

N° 25
PRINTEMPS 2025



JOURNAL
DU KERMONT

Sommaire

4-5	Éditorial
6-7	A chaque saison sa symbolique et son énergie
8-10	A la rencontre de Betty Burnier
11-13	Présentatin des nouveaux responsables
14-16	Le Burn-out : la maladie du siècle ?
17 - 19	L'almanach du Messager boiteux
20-23	Percer les mystères du temps : La quête humaine de prédiction
24-26	Le mystère Nostradamus - Entre prophéties obscures et interprétations hasardeuses
27-31	Les génération Une exploration de l'évolution sociale et culturelle
32-36	Carnet de route : Angkor - Les merveilles sacrées du Cambodge
37-38	Les Asperges : Un légume raffiné et bienfaisant
39	Evènements en famille à l'EMS du Nouveau Kermont
40-41	Tinguely a 100 ans !
42-43	Expositions
44-48	Fitness cérébral
49-50	Solutions

Edito - nial

4

SLADJANA VARONE DIRECTRICE

Le printemps, le temps du renouveau

Chers Résidents, chers collaborateurs et chères familles,

Alors que l'hiver cède doucement sa place, nous ressentons les premiers signes du printemps qui approche.

Les journées s'allongent, les températures se radoucissent, la grisaille nous quitte gentiment et la nature commence à se réveiller de son sommeil hivernal.

Ce renouveau saisonnier est une source d'inspiration mais aussi un besoin de renouveler son énergie, de retrouver de la vitalité après des moments un peu éprouvants de l'hiver. Outre les maladies de saison qui ont engendrées des absences, nous avons déploré beaucoup de pertes au niveau de nos résidents, ce qui nous a tous chamboulé. Le renouveau symbolise l'espoir et un nouveau départ.

Dans notre maison de retraite, le printemps est l'occasion d'innover !

Animation, décorations, nettoyages, fêtes, organisation, réaménagement du parking...tout et tous y passent.

Les jardins de notre maison se parent de nouvelles couleurs, offrant un cadre qui change avec les saisons et qui donne envie de redécouvrir les lieux et de profiter des moments en plein air en oubliant cette grisaille hivernale si genevoise.

Pour les équipes, le printemps est synonyme d'idées, de nouveaux projets, d'innovations, nos méninges sont en pleine effervescence et quoi de mieux pour remonter la pente des

tourments de l'hiver que de réinventer, innover et remettre de la vie et de l'énergie au centre de nos envies.

Notre détermination de préserver et de toujours créer du nouveau pour un environnement où nous nous sentons tous bien nous aide à nous surpasser avec enthousiasme pour de nouvelles possibilités. Certes, tout n'est pas parfait, on essaie, on tâtonne, on expérimente et parfois on se plante mais au moins on tente.

Quant aux familles, merci de nous accompagner dans les projets, merci pour la confiance et le soutien continu. Votre présence et votre engagement sont essentiels pour que règne chaleur et ambiance familiale au NK.

Que cette saison de renouveau vous apporte à chacun de la joie, de la sérénité et un brin de folie.

5





Le printemps vous éveille
L'été vous galvanise
L'automne vous déprime
L'hiver vous fatigue ...

6

Le printemps est une saison de transformation, un moment où la nature se réveille après la torpeur de l'hiver. Les animaux ont hiberné et sortent le bout du nez.

Il symbolise la renaissance, la vitalité et l'espoir. Chaque année, ce cycle nous rappelle que la vie est faite de renouveau et de recommencements. Dans de nombreuses cultures, le printemps est associé à la fertilité et à la croissance.

Les arbres bourgeonnent, les fleurs éclosent, et les jours s'allongent, plus de lumière et de chaleur, les oiseaux reprennent leurs concerts matinaux. Cette période est souvent liée à des festivités qui célèbrent le retour de la vie, comme Hanami au Japon, qui honore la floraison des cerisiers.

Le printemps, c'est aussi la saison du regain d'énergie ! Après avoir passé

l'hiver en mode marmotte, nous voilà soudainement pleins de bonnes résolutions : faire du sport, manger plus sainement, faire le grand ménage...

L'énergie du printemps est vive, ascendante et pleine d'enthousiasme. C'est une période de mouvement et d'essor, où nous ressentons souvent un regain de motivation. On est dans une dynamique plus positive, plus optimiste. Après la lenteur hivernale, l'organisme se remet en action : nous avons envie de sortir, d'explorer, de créer.

Cependant nous avons tendance à idéaliser cette saison et parfois on oublie que cette saison dite « intermédiaire », comme l'automne, est extrêmement contrastée. Elle amène aussi son lot de brusques mutations, giboulées, inondations ou gelées tardives.

A chaque saison sa symbolique et son énergie

C'est l'époque où il faut savoir se tenir au centre de courants contradictoires, avec une remontée d'énergie parfois brusque qui nous fait vaciller, nous rappelant aussi que le changement se fait parfois à notre insu.

Comment s'accorder au rythme du printemps ?

En se reconnectant à la nature : Sortez, marchez, respirez ! Et profitez-en pour admirer la floraison...

En laissant place aux nouvelles idées et en exprimant sa créativité. C'est le moment de se lancer dans de nouveaux projets ! Ou au moins d'y penser sérieusement... en attendant l'été pour les concrétiser.

En allégeant son esprit : c'est une période pour jeter, faire du tri et nettoyer en profondeur sa maison, le grand ménage de printemps. L'idée est de faire le nettoyage de sa maison et aussi de sa tête.

En cultivant la joie et l'enthousiasme : Sortez les couleurs, souriez à la vie, et surtout, profitez du soleil tant qu'il ne décide pas de jouer à cache-cache avec les nuages.

Le printemps est la saison qui nous invite à nous éveiller, à renouveler notre énergie, à la transformer, mais surtout à l'activer !

Le printemps reste le bon moment pour faire le point et se remettre en accord avec ses valeurs avant d'aborder l'été avec sérénité et positivisme !

Sabine Debernardis
Responsable Ressources Humaines

Sources : Informations extraites d'Internet



7



A la rencontre de Betty Burnier

Betty, c'est mon surnom !

Je suis arrivée au Nouveau Kermont au mois de janvier dernier. Je vais me présenter en quelques lignes ou plusieurs à vrai dire car j'ai passé ma vie à parler.

Je suis née dans le Valais à Monthey, fille d'un père fribourgeois de Bas-Vully et d'une mère italienne de Milan.

Papa travaillait pour la SIBA et à ses heures perdues il était brocanteur, quant à maman, elle est restée à la maison pour s'occuper de ma sœur et moi-même. Nous avons 22 mois d'écart et étions proches, différentes mais unies.

Toutes les deux, nous avons eu la chance de pouvoir aller dans un pensionnat privé à Monthey, ma sœur était plus intéressée que moi par l'école tandis que j'avais plus d'intérêt pour le sport.

J'ai d'ailleurs pratiqué de 7 à 16 ans la gym. Pour la petite histoire, le championnat annuel de gymnastique valaisan avait lieu à Monthey et nous étions détestées des autres équipes car quasiment chaque année nous leur raflions la coupe.

Nous avons la chance d'avoir une patinoire naturelle à Monthey, j'y ai chaussé les patins à l'âge de 5 ans, nous avons encore une clé autour du cou à cette époque pour resserrer les patins.

Je me souviens d'un fameux Noël, maman avait commandé des bottines blanches de patinage à notre cordonnier, c'était une nouveauté. N'ayant pas ma pointure, il les avait commandées mais avait prêté une autre taille à maman pour que je puisse les avoir au pied du sapin. J'ai patiné jusqu'à mes 16 ans jusqu'à ce que je commence mon apprentissage de coiffure.



Présentation des nouveaux responsables

Intendance



Bonjour à tous,

Je m'appelle **Annie** et je suis la nouvelle intendante depuis le 1er février 2025. J'ai travaillé plus de 10 ans pour les EMS du Mandement en qualité d'intendante ou je gérais 26 personnes.

J'ai à cœur d'être proche des équipes afin de pouvoir travailler dans une ambiance agréable, conviviale et en interdisciplinarité afin de partager nos diverses compétences et connaissances.

De nature dynamique et curieuse, cela m'a permis de développer des

compétences différentes de mon métier et d'élargir ma palette de connaissances.

Dans mes temps libres, j'aime faire découvrir la nature à ma fille et passer du temps au fourneau pour partager en famille de bons et beaux festins !

Au plaisir de vous rencontrer au Nouveau Kermont.

