



VIVE  
l'été

Juin-Juillet  
2026

Editorial	3
Bienvenue	4
Les anniversaires	5
Santé et prévention	6
Portrait	11
Yoga de la respiration	14
Les bals d'autrefois	17
Juin: le soleil brille.. Et les copies aussi !	20
Souvenons-nous	22
Album photo	23
Evénements particuliers	28
Jeux	30

## **Ont participé à la rédaction**

Dietmar Steinmetz

Sandra Dominguez

Mathieu Morello

Luca Piccirillo

Fabienne Lottaz

Anna Granvisir



## Vive l'été !

Chères résidentes,  
Chers résidents,  
Chères familles,

Avec l'arrivée des mois de juin et juillet, c'est une saison lumineuse et chaleureuse qui s'ouvre à nous. Les journées s'allongent, le soleil s'installe, et avec lui, une énergie nouvelle qui invite à profiter pleinement des petits plaisirs du quotidien.

L'été est souvent synonyme de souvenirs précieux : les vacances en famille, les promenades en plein air, les repas partagés sous un ciel dégagé.

C'est aussi une période propice pour continuer à créer ensemble de nouveaux moments de convivialité au sein de notre établissement. Les activités estivales, adaptées à chacun, seront autant d'occasions de se retrouver, d'échanger et de cultiver la joie d'être ensemble.



Nous n'oublions pas que l'été peut aussi être une période plus sensible et il qu'il nous rappelle également l'importance de prendre soin de soi: rester hydraté, se protéger de la chaleur et écouter son rythme. Notre équipe reste pleinement mobilisée pour veiller à votre confort et à votre sécurité durant cette période.

Nous vous souhaitons à toutes et à tous un été doux, serein et riche en instants partagés.

Fabienne Lottaz  
Responsable animation



# Bienvenue

## Du côté des résidents



Giselle REPOND



Charlotte MORET



SCHUKKERT Attila



Maree Edna MOORE



Paulina STIOP



Elisabète MOREIRA  
Aide soignante

## Du côté du personnel



Marli DE OLIVEIRA RODRIGUES  
Aide soignante

# Les anniversaires

## En juin

Erika SUDAN	4 juin
Maria Luisa MORONI	5 juin
Charlotte MORET	8 juin
Claude FAVRE-ROCHEX	9 juin
Marie-Claire NICOLLET	12 juin
Christiane STENGEL	13 juin
Hannelore LOEWKE	14 juin
Marek STEFANSKI	26 juin

## En juillet

Anna BENI	3 juillet
Hélène GAYERE	6 juillet
Ariane JOLLIET	16 juillet
Carmen GODARD	17 juillet
Zopito FINOCCHIO	18 juillet
Philippe PAGGI	27 juillet
Marie-Madeleine JATON	27 juillet
Gilda TURRIAN	29 juillet
Denise DELLENBACH	30 juillet
Jocelyne BOITEUX	31 juillet

La Direction et tous les collaborateurs du  
Nouveau Kermont vous souhaitent un  
joyeux anniversaire

### Journée mondiale de l'hygiène des mains : un petit geste qui protège tout le monde



Chaque année, le 5 mai, la Journée mondiale de l'hygiène des mains rappelle l'importance d'un geste simple, mais essentiel : bien se laver ou se désinfecter les mains.

Dans un EMS, où résidents, familles, collaborateurs et visiteurs se côtoient chaque jour, cette habitude joue un rôle fondamental pour préserver la santé de tous.

C'est pour cette raison, que nos responsables des soins ont organisé une journée dédiée à l'importance de la désinfection des mains et aux bons gestes à adopter.

#### ***Pourquoi les mains sont-elles si importantes ?***

Nos mains touchent constamment des objets, des poignées, des tables, des téléphones ou encore des rampes d'escalier. Elles peuvent ainsi transporter des microbes sans que l'on s'en rende compte. Une bonne hygiène des mains permet de limiter la transmission de virus et de bactéries responsables de maladies comme les refroidissements, les gastro-entérites ou certaines infections plus sérieuses.

Dans un EMS, les résidents sont parfois plus fragiles en raison de l'âge ou de problèmes de santé. La vigilance de chacun devient donc une véritable chaîne de protection collective.

