



# Le Romand bleu

L'actualité et les activités de nos Sections



septembre à décembre 2025

**SOS ALCOOL**

0848 805 005

**IMPRESSUM**14<sup>ème</sup> année, n°88

Août 2025

**Administration :**Croix-Bleue romande  
Avenue de la Gare 31  
1022 Chavannes-Renens  
Tél. 021 633 44 33**Images :** CBR | Unsplash | Pexels  
Zian Chevalley**Ligne éditoriale et conception****graphique :** Laetitia Gern**Impression :** Jordi SA, Belp**Parution :** trois fois par année

ISSN : 1664-493X (imprimé)

ISSN : 2813-3358 (en ligne)

**MERCI POUR VOTRE SOUTIEN**

IBAN CH39 0900 0000 1000 0586 2

Ou sur Twint :



Croix-Bleue romande



# J'ai fait du tri

**Laetitia Gern**

Responsable communication et recherche de fonds

Chères lectrices, chers lecteurs,

J'ai fait du tri dans ma garde-robe (et donc, par la même occasion, rassemblé un sac d'habits pour le magasin Le Point Bleu!). Une pierre deux coups, cela désencombre mon chez-moi. Cela fait du bien, je me sens plus légère.

A l'image de nos vêtements, un tri dans nos pensées, dans tout ce qui tourbillonne dans nos cerveaux est parfois nécessaire. On fait le point, on marque un temps d'arrêt. On se remémore le chemin parcouru, on demande de l'aide.

Nos équipes sociales sont là pour accompagner les personnes concernées par une problématique d'alcool. Entre temps d'arrêts, prises de conscience, tri des pensées limitantes, ou toute autre étape sur le chemin vers le rétablissement.

Soutenir plutôt que juger. Mot d'ordre sur le terrain, c'était aussi le thème de la journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool, le 22 mai dernier. Les actions menées par nos équipes en Suisse romande ont encouragé le grand public à faire un tri dans ses représentations: non, une personne touchée par un trouble lié à l'alcool n'a pas qu'un visage.

Au fil des pages, vous découvrirez une partie de ces actions.

Lors d'un événement mené le 22 mai au Point Bleu, les clients du magasin ont pu laisser des mots d'encouragement aux personnes concernées par l'alcoolodépendance (p. 7).

En voici quelques-uns :

- *Tiens bon, ça vaut la peine*
- *Après la pluie vient le soleil, courage!*
- *Chaque jour est une nouvelle chance. Un pas après l'autre.*

Dans ce journal, vous découvrirez aussi des anniversaires : les 15 ans de la «nouvelle» Croix-Bleue romande, les 10 ans du centre de jour de Vevey, ou encore celui du Point Bleu.

Bonne lecture!

Laetitia Gern

## Paléo Festival de Nyon

Du 22 juillet au 27 juillet 2025, Nyon a accueilli son plus grand festival, Paléo, pour sa 48<sup>ème</sup> édition. Une vingtaine d'animateurs en prévention s'est mobilisée sur le stand RaidBlue.



La plaine de l'Asse s'est transformée le temps d'une semaine en un espace où vibrer au son des artistes se produisant, passer du temps au soleil (ou sous la pluie) avec ses amis, et, pour la Croix-Bleue romande, en une occasion de sensibiliser plusieurs centaines de personnes sur la thématique de l'alcool.

Lors de ce Paléo, j'ai pu avoir plusieurs échanges riches avec des jeunes n'ayant pas ou peu l'habitude de consommer de l'alcool. Pour ces personnes, il était précieux d'avoir un espace où se sentir validé et compris, dans un environnement où l'alcool est souvent synonyme de festivités. Cet axe constitue

un autre pan intéressant de notre stand, comme lieu d'accueil de personnes déjà sensibles aux effets de l'alcool souhaitant continuer de s'informer et participer à des activités ludiques.

