

# ***Le Romand Bleu***

**L'actualité et les activités de nos Sections**



**septembre à décembre 2026**



**SOS ALCOOL**  
0848 805 005

## IMPRESSUM

15<sup>ème</sup> année, n°91  
Août 2026

### Administration :

Croix-Bleue romande  
Avenue de la Gare 31  
1022 Chavannes-Renens  
Tél. 021 633 44 33

**Images :** CBR | Unsplash | Pexels

### Ligne éditoriale et conception

**graphique :** Laetitia Wanner (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



Votre don en  
bonnes mains.

*Une voisine nous a envoyé cette magnifique  
photo du jardin un soir d'été.*



# Durabilité et engagement

Chères lectrices, chers lecteurs,

Cette édition du Romand Bleu vous propose un regard un peu différent en choisissant l'environnement, au sens large, comme fil conducteur. Dans le domaine des addictions, on a l'habitude de prendre en compte l'environnement socioculturel des personnes concernées. Au fil des pages de ce numéro, vous pourrez lire comment les notions de durabilité et de connexion avec la nature s'intègrent, elles aussi, dans le travail des professionnels de la Croix-Bleue romande.

Même s'il n'est pas évident au premier abord, il existe un lien tangible entre la protection de l'environnement et l'aide aux personnes confrontées à des addictions. En effet, ces deux domaines partagent des enjeux communs en termes de santé globale et de bien-être individuel et collectif. D'une part, un environnement préservé constitue un levier essentiel pour la santé mentale et physique. Notre magasin de seconde main Le Point Bleu s'inscrit dans les initiatives

d'économie circulaire, qui soutiennent la préservation des ressources naturelles. D'autre part, l'engagement dans des actions concrètes pour l'environnement peut favoriser la reconstruction de l'estime de soi et du lien social. Ce sont des expériences qu'ont la possibilité de vivre les bénévoles bénéficiaires du Point Bleu mais aussi les participants à nos activités nature, comme le Jardin Bleu. Ainsi, la transition écologique peut devenir un support de soin et d'insertion, transformant la vulnérabilité en capacité d'agir.

Un Romand Bleu avec quelques reflets verts, donc. J'espère que, comme moi, vous apprécierez ce petit pas de côté.

Bonne lecture !

**Laurence Met**

*Secrétaire romande, responsable du Système  
de management de la Qualité*

## Paléo festival de Nyon 2026

**Clap de fin pour le plus gros événement de l'année pour le Secteur prévention. Retour sur le Paléo, ce festival nyonnais emblématique, qui nous offre six jours de présence en milieu festif.**

15h30, les portes s'ouvrent. Les premiers festivaliers se lancent à la (re)découverte du terrain de l'Asse, entre ceux qui se préparent à camper devant la Grande Scène jusqu'au concert et ceux qui visitent le Village du Monde – d'inspiration nordique cette année. Parmi les stands, à côté de la scène Vega, nos dix mètres et trois tentes accueillent les curieux, les concernés, et surtout les jeunes.

Cette action de terrain est rythmée par nos équipes de pairs en prévention, qui arrivent avec le sourire, prêts à créer du lien, informer, et faciliter une autoréflexion sur la place de l'alcool dans le quotidien des festivaliers. Sur les six jours, près de 1600 personnes ont pu être sensibilisées via le stand. Un joli chiffre, qui nous rappelle le sens de notre mission quand la chaleur se fait sentir sur le terrain.

*Retrouvez nos micros-trottoirs avec les festivaliers sur nos réseaux sociaux (Tik tok et Instagram : Raidblue.ch)*



C'est le travail d'équipe qui permet le bon déroulement, sur toute la durée du festival, d'un stand aussi grand que celui-ci. L'équipe de l'après-midi informe la relève du soir des spécificités de la journée, des animations qui ont bien fonctionné, et des personnes qui pourraient repasser sur le stand. Le mardi, nous avons exceptionnellement pu compter parmi nous Adriana Dreshaj, du Secteur social, qui était venue pour représenter son Secteur et pouvoir, le cas échéant, amorcer une aide au-delà de la Plaine de l'Asse.