### **Un geste simple, mais efficace**

Se laver les mains correctement ne prend que quelques secondes, mais peut éviter bien des infections. Il est recommandé de se laver ou se désinfecter les mains :

- avant les repas ;
- après être allé aux toilettes ;
- après s'être mouché, avoir toussé ou éternué ;
- avant et après un soin ;
- après avoir touché des surfaces très utilisées ;
- en entrant et en sortant de l'établissement.

Le savon et l'eau restent très efficaces lorsque les mains sont sales.

La solution hydroalcoolique, quant à elle, est pratique et rapide au quotidien.

### **L'affaire de tous**

L'hygiène des mains ne concerne pas uniquement les soignants. Résidents, familles, visiteurs, équipes administratives, animation, cuisine, entretien : chacun contribue à maintenir un environnement plus sûr.



Les collaborateurs de l'EMS appliquent chaque jour des règles d'hygiène précises afin de protéger les résidents. Les familles et visiteurs participent également à cet effort collectif grâce à quelques gestes simples lors de leurs visites.

### **Un réflexe de bienveillance**

Prendre soin de l'hygiène des mains, c'est aussi prendre soin des autres. Derrière ce geste du quotidien se cache une

marque d'attention et de respect envers les personnes les plus vulnérables.

Rappelons-nous qu'un petit geste peut avoir un grand impact. Ensemble, continuons à faire de notre EMS un lieu accueillant, chaleureux et sécurisé pour tous.

Fabienne Lottaz



# Journées de sensibilisation à l'hygiène des mains

18 & 19 mai 2026 – EMS Nouveau Kermont

Avec le soutien de :

Pharmacie du Grand Saconnex

**HARTMANN**  
Helps. Cares. Protects.  
IVF HARTMANN AG

medicalis  
au bénéfice des patients de la santé et du social

À l'occasion de la

**JOURNÉE MONDIALE DE L'HYGIÈNE DES MAINS**

5 MAI 2026

Au Nouveau Kermont,  
*nous faisons toujours différemment!* 😊

LES  
**18 & 19 MAI**  
DE 10H À 17H

AU PATIO & AU JARDIN

Ateliers ludiques et interactifs

Tentez votre chance à la roue !

Jeux et quizz

Passage des mains sous lumière bleue

Démonstrations de lavage des mains

Informations sur les précautions standards et les bonnes pratiques

Participez, échangez, apprenez...  
et repartez avec le sourire et des goodies ! 😊

**TOUS LES BIENVENUS !** ❤️

FAMILLES    RÉSIDENTS    COLLABORATEURS

Ensemble, prévenons les infections !  
Prenons soin les uns des autres, ici et aussi à la maison. ❤️

NOUVEAU KERMONT  
- E M S -

Chers Résidents, familles et collaborateurs,

À l'issue de nos deux journées de sensibilisation à l'hygiène des mains et aux précautions standards organisées au sein de l'EMS, nous souhaitons adresser un immense merci à l'ensemble des collaborateurs, Résidents et familles pour leur participation, leur enthousiasme et les nombreux échanges partagés durant ces deux belles journées.

Grâce à votre présence et à votre implication, ces moments ont été riches en convivialité, en sensibilisation et en bonne humeur autour d'un objectif commun : renforcer ensemble les bonnes pratiques d'hygiène et de prévention.

Nous remercions également tout particulièrement :

Le service d'animation, pour l'organisation et l'animation des activités y compris culinaires, réalisées avec les résidents,

Le service intendance, pour la mise à disposition des boissons et granitas ayant contribué à l'ambiance chaleureuse et festive de ces journées ;

Enfin, nos partenaires pour leur soutien et les goodies offerts, très appréciés de tous.

Ces journées ont une nouvelle fois démontré l'importance du travail collectif et du plaisir de partager ensemble des actions de prévention utiles, humaines et accessibles à tous.

L'Infirmière-Cheffe  
Anna G

Les Répondantes HPCI  
Céline et Florine

Les IRUS  
Justine et Christelle



## Une vie de saltimbanque



Dietmar Steinmetz est un résident discret, profondément attaché aux valeurs de famille, de communauté et de partage.

Derrière son regard calme, se cache pourtant une vie hors du commun marquée par le monde du cirque, le travail et une passion immense pour les animaux.