Les lunettes de simulation d'alcoolémie, (qu'on ne présente plus!) permettent aux personnes de passage sur le stand de tester leur équilibre, leur motricité fine ou encore l'appréciation des distances. Ces jeunes qui ne consomment pas avaient des expériences fortes « je vois tout qui tourne », « c'est impressionnant ».

**Julie Chautard**  
Chargée de projets Secteur prévention



## 20 km de Lausanne

**Nos animateurs de prévention sont allés à la rencontre de plus de 450 personnes, en proposant des animations.**

Tout d'abord, le Flou Pong, une version revisitée du beer pong utilisant des lunettes simulant un état d'alcoolémie, mais aussi le parcours du combattant avec ces mêmes lunettes. Le but? Prendre conscience des effets de l'alcool sur la coordination, la concentration et les réflexes.

## Fusion des Croix-Bleue régionales: 15 ans

La Croix-Bleue romande comme nous la connaissons aujourd'hui n'a pas toujours eu cette forme associative. Il y a 15 ans, un groupe de travail, piloté par Alfred Stettler alors Secrétaire général, finalisait la fusion des Croix-Bleue régionales et créait la « nouvelle » CBR.



**Quelques mots de Daniel Müller, Secrétaire général de la Croix-Bleue romande de 2010 à 2016.**

Un grand merci à toute l'équipe pour l'organisation de cette journée.

Par la présentation des bilans des activités qui sont au cœur de la mission CBR, les activités de support et de gestion j'ai été réjoui de voir l'évolution et la dynamique positive que vous avez pu gagner (regagner). Je constate que la mission et l'esprit du mouvement s'inscrivent aujourd'hui encore dans la continuation des fondateurs avec les adaptations aux réalités de la société.

La CBR reste en adéquation avec les besoins et les réponses à apporter. Grâce à Dieu et au travail de votre équipe, la CBR a même un caractère prophétique, d'anticipation quant aux besoins à venir et aux projets pensés, rêvés pour y répondre.

Mes pensées et encouragements vous accompagnent, chacune et chacun. Dans le feu de l'action, on ne se rend pas toujours compte de l'impact et de la portée de notre service. Alors MERCI DE TOUT CŒUR !



L'anniversaire a eu lieu à l'issue de l'Assemblée des délégués le 24 mai 2025.



**Quelques mots de Vincent Duc**

Ce fut un énorme plaisir que d'accueillir tous nos invités pour célébrer tous ceux qui oeuvrent à mener à bien le projet de fusion des croix-bleue romandes. Un merci particulier à Daniel Müller pour son message partager en ouverture de notre assemblée et surtout la cheville ouvrière de la fusion et notre président d'honneur, Alfred Stettler qui nous a permis de nous replonger dans le long processus de la fusion.



## Des portes ouvertes pour soutenir plutôt que juger

**Le 22 mai, les Sections régionales de la Croix-Bleue romande ont ouvert leurs portes au public. Visite à Genève.**

«Bienvenue! C'est la première fois que vous venez ici?». Anaïs, membre de l'équipe professionnelle, accueille les visiteurs aux côtés de collaborateurs sociaux et de bénévoles.

Jeudi 22 mai n'est pas un jour comme les autres. A l'occasion de la Journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool, divers stands ont été aménagés à l'Entracte bleu. Ils servent à présenter les ateliers créés pour et parfois par les bénéficiaires. Marche, couture, dessin, solfège, cuisine: ils sont très variés. «Et permettent notamment aux personnes qui ont une problématique avec l'alcool de sortir de l'isolement», nous explique Anaïs.

Cet isolement serait causé par la stigmatisation, témoigne Christine. Ancienne dé-



pendante, elle a la charge de l'atelier couture. «Quand j'ai sombré, les clients des restaurants dans lesquels je buvais me regardaient avec mépris parce que je consommais seule. Ces regards ont contribué à mon isolement et au fait que ma consommation empire. La Croix-Bleue et ses activités m'ont permis de faire surface».

Que faire pour que cette stigmatisation disparaisse? «C'est difficile à dire. Peut-être que le public soit mieux informé sur le sujet. Il faudrait que les gens cherchent à comprendre les raisons d'une telle situation».

