissière : Christiane Fardel 021 881 30 27
 Transports accompagnés 076 423 45 47

Montreux - Veytaux (SAF)

repas@safmontreux-veytaux.ch
 Présidente : Véronique Braissant 021 691 34 09
 Caissier : Gabriel Rota 021 691 34 09
Services :
 Repas à domicile :
 lundi au vendredi de 08h30-12h00 021 963 15 18
 Responsable livraisons : Franca Narcisi

Morges & environs (SAF)

www.safmorges.ch / Email : aide.familiale@morges.ch
 Président : Jean-François Anken prof. 021 801 01 45
 Privé 021 801 33 00

Caissière et secrétaire : M.-Christine Michel 021 804 98 22
 Pour tous les services : secrétariat : 021 804 98 22
 Repas chauds
 Centre de rencontres personnes AVS - La Trouvaille
 Salle à manger - Bénévolat - Ludothèque - Dèch'Aid
 Soupe pour tous

Moudon & environs

Présidente : France Baudraz 021 905 11 46
 Vice-prés.: Louissette Giglio 021 905 23 84
 Caissier : Daniel Vouilloz 021 906 95 11

Ollon

www.entraide-familiale-ollon.weebly.com
 entraideollon@bluewin.ch
 Présidente : Chantal Mérenat 024 499 10 58
 Secrétaire : Miriam Berger
 Caissière : Patricia Riedi
 Membres : Catherine Nicollier, Christiane Jourdain, Fabienne Mollet, Tatyana Joss
Services :
 Repas à domicile, Cartons du cœur, Vente-échange, Accueil des nouveaux retraités

Association « Le Trait d'Union »

UAPE Ollon uape-ollon@hotmail.com
 Présidente : Josiane Panchaud 024 499 18 02
 Secrétaire : Carole Lador 078 684 06 05
 Caissière : Claudia Dubuis 024 499 27 07
 Graphisme et assurances : Frédéric Dubuis 024 499 27 07
Service :
 Unité d'accueil pour écolier 024 499 13 66

Orbe & environs

forbeenvirons@gmail.com
 Présidente : Barbara Franchitti-Parisod 077 535 93 03
 Vice-présidente : Tanja Guignard 077 535 93 03
 Secrétaire : Christine Favre-Bulle 077 535 93 03
 Caissière : Francine Bréchon
 Membres : Franca Franchitti 077 535 93 03
Services :
 Groupe visiteurs : Brigitte Zeller 079 326 7142
 Café-bricole
 Membre délégué de la commune : Luiz De Souza 024 441 36 87

Région Oron

Présidente : Muriel Preti 021 903 22 13
 Secrétaire : Roland Dapples 021 907 79 92

Caissier : François Aebi 021 903 21 64

Prilly – Jouxten-Mézery

www.association-familiale.ch / E-mail : afp.secretariat@bluewin.ch
 Président : David Stauffer 079 607 62 03
 dasta@bluewin.ch
 Secrétariat et cotisations : les jeudis de 08h30 à 11h30
 Anne Meier 021 624 70 47
 Trésorier : G. Buhlmann 021 634 74 39 / 079 370 02 63
Services :
 Vestiaire : Claude Gerber 021 634 13 33
 Natel (heures d'ouvertures lu 14-18h et je 16-18h) 079 405 04 41
 Jardin d'enfants Amadou : Isabelle Renault-Volet 021 625 02 11
 amadouprilly@bluewin.ch
 Gym-dames : Jacklyn Nicolet jacklyn@citycable.ch
 021 881 14 82 / 079 388 09 55
 Rythmique : Pascale Andreae 079 532 92 26
 pandreae@infomaniak.ch
 Yoga et Qi Gong : Le Cevey 021 635 20 29 / 079 758 29 68
 Ludothèque : Carole Helm 021 625 02 10 / 079 696 25 22
 Bénévolat : Marie-José Demont 021 646 38 67
 Ecrivain public : Anne Meier 021 624 70 47 / 077 495 37 12
 Chœur d'enfants : afp.secretariat@bluewin.ch
 021 624 70 47 / 077 495 37 12
 Délégué Municipalité de Prilly : Anne Bourquin-Büchi 076 567 78 81
 Délégué Municipalité de Jouxten-Mézery : Serge Roy 079 454 51 75