Né le 13 mai 1940, Dietmar grandit directement dans l'univers du Cirque Pilatus. Sa maman appartenait à la famille Buhlmann, propriétaire du cirque. Dès son plus jeune âge, il évolue donc parmi les artistes, les animaux et les chapiteaux. Pour lui, cette vie n'était pas simplement un métier, mais une véritable façon de vivre.

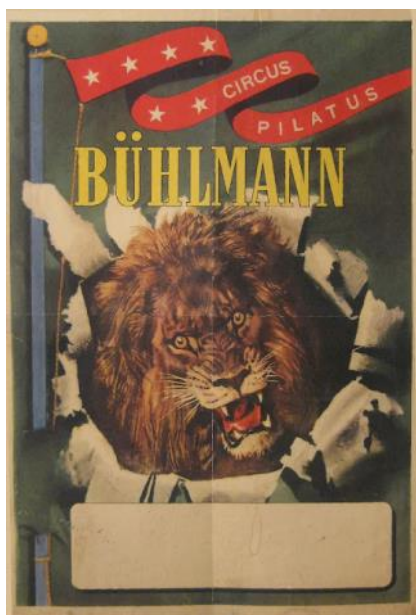
Au sein du cirque, chacun avait ses responsabilités. Il n'y avait pas de grandes équipes techniques comme aujourd'hui. Les artistes, les soigneurs et les membres de la troupe participaient à tout : le montage et le démontage des chapiteaux, les déplacements, les répétitions, l'entretien du matériel ainsi que les soins aux animaux.

Lors des représentations, plusieurs heures étaient nécessaires pour monter le chapiteau avant de pouvoir répéter puis assurer le grand spectacle du soir.

Très jeune, Dietmar est élevé "à la dure", comme beaucoup de garçons de l'époque dans le milieu du cirque.

Malgré cela, il garde de cette période les plus beaux souvenirs de sa vie. Il participe à des numéros d'acrobatie mais surtout à des spectacles avec des chevaux, une passion qui le suivra toute sa vie.

Il raconte avec beaucoup d'émotion les moments passés auprès des animaux qu'il appelait affectueusement "les bêtes". Il était chargé de les nourrir et de les soigner quotidiennement. Chevaux, lions, tigres ou encore dromadaires faisaient partie de son quotidien. Les journées commençaient très tôt, souvent avant le lever du soleil, afin de s'occuper des animaux avant les répétitions et les représentations.



Le Cirque Pilatus était alors l'un des plus grands rivaux du Cirque Knie en Suisse. Pendant

plusieurs années, la troupe sillonne le pays dans une ambiance familiale et communautaire très forte. Monsieur Steinmetz se souvient encore des prix des spectacles à cette époque : les places les moins chères coûtaient chf 2,20, tandis que les meilleures places pouvaient atteindre 15 francs suisses.



Malheureusement, à la fin des années 1950, plusieurs intempéries importantes en Suisse fragilisent fortement l'activité du cirque. Les représentations deviennent compliquées à maintenir et la situation financière se détériore. Le Cirque Pilatus finit par fermer ses portes alors que Dietmar n'a que 18 ans.

La vente forcée de certains animaux restera pour lui un souvenir extrêmement douloureux.



Même si quelques numéros continueront encore durant un temps, il savait que la grande époque du cirque était terminée.

Après cette période, Dietmar prend un nouveau départ. Il s'installe près de Morges, une région qu'il affectionne particulièrement. Il travaille ensuite chez Volkswagen comme mécanicien puis vendeur automobile. Plus tard, il rejoint Genève où il travaille chez AMAG avant d'ouvrir son propre garage de voitures d'occasion, situé en face du Crématoire de Saint-Georges.

Dévoué à son travail, Monsieur Steinmetz menait un rythme très soutenu. Il se levait aux alentours de 4 heures du matin et ne rentrait souvent pas avant 20 heures. Il a été petit dormeur durant la majeure partie de sa vie.

Marié et père de deux filles, Sylvia et Laurence, il est également l'heureux grand-père de quatre petits-enfants. Très attaché à sa famille et à la vie en communauté, il apprécie particulièrement les échanges et les moments de partage.

Aujourd'hui encore, malgré les épreuves traversées, Dietmar parle de sa vie avec beaucoup de gratitude. Il affirme que le cirque restera la plus belle vie qu'il aurait pu vivre. Selon lui, rien ne remplacera jamais cette ambiance familiale, cette solidarité et cette façon de vivre ensemble qui faisaient toute la richesse de cette époque.

