

2

Compte rendu de Fêtes

3

Photos en fête

Un coin de poésie

Solution du mots croisés de Noël

4-5

Activités des sections CBR

Genève

Jura bernois

Littoral neuchâtelois

Vaud

6

Encore des photos en fête

A méditer

7

Annonces en exergue

8

Contacts

Astuces informatiques

Editorial

Cultiver une vision positive de la vie pour mieux la savourer

Nous venons d'entamer une nouvelle année et avons peut-être pris quelques bonnes résolutions, celle de savourer pleinement le moment présent par exemple en faisant appel à ce que la psychologie positive appelle «cultiver son jardin du bonheur pour en récolter les fruits sans tarder». Commençons par nous simplifier la vie le plus possible au milieu de la mer agitée de l'existence que nous menons. Arrêtons de fixer un nombre maximal d'occupations pour un minimum de temps sachant par ailleurs que la quantité nuit à la qualité. Parallèlement, efforçons-nous de cultiver une vision positive de la vie en étant conscient que notre joie de vivre ne dépend en définitive ni de notre statut social, ni de notre beauté, ni de nos richesses matérielles mais tout simplement de notre état d'esprit et de nos efforts personnels. C'est par ailleurs ce qu'enseigne le dalaï-lama: la paix vient de l'intérieur et non de l'extérieur. Et puis, n'oublions pas non plus de développer des relations sociales car la joie de vivre s'alimente dans le partage avec les autres grâce à l'amour, à l'amitié mais aussi dans le simple échange d'un sourire au gré de rencontres.

Savourer le moment présent ne doit pas nous empêcher de nous projeter dans le futur en cultivant au mieux nos émotions positives qui se nourrissent d'optimisme, de confiance en soi et d'espoir à même de nous permettre de trouver une série de chemins pour réaliser nos buts dans la vie.

«Dieu a donné une sœur au souvenir et il l'a appelé espérance». Puisse cette pensée de Michel-Ange vous inspirer dans votre recherche d'une vie épanouie.

Otto Borruat, président de la CBR section Jura bernois et Biemme romande

L'événementiel

😊 Soirée à thème à Yverdon-Les-Bains (Beauregard)

Déborah Grisel collaboratrice CBR 076 552 71 64

Mardi 21 février à 20h00. «Trouver des solutions créatives lorsque tout semble bloqué» par Julien Russ, intervenant en relations humaines, formateur d'adultes, coach individuel et de groupe

😊 Soirée à thème à Vevey

Pierre-Yves Charpillioz collaborateur CBR 079 416 01 23

lundi 13 février à 20h15 «Plaisirs et contraintes et la gestion des limites de la liberté» par Pablo Zolecio: intervenant social auprès du service d'alcoologie du CHUV USE; actif comme professionnel dans le domaine de la dépendance depuis 25 années.

😊 Soirée culturelle à Vevey

Mercredi 29 février à 18h.

«Escapade en Thaïlande» Soirée culturelle animée par Monika et Michel Amiet
Surprise Thai (Repas) 19h30

😊 Espace Rencontres de Genève

Samedi 4 février à 19h30

Venez déguster nos **crêpes** à l'Espace Rencontres à l'occasion de la fête de la Chandeleur.

😊 Forums cantonaux des sections de la CBR:

- Section du Jura bernois: samedi 3 mars 2012
- Section genevoise: lundi 19 mars 2012
- Section du littoral neuchâtelois: jeudi 22 mars 2012
- Section vaudoise : samedi 31 mars 2012

2 Compte rendu - Témoignage

De la ferveur au bonheur

En cette soirée de fête de la Nativité préprogrammée, tout un chacun avait mis les deux mains à la pâte pour que nous festoyions la venue du petit Jésus en grandes pompes. Il ne manquait que l'âne et le bœuf quoiqu'ils fussent présents en modèle réduit dans la crèche, au pied du sapin enguirlandé de main de maître par notre ami Jean.