Annie Walther
Responsable intendance

Mon métier, je l'ai exercé durant 50 ans, j'ai arrêté de travailler à 66 ans. J'ai été employée 3 ans chez Gabriel à la rue de Lausanne puis je me suis installée à mon compte sous les arcades au Grand-Saconnex.

J'avais une clientèle fidèle et je dois dire que mon métier était passionnant, peu de mes clientes étaient du Grand-Saconnex.

Je me souviens que rapidement des vendredis littéraires se sont organisés dans mon salon, ces Dames se partageaient des livres et débattaient dessus, nous parlions aussi de politique.

J'ai beaucoup aimé voyager entre autres au Kenya où je suis allée 3 ans de suite ainsi qu'en Italie, en Espagne, trois autres fois en Roumanie sans parler des autres escapades.

Je collectionne les éléphants depuis de nombreuses années, leur intelligence me fascine.



Je me souviens que lorsque j'étais petite, le cirque Knie terminait sa tournée à Brigue, les éléphants étaient rapatriés en train et nous allions profiter de ce spectacle.



**Témoignage de Madame Stengel : « Betty est une personne gaie, aimable, j'avais énormément de plaisir à aller dans le salon. Il y avait toujours une bonne ambiance et de plus, je sortais toujours bien coiffée ! »*

Depuis peu, je vis au Nouveau Kermont et j'ai la chance d'être bien entourée par mon neveu Laurent.

J'ai eu le plaisir de retrouver une de mes clientes au Nouveau Kermont, Mme Stengel que je coiffais avec ses filles.

Je concluais en disant que je suis très heureuse ici, je m'y sens bien, j'aime ma chambre. Le personnel est formidable et la nourriture excellente.

Je me réjouis de faire plus ample connaissance avec les habitants de cette maison et de pouvoir discuter avec vous, car comme vous l'avez sans doute compris, j'aime parler.

Betty Burnier
Propos retranscrits par **Nathalie**

Bâtiment

Bonjour,

Je m'appelle **Angelo** et je viens de l'EMS La Châtelaine, où j'ai eu le plaisir de travailler pendant 17 ans en tant que responsable bâtiment. Tout au long de ces années, j'ai acquis une solide expérience dans mon domaine, avec pour objectif d'assurer le bien-être et la qualité de vie des résidents.

Passionné et engagé dans mon métier, j'ai développé des compétences en électricité, informatique, réparation et gestion des contrats de maintenance. Je mets un point d'honneur à travailler avec professionnalisme, écoute et bienveillance.

Motard depuis toujours, je suis aujourd'hui Vice-Président du club de moto américaine Indian, les Mont-Blanc Riders.

En parallèle, je réalise également des photos et des montages vidéo, que je partage sur internet. Mon record de vues sur Facebook atteint 1,3 million, avec 4 600 abonnés.

Cet été, avec l'accord de notre direction, nous organiserons un défilé et, pourquoi pas, une petite balade en moto !

Je serais ravi d'échanger avec vous et de partager mon expérience. Au plaisir de vous rencontrer !

Angelo d'Alessandro
Responsable bâtiment



Cuisine

Bonjour à toutes et à tous,

Je me présente, **François-Xavier Goudin**, j'ai l'honneur d'être votre nouveau chef de cuisine depuis le 1er janvier 2025.

Cela fait bientôt sept ans que je travaille au Nouveau Kermont en tant que sous-chef et je suis très heureux de pouvoir accéder à ce nouveau poste.

Auparavant, j'ai eu la chance de travailler à l'Hôtel Intercontinental Genève, à l'Hôtel Mon Repos et au restaurant d'entreprise de Firmenich où j'étais également chef de cuisine, pour ne citer que ceux-là.

Je suis passionné par la cuisine, le vin et toujours très curieux de tout ce qui peut être nouveau dans ces domaines.

J'aime également le sport, la course à pieds, le vélo, les randonnées...

Parlons maintenant de mon équipe sans laquelle je ne pourrais pas faire d'aussi bons repas.

Aujourd'hui, je vous présente **Thierry Bussat**, notre chef pâtissier et sous-chef, qui vous prépare les desserts que vous dégustez en fin de repas.

Thierry est doté d'un parcours impressionnant, il a travaillé, en outre, à l'Hôtel Beau Rivage à Genève, à la Colomnière à Lully et à la Ferme de l'Hospital à Bossey.

Nous sommes là, tous ensemble, pour vous permettre d'avoir la meilleure expérience gastronomique et le meilleur service en tout temps.

Bon appétit !

François-Xavier Goudin
Chef de cuisine





Le Burn-out : la maladie du siècle ?

Le burn-out est un syndrome d'épuisement émotionnel et de perte d'énergie, souvent lié au stress et à une implication trop importante dans le travail. Il n'est pas considéré comme une maladie professionnelle, car ses causes sont multiples et difficiles à isoler. Il est plutôt considéré comme un trouble de santé associé au travail, au même titre que d'autres problèmes de santé qui peuvent être liés à la fois à des facteurs professionnels et personnels.

Les maladies professionnelles, quant à elles, sont répertoriées dans une liste définie par la loi et doivent être causées à plus de 50 % par l'activité professionnelle pour être reconnues comme telles.

La Suva, en tant qu'assureur-accidents, ne peut fournir de prestations que pour les affections reconnues comme maladies professionnelles. Le burn-out ne répondant pas aux critères, il ne peut pas être pris en charge à ce titre.

Le burn-out, ou syndrome d'épuisement professionnel, est un phénomène de plus en plus répandu dans notre société moderne. Il se caractérise par un état d'épuisement physique, émotionnel et mental, souvent lié à un stress professionnel chronique.

Les symptômes du burn-out

Les symptômes du burn-out sont variés et peuvent se manifester sur différents plans. Sur le plan émotionnel, la personne peut ressentir un vide émotionnel, avoir l'impression de ne plus avoir de ressources pour faire face aux situations. Elle peut également développer une attitude distante, cynique ou négative envers les autres, notamment les collègues

ou les clients. Un sentiment de perte d'accomplissement, l'impression de ne plus être efficace, de ne plus avoir de résultats positifs, est également fréquent.

La fatigue physique est un autre symptôme courant du burn-out. La personne peut se sentir épuisée constamment, même après le repos, avoir des troubles du sommeil, des douleurs musculaires, etc. Des troubles cognitifs peuvent également apparaître, tels que des difficultés de concentration, des problèmes de mémoire ou une irritabilité accrue.

Les causes du burn-out

Le burn-out est un phénomène complexe, dont les causes sont multiples et intriquées. Parmi les facteurs les plus souvent cités, on trouve le stress professionnel chronique, qui peut se manifester par une surcharge de travail, une pression constante, un manque de reconnaissance ou des conflits avec les collègues ou la hiérarchie. Le manque de soutien social, l'isolement, le sentiment de ne pas être soutenu par son entourage professionnel ou personnel, sont également des facteurs favorisants.



La personnalité de l'individu peut également jouer un rôle. Certaines personnes sont plus vulnérables au burn-out, notamment celles qui ont tendance à être perfectionnistes, à se surinvestir dans leur travail ou à avoir du mal à gérer leurs émotions.

Les conséquences du burn-out

Le burn-out peut avoir des conséquences graves sur la santé physique et mentale, ainsi que sur la vie personnelle et professionnelle. Il peut entraîner une dépression, avec une perte d'intérêt pour les activités, un sentiment de tristesse et de désespoir. Des troubles anxieux, tels que des crises d'angoisse ou des phobies, peuvent également se développer.

Le stress chronique lié au burn-out peut avoir des répercussions sur le système immunitaire, le système cardiovasculaire, le système digestif, etc., entraînant des problèmes de santé physique. Des difficultés relationnelles peuvent également survenir, avec des tensions dans le couple, la famille ou avec les amis. Sur le plan professionnel, le burn-out peut conduire à une baisse de performance, à des absences répétées, voire à un licenciement.

Comment prévenir et gérer le burn-out ?

Il est important de prendre au sérieux les signes de burn-out et d'agir rapidement pour éviter qu'il ne s'aggrave. Il est essentiel d'identifier les facteurs de stress, tant professionnels que personnels, et de mettre en place des stratégies pour les gérer. Fixer des limites, apprendre à dire non, à déléguer, à ne pas se laisser envahir par le travail, est primordial.

Prendre soin de soi est également essentiel. Accorder du temps pour se

détendre, faire des activités que l'on aime, dormir suffisamment, sont des éléments importants pour prévenir et gérer le burn-out. Rechercher du soutien auprès de son entourage, d'un professionnel de santé ou d'un groupe de soutien peut également être très bénéfique.

