

La Fondation Claire Magnin  
à vos côtés depuis 1963

## Valeurs

**Claire Magnin,  
Fondatrice de la FCM  
en 1963**

## Défis

**Roger Hartmann,  
Directeur Général  
depuis 1990**

**Anne Parelle,  
nouvelle Directrice Générale  
dès 2023**

## Succession

## Missions

DOSSIER  
**Composer  
avec les  
dépendances**

REGARD  
**Les nouveaux  
visages de  
la Direction**

AIR DU TEMPS  
**Échanges  
intergénérationnels**



RIDEAUX-DÉCORATION-RIDEAUX-DÉCORATION-RIDEAUX-DÉCORATION-RIDEAUX

### Sylvia Moret-Gabriel

Courtepointière - Dentellière

Route d'Ursy 50

1674 Vuarmarens

sylvia.moret@rideaux-decoracion.ch

Tél. 021 909 56 20

Fax 021 909 61 55

Natel 079 335 47 39

### Ganty sa

sanitaire  
chauffage  
ferblanterie  
couverture

1071 Chexbres

Grand-Rue 9

tél. 021 946 14 25

fax 021 946 31 85

portable 079 446 03 33



CAVE DES ROIS

GRANDS VINS SUISSES

Grognuz Frères & Fils

www.cavedesrois.ch



Menuiserie  
en tout genres  
Agencement  
de cuisine  
Fenêtre - porte

### Jossevel & Fils

Entreprise de menuiserie - M + F  
1070 Puidoux - Tél. 021/946 18 37 - Fax 021/946 31 40

### TOBERINI FRERES

- Plâtrerie-peinture
- Papiers peints

Rue des 2 Marchés 9, 1800 Vevey  
Tél./Fax 021 921 20 06 - Natel 079 435 07 48  
Natel 079 678 35 02 - toberini.peint@bluewin.ch



### AS Ascenseurs

*simplement  
plus proche*

AS Ascenseurs SA  
En Budron A9  
1052 Mont-sur-Lausanne

Téléphone 021 654 76 76  
Téléfax 021 654 76 90  
email as-lau@lift.ch

L'énergie  
c'est la vie!

Economies d'énergies et efficacité énergétique...  
...nos objectifs pour les générations futures.

**AVIA, des produits pour l'avenir!**  
Où que vous soyez, nos conseillers sont à votre écoute.

**Appelez-nous au 021 644 20 60**



**AVIA**

L'Energie à visage humain, dans votre région!

### VOTRE PUBLICITÉ ICI!

Contactez-nous  
au 021 989 29 86  
ou admin@fcm63.ch  
pour toutes informations



ELECTRICITE • TELEMATIQUE  
LAUSANNE • 021 651 20 30  
CHEXBRES • 021 946 36 46  
www.cupelin.ch



«Nous voulons garantir la poursuite d'une philosophie familiale»

<b>Brèves</b>	<b>5</b>
<b>Regard</b>	<b>6</b>
<b>Dossier</b>	<b>8</b>
<b>Journal</b>	<b>12</b>
<b>Zoom santé</b>	<b>14</b>
<b>Rencontre</b>	<b>16</b>
<b>Air du temps</b>	<b>18</b>



Impressum N°1-2022  
 Responsables de la publication  
 Isabelle Lumière  
 Olivier Perrochet  
 Rédaction  
 Sophie Es-Borrat  
 Isabelle Lumière  
 Graphisme  
 Letizia Locher G-DA  
 www.letizialocher.ch  
 Impression  
 CopyPress Sàrl, Puidoux  
 Tiré à 900 exemplaires  
 ©2022 Fondation Claire Magnin,  
 tous droits réservés.

L'utilisation du genre masculin a été adoptée afin de faciliter la lecture et n'a aucune intention discriminatoire.

Chères Lectrices, Chers Lecteurs,

Cette nouvelle année se présente à la fois comme l'année de transition, mais également comme la suite logique d'une institution familiale, à laquelle je suis profondément attaché.

Après plus de 30 ans à la tête de cette Fondation, qui porte tout de même le nom de ma maman, je prendrai ma retraite en 2023.

Avec la nomination récente de la future Direction Générale, reprise par Anne Parelle, actuelle Directrice de l'Hébergement, et Stéphanie Raemy en tant qu'adjointe (actuellement à la tête du Département Administration et Finances), nous voulons garantir la poursuite d'une philosophie familiale et d'un concept d'accompagnement mettant le résident au centre de toutes les préoccupations.

Ainsi donc, le passage de témoin se fera de façon progressive tout au long de l'année, laissant place dès le 1<sup>er</sup> janvier 2023 à la succession directoriale. Mon engagement pour la Fondation se poursuivra tout de même, sous la forme de mandats liés aux projets de construction des *Berges du Léman* et de *Miremont*, ainsi que par ma présence au sein du Conseil de Fondation.

Persuadé que vous ferez bon accueil à ces nominations, je me réjouis de rencontrer la majorité d'entre vous cette année encore, et je vous remercie pour votre active participation aux nombreux succès de notre institution au fil des ans.

**Roger Hartmann**  
 Directeur Général




**CAUDERAY**  
ENTREPRISE GÉNÉRALE D'INSTALLATIONS ÉLECTRIQUES



Rte de Genève 64  
1004 Lausanne  
Tél. 021 620 0 900  
Fax. 021 620 0 901  
info@cauderay.com  
www.cauderay.com



**AZOPPI**  
Sàrl

**CHEXBRES**  
www.zoppi-peinture.ch  
T +41(0)21 946 11 40  
M+F



**PLÂTRERIE - PEINTURE - ISOLATION**



**ConcoRdance**  
Restauration

**Restauration collective**

la bonne gestion de vos repas

Des produits frais et de proximité cuisinés dans les règles de l'art pour une alimentation saine et équilibrée



**urbanCroc**  
since 1993

**Notre restaurant**  
urbancroc.ch

un univers différent pour manger des plats sympas à un prix correct

Route du Verney 18, 1070 Puidoux



**ConcoRdance**  
Traiteur

**Service traiteur**

notre savoir-faire pour vos manifestations ou événements particuliers

Demandez-nous une offre !

