



ZOOM SANTÉ
Le lien grâce au
socio-culturel

DOSSIER
L'importance
des liens sociaux

REGARD
L'interview de Dre
Thérèse Diane Bikyé

VOTRE PUBLICITÉ ICI!

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

VOTRE PUBLICITÉ ICI!



**STÉPHANE
PIGUET**
CHAUFFAGE-SANITAIRE
Depuis 1996

*Votre confort,
notre priorité!*



GSP
Groupe professionnel suisse
pour les pompes à chaleur



**Service dépannage
24 h/ 24**

Chauffage • Sanitaire
Leysin • 024.494.35.55
Les Ormonts • 024.492.16.12
info@stephane-piguet.ch
www.stephane-piguet.ch

Chantier ODMER à Leysin

Notre entreprise a réalisé les travaux de chauffage et de sanitaire lors de cette construction.

Nous en profitons pour remercier chaleureusement la Fondation Claire Magnin pour leur confiance.






« Les différentes activités que nous organisons sont autant de leviers puissants pour nouer ou maintenir des contacts. »

Brèves	5
Dossier	7
Journal	10
Rencontre	12
Regard	14
Zoom Santé	16
Air du temps	18



Impressum N°2-2024
 Responsables de la publication
 Julia Ianchello
 Olivier Perrochet
 Rédaction
 Jeannette Rolle
 Graphisme
 LL G_DA
 Impression
 CopyPress Sàrl, Puidoux
 Tiré à 900 exemplaires
 ©2024 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,
 Se sentir apprécié, reconnu et aimé sont des besoins fondamentaux nourris par les liens sociaux. Pour les personnes vieillissantes, âgées ou souffrant de problèmes de santé mentale, ces besoins sont d'autant plus importants, et pourtant se raréfient.

C'est pourquoi nous essayons d'investir un maximum d'énergie dans le domaine socioculturel, afin de saisir les opportunités de maintenir les liens avec l'extérieur. Les différentes activités que nous organisons (concerts, sorties, fêtes, jeux, etc.) sont autant de leviers puissants pour nouer ou maintenir des contacts et ainsi prévenir l'isolement.

Mais notre vision s'étend bien au-delà et grâce à l'ouverture à l'interdisciplinarité de la Fondation, l'approche socioculturelle est devenue l'affaire de tous. À l'image de l'immersion ferroviaire aux *Hirondelles*, où un bénévole et différents services se sont unis pour le bien-être des résidents, cette collaboration souligne l'enthousiasme de tous à s'investir. Et voir les résidents s'intéresser au projet, échanger avec l'équipe et partager du temps avec des pairs autour de la maquette et du décor de train leur offrant une approche immersive, nous a donné raison.

L'heure est donc à l'innovation et à la créativité. Il s'agit désormais de diversifier notre offre de services et nos projets, et de déployer les expériences réussies sur tous les sites de la Fondation Claire Magnin, en œuvrant en réseau et en mettant le résident et ses besoins au centre de nos préoccupations.

Monique Cachin

Adjointe de Direction pour l'axe socio-culturel



C H E X B R E S

www.zoppi-peinture.ch

T +41(0)21 946 11 40

M+F

PLÂTRERIE - PEINTURE - ISOLATION



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



Notre restaurant

urbancroc.ch

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

Route du Verney 18, 1070 Puidoux



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 - 



LA FONDATION OUVRE SES PORTES POUR L'ART

Les derniers mois étaient sous le signe de l'art aux *Berges du Léman* et à l'*Étoile du Matin*. Avec l'exposition « Couleurs vivantes », l'établissement de Jongny a été plongé du 8 au 28 avril dans l'univers coloré de l'artiste Angelo Marques. En plus de s'adonner à des créativité artistiques, Monsieur Marques exerce aussi le métier de physiothérapeute et met sa dextérité au profit des résidents de la Fondation. Sur le site de Vevey, c'est l'artiste Kidist H. Degaffe qui a transformé l'établissement en galerie d'art avec son exposition « Faune » du 15 avril au 15 mai. Une belle occasion pour les résidents des autres sites de profiter d'une sortie culturelle pour venir voir ces artistes ! Les deux expositions accueilleraient non seulement les visiteurs internes, mais également externes. Curieux ? Retrouvez quelques photos des tableaux exposés dans la rubrique « Air du Temps ».