Agir sur l'organisation du travail, si possible, en discutant avec son supérieur hiérarchique pour trouver des solutions pour réduire la pression, améliorer l'organisation du travail, etc., peut également être nécessaire.

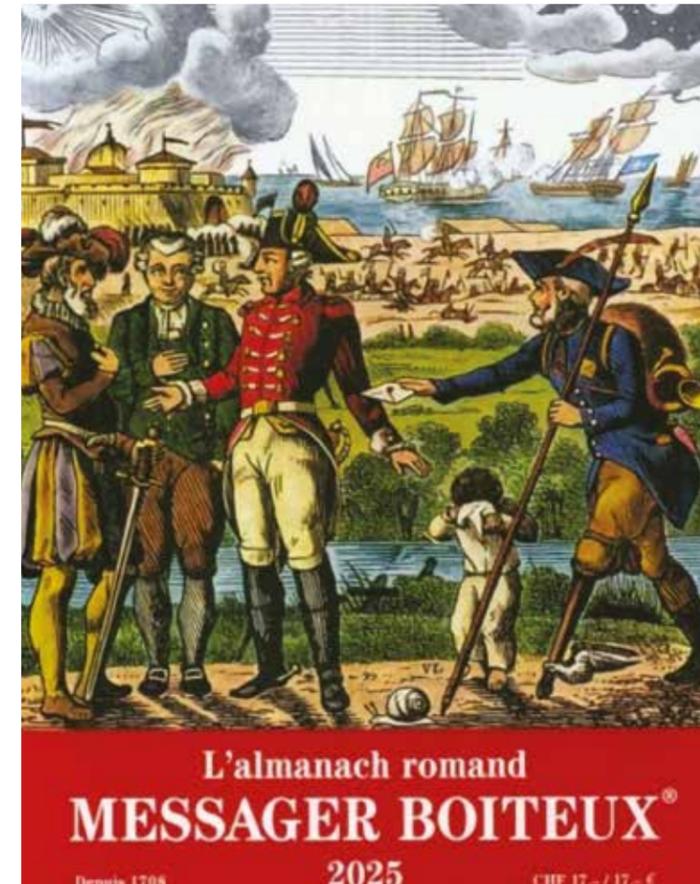
Le burn-out : un problème de société

Le burn-out n'est pas seulement un problème individuel, c'est aussi un problème de société. Il est important de sensibiliser le public à ce phénomène, de mieux le comprendre et de mettre en place des actions de prévention et de prise en charge.

Conclusion

Le burn-out est un mal de notre époque, qui touche de plus en plus de personnes. Il est important de ne pas banaliser ce phénomène et de prendre au sérieux les signes avant-coureurs. Si vous pensez être en burn-out, n'hésitez pas à rechercher de l'aide auprès de professionnels de santé ou de groupes de soutien.

Luca Piccirillo
Animateur



L'almanach du Messenger boiteux

L'histoire du Messenger boiteux est intimement liée à l'histoire de l'almanach du même nom, un almanach populaire de Suisse romande.

La première édition de cet almanach date de 1707. Son nom lui vient du fait que son colporteur était estropié. Cet almanach était vendu à la criée, sur les marchés. Il contenait des prédictions météorologiques, des conseils agricoles, des recettes de cuisine et des informations sur les événements à venir. Il était très populaire auprès de la population, qui le considérait comme une source de sagesse et de savoir.



Le personnage du Messenger boiteux

Le personnage du Messenger boiteux est rapidement devenu une figure emblématique de la culture populaire romande. Il est représenté sur la couverture de l'almanach, vêtu d'un costume traditionnel et portant un bâton. Il est souvent représenté en train de marcher, malgré son handicap.

Au fil des ans, le Messenger boiteux est devenu un personnage de fiction à part entière. Il est apparu dans des pièces de théâtre, des chansons et des histoires pour enfants. Il est également devenu un symbole de la résistance et de la persévérance.

Le Messenger boiteux aujourd'hui

Aujourd'hui, le Messenger boiteux est toujours présent dans la culture romande. L'almanach est toujours publié et il est toujours aussi populaire. Le personnage du Messenger boiteux est quant à lui devenu une figure incontournable du folklore romand.

Quelques anecdotes

- Le Messenger boiteux a inspiré de nombreux artistes, dont le peintre suisse Ferdinand Hodler.
- Le personnage du Messenger boiteux a été incarné par plusieurs acteurs, dont le comédien suisse Michel Simon.
- Le Messenger boiteux a même eu droit à sa propre émission de télévision, diffusée dans les années 1970.

- Le Messenger boiteux et la Fête des Vignerons :



Le Messenger boiteux est une figure emblématique de la Fête des Vignerons, une fête traditionnelle qui a lieu tous les 20-25 ans à Vevey. Lors de la Fête des Vignerons de 1955, un colporteur du nom de Samuel Burnand, qui était effectivement handicapé, a incarné le personnage du Messenger boiteux. Sa prestation a tellement marqué les esprits qu'il est devenu, dans l'imaginaire collectif, le «vrai» Messenger boiteux. Il a continué à incarner ce rôle lors des éditions suivantes de la fête, et sa popularité a même dépassé les frontières de la Suisse romande.

- Le Messenger boiteux et la littérature:

Le personnage du Messenger boiteux a inspiré de nombreux écrivains suisses. On le retrouve notamment dans le roman «Derborence» de Charles-Ferdinand Ramuz, où il apparaît comme un personnage mystérieux et inquiétant.

- Le Messenger boiteux et la musique:

Le Messenger boiteux est également présent dans la musique. Le groupe de rock suisse «Les Démons» a sorti en 1993 une chanson intitulée «Le Messenger boiteux», qui rend hommage à ce personnage emblématique de la culture romande.

- Le Messenger boiteux et la télévision:

Comme je l'ai mentionné précédemment, le Messenger boiteux a eu sa propre émission de télévision dans les années 1970. Cette émission, intitulée «Le Messenger boiteux», était un programme pour enfants qui mêlait marionnettes et prises de vue réelles. Le personnage du Messenger boiteux était interprété par le comédien suisse Michel Simon.

En conclusion, le Messenger boiteux est bien plus qu'un simple personnage de fiction. Il est devenu un symbole fort de la culture romande, représentant à la fois la sagesse populaire, la persévérance face à l'adversité et l'attachement aux traditions. Son histoire, intimement liée à celle de l'almanach du même nom, témoigne de la richesse du patrimoine culturel suisse et de son enracinement dans les pratiques et les croyances ancestrales.

Le Messenger boiteux continue de vivre aujourd'hui à travers l'almanach, les manifestations culturelles et les nombreuses références qui lui sont faites dans la littérature, la musique et l'audiovisuel. Il reste une figure emblématique de l'identité romande, un trait d'union entre les générations et un vecteur de transmission des valeurs et des savoirs populaires.

Luca Piccirillo
Animateur





Percer les mystères du temps :

La quête humaine de prédiction

Depuis la nuit des temps, l'être humain est fasciné par l'inconnu et cherche à percer les mystères du temps. Cette quête de prédiction, de savoir ce que l'avenir nous réserve, est profondément ancrée dans notre psyché. Elle se manifeste à travers diverses formes de divination, de prophéties et de visions qui ont façonné notre histoire et notre culture.

Un besoin fondamental : apprivoiser l'incertitude

L'être humain est confronté à l'incertitude de l'avenir. Cette incertitude peut être source d'anxiété, de peur et de stress. La quête de prédiction, de savoir ce qui va se passer, est une manière de gérer cette incertitude et de se sentir plus en contrôle.

Cette quête répond à plusieurs besoins fondamentaux :

- **Besoin de sécurité** : La prédiction peut donner l'illusion de maîtriser les événements et de se protéger des dangers.
- **Besoin de contrôle** : Savoir ce qui va arriver permet de se préparer, de prendre des décisions et d'agir en conséquence.
- **Besoin de sens** : La prédiction peut donner un sens aux événements, les relier à un plan ou à un destin.

Cette quête de prédiction est profondément enracinée dans la psyché humaine. Elle se manifeste dès l'enfance, lorsque l'enfant cherche à comprendre le monde qui l'entoure et à anticiper les réactions de ses proches. Elle se poursuit à l'âge adulte, lorsque nous cherchons à prévoir les conséquences de nos actions et à anticiper les événements de notre vie.

Les prophéties antiques : entre mythes et réalités

Les civilisations anciennes ont développé des systèmes complexes de divination et de prophéties pour tenter de percer les secrets du temps. Ces pratiques, souvent entourées de mystère et de sacré, occupaient une place importante dans la vie religieuse, politique et sociale.