**Geoffroy Brändlin**  
Civiliste communication



### Accueil et animations au Point Bleu

Onn Donzel, collaboratrice sociale, a réuni une équipe pour animer des moments d'échange au cœur du magasin de seconde main Le Point Bleu à Chavannes. Les clients ont pu savourer des smoothies fruités tout en étant invités à exprimer leurs réflexions sur le thème de la journée, «soutenir plutôt que juger», en déposant des post-its.



### Animations au centre de jour à Yverdon-les-Bains

Au centre de jour d'Yverdon-les-Bains, l'équipe a animé un atelier de découverte et de réalisation de cocktails sans alcool, suivi d'une partie de cartes après un atelier d'écriture. Josette, bénéficiaire engagée du centre de jour, a activement participé aux échanges avec la population.

Un grand merci à Carole Schenk et Isabelle Jaccoud pour cette action appréciée.



**Retrouvez les actions réalisées dans le Jura bernois à la page 13.**

## Nouveau: Acti Fit

Une nouvelle activité a vu le jour à Genève. Rendez-vous les mercredis de 9h30 à 11h. Beau temps ou mauvais temps, on se met en mouvement! «Rien ne change sans rien changer»



# SOUVENIRS

Quelques moments forts de ces derniers mois



## Départ de deux stagiaires appréciés

Nous tenons à remercier chaleureusement nos anciens stagiaires Selin et Adam pour leur engagement, leur professionnalisme et leur bonne humeur tout au long de leur passage parmi nous. Vous avez marqué cette équipe comme le démontre cette photo. Plein succès pour la suite de votre parcours, tant professionnel que personnel.



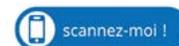
## Journée conviviale au Chalet de la Roche le 7 juin 2025

Malgré une météo bien maussade, la journée au Chalet de la Roche a été remplie de chaleur humaine et de bonne humeur. Un bon repas, des éclats de rire et une ambiance conviviale ont rythmé ce moment de partage. Jeux de cartes, pétanque et jeux de société ont parfaitement complété cette belle parenthèse entre amis.



# L'AGENDA

Septembre à décembre 2025



Retrouvez les programmes de nos activités sur notre site internet ou dans nos lieux d'accueil.

[www.croix-bleue.ch](http://www.croix-bleue.ch)



## Section genevoise

- Espace Rencontres : Chemin de la Gravière 4 • 1227 Les Acacias



## Section Jura bernois

- Espace Rencontres : Route de Pierre-Pertuis 30 (porte C) • 2710 Tavannes
- Espace de consultation : Rue de la Flore 32 • 2502 Bienne



## Section neuchâteloise

- Espace Rencontres : Rue des Courtils 26 • 2016 Cortaillod
- Espace Rencontres : Rue du Soleil 16 • 2300 La Chaux-de-Fonds



## Section vaudoise

- Espace Rencontres : Avenue de la Gare 31 • 1022 Chavannes-Renens
- Centre de jour : Rue de l'Ancienne-Monneresse 5 • 1800 Vevey
- Centre de jour : Rue de la Maison Rouge 4 • 1400 Yverdon-les-Bains
- Espace de consultation : Route des Tilles 6A • 1847 Rennaz

## Séjour Enfance & Familles

Du 28 juin au 4 juillet 2025 a eu lieu le traditionnel séjour d'été organisé par la Croix-Bleue romande. Véritable parenthèse hors du quotidien, cette semaine offre un espace sécurisé, à l'abri de l'alcool, propice à la découverte, au ressourcement et au partage. Activités variées, moments conviviaux et cadre bienveillant ont permis à chacun-e de se reconnecter à soi et aux autres. Au moment de se dire au revoir, les sourires et quelques larmes en disaient long : chacun est reparti avec de précieux souvenirs, le cœur plus léger et la sensation d'avoir vécu une semaine riche en émotions et en belles rencontres. Pour l'une des mamans présentes, ce séjour a été une précieuse opportunité de partir en vacances avec ses enfants.