DES DOUCEURS POUR ÉGAYER LES CŒURS

Mmh... déguster un petit morceau de chocolat tout en buvant son thé ou son café, quel plaisir ! Reconnaisante du travail précieux des équipes sur les différents sites, la direction a offert des paniers remplis de douceurs à ses collaborateurs, à l'occasion des fêtes de Pâques ! Près de 70 kg de chocolat ont ainsi fait le bonheur des équipes, réunies pour un moment d'échange convivial : l'occasion de débattre, dans une ambiance détendue, pour déterminer notamment qui aurait le droit de manger les oreilles du lapin !

PLAISIR ET TRAVAIL FONT BON MÉNAGE

Cette année, la revue de direction s'est tenue dans un lieu très amusant: le FunPlanet à Rennaz ! Le 24 avril, les pilotes et co-pilotes de processus ont assisté à la revue coanimée par un duo composé de la Directrice Générale et de la Coordinatrice Qualité. Au programme: faire le bilan de l'année écoulée, définir les axes stratégiques de la Fondation et déterminer les objectifs à atteindre pour l'année à venir et à moyen terme. Après ce rassemblement constructif et convivial, durant lequel les participants ont eu le plaisir d'échanger sur les différents points abordés, l'équipe a pu pousser la chansonnette lors d'une séance de karaoké !

PRODUIRE SA PROPRE ÉLECTRICITÉ

L'*Étoile du Matin* se pare d'un nouveau toit, mais pas n'importe lequel ! La réfection complète de la toiture est terminée depuis début mai : 118 m² de panneaux solaires y trônent désormais. Une belle initiative pour réduire l'empreinte carbone de l'établissement ! En effet, la production d'énergie propre est estimée à plus de 20'000 kWh par an, ce qui constitue une avancée certaine dans la transition vers un approvisionnement en énergie plus verte. Les travaux, amorcés en octobre 2023, ont permis d'améliorer l'étanchéité, l'aspect esthétique et l'enveloppe thermique du bâtiment. Ils renforcent sa durabilité en matière d'entretien et assurent sa conformité aux normes et réglementations en vigueur.



LA FCM VISE L'EXCELLENCE ET CONSERVE SA CERTIFICATION ISO9001

Durant ce mois de mai, le Siège Administratif de la FCM, les résidences des *Berges du Léman* et des *Pergolas* sont passées sous la loupe d'un auditeur de la Société Générale de Surveillance (SGS). Ainsi, de la Directrice Générale, jusqu'aux Veilleuses de nuit en passant par les Référentes Hôtelières et le Responsable Technique, chacun des maillons de la chaîne de l'interdisciplinarité a été invité à partager avec lui son quotidien. La créativité, l'innovation ainsi que l'autonomie des équipes ont été saluées par notre auditeur.

La recertification, obtenue sans non-conformité ni observation, est le témoignage éloquent de notre engagement envers la qualité. Les équipes ont démontré tout leur professionnalisme, leurs compétences et leur dévouement aussi bien envers les résidents qu'envers leurs collègues.

Cette réussite est le fruit du travail collectif effectué au quotidien. La recertification ISO9001 c'est juste la cerise sur le gâteau !



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



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



TENA, une marque d'Essity

www.tena.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



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

L'importance des liens sociaux

Par définition un être social, l'être humain a besoin d'amour, d'attention et de reconnaissance pour s'épanouir dans la vie. Or, pour certaines populations se retrouvant en marge de la société, ces liens avec l'extérieur manquent. L'entrée en institution peut alors offrir de nouvelles possibilités de socialisation. Zoom.