**Julie Chautard**  
Chargée de projets Secteur prévention



## L'interview de David Panchaud

**David est l'un des visages du Point Bleu. Adjoint de Roland Jaymes pour la gestion du magasin, il nous partage son engagement et l'importance de la durabilité.**



### David, comment décrirais-tu Le Point Bleu ?

C'est une brocante avec une super ambiance qui poursuit des objectifs humanitaires et écologiques. Dans les rayons, on rencontre des clients qui aperçoivent tout à coup un objet et lancent: «wow c'est pas cher!», «c'est exactement ce que je cherchais!» C'est super de voir qu'il n'y a pas besoin de neuf pour que les gens soient satisfaits.

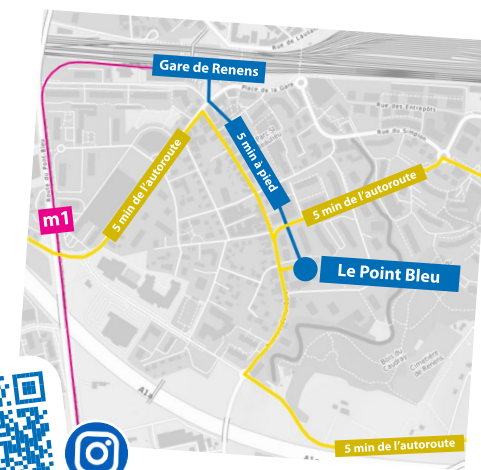
### Depuis quand es-tu sensible à la durabilité ?

Quand j'étais petit, j'allais dans des brocantes avec mon père et je chatais parfois des heures pour trouver l'objet qui se démarquait! J'adorais. Les objets portent tous une histoire différente, c'est très enrichissant. Il y a aussi le contact avec les gens qui apportent des objets. Je trouve génial qu'un objet puisse avoir une deuxième vie, une troisième vie parfois! Avec une table bien entretenue, on peut être le quatrième propriétaire par exemple!

### À quoi ressemble ton travail ?

Je suis l'adjoint de Roland Jaymes, le gérant du magasin. Mon activité est très variée: préparation du magasin avant l'ouverture le matin, estimation des prix, gestion du tri, du recyclage derrière les stocks, gestion d'équipe. Depuis le temps, et de par mon intérêt pour les brocantes et les habits de marque, j'ai de bonnes connaissances qui me permettent d'estimer les prix des objets et du textile.

*Propos recueillis par Arthur Fontes Coêlho Cicic, civiliste prévention*



## Soutien estival et aménagements

Sur les derniers mois écoulés, les défis n'ont pas manqué entre la fin de la formation SOS Alcool (volée 2024-2026), le séjour d'été et l'organisation des équipes pour la période de vacances à venir.

Les épisodes de canicule se sont également rajoutés et ont demandé une attention encore plus importante que d'habitude envers nos bénéficiaires et nos équipes. La patience et l'endurance nous ont accompagnés afin d'être présents auprès de celles et ceux qui en ont besoin, même en période estivale.

Comme le thème de l'édito le souligne, nous avons travaillé au sein du Secteur sur nos environnements. Notre activité Jardin a repris vie et nos premières cultures ont été fructueuses cette année. Des soirées et moments partagés se sont déroulés dans ce nouvel espace vert, qui s'est révélé également être un espace possible pour des moments d'entretien avec des températures plus clémentes qu'à l'intérieur.



Formation SOS Alcool : les diplômés

Notre Section genevoise, très exposée aux fortes chaleurs, a su également s'adapter en restant quotidiennement en contact avec nos bénéficiaires et en déplaçant au maximum nos activités lors des matinées.

Un grand merci à toutes nos équipes sociales pour le soin accordé à nos bénéficiaires durant toute cette période.



**Vanessa Redzeqi**

Responsable du Secteur social

021 633 44 33, conseil@croix-bleue.ch

FORMATION  
SOS ALCOOL

VOLÉE 2026-2028

**12 soirées** pour développer son écoute et sa compréhension des problématiques liées à l'alcool. Toutes les informations sur notre site internet et sur le QR code ci-dessous.



Scannez-moi !