**Estelle Sapin** (stagiaire *Enfance & Familles*)



## Les centres de jour fêtent leurs dix ans

**Le 20 juin dernier, nous avons eu le plaisir de célébrer un double anniversaire: les 10 ans du Centre de jour O'moulin à Vevey, ainsi que la création du Centre de jour O'2Rives à Yverdon.**

Cette célébration a été l'occasion de mettre en valeur ces beaux projets que sont les centres de jour. L'alliance entre l'équipe résidentielle de la Fondation Estérelle-Arcadie et l'équipe ambulatoire de la Croix-Bleue Romande est une véritable réussite. Une équipe unie accueille, quatre jours par semaine, des bénéficiaires en recherche d'un lieu sécurisant, sans consommation, et riche en liens sociaux.

Un large panel d'activités ainsi que de délicieux repas sont proposés par les équipes de professionnels. Depuis quelques années, des postes de bénévolat ont également été créés pour soutenir l'équipe et permettre d'enrichir encore davantage les activités et les repas proposés.

Ces centres de jour représentent un bel exemple de ce qui est nécessaire aujourd'hui dans le réseau addictologique : un lieu accueillant et sécurisant, favorisant le rétablissement à travers la création de liens, où même un poste de bénévole



peut redonner du sens au parcours de vie. L'interaction avec l'équipe joue aussi un rôle essentiel : des liens de qualité se tissent entre les bénéficiaires et les professionnels.

Ci-dessus, voici une image qui illustre ce beau partenariat avec la Fondation Estérelle-Arcadie (FEA), prises lors de notre repas-grillades organisé le 20 mai dernier à Corsier-sur-Vevey.

Un deuxième événement aura lieu cet automne, cette fois à destination des membres du réseau professionnel. À suivre: le 30 septembre 2025 !



**Vanessa Redzeqi**  
Responsable du Secteur social  
021 633 44 33, conseil@croix-bleue.ch

## Atelier de cuisine africaine

**Nouvelles saveurs à l'Espace Rencontres de La Chaux-de-Fonds : un atelier de cuisine a vu le jour l'espace d'une journée, animé par une bénévole qui nous a appris à confectionner un plat emblématique de son pays d'origine.**

Le bénévolat peut revêtir différentes formes. Il peut être un coup de main que l'on donne régulièrement ou temporairement pour une tâche donnée, comme la préparation ou l'organisation d'un repas, un accompagnement ciblé – dans le cadre de l'atelier multimédia par exemple - ou encore l'animation d'une activité en fonction des talents de celui qui l'anime.

S'il signifie parfois aider, il est aussi synonyme de partage, de découverte et d'apprentissage. C'est ainsi qu'a eu lieu, à l'Espace rencontres de La Chaux-de-Fonds, un atelier de cuisine africaine en mai dernier. Mona, arrivée à la Croix-Bleue avec l'envie d'aider, nous a transmis, l'espace d'une matinée, une partie de son savoir : couper et préparer un poulet



comme elle a appris à le faire au Congo, cuisiner le manioc – que nous avons tous pu manger pour la première fois ! – et goûter un plat célèbre dans son pays : le poulet au beurre de cacahuète. Plus qu'un savoir-faire, c'est une partie de sa culture que Mona nous a transmise ce matin-là avec enthousiasme et engagement. Ce temps nous a permis d'apprendre de nouvelles choses, de découvrir une autre partie du monde et de consolider les liens entre nous. Pour ma part, j'ai pu constater, une fois de plus, à quel point il est gratifiant de faire quelque chose que l'on aime et de se sentir à sa place. Tout le monde est reparti avec le sourire et l'envie de réitérer l'expérience ! Ce qui est, il faut l'avouer, plutôt bon signe !

**Aurélien Jeanneret**  
Collaboratrice sociale

## Cueillette de fraises

Le 10 juin 2025, une partie de l'équipe du repas-partage de Cortaillod s'est rendue à Gals pour la traditionnelle cueillette de fraises. L'occasion de déguster des produits locaux et d'être en plein air.