Grèce antique :

L'oracle de Delphes, avec sa Pythie inspirée par Apollon, était un lieu de consultation majeur. Les oracles, souvent ambigus, pouvaient influencer les décisions des cités. Les prophéties de Tirésias, personnage mythologique, mettaient en garde contre les dangers et les destins tragiques. Les Sibylles, prêtresses prophétiques, délivraient des oracles qui, selon la légende, ont inspiré les Romains.

Delphes



Rome antique :

Les Livres Sibyllins, d'origine grecque, étaient consultés en cas de crise. Ils auraient prédit la chute de la République et l'avènement de l'Empire. Les prophéties de Virgile dans l'Énéide, célébrant la grandeur de Rome, ont légitimé le pouvoir impérial.

Égypte ancienne :

Les oracles des dieux Amon et Rê guidaient les décisions des pharaons. Le Conte du Prophète Néferti, texte littéraire, annonçait l'arrivée d'un roi juste.



Proche-Orient ancien :

Les prophéties bibliques, notamment celles d'Isaïe, Jérémie ou Ézéchiel, annonçaient le châtement et la rédemption du peuple d'Israël. Les oracles de Mari témoignent des pratiques divinatoires de l'époque.

Ces exemples montrent la diversité des formes de prophéties dans l'Antiquité, ainsi que leur importance dans la vie des sociétés. Elles étaient à la fois des outils de connaissance de l'avenir, des instruments de pouvoir et des sources de sens et de réconfort.

Du Moyen Âge à nos jours : la persistance de la quête

La fascination pour la prédiction n'a pas disparu avec l'Antiquité. Au Moyen Âge, les prophéties bibliques ont été réinterprétées et adaptées aux enjeux de l'époque. Des figures comme Nostradamus, avec ses quatrains énigmatiques, ont alimenté la croyance en la possibilité de percer les secrets du temps.

Aujourd'hui encore, malgré les avancées de la science et de la rationalité, le besoin de prédiction persiste. Il se manifeste dans l'intérêt pour l'astrologie, la voyance, les théories du complot, ou encore dans les discours sur l'avenir de notre monde, qu'il s'agisse de changements climatiques, de crises économiques ou de révolutions technologiques.

Interprétations et enjeux : entre fascination et manipulation

Il est important de noter que l'interprétation des prophéties, qu'elles soient antiques ou modernes, est souvent subjective et dépend de nos croyances, de nos peurs et de nos espoirs. Certaines prophéties peuvent être instrumentalisées pour légitimer un pouvoir, manipuler les foules ou alimenter des peurs collectives.

Cependant, la fascination pour la prédiction témoigne aussi d'une quête de sens et de compréhension du monde. Elle révèle notre désir de nous situer dans le temps, de donner une cohérence à notre histoire et de nous projeter dans l'avenir.



Conclusion : un besoin humain intemporel

La quête de prédiction est une constante de l'histoire humaine. Elle témoigne de notre besoin de comprendre le monde, de nous rassurer face à l'inconnu et de donner un sens à notre existence. Si les formes et les interprétations des prophéties évoluent avec le temps, le besoin fondamental de percer les mystères du temps, lui, demeure.

Fabienne Lottaz
Responsable animation

Le mystère Nostradamus

Entre prophéties obscures et interprétations hasardeuses

24

Depuis des siècles, les quatrains de Nostradamus fascinent et intriguent. Ce médecin et astrologue du XVI^e siècle, connu pour ses «Prophéties», a laissé derrière lui un héritage de vers énigmatiques, souvent interprétés comme des prédictions de l'avenir. Si certains y voient des éclaircissements sur des événements passés ou à venir, d'autres critiquent ces interprétations, les jugeant trop vagues et subjectives.



Nostradamus : un visionnaire ou un simple observateur de son temps ?

Nostradamus, de son vrai nom Michel de Nostre-Dame, est né en 1503 à Saint-Rémy-de-Provence. Après des études de médecine, il se tourne vers l'astrologie et publie en 1555 son premier recueil de «Prophéties». Composé de 100 quatrains, ce livre connaît un succès retentissant et ne cesse, depuis, d'alimenter les débats.

Pour certains, Nostradamus était un véritable visionnaire, capable de prédire avec précision des événements majeurs. Ils voient dans ses vers des références à la Révolution française, aux deux guerres mondiales, ou encore aux attentats du 11 septembre. D'autres, en revanche, estiment que ces interprétations sont abusives et que Nostradamus n'a fait que compiler des observations de son époque, les habillant d'un langage obscur pour leur donner un caractère prophétique.



Des interprétations subjectives et parfois contradictoires

Le principal problème des «Prophéties» de Nostradamus réside dans leur ambiguïté. Les quatrains sont rédigés dans un style poétique et alusif, laissant une large place à l'interprétation. Ainsi, un même vers peut être compris de différentes manières, en fonction des événements et des préoccupations de chaque époque.

Cette subjectivité des interprétations conduit parfois à des contradictions. Par exemple, certains voient dans un quatrain une annonce de l'arrivée d'un «grand monarque» qui apportera la paix, tandis que d'autres y lisent la venue d'un tyran sanguinaire. De même, certains interprètes pensent que Nostradamus a prédit la fin du monde pour l'an 2000, tandis que d'autres assurent qu'il ne s'agissait que d'une métaphore.



Quelques quatrains célèbres et leurs interprétations

- Quatrain I.81 : «De l'Occident viendra un Roi Roux, / Qui par son art pacifique régnera : / Son règne augmentera, mais de peu de temps, / Puis en grand tumulte viendra à changer.»

Ce quatrain est souvent interprété comme une référence à la Révolution française et à l'ascension de Napoléon Bonaparte. Le «Roi Roux» serait une allusion à la couleur des cheveux de Napoléon, et son règne «pacifique» ferait référence à la période de paix relative qu'a connue la France sous son règne.

- Quatrain II.24 : «Nul lieu n'est laissé vide, / Qui n'ait son habitant : / Morts, maladies, famine, / Par tout le monde.»

Ce quatrain est souvent interprété comme une prédiction des grandes pandémies et crises sanitaires qui ont frappé le monde au cours des siècles, comme la peste ou la grippe espagnole.

- Quatrain X.72 : «L'an mil neuf cens nonante neuf sept mois, / Du ciel viendra un grand Roi d'effrayeur : / Ressusciter le grand Roi d'Angoumois, / Avant après Mars régner par bonheur.» 1

Ce quatrain est l'un des plus célèbres et des plus controversés. Certains y ont vu une prédiction de la fin du monde ou d'un cataclysme majeur en juillet 1999. D'autres, plus prudents, estiment qu'il s'agit d'une simple métaphore ou d'une référence à un événement historique encore inconnu.

