

N° 19

AUTOMNE 2023



JOURNAL
DU KERMONT

Sommaire

4-5	Éditorial
6-7	Le vol des étourneaux
8-11	La Chasse : entre tradition et controverses
12-14	Retraite : Ralentir pour vivre à fonds
15	Et pour vous, comment s'est passé votre retraite ?
16-18	La situation des loups en Suisse en 2023
19	Chanson d'automne
20-21	Talents dévoilés : Marcel Moret
22-23	ChatGPT, qu'est-ce que c'est, à quoi ça sert, Comment ça marche et comment l'utiliser ?
24-27	Le Tracasset ... Késako ?
28-31	Carnet de route - Derborence
32-33	Le laurier, la couronne du vainqueur
34-36	Moments de vie au Nouveau Kermont
37	Expositions
38-41	Horoscope
42	Poème d'automne
43-47	Fitness cérébral
48-49	Solutions

Editorial

4

SLADJANA VARONE DIRECTRICE

Chers résidents, familles, amis et collaborateurs,

Nous voici déjà en automne, que le temps file ...

Notre maison a soufflé ses 47 bougies, ce qui nous a permis de refaire un bout du voyage de l'ouverture des portes en 1976, en passant par l'agrandissement en 1984 à maintenant en 2023 ! 47 ans, ce n'est pas rien, c'est une grande aventure humaine tout d'abord mais aussi une organisation millimétrée de chaque instant et des obligations par millier pour que chacun puisse se sentir le mieux possible au Nouveau Kermont.

Nous poursuivons les travaux des chambres et balcons. Prochainement, des travaux vont être entrepris pour réaménager la terrasse extérieur afin que celle-ci relie l'étage du Jardin à l'étage de la Terrasse.

Cela fait 7 ans passé que je partage cette aventure avec vous tous et je ne m'en lasse pas. Il fait bon vivre chez nous.

Vivre en communauté n'est pas toujours facile bien au contraire, il faut apprivoiser les humeurs des uns et des autres, les envies différentes, les habitudes, les émotions et parfois le manque d'intimité. En poursuivant dans les chiffres, nous sommes une centaine, sans les visiteurs, à cohabiter au quotidien. Même si cela paraît beaucoup, cela reste une maison à taille humaine où nous nous connaissons tous. La fête du 21 septembre aura permis de démontrer cette union et de partager de joyeux moments avec les amis et les familles. Le duo musical, l'esprit champêtre et les délicieux mets préparés ont embellit cette fête.

Merci de tout cœur à tous, résidents, collaborateurs, amis et familles qui avez fait de cette soirée une grande réussite.

Il ne me reste plus qu'à vous souhaiter un merveilleux automne aux teintes flamboyantes.



5

Vole ...



Vole ...

En automne, impossible de ne pas remarquer les vols d'étourneaux dans le ciel genevois.

Mais comment font-ils pour voler ensemble, en parfaite symbiose, sans jamais se percuter ?

Les ornithologues sont désormais en mesure de comprendre ce phénomène longtemps inexpliqué. S'ils se déplacent en groupe, c'est avant tout pour se protéger des attaques des oiseaux de proie, comme les faucons ou les éperviers. Lorsqu'ils pressentent un danger, les étourneaux vont s'envoler ensemble des arbres pour former une masse rela-

tivement compacte et difficile à attaquer, ils peuvent être jusqu'à 30000 côte à côte. Ils sont d'ailleurs capables d'adapter leur façon de voler en fonction du prédateur qui les menace. Si c'est un épervier, les étourneaux vont voler très haut au-dessus de lui en formant une boule. Si c'est un faucon pèlerin, ils iront alors tous se poser au sol en même temps. À l'intérieur de cette nuée, les oiseaux fonctionnent ensemble comme un seul et même organisme: ils changent brusquement de direction, se replient, ondulent. Chaque oiseau réagit aux mouvements de ses sept voisins les plus proches.

La nuée d'oiseaux n'a ni leader, ni hiérarchie. Et surtout, que les oiseaux soient distants de 20 centimètres ou d'un mètre les uns des autres, chacun n'est étroitement synchronisé qu'avec ses six ou sept plus proches compagnons. En fait, le comportement du voisin détermine le sien par une sorte de mimétisme social. C'est la topographie des lieux voire l'irruption d'un prédateur qui sont à l'origine des réactions en chaîne déformant le nuage.

En fin de journée, les étourneaux se regroupent par dizaines de milliers, voire par centaines de milliers. Ils choisissent des arbres où ils se sentent en sécurité afin de les utiliser comme des dortoirs. En revanche la

journée, dans la région genevoise, ces oiseaux vont dans les vignobles pour chercher de la nourriture (insectes ou raisin). Fin octobre, ces oiseaux vont migrer vers l'Espagne, l'Italie ou encore le Maghreb.

Fabienne Lottaz
Responsable animation





La Chasse:

entre tradition et controverses

Depuis des milliers d'années, la chasse a été une activité pratiquée par l'homme pour subvenir à ses besoins alimentaires et survivre dans un environnement souvent sauvage. De la préhistoire jusqu'à nos jours, elle a évolué sous l'influence de différentes cultures et normes sociales. Toutefois, la chasse est aujourd'hui devenue l'objet de controverses, entre les partisans de cette tradition et les défenseurs des droits des animaux...

Un peu d'histoire...

La chasse remonte à la nuit des temps, lorsque les premiers hommes traquaient les animaux sauvages pour se nourrir. À l'origine, la chasse était une nécessité pour la survie, mais elle est également devenue un rituel culturel et religieux dans de nombreuses civilisations anciennes. Des peintures rupestres et des outils archéologiques témoignent de l'importance de la chasse pour ces anciennes civilisations.

Au fil du temps, la chasse est passée d'une activité de subsistance à un loisir pratiqué par les nobles et les élites. Elle a été formalisée par des codes de chasse et des règlements, ce qui a donné naissance à la chasse à courre et à d'autres formes de chasse aristocratique. Avec l'avènement de l'agriculture, la nécessité de chasser pour se nourrir a diminué, mais la chasse est restée ancrée dans les cultures du monde entier.

La chasse aujourd'hui

De nos jours, la chasse continue d'être pratiquée dans de nombreux pays, tant pour des raisons traditionnelles que pour des motifs de régulation de la faune. Pour les chasseurs, c'est souvent une passion, un moyen de se reconnecter à la nature et de perpétuer une tradition transmise de génération en génération.

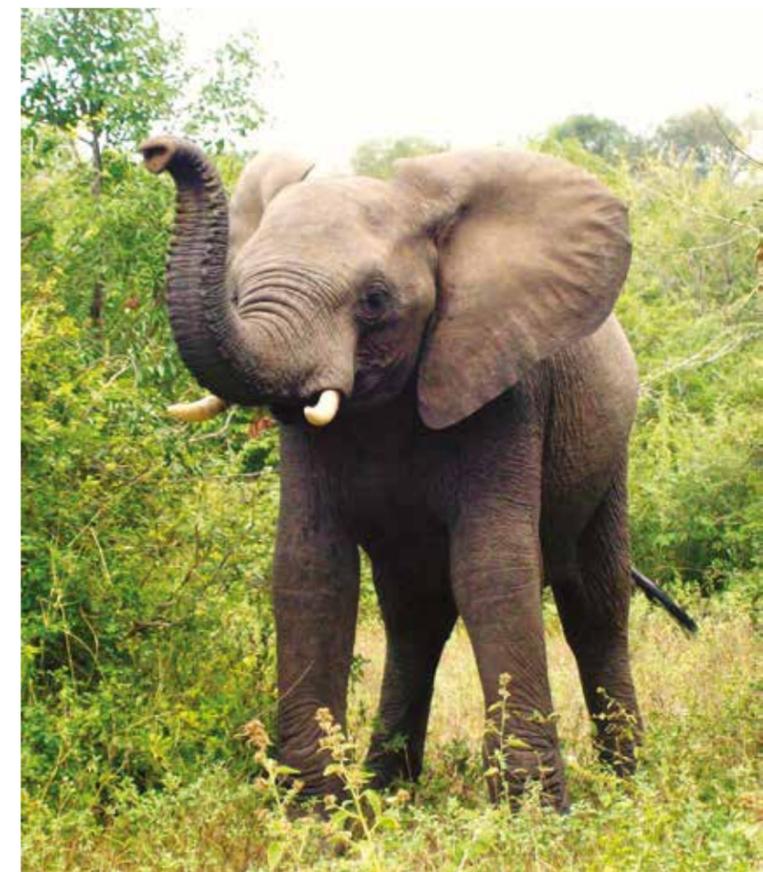
La chasse est également un outil de gestion de la biodiversité dans certaines régions. Les responsables de la faune et les chasseurs soutiennent que la régulation des populations d'animaux sauvages, comme les cervidés, peut être bénéfique pour l'écosystème en évi-

tant la surpopulation et ses conséquences sur l'environnement et les autres espèces.