Pully – Paudex – Belmont

www.aef-ppb.ch 077 439 00 34
 Présidente : Maryline Belet president@aef-ppb.ch
 Caissier : Daniel Zahnd caissier@aef-ppb.ch
 Secrétaire : Silvia Nicotra secretaire@aef-ppb.ch
 Fichier des membres : Francine Binggeli membres@aef-ppb.ch
Services :
 Baby sitting Ghania Ziadé babysitting@aef-ppb.ch
 Responsable Ecoles Maternelles à Pully et Paudex
 Anne-Claude Turrissi ecolematernelle@aef-ppb.ch
 Responsable inscriptions Ecoles Maternelles à Pully et Paudex
 (après-midi) Marine Frey inscriptionem@aef-ppb.ch
 Théâtre : Anne-Claude Turrissi theatre@aef-ppb.ch
 Braderie : Maryline Belet braderie@aef-ppb.ch
 Atelier Tricot-Thé : Catherine Vuitel tricot-the@aef-ppb.ch
 Yoga : Anne-Claude Turrissi yoga@aef-ppb.ch

Renens & environs

www.efre.ch / info@efre.ch / laurence@efre.ch
 Président par intérim : Martial Lambert 021 728 98 70
 Membres : Carole Castillo, Marie Salomon, Lidia Cardoso, Eléonore Padoan
 Secrétariat : Laurence Salomon 021 634 39 58

Lundi toute la journée/mardi matin/jeudi matin
 Vestiaire : Laurence Salomon 021 634 39 58
 Mardi de 14h à 17h00 et jeudi de 14h à 16h30
 Contact-chômage : Laurence Salomon 021 634 39 58
 Lundi de 09h00 à 11h30 et 14h00 à 16h30 et Jeudi de 09h00 à 11h30
 Ludothèque : « Le Potiron » Karine Richard 021 634 20 75
 Mardi 17h - 19h. Mercredi 15h - 17h30. Jeudi 15h30 - 18h00
 www.ludotheque-renens.ch
 Yoga : Michèle Desponds 078 603 63 81
 Ecrivain public, Laurence Salomon: sur rendez-vous 021 634 39 58

Rolle & environs

Site : entraidefamiliale-rolle.ch 079 889 65 40
 Président : Pierre-Alain Chollet 079 471 35 06
 Secrétaire - Caissière : Nicole Sethi 021 825 30 69
Services :
 Repas à domicile : Rolande Waegli 079 336 53 86
 Ludothèque : Karin Mueller 021 825 53 20
 Vestiaire : Isabelle Parmelin 021 826 07 37
 Transports accompagnés : Anne Fasel 079 235 57 63

Saint-Prex

www.entraide-st-prex.ch / E-mail : entraidestprex@gmail.com
 Vice-présidente ; Josiane Gaillard
 Caissière : Nadia Zavyalova
Services : Bureau de coordination : 021 806 19 35
 A ce numéro tenu par Line Beauverd & Fabienne Jaballah,
 vous obtiendrez des infos sur :
 Repas chauds, Transports accompagnés, Confitures, Groupe de jeux
 pour aînés, Visites à domicile, Atelier tricot, Accueil, intégration,
 français

Solidarité Seniors St-Sulpice / Réseau 4 S

Présidente : Lilly Bornand 078 806 18 01
 Vice-président : Bernard Liechti
 Secrétaire et trésorière : Antoinette Bovey Liechti 021 691 57 51
 Permanence téléphonique :
 Mardi de 9h30 à 11h30 et le jeudi de 14h à 17h 079 128 32 27
 Permanence aux Balcons du Léman (ch. du Bochet 12) :
 chaque 1^{er} et 3^{ème} mardi du mois de 9h30 à 11h30

Vallée de Joux

Président : Anne-Thérèse Bodenmann 021 845 64 11
 Caissier : Reynold Keusen 021 845 40 66
 Secrétaire : Valérie Sanchez-Rochat 021 845 73 60
 Transports bénévoles : Valérie Sanchez-Rochat 021 845 73 60
 Gymnastique aînés : Marie-Caroline Rochat 021 845 63 55
 Christiane Monnier 021 845 53 00