**Visitez notre nouveau site : concordance.ch**

**fidinter**

Rue des Fontenailles 16 - Case Postale - 1001 Lausanne  
Tel. 021/614 61 61 – Fax 021/614 61 60  
www.fidinter.ch

**Révision, Comptabilité, Conseil d'entreprise et fiscal, Mandats fiduciaires**  
Lausanne, Zoug, Zurich

CHAMBRE  FIDUCIAIRE - FIDUCIAIRE | SUISSE - 

## COVID: POINT DE SITUATION

Avec l'allègement des mesures liées au COVID, résidents, collaborateurs et visites voient leur quotidien facilité.

Désormais, les résidents peuvent profiter des visites dans les chambres, les espaces communs ou aux cafétérias, et les visiteurs ne sont plus soumis à l'obligation de présenter un passeport COVID. Toutefois, poursuivant la mission de protection de nos résidents, le port du masque, la désinfection des mains et le respect de la distance restent pour l'heure de rigueur pour toutes et tous.

## ERRATUM

Une coquille s'est glissée dans notre édition n°4 – décembre 2021, dans l'orthographe du prénom de notre Chef de cuisine, M. Guy-Bernard Pittier. Toutes nos excuses, spécialement au principal concerné !

## ALIMENTATION

La Direction organise de façon régulière une rencontre sur les différents sites avec notre partenaire en restauration collective, Concordance SA. Les résidents y sont conviés, afin d'évaluer la qualité des repas proposés, et entendre les besoins et envies de nos pensionnaires.

L'alimentation est un vaste sujet, et tout est mis en œuvre pour satisfaire le plus grand nombre. Aussi, pour répondre à la demande des résidents, c'est une raclette qui a été servie à la fin février, à la plus grande satisfaction des résidents des *Hirondelles*.

## UN RÉSIDENT CENTENAIRE

Résident des *Hirondelles* à Clarens, M. Henri Marmier a fêté son 100<sup>e</sup> anniversaire le 2 mars 2022. Une agape lui a été organisée, et les représentants de la Municipalité de Montreux et de la Direction de la FCM lui ont adressé félicitations et présents.



## LECTURE DE CONTES PHILOSOPHIQUES

**Réfléchir, exprimer son avis sur une problématique donnée, partager autour d'opinions différentes, c'est enrichissant ! La lecture de contes philosophiques est une activité très appréciée des résidents et des animateurs.**

Nous avons le plaisir de vous faire profiter ci-dessous d'un texte appelant à la réflexion. N'hésitez pas à nous donner votre avis, en écrivant à l'adresse [admin@fcm63.ch](mailto:admin@fcm63.ch).

Il était une fois un garçon avec un sale caractère. Son père lui donna un sac de clous et lui dit d'en planter un dans la barrière du jardin chaque fois qu'il perdrait patience et se disputerait avec quelqu'un.

Le premier jour, il en planta 37 dans la barrière.

Les semaines suivantes, il apprit à se contrôler, et le nombre de clous plantés dans la barrière diminua jour après jour : il avait découvert que c'était plus facile de se contrôler que de planter des clous.

Finalement, arriva un jour où le garçon ne planta aucun clou dans la barrière. Alors il alla voir son père et il lui dit que, pour ce jour, il n'avait planté aucun clou. Son père lui dit alors d'enlever un clou dans la barrière pour chaque jour où il n'aurait pas perdu patience.

Les jours passèrent et finalement le garçon pu dire à son père qu'il avait enlevé tous les clous de la barrière.

Le père conduisit son fils devant la barrière et lui dit : « Mon fils, tu t'es bien comporté mais regarde tous les trous qu'il y a dans la barrière. Elle ne sera jamais comme avant. Quand tu te disputes avec quelqu'un et que tu lui dis quelque chose de blessant, tu lui laisses une blessure comme celle-là. Tu peux planter un couteau dans un homme et après lui retirer, mais il restera toujours une blessure. Peu importe combien de fois tu t'excuseras, la blessure restera. Une blessure verbale fait aussi mal qu'une blessure physique. »

*Conte de la barrière*  
Bernard Lamailoux

# Les nouveaux visages de la Direction de la FCM

Deux femmes prendront la suite de Roger Hartmann en 2023 : Anne Parelle en tant que Directrice Générale et Stéphanie Raemy, qui la secondera en qualité d'adjointe. Toutes deux ont pour objectif de perpétuer les valeurs qui ont poussé Claire Magnin à créer la Fondation il y a bientôt 60 ans.

**NOMINATIONS** A l'issue d'un processus de recrutement, le Conseil de Fondation a déterminé à l'unanimité la succession de Roger Hartmann à la Direction Générale de la FCM, lorsqu'il prendra sa retraite l'an prochain. Il a fait le choix de donner suite à une candidature interne, en nommant Anne Parelle, infirmière de formation, qui a rejoint la Fondation Claire Magnin en mai 2018.

D'abord Directrice des soins et de l'accompagnement sur tous les sites de la FCM, Anne Parelle a vu l'axe hôtelier s'ajouter à ses attributions, trois ans plus tard. Ceci lui donne une excellente compréhension de la Fondation et lui permet de donner des impulsions qui lui tiennent à cœur.

« Passer par ces deux étapes a été hyper formateur, avoue Anne Parelle. J'estime ainsi avoir acquis une bonne vision, aussi bien des collaborateurs que des prestations qui sont proposées à nos résidents. Ça me permet de développer les synergies et les interactions entre les différents secteurs d'activité. Les uns sans les autres, on ne peut pas fonctionner. »

## L'union fait la force

Reprendre la Direction Générale implique également de maîtriser les aspects techniques et les chiffres. Pour ces derniers, Anne Parelle pourra compter sur le soutien de son adjointe, Stéphanie Raemy. Détentrice d'un brevet fédéral en finance et comptabilité, ainsi que d'une spécialisation en gestion hospitalière, elle a intégré la Fondation Claire Magnin pour un remplacement en décembre 2005, avant d'être engagée pour une durée indéterminée.



Anne  
Parelle  
Directrice  
Générale  
01.01.2023

Forte de son expérience de responsable des Finances depuis 2010, elle guidera la nouvelle Directrice Générale dans son domaine de compétences. Et Stéphanie Raemy est convaincue du bienfondé de la nomination d'Anne Parelle, avec laquelle elle collabore déjà avec grande satisfaction et plaisir. « Sur le plan professionnel, dans les tâches que nous avons en commun, Anne a toujours fait un excellent travail. Elle a mon entière confiance ! De plus, elle est toujours souriante et lumineuse. »

La période de transition avant la mise en place de la nouvelle Direction Générale a déjà commencé. Durant celle-ci, Anne Parelle,

« Nous ferons en sorte que les résidents et les collaborateurs restent les priorités de la Fondation Claire Magnin »

Stéphanie Raemy  
future Directrice Générale adjointe

Succession

Défis



Stéphanie Raemy  
Directrice Générale adjointe  
01.01.2023

Stéphanie Raemy et Roger Hartmann collaborent encore plus étroitement, pour que le passage de relai au 1<sup>er</sup> janvier 2023 se fasse dans les meilleures conditions. Après cette date, Roger Hartmann ne quittera pas le navire, puisqu'il siégera encore au Conseil de Fondation : un filet de sécurité supplémentaire pour celles qui lui succéderont.