## L'interview d'Adriana Dreshaj

**Adriana est la nouvelle collaboratrice sociale de la Section vaudoise. Vous la rencontrerez à Chavannes-Renens pour des suivis ou l'atelier d'écriture ou au centre de jour de Vevey.**



### Adriana, à quoi ressemble ton travail ?

Ce que je fais à la Croix-Bleue romande (CBR), c'est assez varié et toujours très enrichissant humainement. Chaque jour est différent. En somme, je mène des suivis individuels plutôt ambulatoires. De plus, j'anime l'atelier d'écriture, que je considère comme thérapeutique. J'aime beaucoup passer par l'écriture et mettre des mots sur les maux, c'est ce qui fait sens pour moi. Par ailleurs, deux jours par semaine, je suis au centre de jour à Vevey, où j'accueille et je partage des repas avec les bénévoles et bénéficiaires.

### Qu'est-ce qui motive ton travail à la CBR ?

Une chose que j'ai apprise durant ma formation c'est de toujours considérer une personne dans son contexte, son environnement, dans son identité singulière. On n'est pas un, on est un et tout un tas d'autres choses qui nous façonnent.

Dans la Section vaudoise, les activités sont intéressantes et ont beaucoup à offrir je trouve. Elles ciblent des intérêts variés. J'aime beau-

coup l'engagement autour du Jardin et du Mouvement et danse – qui mobilisent d'ailleurs le corps que d'autres activités.

### Une manière de te ressourcer ?

Je suis très proche de ma famille. J'aime passer du temps avec ma sœur, ma nièce et mon neveu. J'aime être auprès d'eux car ils adoucissent le quotidien, qui peut aussi parfois être un peu plus difficile à gérer. J'aime aussi le sport, j'ai fait par exemple de la gymnastique pendant 15 ans et de la boxe pendant 2 ans.

### Un film que tu aimes particulièrement ?

En rapport avec l'animation du groupe d'écriture, j'ai directement pensé au film *Ecrire pour exister*, réalisé par Richard LaGravenese. De nouveau, c'est l'importance de mettre des mots sur des choses qui sont parfois difficiles à nommer ou à exprimer à l'oral.

Propos recueillis par **Laetitia Wanner (Gern)**

# SOUVENIRS

Quelques moments forts de ces derniers mois



## Sortie au Vivarium de Genève

À l'occasion du lundi de Pâques, nous avons organisé une sortie au Vivarium de Genève, précédée d'un moment convivial autour d'un repas pizza. Voir ces animaux en vivarium nous a serré le cœur.

Le lendemain, notre stagiaire Yannis nous a appris que beaucoup d'entre eux avaient été recueillis après avoir été abandonnés, ce qui a apporté un autre regard sur leur présence sur place. Nous gardons néanmoins un bon souvenir de cette journée conviviale.



## Des images de la sortie seniors de la Section vaudoise : « Ensemble, on se ressource »



# L'AGENDA

Septembre à décembre 2026



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

Pour un monde  
où la souffrance  
liée à l'alcool  
n'existe plus.

## Sensibilisation dans le milieu de la formation

Le 21 mai dernier a eu lieu la journée nationale alcool sur le thème « soutenir au lieu de juger ». L'idée étant d'ouvrir le dialogue sur la thématique alcool avec la population.

C'est exactement ce que nous avons fait, ma collègue Astrid Stegmann et moi-même, en donnant une sensibilisation alcool au CEFF artisanat de Moutier ce matin-là. L'occasion de parler d'alcool, de tabac et de cannabis avec les jeunes de deux classes et de tester un parcours d'obstacles en portant des lunettes simulant les effets de l'alcool.

Résultat de l'opération: de l'étonnement, la remise en question de certaines idées reçues et la possibilité pour nous de prendre la mesure de ce que les jeunes connaissent et expérimentent à l'heure actuelle.

Plus on consomme tôt, plus on risque de développer une dépendance précoce à l'alcool. Très souvent, lorsque les jeunes découvrent l'alcool et ses effets, ils l'associent à « l'interdit », la fête, l'euphorie et à une sorte de « super pouvoir » qui leur permet de s'exprimer plus facilement et de s'amuser. Les habitudes de consommation se prennent ainsi tôt et peuvent devenir un moyen facile de « devenir » plus intéressant, plus drôle, moins introverti et moins gêné socialement, occultant alors les apprentissages nécessaires à



faire dans cette phase de vie. Lorsqu'un arrêt ou une réduction conséquente devient alors nécessaire, des années plus tard, les personnes consommant régulièrement de l'alcool se retrouvent souvent démunies et doivent réapprendre à fonctionner sans son aide et ses effets. Ce qui n'est pas toujours facile dans une société pour laquelle ne pas boire d'alcool est souvent mal perçu.

