www.journaldeprelaz-valency.com

journal

Prélaz Valency

no 7

Décembre 2021

Les dernières nouvelles du quartier de Prélaz-Valency!

Edito

Notre quartier compte de nombreuses cultures différentes qui s'expriment notamment par leur alimentation. C'est la raison pour laquelle nous avons choisi de traiter du thème «alimentation/nourriture» dans le numéro que vous avez sous les yeux.

Les habitudes alimentaires ont, de fait, beaucoup changé ces dernières années en Suisse, grâce à ces apports culturels. Il y a une cinquantaine d'années, ce sont les pizzas que nous avons découvertes avec les spaghettis mangés en tant que plats et non plus en accompagnement; puis la paella, le bacalhau et les différentes cuisines asiatiques, ainsi que les traditions africaines et balkaniques.

Aujourd'hui, compte tenu des enjeux climatiques et environnementaux, la sensibilité se dirige vers des aliments produits en agriculture biologique et/ou de proximité. Le covid a amplifié quelque peu les ventes à la ferme, éléments de cette proximité. Ainsi, dans le quartier, nous avons la chance de bénéficier d'une épicerie vendant des produits fermiers essentiellement vaudois – Terre vaudoise à la route de Genève 100 –, d'un dépôt de paniers de légumes bio chez Easy-Cycle. Le covid a aussi permis le développement de l'entraide, notamment par la distribution d'aliments de première nécessité dans le cadre du centre socioculturel qui poursuit d'ailleurs cette activité, prenant ainsi en compte les difficultés de certains habitants et la solidarité nécessaire pour les accompagner. Cela fait l'objet d'un des articles de ce numéro.

Les questions alimentaires ne datent toutefois pas d'aujourd'hui. Rappelons que les maisons de la Cité Jardin possèdent toutes un petit lopin de terre qui, durant de nombreuses années, ont été des jardins potagers – c'était d'ailleurs un besoin vital pour les familles ouvrières qui les habitaient. Certains y cultivent encore des légumes.

© Elena Rusca

Dans ces pages, vous lirez différents articles autour de ces questions. Dans une interview, le cuisinier du centre de vie enfantine évoque son travail dans un contexte particulier. Vous pourrez également lire un article traitant notamment des plantages, écrit par Elena Rusca qui a rejoint l'équipe de rédaction à la rentrée. Bienvenue! Quatre restaurants proposent une carte très marquée par leur pays de provenance : vous voyagerez par les papilles en découvrant leurs plats nationaux. Du côté de la Fondation Clémence, vous aurez l'occasion de mieux connaître les questions posées par l'alimentation des aînés. Vous découvrirez aussi la Soupe populaire qui, durant une brève période dans notre quartier, a servi une moyenne de 230 repas par soir aux plus démunis, avant de regagner ses locaux à St.-Martin. La Fondation Mère Sofia y possède toujours ses bureaux. Enfin, la partie historique de ce numéro vous permettra de découvrir les abattoirs de Malley.

Le numéro suivant paraîtra aux alentours de Pâques. La «tribune des lecteurs» attend vos propositions d'articles!

Nous profitons de la période pour vous souhaiter de toutes bonnes fêtes de fin d'année.

Gérald Progin

S'adapter, le maître-mot... p. 2
La distribution alimentaire... p. 3
A table avec la nature p. 4
Des restaurants pour voyager p. 6
Le plaisir de manger p. 8
Les talents culinaires du quartier p. 9
Le pain, bien plus qu'un aliment p. 10
Concours du meilleur pâtissier p. 11
La soupe populaire p. 12
Histoire du quartier p. 14
Agenda p. 16

S'adapter, le maître-mot en cuisine !

Aurore Paquier a interviewé Florim Krasniqi, cuisinier au Centre de Vie Enfantine de Valency.

Depuis combien de temps es-tu cuisinier à Valency ?

J'ai commencé en mars 2004. Avant, j'étais aide de cuisine à Montelly pendant 7 ans. J'ai pu avoir mon CFC et ensuite je suis devenu responsable à Valency.

© Aurore Paquier

Qu'est-ce qui te plaît dans ce travail ?

Il y a beaucoup de choses : la variété des plats, les couleurs de la cuisine. Il faut être un artiste pour être un bon cuisinier. Voir, imaginer, j'ai toujours aimé ça et particulièrement faire du pain, la boulangerie. Il y a 30 ans, j'étais pizzaïolo.

Et qu'est-ce qui te plaît spécifiquement à Valency ?

Contrairement à d'autres endroits, la cuisine ici est ouverte. On voit passer les parents, les enfants viennent regarder ce que je fais, me posent des questions. C'est quelque chose que beaucoup de cuisiniers n'aiment pas ; ils préfèrent être en retrait. Moi, cela m'a toujours plu. Je trouve la cuisine bien placée.

Tu collabores avec les équipes éducatives, lors des projets spécifiques, ou selon les demandes des enfants. Quelle marge de manœuvre as-tu ?

En étant bien organisé, en préparant le jour d'avant, ça ne me pose pas de problèmes. Maintenant, nous sommes un peu plus limités dans ce que nous pouvons faire : nous n'avons plus d'apprenti, car j'envisage la retraite dans deux ans. Je suis donc seul et Arlinda, notre aide de cuisine, a beaucoup à faire. Je ne peux pas tout lui demander. Donc par exemple, lorsqu'un enfant souhaite des crêpes, je ne peux pas en faire deux cents pour toute la garderie. Alors j'essaie d'en proposer un jour où il y a moins d'enfants, ou pour un seul secteur. Je trouve dommage de ne pas pouvoir faire plaisir aux enfants.

Pour les fêtes, on a toujours collaboré. On me dit le thème, on me fait des propositions, des idées de menu. J'en propose également. On a souvent pu faire les spécialités imaginées.

Il y a de plus en plus de régimes différents, d'allergies à prendre en compte. A quel point cela complexifie-t-il ton travail ?

C'est assez compliqué : sans gluten, sans lactose, certains fruits, certaines épices, ou crustacés, régimes sans porc ou sans viande.

Ce qui est complexe, ce sont les plats pour les bébés, car ils sont à différents niveaux d'introduction alimentaire, peuvent manger certains légumes et pas d'autres, mixés, lisses, en morceaux, ou en bâtonnets pour une bonne prise en main. La communication avec les éducatrices est donc importante, c'est toute une organisation.

Que prépares-tu « maison » ?

Je fais de temps en temps de la confiture. Les légumes sont commandés bruts et c'est moi qui les coupe. J'achète le poisson frais et je le prépare, en sauce ou en panure maison. Je fais différents pains : tresses, cuchaules, pain tessinois et au lard, les cakes pour les goûters ou les anniversaires, les muffins, tiramisus, crumbles. On essaie au maximum de faire maison et de ne pas acheter de l'industriel, car c'est moins bon pour la santé, il y a des produits chimiques et c'est plus cher.

Tu ajoutes les légumes que l'on te rapporte du jardin potager de Valency ?