#### Écrire la suite de l'histoire

« Au-delà de prendre une Direction Générale, ce qui a d'ailleurs suscité beaucoup de questionnements au moment de décider de ma postulation, je porte aussi une histoire, explique Anne Parelle. Claire Magnin a créé la Fondation, son

filis l'a reprise et développée, et je pense que c'est aussi ça qui a fait la force de la FCM.

Même si je n'ai pas de lien filial, faisant partie de la Fondation depuis plusieurs années, je dois m'efforcer d'en assurer le prolongement. »

« Le départ de Monsieur Hartmann de la Direction sera un virage marquant pour la FCM, mais nous poursuivrons dans la même lignée, affirme Stéphanie Raemy. Nous ferons en sorte que les résidents et les collaborateurs restent les priorités de la Fondation Claire Magnin. »

#### Des valeurs en héritage

Selon Anne Parelle, « le plus gros défi est d'assurer la continuité de l'énorme travail qui a été fait par M. Hartmann. Il s'agit de veiller à ce que les valeurs portées par Madame Magnin perdurent, même si les années passent. L'humanisme est la marque de fabrique de la FCM, ainsi que le respect et l'interdisciplinarité. »

Depuis ses débuts en tant qu'infirmière, il y a plus de 20 ans, Anne Parelle tient à maintenir un professionnalisme irréprochable, grâce à une structure adaptée répondant au niveau de qualité qu'exige la mission qui lui est confiée. « À la fois très honorée de prendre le relai et consciente des enjeux, je suis sereine parce que je ne fais pas ça seule. Il y a Monsieur Hartmann, Stéphanie en qui j'ai entière confiance et toute une équipe de professionnels : je suis très bien entourée ! » Ainsi donc, la succession directoriale est en place, garantissant la poursuite des missions de la FCM et des valeurs qui sont les siennes depuis près de 60 ans.

# Composer avec les dépendances

Le dicton populaire le résume bien :  
« Quand on aime, on ne compte pas ». Et à doses déraisonnables,  
une substance ou une activité, source de plaisir, peut devenir un poison  
aux conséquences désastreuses. A la FCM, les questions d'addiction  
trouvent des réponses dans un accompagnement adapté.

**ADDICTIONS** Jeux, alcool, cigarettes, codépendance affective, écrans, cannabis ou autres drogues, etc. : les addictions sont multiples et concernent de nombreuses personnes.

Si les établissements de la Fondation Claire Magnin ne sont pas des centres de traitement spécialisés en la matière, l'accompagnement des résidents présentant ce type de troubles y est adaptée, pour répondre au mieux à leurs besoins.

À Leysin, la structure psychosociale médicalisée *L'ODMER* (Objectif de maintien et réinsertion) accueille jeunes et adultes. « Nous accompagnons la personne qui arrive ici avec une addiction de manière globale et grâce à un réseau centré sur la personne, comprenant une aide extérieure comme l'UTA (Unité de traitement des addictions) d'Aigle et la FVA (Fédération vaudoise contre l'alcoolisme) », explique Laury Catel, infirmière cheffe de la mission de réinsertion.

## Un entrelacement de difficultés

Le Docteur Tarek Bdeir Ibañez est psychiatre consultant sur les sites *L'ODMER* et *Le Soleil* à Leysin depuis plusieurs années. Il y effectue des visites régulières, deux à quatre fois par mois, et participe à l'accompagnement pluridisciplinaire des résidents.

A la question « est-ce la détresse psychologique qui engendre l'addiction ou l'inverse ? », il répond « C'est comme l'œuf et la poule. Les deux sont possibles : les substances peuvent libérer un peu de la détresse psychique, et elles peuvent aussi en provoquer. »

Si la consommation de certaines substances est susceptible de soulager, elle comporte aussi des risques, dont la dépendance physique. « Sur

le plan psychique, détaille Docteur Tarek Bdeir Ibañez, l'addiction devient pathologique quand elle a un impact sur votre vie, votre quotidien, votre développement individuel, votre travail, votre réseau social et familial... La perte de contrôle et de maîtrise de la substance est déterminante. Cela peut détruire la vie des gens et causer des dégâts irréparables. »

Face à ces dangers, stopper complètement et pour toujours le comportement problématique n'est pas la seule réponse. Du moins, elle ne l'est plus, comme le révèle Laury Catel. « Avant, les institutions prônaient plutôt l'abstinence totale, avec un bilan assez mitigé. La prise en charge s'est ensuite recentrée sur les résidents, et se base maintenant sur leurs besoins et leurs envies, qui sont devenus prioritaires. »



« L'addiction devient  
pathologique quand elle a  
un impact sur le quotidien »

D<sup>r</sup> Tarek Bdeir Ibañez, psychiatre



### Les résidents, acteurs de leur prise en charge

L'éducatrice sociale Manon Perrier, au bénéfice d'une formation spécifique sur les addictions (voir encadré page 11), ajoute : « Dans les concepts de rétablissement, nous déterminons ce qui peut être fait avec le résident et autour de lui, pour qu'il puisse avoir la vie qu'il souhaite. Ce ne sont plus seulement les professionnels qui décident de ce qui est le mieux pour lui. Le résident fait partie intégrante du réseau et de sa prise en charge. »

Un changement que Nathalie Christinet accompagne, en tant que chargée de missions stratégiques au pôle psychiatrie et addiction de la Direction de l'accompagnement et de l'hébergement au Département vaudois de la santé et de l'action sociale. « Notre préoccupation est de rester centrés sur les besoins des bénéficiaires et pour cela nous soutenons régulièrement les institutions, afin qu'elles puissent assurer les prestations nécessaires dont font partie les programmes individualisés. L'expertise du Pôle est mise à disposition des professionnels. »

Une fois le problème détecté, après une prise de conscience spontanée ou induite, un objectif

peut être défini, qu'il s'agisse de consommation diminuée, contrôlée, ou d'abstinence.