Alors si habituellement, les jeunes ont tendance à boire sans se poser de questions, cette matinée était l'occasion de s'en poser ensemble, de répondre à leurs interrogations et de leur permettre, nous l'espérons, de faire leurs futurs choix de consommation – ou non – de manière plus consciente et éclairée.

**Aurélien Jeanneret**  
Collaboratrice sociale

### Quiz sur l'alcool

Testez vos connaissances sur le site de la campagne.



## Journée nationale : d'autres actions



### Animation RaidBlue à Chavannes-Renens

L'équipe RaidBlue m'applaudit. Et pourtant, me voilà à plus de 12 secondes du record du parcours du combattant. « Soutenir au lieu de juger », tel est le slogan de la journée d'aujourd'hui!

J'enlève ensuite mes lunettes XXL qui simulent les effets de l'alcool et on m'offre une boisson à la menthe fraîche et au citron. Au-delà des fous rires du parcours, le stand me rappelle les personnes de mon entourage qui vivent une relation compliquée avec l'alcool. Ce type d'événement est une bonne opportunité pour en discuter. J'espère qu'on se reverra au stand RaidBlue à Paléo cet été.

**Gaël Packer**, Civiliste en communication



### À l'hôpital de Poralès

Cette année, un stand d'information et de sensibilisation a été mis en place dans le hall de l'hôpital de Poralès. Animé par Carole Schenk, collaboratrice sociale, et Léa, bénéficiaire et bénévole, ce stand a permis d'échanger avec une vingtaine de personnes, parmi lesquelles des membres du personnel hospitalier et des visiteurs

## Visite du musée à ciel ouvert au Locle

L'art comme possibilité de créer, d'explorer, de rêver. Le 2 mai 2026, c'est dans le cadre de notre permanence mensuelle du samedi à La Chaux-de-Fonds que nous nous sommes rendus au musée à ciel ouvert du Locle, l'Exomusée.

La visite était une première pour la plupart d'entre nous et franchement, une réussite!

«Mais un musée à ciel ouvert, c'est quoi?» me direz-vous. C'est un musée qui se trouve dans la ville, dont les œuvres sont peintes sur les façades des maisons, allant du centre-ville jusqu'en périphérie. On explore ainsi à notre rythme, au gré de nos envies. La carte pour se repérer coûte 1 CHF (à se procurer à l'office du tourisme) et c'est parti! Le nez en l'air et le cœur dans les nuages, on déambule dans la ville, à l'affût des couleurs, des fresques qui se dessinent sur les maisons, parfois bien cachées, et qui n'attendent que nous. 48 au total pour une quarantaine d'artistes, venant de Suisse et de bien d'autres pays dans le monde, avec l'art urbain comme dénominateur commun.



Personnellement, j'ai adoré l'expérience. Rechercher les œuvres sur une carte nous a rappelé les courses d'orientation que nous faisons à l'école, le plaisir de trouver l'objet de nos recherches et la joie de vivre cette expérience en groupe. Les œuvres faisaient rêver, donnaient à réfléchir et permettaient un moment d'évasion plus que bienvenu!

J'avoue être toutefois un peu restée sur ma faim: en 2h30, nous n'avons pu voir que la moitié des œuvres. L'occasion d'y retourner et d'aller, cette fois encore, à la rencontre d'un autre monde...

**Aurélié Jeanneret**  
Collaboratrice sociale



## Séjour d'été spécial familles

Une semaine loin du quotidien avec d'autres familles suivies par le Secteur social. Des activités variées sont proposées : piscine, fabrique de nougats, visite d'Avignon, musée Haribo, ferme aux crocodiles... Une maman raconte.

Ma fille et moi avons eu la chance de participer à une semaine de vacances en France durant la première semaine de vacances scolaires d'été. Nous nous sommes senties accueillies, accompagnées et acceptées comme nous étions. Tout a été mis en œuvre par l'équipe pour nous mettre en mode « vacancières ». Le logement, les activités ainsi que les repas ont été de très bonne qualité. Nous avons pris énormément de plaisir à rencontrer d'autres personnes dans un cadre



différent, empathique et apaisant. Notre relation maman-fille s'est renforcée et ma fille a pu exercer son autonomie et son courage au travers des rencontres et des échanges. Nous recommandons cette équipe professionnelle.