Visites à domicile : Reynold Keusen 021 845 40 66

Entr'aide 2030 (Vallorbe - Ballaigues)

www.entraide2030-vallorbe.ch / info@entraide2030-vallorbe.ch
 Président : Jacques André Chezeaux 021 843 30 81
 Vice-président / resp. visiteurs : Marc Jeanmonod 021 843 10 85
 contact@optiquejeanmonod.ch
 Secrétaire : Anne-Françoise Champod 021 843 11 02
 annefrancoise.champod@gmail.com
 Caissier : Marc Daniel 021 843 05 73
 daniel.marc@bluewin.ch
 Astronomie : Claude Magnenat 079 810 65 60
 Atelier créatif : Nelly Berney 021 843 26 17
 Ciné'thique : Claude Bolliger 021 843 08 56
 Coup de Fourchette : secrétariat 021 843 11 02
 Cours de français : Evelyne Duss 021 843 23 01
 Cours informatique : Georg Duss 079 829 02 06
 Gymnastique la Ruche : Marie Russo 021 691 98 15
 Marche : Georg Duss 079 628 91 62
 Soutien administratif : Secrétariat 021 843 11 02
 Tables d'hôtes : Catherine Favre 021 843 94 97
 Théâtre : Marie-Françoise Pirolet 021 843 05 46
 Cartons du cœur - Vallon Solidaire : répondeur 079 611 60 60
 Jeu de cartes : Edith Bornand / le soir 021 843 06 77

Villeneuve & Plaine du Rhône

Présidente : Myriam Pythoud 079 732 06 43
 Secrétaire : Dominique Cornet 079 624 78 50
 Caissière : Guignard Anne-Lyse 078 739 64 50
 Atelier mémoire : Stéphanie Strappazon 079 736 19 96
 Chaîne de lecture : Marie-Claude Nick 079 793 23 49
 Coffre ouvert : Katharina Von Flüe 079 757 02 70
 Repas à domicile : Huguette Gruaz 079 242 86 37
 Petite enfance :
 Antoinette Stettler et Anne-Lyse Guignard 021 968 23 32

Yverdon

Présidente : Christine Cornamusaz 024 425 55 35
 Vice-présidente : Marcelle Tonacini 024 445 12 04
 Secrétaire : Rose-Marie Helfer
 Trésorière : Valérie Carrea 024 425 02 04
 Vestiaire : « A la Bonne Occase » 024 426 16 00
 Lundi et jeudi : 19h - 21h30. Mardi et mercredi : 13h30 - 16h30

Détachez délicatement cette double page et conservez-la précieusement. La prochaine mise à jour des coordonnées sera publiée en septembre 2020.

Renens & environs

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE EXTRAORDINAIRE

Association de Renens et environs EFRE

Le jeudi 5 décembre 19h00

salle de conférence au-dessus de la buvette de Renens

La ludothèque le potiron à la rencontre des familles

« Le Potiron », la ludothèque de l'Entraide familiale de Renens et environs (EFRE) a élargi son offre d'activités en allant dans les parcs de Renens. En mai et juin plusieurs bénévoles se sont rendues, le mercredi après-midi, dans différents parcs de la ville. Le but étant de se faire connaître et de proposer des jeux à un grand nombre d'enfants. Set de jonglage, mini échasses, Yatzy géants, etc... ont fait le plaisir des petits et des grands ! www.efre.ch

Karine Richard, Responsable de la ludothèque

Pully

BRADERIE D'AUTOMNE

à la maison pulliérane, Rue de la Poste 1

mercredi 6 novembre de 14h00 à 18h00

Vêtements, accessoires, bric-à-brac, petite buvette sur place

Renseignements : 077439 00 34 • braderie@aef-ppb.ch

Résumé de l'Assemblée générale

L'AG de l'Association Pour l'Entraide Familiale (APEF) s'est tenue le 20 juin. Après l'approbation du PV de l'année précédente, ont suivi les rapports sur les activités 2018, dont celui du président, de la trésorière, ainsi que des directrices des différentes structures de l'APEF, soit : Nurserie-garderie de Maillefer, CVE garderie de la Madeleine et CVE Entre-Bois. Les directrices et leurs équipes sont remerciées chaleureusement pour la qualité de leur travail. Le président est reconduit et les membres sont réélus à l'unanimité. La cotisation pour 2020 reste de 40 francs.

Vestiaire « Boutique Patou'9 » : Nous sommes toujours à la recherche de nouvelles bénévoles pour un ou deux après-midis par mois ; à choisir entre le mardi, le mercredi ou, le jeudi de 14h à 18h.

Dès la reprise au 3 septembre 2019, suite au départ de la responsable du vestiaire, des changements sont devenus obligatoires au niveau de la taxation, soit seulement le jeudi. Pour la vente, le magasin reste ouvert les mardis, mercredis et jeudi de 14h à 18h.

Gymnastique : lors d'une séance au mois de mars, il a été décidé de ne plus reconduire le cours de gymnastique qui avait lieu, depuis de nombreuses années, les lundis de 18h45 à 19h45 soir au collège d'Entre-Bois. Cette décision a été prise suite au nombre de plus en plus restreint de participantes.

