

Amical Info



Bulletin trimestriel du groupement des anciens de Firmenich SA

N° 153 – Mars 2024

Rédaction : Patrice Deladoey, Claude Maury, Michel Ozainne, Letizia Rocci, Vincent Zumwald

Mise en page et publication : Claude Maury et Letizia Rocci en versions journal papier et PDF sur notre site www.firetraite.ch

Impression, mise sous plis et envoi postal : R&M Routage & Mailing – Le Lignon

Notre site Web : www.firetraite.ch E-mail : Info@firetraite.ch

Sommaire

L'alopecie – Michel Ozainne

Voyages au Petit Tibet, le Zanksar – Patrice Deladoey

Les visiteurs de nos mangeoires – Claude Maury

Un Voyage à travers les époques – Letizia Rocci

Des Zouzouteries pour tous les goûts – Vincent Zumwald

Nouvelles du Groupement – Claude Maury et Alain Tagand

L'alopecie



Avant d'entrer dans le vif du sujet, expression sans rapport avec la chirurgie, ces quelques lignes ne sont pas censées vous donner des cheveux blancs (*quand on se fait un sang d'encre*), ni vous faire dresser les cheveux sur la tête (*épouvante, peur bleue*), ni de couper les cheveux en quatre (*pinailler, détailler à l'excès, être tatillon, focaliser sur des détails mineurs, faire des arguties, ratiociner, ergoter.*)

En dermatologie, ce terme, issu du grec "alepou", faisant référence au renard, par analogie à sa mue de printemps, laissant tomber le pelage hivernal.

Une personne, en moyenne, possède de 100 000 à 150 000 cheveux, et en perd environ entre 40 et 100 par jour, avec des pointes allant jusqu'à 175, pendant les chutes saisonnières de printemps et d'automne. C'est durant cette phase que les cheveux se renouvellent le plus. Une chute de cheveux est considérée comme pathologique lorsqu'une personne perd plus de 100 cheveux par jour pendant une assez longue période pouvant aller jusqu'à deux mois.

On parle de calvitie lorsque la chute est localisée sur le front, au-dessus des tempes et au sommet du crâne.

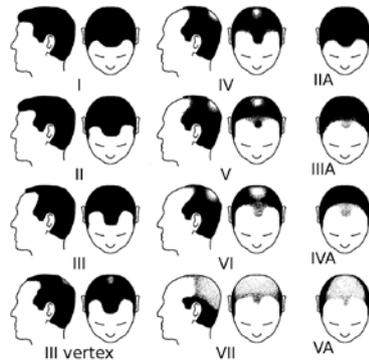
Les différents types d'alopecie :

- L'alopecie androgénétique ou héréditaire.
La plus fréquente, se manifeste, par une diminution du volume, voir une calvitie, qui touche 70% des hommes, dont 20% entre 20 et 30 ans. La chute pouvant débuter après la puberté.
- L'alopecie aigüe
Suite de chimiothérapie, empoisonnement au thallium, période de stress intense, carence en fer.
- L'alopecie localisée
Problèmes de peau (brûlure, tumeur, pelade), radio thérapie, parasites (teigne, lichen).
- L'alopecie congénitale
Il s'agit d'un défaut génétique rare. Elle se caractérise par une absence de racine de cheveux, ou une anomalie de leur constitution.
- L'alopecie areata
Semble avoir une origine auto-immune (mécanisme de médiation cellulaire), caractérisée par une atteinte de plaques, plus ou moins importante, à un ou plusieurs endroits. Cette forme de pelade, peut atteindre toute le tête (alopecie *totalis*), tout le corps (alopecie *universalis*), plus fréquente chez la femme que l'homme, et les afro-américains.
- L'alopecie post-ménopausique.

Cause la plus fréquente de calvitie féminine, lorsque le rôle protecteur des hormones féminines a disparu, fragilisant le cheveu. Sa durée de vie diminue. Elle ne provoque pas de plaques, mais une raréfaction généralisée, les côtés étant épargnés. Cependant, un élargissement de la raie médiane peut être classé à part.

Classifications de la chute des cheveux :

- Échelle de Scoville – l'échelle du piment
Pour la classification des piments, la référence est l'échelle de Scoville (de 0 à plus de 100.000).
- Échelle de Norwood-Hamilton
Pour les cheveux, l'échelle de Hamilton, modifiée par Norwood est imagée de I à VII, celle-ci permet de calculer le stade d'avancée de la chute de cheveux.



- Échelle de Ludwig
Également appelée alopécie androgénétique, est une classification de la calvitie féminine. Elle comprend 3 stades de I à III.



Les phases du cycle pileaire :

1. Phase anagène ; Période de la croissance du cheveu, la plus longue du cycle pileaire, durant de 2 à 5 ans, représente la majorité de la couverture.
2. Phase catagène ; Période pendant laquelle le cheveu cesse d'évoluer, pendant environ 3 semaines.
3. Phase télogène ; Période pendant laquelle le cheveu ne pousse pas, tout en restant attaché au follicule pileux. A la fin de cette phase, l'ancien cheveu tombe et laisse la place à un nouveau follicule en phase anagène. Et c'est reparti pour un nouveau cycle.

Quid de ces changements ?

Certains de nos collègues, se laissent pousser ce qui restait de la couronne, " les cheveux éternels", jusqu'à avoir un volume de matière suffisante, pour la création d'une moumoute, gardant ainsi, le charme de leur aspect.

La perruque existe depuis l'antiquité. Le port de la perruque s'est développé en France sous l'Ancien Régime. Une mode initiée dans les années 1620 par Louis XIII, pour dissimuler sa calvitie.

D'autres ont essayé la micro greffe. Cette technique consiste à prélever des greffons de cheveux sur la couronne, pour les implanter sur le haut de la tête. Malheureusement, cette technique ne suffit pas pour regarnir le crâne complètement. Il n'y a pas assez de cheveux sur la couronne pour garnir une tête entière.

La technique, repose beaucoup sur l'habileté du médecin pratiquant la greffe. L'opération est délicate, car si les greffons sont placés dans un mauvais sens, le patient risque de se retrouver, avec des cheveux poussant dans tous les sens. Aujourd'hui, la médecine est assistée par des robots, lors du prélèvement de greffons.

En 1987 Bruce Wills, dans piège de Cristal, avait des cheveux ! En 2011, il se rase le crâne pour le film End of Watch. Puis, content de ne plus avoir à porter des perruques, comme d'autres acteurs de cinéma, pour les tournages, il décide de rester le crâne rasé. Sa "boule à zéro" a désinhibé la gent masculine. Cela n'empêche en rien, d'affronter cette période avec une pointe d'humour, de sérénité.