## Sortie cinéma Des jours meilleurs

Le film *Des jours meilleurs*, sorti en avril 2025, aborde la thématique de l'alcoolodépendance avec justesse et subtilité et une touche d'humour. Réflexions glanées à la sortie de la projection.

On sort. Heureusement, la séance était à un bon horaire. Plus facile que si les personnes présentes devaient rentrer de nuit. Devant le cinéma lausannois, un temps de partage spontané commence.

Deux passages sont particulièrement commentés. La scène de la cache des bouteilles, lorsque l'une des protagonistes, mère de famille, prépare et dissimule des bouteilles pour le lendemain. «C'est si réel, ça fait remonter des souvenirs». La seconde scène, c'est lorsque ce même personnage reconsomme. Pour l'un des participants, ce passage a été particulièrement confrontant: «c'est exactement ça, exactement les mêmes sensations». Ces sensations sont portées à l'écran par des images troubles, des faisceaux lumineux, on sent le vertige.



L'effet miroir... Si les uns se retrouvent dans les images et les témoignages portés à l'écran, d'autres s'en distancent: «Moi, c'est pas du tout comme ça», «Je n'ai jamais été si bas». Les personnages de l'histoire, hauts en couleur, sont des archétypes auxquels on peut s'identifier. Il y a la mère de famille épuisée, la business-woman bon chic bon genre ou encore la fêtarde qui met l'ambiance.

En somme, cette sortie de groupe encadrée par le collaborateur social David Leuba a contribué à favoriser les échanges. Ceux-ci, nourris de ces images, peuvent se poursuivre lors de suivis individuels ou de groupe.

**Laetitia Gern**

*Chargée de communication*

## Nouveau: Danse

Une nouvelle activité a vu le jour à Chavannes-Remens sur rendez-vous. Onn Donzel propose des accompagnements individuels par le mouvement et la danse pour prévenir la rechute.

Informations et inscriptions : 076 552 71 64

## Collaboration avec le monde hospitalier

La collaboration avec le milieu médical et hospitalier nous permet de renforcer la prévention et l'accompagnement autour des problématiques liées à l'alcool.



### L'importance du réseau dans l'accompagnement

Le réseau joue un rôle primordial dans l'accompagnement des personnes souffrant de problèmes d'alcool ainsi que de leurs proches. L'alcoolodépendance impacte tous les domaines de la vie d'une personne: sa santé, son bien-être psychologique, ses relations amicales, amoureuses ainsi que professionnelles. Pour l'accompagner et l'aider à retrouver un équilibre de vie, il est donc primordial d'adopter une approche globale et multidimensionnelles. Et c'est là qu'intervient le réseau, composé de spécialistes de ces différentes sphères. Que ce soit le médecin, l'infirmier en psychiatrie, le psychologue, le psychiatre, l'assistant social ou le curateur, chacun a son rôle à jouer et sa vision à amener. Connaître le réseau de la personne – et s'en faire connaître – est donc nécessaire pour pouvoir offrir un accompagnement de qualité.

### Action spéciale le 22 mai 2025

Nous avons ainsi eu la chance, lors de la journée nationale sur les problèmes liés à l'alcool en mai dernier, de tenir deux stands d'information et de sensibilisation dans les halls des hôpitaux de St-Imier et de Moutier. Destinés aux visiteurs, patients et membres du personnel, ils visaient à informer sur les effets de la consommation d'alcool et à encourager une réflexion sur les habitudes personnelles.

Ce fut également l'occasion d'échanger et de renforcer les liens avec le personnel hospitalier. L'action a été bien accueillie et a permis d'ouvrir un dialogue constructif sur un sujet encore trop souvent tabou.