Parfois, des traitements de substitution, comme la méthadone, servent de béquille dans le processus de changement.

Pour atteindre le but visé, le Docteur Tarek Bdeir Ibañez intervient de différentes manières. « Sur le plan psychothérapeutique, nous pouvons chercher à savoir pourquoi et comment l'addiction a commencé et déterminer les moments à risque. Il y a également un aspect pharmacologique, avec des médicaments permettant de réduire la consommation et de la rendre moins dangereuse. »

### Trouver une solution pour chacun

Parfois, la pharmacopée peut elle-même être la source du problème, comme le confirme le psychiatre. « C'est vrai pour certaines familles de médicaments, qui, prescrits de la mauvaise manière, peuvent induire une dépendance. Alors, évidemment, il faut faire attention, parce qu'à long terme, ils peuvent aussi créer des dégâts neurocognitifs importants. »

L'autodétermination est une clé principale du succès de la démarche, quelle qu'elle soit, même si ce n'est pas une garantie de succès. « Il y a encore de nombreux obstacles, concède Laury Catel, cela fait partie de la psychiatrie et des prises en charge. À chaque fois, nous nous questionnons et nous discutons en équipe. C'est une richesse au sein d'ODMER. »

Parmi ces obstacles : les rechutes, les difficultés à gérer les émotions et le quotidien, la vision de leur existence par les résidents, la peine à parler de leurs problèmes... « Sortir d'une addiction, c'est une reconstruction, schématiser Manon Perrier. On émet des hypothèses de compréhension de certaines situations, on élabore des pistes d'actions envisageables, et on va les essayer jusqu'à trouver celle qui correspond à la personne. »



« La prise en charge se base sur les besoins et envie des résidents »

Laury Catel, infirmière cheffe de la mission de réinsertion

## Bienveillance et résilience

**MISSION** En tant qu'infirmière, j'ai été formée à soigner les patients et à aller vers la guérison. Au sein de la Fondation Claire Magnin, plus particulièrement à ODMER, ma vision s'est élargie. Certaines personnes auprès desquelles nous intervenons ont un parcours de vie très difficile.

Notre mission est de les accompagner sur le chemin de la réhabilitation, de la meilleure manière possible ; lorsque ça va bien, mais aussi dans les moments difficiles, toujours avec bienveillance.

Nous réfléchissons en équipe pluridisciplinaire, avec le réseau et les différents intervenants, afin de mettre en place un cadre et un accompagnement plus soutenus lorsque les résidents en ont besoin. Toutefois, nous n'allons jamais à l'encontre de leur volonté et de leurs désirs. Notre rôle est de travailler avec eux. On peut induire une prise de conscience, mais si une personne ne veut pas changer, impossible de l'y obliger.

Le résident doit pouvoir être acteur de ses choix. Si les objectifs ne sont pas les siens, c'est en général voué à l'échec. L'accompagnement individualisé ne garantit pas une réussite immédiate, mais les revers ne sont pas une fin en soi.

Nous devons également admettre nos limites et, si nécessaire, réorienter le résident vers un autre lieu de vie, avec le soutien du réseau, pour répondre aux besoins des résidents et qu'ils bénéficient d'une prise en charge la plus adaptée et optimale possible. C'est important d'être conscient des limites institutionnelles.

**Laury Catel**

**Infirmière cheffe de la mission de réinsertion**

### Addictions : Quelques chiffres en Suisse



#### Admission en traitement dans les institutions spécialisées :

**41,2% alcool** comme  
problème principal.  
**46 ans** en moyenne,  
**dont 68 % d'hommes.\***



#### Admission en traitement dans les institutions spécialisées :

**7,8% cocaïne** comme  
problème principal.  
**33 ans** en moyenne,  
**dont 81 % d'hommes.\***



#### Utilisation problématique d'internet dans la population de 14/15 ans et plus :

**39% usage régulier**  
(6'500'000 personnes).  
**1% à 4%** de la population  
(73'000 à 290'000 personnes)  
en ont un usage problématique.\*

## Une spécialisation pour mieux répondre aux besoins

**FORMATION** Manon Perrier, engagée auprès de la FCM depuis septembre 2018, a suivi une formation postgrade durant une année. En complément au cursus d'éducatrice sociale, ce «CAS addictions» lui a permis d'approfondir ses connaissances en la matière, compétences qu'elle met en pratique à temps plein au sein de l'établissement ODMER à Leysin. Elle revient sur cette formation et ses apports.

### Quel est le programme de ce certificat en cours d'emploi ?

Le premier module théorique aborde toutes les dépendances, liées ou non à des substances : quels sont leurs effets, notamment sur le cerveau, les symptômes de sevrage... Il donne une meilleure vision globale de ce qu'est une addiction et de ce qu'elle provoque. D'autres parties sont consacrées aux techniques d'entretiens, motivationnels par exemple, et les approches cognitivo-comportementales, systémiques, ainsi que la prise en charge des personnes. Nous avons aussi abordé l'historique de la problématique dans le monde. La Suisse est d'ailleurs pionnière en la matière. Par son expérience avec les scènes ouvertes de la drogue, comme à Zurich avec le Platzspitz, elle a mis en place les quatre piliers de l'addiction : répression, thérapie, prévention et réduction des risques. Enfin, avec des cas pratiques, nous avons analysé des situations et mis en place des options selon ce que nous avons vu pendant les cours.

### Mener de front le travail et les études, n'était-ce pas compliqué ?

Non, ça m'a permis de questionner ma pratique tout en apprenant. Sans ça, nous avons tendance à nous baser sur nos acquis. Ces cours remettent un « coup de boost » à notre réflexion, et permettent d'avoir d'autres visions, ainsi que de suivre les nombreuses évolutions et de remettre en question les manières de travailler.

### Est-ce que cette formation vous est utile au quotidien ?

Les personnes présentant des troubles psychiatriques ou des traumatismes sont à risque par rapport aux addictions, elles sont parfois plus un symptôme que la maladie en elle-même. Ici, il y a souvent plusieurs pathologies qui s'accumulent, et beaucoup de personnes sont consommatrices, d'alcool ou de cannabis principalement. Nous avons également d'anciens toxicomanes ; cette approche est alors intéressante et importante pour réagir de manière adéquate et connaître les options possibles pour travailler avec les résidents.