Secrétariat de l'APEF : La permanence sera ouverte désormais les jeudis de 9h à 12h. Hors horaire, vous pouvez laisser un message au 021 323 23 12 ou par mail : aepf@sunrise.ch.

Prilly



Un nouveau logo pour les 60 ans

Pour célébrer ses soixante années d'existence, l'association familiale de Prilly et Jouxten-Mézery (AFPJ) vient de s'offrir un logo flamboyant neuf. Ce nouveau visuel a été présenté aux membres lors de la dernière assemblée générale de l'AFPJ et a reçu un bon accueil. C'est un des premiers pas du président David Stauffer, dans le cadre du processus de modernisation de l'image de l'association qu'il a entrepris depuis son entrée en fonction. L'AFPJ a été fondée en 1959 par cinq familles de Prilly. Forte de quelque 800 membres, et affichant un budget annuel de 340'000 francs, cette section, que nous vous présentions dans notre numéro de mars dernier, est l'une des plus importantes de l'EFV. Elle propose aujourd'hui sept services au public.

Rejoins notre nouveau chœur d'enfants !

- Tu aimes chanter ?
- Tu as envie de rejoindre un chœur ?
- Tu as 5 ans et plus ?
- Inscris-toi à ce nouveau chœur pour enfants !

Renseignements et inscriptions :

Afp.secretariat@bluewin.ch ou 077 495 37 12

Le jardin d'enfants Amadou fait sa rentrée

Le Jardin accueille les enfants dès 2 ans et demi à l'entrée de l'école obligatoire. Et ce avec pour mission de leur offrir un accueil de qualité à eux et à leurs familles dans un souci notamment de faciliter leur intégration. On y trouve un grand jardin extérieur pour explorer, jouer, grimper... Les mardi et jeudi après-midi sont réservés pour les futurs écoliers. **Lu, ma, jeu, ven : 8h30 - 11h45 / 13h30 - 16h45, Mer : 8h30 - 11h45** (Fermé pendant les vacances scolaires)

Renseignements et inscriptions :

021 625 02 11 ou amadoupully@bluewin.ch

Avenue du Château 1 – 1008 Prilly

www.association-familiale.ch

SAINT-PREX

Présidence à pourvoir

Qui se sent l'âme d'un leader désireux de représenter et de promouvoir l'Association auprès des instances locales ?

Le Comité de l'Entraide Familiale de St-Prex et environs

cherche Un ou Une Président/e

En cas d'intérêt, n'hésitez pas à contacter notre bureau :

tél. 021 806 19 35 • www.entraide-st-prex.ch

Avec toi, je peux...

Dans le canton de Vaud, 14% de la population âgée de 15 ans et plus aident une fois ou plus par semaine des proches malades, en situation de handicap, de dépendance ou en fin de vie. Le 30 octobre sera la Journée des proches aidants : une occasion pour dire merci et pour informer sur les aides possibles.

Grâce à ce soutien régulier de proches aidants, les personnes concernées peuvent continuer à vivre dans les conditions souhaitées ou encore maintenir des contacts sociaux nécessaires à la qualité de la vie. Ainsi, 86'000 Vaudoises et Vaudois assurent de multiples tâches et responsabilités comme le suivi de l'état de santé du proche, une présence de jour comme de nuit, l'entretien du ménage, la gestion des affaires administratives et l'organisation du quotidien.

Ils y consacrent du temps, de l'énergie, une partie de leur budget, sans oublier leur investissement affectif avec la personne accompagnée. Les proches aidants expriment à la fois leur satisfaction à aider un membre de leur entourage, et le souhait d'être mieux entourés pour les soulager.

Nombreuses aides à disposition

La Journée des proches aidants a été instaurée par le Département de la santé et de l'action sociale en 2012. Elle vise à remercier les proches aidants de leur engagement solidaire et les informer des soutiens à disposition. Ceux-ci permettent de préserver autant la santé que la vie sociale des proches aidants comme la qualité de la relation entre proches et leur capacité à poursuivre une activité professionnelle (puisque six proches aidants sur dix travaillent). Le 30 octobre 2019, ce sera la 8^e édition (voir encadré).

Dans la vie quotidienne, un soutien important sous forme d'informations, conseils et d'entretiens individuels est proposé par le Centre d'information et de soutien pour les proches aidants, géré par l'association Espace Proches.