Controverses et enjeux éthiques

Cependant, la chasse est devenue un sujet de controverse, principalement en raison des questions éthiques et de la protection des animaux. Les opposants à la chasse soulèvent des préoccupations concernant le bien-être des animaux, les méthodes de chasse jugées inhumaines, ainsi que les risques pour les espèces menacées ou en voie de disparition.

Le braconnage est également un problème majeur lié à la chasse. Le braconnage implique la chasse illégale d'espèces protégées, menaçant leur survie et mettant en péril l'équilibre écologique. Les trafiquants d'ivoire, par exemple, ont contribué à la diminution dramatique des populations d'éléphants dans certaines régions d'Afrique.



Réglementation et conservation

Face aux enjeux liés à la chasse, de nombreux pays ont mis en place des réglementations strictes pour encadrer cette activité. Les lois sur la chasse fixent des quotas, des saisons de chasse, et imposent des licences pour les chasseurs. L'objectif est de garantir que la chasse soit pratiquée de manière durable et responsable, en évitant les effets néfastes sur les écosystèmes et les populations animales.

En parallèle, des efforts de conservation sont entrepris pour protéger les habitats naturels des animaux sauvages et promouvoir leur coexistence avec l'espèce humaine. Des initiatives de protection des espèces en voie de disparition sont également mises en œuvre pour préserver la biodiversité et prévenir l'extinction de ces espèces.

En conclusion, la chasse est une pratique ancienne qui a évolué au fil des siècles et reste aujourd'hui ancrée dans certaines traditions. Cependant, elle suscite des débats et des controverses en raison des préoccupations éthiques et environnementales qu'elle soulève. Aujourd'hui, la réglementation de la chasse et les efforts de conservation jouent un rôle essentiel dans la préservation de la biodiversité et dans l'avancement d'une coexistence entre l'homme et la faune sauvage. Trouver un équilibre entre la préservation des traditions et le respect du bien-être animal est un défi considérable pour la société moderne.

Luca PICCIRILLO
Animateur

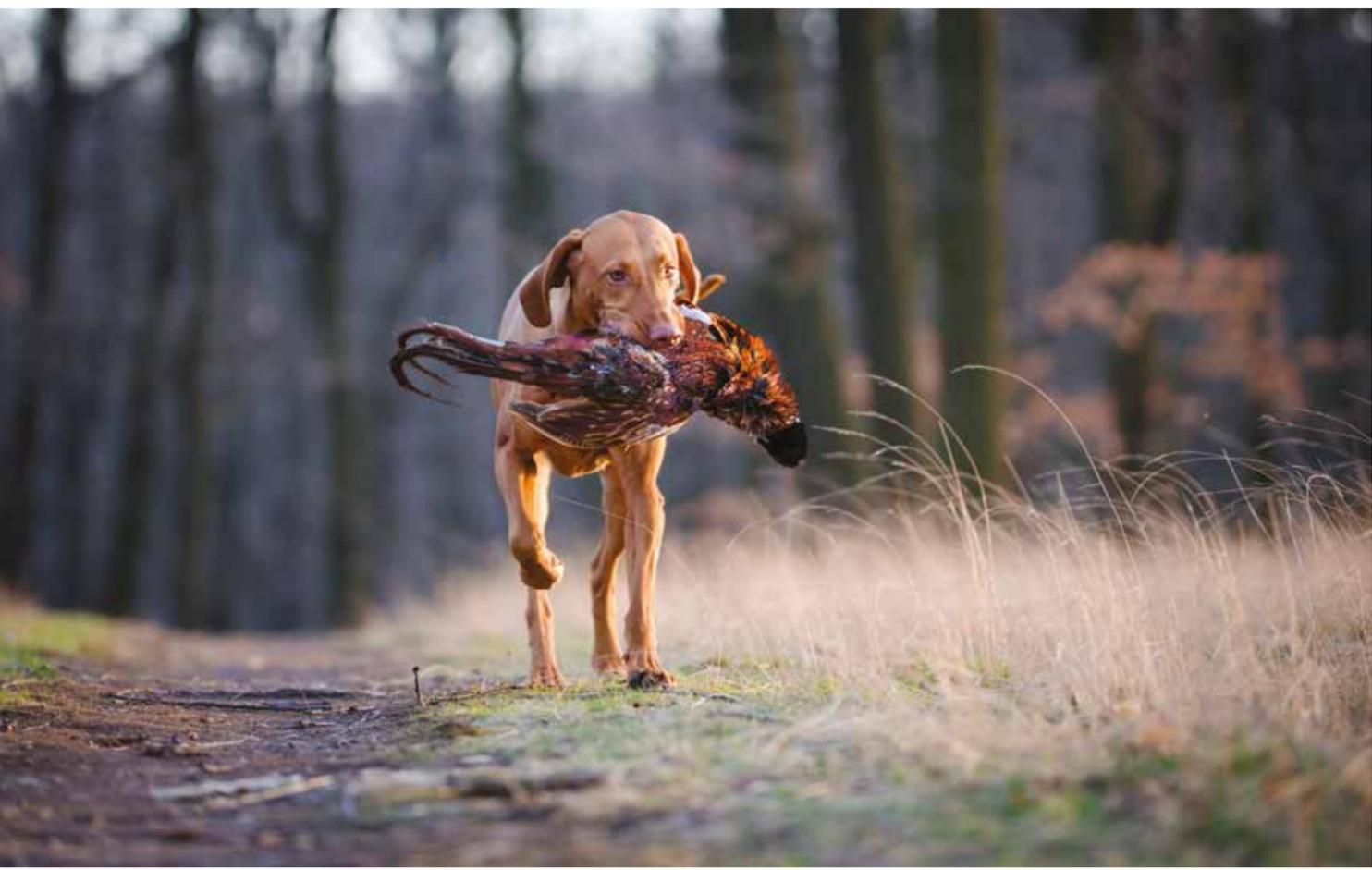
A Genève ...

En 1974, suite à une initiative populaire lancée par les milieux de protection des animaux, le peuple genevois a voté l'interdiction de la chasse sur tout le territoire du canton de Genève. Mais, certains animaux se reproduisent rapidement alors les gardes de l'environnement réalisent une part importante de la gestion de la faune (observation, surveillance, prévention des dégâts et régulation). Lorsqu'ils s'avèrent nécessaires, les tirs de régulation professionnels effectués par les gardes de l'environnement sont réalisés avec un matériel de pointe, de manière à causer un minimum de stress et de souffrance à l'animal. Le but étant de limiter les dégradations provoquées par les animaux sur les cultures environnantes. Il y a beaucoup de dégâts sur la vigne, ce qui pose problème à la croissance de la vigne, ou directement au raisin. Les sangliers en sont friands !

Mais, sur le terrain, après bientôt un demi-siècle, le bilan est positif.

- Oiseaux d'eau : le nombre d'hivernants a été multiplié et il n'y a jamais eu une telle richesse et diversité de canards sur le lac et les cours d'eau.
- Petite faune : les densités de lièvres du canton comptent parmi les plus élevées de Suisse.
- Grande faune : les populations d'ongulés se portent bien, le chevreuil est présent dans la plupart des massifs, le cerf a pris pied sur le canton et se développe régulièrement, le sanglier est aussi bien établi mais contrôlé.

Fabienne Lottaz
Responsable animation





Ralentir pour vivre à fond

Enfin la retraite ! Vous avez travaillé toute votre vie, il est maintenant l'heure de profiter pleinement de cette nouvelle liberté.

Qu'on l'ait attendue, espérée ou redoutée, peu importe. Ce basculement vers l'inconnu peut générer son lot d'inquiétudes.

Du temps libre à profusion, la fin des embouteillages aux heures de pointe, plus personne pour vous donner des ordres... Sur le papier, la retraite est une sorte d'eldorado, un havre de paix et de liberté. Pourtant, cette perspective n'est pas toujours enthousiasmante.

On passe d'un temps structuré, rythmé par des rituels, à un temps déstructuré et complètement vide. C'est aussi quitter une identité sociale et un réseau relationnel, ce qui peut entraîner une peur de l'isole-

ment et de la solitude. Sans compter, dans certains cas une inquiétude financière liée à une baisse des revenus.