**Aurélije Jeanneret**

*Collaboratrice sociale*

Une perle pour le chemin

ÉQUIPE | SECTEUR SOCIAL

## L'interview de Rachel Petermann

**Nouvelle collaboratrice de l'équipe sociale vaudoise depuis juin 2025, Rachel Petermann partage son temps entre l'Espace Rencontres de Chavannes-Renens et le centre de jour de Vevey. Interview.**



### A quoi ressemble ton travail à la CBR?

Principalement, j'effectue des suivis individuels avec des entretiens, un suivi en appartement de transition, de l'animation de groupe et la gestion et l'animation de la permanence d'accueil au Centre de jour O'moulin à Vevey. Je suis convaincue de la puissance de l'écoute. Un jour, lors d'une permanence d'accueil, j'ai eu un entretien avec une dame qui parlait tout juste anglais, je ne comprenais rien, elle a commencé à pleurer, puis à sourire et est partie en me remerciant de l'avoir aidé, alors que je n'avais pas dit un mot! : «Aimer, écouter, encourager», voilà un petit slogan que j'essaie d'appliquer envers les personnes que je rencontre dans mon travail ou dans ma vie personnelle.

### Comment fais-tu pour te ressourcer ?

J'aime beaucoup la photographie. J'aime surtout photographier les paysages et aussi capturer les émotions des gens sans qu'ils ne le remarquent!

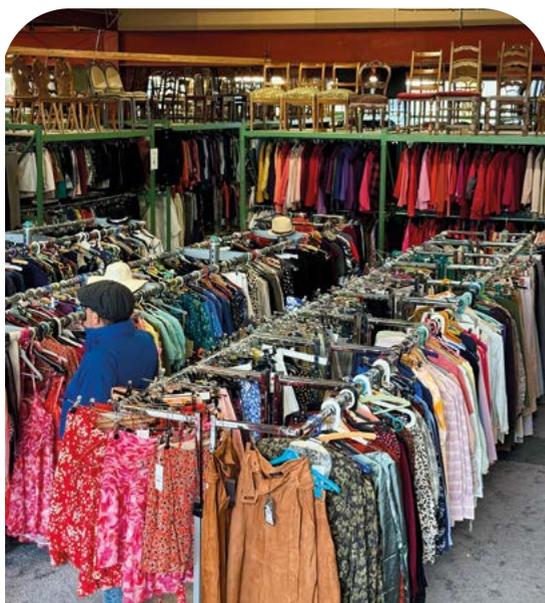
Pour me ressourcer j'aime aller me balader dans la nature, au calme, et j'aime bien aussi passer du temps entre amis!



«L'espérance voit  
ce qui n'est pas encore  
et ce qui sera. Elle aime  
ce qui n'est pas encore  
et ce qui sera.»

**Charles Péguy**

ANNONCE



**Un magasin de seconde main  
à 5 minutes de la Gare de Renens**

Avenue de la Gare 31, Chavannes

Ouvert du mardi au vendredi de  
9h30 à 12h et de 13h à 18h et le  
samedi de 9h à 17h.

**Anniversaire**

Les 3 et 4 octobre 2025, nous  
fêterons les 25 ans du Point Bleu.  
Plein d'offres spéciales vous  
attendent ! Venez nombreux.

**CROIX-BLEUE ROMANDE**

**Avenue de la Gare 31 • 1022 Chavannes-Renens • T 021 633 44 33  
www.croix-bleue.ch • CH39 0900 0000 1000 0586 2**

**Section genevoise**

Chemin de la Gravière 4 • 1227 Les Acacias • T 022 320 41 00  
info-ge@croix-bleue.ch • CH70 0900 0000 1200 1097 2

**Section Jura bernois**

Route de Pierre-Pertuis 30 (porte C) • 2710 Tavannes • T 032 489 13 06  
info-jb@croix-bleue.ch • CH40 0900 0000 2500 2148 5

**Section neuchâteloise**

Rue des Courtils 26 • 2016 Cortaillod  
Rue du Soleil 16 • 2300 La Chaux-de-Fonds  
032 725 02 17 • info-ne@croix-bleue.ch • CH66 0900 0000 1761 0740 5

**Section vaudoise**

Avenue de la Gare 31 • 1022 Chavannes-Renens • T 021 633 44 32  
info-va@croix-bleue.ch • CH67 0900 0000 1000 4561 3