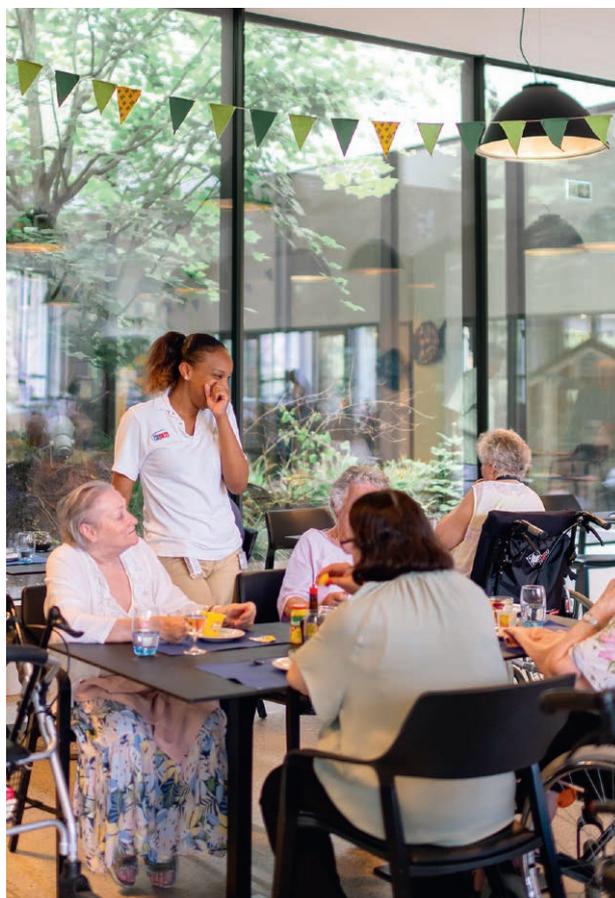
RELATIONNEL C'est bien connu, les personnes âgées, notamment, sont davantage sujettes à l'isolement et la solitude, surtout si des problèmes de santé ou de santé mentale les empêchent de sortir de chez elles et d'entrer en contact avec d'autres individus. De surcroît, certaines souffrent de la perte de leur partenaire, un deuil déjà difficile à porter, en plus du fait de se retrouver seules.

C'est là que l'entrée en EMS ou en EPSM devient salvatrice : dans un cadre sécurisé, les personnes âgées sont intégrées dans un lieu de vie qui les met en contact avec d'autres personnes comme les résidents, les soignants ou encore les éducateurs. Et les effets positifs des relations sociales sur la santé mentale et physique sont notamment démontrés par de nombreuses études.

Nouvel espace de vie, nouvelles opportunités
Cependant, quelle que soit la situation de la personne vieillissante ou âgée, l'entrée en institution demeure un changement majeur, puisqu'il bouleverse toutes les habitudes. Trouver un nouveau champ d'appartenance et s'approprier un lieu de vie représente un défi de taille ! Les établissements médico-sociaux ou les EPSM (Établissements Psycho Sociaux

Médicalisés) sont avant tout des lieux de vie, en perpétuelle évolution pour répondre toujours mieux au projet individuel de chaque résident. Dans ce contexte, l'importance du besoin d'appartenance est reconnue comme un besoin fondamental, ce que confirme la pyramide de Maslow.

Favoriser activement les relations avec l'extérieur pour que le résident puisse continuer à



« Les effets positifs des relations sociales sur la santé mentale et physique sont démontrés par de nombreuses études. »

entretenir des liens privilégiés et créer un climat propice à l'établissement de nouvelles relations, à son intégration et à sa reconnaissance : voilà une des missions des institutions.

La famille, un maillon essentiel

Le lien familial est évidemment un des premiers liens qu'il s'agit de conserver ou de raviver. L'entrée en EMS ou en EPSM arrive souvent quand les soins deviennent trop importants pour les proches, malgré le soutien des soins ambulatoires. Si la décision de placement devient alors une évidence, elle n'en est pas moins douloureuse. Les personnes âgées peuvent la vivre comme une rupture du lien

de confiance et les proches, de leur côté, sont habités par un sentiment de culpabilité. Maintenir le lien avec la famille et l'inclure activement dans l'accompagnement du résident, si toutefois ce dernier le souhaite, est donc crucial. En effet, les proches peuvent, selon l'état de santé du résident, représenter ses intérêts, collaborer avec l'institution pour répondre au mieux à ses envies, ses projets, et faire le lien avec les professionnels. Tout mettre en œuvre pour offrir au résident une continuité dans cette relation, empreinte d'émotions complexes, est donc un objectif pas toujours simple et d'autant plus complexe en EPSM, mais néanmoins nécessaire.