**Manon Perrier**  
Éducatrice sociale



### Types d'addictions rencontrées sur les sites FCM de Leysin :

**Alcool,  
Drogues dures (p. ex. cocaïne),  
Drogues douces (p. ex. cannabis),  
Jeux (argent et vidéo).**

« Ces cours permettent de remettre en question les manières de travailler »

Manon Perrier, éducatrice sociale

# Tordre le cou aux idées reçues

Infirmier en EMS ? Rares sont les jeunes diplômés qui rêvent de le devenir au sortir de leur formation. La faute à des idées reçues qu'un projet souhaite déconstruire.

**VALORISATION** Poste de fin de carrière, travail routinier sans intérêt, manque de technicité... Le rôle infirmier dans les établissements médico-sociaux est victime de clichés qui, s'ils ont erronés, ont la peau dure. Afin d'y remédier, l'école La Source et la Fondation Claire Magnin ont mis sur pied un projet inédit.

Instigatrice du projet avec le Directeur de la Haute École de Santé La Source, où elle était alors doyenne des affaires académiques, Anne-Claude Allin explique : « La volonté est de changer la représentation que se font les étudiants et les professionnels du travail en EMS, grâce au témoignage de jeunes diplômés. Dans ce premier emploi, ils découvrent le milieu des soins, décrivent ce qu'ils font concrètement et précisément, quelles sont les compétences développées, leur étendue de pratique... »

Pour mener à bien cette entreprise, il fallait donc des volontaires, avec un poste à la FCM à la clé, dont 10% du temps de travail est dévolu à la documentation de leur quotidien et aux différentes autres tâches relatives à ce programme. Mais sur les quelque 160 étudiants en dernière année de formation, seuls trois ont participé à la présentation du projet en 2021, ce qui prouve la nécessité de la démarche.

« Le but est de promouvoir le travail infirmier en EMS auprès des jeunes et des professionnels »

Anne-Claude Allin, initiatrice du projet

## Témoigner du quotidien en EMS

Si les urgences et les soins aigus sont plus attirants pour celles et ceux qui entrent dans la vie active, finalement, deux personnes ayant terminé leur formation avec succès l'an dernier se sont lancées dans l'aventure. L'une a été engagée au premier octobre, l'autre en ce début d'année. Après deux stages effectués aux *Berges du Léman* et aux *Pergolas* pendant sa formation, Angela Banaco est la première à avoir signé pour apporter son expérience et contrer les préjugés. « Au début, j'avais très peur que ce ne soit pas mon domaine. Mais en psychogériatrie, je suis tout de suite tombée amoureuse des personnes âgées, je les adore. Un lien s'est créé très facilement. Certains ont vécu des choses incroyables ;



ils ont tellement de choses à nous apprendre ! »

Engagée aux *Hirondelles*, la jeune femme a donc pour mission de rédiger un journal de bord, dans lequel elle détaille les situations rencontrées durant la journée et ses impressions. « Il y a aussi une grille d'étendue de la pratique infirmière, à remplir plusieurs fois durant cette année, pour voir comment les choses évoluent, s'il y a éventuellement des pans de la pratique qui ne sont pas couverts ou utilisés », ajoute Anne-Claude Allin.

#### **Intervenir à la source**

À cela s'ajoutent des recherches dans la littérature consacrée à ce sujet, qui serviront à l'écriture d'au moins un article à paraître dans une revue spécialisée, ainsi que la préparation d'une présentation destinée aux écoles. Pour Anne-Claude Allin, il est essentiel d'intervenir à la source, dans tous les sens du terme. « Le but est de promouvoir le travail infirmier en EMS auprès des jeunes, mais aussi des professionnels, parce que ce sont souvent eux qui colportent ces représentations. »



Les idées reçues sur le manque d'intérêt du travail en EMS étaient les mêmes lorsque Anne-Claude Allin était élève infirmière. « La réalité est à l'opposé : les situations y sont très complexes, il faut de grandes compétences d'évaluation clinique puisqu'il n'y a pas de médecin sur place, et l'aspect relationnel est extrêmement important, en cas de troubles cognitifs par exemple, mais aussi avec les familles. Il y a un gros travail de collaboration interprofessionnelle, et d'emblée vous avez un rôle de leadership et de gestion d'équipe qui n'intervient pas aussi vite ailleurs. »

#### **L'avenir des soins est en jeu**

Angela Banaco en fait d'ailleurs l'expérience, très enrichissante selon ses dires, et sur tous les plans, au quotidien. « Enlever ces préjugés et ces clichés, c'est aussi bénéfique pour les résidents, puisque ça pourrait leur amener plus de jeunes diplômés, avec une autre vision et des choses nouvelles. Il ne faudrait pas les oublier dans les soins. »

Anne-Claude Allin, à la retraite depuis peu, continue de porter ce projet avec conviction et enthousiasme. « C'est une goutte d'eau, qui ne révolutionnera pas toutes les représentations, mais selon les résultats, ce projet va peut-être pouvoir agir sur l'image que les étudiants se font de la profession dans ces établissements. » Après cette première volée de deux diplômées, l'expérience sera peut-être renouvelée dans le futur.

« Enlever ces préjugés et ces clichés, c'est aussi bénéfique pour les résidents »

Angela Banaco, infirmière aux *Hirondelles*

# Un couple à toute épreuve

À 91 et 90 ans, Ginette et Jean-Jacques Ravussin résident aux *Berges du Léman*. L'amour qu'ils ont pris soin de nourrir de leurs passions a fait de leur mariage une réussite qui dure depuis 66 ans.

**LONGÉVITÉ** Alors qu'ils habitaient tous deux à Baulmes, Ginette et Jean-Jacques se sont connus durant leur jeunesse en participant à la vie du village et à celle de la paroisse réformée protestante. Mais ce n'est qu'un peu plus tard qu'un coup de foudre mutuel a changé le cours de leur vie. « Nous avons échangé notre premier baiser sur la place de la gare d'Yverdon, sous un marronnier », se souvient Jean-Jacques.

Le couple est resté fiancé pendant quatre ans jusqu'au grand jour, en 1955, célébré à Vevey, où ils étaient venus s'installer. « Il fallait que l'avenir se dessine favorablement pour que le mariage ait lieu », explique Ginette. Hasard plutôt cocasse, Ravussin est aussi son nom de jeune fille. « Nous



sommes du même tronc mais pas de la même branche », s'amuse son mari.