La retraite serait donc, au même titre que d'autres événements majeurs de nos existences un saut dans l'inconnu. Avec tout à inventer !

Créer le bonheur à la retraite exige beaucoup de réflexion pour se redécouvrir en tant que personne une fois que le travail n'est plus au centre de notre vie. Pour beaucoup de personnes, ce genre d'introspection ne vient pas facilement. Faire le point comprend : bien se connaître, clarifier ses valeurs, confirmer ses passions et ses rêves, reconnaître ses qualités et

ses talents, définir ce qui est important à cette étape de vie. L'objectif est de trouver une orientation de vie qui apporte un sentiment profond de réalisation de soi et d'harmonie avec ses valeurs profondes.

Le secret d'une retraite heureuse résiderait dans une bonne préparation... sans se mettre la pression. D'autant que la retraite est l'occasion rêvée de s'ouvrir aux rencontres et aux bonnes surprises. Tester, par exemple, sans forcément s'y engager tout de suite, des loisirs et/ou se découvrir, pourquoi pas, de nouveaux hobbies ou des aptitudes insoupçonnées.

Brisez la routine

Faites régulièrement quelque chose de nouveau et aigüisez sans cesse votre désir de découverte.

Si vous avez des centres d'intérêt que vous avez négligés durant vos années de travail, c'est le moment idéal pour vous y mettre. Ce peut être le dessin, la sculpture, la poterie, le théâtre, la danse, le chant, etc. Vous pouvez aussi partir en voyage à l'autre bout du monde et découvrir de nouvelles cultures. Choisissez les destinations qui vous font rêver et profitez de chaque instant de votre

séjour. Faites la liste des choses qui peuvent vous faire plaisir et réalisez-les selon vos envies et sans vous mettre la pression.

Le mouvement c'est la vie

S'activer stimule les endorphines, les hormones du bonheur.

Dans la vie active, notre horloge biologique naturelle est souvent sacrifiée sur l'autel des obligations professionnelles. Le passage à la retraite offre l'opportunité de retrouver un tempo mieux adapté, en accord avec nos besoins. Fini les réveils matinaux douloureux, les déjeuners sur le pouce et autres journées de travail à rallonge... Avec, bien souvent, un retentissement positif sur le sommeil, l'appétit, mais aussi l'humeur et le moral. À condition, bien sûr, d'accepter de ralentir.

Si vous avez toujours pratiqué du sport, vous n'avez aucune raison d'arrêter maintenant. Autrement, il n'est jamais trop tard pour commencer. Faire quelques exercices physiques au quotidien est une façon de prendre soin de vous et de votre santé. Il suffit de respecter votre rythme et de choisir une ou quelques disciplines que vous aimez.



Maintenir le lien social

L'Homme est un animal social, alors maintenir un lien avec autrui est un élément essentiel de nos vies pour ne pas se sentir seul et triste. Le lien social est donc essentiel pour notre bonheur et notre santé mentale.

Participer à des activités communautaires ou s'inscrire à des cours, clubs de loisirs ou groupes de discussion sont des moyens de rencontrer de nouvelles personnes et d'élargir son cercle social.

Rester en contact avec les proches est crucial. Utilisez tous les moyens d'échanges pour garder le contact.

Faire du bénévolat, donner de son temps pour aider les autres, partager vos connaissances et transmettre vos compétences est une excellente façon de se sentir utile, de rester mentalement actif, de s'enrichir humainement et de renforcer les liens sociaux.

Et vous quelle est votre liste de désirs et de rêves à concrétiser ? pensez-y !

Trouvez des activités (créative, sportive, intellectuelle) même simples mais qui vous font sentir pleinement vivant et entourez-vous de personnes qui vous donnent de l'énergie.

Même à la retraite, les années passent à la vitesse éclair.

Faites ce qui compte le plus et laissez tomber tout le reste.

Libérez vos talents et vivez passionnément pour n'avoir aucun regret.

Sabine Debernardis

Responsable ressources humaines



Et pour vous, comment s'est passé votre retraite ?

Deux ans avant ma retraite, j'ai participé à des cours proposés par mon employeur le Cern. Les conjoints (es) étaient également conviés à ces moments de préparation car la retraite ça change la vie pour les deux. Des médecins-juristes-banquiers-psychologues étaient là pour évoquer tous les aspects liés à la retraite.

Au Cern, j'étais responsable d'un grand groupe. Une année avant mon départ à la retraite, j'ai décidé de passer le témoin à mon successeur, la responsabilité était partagée et cela a permis une transition en douceur pour les deux. Ça été très apprécié par mes supérieurs et mes collègues. Sur le plan personnel, avec mon épouse, nous avons profité de faire des voyages, des randonnées. J'ai eu

également plus de temps pour m'occuper de mes petits-enfants.

Je me suis inscrit à l'université du 3ème âge où j'ai pu écouter des conférences, participer à des visites et suivre des cours de géologie en tant qu'auditeur libre.

Mon conseil pour la retraite : deux ans avant, il faut se préparer mentalement, avoir une idée de ce que l'on veut faire. À la retraite, il faut également faire des activités avec son conjoint. Et après, si la santé est bonne, ça va tout seul !

Peter Reinhard



La situation des loups en Suisse en 2023 :

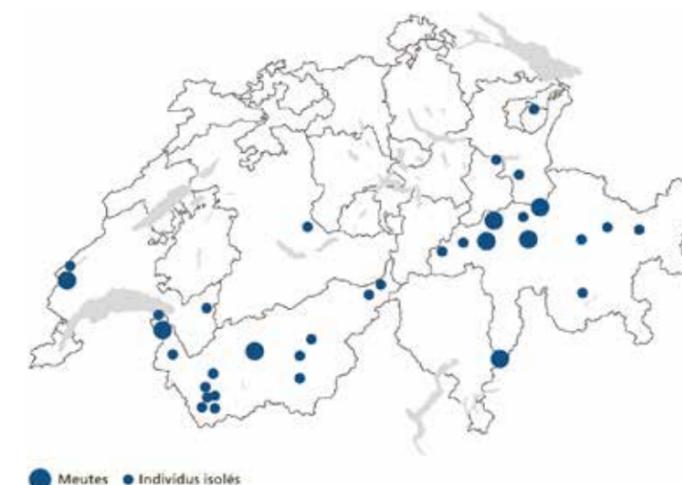
16

Le retour du loup en Suisse est un sujet qui suscite de nombreuses discussions et préoccupations. Depuis sa réapparition en 1996, en provenance d'Italie, le loup a choisi de revenir dans les montagnes suisses pour des raisons écologiques et territoriales. La présence du loup offre une opportunité unique d'étudier cet animal emblématique et de

mieux comprendre comment il interagit avec son environnement. Dans cet article, nous examinerons la situation actuelle des loups en Suisse en 2023, leur impact sur l'économie suisse et les efforts déployés pour assurer leur conservation.

Le retour du loup en Suisse : une histoire de conservation et de cohabitation

Depuis 1996, année où le premier individu a été observé après une longue absence, la population de loups en Suisse n'a cessé de croître. La réintroduction du loup s'est faite naturellement grâce aux populations italiennes et françaises voisines. Les loups suisses ont ainsi trouvé refuge dans les forêts alpines, profitant d'une abondance de proies telles que les cerfs et les chamois.



La situation actuelle des loups en Suisse en 2023

En 2023, on estime à environ 250 individus le nombre de loups présents en Suisse. Ces animaux se répartissent principalement dans les régions montagneuses des cantons du Valais, des Grisons et du Jura. Les attaques de loups sur les troupeaux domestiques sont relativement rares mais peuvent impacter significativement les éleveurs concernés.

Les conséquences économiques et sociales de la présence du loup

La présence du loup en Suisse a un impact sur les éleveurs et les communautés locales. Les pratiques agricoles ont dû s'adapter pour mieux protéger les troupeaux, notamment en investissant dans des chiens de protection ou en renforçant les clôtures. Ces changements engendrent des coûts supplémentaires pour les éleveurs, mais permettent également une meilleure cohabitation avec le prédateur.

Les mesures prises par les cantons suisses pour gérer la présence du loup

Les cantons suisses mettent en place diverses stratégies pour gérer la présence du loup sur leur territoire. Parmi ces mesures figurent l'éducation des éleveurs, la mise en place de systèmes de surveillance et, dans certains cas, l'autorisation exceptionnelle d'abattre un individu problématique. Les approches varient selon les cantons, reflétant ainsi les spécificités régionales.