Oui, j'essaie de les donner au groupe qui a cueilli les légumes, afin que les enfants qui étaient présents puissent goûter ce qu'ils ont ramassé, car souvent il y en a peu.

Tu proposes également aux équipes que les enfants puissent couper les légumes du jour.

Oui. Cela fait un moment qu'on ne l'a pas fait, mais j'y pense. Un jour, on va reprendre. Même si les morceaux sont irréguliers, ça fait plaisir aux enfants de manger ce qu'ils ont pelé et coupé.

Merci Florim pour tes réponses !

La distribution alimentaire s'auto-organise

Depuis quelques mois, la «distribution alimentaire» qui se tient une fois par semaine dans les locaux du Centre socioculturel est effectuée par un groupe de bénéficiaires habitant le quartier qui a désormais pris le relai de l'équipe d'animation et assure l'aide de manière autonome.

L'équipe d'animation a démarré cette action en juin 2020. La période était difficile du point de vue matériel et en termes de liens sociaux. Avec le retour à une certaine normalité, l'aspect «médiateur» de la distribution alimentaire s'est affaibli. Toutefois, le besoin d'un soutien concret en faveur des familles du quartier restait intact. La présence professionnelle des animatrices et des animateurs dans cette activité était-elle nécessaire? Une réunion s'est tenue en septembre avec toutes et tous les bénéficiaires de l'initiative et une solution a été trouvée. Témoignages.

Ce lundi matin de novembre, Amel, Maria Luz, José et Fazeera préparent les colis alimentaires qui seront distribués dans l'après-midi au Centre.

La camionnette de Table Suisse avec ses invendus frais n'est pas encore arrivée, mais les 31 caisses sont déjà pleines de lessive, lait, boissons achetés grâce au soutien financier extraordinaire de la Ville de Lausanne.

Amel est bombardée d'appels téléphoniques de personnes qui entendent passer, entre 13h et 16h30, pour obtenir un panier. Toutefois, elle trouve le temps de quelques considérations importantes: *«Après la discussion avec l'équipe, on a créé un groupe et on a décidé de continuer. Pour les familles qui profitaient de cette offre, c'était dommage d'arrêter. La fin du mois est dure pour tous. Si on nous fournit des légumes, du lait, pourquoi ne pas poursuivre? Je me suis engagée pour la distribution avec l'esprit d'un partage égal pour tous, même du peu».*

Pour l'organisation, un groupe WhatsApp s'est formé et ainsi les tâches du lundi s'attribuent. Le matin, une personne répond au téléphone et fait la liste des bénéficiaires du jour. Trois autres préparent les caisses; l'après-midi, deux personnes accueillent les inscrits et font les nettoyages des locaux à la fin.

En rédigeant la liste de ceux qui ont réservé leurs paniers, Amel constate que les familles nombreuses (6 membres et plus) sont en augmentation. Ces familles obtiennent deux caisses, mais il faudra réfléchir à augmenter le nombre de paniers pour ne pas avoir à refuser trop de monde.

© Centre socioculturel de Prélaz

Fazeera souligne que: *«c'est devenu une simple distribution alimentaire. Plus la possibilité de s'arrêter, de boire un café ou discuter! Les gens prennent leurs caisses et partent. C'est bien comme ça.»*

Maria Luz, 73 ans, nous dit: *«Je viens surtout le matin pour faire les paniers et j'y viendrai tant que j'en aurai les forces»*. Elle évoque le sens d'équité avec lequel ses collègues bénévoles et elle-même confectionnent les caisses d'aliments amenés par Table Suisse. Maria Luz exprime son plaisir à contribuer à l'activité, mais regrette l'absence de l'équipe de l'animation: *«leur présence est précieuse, car elle donne de la force et ce sont eux qui nous ont formés à cet engagement». «Maintenant, c'est différent, mais ça va..., il y a un réel besoin...».*

José parle de ses motivations: *«Moi, je suis là pour aider, surtout le matin, et montrer qu'on peut bien vivre ensemble».* Pour lui s'engager pour ce projet à Prélaz, c'est une suite logique de l'action de bénévole qu'il effectue aussi dans d'autres lieux lausannois.

Amel, José, Maria Luz, Fazeera, mais aussi Lena, Aïsha, Samira, Esther et une deuxième Amel ont donné vie à une histoire de participation active à la vie sociale. Leur expérience mérite d'être connue, reconnue et valorisée. Elle peut devenir un levier pour d'autres projets d'auto-organisation des habitant.e.s de Prélaz-Valency.

Camille, Gaëtan, Franco

A table avec la nature!

En généralisant, on peut dire qu'une alimentation saine est celle qui fournit les nutriments dont le corps a besoin pour maintenir le bon fonctionnement de l'organisme, minimiser les risques de maladies, préserver notre santé et également celle de notre environnement. Aujourd'hui, l'agriculture biologique de proximité nous permet une alimentation saine aussi dans notre quartier, à Prélaz-Valency.

Manger : ingérer un aliment, le mâcher, le déglutir, le digérer…Mais… que mangeons nous ?

Comme le dit l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) : *« une alimentation saine aide à nous protéger de la malnutrition, des maladies non transmissibles telles que le diabète, les maladies cardiaques, le cancer ou les accidents vasculaires cérébraux »*.

© Elena Rusca

L'agriculture biologique minimise l'impact sur l'environnement et permet la préservation des ressources naturelles, en protégeant ainsi les sols, l'eau et la biodiversité. En conséquence, se nourrir sainement nous permet de nous protéger contre les dangers des pesticides dont les résidus se retrouvent dans nos aliments. De plus, le goût d'un légume bio n'a rien à voir avec son correspondant industriel !

Des plantages, des jardins privés extraordinaires, des paniers-bio, ce sont quelques opportunités dont bénéficie notre quartier pour nous nourrir sainement.

Un coin de verdure en pleine ville : les plantages.

Plantage : Un mot d'origine paysanne pour décrire nos jardins potagers urbains qui participent à donner davantage d'espace de nature au sein de la ville, de rapprocher les habitants et de ne pas perdre le lien à la terre.

Le quartier de Prélaz-Valency dispose de parcelles vouées aux plantages depuis 2014.

A l'origine du projet, il y a les réflexions menées lors de l'élaboration du plan directeur communal de 1995. Cette étude a mis en évidence l'érosion et l'appauvrissement des espaces jardinés situés sur le domaine privé: le jardin était en train de disparaître au profit des voitures et des constructions.

Le premier plantage de la ville de Lausanne a été créé au chemin de Boissonnet, en 1996. Depuis, ces lieux de verdure en plein milieu de la ville n'ont cessé de prospérer : les plantages occupent à Lausanne une surface d'environ 19'000 m^2 et permettent à plus de 600 familles de disposer d'un petit morceau de terre pas loin de leur appartement urbain.

C'est en 2014 que les plantages de Valency ont vu le jour. 37 jardiniers amateurs s'occupent de ces parcelles, à l'avenue de la Confrérie, au milieu des immeubles.