Il se dit aujourd'hui heureux d'être entouré à l'EMS et de pouvoir transmettre ses souvenirs et raconter son histoire.

Dietmar Steinmetz et  
Luca Piccirillo



## Le pouvoir insoupçonné de la respiration

Dans notre quotidien effréné, nous oublions souvent l'importance d'une fonction pourtant vitale : la respiration. Plus qu'un simple échange gazeux, une respiration consciente et maîtrisée peut devenir un outil puissant pour notre bien-être physique et mental. Des études scientifiques montrent que la respiration consciente peut influencer positivement notre santé globale, et ce, à tout âge et dans diverses situations.

### La respiration : un interrupteur naturel anti-stress

Saviez-vous que votre respiration peut directement influencer votre niveau de stress ? Cette relation fascinante s'explique par l'anatomie de notre système nerveux. En effet, une respiration lente et profonde active le système nerveux parasympathique, souvent appelé le système "repos et digestion". Contrairement au système sympathique qui déclenche notre réponse "combat ou fuite", le système parasympathique agit comme un frein naturel sur notre corps, favorisant la récupération

et la régénération. Lorsque nous respirons profondément, nous stimulons le nerf vague, le plus long nerf du système parasympathique, qui traverse notre corps du cerveau jusqu'aux organes digestifs.

Cette activation entraîne :

- Une diminution de la fréquence cardiaque
- Une baisse de la pression artérielle
- Une réduction des hormones du stress dans le sang
- Une sensation de calme et de détente

Des recherches ont également montré que la respiration consciente peut moduler la perception de la douleur, en agissant sur les circuits neuronaux impliqués dans la gestion de la douleur. Cela en fait un outil précieux pour les personnes souffrant de douleurs chroniques.



• **Diminution des symptômes d'anxiété** : La respiration lente et contrôlée réduit l'activité de l'amygdale, la région du cerveau associée à la peur et au stress.

**Optimisation de la récupération sportive** : En activant le système parasympathique, la respiration aide à réduire l'accumulation d'acide lactique, améliore la circulation sanguine et accélère la récupération musculaire post-entraînement.

Un point important à noter, l'environnement dans lequel nous respirons a un impact significatif sur la qualité de notre respiration. Un air pur et bien ventilé favorise une respiration optimale, tandis que la pollution de l'air peut aggraver les problèmes respiratoires. C'est pourquoi il est recommandé de pratiquer la respiration consciente dans des espaces naturels pour en amplifier les bienfaits.

### **3 trucs à retenir pour améliorer la qualité de votre respiration :**

**Apprendre à lâcher prise.** Ne pas vouloir tout contrôler et se permettre de prendre du temps pour soi. Prendre le temps d'effectuer les exercices de respiration en pleine conscience en

mettant notre attention sur ce qui se passe dans notre corps lors de l'inspiration et de l'expiration

**Prioriser la respiration abdominale.** Elle permet de relâcher nos tensions musculaires, elle est profonde et n'utilise pas de muscles à l'expiration

**Expirer intentionnellement plus souvent.** Nous n'expirons pas assez et lorsque nous sommes très occupés, nous bloquons souvent notre respiration. L'expiration n'utilise pas nos muscles, il est donc primordial de se rappeler d'expirer pour nous permettre un meilleur sentiment de bien-être

La respiration est un outil thérapeutique puissant et accessible à tous. En prenant conscience de son importance et en apprenant à mieux respirer, vous pouvez améliorer significativement votre qualité de vie.

**Dès le 17 juin,** nous vous proposerons, tous les mercredis à 10h30, un moment de respiration. Vous apprendrez des exercices simples que vous pourrez facilement faire tous les jours. Alors n'hésitez pas à nous rejoindre.

Sandra Dominguez, ASE

## Impact sur la digestion : le lien méconnu

La stimulation du système parasympathique par la respiration profonde a un effet direct sur notre système digestif. Cette connexion fascinante s'explique par l'activation du nerf vague, qui innerve la majorité de nos organes digestifs. De plus, les mouvements rythmiques du diaphragme lors de la respiration favorisent naturellement la mobilisation du système digestif. Lorsque nous respirons profondément, nous créons donc une cascade d'effets bénéfiques qui favorise :

- Les contractions intestinales
- Une meilleure absorption des nutriments
- Une diminution des tensions abdominales

Ces effets expliquent pourquoi la respiration consciente peut soulager certains troubles digestifs liés au stress, comme le syndrome de l'intestin irritable.