Le système d'indemnisation pour les éleveurs

En Suisse, un système d'indemnisation est mis en place pour compenser les pertes subies par les éleveurs pour donner suite aux attaques de loups. Ce dispositif prévoit une indemnisation financière pour les animaux tués ou blessés. Bien que ce système ne compense pas totalement les pertes économiques et affectives liées à ces événements, il contribue à atténuer les tensions entre éleveurs et défenseurs du loup.

Présence,
défis et
mesures de
protection



17

Les efforts de conservation pour protéger le loup en Suisse

Les efforts de conservation visant à protéger le loup en Suisse sont portés par des associations telles que la Fondation KORA et soutenus par les autorités fédérales. Ces initiatives incluent la surveillance des populations, la recherche scientifique sur le comportement et la génétique du loup, ainsi que des actions de sensibilisation auprès du grand public. Malgré les défis posés par la cohabitation entre humains et loups, ces efforts ont permis d'assurer la survie de cette espèce emblématique.

Conclusion : Le loup en Suisse, une coexistence nécessaire ?

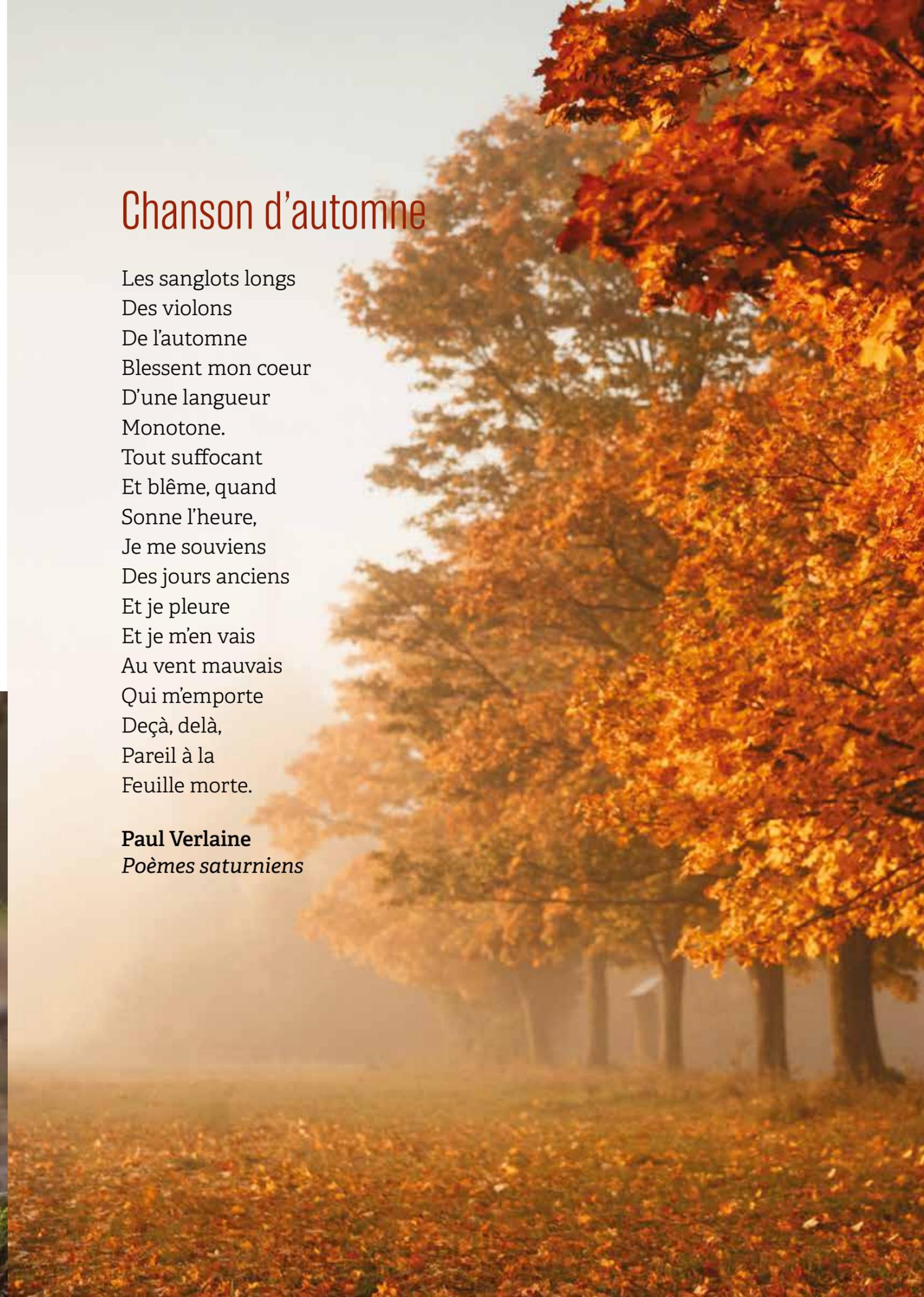
Le retour du loup en Suisse soulève des questions importantes sur notre relation avec la nature et les défis que représente la cohabitation avec une espèce prédatrice. Les efforts de conservation et les mesures mises en place pour gérer sa présence montrent qu'il est possible d'assurer un équilibre entre les besoins des communautés locales et ceux du loup. En continuant à travailler ensemble, nous pouvons espérer créer un avenir où le loup en Suisse 2023, son impact sur l'économie suisse et sa conservation seront harmonieusement intégrés dans nos paysages et nos vies.

Romain Rouger
Chef de cuisine

Chanson d'automne

Les sanglots longs
Des violons
De l'automne
Blessent mon cœur
D'une langueur
Monotone.
Tout suffocant
Et blême, quand
Sonne l'heure,
Je me souviens
Des jours anciens
Et je pleure
Et je m'en vais
Au vent mauvais
Qui m'emporte
Deçà, delà,
Pareil à la
Feuille morte.

Paul Verlaine
Poèmes saturniens



Talents dévoilés :

Marcel Moret

Marcel MORET nous a rejoints en février 2022. Il est né à Genève, s'est marié en 1957 avec Berthe. Ils ont eu trois enfants, deux petits-enfants et deux arrière-petits-enfants.

Très jeune, Marcel se passionnait pour la menuiserie. « *Dès mon enfance, je regardais les personnes qui travaillaient sur les chantiers de construction avec leurs machines et ils me fascinaient.* »

C'est donc tout naturellement qu'il a fait un apprentissage de menuisier à l'école des arts et métiers où il finira le meilleur de sa promotion. Après l'obtention de son diplôme, il fera son école de recrue à Thounne en tant que chauffeur d'infanterie. Après ces six mois de service, il retournera à Genève.

Marcel va alors commencer à travailler avec son père dans l'entreprise familiale de terrassement ou chaque employé avait son camion. Grâce à ses économies, il achètera son propre camion pour le transport de la terre, des graviers etc. Cela ne va pas être une bonne période, le travail est dur, les prix chutent et la concurrence est rude. « *Pendant deux ans, c'était vraiment compliqué de trouver du travail et j'ai dû me séparer de mon camion.* »

« *Il fallait que je fasse quelques chose, je ne pouvais pas rester là sans rien faire.* »

« *Mon cousin, propriétaire d'une entreprise de gravière et terrassement m'a alors proposé de travailler avec lui. Je suis resté 30 ans !* » L'entreprise va être mandatée pour plusieurs projets importants comme notamment des chantiers à l'aéroport et au CERN. Elle va faire le premier parking de Plainpalais mais aussi le terrassement de la gare de Cornavin.



Avec son cousin, Marcel va gérer une cinquantaine d'employés. Ce n'était pas toujours simple, il y avait de forts caractères et tout le monde ne travaillait pas de la même façon. A ce moment, il y avait beaucoup de travail et peu de concurrence. L'entreprise avait également l'une des plus grandes pelles mécaniques du canton qui pesait plus de 48 tonnes

Marcel Moret travaillera environ 40 ans dans le milieu puis prendra sa retraite à l'âge de 67 ans. « *Je n'ai pas pu partir avant à la retraite car je devais terminer des projets* » Marcel est très fier de ce qu'il a accompli pendant toute sa carrière professionnelle et il en parle toujours avec beaucoup d'émotion. Dans ses temps libres, Marcel adorait jardiner. Ces moments lui permettaient de se libérer l'esprit. Aujourd'hui, Marcel est notre fidèle jardinier. Il prend soin des fleurs et plantes de notre terrasse avec beaucoup d'assiduité.