Valency a été le premier plantage participatif de Lausanne. La population a été associée à toutes les étapes de sa création : les premières discussions, le choix du nom, jusqu'à l'aménagement des chemins.

Les plantages contribuent largement à favoriser la biodiversité de notre quartier : il est bien connu que la pratique intensive du jardinage induit souvent l'usage de produits de synthèse portant des atteintes peu souhaitables à l'environnement. La terre mise à disposition des planteurs est un bien précieux qu'il est impératif de préserver. Soucieux de sensibiliser les usagers des plantages à cette problématique, le Service des Parcs et Domaines (SPADOM) a élaboré en 2012 une *« charte des plantages »* résumant les principes de base de la culture biologique. Chaque usager est tenu de s'engager à la respecter contractuellement.

Une particularité : le plantage de Valency propose des plates-bandes surélevées offrant la possibilité aux personnes à mobilité réduite et aux personnes âgées de s'adonner au jardinage. Cette initiative s'inscrit dans le programme lausannois Nature pour tous, projet favorisant la découverte des espaces verts par des personnes handicapées. Le SPADOM entend poursuivre cette pratique dans l'aménagement de ses futurs plantages.

© Elena Rusca

Une autre manière de consommer: le panier bio à deux-roues (P2R)

Manger des produits locaux et de saison est une aide considérable à notre santé et celle de notre environnement. Néanmoins, cela n'est pas toujours facile de se déplacer dans nos campagnes pour acheter des produits locaux. Grâce au *« Panier Bio à 2 roues »* ce sont ces produits qui viennent jusqu'à nous, dans notre quartier.

Les paniers, confectionnés à la Ferme de Cery, à Prilly, sont composés essentiellement de légumes provenant de la Ferme de la Combe à Étagnières, puis amenés en vélo électrique jusqu'au magasin Easycycle Lausanne, à l'avenue de Morges 58.

« Notre coopérative fonctionne selon les principes de l'Agriculture Contractuelle de Proximité (ACP) qui permet de mettre en lien directement des producteurs et des consommateurs en minimisant le nombre d'intermédiaires et la distance géographique entre les deux parties », expliquent les gérants du P2R. *« Ce système permet aux agriculteurs de s'affranchir de la dépendance envers les grands distributeurs ainsi que de la pression qu'exercent ces derniers sur les prix, et en même temps, d'écouler plus facilement leurs produits en étant moins dépendants des fluctuations du marché »*.

Les membres du P2R sont invités à collaborer avec les gérants pour la mise en panier et le travail au champ. Cela permet de renouer un contact avec les producteurs et les consommateurs, de créer un lien avec la terre et prendre conscience de l'effort nécessaire dans un tel travail.

Plantages en terre…mais sur le toit!

D'autres habitants de notre quartier ont décidé de créer des jardins potagers directement chez eux… Ces jardins ne ressemblent pas toujours aux jardins potagers conventionnels. C'est le cas du jardin d'Isabel… installé sur son garage.

© Gérald Progin

« Au début nous voulions créer un jardin conventionnel, à même la terre, mais le sequoia japonais des voisins a installé ses racines jusque chez nous, Donc, il n'y avait pas vraiment un bon rendement sur notre terrain. De plus, le sequoia nous protège du soleil qui n'arrive pas à éclairer nos plantes », nous raconte Isabel.

« En voyant ces jardins urbains qui n'arrêtent pas de pousser dans la ville, nous avons eu cette idée. Sur le toit du garage, nous aurons du soleil. Cela date d'il y a 6 ans ».

Aujourd'hui, Isabel a deux arbres fruitiers en pot, un pommier et un cerisier, qui accompagnent les tomates, les salades, les pommes de terre, les fraises des bois et même une courge, sur le toit du garage.

« Le rendement dépend beaucoup des années et de la météo. Cette année par exemple nous avons eu beaucoup de pommes mais pas beaucoup de tomates », nous explique Isabel.

Pour prendre soin de son jardin, Isabel s'inspire de son expérience de jardinage avec sa mère, laquelle l'aide en lui partageant beaucoup d'astuces. Ses plantons viennent des graines de leur propre jardin. *« C'est mon mari qui s'occupe de faire pousser les graines, puis moi je plante les plantons et mon fils ainé se charge d'arroser. C'est un travail qui fait participer toute la famille. Un jardin demande pas mal de temps, mais grâce à la collaboration de toute la famille, cela est possible »*.

Elena Rusca

Dans le quartier, des restaurants pour voyager!

Sur le thème nourriture, il était évidemment indispensable d'évoquer les restaurants du quartier qui proposent des plats de divers pays. Nous avons dû faire des choix dans ces évocations et avons volontairement laissé de côté ceux qui offrent une cuisine plus universelle. Nous avons donc renoncé à parler de pizzas, de kebab ou de fondue! Petit panorama.

Cuisine tibétaine

Une nouvelle enseigne à l'angle de la route de Genève et de l'avenue Recordon: Momo House. Nous y avons

© Gérald Progin

rencontré Sonam et Lhamo Tenzin qui tiennent le seul restaurant tibétain à Lausanne.

La base de la nourriture tibétaine est faite de viande de yack et de légumes. Ces ingrédients sont cuits ensemble longuement et ensuite enrobés d'une pâte et fermés sous forme de petites bourses de différentes apparences. Les tibétains mangent aussi beaucoup de riz sauté, de nouilles, notamment dans les potages. Et, bien sûr, comme «boisson», on peut boire le bien connu thé salé au beurre de yack!

Au Tibet, les légumes, la viande et le riz sont, la plupart du temps, mangés ensemble. Comme il est plus rare de tout mélanger ici, les cuisiniers séparent, dans leurs momos – c'est le nom de ces petits chaussons de pâte – la viande ou les légumes. Ainsi, ils proposent des momos de viande – ici du bœuf plutôt que du yack – et des momos de légumes. La carte comporte notamment des nouilles et du riz sauté.

A boire, les tenanciers servent de la bière fabriquée et importée du Tibet. Chez eux, cette bière est produite dans les familles avec de l'orge qu'ils font fermenter. Elle est nettement moins gazeuse puisque le gaz qui la compose est produit naturellement par la fermentation.

La décoration du restaurant et le petit coin «thé» permettent au client de se sentir au Tibet, le froid de l'hiver en moins!

Cuisine chinoise

Le Papillon est un restaurant de cuisine chinoise préparant des plats à l'emporter. Bin Chen, le patron et Xiaohong l'une des employées ont volontiers accepté de répondre à nos questions.

Le Papillon produit une cuisine qui a son origine dans le Sud de la Chine, région où l'on mange du canard laqué, du poulet aigre-doux, du bœuf croustillant, des rouleaux de printemps ou des raviolis et évidemment du riz ou des nouilles ainsi que divers potages.

En Chine, on déguste, en même temps, plusieurs de ces mets qui sont présentés au centre d'une table ronde. Ils sont, la plupart du temps, plus épicés que ceux qui nous sont servis en Suisse. Ils sont accompagnés, d'eau, de coca – eh oui! – de bière ou d'alcool de riz, notamment durant les repas de fête.