## Bienfaits supplémentaires de la respiration consciente

La pratique régulière d'exercices respiratoires offre de nombreux autres avantages :

- **Amélioration de la qualité du sommeil** : Une respiration lente et profonde avant le coucher peut aider à calmer l'esprit et à préparer le corps au sommeil.
- **Renforcement du système immunitaire** : Une meilleure oxygénation des tissus et une réduction du stress favorisent une réponse immunitaire optimale.
- **Augmentation de la concentration et de la clarté mentale** : La respiration consciente améliore l'oxygénation du cerveau, ce qui peut booster les fonctions cognitives comme la mémoire et la prise de décision.
- **Réduction des tensions musculaires chroniques** : En relâchant les muscles respiratoires accessoires (comme ceux du cou et des épaules), la respiration diaphragmatique réduit les douleurs posturales.
- **Meilleure oxygénation des tissus** : Essentielle pour la récupération musculaire et la cicatrisation.

## Quand danser était tout un art de vivre

Dans les souvenirs feutrés des générations passées, les bals occupent une place toute particulière. Bien plus que de simples moments festifs, ils étaient de véritables rendez-vous sociaux où élégance, musique et convivialité se mêlaient pour créer des instants inoubliables. Aujourd'hui encore, au Nouveau Kermont, évoquer ces bals d'autrefois ravive des émotions, des sourires... et parfois même une irrésistible envie de danser.

### **Une tradition ancrée dans le quotidien**

Autrefois, le bal était souvent l'événement phare du village ou du quartier. Organisé lors des fêtes locales, des dimanches ou des grandes occasions, il rassemblait toutes les générations. On s'y préparait avec soin : les femmes sortaient leurs plus belles robes, les hommes ajustaient costume et chapeau.

C'était un moment attendu, parfois toute la semaine, où chacun pouvait se retrouver, échanger et se divertir.

La musique, jouée en direct par un orchestre ou un accordéoniste, donnait le rythme de la soirée. Valses, tangos, paso doubles ou encore fox-trots animaient la piste. Les pas étaient codifiés, mais l'essentiel restait le plaisir de partager la danse.



### **Un lieu de rencontres et d'émotions**

Les bals étaient aussi des lieux de rencontres. Nombreux sont ceux qui y ont fait une connaissance marquante, voire rencontré leur futur conjoint.

On y apprenait les codes sociaux, la politesse, le respect de l'autre. Inviter quelqu'un à danser était un geste empreint de délicatesse et de courage.

Pour beaucoup de résidents, ces souvenirs restent vivaces. Les récits évoquent les premiers émois, les fous rires entre amis, ou encore la fierté de maîtriser une danse. Ces moments font partie intégrante de leur histoire personnelle.

### **Faire revivre les bals aujourd'hui**

Au Nouveau Kermont, recréer l'ambiance des bals d'autrefois est une formidable manière de stimuler la mémoire et de favoriser le bien-être. Une musique familière suffit souvent à raviver des souvenirs enfouis et à redonner de l'énergie. Même ceux qui ne dansent plus prennent plaisir à écouter, à regarder, à fredonner.

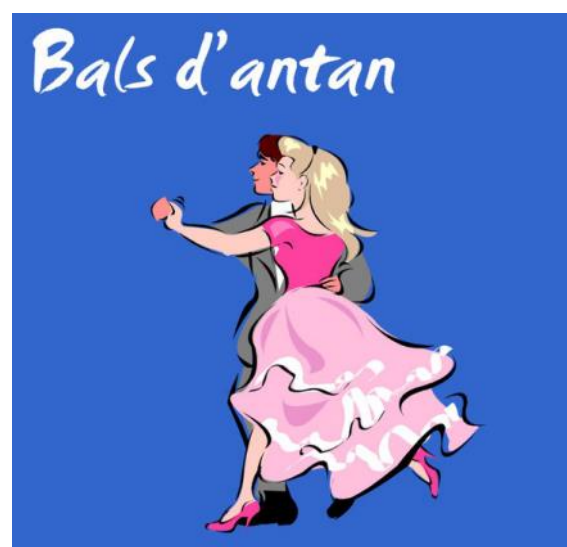
Organiser un bal ou une après-midi dansante permet aussi de renforcer le lien social entre résidents, soignants et familles. Les

regards s'illuminent, les corps se remettent doucement en mouvement, et l'atmosphère se remplit de joie.