A notre connaissance, ces deux charmantes bestioles étaient là pour réchauffer l'enfant. Cependant nous avons très bien pu nous en passer au vu de la fervente chaleur humaine qui a enluminé cette charmante soirée. Après que nos estomacs fussent bien tendus (merci petit Jésus: pour parodier la chanson populaire bien sûr), nos esprits étaient libérés pour se laisser pénétrer d'une atmosphère spiritueuse (oups ! Pardon!) **SPIRITUELLE** bien sûr. Daniel, notre président, nous a rappelé le but de notre rassemblement. Il nous a ensuite invités à partager l'émotion de cet événement traditionnel à grands renforts de notes cristallines de nos fameux chants de Noël.

Une charmante jeune femme pasteur (nièce de Gilberte et Daniel) a pris la parole pour nous faire partager le symbole de la venue des trois Mages. Nous qui en majorité pensions qu'ils s'étaient fiés à leur GPS (en silix), nous avons été très étonnés d'apprendre qu'une simple étoile (des neiges) les avaient guidés dans leurs cœurs et leurs esprits. Que les trois présents ne sont point les symboles de la richesse matérielle mais plutôt ceux de la Foi et de l'Amour. Terminons ce petit exposé «i» magé en précisant que toute l'assemblée a été très touchée par les paroles de cette ministre du culte.

Cette soirée fut très agréable et conviviale car elle nous a permis de nous retrouver, de partager, de revoir des convives perdus de vue depuis passablement de temps. Nous avons ainsi renoué des liens amicaux dans la joie et la fraternité.



En un mot comme en mille, cette fête de Noël 2011 fut une nouvelle réussite que nous devons à nos dévoués organisatrices et organisateurs.

Passons maintenant à une fête plus «païenne» mais oh combien réjouissante: la fête du Nouvel An. Sur le chemin des réjouissances, la neige et la froidure hivernale n'étaient point au rendez-vous. Mais l'atmosphère était à la fête. Nous en voulons pour preuve qu'à notre arrivée à l'Espace Rencontres de la Croix-Bleue romande section genevoise, l'apéritif festif battait déjà son plein. Chips, cacahuètes, noix de cajou se donnaient la main pour entourer de délicieux cocktails aux fruits concoctés par nos aimables hôtes dont nous vous reparlerons par la suite.

Maintenant, passons à table dans la joie et la bonne humeur. Qu'allons-nous déguster? Voilà que surgissent une multitude de plats débordant de mets variés et d'hiver: salades colorées, viandes appétissantes et autres hors-d'œuvre. Les appétits vont bon train et les conversations itou. Guten appetit! Même le dessert a réjoui les palais grâce à sa composition maison de fruits frais.

Après ces agapes culinaires et nourissantes, quelques convives ont dû malheureusement nous quitter. Ils ont eu droit à nos bons vœux prématurés. Ce qui fait que nous nous sommes retrouvés dans un comité plus restreint.

Pour notre plus grand bonheur, nous avons eu la joie de rencontrer et de découvrir, en ces moments amicaux, de nouvelles personnes avec lesquelles nous avons tissé des liens privilégiés. C'est toujours un grand plaisir de constater que les fidèles restent fidèles et que le «cheptel» se renouvelle. Bienvenue à toutes et à tous!

Nouvel An ne se fête pas que dans les plaisirs de la chère et de la rincette du gosier, mais également dans des activités ludiques et rassembleuses génératrices d'une osmose amicale. On s'y lâche, on s'y adonne sans peur du ridicule ni du jugement. La moquerie n'est pas de rigueur dans nos lieux. Censeurs et autres empêcheurs de tourner en rond, passez votre chemin! Y a rien

à condamner!!!