Ces services sont subventionnés par la Direction générale de la cohésion sociale et gratuits pour les proches aidants. En outre, de nombreuses organisations partenaires proposent de l'aide : en 2018, plus de 100'000 heures de relève à domicile ont été réalisées par les services professionnels de l'association Alzheimer, de Pro infirmis et de la Fondation Pro-XY et la consultation psychologique pour proches aidants a mené près de 1'400 entretiens.

**Pour plus d'informations
sur les aides telles que conseils,
informations, soutiens financiers :**

www.vd.ch/proches-aidants

**Centre d'information et de soutien
pour les proches aidants : tél. 0800 660 660
(appel gratuit), lundi – vendredi 8h30 – 17h30**
www.espaceproches.ch

AVEC TOI JE PEUX...

**Merci aux proches aidant-e-s,
le 30 octobre, c'est votre journée !**

Une série d'événements
gratuits et ouverts à
toutes et tous pour
partager et s'informer

Agenda complet des activités 2019:
www.journee-proches-aidants.ch
f journeeprochesaidants



Journée des proches aidants : le programme

Du 30 octobre au 5 novembre 2019, une cinquantaine d'organismes proposent des rencontres, animations, expositions, brunchs, conférences, films et ateliers pour informer sur les aides. A travers une collaboration avec les librairies Payot, des marque-pages sont gratuitement disponibles rappelant les contacts utiles pour s'informer sur les aides et demander du soutien.

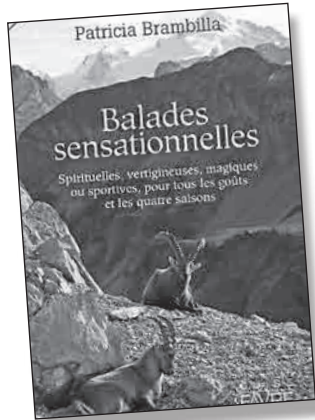
Le 30 octobre dès 17h00, un événement officiel est organisé à Clarens par la Direction générale de la cohésion sociale de l'Etat de Vaud en présence de Mme Rebecca Ruiz, conseillère d'Etat et Philippe Jeanneret, parrain de la Journée.

Plus d'informations : www.journee-proches-aidants.ch

Coup de

culturel

Un membre de notre rédaction ou de l'EFV, partage avec vous dans cette rubrique un ou plusieurs ouvrages ayant su le captiver. N'hésitez pas à nous faire part de vos propres coups de cœur ! Dans la mesure du possible, nous les publierons.



UN GUIDE DE RANDOS
ATYPIQUE

Balades sensationnelles

de Patricia Brambilla

L'avis de **Laurent Grabet**, journaliste responsable du JEF « Marcher c'est ouvrir une fenêtre à l'intérieur de soi », rappelle Patricia Brambilla en ouverture de son ouvrage. Tout au long de ses dix ans de vadrouille en nature pour Migros Magazine, la journaliste romande en a ouvert un paquet ! Au fil de ces 192 pages, elle nous présente le meilleur de ces escapades. Le tout avec en tête l'envie de ratisser large. Car à l'intérieur de soi, on trouve tour à tour et selon les jours, les circonstances et les humeurs, l'envie de se dépasser, de se reconnecter à la nature, de s'ancre dans l'instant présent, d'aller à la rencontre des autres et de leur patrimoine ou celle de se laisser surprendre. Ces 28 textes aussi bien anglés que trousseés font toujours la part belle à l'humain et souvent aussi aux informations intéressantes et surprenantes. Ce guide recouvre les cinq cantons romands et propose des idées « quatre saisons ». Les belles photographies qu'on y trouve, sont signées Laurent de Senarclens. Elles donnent bien souvent envie d'aller voir sur place par soi-même. Petit

bémol cependant : le guide ne propose aucune carte.
Editions Favre, 2019

UNE SACRÉE BIOGRAPHIE

La vie mystique de marguerite bays : stigmatisée suisse

de Martial Python

L'avis de **Laurent Grabet**, Ce livre est sorti en 2011. Il est pourtant d'une brûlante actualité. Marguerite Bays (1815-1879), modeste couturière célibataire de la Pierraz, hameau situé non loin de Siviriez (FR), sera en effet canonisée le 13 octobre au Vatican. C'est un honneur rarissime pour une Suissesse ! Cet ouvrage est l'œuvre de Martial Python, curé de Romont et fin connaisseur de la future Sainte à qui il doit en partie sa vocation. Au fil de ses 176 pages, il dresse le portrait incarné d'une femme humble, à la foi chevillée au corps, et qui était écoutée de hauts responsables religieux de l'époque comme de simples paysans venant lui demander conseil. Stigmatisée après avoir été miraculeusement guérie d'un cancer des intestins en 1854, elle revivait chaque vendredi la passion du Christ. Elle fut béatifiée



en 1995 par Jean-Paul II. Après une longue enquête, le Vatican lui reconnaît officiellement deux miracles.