Les bals d'autrefois ne sont pas seulement un souvenir : ils constituent un véritable patrimoine culturel et émotionnel. En les évoquant, en les célébrant, nous permettons à chacun de transmettre un morceau de son histoire.

Et si, finalement, il suffisait de quelques notes de musique pour faire renaître toute une époque ?

Fabienne Lottaz



J'allais parfois danser avec ma maman même si cela restait occasionnel. La danse me permettait de me sentir intégrée et « comme tout le monde ». J'aimais également rencontrer de nouvelles personnes et j'appréciais l'ambiance conviviale des soirées dansantes. Il m'arrivait souvent de me faire draguer.

Carmen Godard

J'allais souvent danser à Versoix avec ma femme. La danse me procurait un véritable sentiment de liberté et me permettait de me défouler. C'était pour moi un moment de détente que j'appréciais particulièrement.

Marcel Moret

## Paroles de résidents

J'allais régulièrement danser le samedi avec mon mari. Ces moments étaient pour moi, l'occasion de rencontrer du monde, d'échanger et de discuter avec d'autres personnes. J'aimais beaucoup danser, c'était un véritable plaisir.

Vania Gritti

Quand j'avais environ 20 ans, j'aimais aller à la Taverne de Rive pour danser. Il y avait un orchestre le mercredi soir et le samedi soir. J'attendais ces moments avec impatience. Quand j'étais sur la piste de danse, je me sentais libre et heureuse. Je faisais aussi de belles rencontres. J'aimais tellement danser que je me serais privée de manger pour pouvoir sortir. Pendant ce temps, ma mère attendait mon retour pour aller dormir.

Betty Burnier

Propos recueillis par  
Mathieu Morello

## Juin : le soleil brille...et les copies aussi !

Le mois de juin, c'est officiellement l'été qui débarque ! Le soleil chauffe enfin nos journées, les terrasses se remplissent, les oiseaux chantent dès le matin, les glaces fondent plus vite que prévu... bref, la vie est belle !

Mais pendant que certains pensent déjà aux vacances, à la plage ou aux grasses matinées, il y a une catégorie de personnes pour qui juin rime surtout avec... STRESS

Eh oui, c'est aussi la grande période des examens pour nos élèves !

Entre les révisions de dernière minute, les nuits trop courtes, les fiches perdues, les calculatrices oubliées et les fameux "j'aurais dû commencer à réviser plus tôt...", l'ambiance peut vite devenir tendue.

Alors pour détendre un peu l'atmosphère avant les résultats, voici une petite compilation des réponses les plus drôles, insolites et totalement improbables récoltées lors des examens de fin d'année. Et franchement... il y a des pépites

« Parlez-moi de Galilée ! - Bah Galilée c'était un inventeur, Je crois qu'avant lui la Terre elle ne tournait pas ! »

« Quelle est la capitale de l'Argentine ? - Heu... - Allez je vous aide : Buen... - Buenos Dias ! »

« -Qu'est-ce qui s'est terminé en 1896 ?  
-1895 »

« -Citez une des causes de la déforestation ?  
-Ce papier »

« Saturne, Uranus et Neptune ont au moins 3 points commun. Citez-les. »

« 1) Ce sont des planètes.

2) Elles sont toutes rondes.

3) Aucune d'entre elles n'a de McDonald's. »

« Dans quel état se trouve la rivière Rio-Grande?  
- Liquide ! »

« Où a-t-on signé le pacte de 1291 ?  
- Heu... en bas de la page ! »

Et même si certaines réponses donnent envie aux professeurs de prendre des vacances immédiatement, elles rappellent aussi que derrière le stress des examens, il y a beaucoup de spontanéité, d'humour... et parfois une logique très personnelle !

**Alors courage à tous nos étudiants !!!!**

Les examens passent, les vacances arrivent... et les meilleures réponses resteront gravées pour toujours dans les mémoires des professeurs ☐!



## Souvenons-nous



Christiane MAGNIN



Jean-Pierre MARCHON



Marek STEFANSKI



Marcel GUENIN

### L'Arbre et la graine

Quelqu'un meurt, et c'est comme des pas qui s'arrêtent...