Ici, tous ces plats sont produits et servis au Papillon ou livrés – le Papillon est essentiellement un Take Away. Une bonne partie de la clientèle habite le quartier ou dans les quartiers environnants. Les étudiants de l'ETML y viennent nombreux. Ils bénéficient d'ailleurs de prix tout à fait raisonnables puisqu'un menu leur est proposé pour Fr. 10.- avec une boisson.

La plupart des ingrédients utilisés par le cuisinier du

© Gérald Progin

Papillon se trouvent à Aligro et, étonnamment, seuls 10% des achats se font auprès de grossistes chinois.

Voilà près de 10 ans que le Papillon fait partie des acteurs de notre quartier et semble s'y être bien intégré !

Cuisine péruvienne

El Batan – c'est le nom d'un gros mortier permettant d'écraser les piments – propose une cuisine typiquement péruvienne. Elyn Chav, l'une des 3 associé.e.s qui ont ouvert ce restaurant à l'avenue de Morges, nous a reçu pour nous présenter sa cuisine.

Le Pérou, grand pays de 32 millions d'habitants et dont une ville, Cuzco, culmine à 3399m est formé de différentes régions allant du bord de mer aux Andes.

© El Batan

C'est dire que la nourriture est différente d'une région à une autre !

Du côté Nord, on mange facilement le ceviche qui est un plat de poisson cru mariné. Dans les Andes, un des plats particulier est le cochon d'Inde. Ailleurs, on trouve le lomo saltado, un émincé de bœuf. Les piments, de diverses sortes et plus ou moins forts, font aussi partie de la cuisine typique péruvienne. Souvent les plats sont accompagnés de quinoa qui est cultivé dans les Andes. La grand-mère d'Elyn disait d'ailleurs que de manger du quinoa le matin donnait de l'énergie pour toute la journée. Il sert aussi d'ingrédient principal dans une boisson, bue aussi le matin, composée de quinoa, de pomme, de cannelle, de clou de girofle et d'ananas.

A El Batan, les 2 plats incontournables sont le ceviche et le lomo saltado. Mais, au menu, on peut aussi régulièrement trouver du quinoa, par exemple en salade avec du fromage péruvien, des olives et du citron vert, qui apparaît d'ailleurs régulièrement dans la cuisine péruvienne. L'adaptation essentielle qui est consentie par le cuisinier d'El Batan sur les recettes de base est la présentation des plats qui s'est européanisée. Evidemment, les temps de cuisson pour la confection des différentes sauces à base de piments ont été quelque peu réduits, ce qui n'altère en rien les goûts de base selon Elyn.

Cuisine portugaise

Le restaurant Porto Novo, situé route de Genève 98, vous propose des plats provenant essentiellement du Nord du Portugal, de la région du Minho. Madame Inès da Silva nous a reçus pour nous parler des plats concoctés par le restaurant.

La morue fait évidemment partie des spécialités portugaises. Au Porto Novo, elle se décline, à la carte, de sept façons différentes parmi les centaines cuisinées dans le pays. La morue utilisée pour ces plats est dessalée par la cuisinière qui n'est autre que la mère d'Inès. Le restaurant a en effet été créé par ses parents et il est toujours géré par la famille. C'est donc une cuisine familiale qui est produite, tout comme l'ambiance, mettant ainsi à leur aise les clients portugais notamment, mais aussi du quartier. Outre la morue, on peut aussi manger la feijoada qui, selon le site «Marmiton», est intitulé cassoulet portugais. A la route de Genève, on peut en manger de 2 sortes : la blanche, à base de haricots blancs, originaire de Porto et la transmontana à base de haricots rouges. Le porc fait bien entendu partie de ce plat typique. Le poulpe, les brochettes sont aussi à la carte ainsi que la Francesinha, croque-monsieur portugais qui est, entre autres, composé de chorizo, de fromage et d'un œuf. La sauce qui le garnit, comme toutes celles qui sont servies, sont longuement mitonnées en cuisine. A certaines périodes de l'année, on peut aussi manger du cochon de lait ou du cabri.

En ce qui concerne les boissons, ce sont évidemment des vins portugais qui sont servis mais aussi, pour les nostalgiques, une eau minérale portugaise importée, même si selon Mme da Silva, ce n'est pas très écologique !

Pour terminer, le Porto Novo propose aussi un plat du jour tous les midis qui, s'il fait partie d'une cuisine plus universelle, bénéficie d'une touche portugaise dans sa conception.

Gérald Progin

© Portonovo

Le plaisir de manger

Rencontre avec Fawzi Nsir, cuisinier à la Fondation Clémence depuis 2006. Une spécialisation en cuisine diététique, un parcours professionnel très diversifié et une longue expérience auprès des personnes âgées, lui permettent de préparer au quotidien des plats adaptés et spécialisés pour chaque résident.

© Odile Mottaz

À l'occasion de ce numéro sur l'alimentation, Fawzi partage un peu de son quotidien. En tant que cuisinier en diététique, il doit concevoir les recettes en fonction des pathologies étudiées et mesurer chaque apport nutritionnel.

Ici en EMS, la préoccupation principale de la cuisine est la dénutrition : celle-ci est souvent présente à l'entrée en institution. Les causes d'une alimentation insuffisante sont multiples : pathologie, anxiété, douleur, médicaments, perte des repères... Le statut nutritionnel se détériore alors. Les personnes âgées représentent aussi une population à risque quant aux carences en micronutriments.

Fawzi rencontre régulièrement les professionnels de la santé pour trouver des solutions à la dénutrition. Concrètement, avec l'équipe de cuisine, il met en place différents aliments hyper-protéinés tel que des frappés fait maison, avec du lait, du sucre pour l'apport en calories et du serré pour les protéines. D'autres aliments, tels que les flans sont enrichis aux œufs, à la crème ou encore aux huiles végétales. Fawzi explique que ces huiles sont très souvent utilisées, car elles sont particulièrement recommandées pour le système neuronal. En effet, les Oméga 3 et les Oméga 6 qui y sont présents sont très bénéfiques pour le cerveau. Une fois encore, l'équilibre des quantités est très important raconte Fawzi, car en surdose, ces huiles pourraient produire du cholestérol.

À l'inverse, la prise de poids est également une thématique qu'il traite souvent. Une fois de plus, c'est le confort qui prime ! L'objectif est simplement que les résidents puissent être à l'aise dans leur corps.

En plus des besoins spécifiques de chaque résident, l'équipe de cuisine de la Fondation Clémence suit les principes de la Fourchette Verte senior : *« C'est un label qui a des exigences en matière de consommation. Il en existe plusieurs : pour les seniors, les enfants, les adultes… Nous sommes contrôlés chaque année. Les menus de 5 semaines sont envoyés au comité et sont ensuite évalués »*. La fourchette verte senior a permis de faire évoluer positivement la nourriture servie en EMS, par exemple avec l'apparition d'alternatives végétariennes. Bien qu'en adéquation avec les préoccupations écologiques actuelles, ces menus ont encore de la peine à trouver des adeptes : *« Lorsque les résidents voient la dénomination « végétarienne », ça bloque ; pourtant, une fois cette barrière dépassée, la plupart des résidents viennent nous faire part de leur satisfaction »*.