Editions Parole et silence, 2019



UN FILM FAMILIAL

Le Roi Lion

de John Favreau

L'avis d'**Eric Favre**, vice-président de l'EFV Dessin animé culte sorti en 1994, « Le Roi Lion » réapparaît en 2019 sous la forme d'un film en images de synthèse réalisé par John Favreau.

Les équipes des studios Disney ont fourni un travail gigantesque pour mettre sur pied cette œuvre puisqu'ils sont en effet allés filmer de vrais animaux dans leur véritable environnement.

Cela donne une toute autre dimension à ce magnifique film. Le mélange de réalisme des images et du fantastique des animaux qui parlent, chantent et dansent donne un aspect magique à cette histoire qui reprend sans grands changements la trame de la version animée de 1994. Cette réalisation, dont certaines scènes de luttes ont provoqué quelques frayeurs à mes petits-enfants, a énormément plu au grand-père que je suis... et à eux aussi.

Un film à voir en famille donc !

Solutions des jeux

Jef N° 4 - juin 2019

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

G	R	A	N	D	R	E	M	O	U	S
A	U	D	A	C	E	A	I	N	E	S
G	R	A	D	A	T	I	O	N	R	E
N	A	G	E	I	D	T	I	E	N	
O	L	E	A	C	E	E	E	N	N	A
N	E	U	R	N	E	S	F	A	T	
S	E	I	N	S	I	P	I	D	E	
E	T	U	N	E	A	L	L	E	U	
C	E	A	I	N	C	L	U	T	R	
A	P	P	R	E	T	A	I	R	E	S
R	I	E	U	R	L	I	E	E	S	
T	E	S	T	E	S	E	S	S	A	I

La rédaction

L'EFV déchiffrée

Sur les **31 associations** que compte l'Entraide familiale vaudoise, **19** proposent des services dans le cadre du maintien à domicile, **6** offrent du soutien aux seniors, **15** sont actives dans l'aide directe à la population, **14** gèrent une ou des structures d'accueil de jour de l'enfant et **13** proposent des activités de loisirs.

Janick Chatelain
secrétaire générale EFV

Sa bonne étoile guide notre Président envers et contre tout

LE PORTRAIT A 67 ans, Martial Lambert, Président de l'EFV a des projets et des envies plein la tête et le cœur. Cette soif de vivre prend sa source dans une enfance à la fois difficile et aimante.



« Le goût du pouvoir n'a jamais été un moteur. Celui d'être utile oui ! »

« Je suis né sous une bonne étoile », constate ravi Martial Lambert, attablé autour d'un café-croissant au Café romand. Ce lieu fleurant l'authenticité et le terroir correspond à merveille à celui qui préside l'EFV depuis 1994. L'homme est né à

Lausanne un 8 décembre 1952 d'une mère célibataire prénommée Marie-Louise. A cette époque, sa bonne étoile semblait se faire discrète et il y a gagné la devise « envers et contre tout ! ». « Mon père biologique ne m'a reconnu que deux ans plus tard mais mon père nourricier Jean-Pierre m'a pris sous son aile avec bienveillance. » Martial, ses parents et ses quatre sœurs se tassent dans un modeste trois pièces à Malley. Ils ont peu d'argent mais beaucoup d'amour à partager.

Le plus petit policier du canton

« Lorsque j'ai eu dix ans, un petit frère est mort à la naissance. Ça a été un drame terrible », révèle le Vaudois. Sa scolarité est

chaotique même si elle comporte quatre années en pleine nature dans le cadre d'un programme réservé aux élèves difficiles. Seules exceptions : trois branches dans lesquelles ce gaucher contrarié excelle et qui préfigurent les qualités de meneur qui seront les siennes adulte : civisme, histoire biblique et rédaction. Il se lancera dans un apprentissage de vendeur en alimentation qu'il finira premier du canton dans les branches techniques. « Pas mal pour un cancre ! » lance-t-il en trahissant les restes d'un besoin de revanche.