Ginette était institutrice et son mari a beaucoup voyagé durant sa carrière pour Pfizer, en tant que délégué médical et fondé de pouvoir, notamment. Ce qui ne les a pas empêchés d'avoir deux fils : Yves et Étienne. Les amoureux, passionnés de chant et de musique, ont fêté leurs noces de jasmin en 2021.

### Les clés de l'amour au long cours

« Le temps passe vite, il a été bien occupé », constate la pimpante nonagénaire. Leur secret? La longévité de leur union repose sur trois piliers : une certaine indépendance, leur engage-



ment respectif dans le protestantisme vaudois et l'épreuve, traversée ensemble, qui a bouleversé leur famille.

Leur fils cadet Étienne a étudié le piano aux États-Unis. À la suite d'une crise de schizophrénie, il a dû intégrer un appartement protégé de la FCM à Leysin. Autre coïncidence, (ou clin d'œil du destin, c'est selon) il s'est retrouvé là où son père avait été soigné d'une tuberculose osseuse à l'âge de trois ans, maladie qui lui a laissé des séquelles entravant sa mobilité.

Jean-Jacques a pris ses quartiers au 3<sup>e</sup> étage des *Berges du Léman* il y a quatre ans. Un lieu de vie choisi pour que sa femme puisse aisément lui rendre visite depuis leur domicile, tout proche, jusqu'à son emménagement dans l'établissement, il y a deux ans.

#### **Leur nouveau foyer**

Au fil du temps, ils ont noué des liens avec d'autres résidents. Jean-Jacques a d'ailleurs mis sur pied un groupe pour jouer au yass, et il organise des animations pour tout l'établissement, souvent avec un programme musical concocté spécialement par ses soins. Il reste très actif: « Il a besoin de remplir ses journées », souffle Ginette dans un sourire.

Les jeunes nonagénaires se sentent ici chez eux, ils s'y sont recréé un cocon. Alors que Madame apprécie ses petites promenades, Monsieur passe beaucoup de temps sur son ordinateur, entouré des œuvres de leur petite-fille Mailys. Au sein de la Fondation Claire Magnin, le couple Ravussin fait figure d'exception: tous les autres ont fait le choix de ne pas intégrer le même établissement. Une décision incompréhensible, inenvisageable pour Ginette et Jean-Jacques.

Cet amour de longue durée en fait des personnes à part aux *Berges du Léman*, pour les autres pensionnaires et le personnel, auxquels ils inspirent respect et admiration. « C'est un privilège d'être à deux, je reconnais que c'est une chance », concède Ginette.

#### **POÈME À SON AIMÉE**

**Depuis quelques années, Jean-Jacques Ravussin s'est mis à l'écriture.**

**Prolifique, il aime à partager ses poèmes, on peut d'ailleurs en lire certains dans l'ascenseur des *Berges*.**

**Voici celui qu'il a composé à l'occasion de l'anniversaire de sa femme, le 14 octobre dernier.**

**Ginette, il est pour toi, ce p'tit poème.**

Toi, vaudoise, Baulmérane,  
Puis, un peu plus tard, Veveysane.  
Aujourd'hui tu fêtes tes 90 ans.  
Mais ce chiffre est sans valeur,  
Car tu es toujours jeune, d'esprit et de cœur.  
Et ces années montrent aussi la beauté  
et la grandeur de ton âme.

Tu as tenu bon, dans les tourments de la vie :  
Peines, chagrins, inquiétudes, soucis.  
Mais sensible, courageuse, vaillante,  
Tu es restée toujours souriante.

Chaleureuse dans ta famille, amicale  
avec tes amis.

Tu nous a beaucoup donné et apporté par  
ton intelligence : MERCI !

Au soir de notre vie avec 66 ans de mariage,  
nous pouvons dire :  
Grâce soit rendue à Dieu...

Jean-Jacques Ravussin

# S'exprimer et se révéler

Depuis plusieurs années, Palmi Marzaroli a mis sur pied au « *Soleil* » un atelier d'art-thérapie, où les résidents peuvent donner libre cours à leur créativité et se découvrir des talents parfois insoupçonnés.

**ART-THÉRAPIE** Tous les jours ou presque, au troisième étage du bâtiment de l'établissement *Le Soleil* à Leysin, pinceaux, crayons, néocolors et autre outils sont à disposition des résidents qui le souhaitent. Avec la bénédiction de la Direction de la Fondation Claire Magnin, l'aide-soignant et peintre Palmi Marzaroli a introduit cette animation, devenue atelier thérapeutique il y a quelques années.

Françoise Scherer réalise aujourd'hui et depuis quelque temps des œuvres pointillistes, une technique qui lui plaît particulièrement. Alors que certaines sont abstraites, dans d'autres se révèlent des visages. Où trouve-t-elle son inspiration ? « Ça dépend un peu de mes états d'âme. Mais même si ça fait beaucoup de bruit, ça me calme. »

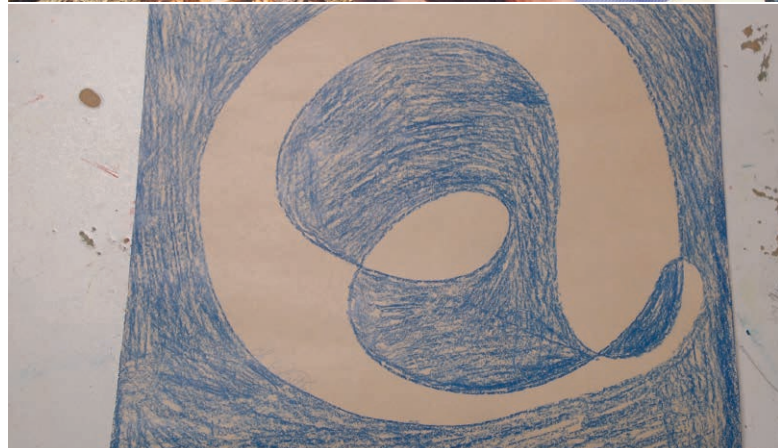
Joël Bérard, ébéniste de métier, a devant lui des dessins au crayon papier, dignes de plans de construction. Mais n'allez pas croire que seul son métier se retranscrit ici. Mosaïque ou aquarelle, figuratif ou non : l'homme touche à toutes les disciplines. C'est une volonté ici que de fournir tous les outils pour que chacun s'exprime comme il le souhaite.