Pour Fawzi, après 15 ans à la Fondation Clémence, tous les jours sont différents. Malgré certains gestes qui se répètent, le travail est très varié.

Parti pour les 15 prochaines années, Fawzi continuera de préparer méticuleusement les régimes des résidents, tout en continuant de se rendre dans les étages pour discuter directement avec eux, afin de les conseiller et de les accompagner. Ainsi, ils trouveront des solutions pour retrouver ou relancer leur envie de manger.

Odile Mottaz

Source

Raynaud-Simon A. (2009) Dénutrition de la personne âgée : épidémiologie et conséquences. In: Traité de nutrition de la personne âgée. Springer, Paris, https://doi.org/10.1007/978-2-287-98117-3_19

Les talents culinaires du quartier

Lors de la fête de quartier de Prélaz-Valency, organisée par des habitant.e.s, le Centre socioculturel ainsi que l'Association de quartier, huit personnes ont partagé leurs spécialités culinaires.

« À leur façon ! », Zarook, Ifrah, Nahida, Hozan, Hamida, Ajten, Maria Luz et Newel ont préparé, le 25 septembre 2021, des spécialités sri-lankaise, somalienne, yéménite, kurde d'Irak, syrienne, macédonienne, chilienne et algérienne. Ces recettes, apprises soit au travers d'un parent ou par youtube, sont des spécialités de leurs régions d'origine.

Chacun·e a pu raconter son vécu autour de sa recette et grâce à des photos, faites par Christian Mühlheim, les passant.e.s pouvaient apprécier la singularité et particularité des bons plats.

« Cette année c'était magnifique, car chaque personne a présenté la nourriture qu'il aimait » dit Ifrah. Zarook a remarqué qu'il y avait beaucoup de personnes qu'il ne connaissait pas et Ajten ajoute qu'elle a proposé à ses connaissances de venir ! Pour Maria Luz, qui participe pour la première fois à la fête de quartier, le but *« était de partager avec les gens du quartier et cela faisait plaisir de goûter à différentes recettes ! »* Nahida et la famille Taher ont beaucoup apprécié cette journée de partage de leur culture culinaire et sont prêts à le refaire avec grand plaisir.

© Chrisitan Mühlheim

Parmi les talentueuses cuisinières et cuisiniers, une bonne ambiance ressortait. Les un.e.s proposaient de goûter leurs spécialités, par exemple le houmous, avec les plats du stand voisin, les samossas. Entre eux aussi des assiettes de dégustation ont été partagées !

Hozan ajoute que chacun·e a pu bien vendre, ce qui fait aussi plaisir ! Tout le monde a été content. Newel a été heureuse de participer *« Ça m'a donné l'occasion de faire découvrir la cuisine traditionnelle algérienne »*. Elle remercie l'équipe des efforts fournis pour préparer la fête.

Les photos des plats et explications peuvent être vues encore sur les murs du Centre socioculturel jusqu'à début mars 2022.

Encore un grand merci à Christian Mühlheim, Sabine Dröse-Rensch et Robert Rensch pour leur précieuse aide.

Camille, Gaëtan, Franco

© Christian Mühlheim

Pour continuer l'expérience à la maison, voici une des recettes de plat cuisiné lors de la fête.
Ajten vous propose sa recette de poivrons farcis à la viande, recette typique de Macédoine, à sa façon!
Préparation et ingrédients :
- Prendre trois poivrons. Avec un couteau leur couper la tête et nettoyer l'intérieur.
- Préchauffer le four à 180° et y mettre les poivrons durant 20 minutes.

Préparation de la farce avec 500g de viande hachée :
Ajouter une cuillère à soupe d'huile d'olive et des épices (sel, poivre, cumin, ail en poudre, paprika et persil). Bien mélanger le tout. Prendre deux carottes, un gros oignon et couper en petits dés. Faire revenir dans une poêle et ajouter la viande hachée.
Faire revenir le tout pendant 10 minutes. Rajouter 200g de sauce tomate en brique et laisser mijoter durant 10 minutes.
- Prendre les poivrons et les farcir avec la préparation de viande hachée. Ajouter de la mozzarella par-dessus.
- Mettre le tout au four à 180° durant 20 minutes.

Bon appétit !

Le pain, bien plus qu'un simple aliment

Rares sont les aliments dont l'histoire remonte aussi loin que celle du pain. C'est pourquoi le pain est tenu en haute estime et joue un rôle important dans la culture, la religion et les coutumes de toutes les civilisations.

Le pain rassemble les quatre éléments. La terre (farine et four), l'eau, l'air (levure) et le feu (cuisson). Il apparaît avec la sédentarisation il y a 20 à 50'000 ans, quand les chasseurs-cueilleurs commencent à se sédentariser. Le pain est la nourriture essentielle de l'homme, qui lui donne l'énergie physique dont il a besoin. C'est la raison pour laquelle, sous une forme ou sous une autre, toutes les civilisations l'ont élevé à la hauteur d'un symbole de vie, de nourriture par excellence, du bonheur divin, du bien-être social et individuel de la naissance à la mort, (mort souvent représentée par une faucheuse de blé).

Le pain non levé, la matsa, est «le pain de la hâte», celui que les Hébreux ont emporté en fuyant leur condition d'esclaves en Égypte. Les nomades consomment le pain sans levain pour sa rapidité de préparation. À l'inverse, le pain levé, le hamets, est celui des sédentaires. Il représente la continuité et la patience. Le pain est aussi un don de Dieu, lorsque Moïse nourrit son peuple dans le désert avec la nourriture tombée du ciel.

Au Moyen-Âge, on prêtait serment par et sur le pain, pratique parajudiciaire pour sceller des actes notariés, des emprunts. Plus tard, en Europe, on a eu longtemps coutume d'offrir du pain aux pèlerins, car on ne pouvait jamais savoir si ce dernier était envoyé par Dieu ou était peut-être Dieu lui-même. Le pain et le sel sont aujourd'hui encore le symbole de l'hospitalité.

Chez les Chrétiens, la signification profonde du pain apparaît dans les textes de l'Ancien Testament, dans la multiplication des pains par Jésus et dans l'Eucharistie (Communion, Sainte-Cène). Le pain est don divin, générosité, partage. On le retrouve dans la prière du Notre Père: «Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour». Cette prière est une demande de nourriture à la fois concrète et spirituelle. Le pain devient le don ultime lors du dernier repas, lorsqu'il devient corps du Christ qui purifie de ses péchés tout croyant et l'intègre davantage à l'Église. Quand Jésus multiplie les pains pour nourrir la foule, le pain devient signe de partage. Il symbolise aussi la parole de Dieu qui nourrit les foules. Les Écritures Saintes recèlent environ 400 références au pain.