Concernant la couleur, c'est un autre et vaste sujet. Cependant, il est devenu courant, d'assumer ses cheveux poivre et sel. Ou blancs. Ne dit-on pas que la neige touche en premier les sommets ?

D'autre part, la tonsure a été l'apanage de certaines congrégations monastiques, symbole de passage, du Séculier à l'Ordre, telle la tête de moine, (sans rapport avec le fromage du même nom, originaire de l'abbaye de Bellelay, commune de Saicourt, canton du Jura.)



Jardinier



Jardinier



Tibétain

Article un peu "céphalottracté"? Ou plus communément, tiré par les cheveux (*douteux, improbable, peu naturel, forcé, exagéré, alambiqué*)?

Cette expression viendrait de séances de tortures ancestrales, consistant à attacher quelqu'un par les cheveux à la queue d'un cheval, poussé au galop, pour le forcer à avouer.

Autre temps, autres mœurs !



MPOzainne

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Alop%C3%A9cie>

Voyages au Petit Tibet. Le ZANSKAR.

Un rêve, un but, un objectif, une réalisation

Récits d'aventures qui pour moi, me sortiront de l'ordinaire, comme un feuilleton à épisodes. Le but a été d'aller voir et visiter en 2019 cette région encore assez mal connue à la manière d'un trek avec une découverte pour la première fois de la région et voir in-situ une école en construction sous la direction de notre association genevoise A.P.E.C.I.H., dont je suis membre, qui est l'association pour l'éducation et la culture indo-himalayenne, puis à nouveau en 2022 et prévu d'y retourner en 2024.



En compagnie de Pierre Odier d'Hermance et une membre de l'association, je me suis rendu pour la première fois en Juillet 2019.

PREMIERE PARTIE : Localisation et description

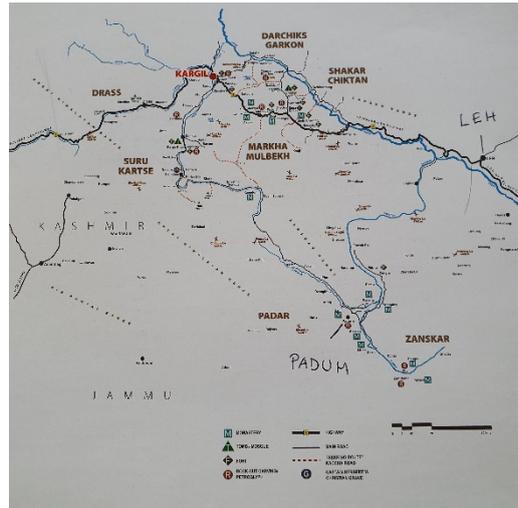
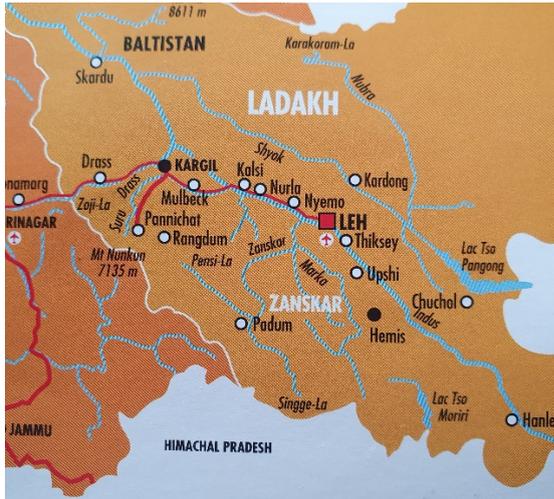
Pays de contrastes, ou la vie en général est très dure pour les hommes, les animaux et les plantes.

Le Zaskar

Le Zaskar, situé au nord de l'Inde dans la partie himalayenne, est un tehsil (sous-district), du district de Kargil, dans le territoire indien du Ladakh. La langue principale est le Zaskari dérivé du tibétain et d'autres groupes linguistiques. Il est situé à une altitude moyenne de 3'500 mètres au-dessus du niveau de la mer, et est entouré de hautes montagnes plus ou moins enneigées et de nombreux glaciers avec plusieurs cols entre 4'400 et 4'800 m. Le Zaskar dans la zone des chaînes de l'Himalaya au Nord de l'Inde, est une région de plaines et de montagnes à l'altitude élevée. Il est bordé par le Ladakh à l'est et au nord, le Népal à l'ouest et le Tibet à l'est. Mais surtout, plus éloignés, par la Chine et le Pakistan, sources de conflits permanents et même de guerres.

Géographie

Le Zaskar est un territoire d'environ 7'000 km² et d'une population fluctuante d'environ 20'000 habitants. Les Zaskarpa avec sa « ville » principale ou plutôt grosse bourgade, Padum avec environ 2'500 à 3'000 habitants qui a été co-capitale avec Zangla du royaume du Zaskar comme partie du Ladakh de l'ancien état du Jammu-Cachemire en 2019, devenu le nouvel état du Ladakh que je retrouverai en 2022 avec sa capitale régionale Leh depuis la réorganisation de toute la région par le gouvernement de Delhi. Padum situé à une altitude d'environ 3'500 m, est considéré comme le centre administratif avec la petite autonomie régionale de cette vallée, mais elle dépend d'une autre « ville » Kargil dans le district du même nom, situé dans une autre vallée et séparée par le col du Pensi-La à 4'400 m.

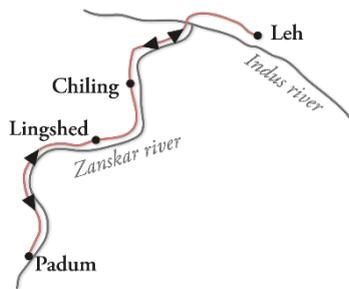


Ancienne partition de la région, Jammu-Cachemire et route pour Padum en construction, il faut passer par Kargil.

Le Zaskar est une série de longues vallées, avec des ramifications transversales, à problèmes qui ne reçoit pas assez d'eau dans les moments de moussons dû à sa situation entre de hautes montagnes et les pluies qui n'arrosent que rarement cette plaine semi-désertique avec comme corollaires poussières, vents violents et très grosses inondations au printemps à la fonte des neiges sommitales et des glaciers qui reculent et s'amincissent de plus en plus. Les changements climatiques affectent cette région et détermineront dans un avenir proche le besoin pour les populations de prendre des décisions drastiques et dramatiques pour leur futur. Il est difficile de construire des réservoirs d'eau ou des barrages ou encore des installations hydro-électriques. Forces destructrices des courants des rivières et des fleuves. Trop riches en sédiments et aussi risques sismiques. Tremblements de terre très fréquents.