Marcel Moret et Mathieu Morello
animateur

Escalier construit par Marcel pour un travail de 3ème année à l'école des arts et métiers





ChatGPT :

qu'est-ce que c'est, à quoi ça sert, comment ça marche et comment l'utiliser ?

Il s'agit d'un service de chat (messagerie instantanée) qui permet de discuter et de poser des questions à un robot.

Développé par l'OpenAI, ChatGPT est une plateforme de conversation sophistiquée, alimentée par un modèle linguistique de pointe, en plusieurs langues, dont le français. Ses débuts remontent à 2019. Le modèle de langage GPT (et donc ChatGPT) progresse à une vitesse hallucinante. À son lancement en 2019, GPT-2 prenait en compte 1,5 milliard de paramètres. GPT-3 a suivi avec ses 175 milliards de paramètres, et nous en sommes désor-

mais à GPT-4, pour lequel OpenAI n'a pas révélé le nombre de paramètres.

À la différence des autres agents conversationnels classiques, ChatGPT s'appuie sur un modèle de langage particulièrement évolué : GPT-4. C'est de là que peut provenir une confusion courante, et ChatGPT est souvent cité à la place de GPT-4 alors qu'il s'agit de deux concepts bien différents. ChatGPT est la plateforme sur laquelle l'utilisateur se rend afin

de dialoguer, nous pouvons le résumer à une interface dotée de fonctionnalités permettant d'exploiter les possibilités offertes par GPT-4.

Comme son nom l'indique, GPT-4 est la quatrième génération majeure du modèle de langage Generative Pre-trained Transformer développé par la société OpenAI. Pour améliorer ses capacités de compréhension et d'expression, le modèle s'est entraîné par machine learning sur un volume astronomique de documents disponibles en ligne : ouvrages, articles de presse, publications Reddit, scripts de films et séries TV, Wikipédia et d'autres sources web.

On associe également beaucoup ChatGPT au navigateur Bing et à la suite Office de Microsoft. La firme américaine a en effet intégré de l'intelligence artificielle dans ses produits, mais il ne s'agit pas vraiment de ChatGPT.

Vous l'aurez compris, c'est un outil très évolué qu'il n'est pas simple d'utiliser. Je l'ai testé pour l'éditorial de cet été avec l'aide de Thoma, mon fils qui utilise cette intelligence artificielle et qui sait comment manœuvrer avec toutes cette technologie. Ceux qui me connaissent auront certainement remarqué que je n'avais pas écrit cet éditorial. C'était la première et unique expérience à ce jour. Les utilisateurs de ChatGPT diront que je n'ai pas été au bout des capacités et que ma demande a été simplifiée. Effectivement, mais je n'ai pas envie qu'une machine écrive pour moi et que mon cerveau finisse par se ramollir. Je voulais simplement faire un essai. Dans les grandes lignes, comment ça marche : Vous dictez ou écrivez sur cette plateforme ce que vous aimeriez savoir, sur quel sujet il vous faudrait un texte, une traduction et en un temps record vous avez

une réponse à votre demande, c'est impressionnant. Sans précision de votre part, ChatGPT va adopter une structure de texte classique. Si vous désirez un format spécifique, comme un article de presse, une note de blog, une dissertation, une fiche produit ou autre, vous devez lui préciser afin qu'il adapte sa mise en page et le déroulé du texte. Si vous lui demandez de rédiger une rédaction de philosophie, ChatGPT va par exemple adopter une structure scolaire : introduction, thèse, antithèse, conclusion, etc. Mes enfants disent que cela serait un très bon moyen pour gagner du temps au niveau des tâches chronophages, du traitements des e-mails, de la préparation des textes, des analyses, des tableaux et autres afin de se libérer du temps pour être auprès des gens et privilégier les rapports humains. Et je dois avouer que de ce point de vue, je suis fortement intéressée.

Et vous qu'en pensez-vous ?

Sladjana Varone
Directrice

Source internet





24

Le Tracasset... késako ?

Le championnat mondial de Tracasset à Epesses :
Une histoire de passion

Plongons-nous dans l'histoire de cette compétition surprenante qui a lieu tous les deux ans dans le pittoresque vignoble de Lavaux, en Suisse.

Les origines du Tracasset

Le «tracasset», une curieuse invention née dans la région de Perroy dans les années 1950. Originaire du canton de Vaud en Suisse, cette étrange machine est le résultat d'un croisement entre un tracteur agricole et une ancienne pétrolette. Le tracasset est un engin à trois roues, muni d'un guidon et d'un pont arrière, conçu pour évoluer dans les vignobles abrupts de la région de Lavaux.

Ces engins sont dociles et peuvent facilement se déplacer sur des terrains en pente sans cravache. Ils sont également adaptés aux espaces restreints et ne craignent pas le vide.

Le premier Rallye des tracassets a eu lieu en 1956 à Cully, organisé par les membres du FC Vignoble. Ce rallye a été un tel succès qu'il est devenu une tradition. Après une interruption temporaire, la manifestation a été relancée en 1979 par la Société de Jeunesse d'Epesses qui a organisé le premier Championnat du monde des tracassets dans le village d'Epesses.

Les compétitions du championnat comprennent une parade-gymkhana où les tracassets défilent pour être jugés pour leur décoration, puis une course de vitesse avec obstacles le long d'un étroit sentier appelé Creyvavers. Les pilotes prennent des risques en fonçant entre les murs pour remporter la victoire, ce qui peut parfois conduire à des accidents et des dégâts.

25



Les débuts du championnat mondial

Né dans les années 1950 et inspiré des courses d'obstacles traditionnelles et des parcours du combattant, il a rapidement gagné en popularité grâce à son aspect spectaculaire et amusant. Le but de cette course, est de franchir un parcours semé d'embûches le plus rapidement possible tout en évitant les pièges et en surmontant des obstacles de toutes sortes.

Le premier Championnat Mondial de Tracasset a eu lieu en 1985 à Epesses, une région captivante située sur les rives du lac Léman en Suisse. Epesses, réputée pour ses magnifiques terrasses viticoles, offre un cadre enchanteur à cette compétition unique en son genre. La topographie vallonnée et les chemins sinueux entre les vignes en font un terrain de jeu idéal.

Au départ, le championnat attirait principalement des participants locaux, mais au fil des ans, il a suscité l'intérêt des compétiteurs d'autres régions. Aujourd'hui, des concurrents de diverses nationalités se retrouvent à Epesses chaque année pour s'affronter lors de cette épreuve traditionnelle.

Les épreuves du championnat

Le championnat mondial de Tracasset à Epesses se déroule généralement sur deux jours. Les participants sont divisés en différentes catégories en fonction de leur âge et de leur niveau d'expérience. Les épreuves sont chronométrées, et le concurrent qui parcourt le tracé en un temps record tout en surmontant les obstacles de manière élégante est couronné champion.

Les obstacles varient d'une année à l'autre, apportant un élément de surprise et de nouveauté à chaque édition. On peut y trouver des murs d'escalade, des passages étroits, des étangs à traverser, des filets à grimper, et bien d'autres défis encore. La diversité des obstacles exige des compétences variées, alliant force, agilité et équilibre.

Le championnat du monde de tracassets se tient désormais tous les deux ans, et la dernière édition a eu lieu le 30 avril 2022, après avoir été reportée en 2021 pour des raisons sanitaires. Cette tradition unique rassemble les passionnés de tracassets, les bénévoles et les sponsors pour célébrer cette insolite et attachante invention qui a trouvé sa place dans la tradition vaudoise.

Luca Piccirillo
animateur



Source: Photos Olivier Graf, topio.ch



Carnet de route

Derborence

La vallée de Derborence se trouve au-dessus du village d'Ardon dans le Valais central. Elle est dominée par l'impressionnant massif des Diablerets qui s'élève au-dessus du lac.

Pour y accéder il faut prendre la route qui monte depuis Conthey dans les gorges de la rivière "la Lizèrne". Cette route est impressionnante car elle est étroite et en partie à flanc de falaises. Je n'oublierai jamais ma première montée en car postal avec ma classe de 6ème primaire. La vue sur les falaises et cette impression de pouvoir tomber à chaque virage ont eu raison de moi. J'ai été malade à l'arrivée, sur place je ne pensais qu'à la route et le retour ne fut pas plus glorieux. J'ai mis des années avant d'y retourner. Depuis, nous sommes devenues inséparables. Je ne me lasse pas de la visiter. Tout est beau, simple et aérien là-haut.