25



Un intérêt qui ne faiblit pas

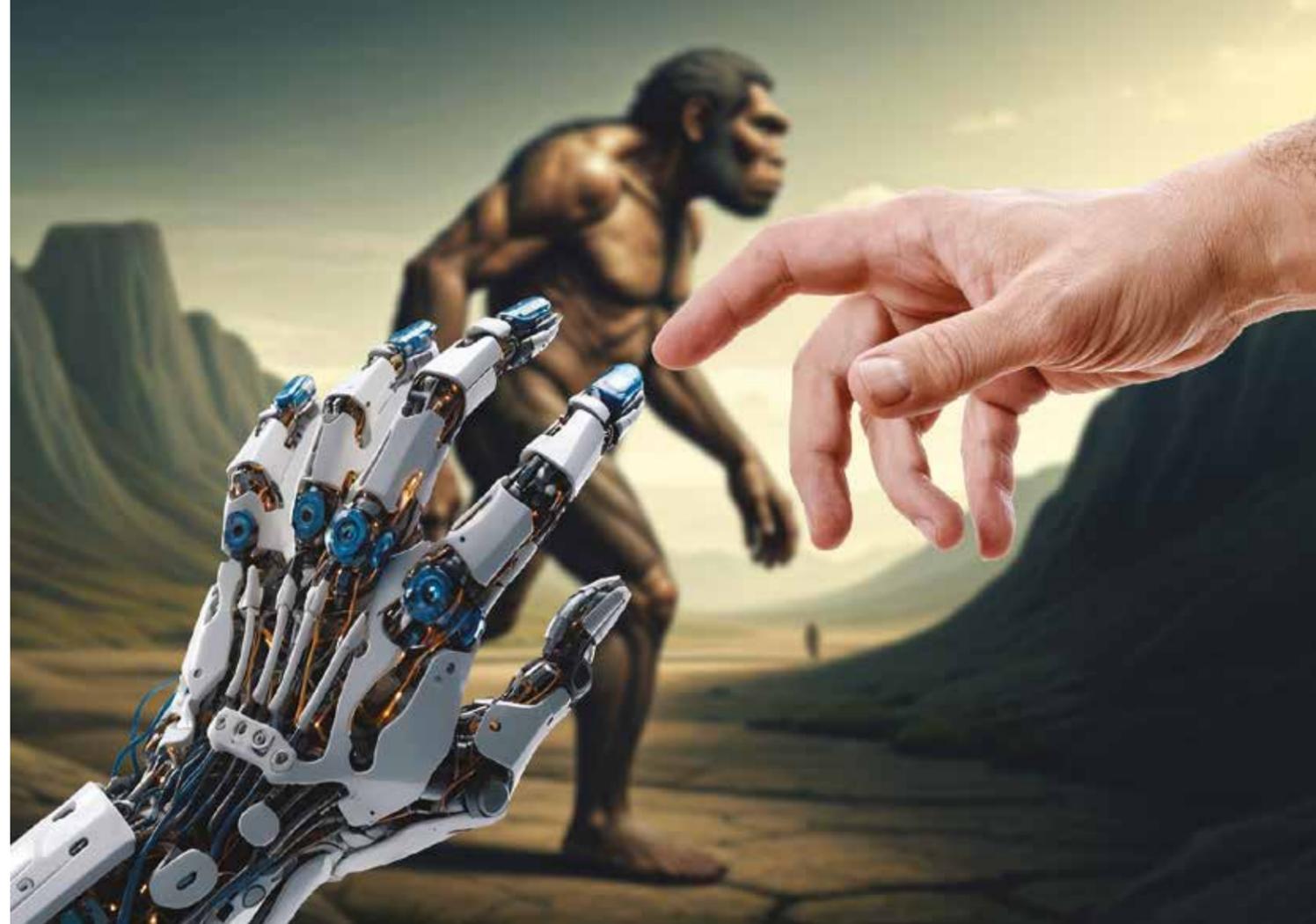
Malgré ces controverses, l'intérêt pour Nostradamus ne faiblit pas. Ses «Prophéties» continuent d'être lues et commentées, et de nombreux ouvrages lui sont consacrés chaque année. Certains y cherchent des réponses aux questions que notre époque soulève, comme les crises économiques, les conflits internationaux ou les catastrophes naturelles. Cependant, il est important de garder un esprit critique face aux interprétations des quatrains de Nostradamus. Si certaines coïncidences peuvent sembler troublantes, il ne faut pas oublier que le hasard existe et que l'imagination humaine est capable de créer des liens là où il n'y en a pas forcément.



Conclusion : Nostradamus, un mystère qui restera sans doute entier

Plus de 500 ans après leur publication, les «Prophéties» de Nostradamus continuent de fasciner et de diviser. S'agissait-il d'un véritable visionnaire, capable de percer les secrets de l'avenir, ou d'un simple observateur de son temps, dont les vers ont été habilement détournés pour leur donner un sens prophétique ? La question restera sans doute sans réponse. Le mystère Nostradamus est entretenu par l'ambiguïté de ses écrits et par la subjectivité des interprétations. Une chose est sûre : les «Prophéties» ont encore de beaux jours devant elles et continueront longtemps encore à alimenter les fantasmes et les spéculations.

Luca Piccirillo
Animateur



Les générations :

Une exploration de l'évolution sociale et culturelle

Les générations, cette notion qui traverse l'histoire de l'humanité, désignent un groupe d'individus partageant une même époque et des caractéristiques sociétales communes. Chaque génération porte avec elle des valeurs, des défis, et des aspirations uniques, façonnés par les événements historiques, les évolutions technologiques et les changements sociaux qui ont marqué son époque. Dans cet article, nous allons explorer les différentes générations, leur impact sur la société et comment elles influencent le monde d'aujourd'hui.

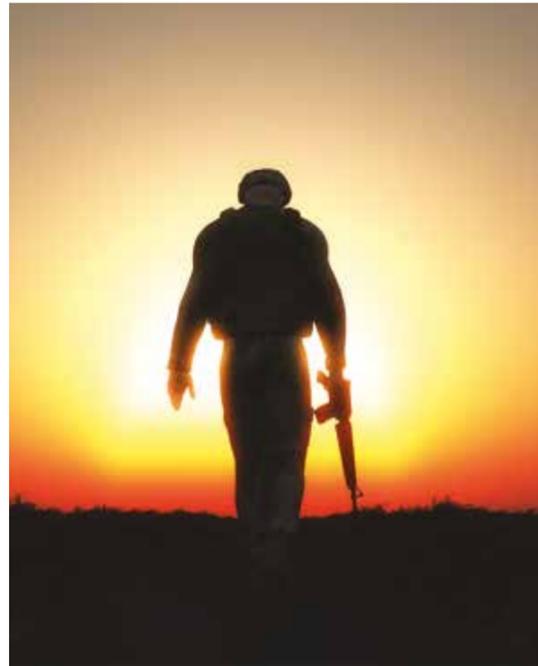
Les générations : un contexte historique

La notion de génération est souvent définie par des périodes de 20 à 30 ans, mais elle n'est pas figée et varie en fonction des contextes sociaux, politiques et économiques. Les générations sont généralement divisées selon les grandes étapes qui marquent les sociétés. Voici un aperçu des principales générations actuelles.

Les générations traditionnelles

La génération silencieuse (1928-1945) :

La période de la Grande Dépression, suivie par la Seconde Guerre mondiale, a profondément marqué cette génération. Les membres de cette génération ont grandi dans un contexte d'incertitude économique et de conflits mondiaux. Ils ont été témoins des changements radicaux dans le monde, mais ont aussi cultivé des valeurs de travail, de discipline et de respect des autorités.



Les Baby-boomers (1946-1964)

Après la guerre, une époque de prospérité économique a permis à cette génération de vivre une expansion sociale et économique sans précédent. Les Baby-boomers ont vu naître la révolution des droits civiques, le mouvement féministe et l'évolution de la culture populaire avec l'émergence de la musique rock, du cinéma et de la télévision. Leur impact sur le monde du travail et les valeurs sociales est encore très présent.



Les générations modernes

La génération X (1965-1980) :

Le terme «Génération X» a été popularisé par l'écrivain Douglas Coupland dans les années 90. Cette génération a grandi dans un monde marqué par des crises économiques, une instabilité politique et une évolution technologique rapide. Ils ont été les premiers à vivre l'essor des ordinateurs personnels, mais ont aussi dû faire face à l'émergence de crises comme le SIDA et les tensions géopolitiques, comme la guerre froide.



Les Millennials ou Génération Y (1981-1996) :

Marquée par l'essor d'Internet, des nouvelles technologies et de la mondialisation, cette génération a vu la transition vers un monde numérique. Les Millennials sont souvent perçus comme des individus axés sur la recherche de sens, avec une forte conscience sociale et environnementale. Ils ont connu l'ascension des réseaux sociaux, des smartphones, et des transformations majeures dans le monde du travail.





CARNET DE ROUTE

32

Angkor Les merveilles sacrées du Cambodge

Situés au cœur de la jungle cambodgienne, les temples d'Angkor figurent parmi les plus grands chefs-d'œuvre architecturaux du monde.

L'histoire des temps à Angkor est profondément marquée par la grandeur et la splendeur du royaume khmer, qui a régné sur une vaste partie de l'Asie du Sud-Est entre les IXe et XV siècles. Angkor, située dans ce qui est aujourd'hui le Cambodge, était la ca-

pitale de l'empire khmer, et elle abrite certains des monuments fascinants de l'histoire ancienne, dont le célèbre temple d'Angkor Wat.

Classé au patrimoine mondial de l'UNESCO depuis 1992, le complexe d'Angkor s'étend sur plus de 400 km² et abrite des centaines de temples, palais et bassins. Cette cité témoigne de l'ingéniosité et du savoir-faire de cette civilisation.

L'urbanisme et l'ingéniosité des Khmers

Angkor n'était pas seulement un ensemble de temples, mais une véritable métropole qui accueillait des centaines de milliers d'habitants. Les khmers ont conçu un impressionnant système hydraulique composé de canaux, réservoirs (barays) et bassins pour gérer l'eau et irriguer les terres agricoles, permettant ainsi à l'empire de prospérer pendant plusieurs siècles.