A ce sujet, les nouveaux moyens de communication sont d'une grande aide et ont fait leurs preuves durant le COVID : maintenir le contact par téléphone, Skype, ou encore utiliser Internet pour tisser des liens avec l'extérieur ne sont que quelques exemples que les aînés ont appris à maîtriser.

De plus, avec la vie en institution, un nouveau lien triangulaire se crée entre le résident, les professionnels et la famille, qui y trouve, tout comme la personne soignée, un soutien précieux. Il n'est pas rare que la famille, déchargée de la responsabilité du bien-être de son proche, puisse à nouveau passer du temps de qualité en présence de l'être bien-aimé. N'est-ce pas là une valeur inestimable ?

Valoriser les liens sociaux

L'effort de l'institution pour créer des liens sociaux ne s'arrête pas à la famille et aux proches. L'intégration sociale dans le quartier et ses environs, grâce à la participation à des manifestations et autres événements, est aussi très importante. Des sorties collectives ou individuelles, adaptées à ses capacités et envies, sont au programme du résident afin de lui offrir la possibilité de tisser des liens émotionnels et sociaux. L'occasion pour lui de partager ses intérêts, d'échanger et de se nourrir culturellement, tout en sortant de son cadre habituel.

Dans les institutions, l'accompagnement socio-culturel prend également une toute autre dimension. Il propose, entre autres, des activités variées dans les espaces communautaires, permettant ainsi aux personnes les moins mobiles de vivre des moments d'échange.

Un soutien au quotidien

Dans un contexte d'établissement médico-social ou EPSM, les soignants tout comme les éducateurs sont en première ligne. Ce sont eux qui sont le plus souvent en contact avec les résidents et partagent leur quotidien. Si

les soins professionnels et l'accompagnement sont basés sur un équilibre entre proximité et distance, il y a, comme dans toute relation interpersonnelle, des affinités qui peuvent se développer entre les résidents, les soignants, les éducateurs et toute l'équipe interdisciplinaire, à partir, par exemple, d'un partage de vécu, d'une culture commune ou encore d'une simple sympathie mutuelle, mais aussi par ce lien de confiance qui se crée. Le personnel soignant et éducatif joue donc un rôle crucial dans le cheminement des résidents et représente un soutien émotionnel important, surtout quand il s'agit d'affronter des moments ou des situations difficiles qui peuvent notamment se présenter en EMS ou en EPSM.

Le pouvoir de l'appartenance

C'est par le contact avec autrui, les relations avec la famille, les soignants et le personnel que les résidents peuvent aussi nourrir leur estime de soi et partager leur expérience, encouragés par le cadre bienveillant et stimulant offert par l'institution. Ils peuvent alors momentanément oublier ou du moins mettre de côté les éventuels soucis de santé, et surtout continuer à évoluer dans un cadre social et inclusif.

« L'importance du besoin d'appartenance est reconnue comme besoin fondamental (pyramide de Maslow). »

La fragilité des liens

Quand les personnes souffrent de maladies psychiatriques et/ou de dépendances, les liens familiaux sont mis à rude épreuve et peuvent se briser, du moins pour un certain temps. Les éducateurs sociaux occupent, en EPSM, un rôle capital dans la reconstruction et le maintien de ces liens. Éclairage.

PSYCHIATRIE C'est sur le site du Soleil, dans un cadre verdoyant, que Maria Soares Duarte exerce depuis 2019 son métier d'éducatrice sociale. En 2022, elle investit la fonction de coordinatrice éducative pour toute la Fondation. Un rôle transversal destiné à apporter du soutien à toutes les équipes, particulièrement si celles-ci sont confrontées à des situations complexes liées à des troubles psychologiques ou du comportement. Elle aide à mettre en place des stratégies d'accompagnement qui visent à apaiser les relations et à améliorer le bien-être des résidents. Le lien familial requiert une attention toute particulière de la part des éducateurs, et pour cause.

Dans des eaux troubles

Des expériences en lien avec ce sujet, Maria Soares Duarte en a beaucoup à partager. Toutefois, c'est lors de l'entrée en institution, majoritairement due à une situation de crise où le maintien à domicile n'est plus possible, que les préjudices liés aux relations endommagées se ressentent le plus : « Pour ces personnes, cela symbolise un échec et une privation de liberté. C'est une étape assez compliquée pour elles, mais aussi pour les familles », explique l'éducatrice sociale. En effet, dans ces moments-là, le réseau familial est souvent épuisé et les relations avec la personne souffrante sont extrêmement difficiles et marquées par des blessures de part et d'autre.