Le caractère sacré du pain s'est traduit par des gestes révélateurs. Il n'y a pas si longtemps encore, les chrétiens traçaient une croix sur le pain avant de l'entamer. Dans toutes les religions, on rend grâce à Dieu avant de manger, on ne jette pas le pain.

Le Musulman considère tout aliment comme un don gracieux de Dieu et ce serait un vrai sacrilège que de ne pas honorer ce bien en le gaspillant, en le méprisant ou en le jetant par terre. Le Prophète a dit: «Prenez soin du pain». Le pain est qualifié de «maître de la nourriture des gens, de la vie présente et celle de l'au-delà» «Il est conseillé de le consommer avec un aliment, si on en a la possibilité, comme la viande, la pastèque ou avec un condiment comme le vinaigre ou l'huile d'olive».

Le pain est véritablement constitutif de notre identité culturelle et cultuelle.

Françoise Duvoisin

Source:
alimentarium.org/painsuisse.ch/
hadithdujour.com/lamaisonislamo-chretienne.com

Concours du meilleur pâtissier

En dehors de l'alimentation du quotidien, divers événements sont organisés à la Fondation Clémence, tout au long de l'année, pour valoriser les plaisirs culinaires et gastronomiques.

C'est dans cette philosophie que Murielle Zbinden, responsable du bénévolat et des activités transversales, a mis sur pied le printemps dernier un grand concours du « meilleur pâtissier ». Le jury de ce concours de pâtisserie, ouvert à tous, était constitué par les résidents de la Fondation Clémence. Divisé en 6 thèmes différents : chocolat, fruit, recette suisse, enfant, cupcake, surprise, il s'est déroulé sur 6 dates différentes (1 thème par jour). Après chaque dégustation d'un même thème, les résidents ont élu le meilleur pâtissier qui a reçu un lot intermédiaire. À la fin des 6 journées, la personne dont la pâtisserie a eu le meilleur score, tous thèmes confondus, a été élue «Meilleur pâtissier de Clémence». Cette année, c'est la sœur d'une des bénévoles active à la Fondation qui a remporté ce prix.

Bravo à Mme Mischler !

Odile Mottaz

Source:

Rouge S.(2020)TrèfleA4, juillet 2021, Ed.spéciale n°110, Concours 2021 Le meilleur pâtissier de Clémence, Lausanne.

© Odile Mottaz

© Odile Mottaz

© Odile Mottaz

© Odile Mottaz

La Soupe populaire

«Venir en aide aux plus démuni·e·s, sans discrimination et dans le respect de la dignité humaine».

Le 1er juillet 2021, après avoir été contrainte de déménager à plusieurs reprises en raison de la pandémie, du ch. des Avelines à la Riponne, de la Promenade de la Solitude à Beaulieu, la Soupe populaire a enfin intégré ses locaux flambant neufs situés à la rue Saint-Martin 12, à l'emplacement exact de l'immeuble dans lequel elle a vu le jour en 1992.

© Françoise Duvoisin

A qui s'adresse la Soupe populaire ?

Tout le monde y est le bienvenu, accueilli sans contrôle, inconditionnellement, de manière anonyme, sans inscription et gratuitement. Un repas chaud, complet : soupe, sandwichs, salade, plat chaud végétarien ou non, dessert est servi à toute personne seule, aux familles, aux personnes en situation de précarité financière ou sociale, aux plus démunis, migrants, sans logis, toxicodépendants ou autres. Tu peux venir en costard-cravate, avec ton attaché-case-ordinateur sous le bras, on ne te posera pas de question. Tu peux manger sur place ou à l'emporter.

A ce que l'on remarque, c'est un monde majoritairement masculin.

Oui, la structure vise pourtant une véritable parité, mais c'est ainsi. Les femmes représentent seulement les 10 à 15% de la fréquentation des structures d'accueil. Pourtant, elles sont tout autant touchées par la précarité. Par contre, leur sentiment de honte et de vulnérabilité est très fort ; elles se sentent souvent coupables de se retrouver dans cette situation. Elles craignent le jugement de la société et choisissent de rester invisibles. Pour qu'elles puissent s'approprier les lieux, s'y sentir à l'aise, en sécurité, sans être importunée, on a réservé une table exclusive pour les femmes.

Quand les repas sont-ils servis ?

Tous les soirs de la semaine de 19h30 à 21h30, 365 jours par an, ainsi que les mercredis, vendredis et dimanches midi de 12h à 13h30. 230 repas sont servis en moyenne par soir, avec des pics parfois de 300 à 350 personnes.

Qui finance toute cette opération ?

A 75%, c'est la Ville de Lausanne. Pour le reste, ce sont de généreux donateurs (fondations, entreprises et particuliers), la « Soupe au chapeau » où une bonne trentaine de restaurants reversent tout ou partie de leur recette du jour et de l'autofinancement, notamment lors de la course aux sponsors « courir pour aider ». Certains commerces, boulangeries, grandes surfaces, nous offrent leurs invendus, les produits qui ont atteint la limite de péremption, produits que nous allons collecter à la fermeture des magasins. Ils sont aussitôt utilisés pour le repas, pour enrichir le buffet de dessert ou pour distribution.

Qui est en cuisine ?

L'équipe cuisine se compose d'un ou d'une chef.fe de cuisine, de civilistes et de bénévoles, ce qui représente entre 3 à 6 personnes maximum. Les menus sont élaborés

© Françoise Duvoisin

© Françoise Duvoisin

et préparés sur place ; ils peuvent être réadaptés rapidement en fonction des arrivages. C'est une cuisine qui tient au ventre, mais créative et anti-gaspi pour que les assiettes aient du goût, soient équilibrées et réconfortantes. Chacun peut ensuite rajouter qui plus de sel ou plus ou moins de piment.

Y a-t-il des règles à respecter à la Soupe ?

Les règles sont peu nombreuses mais incontournables. Pas de consommation de stupéfiant ou d'alcool à l'intérieur comme à l'extérieur des locaux, pas de violence physique ou verbale tant entre bénéficiaires qu'envers les bénévoles ou collaborateurs. On ne transige pas avec la notion de tolérance. Racisme, sexisme, homophobie ou autres discriminations ne sont pas tolérés. Les boissons ne sont pas distribuées dans leur emballage d'origine, pas de bouteilles. On évite les déchets. Chacun débarrasse sa table, sa place.

Vous comptez beaucoup sur les bénévoles.

Oui, nous ne sommes que 3 à 4 collaborateurs à chaque repas, pour l'accueil, l'encadrement, la supervision, l'orientation des personnes vers les divers services et réseaux d'aide (espaces d'accueil de nuit, associations de soutien aux migrant.e.s, structures d'aide aux personnes en phase active de consommation ou services sociaux). Les bénévoles ont donc un rôle essentiel. Ils sont environ 300 par année à se relayer. Il faut veiller à renouveler ces équipes pour éviter qu'elles ne se lassent et ne s'épuisent. Certains bénéficiaires s'inscrivent parfois comme bénévoles. Ils se sentent ainsi moins redevables à la Fondation, rendent un peu de ce qu'ils reçoivent, se sentent utiles, occupés et en lien avec d'autres dans la solidarité et le partage.