La fondation et l'apogée du royaume khmer

Il a été fondé au début du IXe siècle par le roi Jayavarman II, qui a proclamé l'indépendance du Cambodge par rapport à l'empire Java. Jayavarman II a établi un système centralisé de pouvoir autour de la capitale, qui se déplacera au fil des siècles. Angkor restera la ville symbolique du royaume.

Angkor comme capitale : Au IXe siècle, Jayavarman II choisit Angkor comme centre politique et religieux. L'emplacement de la ville permettait une gestion efficace des ressources, avec des étangs, des réservoirs et un réseau hydraulique sophistiqué pour soutenir l'agriculture et la croissance démographique.

Angkor atteint son apogée sous les règnes des rois comme Suryavarman II (XIe siècle) et Jayavarman VII (fin du XIIe et début du XIIIe siècle). Angkor Wat, construit par Suryavarman II, est l'exemple le plus célèbre de l'art et de l'architecture khmer. Ce temple, dédié à Vishnu, est aujourd'hui l'un des plus grands et des plus impressionnants monuments religieux au monde. Jayavarman VII, de son côté, a développé une architecture carac-

teristique du bouddhisme, avec des temples comme Bayon, avec ses célèbres visages sculptés.

Le déclin et l'abandon

À partir du XIVe siècle, le royaume khmer commence à décliner, en partie à cause de plusieurs facteurs : des invasions, des luttes internes, des perturbations liées au climat, et des changements dans les routes commerciales. Le passage de l'hindouisme au bouddhisme comme religion d'État a aussi joué un rôle dans l'évolution de la société et de l'art khmer.

Les invasions thaïlandaises au XIVe et XVe siècles ont également contribué au déclin de la ville. Finalement, au début du XVe siècle, le centre politique khmer se déplace vers Phnom Penh, et Angkor est progressivement abandonnée, bien que des populations y restent sporadiquement.

La redécouverte et la conservation moderne

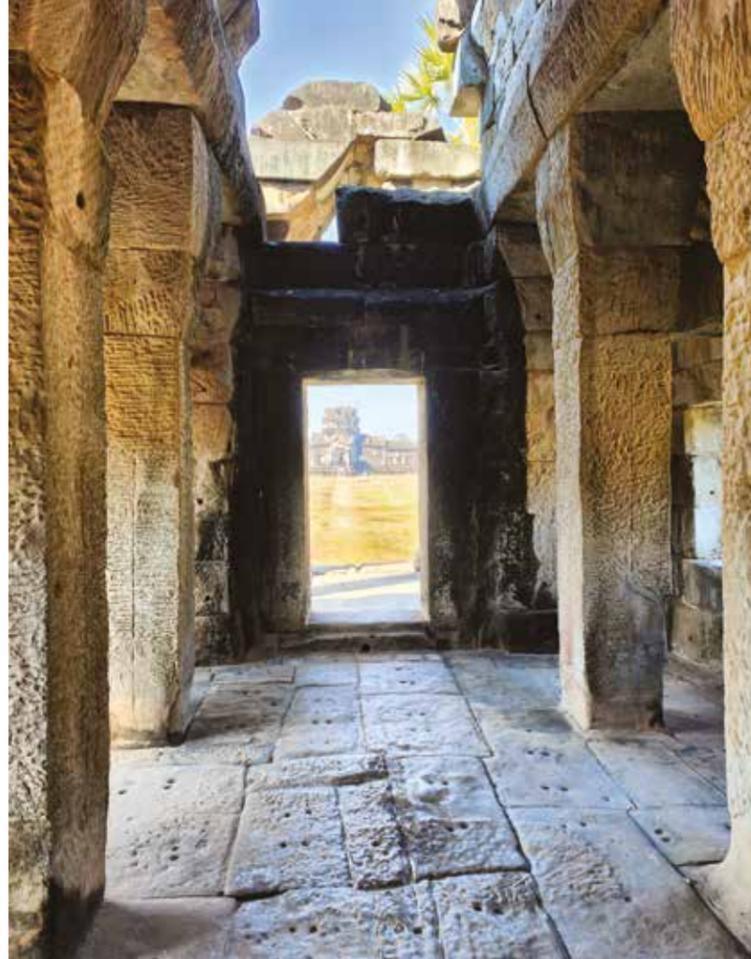
Bien que la ville d'Angkor ait été en grande partie oubliée pendant plusieurs siècles, elle a été redécouverte par des explorateurs occidentaux au XIXe siècle, dont le plus célèbre est l'explorateur français Henri Mouhot en 1860. Depuis lors, des efforts de conservation ont été entrepris pour préserver ces sites historiques et archéologiques.

L'histoire des temps à Angkor est donc un fascinant mélange de grandeur, de gloire, mais aussi de mystère, ayant traversé des siècles d'élévation et de déclin, tout en restant un témoin majeur de l'héritage culturel et religieux de l'Asie du Sud-Est.

33

Angkor Wat, le joyau de l'empire khmer (photo page précédente)

Son architecture impressionnante, avec ses cinq tours en forme de lotus et ses bas-reliefs détaillés, en fait une véritable prouesse artistique et spirituelle. À l'aube, lorsque le soleil se lève derrière ses tours, le temple offre un spectacle inoubliable.



Ta Prohm, quand les arbres enlacent les pierres sacrées

Parmi les temples les plus emblématiques figure également Ta Prohm, rendu célèbre par le film Tomb Raider. Contrairement à d'autres sanctuaires restaurés, ce temple a été laissé en grande partie envahi par la nature. Les immenses fromagers (nom commun de l'arbre *Tetrameles nudiflora* appelé aussi le dévoreur de temples) et ficus enserrment les pierres sculptées, créant une atmosphère envoûtante où l'on ressent la puissance du temps et de la nature.



Bayon et ses Visages énigmatiques

Un autre joyau d'Angkor est le temple du Bayon, connu pour ses 54 tours ornées de 216 visages souriants, son ambiance mystique et son architecture fascinante. Situé au centre d'Angkor Thom, l'ancienne capitale royale, il symbolise l'omniprésence du roi Jayavarman VII et du bodhisattva de la compassion.

Aujourd'hui, les temples d'Angkor font face à de nombreux défis, notamment l'érosion, le tourisme de masse et les effets du climat. De nombreuses initiatives internationales et locales œuvrent à la préservation de ce patrimoine unique.

Martine Annaheim



Les Asperges : Un légume raffiné et bienfaisant

L'asperge est un légume printanier apprécié pour son goût délicat et ses nombreuses vertus nutritionnelles. Blanche, verte ou violette, elle se décline sous différentes variétés qui séduisent les amateurs de gastronomie.

L'asperge est consommée depuis l'Antiquité. Les Égyptiens, les Grecs et les Romains en raffolaient déjà pour ses qualités gustatives et médicinales. Elle s'est ensuite répandue en Europe, devenant un mets prisé à la cour de Louis XIV. Aujourd'hui, elle est cultivée principalement en France, en Allemagne, en Italie et depuis peu en Suisse.

On distingue trois principales variétés d'asperges :

- L'asperge blanche : Son goût est doux et raffiné.
- L'asperge verte : Elle développe une saveur plus prononcée. Elle est riche en vitamines.
- L'asperge violette : Entre les deux autres, elle est légèrement amère et plus sucrée.

Culture

Les asperges poussent de manière assez particulière, ce qui explique pourquoi elles sont parfois considérées comme un légume raffiné et délicat à cultiver.



Voici les principales étapes de leur croissance :

1. Plantation des griffes

Les asperges sont cultivées à partir de griffes, qui sont des racines souterraines âgées d'un an. Ces griffes sont plantées dans un sol bien drainé, profond et sablonneux, généralement au printemps.

2. Développement souterrain

Durant la première année, la plante développe principalement ses racines. Les premières pousses apparaissent, mais elles ne sont pas récoltées tout de suite : il faut attendre 2 à 3 ans avant la première récolte pour laisser la plante s'installer solidement.

3. Pousse des turions (les tiges comestibles)

Au printemps, les asperges commencent à sortir du sol sous forme de jeunes pousses appelées turions.



Asperges blanches : Elles restent enterrées et sont récoltées avant de voir la lumière, ce qui leur donne leur couleur blanche.

Asperges violettes : Elles sont légèrement exposées au soleil, ce qui leur donne cette teinte violacée.
Asperges vertes : Elles poussent entièrement à l'air libre et développent de la chlorophylle, d'où leur couleur verte.

4. Récolte

La récolte des asperges se fait manuellement, généralement entre avril et juin. Elle doit être faite quotidiennement car les turions poussent très vite, parfois plusieurs centimètres par jour !