La vallée de Padum

Padum est connue pour son patrimoine bouddhiste et son architecture historique. Avec un développement fulgurant voulu par le gouvernement indien pour développer le tourisme, les affaires et augmenter le niveau de vie des habitants et pour permettre aussi l'installation de très grands camps et des installations militaires de surveillance du territoire. Cette présence de plus de 300'000 militaires dans le Ladakh se retrouve aussi partiellement au Zaskar. Les tensions frontalières sont toujours présentes. Mais cela offre aussi à la vallée d'avoir des routes nouvelles et entretenues pour la grande circulation des militaires. Les routes sont en permanence sous contrôle et ont des réparations régulières. Elles sont parmi les plus dangereuses près des rivières à débits fluctuants ou des précipices vertigineux. Les montagnes ne sont pas en granit mais en couches anciennes de sédiments compressées et empilés à cause de la poussée permanente du sous-continent indien contre les montagnes himalayennes qui gagnent régulièrement des cm. éboulements fréquents et des morts aussi.



Un aéroport serait potentiellement prévu mais peut-être pour les militaires et les hélicoptères seulement. De toute manière la neige en hiver bloque toute les routes et cols de cette région de fin octobre à mi-avril. La seule possibilité pour rejoindre les plaines serait la rivière glacée le Chadar. Ce chemin éphémère, glacé et dangereux utilisé à pied, emprunté depuis la nuit des temps, devient alors un chemin de vie.

Padum et les gros villages aux alentours seront accessibles en 2019 par la route depuis la ville de Leh qui passe d'abord par Kargil, située à environ 240 kilomètres de là. La ville est entourée de montagnes et de paysages spectaculaires, qui sont principalement habités par des communautés bouddhistes en petits hameaux de 1 à 25 familles.

Vie difficile, conditions climatiques qui se dégradent, sécheresse, routes périlleuses, la neige pendant 6 mois de l'année et l'isolement géographique font partie du quotidien des habitants du Zaskar.

Entre les rives de l'Indus et celles du fleuve Zaskar

La région est traversée par deux rivières principales : le Zaskar et l'Indus. Ces rivières sont gelées pendant la majeure partie de l'année, mais pendant l'été, elles fournissent l'eau nécessaire pour la culture et l'irrigation des champs. Mais aussi des inondations catastrophiques. La vie dans le Zaskar est difficile en raison des conditions climatiques extrêmes, de la sécheresse et de l'isolement géographique. Les habitants de la région ont traditionnellement pratiqué l'agriculture et l'élevage pour subvenir à leurs besoins, mais ces activités sont devenues de plus en plus difficiles en raison des changements climatiques et de la dégradation des sols. Les habitants du Zaskar sont également confrontés à des défis économiques, car la région est très isolée et les routes sont bloquées pendant l'hiver.

Le bouddhisme tibétain

Le bouddhisme tibétain est la religion principale du Zaskar, et il y a de nombreux monastères et stupas dans la région. Le plus célèbre de ces monastères est probablement le monastère de Karsha, qui date du 10ème siècle. Les habitants du Zaskar sont également connus pour leurs danses traditionnelles et leurs festivals colorés, qui célèbrent la culture bouddhiste tibétaine unique de la région. A cause des diverses invasions, guerres et par le commerce à travers les vallées environnantes, une très forte communauté musulmane est aussi présente mais plus à Padum et dans les très grands villages de la vallée. Mais actuellement ces 2 communautés restent assez séparées et comme on le dira chacune dans son coin. Pas de mariage possible entre les 2 communautés. Sinon obligation de fuir la région.

Les monastères

La région est aussi, et surtout, connue pour sa beauté naturelle, ses monastères bouddhistes anciens et sa riche culture unique qui attirent de nombreux voyageurs et pèlerins chaque année. Les activités populaires dans la région comprennent la randonnée, l'escalade et la visite des monastères et des villages traditionnels ainsi que ses stupas, ou encore ses grottes décorées qui offrent un aperçu de la culture et des traditions bouddhistes de la région.

Les principaux monastères comprennent le monastère de Phuktal que je n'ai pas encore découvert à ce jour ou encore celui de Sani, de Stongdey, de Stagrimo et même celui occupé par des nonnes près de Sani.



Monastère Sani

Je les ai presque tous visités et toujours cet accueil chaleureux malgré la barrière de la langue, peu parlent anglais, et toujours ces peintures murales pluri-centenaires et ces dieux et déesses aux visages pas toujours souriants du panthéon tibétain accompagnés de chimères et d'êtres de l'au-delà.

Padum est également une base pour les treks et les randonnées dans la région de Zaskar, qui offre des paysages spectaculaires, des rivières de montagne glacées, des villages isolés et des cols de haute altitude.

Les treks les plus populaires comprennent le trek de Padum à Leh, le trek de Padum à Darcha et le trek de Lamayuru à Padum. Pour ce premier voyage en 2019 en voiture pickup genre Toyota, nous avons fait le « trek » de Leh à Padum avec comme chauffeur le directeur de l'école ainsi qu'avec Pierre Odier le grand connaisseur de ces terres encore pleine de mystères pour nous. J'expliquerai plus tard cette expérience dans une deuxième partie.

En résumé, le Zaskar avec sa ville principale Padum est une destination unique pour les voyageurs en quête de traditions bouddhistes, de randonnées dans les montagnes et de paysages magnifiques et spectaculaires, avec ses stupas et ses monastères antiques, ses glaciers, et ses rivières tumultueuses. Ainsi que les villages disséminés là où il y a de l'eau, il y a aussi quelques arbres. Je vais découvrir tout ça pendant un voyage pas de tout repos. Ceux qui me connaissent savent mon intérêt pour les traditions et la philosophie bouddhistes. Je vais, comme on le dit, être bien servi.

Le Zaskar commence à être connu pour ses « sports d'hiver », comme le ski et le snowboard. Encore en développement, mais en 2019, la période du Covid à venir aura drastiquement impacté les activités d'échanges, de tourisme mais cela va changer lentement car même si la région est isolée et difficile d'accès, les routes et les infrastructures restent encore très limitées mais en constant développement.

Après cette introduction, une PARTIE 2 (impressions du premier voyage en 2019) dans un prochain journal du groupement.

Patrice DELADOEY

<https://images.app.goo.gl/2x5nVHsSs5VdNXFk6>

Les visiteurs de nos mangeoires



Julien Perrot vous apprend à reconnaître les visiteurs colorés de la mangeoire de son jardin.