Merci beaucoup pour cette belle expérience.

**Alpina et Abigaëlle**  
Participant



## Le jardin, un havre de paix à Chavannes-Renens

Les activités Gym douce et Jardin bleu se déroulent toutes les deux du printemps au début de l'automne au cœur d'un jardin. Interview des responsables.

### Qu'est-ce que la gym douce ?

Pour quelqu'un touché par une addiction, la gym douce permet surtout de retrouver la connexion avec son corps. C'est aussi prendre soin de soi, se faire du bien et reprendre gentiment soin de sa santé. Au bout de quelques mois, certains membres disent « j'arrive mieux à me baisser pour lacer mes chaussures » alors qu'ils avaient perdu cette souplesse. Quand on a eu l'impression de tout perdre avec l'addiction, voir qu'il est possible de reconstruire est particulièrement important.

### Qu'est-ce que le jardin apporte à l'activité ?

Le fait d'être dans la nature et de respirer l'air de l'extérieur change en fait une conception dans sa tête qui est différente. On respire mieux, et puis on a mieux cette sensation de l'extérieur avec les oiseaux, avec le vent, avec tous ces éléments de la nature. On a peut-être aussi perdu cette relation-là avec la nature.

#### Onn Donzel

Collaboratrice sociale, responsable de la Gym douce



### Quels sont les bienfaits du Jardin bleu ?

L'activité Jardin bleu donne l'occasion de changer de cadre, d'apporter une dynamique dans le quotidien. Cela nous permet de proposer aux bénéficiaires des légumes frais. Le fait de planter des graines, c'est aussi cette richesse d'avoir un résultat concret dans les mains après quelques mois de patience et d'entretien. Le groupe est très solidaire même au-delà de l'activité.

### Qu'est-ce qui a changé cette année ?

Depuis le début de cette saison, les participants sont plus investis, plus libres aussi parce que ce sont vraiment eux qui gèrent le jardin. Ils s'occupent de l'arroser et ont toutes sortes de responsabilités. Toute cette nouvelle mise en place a redynamisé le groupe.

#### David Leuba

Collaborateur social, responsable de l'activité Jardin bleu

## Le défi entre prestation et relation

**Derrière chaque prestation se trouve une personne, avec un visage, un nom, un vécu et une véritable relation que nous entretenons au sein de l'équipe sociale.**

Par prestation, nous entendons ici toute forme d'activité ou d'atelier animé par un ou une bénévole. Les prestations que nous proposons, ainsi que l'investissement des bénévoles, contribuent grandement à ce que des personnes aient envie de venir y trouver du lien, du soutien, du plaisir, une « safe place », etc.

Le défi se présente lorsque nous sommes confrontés soit à une prestation qui ne répond plus à l'intérêt général, soit au constat que le ou la bénévole ne correspond plus à la prestation attendue. Il n'est pas question de remercier cavalièrement le ou la bénévole qui a la charge d'une prestation. De même, il ne serait pas juste, au nom d'une relation amicale avec ce ou cette bénévole, de continuer à proposer une prestation qui n'existerait plus que sur un flyer.

## En savoir plus

Découvrez le rapport d'activité de la Croix-Bleue romande, dans lequel nous présentons les prestations individuelles et collectives.



Notre raison d'être est de soutenir toute personne souffrant d'une dépendance. L'un des moyens mis en œuvre pour y parvenir consiste à proposer des ateliers variés et pertinents, tout en préservant une relation de qualité avec les bénévoles concernés. Notre objectif est de rechercher un équilibre entre notre mission, les moyens que nous déployons et la relation que nous entretenons avec nos partenaires bénévoles. Ces trois dimensions répondent à notre priorité absolue : aider, conseiller et accompagner celles et ceux qui sont engagés dans un processus de rétablissement.

#### Philippe de la Fuente

Collaborateur social



# Une perle pour le chemin

« L'inquiétude ne chasse pas  
le chagrin du lendemain,  
elle prive aujourd'hui  
de sa force. »

**Corrie ten Boom**

## **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-vd@croix-bleue.ch • CH67 0900 0000 1000 4561 3