5. Repos de la plante

Après la saison de récolte, les asperges sont laissées en repos pour reconstituer leurs réserves. Elles développent alors un feuillage aérien, qui ressemble à des fougères, afin de capter l'énergie solaire pour préparer la saison suivante.

La culture des asperges demande donc de la patience et un sol bien adapté, mais une fois bien installée, une aspergeraie peut produire pendant 10 à 15 ans !

Bienfaits Nutritionnels

- Riche en fibres, elle favorise le transit intestinal.
- Peu calorique, elle s'intègre parfaitement dans un régime équilibré. Source de vitamines (A, C, E et K), elle contribue au bon fonctionnement de l'organisme.
- Diurétique naturel, elle aide à l'élimination des toxines grâce à sa teneur en asparagine. L'odeur caractéristique de l'urine après avoir mangé des asperges est due à l'élimination du méthyl-mercaptopurine, un produit soufré. Si l'odeur arrive si vite c'est parce que l'asperge est un puissant diurétique. Elle est très riche en eau, en potassium et n'a pratiquement pas de sodium.

L'asperge est un légume délicat, savoureux et bénéfique pour la santé. Facile à cuisiner, elle ravit les palais les plus exigeants tout en apportant de précieux nutriments. Profitez-en dès le printemps pour enrichir vos repas !

Martine Annaheim

Événements en famille à L'EMS DU NOUVEAU KERMONT

2025

22
MARS
11h30

Raclette en famille

Inscription auprès de la réception avant le 15 mars, maximum 25 personnes.



05
JUILLET
dès 8h30

Brunch en famille

Inscription auprès de la réception avant le 27 juin, maximum 25 personnes.



20
SEPTEMBRE
11h30

Repas Canadien en famille Découverte de vos spécialités

Inscription auprès de la réception avant le 12 septembre.



22
NOVEMBRE
15h00

Jouons ensemble !

Venez nombreux participer à notre après midi jeux !

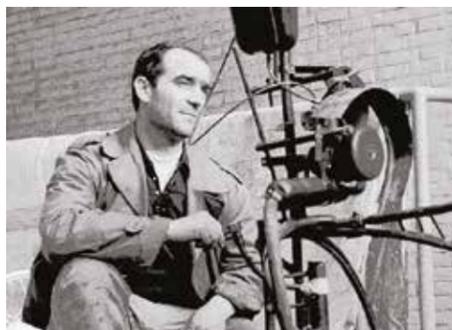


NOUS NOUS RÉJOUISSONS DE PARTAGER CES MOMENTS AVEC VOUS !

Tinguely a 100 ans!

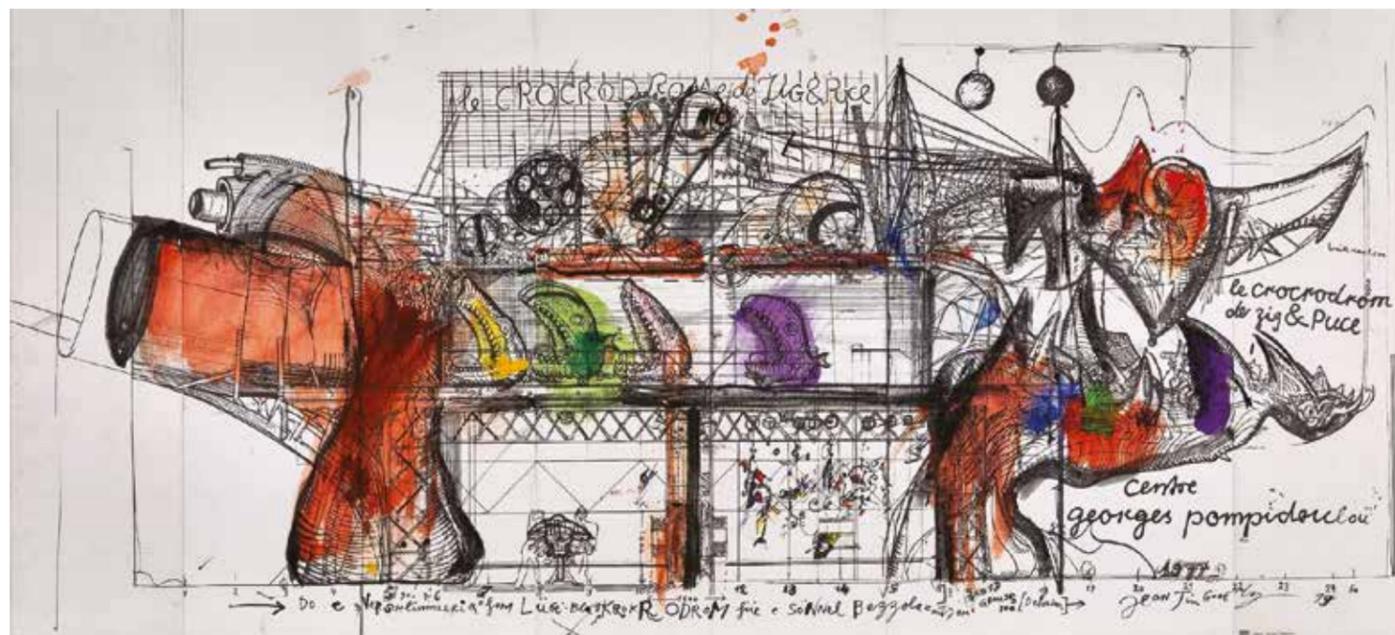
Jean Tinguely, disparu en 1991, est né à Fribourg le 22 mai 1925. Sa ville natale, qui lui dédie déjà un espace pérenne, lui consacrera, à la fin de l'année, une exposition intitulée « Jean Tinguely, émetteur poétique ».

Le 22 mai, c'est à Bâle, dans le parc qui entoure le Musée Tinguely, que sera installé un hommage en forme de train fantôme, imaginé par l'artiste anglaise Rebecca Moss et le Suisse Augustin Rebetez. Le train fantôme de l'art circulera dans le parc de la Solitude devant le Musée Tinguely du 22 mai (anniversaire de Tinguely) au 30 août (anniversaire de sa mort) en 2025. Il emmènera les visiteurs dans un voyage d'une à deux minutes à travers un paysage artistique immersif. Il s'agit d'une référence à l'installation à grande échelle Crocodrome de Zig et Puce, équipé d'un train



fantôme, que Tinguely a créé en 1977 avec d'autres artistes pour l'ouverture du Centre Pompidou à Paris.

A Genève, le Musée Rath présentera Jean Tinguely, 100 ans de cinétique mécanique, dès le 23 mai. A noter que, quelques jours plus tard, à Paris, s'ouvrira au Grand Palais une vaste exposition consacrée à Niki de Saint Phalle, Jean Tinguely et Pontus Hultén.



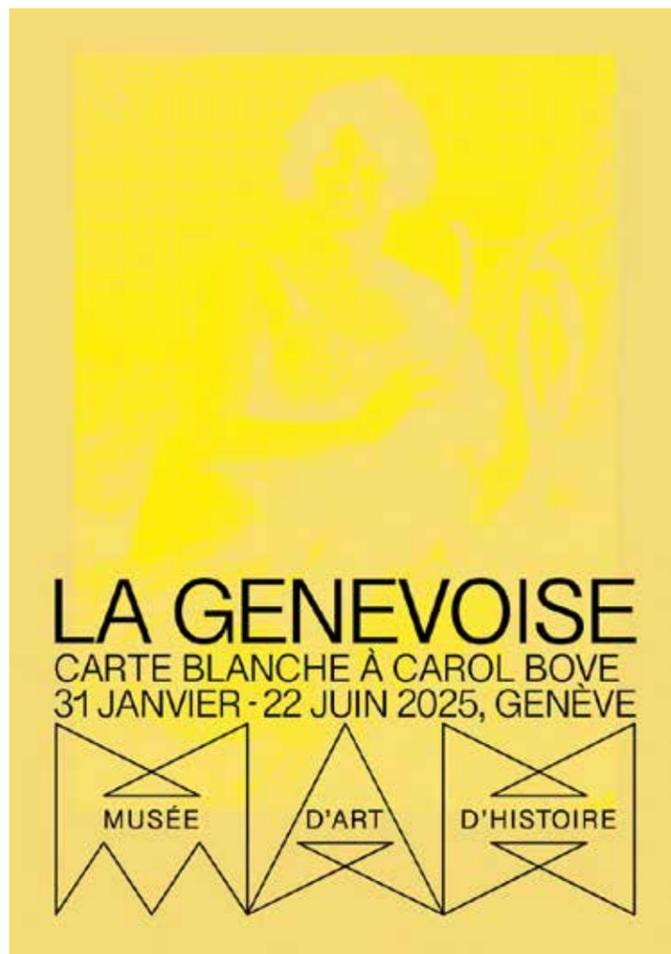
**DU 23 MAI AU 7 SEPTEMBRE 2025
AU MUSÉE RATH,**

Le MAH fête Jean Tinguely à l'occasion de son centenaire. L'artiste a toujours été profondément lié à Genève de par ses nombreux admirateurs et collectionneurs. Dès le milieu des années 1970, il a tissé avec le MAH des liens étroits, illustrés par des expositions et des amitiés dont le souvenir se reflète encore dans la collection du musée. Pour célébrer le centenaire, le MAH a restauré une de ses œuvres emblématiques de 1960 : Si c'est noir, je m'appelle Jean. Le musée a aussi travaillé à retrouver l'esprit de sa dernière exposition au Musée Rath en 1983. Plus d'une trentaine de sculptures mécaniques et une sélection d'œuvres sur papier seront présentées, certaines pour la première fois. Cette exposition donne lieu à une importante donation de dessins de Jean Tinguely par la fondation Niki de Saint Phalle.