A cette époque, le sport le happe. Du haut de son 1m64, Martial sera trois fois vice-champion suisse de lutte, bouclera six fois les 17km de Morat-Fribourg (avec un record à 1h08 !) et une fois les 100km de Bienne. Pour une telle force de la nature, l'armée se révèle une « période merveilleuse ». Il y officie comme « sportif de pointe » dans les troupes de sauvetage et grade jusqu'à Sergent-



FORCE Martial fut un sportif de pointe. Il en a gardé l'énergie.

Major. Cela lui ouvre les portes de la police de Pully où il devient le plus petit policier du canton en 1975 (la taille minimale théorique étant fixée à 1m70). Lors de son recrutement devant un jury de notables, l'un d'eux lui lança d'ailleurs : « Ça vous fait quoi d'être petit ? » Le jeune Martial, qui ne déteste déjà rien tant que le mépris, lui répliqua illico : « Et vous, ça vous fait quoi d'être grand et bossu ? » Cela déclencha les rires et emporta le morceau.

Hyperactif et charismatique

Dès lors, sa vie suit son cours sur un mode hyperactif. Martial Lambert aime la vie, les gens et les défis. Il rentre aux Samaritains qu'il finira par présider à l'échelle cantonale. Il est tour à tour pompier-ambulancier et instructeur à la protection civile et y finira Lieutenant-colonel de la section engagement. Dans ce cadre, il intervient

à Gondo (VS) lors du glissement de terrain de 2000 ou en gare de Lausanne lors du déraillement d'un train chimique en 1994. « Des moments épiques ! » qui renforcent en lui l'homme d'action. C'est tout naturellement qu'il se lance en politique en 1992 sous l'étiquette radicale. Sa « volonté d'écouter les gens quel que soit leur parti et au-delà des clivages partisans », lui vaut d'être élu président du Conseil communal par 99 voix sur 100 puis de devenir Municipal pendant 12 ans.



L'année 2016 marque la fin de la carrière professionnelle et politique du Pullierain. Loin de se ranger des voitures, il devient dans la foulée président des bénévoles vaudois. Cela fait alors déjà 26 ans qu'il est à l'EFV et 22 ans qu'il la préside « avec le souci du bien commun, l'envie de fédérer et de permettre à chacun d'apporter sa pierre à l'édifice selon ses envies et ses compétences ».

« La société change mais si l'on reste à l'écoute des évolutions, on va s'adapter. Il y aura toujours besoin de solidarité. C'est un besoin humain qui demande à être nourri. J'ai vécu la disparition des aides familiales qui étaient l'âme de l'EFV et notre organisation a continué d'être utile autrement malgré cela », souligne cet indéfectible optimiste.

En contact avec le monde invisible

Côté vie privée, Martial Lambert est l'heureux mari d'une « admirable Christiane » qui s'est beaucoup sacrifiée pour lui. Père d'une fille de 41 ans et d'un fils de 46 ans (prénom également Martial), tous deux issus d'un premier mariage, il est désormais le « patriarche et confident » d'une famille recomposée comportant au total cinq enfants et dix petits-enfants. Une foi (protestante) discrète mais profonde, aiguë dans l'enfance à coups de discussions philosophiques avec un grand oncle curé de campagne en Gruyère, guide ses pas et en grande partie son action. Le sexagénaire entretient d'ailleurs un rapport étroit avec le monde invisible. Il est radiesthésiste diplômé et un pendule en laiton pend



FAMILLE Martial est grand-père de DIX petits-enfants.

en permanence à sa ceinture. Il n'est d'ailleurs pas insensible non plus aux énergies des pierres. « Lors du récent tour du monde que mon épouse et moi avons fait de début janvier à fin avril dernier, nous sommes revenus avec cinq valises pleines de pierres ce qui n'a pas été sans poser de problèmes à la douane », s'amuse Martial Lambert.

Surfant toujours sur sa bonne étoile à près de 70 ans, le Président de l'EFV semble loin d'avoir rassasié sa soif de vivre. Il vient par exemple de lancer avec un de ses fils, sa belle-fille et son épouse une maison d'hôte dans l'Hérault. « Une aventure de retraité ! »



commente-t-il modestement en nous montrant des photos des lieux qui laissent penser que c'est bien plus que ça et qu'une fois encore, le petit écolier pauvre qu'il fut a préféré voir les choses en grand !

Laurent Grabet

Fêtes des Vignerons : l'EFV y était !

TÉMOIGNAGES Deux des membres de l'EFV ayant participé à la 12^e édition comme figurants nous racontent cette « expérience inoubliable ».