En octobre 1983, à l'âge de 11 ans, Julien Perrot écrit le premier numéro de la revue qui va devenir La Revue Salamandre. 40 ans plus tard, ce biologiste passionné est toujours aussi convaincu par la nécessité de réconcilier l'homme avec la vie sauvage. Référence dans l'univers naturaliste, Julien Perrot est régulièrement l'invité des médias en Suisse comme en France. Il vous donne également rendez-vous chaque

semaine dans La Minute Nature.

La star – mésange charbonnière

La mésange charbonnière est une incontournable à la mangeoire. Elle adore les graines de tournesol. En été, elle vient les décortiquer directement sur la plante. Cet oiseau robuste chante déjà en plein hiver. Ti-tu Ti-tu Ti-tu-tu. Bientôt, ce sera le moment de récolter mousse, laine et poils pour tapisser son nid, peut-être dans un nichoir de votre jardin. Puis les jeunes seront nourris avec des insectes.



Critères d'identification : Tête et cou noirs; joues blanches; bande noir sur le jaune de la poitrine, légèrement plus large chez le mâle; dos vert olive.

L'acrobate – mésange bleue.

Plus petite, plus vive, la mésange bleue est souvent la première à la mangeoire où elle est prête à toutes les acrobaties. Au printemps, elle niche aussi dans des nichoirs ou des trous d'arbres tels que des vieux cerisiers.



Critères d'identification : plumage bleuté, vert olive et jaune; joues blanches; calotte séparée du masque noir par une bande blanche; sexes identiques.

La discrète – mésange nonnette.

Moins connue, moins fréquente, la mésange nonnette vient chercher quelques graines qu'elle planque dans des cachettes. Celle-ci se ravitaille en dévorant les graines d'un chardon. Souvent, vous pourrez repérer cet oiseau discret à son chant typique.



Critères d'identification : dessus brun clair, dessous blanc, calotte noire brillante; sexes identiques. Voix: cri fréquent "pitsiou", répété ou non.

Le teigneux – rougegorge familier

Le rougegorge, trop chou... Mais quel tempérament ! A la mangeoire, c'est un teigneux qui n'hésite pas à dégager les autres. Savez-vous que le rougegorge à la mangeoire de votre jardin en hiver n'est probablement le même que celui qui nichera au printemps chez vous ? Chez les oiseaux, y a du mouvement !



Critères d'identification : dessus brun-olive; face, gorge et poitrine roux vif; ventre blanchâtre; sexes identiques.

Le multicolore – chardonneret élégant.

Sociable et coloré, il est un granivore pur souche avec son bec conique. Il débarque souvent en bande à la mangeoire. Son chant est un gazouillis virtuose. Chardonneret parce qu'il adore les graines de chardon ou de la cardère. Au printemps, voici son nid caché dans un laurier. Les jeunes se reconnaissent à l'absence de calotte rouge.



Critères d'identification : plumage bariolé; queue noire et blanche; ailes noires, avec une large bande jaune; masque rouge; reste de la tête blanc et noir; sexes identiques. Les jeunes sont grisâtres, striés de brun foncé, et n'ont pas de rouge ni de noir à la tête.

L'omniprésent – pinson des arbres.

Oiseau le plus commun de Suisse et de France, le pinson fréquente évidemment aussi la mangeoire. Ce couple se régale des premières graines de pissenlit. Le chant du mâle marquera bientôt la fin de l'hiver, puis ce sera le temps des nids...



Critères d'identification : bandes alaires blanches et rectrices externes blanches à l'extérieur; chez les mâles, poitrine et joues brique, dos brun-roux; femelle et jeunes d'un aspect général brun-olive.

Le presque tout vert – verdier d'Europe

Bec conique, encore un granivore ! Le verdier est un véritable champion pour décortiquer les graines et en dévorer l'intérieur. Cet oiseau de la taille d'un moineau est fréquent dans les parcs et jardins. Dès la fin de l'hiver, on peut l'entendre et le voir chanter.



Critères d'identification : gros bec, rose chez le mâle au printemps; silhouette trapue. Les couleurs varient du vert olive au brun rayé (jeunes), mais le jaune des ailes et de la queue est constant. La femelle est plus terne.

Le costaud – gros-bec casse-noyaux.

Et voici le granivore par excellence, le bien nommé gros-bec casse-noyaux... au regard envoûtant. Rien ne lui résiste, pas même les noisettes ou noyaux les plus durs. Son bec exerce une force de 70kg/cm². Pinsons et gros-becs se retrouvent souvent à picorer les graines tombées sous la mangeoire. Mais quel est cet oiseau orange et noir ?



Critères d'identification : fauve sur le dessus, nuancé de clair sur le ventre et le poitrail; bavette noire, épaules blanches, queue portant du blanc à l'extrémité; bec massif, gris en été, jaune en hiver; femelle plus terne. Les jeunes n'ont ni bavette noire ni nuque grise.

L'hivernal – pinson du Nord

Le pinson de Nord niche dans le nord de l'Europe et ne vient chez nous qu'en hiver. Certaines années où les hêtres ont de grosses fructifications, c'est une véritable invasion. Parfois, ces oiseaux se rassemblent même en grands dortoirs qui comptent des millions d'individus. On retrouve notre nordique sous la mangeoire avec des moineaux domestiques



Critères d'identification : croupion blanc, chez le mâle, poitrine et petites couvertures orange; tête et dos noir brillant en été, brunâtre en hiver; chez la femelle, tête et dos gris à raies sombres.

La maçonne – sittelle torchepot

La sittelle est aussi vive qu'une mésange. Elle prend une graine, va la coincer dans l'anfractuosité d'une écorce et la pilonne avec son long bec robuste. La tête en bas en plus ! Au printemps, elle niche dans un trou d'arbre. Pour protéger ses poussins des prédateurs, elle maçonne soigneusement l'entrée du trou pour l'ajuster à sa taille.



Critères d'identification : dessus gris-bleu; bandeau noir; gorge blanche et dessous roussâtre. Grimpe dans n'importe quelle position sur les arbres; sexes identiques.

Le bigarré – pic épeiche

On finit avec les géants de la mangeoire. Le pic épeiche évidemment. Là on dirait qu'il cherche les graines déjà décortiquées sur le plateau... Avec son bec hyper-costaud, l'épeiche est un as pour déguster les noisettes qu'il fait exploser calées contre une écorce. Au printemps, le pic épeiche élève sa nichée bruyante dans un trou qu'il a creusé lui-même et sera réutilisé par d'innombrables autres animaux.