Fabienne Lottaz,
Responsable animation



La Genevoise Carte blanche à Carol Bove



Plongez au cœur de 15'000 ans d'histoire genevoise, réinterprétée par l'artiste new-yorkaise Carol Bove, née à Genève en 1971. L'exposition propose un nouveau regard sur la collection du MAH, et invite à parcourir une ligne du temps allant des découvertes archéologiques régionales aux pièces contemporaines les plus récentes. Présentées chronologiquement, les œuvres s'inscrivent dans des approches créatives, anthropologiques, interactives et éducatives. Entre artefacts anciens, chefs-d'œuvre et objets du quotidien, cette nouvelle Carte Blanche revisite l'espace muséal en estompant les frontières entre art et objet du quotidien. Une invitation à toucher, ressentir et observer autrement, libéré des conventions, pour redéfinir notre relation à l'art et au musée.

Du mardi au dimanche de 11h00 à 18h00
Le jeudi de 12h à 21h
du 31 janvier au 22 juin 2025

Musée d'art et d'histoire
Rue Charles-GALLAND 2
1206 Genève

Musique Mécanique



Découvrez le charme des boîtes à musique, ces objets fascinants et multi-formes dont le principe a été inventé à Genève à la fin du XVIIIe siècle. Laissez-vous porter par les mélodies de Verdi, Rossini, Wagner et les airs populaires qui animaient les salons d'autrefois, observez la chorégraphie précise des lames vibrantes, plateaux, cylindres et goupilles. Admirez la subtilité des mécanismes conçus par les horlogers et les mécaniciens d'art, dont les savoir-faire sont inscrits au patrimoine immatériel de l'UNESCO. Une invitation à explorer l'ensemble légué par l'expert genevois J.-A. Horngacher dit Etienne Blyelle (1929-2013), mis en dialogue avec des pièces musicales et sonores de la collection du MAH. Une exposition pour tous, curieux de musique, d'histoire ou d'objets insolites.

Du mardi au dimanche de 11h00 à 18h00
Le jeudi de 12h à 21h
du 15 mars au 17 août 2025

Musée d'art et d'histoire
Rue Charles-GALLAND 2
1206 Genève

Fitness Cérébral

Sudoku

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.

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

Mots mêlés

Après avoir barré tous les mots de la liste, il vous restera à former le mot mystère en lien avec le thème avec les lettres restantes dans la grille.

B	U	E	L	P	I	T	L	U	M	B	C
I	I	L	C	A	G	N	O	T	T	E	P
F	T	A	U	C	E	A	G	G	E	R	A
T	A	M	B	O	U	R	I	N	R	M	P
E	C	E	E	M	M	D	C	I	A	U	R
C	I	N	H	P	U	R	I	V	B	D	I
K	T	I	I	T	R	I	E	H	A	A	K
S	U	C	N	O	G	I	L	V	C	O	A
P	R	O	D	I	G	E	S	E	A	R	G
R	N	F	O	R	F	A	I	T	H	U	A
O	E	N	U	E	S	E	J	O	U	R	S
C	O	F	F	R	E	A	K	O	D	U	J

ARCHIDUC
BERMUDA
BIFTECK
CABARET
CAGNOTTE
CINEMA
COFFRE
COMPTOIR
CORPS

FORFAIT
HELIUM
HINDOU
JUDOKA
LOGICIEL
MEPRIS
MULTIPLE
PAPRIKA

PRODIGE
REGGAE
SEJOUR
SUAVE
TACITURNE
TAMBOURIN
VERMOULU
VINGT

Mots croisés

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
I													
II										■			
III													
IV						■	■						
V								■					
VI					■		■				■	■	■
VII		■						■	■				
VIII			■				■						
IX				■		■				■			
X													■
XI												■	
XII										■			

Horizontalement

- I. Ni d'aujourd'hui, ni d'hier, ni de demain.
- II. Joueriez au plus fin. Répété, ça endort.
- III. Ça coule, ça coule.
- IV. Bonne moitié du genre humain. Action menant possiblement au n°III.
- V. Ramifiera dans la pierre ou dans la pâte. Terre alpine.
- VI. Participe philosophiquement acceptable. Espion ou histrion ?
- VII. Montrera son caractère. Animal plein d'entrain.
- VIII. Lettres de protection. Mode de survie. A résolu des écueils.
- IX. Vieux ressentiment. Mouvement explosif. Pas sortie de l'auberge.
- X. Petit truc sorti d'une grosse machine (3 mots).
- XI. Porteur d'une parole. Elle est « bien née ».
- XII. A peine arrivés, ils sont partis. Grand chef.

Verticalement

1. Sans retour possible.
2. Voie d'eau. Obstacle à l'aération.
3. Il bosse pour les toits. Cité sur l'Alzette.
4. Hamlet s'y posa beaucoup de questions.
5. La comtesse en est folle... Il rape, et parfois dérape.
6. Celui du voisin est toujours plus vert. Copain de Fifi. Impayée.
7. Huile d'outre-Manche. Contrôle, mais sans ordre.
8. Potassé. Sans foi.
9. Caucasiens. Sur la figure ou sur la table ?
10. Livre de chevet de la comtesse. Yankee sur le terrain.
11. Impératrice et reine. Comme barder, mais pas pour un rosbif...
12. Ça imprime. Responsables de coups de pied.
13. Avec ou sans frapper. Conteste. Lettre infinie.

Chiffres et calculs

Le chantier de Notre-Dame de Paris démarre en 1163 et se termine en 1345 (sa date de naissance est donc 1163).

1. Combien de temps ont duré les travaux ?
2. Dans le roman de Victor Hugo, Quasimodo et Esméralda se rencontrent en 1482.
 - Quel est alors l'âge de Notre-Dame de Paris ?
 - Quasimodo a 20 ans. En quelle année est-il né ?
3. Entre 1845 et 1864, l'architecte Viollet-le-Duc restaure la cathédrale.
 - Quel était l'âge de la cathédrale au début de la restauration ?
 - Combien d'années a duré cette restauration ?
4. Pour les 850 ans de la cathédrale, 8 nouvelles cloches sont installées dans la tour nord de la cathédrale. En quelle année était-ce ?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Chiffres et calculs

1) Combien de temps ont duré les travaux ?
 $1345 - 1163 = 182 \text{ ans}$

2) Dans le roman de Victor Hugo, Quasimodo et Esmeralda se rencontrent en 1482. Quel est alors l'âge de Notre-Dame de Paris ?
 $1482 - 1163 = 319 \text{ ans}$

Quasimodo a 20 ans. En quelle année est-il né ?
 $1482 - 20 = 1462$

3) Entre 1845 et 1864, l'architecte Viollet-le-Duc restaure la cathédrale. Quel était l'âge de la cathédrale au début de la restauration ?
 $1845 - 1163 = 682 \text{ ans}$

Combien d'années a duré cette restauration ?
 $1864 - 1845 = 19 \text{ ans}$

4) Pour les 850 ans de la cathédrale, 8 nouvelles cloches sont installées dans la tour nord de la cathédrale. En quelle année était-ce ?
 $1163 + 850 = 2013$

Mots fléchés





NOUVEAU KERMONT
- E M S -

Chemin des Châtaigniers, 24 | 1292 Chambésy

www.kermont.ch



1+
POUR
TOUS
EMPLOYEUR
RESPONSABLE
2025