Mais nous direz-vous, quelles sont ces activités qui vous ont tant rassemblés et tant permis de vous éclater? Un melting pot de jeux collectifs variés et d'hiver (jouables également en été) qui nous ont été concoctés par nos merveilleuses animatrices que sont Myriam et Isabelle. Mais où vont-elles chercher tout cela? Un flot d'idées originales d'amusement. Elles nous avaient déjà servi le même style de menu ludique lors de la grande fête de l'Escalade. Nous tenons à leur rendre ici un hommage tout particulier pour leurs prestations originales et leur engagement altruiste. Les murs sont encore imprégnés et vibrent encore de nos exclamations,



de nos rires et de notre humeur festive.

Ces divertissements récréatifs nous ont gentiment amenés, sans voir le temps passer, à l'heure fatidique. Non pas celle du crime, mais celle du passage obligé à la nouvelle année. 11h59, l'heure du compte à rebours a débuté. Les bouchons de mousseux du p'tit père L.L. Rochat se préparent à s'extirper de leur goulot. L'ambiance tendue à souhait se libère aux douze coups de minuit. Pif! Paf! Pouf! Les bulles explosent en s'épanouissant dans les gosiers (en pente). Smick! Smack! Smock! Les bisous s'éparpillent en grappes sur les joues veloutées comme des peaux de pêche. Les vœux fusent de partout. Rires et joie sont au rendez-vous. Que demander de plus pour se sentir bien et en concordance avec soi-même et les autres? Simplement que vous aussi, vous ayez eu la chance de vivre des moments aussi intenses pour le Nouvel An.

Il nous reste à souhaiter à vous toutes et vous tous, chères lectrices et chers lecteurs, une année 2012 aussi remplie et heureuse que le fut cette superbe soirée.

Patricia Gramatica
Robert Ancrenciel

Photos en fête



Le coin du poète

Adam remet sa feuille de vigne

*Pour qu'ils vivent pacifiquement
Adam remet ses vêtements
Plus aucun conflit de pouvoir
Eve n'a plus de devoir.*

*Ils peuvent vivre en liberté
C'est l'attitude qu'ils ont préférée
Un choix qui en somme
Permet d'être léger sans la pomme.*

Marisa Pagliaro

Solution du mots croisés de Noël

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
I	N	A	T	I	V	I	T	E		C
II	O	N		D	E	C	E	M	B	R
III	E	E	S		N	I		P	R	E
IV	L		A	M	I		A	R	E	A
V			C	A	T	I		E	B	T
VI	B	E	R	G	E	R		I	E	E
VII	O		E	E			I	N	S	U
VIII	E	U		L	A		T			R
IX	U	N	I	V	E	R	S			
X	F	E	S	T	I	V	I	T	E	S

Section genevoise

Ch. de la Gravière 4 > 1227 Les Acacias > 022 320 41 00 > info-ge@croix-bleue.ch

Espace Rencontres Genève > ouvert tous les après-midi du lundi au jeudi de 14h à 18h30.

Les samedis d'accueil > samedi 4 et 18 février de 16h à 23h avec repas à 19h30.
samedi 3 mars de 16h à 23h avec repas à 19h30

Entretiens individuels sur rendez-vous > 079 506 70 37.

LES ACTIVITÉS À L'ESPACE RENCONTRES GENÈVE

Partage biblique > Arlette 022 792 55 76 >

Lundi 13 février à 20h00 (voir annonce ci-dessous)

Ecoute mutuelle > Michel 022 320 41 00

Pas de groupe en février

LES ACTIVITÉS DES GROUPES



Badminton > Alain 076 587 43 52

Mercredis 1, 8, 22, 29 février de 20h à 22h au CO de l'Aubépine sauf durant les vacances scolaires



Pétanque > Walter 022 320 41 00

Tous les mercredis à 18h45 au Boulodrome de Carouge



La Bonne Table du 12-14 > Maguy 022 755 55 03

Mercredi 8 février à la Taverne de la Madeleine



Musique > Pascale 076 397 87 81

Tous les jeudis à 20h15 à la rue du Village-Suisse 5

SPECIAL

Lundi 13 février à 20h

Rencontre du Partage biblique à l'Espace Rencontres

Nous aurons le plaisir d'accueillir Céline Gonseth qui, après un voyage en Inde, nous parlera de la situation des Chrétiens de là-bas. Bienvenue à chacune et chacun.