Critères d'identification : blanc et noir; ailes tachetées; épaules blanches; sous-caudales rouges. Chez l'Epeiche, nuque rouge chez le mâle; calotte rouge chez le jeune, séparée de la joue par une bande noire. Le dessous de la queue est rouge chez les deux sexes. Chez le Pic mar, les joues blanches ne sont pas encadrées de noir, les flancs sont striés et les deux sexes ont une calotte rouge, plus pâle chez la femelle.

Le prévoyant – geai des chênes.

Et enfin le geai des chênes, un oiseau forestier hyper prudent. Comme son nom le suggère, en automne, il fait des festins de glands. Maladroit ? Non, quand il en laisse tomber, c'est qu'il fait du tri pour manger les meilleurs. Ou pour les enterrer dans une clairière comme réserve pour l'hiver.



Critères d'identification : le plumage fauve rosé marqué de bleu aux couvertures alaires, la moustache noire et le croupion blanc sont caractéristiques; huppe érectile arrondie, rayée de noir et blanc; œil bleu pâle; sexes identiques.

Dans mon jardin, ce ne sont pas seulement des oiseaux qui fréquentent la mangeoire, aussi des écureuils la visitent régulièrement et se régalent des graines.



Claude Maury

Sources :

La Salamandre article publié le 12 janvier 2024

<https://www.salamandre.org/article/reconnaitre-les-oiseaux-des-mangeoires/>

Photos des oiseaux et critères d'identification : Station ornithologique suisse

<https://www.vogelwarte.ch/fr/les-oiseaux-de-suisse/>

Un Voyage à travers les Époques



L'évolution démographique et sociale a donné naissance à différentes générations, chacune portant son propre bagage culturel, économique et technologique. Voici un aperçu des six dernières générations qui ont façonné le monde moderne :

1. Génération Silencieuse (1928-1945) :

La génération silencieuse est composée de personnes nées avant 1945. Ces personnes ont été marquées par les conséquences de la Première Guerre mondiale et surtout par les terribles expériences de la Seconde. Le nom « génération silencieuse » vient du fait que ce groupe d'âge a grandi à une époque où il était considéré comme dangereux ou inopportun de s'exprimer ouvertement. Le devoir, la responsabilité, la continuité sont les valeurs qui guident cette génération et qui l'ont caractérisée lorsqu'elle était sur le marché du travail. Ces personnes sont souvent appelées « traditionnalistes » ; ce sont des « vétérans », qui représentent le groupe le plus âgé de notre époque. Ils ont connu des périodes de prospérité économique et ont contribué à reconstruire le monde après la guerre. Aujourd'hui, cette catégorie d'âge est à la retraite, et elle apporte un savoir traditionnel à la société. Imprégnée des incertitudes et des privations de la Seconde Guerre mondiale, on dit de cette génération qu'elle a appris à tirer le meilleur parti d'une situation difficile.

La Génération Silencieuse a été témoin de bouleversements historiques et a contribué de manière significative à la reconstruction après la guerre. Ces personnalités illustrent la diversité des accomplissements au sein de cette génération qui, bien que souvent qualifiée de "silencieuse", a laissé une empreinte indélébile sur l'histoire mondiale.

Katharine Hepburn (1907-2003)

Actrice, un modèle pour de nombreuses femmes.

John F. Kennedy (Né en 1917)

35e Président des États-Unis

Martin Luther King Jr. (Né en 1929)

Leader des Droits Civiques

Elvis Presley (Né en 1935)

Roi du Rock and Roll

Neil Armstrong (1930-2012)

Astronaute américain emblématique. Son célèbre pas sur la Lune et sa phrase mémorable « C'est un petit pas pour un homme, mais un bond de géant pour l'humanité »

2. Baby Boomers (1946-1964) :

L'expression « Baby Boom » est dérivée du mot anglais "boom", qui signifie une croissance soudaine et rapide. Les baby-boomers sont nés entre 1945 et 1964. La Seconde Guerre mondiale a été suivie d'une reprise économique qui a considérablement amélioré les conditions de vie de nombreuses personnes. Cette période a connu une explosion de la natalité, d'où le nom donné à cette génération. Durant ces années-là, la société n'a pas eu à subir de nombreuses crises économiques ; elle a plutôt été marquée par le mouvement pacifiste et environnemental. L'après-guerre a vu une forte demande de main-d'œuvre dans divers secteurs, ce qui a créé des opportunités d'emploi pour de nombreux travailleurs.

Cette génération nombreuse et très active, qui fait vivre l'économie depuis les années 1960, a bénéficié de sécurité et de permanence au travail. L'employé baby-boomer est loyal et fidèle à l'entreprise. Le consommateur baby-boomer consomme beaucoup, achète de l'utile, aime le confort et être rassuré. Le développement économique favorable ayant été un aspect social central à cette époque, on dit des baby-boomers qu'ils sont disciplinés, orientés vers la carrière et la performance. On dit souvent que le travail est pour eux une priorité.

Le plein emploi a eu des implications importantes sur le mode de vie des baby-boomers. Ils ont pu accéder à la propriété plus facilement, établir des familles et participer à la croissance de la classe moyenne. Pourtant cette période de plein emploi n'a pas été uniforme pour tous, et certains individus ont toujours fait face à des défis sur le marché du travail.

Bien qu'ayant initialement grandi dans un monde sans Internet, ils ont connu une adoption croissante des outils informatiques et ont appris à utiliser le web au fil du temps.

Adaptation aux Nouvelles Technologies :

Ils ont assisté à l'évolution rapide de la technologie, passant des premiers ordinateurs personnels aux smartphones et tablettes d'aujourd'hui. L'avènement d'Internet a radicalement transformé la manière dont les baby-boomers communiquent. Les e-mails, les réseaux sociaux et les applications de messagerie ont facilité la connexion avec des amis et des proches, même à distance. Ils ont intégré la recherche en ligne dans leur vie quotidienne, que ce soit pour obtenir des informations sur la santé, suivre l'actualité, ou explorer des sujets d'intérêt personnel. Nombreux sont actifs sur les réseaux sociaux tels que Facebook, Instagram et LinkedIn. Ils partagent des photos, des actualités, et restent connectés avec des amis et des membres de la famille. L'achat en ligne est devenu une pratique courante. Avec une plus grande utilisation d'Internet, les baby-boomers ont également pris conscience des questions de sécurité en ligne. Ils sont devenus plus prudents en ce qui concerne la protection de leurs données personnelles et la détection des fraudes en ligne.

Bill Gates né le 28 octobre 1955 ; cofondateur de Microsoft, est un exemple emblématique de cette génération. Gates a joué un rôle essentiel dans le développement de l'industrie informatique et a été une figure centrale de la révolution numérique.