Mais revenons à l'histoire de cette vallée ; Si le massif des Diablerets s'appelle ainsi, c'est à cause des éboulements catastrophiques qui ont eu lieu à Derborence au 18ème siècle (1714 et 1749) et dont les traces sont encore bien visibles aujourd'hui. Tout un pan de la montagne s'y était détaché, ensevelissant les bergers, le bétail et les chalets qui s'y trouvaient. Les habitants de l'époque, y voyant l'œuvre du diable, ont renommé la montagne "les Diablerets" et pensaient que la vallée était maudite.

L'éboulement de 1749 fut plus important encore. Les blocs de pierre géants endiguèrent alors le torrent, créant ainsi le lac de montagne naturel le plus jeune d'Europe. Le paysage qui s'y est formé, une réserve naturelle nationale, est un paradis pour les biologistes, géologues, photographes et visiteurs de tous âges.

Cette catastrophe a notamment inspiré Ramuz, un écrivain vaudois pour son roman intitulé "Derborence" et paru en 1934.

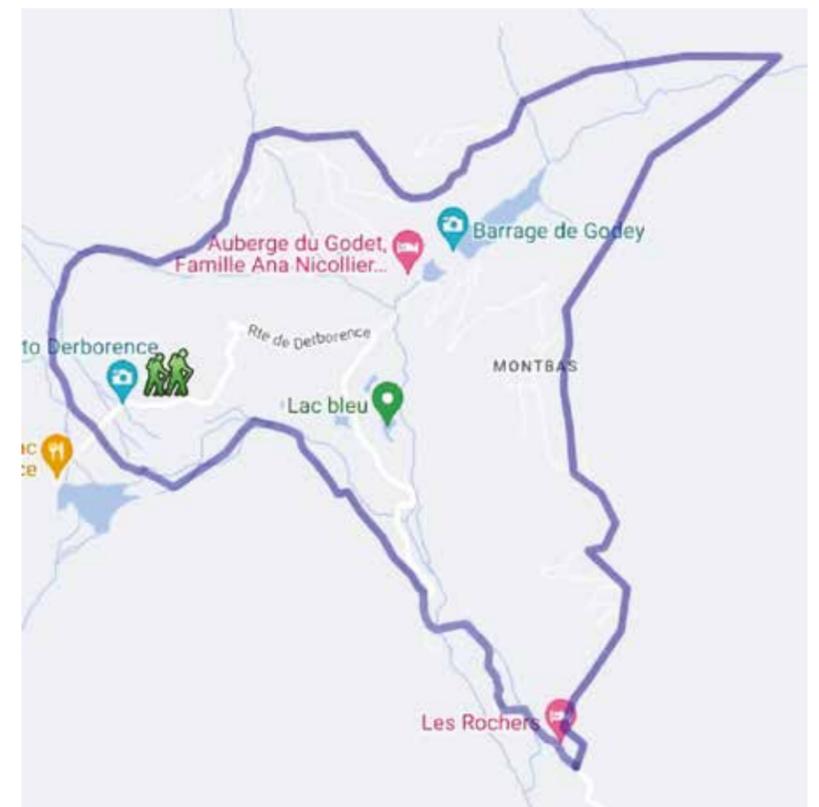
L'automne à Derborence est un moment hors du temps... ses couleurs, la voie lactée qu'on peut admirer ou encore le brâme du cerf qui vient clore la soirée. Des moments inoubliables, gravés à jamais.

Nous avons l'habitude avec les jumeaux d'y passer nos vacances d'automne, d'été parfois aussi. Nous séjournions à Montbas, qui se situe au-dessus du Godey, lieu-dit de Derborence, à l'opposé du lac. Endroit plus calme et plus sauvage.

Maintenant que le cadre est posé, allons nous balader.

Cet itinéraire relie deux circuits: le «tour de l'éboulement des Diablerets» et le «tour du Lac de Derborence». C'est une randonnée qui nécessite d'avoir le pied sûr. Certains passages sont aériens et ne sont pas conseillés pour les personnes sujettes au vertige.

Nous partons du chalet de Montbas pour nous glisser dans la forêt et y cheminer pendant plusieurs kilomètres avant d'atteindre les éboulis, attention, la prudence est de mise. La suite du sentier qui longe la rivière la Lizèrne jusqu'au fond du vallon est exigeant. Il y a un passage un poil impressionnant, rien de dramatique qu'on se le dise, puis il faut traverser la rivière au fond de la vallée. A noter que la traversée peut être difficile lorsque la neige fond au printemps

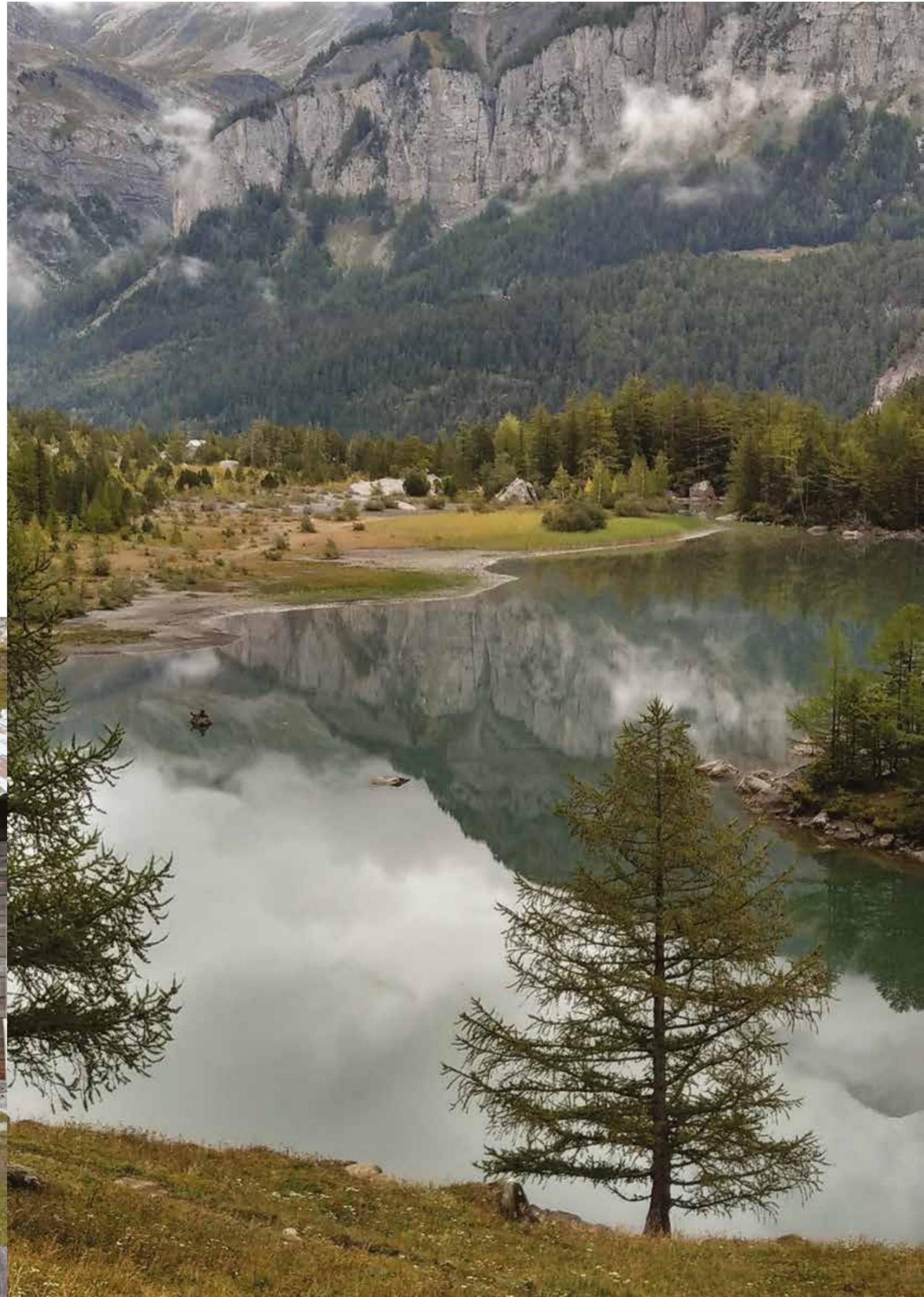


ou s'il y a eu des intempéries (il n'y a pas de passerelle et il faut traverser sur des cailloux). Le sentier continue à flanc la montagne au-dessus du vallon. En avançant, on peut observer l'éboulement sous toutes les facettes. Alpage puis forêt se succèdent pour arriver au-dessus du lac de Derborence où la vue est à couper le souffle.