Samedi 3 mars de 14h à 16h à l'Espace Rencontres

Formation à l'écoute animée par Michel Monod. Repas à 19h et soirée où l'on applique ce que l'on a appris l'après-midi. Possibilité de ne participer qu'à la soirée.
Bienvenue à chacune et chacun.

Section Jura bernois et Bienne romande

Rue de la Préfecture 1 > 2608 Courtelary > 032 944 16 66 > info-jb@croix-bleue.ch

Rue de l'Argent 2 > 2502 Bienne > 032 944 16 66 > info-jb@croix-bleue.ch

Permanence téléphonique > les lundis, mercredis, jeudis et vendredis de 8h à 12h

Consultation sur rendez-vous à Courtelary > les lundis, mercredis et vendredis de 8h à 12h et de 14h à 18h

Consultation sur rendez-vous à Bienne > les jeudis de 8h à 12h et de 14h à 18h

Groupe «La Vie pas à pas» > Luc Ummel

Lundis 6, 13, 20 et 27 février de 15h30 à 17h, région Courtelary

Section Littoral neuchâtelois

Ch. de Notre-Dame 21b > 2013 Colombier > 032 841 36 59 > info-ne@croix-bleue.ch

Soirée Rencontres > Louis Bardet 032 841 36 59

Lundi 16 février à 19h30 > Courtil 26 à Cortailod

Accueil et présentation du nouveau collaborateur social

Thème de la soirée: présentation de sa vision, de la perception qu'il a de la CBR section du Littoral Neuchâtelois et surtout pourquoi il s'engage dans cette voie.

Section vaudoise

Av. de la Gare 31 > 1022 Chavannes-Renens > 021 633 44 32 > info-vd@croix-bleue.ch

ESPACE RENCONTRES CHAVANNES

Espace-Femmes

> Françoise Kündig responsable secteur social CBR 079 757 29 60 et Michèle Jourdain 021 807 15 40
Lundi 13 février de 14h30 à 16h00 > Discussion, partage
lundi 27 février de 14h30 à 16h00 > Discussion, partage

«ENSEMBLE»

> Françoise Kündig collaboratrice CBR 079 757 29 60 et Roger Nançoz collaborateur CBR 079 305 36 64
Jeudis 2 et 23 février de 9h00 à 11h30

«Moi, face à l'actu»

Création artisanale

> Valérie Bornick 078 600 12 13
Jeudis 2 et 23 février de 14h00 à 16h30

Espace informatique pour tous Les mardis de 14h00 à 16h00

Accueil-Permanence

Les mercredis de 14h00 à 16h00
Les jeudis de 10h00 à 12h00
Les vendredis de 10h00 à 12h00 et de 14h00 à 16h00
SOS Alcool 0848 805 005

Soirée à thème à Yverdon- Les- Bains (Beauregard)

> Déborah Grisel collaboratrice CBR 076 552 71 64
Mardi 21 février à 20h00 «**Trouver des solutions créatives lorsque tout semble bloqué**» par Julien Russ, intervenant en relations humaines, formateur d'adultes, coach individuel et de groupe

LA VALLÉE: LE SENTIER

> Yvette Capt 021 845 56 03
Jeudi 9 février à 19h00 > «Loto»
Jeudi 23 février à 19h00 > «Pourquoi partager?»