En résumé, cette génération a marqué son époque par son appétit pour le voyage, sa passion pour la musique rock, son sens du style et son refus de se conformer aux stéréotypes

liés au vieillissement. Leur attitude résolument jeune et leur refus de vieillir ont contribué à façonner une vision plus dynamique du processus de vieillissement.

Aujourd'hui, les baby-boomers représentent le groupe le plus important de toutes les générations. Les personnes nées entre 1945 et 1964 atteignent progressivement l'âge de la retraite, ce qui, compte tenu de la proportion de cette classe d'âge au sein de l'ensemble de la société, entraîne un déficit considérable en termes de population active.

3. Génération X (1965-1980) :

La Génération X se situe dans une transition sociale : du déclin de l'impérialisme colonial à la chute du mur de Berlin (qui marqua la fin de la Guerre froide).

Cette génération a vécu un creux de vague au niveau professionnel, trouvant difficilement des emplois stables et bien rémunérés. Souvent considérés comme les enfants de la révolution technologique, les membres de la Génération X ont été les premiers à adopter les ordinateurs personnels et les téléphones portables. Ils ont été témoins de l'émergence d'Internet et ont été une force motrice dans la transition vers une société plus axée sur la technologie. Elles sont considérées comme la génération qui a été marquée par les premiers grands progrès technologiques (premier homme sur la lune, premiers ordinateurs, etc.) ; on parle d'ailleurs aussi de la génération MTV¹.

Selon les stéréotypes sur la « Gen X », cette génération est également axée sur la performance, mais elle agit de manière plus individuelle que la précédente. On dit aussi qu'elle s'en distingue en ce qu'elle recherche un équilibre entre vie professionnelle et vie privée ; ces personnes attachent davantage d'importance aux loisirs et à la qualité de vie que leurs aînés. Caractérisée par un mélange d'idéalisme et de réalisme, la Génération X a produit des personnalités influentes dans des domaines variés.

<i>Elon Musk (Né en 1971)</i>	Fondateur de SpaceX et Tesla
<i>Barack Obama (Né en 1961)</i>	44e Président des États-Unis
<i>Jeff Bezos (Né en 1964)</i>	Fondateur d'Amazon

Ces personnalités ne représentent qu'un échantillon des nombreuses figures influentes de la Génération X, qui a navigué à travers des évolutions majeures de la technologie, des médias et de la politique, contribuant ainsi à façonner le monde contemporain.

4. Génération Y (1981-1996) - Les Millennials :

Les Millennials ont grandi à l'ère numérique. Ils ont été les premiers à utiliser largement Internet et les médias sociaux. Contrairement à la génération X, cette génération a grandi dans un contexte de chômage et de crise financière et sait pertinemment qu'elle ne fera pas sa carrière dans une seule et même entreprise, mais a réussi à s'adapter à cette situation et à en tirer profit pour mieux profiter de l'instant présent.

¹ MTV (Music Television) est une chaîne de télévision américaine autrefois spécialisée dans la diffusion de vidéo-clips musicaux, détenue par le groupe média MTV Entertainment Group, lui-même détenu en totalité par la société Paramount Media Networks, une division de Paramount Global.

Ils recherchent des employeurs qui offrent des opportunités de développement professionnel, des formations et des perspectives d'avancement claires.

La génération Y a grandi à une époque où des questions comme le changement climatique, la mondialisation et le terrorisme ont commencé à occuper le devant de la scène. Plusieurs classifications indiquent que cette génération recherche un bon « équilibre entre vie professionnelle et vie privée » et qu'elle aspire, pour sa vie professionnelle, à quelque chose qui ait de la valeur et un sens. On dit de cette génération qu'elle apprécie l'individualité, tout en accordant une grande importance à la communauté.

Ces figures emblématiques reflètent la diversité des intérêts et des influences au sein de cette génération dynamique.

<i>Mark Zuckerberg (Né en 1984)</i>	Fondateur de Facebook
<i>Beyoncé (Née en 1981)</i>	Idole de la Musique et du Divertissement
<i>LeBron James (Né en 1984)</i>	Athlète et Entrepreneur

5. Génération Z (1997-2010) :

C'est bientôt la fin d'une époque et le début d'une nouvelle : la génération Z ne sera bientôt plus minoritaire sur le marché du travail. Dès l'année prochaine, elle devrait dépasser celle des baby-boomers — nés entre 1946 et 1965 — qui prennent leur retraite.

Les membres de cette génération, souvent décrits comme des natifs du numérique, sont caractérisés par leur engagement social, leur créativité, leur esprit critique et leur adaptabilité. Les Z ont été témoins de l'émergence des réseaux sociaux, du streaming en ligne et de l'activisme social numérique.

Les Réseaux Sociaux et la Génération Z, culture et comportement :

Les réseaux sociaux peuvent influencer les comportements en favorisant la comparaison sociale et en mettant en avant des normes souvent irréalistes. Cependant, ils peuvent également être des outils puissants pour la communication, la collaboration et le partage d'idées.

Les réseaux sociaux jouent un rôle croissant dans les domaines professionnels ; LinkedIn, véritable CV en ligne, est devenu en quelques années le plus grand réseau social professionnel au monde.

Les avancées technologiques, telles que les voitures autonomes et les appareils domestiques intelligents, peuvent améliorer notre vie quotidienne en termes de commodité et d'efficacité, mais soulèvent également des questions sur la vie privée et la dépendance à la technologie.

Instagram, Snapchat, TikTok, Twitter et Facebook, chaque plateforme a sa propre dynamique et est utilisée pour des types spécifiques de contenu. Il est important que les enfants et les jeunes apprennent à faire la différence entre les fausses informations et les sources crédibles car ces plateformes sont un terrain propice aux fake news².

² Les fake news sont des nouvelles mensongères diffusées dans le but de manipuler ou de tromper le public.

La capacité à évaluer de manière critique les sources d'information devient une compétence essentielle.

En conclusion, il est crucial de continuer à encourager la pensée critique, la créativité et l'autonomie chez les nouvelles générations pour qu'elles puissent tirer parti des avantages des technologies tout en restant conscientes des défis potentiels. Alors qu'ils entrent sur le marché du travail et façonnent l'avenir de la société, il est clair que la Génération Z apporte une perspective unique, marquée par la recherche de sens, l'entrepreneuriat précoce et une conscience aiguë des enjeux mondiaux. Leur capacité à naviguer dans un monde en constante évolution et à utiliser la technologie de manière novatrice promet de continuer à influencer les normes culturelles, professionnelles et sociales.

Ces personnalités, même à un jeune âge, ont déjà eu un impact significatif dans des domaines variés et dynamique de cette génération sur le monde.