Après s'être sustentés et reposés, on emprunte l'itinéraire du tour du lac, qui s'approche des eaux étincelantes. Le sentier est ponctué de petits pontons de bois permettant de franchir les zones les plus humides. On contourne alors le point d'eau par sa rive sud, au pied de l'impressionnante paroi de L'Ecorcha. Le sentier balisé

serpente entre pins, sapins et mélèzes, avant de plonger vers la route, en contrebas. On a quitté le sentier du tour du lac pour suivre l'itinéraire en direction de Motélon. Quelques mètres sur la route goudronnée précèdent la rude montée vers Montbas, tout d'abord sur une route, puis sur un étroit sentier en forêt. On fait une boucle, c'est la règle de nos balades. Voilà, c'est tout pour cette rando automnale. J'espère que je vous aurai donné envie de découvrir la vallée de Derborence et sa nature préservée.

Sladjana Varone
Directrice





Le Laurier

La couronne du vainqueur

Au cours de l'Antiquité, le laurier était hautement vénéré et associé à la gloire et à la victoire.

Dans la Grèce antique, les lauriers étaient tissés en couronnes et remis aux vainqueurs des compétitions sportives, aux poètes honorés et aux héros militaires pour symboliser leur réussite. Ces couronnes de laurier, également appelées «lauriers-cerises», étaient considérées comme un signe de distinction et de triomphe.

L'huile essentielle de laurier noble, étant extraite de l'arbre de laurier, porte avec elle cette connotation historique de célébration, de victoire et de reconnaissance. Son arôme stimulant et vivifiant a continué d'être associé à l'énergie et à la force mentale, faisant de l'huile essentielle de laurier noble un choix populaire pour ceux qui recherchent une inspiration et une clarté mentale accrues.

L'huile essentielle de laurier noble, scientifiquement connue sous le nom de *Laurus nobilis* (famille des Lauracées), est extraite des feuilles et des rameaux de l'arbre de laurier noble. Cette huile essentielle possède une riche histoire et est appréciée pour ses propriétés aromatiques et thérapeutiques. Elle a son origine dans les régions méditerranéennes et dans certaines parties d'Asie.

L'huile essentielle de laurier noble a une couleur jaune pâle à vert pâle et dégage un parfum frais, épicé et herbacé. Son arôme est reconnaissable et souvent associé à une ambiance chaleureuse et méditerranéenne.

Elle est appréciée pour ses propriétés antiseptiques, anti-inflammatoires, antispasmodiques et stimulantes.

Voici quelques utilisations courantes.

Soin de la peau et des cheveux : L'huile de laurier noble peut être ajoutée à des produits de soin de la peau ou des cheveux pour ses propriétés bénéfiques. Elle peut aider à calmer les peaux irritées et à favoriser une peau saine.

Soulagement des douleurs musculaires et articulaires : En raison de ses propriétés anti-inflammatoires et antispasmodiques, l'huile essentielle de laurier noble est parfois utilisée dans les mélanges d'huiles de massage pour soulager les douleurs musculaires et articulaires.

Soutien respiratoire : L'inhalation de l'arôme du laurier noble peut aider à dégager les voies respiratoires, offrant ainsi un soulagement temporaire en cas de congestion.

Stimulation mentale : L'huile essentielle de laurier noble est réputée pour ses effets stimulants sur l'esprit. Elle peut favoriser la concentration, la clarté mentale et aider à atténuer la fatigue mentale.

Aromathérapie : Son arôme agréable en fait un choix populaire pour la diffusion dans l'air afin de créer une atmosphère relaxante et apaisante.

En cuisine, les feuilles de laurier sont souvent utilisées comme épice dans pour ajouter de la saveur et de l'arôme aux plats. Elles sont notamment utilisées dans les soupes, les ragoûts, les sauces, les marinades et les plats mijotés. Voici une anecdote liée à l'utilisation de feuilles de laurier en cuisine :

Lors d'une soirée d'automne, un cuisinier amateur décida de préparer une grande marmite de soupe aux lentilles. Se rappelant avoir lu

quelque part que les feuilles de laurier ajoutent une saveur subtile mais délicieuse aux soupes, il décida d'en ajouter une feuille à sa préparation.

Il fit mijoter la soupe pendant des heures, laissant les arômes se mélanger et se développer. Lorsque la soupe fut enfin prête, il en goûta une cuillerée. Il fut agréablement surpris par la profondeur de saveur que la feuille de laurier avait ajoutée à la soupe. La saveur était à la fois chaleureuse et réconfortante, avec une note légèrement épicée.

En dégustant cette soupe aux lentilles, il réalisa que les petits détails, comme l'ajout d'une simple feuille de laurier, pouvaient transformer un plat ordinaire en quelque chose d'extraordinaire. Depuis ce jour-là, les feuilles de laurier sont devenues un ingrédient incontournable dans ses préparations culinaires, et il apprécie toujours le rappel de cette expérience gustative.

Martine Annaheim





Moments de vie au Nouveau Kermont



Pâtisserie avec notre chef Romain



Moment ensemble



Marché de Carouge



Match Servette FC



Atelier Chocolat



Préparation de la soupe solidaire



Fête Foraine



Pregny Alf Festival



36 Moments créatifs



Échange de savoir



Promenade dans les bois de Versoix



Sortie Salève

EXPOSITIONS



Être(s) ensemble

Plongez dans un monde où humains, plantes et animaux cohabitent en harmonie !



Cette exposition unique explore les relations entre les humains, les plantes et les animaux à travers six histoires originales qui montrent que la communication et la compréhension entre différentes espèces sont possibles. Les histoires présentées ne dépeignent pas toujours une communication parfaite entre les Hommes et la Nature, mais elles soulignent qu'il est possible de vivre en paix avec les êtres qui nous entourent.



Musée d'ethnographie de Genève, jusqu'au 7 janvier 2024

Chasse aux glaces – à la poursuite du professeur givré

Une escapade pour toute la famille, accompagnée de dégustations glacées et remplie de défis palpitants et ludiques !

Découvrez un tout nouveau jeu de piste !

« Il est temps de revêtir votre imper d'agent secret pour pouvoir résoudre les énigmes, trouver le code secret et sauver vos amis ! Le Professeur Givré a une dent contre Genève et veut utiliser sa toute nouvelle arme, l'Atomiseur 3000 pour détourner les rayons du soleil et faire disparaître la ville entière. Il faut absolument l'arrêter ! »

Pour plus d'informations sur les dates et pour réservation : <https://www.urban-events.ch/cag-geneve>





Horoscope

Isabel Gonzalez
Responsable intendance

Source: Internet

Bélier



Dès la fin du mois d'août, l'agenda des Béliers sera l'amour. Ils peuvent faire de nouveaux départs ou entrer dans des processus fatidiques dans leurs relations actuelles. Après un été cordial, vous vous rapprochez d'une personne en septembre. C'est le moment de tisser une amitié solide ou de renforcer des liens familiaux d'autant qu'à partir d'octobre, vous avez besoin d'une oreille attentive pour vous confier sur des questionnements affectifs. Rien de tel que d'échanger sur ses expériences pour y voir plus clair !

Taureau



Les Taureaux entreront dans différents environnements et rencontreront différentes personnes en septembre. Les célibataires du signe Taureau peuvent commencer une nouvelle relation en septembre, et ceux qui sont en couple peuvent gagner en sérieux. Avec deux éclipses importantes en octobre, ils entreront dans une période où ils changeront leurs routines et prendront des décisions importantes concernant leur vie. En novembre et décembre, ils se concentreront sur de nouvelles sources de revenus.

Gémeaux



L'agenda d'automne de Gemini sera les affaires. Les demandeurs d'emploi peuvent profiter des opportunités qu'apportera septembre. Les Gémeaux peuvent rejoindre de nouveaux cercles et rencontrer de nouvelles personnes pendant cette période. Tout en obtenant des résultats des changements en cours dans leur vie depuis l'année dernière avec les éclipses d'octobre ; ils entreront dans une période où ils seront plus affectueux. En novembre et décembre, ils auront le travail et les routines quotidiennes à leur agenda.

Cancer



Les Cancres mettront le thème du voyage à leur agenda avec septembre. Il est fort possible qu'ils aient un nouvel entretien d'embauche vers la fin septembre et qu'ils changent d'emploi actuel. Ils doivent veiller à maintenir l'équilibre entre la famille et le travail. Alors que novembre donne des signaux de relation et d'amour pour ce signe du zodiaque, le rythme de travail peut augmenter en décembre par rapport aux autres mois.