Mais si c'était un départ pour un nouveau voyage ?

Quelqu'un meurt, et c'est comme une porte qui claque...

Mais si c'était un passage s'ouvrant sur d'autres paysages ?

Quelqu'un meurt, et c'est comme un arbre qui tombe...

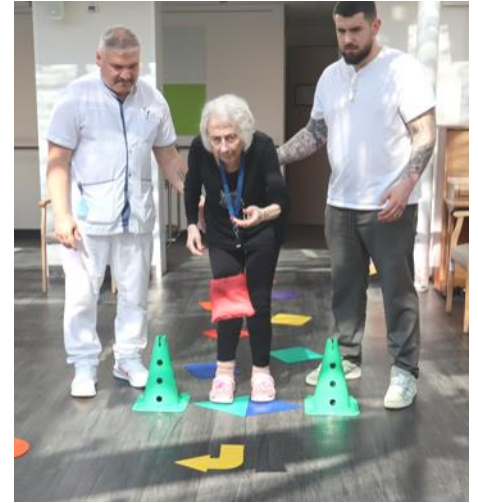
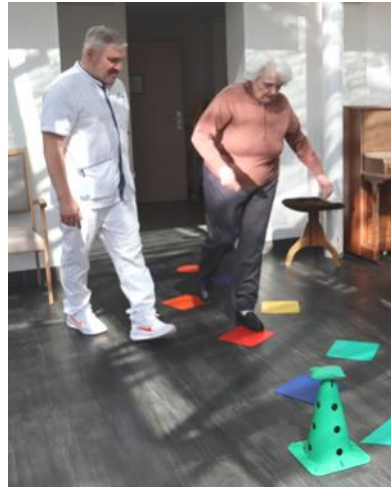
Mais si c'était une graine germant dans une terre nouvelle ?

Quelqu'un meurt, et c'est comme un silence qui hurle...

Mais s'il nous aidait à entendre la fragile musique de la vie ?