LES AMIS DE ST-PAUL

Pierrette Stettler 021 634 45 47

RÉGION CHABLAIS

Jean-Pierre Dumusc 021 960 20 60

NYON

> Christian Rossier 022 776 44 05
> Accueil, partage, jeux à 14h: vendredis 10 et 24 février
> Nordic walking: reprise le 6 mars

ESPACE RENCONTRES VEVEY

Forum d'écoute et de parole

> Antoinette Boudry 079 687 33 44
1er et 3ème lundi de chaque mois à 19h30 (6 et 20 février)

Accueil, cafétéria et permanence

> Andrée de Keuster 021 944 43 87
> Yvette Vurlod 021 944 60 12
Tous les mercredis entre 13h30 et 16h

Canfouine, jeux et loisirs

> Pierre-Yves Charpilloz collaborateur CBR 079 416 01 23
Tous les vendredis à 20h00

Petit déjeuner (1fois par mois)

Le mardi 7 février entre 8h30 et 11h00 vous sera servi un petit déjeuner : Café ou thé, pain ou tresse, beurre et confiture pour CHF 4.50. Pour tout public ! Bienvenue à tous!

Soirée à thème à Vevey

> Pierre-Yves Charpilloz collaborateur CBR 079 416 01 23
Lundi 13 février à 20h15 «**Plaisirs et contraintes et la gestion des limites de la liberté**» par Pablo Zolecio

YVERDON

Repas-partage

> Roger Nançoz collaborateur CBR 079 305 36 64 et
> Déborah Grisel collaboratrice CBR 076 552 71 64
Tous les jeudis de 10h à 15h.

Groupe de parole

> Roger Nançoz collaborateur CBR 079 305 36 64
Mercredis 8 et 22 février de 8h30 à 9h00 > pause café-croissants de 9h15 à 10h30 > groupe

Samedi-Accueil > Charly Cochet 024 426 01 59
Samedis 4 et 18 février de 14h30 à 18h00

Pétanque

> René Gosteli 024 441 57 61 ou 079 489 85 43 > Reprise en avril

NOUVEAU

NOUVEAU

Re... photos en fête



A méditer: Le soliloque, mal au ventre

Un jour de semaine, 18h40, restaurant d'un grand centre commercial quelque part en Suisse Romande. Après un comité, je décide de prendre un café, à quelques mètres du buffet des pâtisseries devant lequel défilent une femme et ses quatre enfants. Ceux-ci regardent avec envie ces gâteaux que leur mère, hélas, ne pourra manifestement pas leur payer.

18h50. Le restaurant va fermer dans dix minutes. Ce qui se passe alors derrière le comptoir scandalise à tel point mon entendement que je renverse ma tasse de café et risque de tomber de ma chaise. La vendeuse saisit un à un les plateaux de japonais, babas, mille-feuilles, éclairs, fraisières, religieuses, tartes aux fruits, diplomates, gâteaux au chocolat, etc. et en déverse tranquillement le contenu dans la poubelle. Un clin d'œil à la vendeuse et un haussement d'épaules significatif. J'ai compris. Les ordres sont les ordres.

J'ai compris ce que je savais déjà, ce que beaucoup savent aussi, mais je ne suis pas capable de demeurer indifférent face à une telle aberration. Je me dois de clamer mon indignation et de crier ma révolte.

Jeter à la poubelle des aliments parfaitement comestibles, et même payer pour s'en débarrasser... Non cela n'est pas normal. C'est même complètement immoral. On pourrait les distribuer au personnel, ça gênerait qui? On pourrait les offrir à des démunis, tel cette femme et ses quatre enfants? À des cas sociaux, des familles nombreuses, des EMS.

Non, on préfère jeter, détruire. Quant aux cochons, il paraît qu'on n'a plus le droit de les nourrir avec les restes des restaurants. La farine animale c'est tellement mieux... C'est stupide, c'est crétin, c'est scandaleux. Y a-t-il quelqu'un qui pourra expliquer aux quatre gosses de tout à l'heure que le gâteau que leur mère n'a pas pu acheter finira avec les ordures?

Décidément cette scène ne veut pas s'effacer de mes pensées. Le lendemain, à la lecture du journal, j'apprends que notre Présidente de la Confédération s'en est allée en Somalie voir ce que l'on pourrait faire pour lutter contre la famine. «Sans commentaire».