Lion



L'agenda de septembre des Lions sera l'argent et la matérialité. De plus, ils pourraient connaître des développements positifs et surprenants liés aux thèmes de l'éducation et des voyages ce mois-ci. Avec les éclipses d'octobre, ils obtiendront des résultats liés à leur carrière. Avec les nouvelles éclipses, l'agenda des Lions sera la carrière universitaire, l'étranger et les questions commerciales pendant un an et demi. Novembre et décembre seront une période très sociale pour les signes du Lion.

Vierge



Les Vierges prendront des décisions sérieuses concernant les relations à long terme, les amitiés, les mariages et les partenariats avec septembre. Vers la fin du mois, un point matériel peut être ajouté à leur agenda. Avec les éclipses qui auront lieu en octobre, leur agenda sera les investissements et les prêts. Préparez-vous à de grands changements dans leur carrière. Alors qu'un horaire de travail chargé les attend en novembre, décembre leur offrira de bonnes occasions de socialiser et de se reposer.

Balance



Les Balances peuvent entrer en septembre avec un horaire de travail chargé, il est utile de ne pas oublier de faire une pause et de se reposer. Avec fin septembre et début octobre, ils vont se concentrer davantage sur leurs relations et entrer dans le processus de raisonnement sur la valeur qu'ils se donnent. Au cours de la prochaine année et demie, les Balance se concentreront sur leurs propres priorités. Les relations vont changer. En novembre, de belles évolutions les attendent en termes de matériel et d'argent.

Scorpion



Les Scorpions entreront dans de nouveaux environnements avec septembre ; ils se retrouveront dans le plaisir. Avec les éclipses d'octobre, ils voudront peut-être se reposer l'âme ; Ils peuvent faire un travail spirituel. Au cours de la prochaine année et demie, toute leur routine va changer, ils vont bouleverser leur vie et mesurer et peser ce qui manque ou est en trop. Durant les mois de novembre et décembre, les questions monétaires seront à l'ordre du jour.

Sagittaire



Septembre est un mois très important pour la carrière du Sagittaire . Avec les éclipses d'octobre, ils entreront dans une période où leur statut social et leur environnement vont changer. Ils se réuniront avec différentes personnes et socialiseront beaucoup. Novembre promet de nouvelles relations au Sagittaire. Décembre indique qu'ils prendront de nouvelles décisions concernant leur apparence.

Capricorne



Avec le mois de septembre, les Capricornes mettront à leur agenda les thèmes de la communication, de l'amitié, du commerce, de l'achat et de la vente. Fin septembre, des développements liés à la carrière universitaire et à l'étranger les attendent. Avec le mois d'octobre, ils peuvent changer de lieu, de ville et de pays. Durant le mois de novembre, ils peuvent socialiser davantage et voyager. En décembre, les Capricornes peuvent poser les bases d'une nouvelle relation.

Verseau



L'agenda de septembre du Verseau sera matériel. Vous pouvez obtenir de nouvelles sources de revenus au cours de ce mois ; Ils peuvent connaître des évolutions en matière de crédit, d'endettement et de fiscalité. Avec le mois d'octobre, l'agenda des voyages, des personnes différentes et de l'éducation entreront dans leur vie. De nombreux thèmes étrangers seront à l'ordre du jour. Même si le rythme de travail augmente en novembre, ils entreront dans des environnements plus amusants et agréables en décembre.

Poissons



Les Poissons auront des thèmes relationnels à leur ordre du jour en septembre. Ceux qui sont seuls peuvent soudainement se retrouver dans des relations sérieuses ; Ceux qui ont une relation peuvent prendre des mesures sérieuses concernant leur situation. Dès le mois d'octobre, investissements, emprunts et taxes seront à l'ordre du jour. Ils peuvent faire de nouveaux investissements et planifier des voyages en novembre. Un rythme de travail intense les attend en décembre. ; Il est très probable qu'ils rencontreront de nouvelles opportunités d'emploi ce mois-ci.

L'aube est moins claire...

L'aube est moins claire, l'air moins chaud, le ciel moins pur ;
 Le soir brumeux ternit les astres de l'azur.
 Les longs jours sont passés; les mois charmants finissent.
 Hélas! voici déjà les arbres qui jaunissent !
 Comme le temps s'en va d'un pas précipité!
 Il semble que nos yeux, qu'éblouissait l'été,
 Ont à peine eu le temps de voir les feuilles vertes.

Pour qui vit comme moi les fenêtres ouvertes,
 L'automne est triste avec sa bise et son brouillard,
 Et l'été qui s'enfuit est un ami qui part.
 Adieu, dit cette voix qui dans notre âme pleure,
 Adieu, ciel bleu ! beau ciel qu'un souffle tiède effleure !
 Voluptés du grand air, bruit d'ailes dans les bois,
 Promenades, ravins pleins de lointaines voix,
 Fleurs, bonheur innocent des âmes apaisées,
 Adieu, rayonnements ! aubes ! chansons ! rosées !

Puis tout bas on ajoute : ô jours bénis et doux !
 Hélas ! vous reviendrez ! me retrouverez-vous ?

Victor HUGO
 1802 - 1885

Fitness Cérébral

Sudoku 1

Complétez la grille en utilisant les chiffres de 1 à 9

Ils doivent obligatoirement figurer une seule fois dans chaque ligne, chaque colonne et chaque carré de 3x3.

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

Anagrammes - Les prénoms

Retirez une lettre d'un mot de la grille de gauche et reportez dans la grille de droite une anagramme formée des lettres restantes et désignant un prénom.

B	A	C	T	E	R	I	E	
		O	R	A	C	L	E	
S	A	L	I	S	S	A	N	T
		N	A	T	U	R	E	L
		S	O	L	A	I	R	E
		V	O	I	L	I	E	R
		M	I	N	A	R	E	T
			L	E	V	I	E	R

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

=

Mots croisés

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
A															
B															
C															
D															
E															
F															
G															
H															
I															
J															
K															
L															
M															
N															
O															

Horizontalement

- A. L'essentiel est d'y participer (deux mots).
- B. A été, à reculons. Les débuts à «bicyclette». Train.
- C. Terrain de sport en gymnase. Entrée dans le «stade». Comme certains centres.
- D. Habits de danseuses. A celle de foot, on y apprend le foot. Au coeur du «lancer».
- E. Naissance d'«allure». L'attaquant du milieu. Ce travail-là n'est plus imposé.
- F. A l'entendre, il a été sifflé. Paresseux comme lui, adieu l'entraînement !...Il faut savoir le doser.
- G. Ils ont leur «Parc». Déesse qui aurait vachement aimé la pelouse du stade.
- H. Matière de médaille pour le meilleur. Elle applaudit son homme. Elle écrit encore sur le tableau.
- I. Pelages sur le champ de courses. Crient haut et fort.
- J. Sigle de club. Départ d'«attaque». Enlever.
- K. Virage de ski. Célèbre moto italienne. Un certain Institut.
- L. En «athlétisme». Canne d'alpiniste.
- M. Epreuve complète d'athlète. Refus.
- N. On cherche toujours à le battre. Reçu. Le sport des scolaires du mercredi après-midi.
- O. Le boxeur y passe avant de monter sur le ring. Essayée.

Verticalement

- 1. Il moule le corps de la gymnaste.
- 2. Il est «jeté» chez l'haltérophile. Plus confortable que le kart.
- 3. Un certain lycée. Ces «chébecs»-là sont sûrs de couler.
- 4. Coin où tirer les buts. Service à ne pas rendre au tennis.
- 5. Personne de poids. Possessif. Une «côte» brisée dans la chute.
- 6. Etalon chinois. Sur terre. Certains travaux. Un bout du «harnais».
- 7. Geste défensif au foot. Lettres de «leader».
- 8. Equipement. Utiles pour se délester avant l'épreuve !
- 9. Classement. On y est, en salle. Souffle coupé.
- 10. Pronom. Mieux vaut bien l'être. Chiffre du départ.
- 11. Elle amène à la compétition.
- 12. Déchet d'urine. Avec Décathlon, on l'a «à fond». En location.
- 13. Une «ère» un peu bousculée. Départ de «soleil» à la barre fixe. Une telle démonstration nous mène aux nues.
- 14. Dynamisme. Un peu de «natation».
- 15. Champ de courses anglais. Saisons pour pratiquer les sports nautiques. Un certain club de foot.

Sudoku 2

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



“L'automne est le printemps de l'hiver.”

Henri de Toulouse-Lautrec



Chemin des Châtaigniers, 24 | 1292 Chambésy

www.kermont.ch



EMPLOYEUR
RESPONSABLE
2022