Le rôle de l'institution

C'est donc avec beaucoup de précautions que le personnel soignant et les éducateurs sociaux abordent cette phase délicate, où il s'agit avant

tout d'apaiser les relations entre les deux parties. « Il faut en priorité faire un grand travail d'acceptation du côté de la famille, mais aussi de la personne malade », précise Maria Soares Duarte. Avec l'aide des professionnels, le résident arrive peu à peu à se recentrer sur lui-même, et au fil du temps à développer les compétences sociales nécessaires pour reconstruire des liens. « Nous avons vraiment ce rôle de déconstruire la maladie mentale. En tant qu'éducateurs, nous n'allons pas nous centrer sur le problème. Nous allons voir ce que nous pouvons faire avec la situation du résident, définir quelle est sa force et lui redonner le pouvoir d'agir. Voir au-delà de la maladie pour changer la perception qu'il a de lui-même, mais aussi comment les autres le voient, et réorienter le lien sur le positif », ajoute l'éducatrice.

Soigner les liens

Dans ce processus de reconstruction de la personne, les relations avec les proches occupent généralement une place primordiale. Mais ce n'est pas toujours le cas : « Notre rôle est de voir si le résident a besoin d'entretenir ou de réparer le lien avec sa famille. Parfois, il ne le veut pas et nous devons accepter son choix. » Les éducateurs soutiennent et s'adaptent donc au projet de chacun. Certains résidents ayant des troubles cognitifs ont besoin d'être stimulés et encouragés. Les éducateurs sont donc là pour créer des situations propices à la transformation ou à l'établissement de liens, ou encore pour accompagner les personnes lors de rencontres entre proches. La présence d'un intermédiaire aide à cadrer l'échange et à sou-

tenir le résident, afin que des liens plus apaisés puissent se tisser. « Nous travaillons beaucoup à favoriser des échanges bienveillants avec les familles et à créer des opportunités là où nous le pouvons », commente l'éducatrice.

Aller de l'avant

Maria Soares Duarte évoque à ce sujet de magnifiques histoires de famille, qui illustrent à quel point cette démarche fait sens: « Il y a des histoires très belles, dont celle d'une résidente qui avait des liens presque absents avec sa famille. Il y avait une réelle cassure. Nous avons mis en place beaucoup de choses pour qu'elle aille mieux et un jour, sachant que son père était à l'hôpital, nous sommes allés lui rendre visite ensemble. Quand le père l'a aperçue, il s'est exclamé: « Je ne t'ai jamais vue aussi belle, ma fille! » » Rassurée, la résidente a rassemblé tout son courage et a sollicité l'équipe des éducateurs pour organiser une fête d'anniversaire, la première en vingt ans! Un événement qui a permis de réunir toute sa famille.

Il y a aussi ce papa qui voulait garder le lien avec sa fille, mais avec laquelle l'échange était creux: « Sachant qu'il aimait beaucoup cuisiner, nous lui avons proposé de faire un atelier cuisine avec sa fille et ainsi créer des bons moments et des souvenirs ensemble. Ça a très bien fonctionné! », s'enthousiasme l'éducatrice sociale.

« Nous sommes leurs béquilles, le temps qu'ils en ont besoin »

Renforcer des liens fragiles, réparer des cassures, favoriser le pouvoir d'agir et soigner l'estime de soi sont autant de tâches que l'équipe

d'éducateurs sociaux de la Fondation Claire Magnin remplissent avec passion, conviction et bienveillance. C'est dans une approche collaborative et en partenariat avec la personne que le cheminement se fait, ce qui permet en parallèle de construire ce lien privilégié que les collaborateurs ont avec les résidents.

« Nous travaillons beaucoup à favoriser des échanges bienveillants avec les familles et à créer des opportunités là où nous le pouvons. »

Maria Soares Duarte



Les liens familiaux en tant que pilier émotionnel

Madame Mermod est une femme forte au grand cœur qui a su préserver son sens de l'humour. Elle s'est occupée avec dévouement de ses proches tout au long de sa vie et leur a légué le sens de la cohésion familiale. À son tour, maintenant, de trouver soutien et accompagnement lors de cette transition vers la vie en EMS.