Quelles sont les qualités essentielles des bénévoles ?

La bienveillance, la patience et le non-jugement. On compte sur leur sourire, leur chaleur humaine, leur respect, leurs qualités d'accueil sans prosélytisme et politiquement neutre. Ils sont comme tous les collaborateurs soumis au devoir de discrétion, au secret de fonction. Pendant leur pause-repas, ils ont l'occasion de parler, d'échanger avec les bénéficiaires, de rendre ce lieu agréable, ouvert et joyeux malgré tout.

Maintenant que vous avez déménagé, que reste-t-il au ch. des Avelines ?

Nous y avons encore des bureaux et préparons les 250 colis alimentaires qui seront distribués chaque semaine, principalement aux familles précarisées par la crise sanitaire. La demande continue hélas d'enfler.

Françoise Duvoisin

© Françoise Duvoisin

Si vous souhaitez soutenir votre journal, vous pouvez devenir membre de l'Association «Journal de Prélaz-Valency».

Il vous suffit de verser la cotisation annuelle de Fr. 10.- sur le compte de l'Association IBAN CH38 0839 0036 4058 1000 2.

Les statuts se trouvent sur le site internet www.journaldeprelaz-valency.com ou sur demande.

Les abattoirs de Malley, une «usine à viande»?

Les abattoirs de Malley sont une part importante de l'histoire industrielle de Lausanne. L'établissement était l'un des plus grands et des plus modernes de Suisse.

Les bâtiments où ils étaient situés, au sud de l'actuelle halte de Prilly-Malley, et le travail que l'on y pratiquait, ont fait l'objet d'une étude menée par un anthropologue et une historienne de l'art. Actuellement, seuls restent le bâtiment administratif, le portail d'entrée, un haut-relief représentant un homme et un taureau, ainsi que le mur d'enceinte longeant l'avenue du Chablais. Ces prochaines années, tout le secteur fera l'objet d'un réaménagement en profondeur avec des tours, des immeubles de logement et d'activités commerciales, ainsi que plusieurs places et parcs.

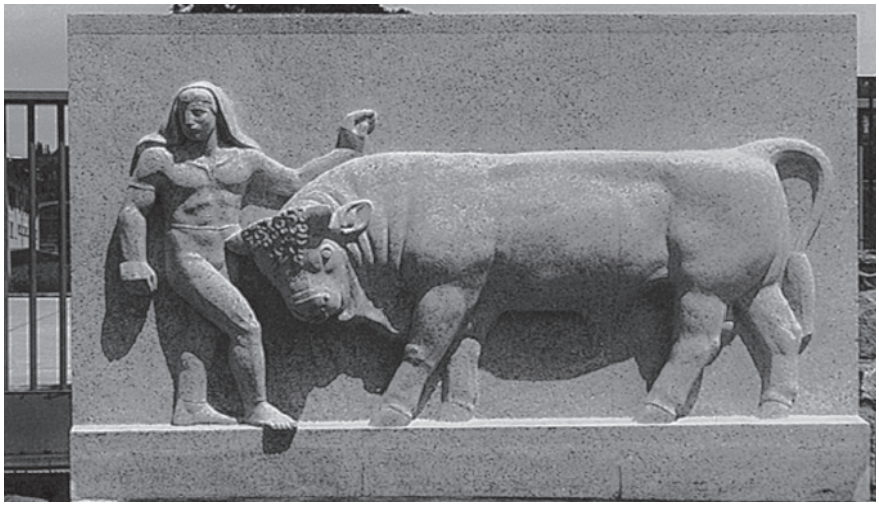
Le terme «abattoirs» naît aux environs de 1906. Historiquement, ces lieux étaient situés dans les quartiers défavorisés des villes: à Lausanne, dans le quartier de la Borde, dès 1887. Le site suivait le modèle parisien, soit des halles divisées en loges où les bouchers effectuaient leur besogne. En 1925, une nouvelle loi impose que le bétail provenant de l'étranger soit transporté par chemin de fer, ce qui a abouti à un premier projet au chemin du Grand-Pré, refusé par le Conseil communal en 1927.

L'installation à Malley

Suite à un autre projet avorté dans le Vallon du Flon et à une épidémie de fièvre aphteuse, le Canton contraint la Ville à agir. Celle-ci fait l'acquisition d'une parcelle à Malley, idéalement située à cette époque à l'écart des habitations et proche de la ligne de chemin de fer. Parmi les 29 projets présentés, 6 sont primés et les trois premiers vainqueurs collaborent pour la construction des nouveaux abattoirs. Ceux-ci débutent leur activité en 1945. Cette architecture fonctionnelle et discrète, qui permet de séparer le bétail suisse de celui provenant de l'étranger, comprend des étables, des accès routiers et par chemin de fer, des salles tempérées, des frigos. La chaleur nécessaire pour les appareils, l'aération, pour le chauffage des locaux et pour l'eau chaude est fournie par l'usine à gaz qui se trouve dans le voisinage immédiat. Le tout est ceinturé par un mur haut de 2 mètres pour dissimuler les activités qui s'y déroulent au grand public. Le quartier se dote à la même époque de deux restaurants dénommés adéquatement «Le Café des Bouchers» ainsi que la «Brasserie des abattoirs», fréquentés régulièrement par certains employés du site et par les éleveurs qui accompagnaient leurs bêtes. Ces établissements publics, encore ouverts actuellement, rappellent de nos jours, ce qui fut la principale activité du quartier dans la seconde moitié du 20ème siècle.

Albert Würgler, vue aérienne des abattoirs de Malley après l'agrandissement du groupe frigorifrique, 1964 ©Musée historique de Lausanne

Durant leurs années d'activité et dans l'idée de réduire les odeurs qui incommodent les habitants et habitantes du quartier, l'usine de récupération est complétée successivement par quatre fours incinérateurs supposés inodores. Cependant, les fumées importunent le voisinage, même au-delà du Pont du Galicien. Dès 1969, une chaîne d'abattage est mise en place ainsi que l'ouverture d'un débit de vente de viande de basse qualité pour le public en 1971. Tous les vendredis matin jusqu'en 1995 s'y vend, à prix très avantageux, de la viande considérée comme «conditionnellement propre à la consommation» au regard de la loi, qui exige des précautions, telle une cuisson prolongée. Aux abattoirs de la Ville de Lausanne, la viande n'est pas l'unique produit fini. Peaux et corps gras de certains animaux sont préparés pour la vente à la halle aux cuirs et au fondoir des graisses. Enfin, même le bétail impropre à la consommation humaine a pu être fourni en tant que pâture pour fauves de cirque.