La 12^e édition de la mythique Fête des Vignerons a battu tous les records du 18 juillet au 11 août dernier à Vevey. Les 20 représentations ont en effet charrié plus d'un million de personnes en ville dont quelque 375'000 spectateurs. Ce fut ainsi l'édition la plus fréquentée de l'histoire. Le spectacle, mis en scène par le Tessinois Daniele Finzi Pasca, a bénéficié de l'enthousiasme et du talent de pas moins de 5'500 figurants et chanteurs bénévoles de tous âges. Parmi eux se trouvaient des membres de l'EFV. Deux de l'association de Villeneuve nous racontent leur fête.

« Nos chants me tournent encore dans la tête ! »

Dominique Cornet, 58 ans « Être l'un des 900 chanteurs ayant animé la fête a été pour moi une expérience unique. Une aventure festive ! On a aligné les re-

présentations sans voir le temps passer. Et ce fut que du plaisir non-stop. Il y eu beaucoup de rencontres et la joie aussi de sentir le public vibrer avec nous ! Cela valait vraiment de coup de se préparer une année en avance ! Mon métier d'enseignante m'a laissé le loisir de jouir de ces instants pleinement sur ma période de vacances scolaires. Et je me réjouis de continuer à chanter dans le chœur auquel j'appartiens le reste du temps. En attendant, les chants de la fête me tournent encore dans la tête ! »

« Amusement, plaisir et rencontres »

Heidi Martin, 53 ans (photo) « J'étais un étourneauux-danseur parmi les 250 autres avec qui j'ai répété 43 fois notre chorégraphie dès le mois de janvier précédant la fête. Y participer fut une aventure humaine magnifique et féerique. Etant féru de gymnastique depuis l'enfance, ce rôle amusant me convenait à merveille. Les chorégraphes et même le metteur en scène nous ont toujours témoigné beaucoup de respect et de bienveillance. C'était très motivant. Et puis le public dégageait beaucoup d'émotions. C'était beau et gratifiant de se sentir tous unis autour d'un événement rare faisant partie de notre patrimoine commun. Je suis d'ailleurs allé visiter le musée de la confrérie avec des enfants dont j'ai la charge au sein de l'UAPE en tant qu'assistance socio-éducative. Tout cela ne fut qu'amusement, plaisir et rencontres ! »

Laurent Grabet



L'été a été chaud du côté de la Menthue

L'ACTIVITÉ Le plan canicule a été déclenché en juillet à Yvonand avec le soutien de notre association locale.

Cet été, le plan canicule a été déclenché du 24 juin au 1^{er} juillet par la commune d'Yvonand, laquelle a sollicité l'Entraide Familiale de la Menthue afin de rendre visite aux bénéficiaires de la zone. Ces personnes vivent en général seules, ont un certain âge et ne bénéficient pas de la visite du CMS. Les rencontres avec eux ont essentiellement pour but de les informer des attitudes à adopter et des précautions à prendre en cas de grande chaleur. Ces recommandations leur ont préala-

blement été transmises par un courrier. Il s'agit principalement et tout simplement de rester au frais, de se rafraîchir et de boire régulièrement. Le plan est déclenché par le Médecin cantonal lorsque les températures diurnes sont de plus de 30°C et nocturnes de plus de 20°C et ce sur trois jours consécutifs. La visiteuse de l'Entraide est Madame Despland. Elle invite les bénéficiaires à utiliser le numéro d'urgence **0848 133 133** en cas de problèmes.

Antoine Potterat

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 63
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 : 6'500 ex

Impression :
PCL Presses Centrales SA
Case postale 137 • CH-1020 Renens

VILLENEUVE

Accueil des nouveaux retraités AVS

Aux futurs retraités AVS, aux personnes qui bénéficient d'une retraite anticipée, à toute personne intéressée.

jeudi 3 octobre à 17h30
au foyer du Collège Lac à Villeneuve

Soutenue par La Municipalité de Villeneuve et est organisée par notre association en collaboration avec Agora Vaud. Une quinzaine d'associations seront à votre disposition pour vous présenter une palette de prestations sociales, d'activités culturelles ou sportives.

Renseignements : myriam.pythoud@hotmail.fr ou au 079 732 06 43

3^{ème} REPAIR CAFÉ
Samedi 5 octobre de 10h00 à 15h00

Ancienne caserne des pompiers

Un objet à faire réparer ?, inscrivez-vous soit par téléphone au **079 732 06 43** ou par mail : **myriam.pythoud@hotmail.fr**