## Créations sans limite

« Nous faisons aussi des sculptures et des collages thématiques, collectifs ou individuels, à partir de photos découpées dans les magazines. C'est un bon moyen de dire les choses avec des images. Nous les mettons ensuite sous cadre », déclare Palmi Marzaroli. D'ailleurs, toutes les œuvres sont signées et conservées, exposées aussi, dès qu'il est possible de le faire.

« C'est également un moyen de mettre en valeur ces personnes, qui expriment leurs émotions et leurs ressentis à travers l'art, concède l'instigateur de ces ateliers. Libres de tout blocage, les participants sont eux-mêmes, tels qu'ils sont. Et même s'ils sont psychiquement atteints, ils ont des capacités parfois insoupçonnées. »

Les bienfaits de ces moments de création sont multiples. L'aide-soignant en détaille quelques-uns : « L'art-thérapie leur permet de sortir de leur chambre, de leur faire voir autre chose. C'est





aussi positif sur le plan relationnel et social, nous discutons et partageons ensemble. Grâce à cela, les résidents dépassent la maladie.»

### Une parenthèse appréciée

Christian Rotzetter abonde : « Ce sont des parenthèses colorées, je suis toujours inspiré quand je viens ici. » Et ses « dessins magiques » le prouvent, entre signes et symboles, on pourrait croire déceler des percussions et une clé de sol dans ces formes rondes et douces, réalisées au crayon de cire bleu. La musique qui accompagne inmanquablement les instants de création y est peut-être pour quelque chose.

« L'art est un moyen d'expression, une façon de se révéler et de se découvrir. La différence y devient non pas un défaut mais une qualité, et permet de faire jaillir des étincelles et des éveils

incroyables. Ça ouvre des portes et des émotions », révèle Palmi Marzaroli.

Autre vertu non négligeable, les ateliers d'art-thérapie offrent un autre éclairage sur l'état des résidents, qui manifestent dans ce cadre spécifique des choses dont le personnel soignant n'a pas connaissance. Et le peintre assiste aussi, à travers les créations qui naissent sous ses yeux, à un regain d'autonomie et des changements positifs, visibles au fil des séances.

★ **Les différentes œuvres réalisées profiteront prochainement d'une exposition.**



« L'art est un moyen d'expression, une façon de se révéler et de se découvrir »

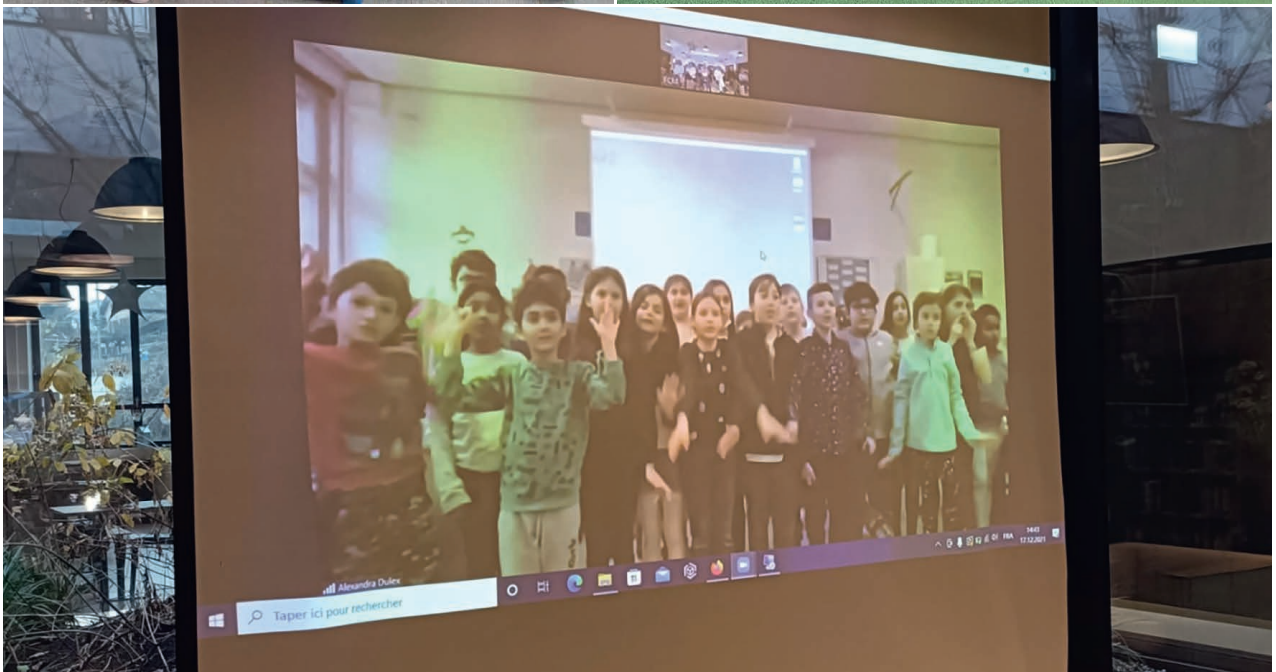
Palmi Marzaroli, aide-soignant et peintre