Louis Bardet, président de la CBR section Littoral neuchâtelois

Croix-Bleue romande
Section genevoise
Samedi 4 février à 19h30
Venez déguster nos crêpes à l'Espace Rencontres
à l'occasion de la fête de la Chandeleur.



Mercredi 29 février à 18h
Croix-Bleue romande section vaudoise
Soirée culturelle à Vevey

Surprise
Thaï
Repas
à 19h30



Escapade
en
Thaïlande

animée par Monika et Michel Amiet



MATCH AUX CARTES DE LA CROIX-BLEUE ROMANDE

La Section Littoral Neuchâtelois organise le traditionnel match aux cartes. C'est avec plaisir que nous nous attelons à cette tâche. Nous vous invitons à retenir la journée du

Samedi 24 mars 2012

Pour participer à la 50ème édition de ce championnat, nous vous donnons d'ores et déjà rendez-vous à 9h15 à Colombier, au réfectoire du Château.

Les bulletins d'inscription seront à disposition dans les sections à la fin du mois de janvier.

Toute information complémentaire peut être obtenue auprès de Louis Bardet, par téléphone au 032 841 36 59 ou par courriel à l.bardet@gmail.com.

Bienvenue à toutes et à tous !



Astuce pour PC

Épingler les logiciels que vous utilisez souvent - Windows 7

Windows 7 vous permet d'épingler dans le premier volet du menu Démarrer les logiciels que vous utilisez souvent. Vous pourrez ainsi les lancer rapidement, sans avoir à les rechercher dans **Tous les programmes**.

1. Ouvrez le menu **Démarrer**. Cliquez sur **Tous les programmes**. Cliquez avec le bouton droit de la souris sur le programme à épingler.
2. Cliquez sur **Épingler au menu Démarrer**. Recommencez l'opération pour les autres programmes pour lesquels vous avez besoin d'un accès rapide.
3. Certains programmes disposent d'une flèche à côté de leur nom. Passez la souris dessus pour afficher l'historique du logiciel et accéder à un document récent.
6. Vous pouvez changer l'ordre de la liste par des glisser-déposer. Pour retirer un logiciel de la liste (rassurez-vous, ça ne le désinstallera pas), cliquez dessus avec le bouton droit de la souris et cliquez sur **Détacher du menu Démarrer**.

« Bienvenue dans votre restaurant »

Faire de chaque repas un moment de bien-être et de détente en offrant un accueil chaleureux et des prestations culinaires de haute qualité : telle est notre mission.

Être la référence de la restauration de collectivités en proposant la meilleure prestation au meilleur prix, tout en privilégiant des relations humaines harmonieuses : telle est notre vision.

www.cbr.ch



...et si c'était votre ado?

fegpa
privatisé | distributeur

Infos et conseils aux parents sur www.mon-ado.ch

Croix-Bleue romande
Avenue de la Gare 31
CH-1022 Chavannes-Renens
T 021 633 44 33
F 021 633 44 39
www.croix-bleue.ch
info@croix-bleue.ch
CCP 10-586-2

**Croix-Bleue romande
Section genevoise**
Chemin de la Gravière 4
CH-1227 Les Acacias
T 022 320 41 00
F 022 320 41 20
info-ge@croix-bleue.ch
CCP 12-1097-2

**Croix-Bleue romande
Section Jura bernois
et Bienne romande**
Rue de la Préfecture 1
CH-2608 Courtelary
T 032 944 16 66
info-jb@croix-bleue.ch
CCP 25-2148-5

**Croix-Bleue romande
Section Littoral
neuchâtelois**
Ch. de Notre-Dame 21b
CH-2010 Colombier
T 032 841 36 59
info-ne@croix-bleue.ch
CCP 17-610740-5

**Croix-Bleue romande
Section vaudoise**
Avenue de la Gare 31
CH-1022 Chavannes-Renens
T 021 633 44 32
F 021 633 44 39
info-va@croix-bleue.ch
CCP 10-4561-3