Entrée des abattoirs de Lausanne-Malley: haut-relief de Pierre-Blanc (1945)
© Pierrette Blanc Besson, Musée historique de Lausanne

Fin de vie…

Avec l'introduction de nouvelles normes d'hygiène en 1990 se pose la question de la pérennité des installations, d'autant plus que la grande distribution quitte le site pour ouvrir ses propres installations. En Europe, les abattoirs publics disparaissent peu à peu et ce sera le cas de ceux de Lausanne qui fermeront définitivement en 2002. Les installations, dont l'architecture n'a pas été jugée digne d'intérêt, seront rasées en 2015.

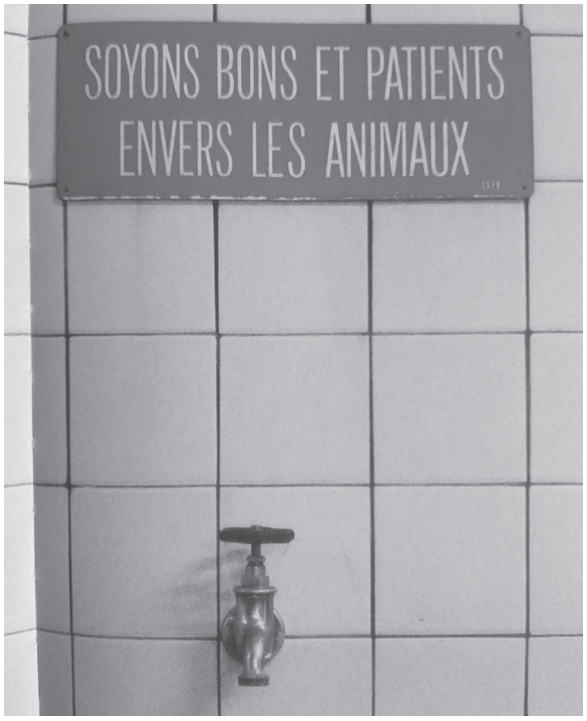
Administrativement, le site dépendait de la Direction de police. Durant son activité, le lieu a connu trois directeurs, dont deux étaient vétérinaires, et en dernier, un administrateur avant la fermeture du site. Parmi les 30 à 40 employés de la Ville, on trouve des contrôleurs des viandes, des bouchers, des mécaniciens, des nettoyeurs, ainsi qu'un concierge. Des bouchers indépendants pouvaient également utiliser les locaux. Ces métiers étaient rudes et salissants, avec des journées à cadence soutenue, débutant à 4h30 du matin pour se terminer aux alentours de 18h par le nettoyage des locaux. Malgré le sort cruel réservé aux bœufs, porcs et moutons, des règles très strictes de respect des animaux ont été mises en place par l'un des directeurs, par ailleurs président de la Société vaudoise de protection des animaux (SVPA). Le site a aussi servi de lieu de formation et d'apprentissage des métiers de la boucherie. Des organes pour les laboratoires des écoles et la recherche y ont été aussi prélevés. Les abattoirs demeurent enracinés dans la mémoire locale comme une expérience personnelle et sensorielle forte, marquée par la vue d'un animal fugueur, les effluves âcres de graisses fondues, le bruit assourdissant des installations et les cris de frayeur des animaux.

Christian Mühlheim

Sources :

• Notes prises lors de la présentation «Les abattoirs de Malley, une « usine à viande»?» de Léa Marie d'Avigneau et Salvatore Bevilacqua aux Archives de la Ville de Lausanne, le 16 juin 2021

• Livre : Malley Ville Animale, éditions Infolio, même auteurs que ci-dessus



Christiane Nill, Local d'étourdissement du bétail des abattoirs de Malley, 2003 © Christiane Nill, Musée historique de Lausanne

Repair café à Prélaz: les 1er lundis du mois de 18h à 19h30 au centre socioculturel. Prochaines rencontres 10 janvier 7 février, 7 mars, 4 avril, 2 mai.

Venez réparer vos petits appareils ménagers, accompagnés par des professionnels pour vous guider dans la réparation.
Le matériel informatique ne peut malheureusement pas être réparé dans ce cadre.

Souhaitez-vous recevoir gratuitement le Journal par la poste ?
Découpez ce talon, remplissez-le et envoyez-le dans une enveloppe affranchie à : Journal de Prélaz-Valency
Av. de Morges 101
1004 Lausanne
ou par mail à info@journaldeprelaz-valency.com

Pas envie de recevoir du papier ?
Inscrivez-vous à la version informatique sur :
info@journaldeprelaz-valency.com
ou consultez la version en ligne sur :
www.journaldeprelaz-valency.com

Merci de m'envoyer le Journal par la poste.

Nom, prénom :

Rue, no :

Code postal, ville :

Les 1er lundi du mois

REPAIR CAFE
10 janvier, 7 février, 7 mars, 4 avril, 2 mai de 18h à 19h30 au Centre socioculturel, Ch. de Renens 12C

Les mardis soirs

CHORALE FA7
Répétitions les mardi 18h45-20h45 au Centre. Contact: François Laffely 079 455 08 45

Lundi et mardi

COURS DE CAPOEIRA
Lu de 17h30 à 18h45 dès 9 ans. Ma 16h45- 17h45 4-6 ans, 17h45-18h45 dès 7 ans. Inscr.: Marlen Gysel 079 707 74 87

Une carte interactive des ressources du quartier

Au printemps passé, Axelle Bollmann, étudiante à l'UNIL, a interviewé 132 personnes pour mieux connaître la perception des habitants sur leur quartier. A partir de ces interviews, elle a cartographié, notamment à l'aide de 60 petites cartes dessinées par les habitants, une grande carte présentant les ressources - sociale, environnementales, etc. - du quartier.

Cette carte est suceptible d'être améliorée et complétée. Elle est disponible au Centre socioculturel et sur notre site.

Comité de rédaction
Françoise Duvoisin
✉ francoise.duvoisin@sunrise.ch

Christian Mühlheim
✉ sdo1004@hotmail.com

Gérald Progin
✉ g.progin@bluewin.ch

Elena Rusca
✉ elena.rusca@hotmail.com

Mise en page
Gérald Progin

Contributeurs réguliers
Martine Roux, référente sociale, Résidence Sébeillon
✉ martine.roux@althys.ch

Aurore Paquier, centre de vie enfantine de Valency
✉ ecoliers.valency@lausanne.ch

Gaëtan Da Cruz, animateur, centre socioculturel de Prélaz-Valency
✉ gaetan.dacruz@fasl.ch

Odile Mottaz, animatrice resp., Fondation Clémence
✉ odile.mottaz@fondation-clemence.ch

Caroline Devalloné-Dinbali, représentante des enseigant-e-s du collège de Prélaz
✉ carodedin@gmail.com

Editeur
Association «Journal de Prélaz-Valency»
Av. de Morges 101
1004 Lausanne
✉ info@journaldeprelaz-valency.com

www.journaldeprelaz-valency.com

Facebook: https://www.facebook.com/Journal-de-Pr%C3%A9laz-Valency-108850453813947

Paraît 3 fois l'an