# Album photo

Parcours santé avec Hugo (ergomotricien) et Luca



L  
e  
s  
a  
n  
n  
i  
v  
e  
r  
s  
a  
i  
r  
e  
s



Moment d'art avec Stéphanie



Sortie à Chavannes



Atelier floral





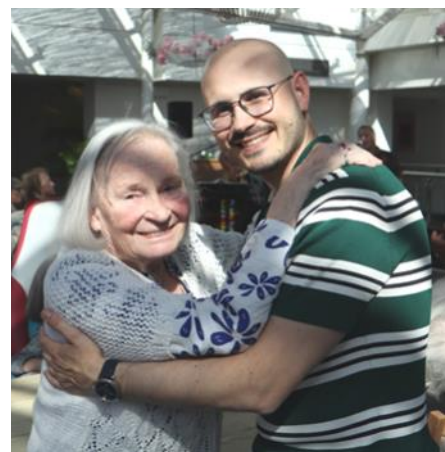
Soirée disco



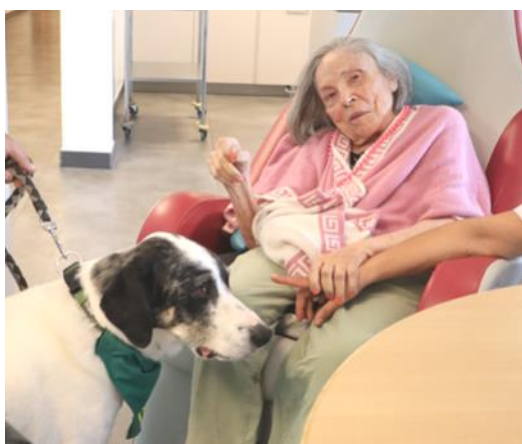




Après-midi dansant avec le duo Bel Epok



Visite de Bruno et son chien Gobi



- 
- Mardi 2**            15h30 Réunion résidents-cuisine  
                         18h00 Soirée « Asado » (grillades)
- Mercredi 3**        12h00 Grillades pour les résidents de la Terrasse
- Samedi 6**            Dès 8h30 Brunch, **sur inscription**  
                         15h30 Vernissage de l'exposition d'Errikos
- 
- Lundi 8**            Journée mondiale des océans  
                         documentaire « Le souffle de vie »
- Mardi 9**            10h30 Prière œcuménique  
                         15h30 Spectacle de magie avec les chapiteaux  
                         du cœur
- Mercredi 10**        9h30 Sortie au marché de Carouge et repas
- Vendredi 12**        12h00 Grillades pour les résidents de l'Attique
- Samedi 13**        12h00 BUFFET CANADIEN EN FAMILLE, **SUR INSCRIPTION**
- 
- Mardi 16**            12h00 Grillades pour les résidents du Patio
- Mercredi 17**        18h00 Soirée « tartes à gogo » **sur inscription**
- Jeudi 18**            9h00 Visite d'Aigues Vertes – repas - visite de la  
                         ferme de la famille Graf (Bernex), **sur inscription**
- Samedi 20**        15h30 Danses country avec le groupe  
                         « New Country Smokin'Boots »
- 
- Mardi 23**            10h30 Prière œcuménique  
                         14h00 Sortie au Creux de Genthod, **sur inscription**
- Mercredi 24**        Journée sportive avec Hugo (ergomotricien)
- Jeudi 25**            15h30 Fête des anniversaires avec Bertrand Favre
- Vendredi 26**        12h00 Grillades pour les résidents du Jardin

Jeudi 2 10h00 Sortie au restaurant « la Pêcherie » à Allaman, **sur inscription**

Samedi 4 Dès 8h30 Brunch. **sur inscription**

Mardi 7 18h00 Soirée pizzas, **sur inscription**

Jeudi 9 10h00 Sortie au restaurant de la plage à Promenthoux, **sur inscription**

Vendredi 10 12h00 Grillades pour les résidents de l'Attique



Du 13 au 17 juillet

Tous les après-midi, dégustation de glaces



Mardi 14 10h30 Culte

12h00 Grillades pour les résidents du Patio

18h45 Soirée à Carouge, **sur inscription**

Jeudi 16 11h00 Sortie au restaurant du Creux de Genthod, **sur inscription**

Mardi 21 12h00 Grillades pour les résidents du Jardin

Mercredi 22 15h30 Fête des anniversaires

Jeudi 23 10h00 Sortie au restaurant de la Barillette, **sur inscription**

Mardi 28 14h00 Sortie à l'Auberge du Port Gitana, **sur inscription**

Mercredi 29 10h30 Messe

Jeudi 30 Sortie au Salève, téléphérique et restaurant, **sur inscription**

## Mots mêlés

### Les insectes

Trouvez 13 lettres pour former un nouveau mot



ABEILLE  
 AGRION  
 AILES  
 ANTENNE  
 BLATTE  
 BOURDON  
 CAFARD  
 CHENILLE  
 CIGALE  
 COCCINELLE  
 COLONIE

CRIQUET  
 DARD  
 DIPTERES  
 ELYTRE  
 FOURMI  
 FRELON  
 GRILLON  
 GUEPE  
 HANNETON  
 IMAGO  
 INSECTE

LARVE  
 LIBELLULE  
 LOCUSTE  
 LUCANE  
 LUNE  
 MANTE  
 MOUCHE  
 MOUSTIQUE  
 PAPILLON  
 PATTE  
 PIQUE

POUX  
 PUCE  
 PUNAISE  
 SAUTERELLE  
 TAON  
 TEIGNE  
 TERMITE  
 VACCINS

## Trouvez les 7 différences



Trouvez les anagrammes des 10 mots de la grille de gauche pour former verticalement dans la grille de droite le nom de deux grandes îles

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



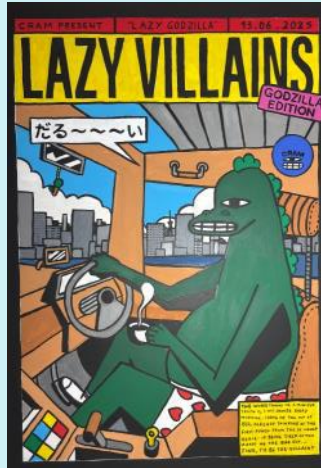

Réponses page 28

# EXPOSITION

6 au 27 juin 2026

Illustrations et peintures

Errikos Streich



## Réponses des jeux

**Mots mêlés:** Entomologiste (Scientifique, professionnel ou amateur, spécialisé dans l'étude des insectes)

Les 7 différences



Anagramme

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