# Échanges intergénérationnels

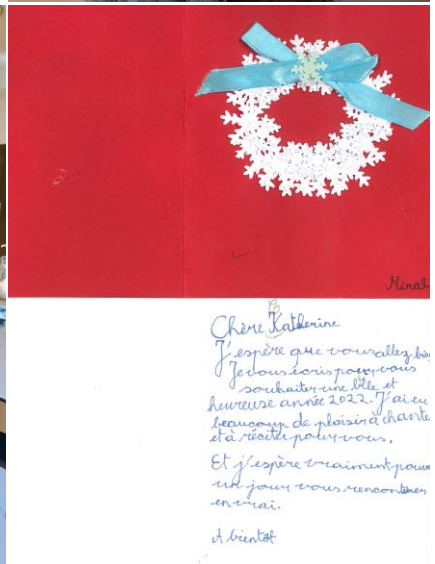
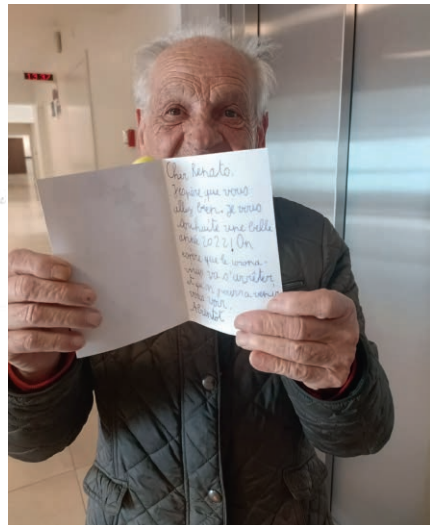
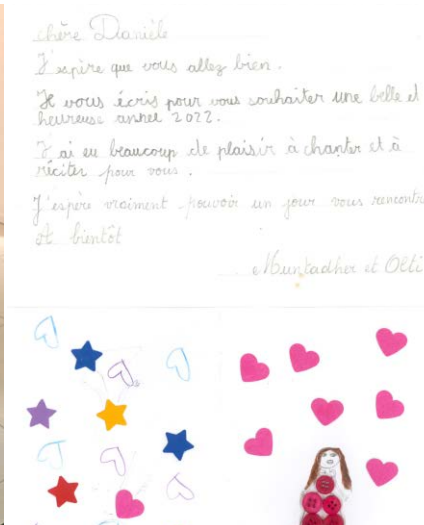
Depuis janvier 2020, le service socio-culturel des *Hirondelles* s'est mis en contact avec la Maison de Quartier Jaman 8, dont la mission est de favoriser les échanges entre les habitants, grâce à l'organisation d'activités telles que l'accueil pour les aînés, des repas communautaires, des projections de films, ainsi que divers événements (vide-dressing, thé dansant, fêtes). L'arrivée de la pandémie de COVID a stoppé durant plus d'une année la collaboration avec ces acteurs importants de la Commune de Clarens.

En décembre 2021, Mesdames Florence Denis et Alexandra Gaudard, toutes deux institutrices pour les classes de 5P de Clarens, nous ont contactés afin de proposer aux résidents un spectacle composé de 3 chants de Noël.

Si la situation sanitaire n'a pas permis leur venue, ce formidable échange a pu se faire par vidéoconférence. Nos résidents ont eux aussi chanté pour les enfants et leur ont confectionné plusieurs tartes aux pommes, que les écoliers ont eu plaisir à déguster.



Pour la nouvelle année, les enfants ont envoyé 52 cartes de vœux, nominatives, destinées aux résidents des *Hirondelles*. Ceux-ci ont été très touchés par cette charmante attention. Merci à toutes les personnes ayant rendu ces échanges possibles.



Robert Desnos, poète, a écrit : « Oh, j'ai vu, j'ai vu Compèr' qu'as-tu vu ? J'ai vu une vache qui dansait sur la glace À la Saint-Jean d'été. Compèr' vous mentez. » Les écoliers ont détourné ce texte, avec leurs propres histoires. Elles ont été déclinées avec la photo de leur auteur, et diffusées sur nos écrans aux *Hirondelles*.

## Les mensonges de la classe 5P3

Décembre 2021

Qui a acheté un lama  
Dans un grand marché  
Compèr' vous mentez.



Oh ,j'ai vu, j'ai vu  
Compèr' qu'as-tu vu?  
J'ai vu Miral  
Qui faisait du cheval  
Dans un casier  
Compèr' vous mentez!



Oh, j'ai vu , j'ai vu  
Compèr' qu' as-tu vu?  
J'ai vu Lucas  
Qui mangeait du chocolat  
Pour le goûter  
Compèr' vous mentez !



# Un hiver très animé

Les équipes pluridisciplinaires de nos 7 établissements ne manquent ni d'enthousiasme ni de créativité! Organisation de concerts classiques ou gospel, sorties bowling, Papiliorama ou Musée du chocolat, tout est mis en œuvre pour que les résidents, jeunes ou moins jeunes, passent de beaux moments. Un grand MERCI à tous!





# sadies

informatique

## Systeme global d'information pour EMS

Leader en Suisse romande  
pour les logiciels de soins  
et de gestion des EMS

sadies.ch

+41 21 631 15 90

**Un plan pour l'avenir –  
avec le programme TENA Protects**

Depuis 2008, nous prenons des mesures pour rendre chaque produit TENA plus durable. Par exemple, en réduisant de 50% notre empreinte carbone d'ici à 2030, ou en développant des produits et services pour une société dans laquelle on élimine moins et on recycle davantage.

Plus d'informations sur  
[www.tena.ch/nachhaltigkeit](http://www.tena.ch/nachhaltigkeit)

**Nos objectifs d'ici à 2030 :**

- Réduire de moitié l'empreinte carbone de nos produits
- Réduire de 18% les émissions de carbone provenant de nos matières premières, de nos transports et de nos déchets
- 100% des installations de fabrication d'Essity transformeront les déchets générés en matériaux utiles ou en énergie

**CO<sub>2</sub>**  
50% d'ici à 2030

TENA, une marque d'Essity

[www.tena.ch](http://www.tena.ch)

## VOTRE PUBLICITÉ ICI!

Contactez-nous  
au 021 989 29 86  
ou [admin@fcm63.ch](mailto:admin@fcm63.ch)  
pour toutes informations

# LA MAGIE DU BOIS!



- ▶ CHARPENTE
- ▶ COUVERTURE
- ▶ FERBLANTERIE
- ▶ TERRASSE
- ▶ ESCALIER
- ▶ MENUISERIE
- ▶ FENÊTRE
- ▶ AGENCEMENT
- ▶ PLAFOND
- ▶ TONNEAUX

Le Groupe Volet est actif dans la construction, l'agencement et la rénovation d'ouvrages en bois. Il opère dans toute la Suisse Romande avec des structures locales afin de rassembler ses forces autour d'une même philosophie d'entreprise.



VOLET  
St-Légier

La CROIX  
Mts-Pully

KURTH  
Orbe

JOTTERAND  
Rolle

PORCHET  
Maracon

T. 021 926 85 85 - St-Légier

[www.groupe-volet.ch](http://www.groupe-volet.ch)

## VÉLO ÉLECTRIQUE EASY RIDER 2

25 KM/H | FREINS À DISQUES  
AUTONOMIE JUSQU'À 40 KM



↑ HOMECARE T +41 21 887 02 10  
[info@meditec.ch](mailto:info@meditec.ch) · [www.meditec.ch](http://www.meditec.ch)

## VOTRE PUBLICITÉ ICI!

Contactez-nous  
au 021 989 29 86  
ou [admin@fcm63.ch](mailto:admin@fcm63.ch)  
pour toutes informations

P.P.  
1071 Chexbres  
Poste CH SA