Malala Yousafzai (Née en 1997) Militante de l'Éducation, lauréate du prix Nobel de la paix
Charli D'Amelio (Née en 2004) Influenceuse et Danseuse
Gitanjali Rao (Née en 2005) Inventrice et Scientifique

6. Génération alpha (2010-aujourd'hui) :

La Génération Alpha, née à partir du milieu des années 2010, émerge dans un monde en constante évolution, caractérisé par une technologie omniprésente et des changements sociaux rapides. Les Alphas ont été exposés aux smartphones, aux tablettes et à l'internet dès leur plus jeune âge. L'utilisation intuitive de la technologie fait partie intégrante de leur expérience quotidienne. La facilité avec laquelle ils manipulent la technologie favorise leur créativité et leur capacité à innover. Des compétences qui seront essentielles dans un monde en rapide évolution. La Génération Alpha incarne une nouvelle ère, et son impact sur la culture, la technologie et la société continuera d'évoluer au fur et à mesure de sa croissance. Les observer grandir nous offre une fenêtre sur les transformations à venir dans notre monde en constante mutation.

En conclusion, les six dernières générations, de la Génération Silencieuse à la Génération alpha, ont laissé une empreinte distincte sur le monde moderne. Chacune a été façonnée par des événements historiques, des avancées technologiques et des mouvements sociaux qui ont influencé leurs valeurs, leurs attitudes et leurs contributions à la société. Ensemble, elles forment une mosaïque dynamique reflétant l'évolution constante de la culture, de la technologie et des idées.

La Génération Silencieuse a apporté la résilience après les ravages de la Grande Dépression et de la Seconde Guerre mondiale. Les Baby Boomers ont été des acteurs clés des mouvements sociaux des années 1960, tandis que la Génération X a navigué à travers les premières vagues de la révolution numérique. Les Millennials, quant à eux, ont adopté la technologie numérique dès leur jeune âge, tandis que la Génération Z a grandi dans un monde hyperconnecté.

Il faut l'admettre, le fossé entre les générations entraîne souvent des conflits mais chaque génération apporte son propre ensemble de valeurs, de perspectives et d'aspirations à la table. Alors que les générations précédentes ont jeté les bases, les générations actuelles et futures continueront à façonner notre avenir collectif, apportant avec elles une diversité

d'idées et d'innovations. L'histoire en constante évolution de ces générations successives est ce qui rend notre société dynamique et résiliente.

En regardant vers l'avenir, il est important de reconnaître la diversité et la richesse des expériences de chaque génération.



Letizia Rocci

Référence bibliographique

<https://intergeneration.ch/fr/bases-de-connaissances/generations-par-categories/>

<https://intergeneration.ch/fr/bases-de-connaissances/concepts/>

<https://www.eurecia.com/blog/generations-x-y-z-sont-elles>

<https://www.psycho-ressources.com/bibli/generations-x-y-z.html>

www.toptut.com

<https://fr.wikipedia.org/wiki/MTV>

<https://www.projuventute.ch/fr/parents/medias-et-internet/fake-news>

[ChatGPT](#)

Des Zouzouteries Pour Tous Les Goûts

Bonjour amis retraités,

J'espère que vous avez bien traversé l'hiver et que le printemps, en revenant, vous trouvera en pleine forme. Aujourd'hui, je vous propose un méli-mélo de ce qui m'est venu à l'esprit durant le dernier trimestre. À tout seigneur, tout honneur, commençons par...

...NOUS, OUVRIERS FIRMENICH

Nous avons travaillé à l'ombre des usines,
La force de nos corps a coulé dans nos sueurs.
Nos cerveaux embués par de multiples vapeurs,
Nos dos se sont courbés pour laver les bassines.

Nous avons pesé et mélangé des produits volatils,
Usé nos yeux cachés derrière d'épaisses lunettes.
Pesé au gramme près à l'aide d'une pipette,
Ou des tonnes dans des cuves à la pompe mobile.



Nous avons emballé et étiqueté des flacons de toutes tailles,
Entassé des cartons sur des palettes par milliers.
Chargé et déchargé les camions mis à quai,
Sous la chaleur ou le froid qui glace les entrailles.

Nous avons, entre les murs blancs des ateliers,
Humer en permanence ces parfums mélangés,
Qui imprègnent les habits, les cheveux, les moustaches,
Et irritent les narines sans relâche.

Dans l'autre bâtiment, nous fabriquions des poudres,
Aromatisées à la banane, à l'orange, au poulet, voire à la sardine,
Qu'il fallait tamiser pour les rendre plus fines,
Même qu'avec de lourds sacs, il fallait en découdre.

Sur nos fronts, la sueur perlait de sous les casques,
Nos souffles étaient courts derrière les masques.
Nous traînions aux pieds, comme si c'étaient des briques,
Des chaussures de sécurité aux embouts métalliques.

En fin de journée, nous allions boire une bière
Dans l'un des bistrotts du coin,
Heureux d'être là avec tous les copains,
Certains d'avoir encore mérité nos salaires.

.....

*...Chers amis retraités, ouvriers aux usines,
Qui du soir au matin, et parfois même la nuit,
Trimaient sans vous plaindre car c'était la routine,
Même que vous étiez fiers de ce que vous aviez produit.*

*Vos souvenirs heureux s'accrochent à des détails,
Comme la clope vite grillée à l'abri des regards,
Ou la gnôle rajoutée à votre café noir,
Mais surtout à vos amitiés toujours restées sans faille.*

Je ne vous souhaite qu'une chose, car avec vous je suis,
RESTEZ EN BONNE SANTÉ ET PROFITEZ DE LA VIE.



(Il y a aussi des mauvais souvenirs.)

Je joins les dames à cet hommage, mais l'écriture inclusive ne permet ni vers ni rimes, sorry.

A QUESTIONS ABSURDES, REPONSES IDIOTES, QUOI QUE

Le jour se lève-t-il toujours du bon pied?

- *Oui car il se lève de son piédestal*

Quand la nuit tombe est-ce qu'elle se fait mal?

- *Non car elle tombe des nues*

Dans quel lit se couche le soleil?

- *Dans le lyrisme*

On dit UNE heure, alors pourquoi dit-on quelle heure est-il? et non quelle heure est-elle?

- *Pour nous faire perdre notre temps*

Peut-on consoler un saule pleureur?

- *Non car les fleurs du saule pleureur sont ses larmes*

Pourquoi ne dit-on pas « un grand beaucoup » alors qu'on dit « un petit peu »?

- *Parce qu'un grand beaucoup c'est flou et un petit peu c'est tassé*

Les fruits du hasard sont-ils comestibles?

- *Oui si le hasard fait bien les choses*

Un sommeil lourd déforme-t-il le matelas?

- *Non, il déforme l'oreiller léger comme une plume*

Passe-t-on une nuit blanche quand trop de lumière nuit ?

- *Oui, surtout si c'est la pleine lune*

Est-ce que les gauchers passent l'arme à droite ?

- *Oui, sauf s'ils sont gauchers des deux mains*

Vaut-il mieux porter des bretelles quand on a l'estomac dans les talons ?

- *Oui autrement il faut se serrer la ceinture*

Il y a-t-il des amours perdues au bureau des objets trouvés ?

- *Oui car pour un amour perdu il y en a 10 de retrouvés*

Que devient le côté pile quand on a perdu la face

- *Il essaye de recharger ses batteries*

Suffit-il de faire une tache pour éviter le syndrome de la page blanche ?

- *Peut-être mais vaut mieux prendre une page d'une autre couleur*



Faut-il planter une graine pour voir fleurir des idées ?

- *Oui, si tu trouves la graine idéale*

A quoi ça sert de parler pour ne rien dire ?

- *A ne pas se faire comprendre*

Peut-on s'allonger en écoutant des histoires à dormir debout ?

- *Oui, sauf si vous êtes sous la douche*

Si la terre est ronde comment peut-on aller au bout du monde ?

- *En restant sur place là où les deux bouts se rejoignent*

Est-il possible de voler un cœur à prendre ?

- *Non car il est à prendre ou à laisser*

Avec quoi attache-t-on une langue bien pendue ?

- *Avec le fil des mots*



(inspiré, repris, modifié ou moi-même inventé grâce aux textes de la poétesse et chanteuse genevoise Phanee de Pool, que je vous recommande)

Une fois n'est pas coutume, le texte ci-dessous n'est pas de moi, mais de Henri Tachan, auteur-compositeur-interprète français né en 1939 et décédé en juillet 2023. Adoubé par Brel et Brassens, cet artiste anticonformiste et poète reconnu a eu ses heures de gloire jusqu'à l'arrivée de Mitterrand au pouvoir, qui le fit boycotter en raison de ses textes critiques envers la société. Peut-être que certains d'entre vous s'en souviennent. J'ai voulu publier ce texte car il reflète un peu mon état d'esprit et correspond assez bien aux pensées de certains vieux que nous sommes devenus.

LORSQUE JE SERAI VIEUX

Lorsque je serai vieux, au terme du voyage,
Mes yeux regarderont encore le paysage.
Et je serai bien plus qu'avant émerveillé,
Car j'aurai de nouveau mes grands yeux d'écolier.

Ah, que vienne le temps de la pause-vieillesse,
Que je retrouve enfin un peu de ma jeunesse.

Lorsque je serai vieux, je pardonnerai tout,
L'apathie des moutons et la hargne des loups.
Et je me moquerai de ces chagrins d'amour,
Qui me venait jadis tous les sept ou huit jours.

Ah, que vienne le temps de la pause-vieillesse,
Que des drames d'antan je me désintéresse.

Lorsque je serai vieux, je fixerai les pierres,
Je humerai le vent et la pluie et la terre.
Et je m'arrêterai pour saluer un arbre,
Le vernis d'une feuille ou les veines du marbre.

Ah, que vienne le temps de la pause-vieillesse,



Que je contemple enfin ce que les autres laissent.

Lorsque je serai vieux, ma mie, tu seras vieille,
Et nous n'aurons tous deux plus de nez ni d'oreilles.
Pour entendre leurs bruits ni de dents pour nous mordre,
Il sera mort enfin le temps de nos désordres.

Ah, oui, vienne le temps de la pause-tendresse,
Ma mie, ce joli temps de la prime vieillesse.
Ah, que vienne le temps où je vais verveiner,
Où ton cœur contre moi viendra dodeliner.....

Comme j'adore la Bretagne et ses phares et afin de fêter le retour du printemps je terminerai avec cette photo et le tableau que j'en ai fait sur place du phare de Ploumanac'h.



Joyeux Printemps..... Votre Zouzou

Nouvelles du groupement

Les prises de retraites

Monsieur Dermot CASEY, Madame Véronique GRANDE DIMITRIO,
Monsieur Claude JAQUIER, Monsieur Jean-Charles KUHN, Monsieur Patrick LELANDAIS,
Madame Violette LEUENBERGER, Madame Isabelle MANSIEUS, Monsieur Michel MERKT,
Monsieur Jérôme MONTAZ, Monsieur Luis NICOLAS, Monsieur Marco TRAVAS
*à qui nous souhaitons une belle retraite et
que nous espérons rencontrer à nos activités du groupement.*

Nos nouveaux membres

Monsieur Vincent RAUTENSTRAUCH
que nous accueillons avec beaucoup d'enthousiasme.

Décès

Monsieur René BENEZETH, Madame Marjorie BOREL, Madame Marceline DOUSSE,
Madame Alice FASEL, Monsieur Alain GUILLON, Monsieur Daniel MARTHE,
Madame Narcisa PERROUX, Madame Emma SCHMID
Nous présentons nos sincères condoléances à leurs familles.

Remerciements

Merci!

Tous les membres du groupement remercient très sincèrement la direction de dsm-firmenich pour les étrennes de fin d'année, toujours très appréciées et également bienvenues.

Nous recherchons

L'IA (Intelligence Artificielle) ne pourra jamais remplacer la belle équipe de bénévoles qui anime actuellement notre groupement des retraités et retraitées, c'est pourquoi nous sommes à la recherche de volontaires non seulement pour écrire des articles pour notre journal, mais aussi pour rejoindre notre comité qui effectue tant de tâches créatives et intéressantes pour le bonheur de tous nos membres.

Ensemble, nous pouvons faire de notre groupement de retraités et retraitées un lieu encore plus enrichissant : soumettez vos idées d'articles ou vos textes complets pour notre journal, suggérez des excursions dont vous en avez fait une belle découverte. Nous sommes ouverts à une variété de sujets, alors laissez libre cours à votre créativité et joignez-nous ou contactez-nous.



N'hésitez pas, nous sommes à l'écoute sur info@firetraite.ch ou notre Président attend votre appel téléphonique au +41 22 792 17 80 pour en discuter.

Nous vous attendons impatiemment.

Mercredi 21 mars 2024



AUJOURD'HUI
C'EST LE PRINTEMPS
ET LA JOURNÉE
SANS VIANDE...



ALORS, MANGEZ
DES FLEURS!...



MAIS ÉVITEZ LES ROSES
C'EST PAS TOP.