SOUTIEN C'est sur le site de *Miremont*, à Leysin, et plus précisément dans sa chambre avec une baie vitrée et une vue époustouflante sur les Dents Du Midi, que Madame Mermod accueille le FCM Info. Sa famille – presque au complet – est venue la soutenir pour l'occasion, comme elle a l'habitude de le faire. Du haut de ses 97 ans, Madame Mermod rayonne quand elle pose le regard plein de reconnaissance et d'amour

sur ses proches. Rencontre avec une famille soudée et attentionnée, qui réchauffe le cœur par le respect et l'affection qu'elle témoigne à son aînée.

Le cœur vaillant

Ayant longtemps vécu seule, cette nonagénaire dégage une force de caractère enviée par beaucoup. Née à Leysin, elle y a passé toute sa vie. Elle a d'abord travaillé dans un magasin, puis pendant 33 ans chez un dentiste et 5 ans dans une polyclinique dentaire, avant de prendre sa retraite. Autonome depuis toujours, elle a veillé sur ses arrière-petits-enfants, a régulièrement reçu sa famille pour manger, a fait seule ses courses, sa lessive et plus encore, jusqu'au COVID.

La pandémie a malheureusement mis un terme à ses habitudes : « Elle a dû arrêter de sortir et ne marchait plus régulièrement. Une fois cette habitude perdue, c'était difficile de retrouver la forme d'avant, et cela devenait compliqué », expliquent ses proches. La famille a donc mis en place un certain nombre de mesures pour assurer le bien-être de l'aînée, mais une chute l'a mise dans une situation préoccupante : « J'avais une fissure du bassin et malgré la physiothérapie et l'ergothérapie, il n'y avait rien à faire, je ne tenais plus sur mes jambes. C'est là que j'ai dû prendre ma décision d'entrer en EMS. Ce n'était pas facile pour moi », relate la résidente qui a gardé jusqu'au bout l'espoir d'un retour en arrière. « Je me disais que peut-être il y aurait un miracle pour que j'aille mieux. »



Madame Mermod entourée de son fils, ses petites-filles, son petit-fils et ses arrière-petits-enfants (dont 2 manquent sur la photo).

La continuité

Si cette décision a mis à mal la nonagénaire, elle a pu compter sur une constante rassurante : sa famille. « Mes proches viennent souvent me trouver et ont toujours été là pour moi, même quand ils sont occupés. Ils sont formidables », s'enthousiasme-t-elle. La fierté d'avoir un entourage si engagé et présent se distingue dans sa voix.

Et pour la famille, qu'est-ce qui est différent depuis l'entrée en EMS de leur mère, grand-mère et arrière-grand-mère ? « En fait, cela ne change pas beaucoup, car nous allions, comme maintenant, régulièrement la voir pour passer du temps avec elle. En revanche, nous sommes bien plus rassurés que les derniers temps où elle était encore chez elle. Là, il fallait passer presque tous les jours, ne sachant pas si nous allions la retrouver par terre », confient-ils.

Même en EMS, chaque membre de la famille occupe un rôle bien précis pour organiser le quotidien de leur aînée, comme acheter ce dont elle a envie, s'occuper des factures ou encore trouver des journaux ou autres lectures. Un peu comme avant. Dans ce tourbillon de changement de vie, cette continuité des liens agit comme un filet de sauvetage, adoucissant le déracinement.

Prendre ses marques

Résidente depuis peu à La Fondation Claire Magnin, Madame Mermod a dû faire le deuil de ses habitudes d'avant, un processus qui prend du temps. Soutenue et rassurée par sa famille, elle trouve peu à peu ses marques à *Miremont*, qui surplombe Leysin, son village bien-aimé. La vue époustouflante sur les montagnes, dont elle jouit depuis sa chambre, l'a déjà conquise : « Le panorama est sublime, vraiment magnifique, qu'est-ce que je peux demander de plus ? » Elle occupe son temps en lisant, même encore de grands romans, et fait des mots « casés », comme elle dit avec un sourire espiègle. « Elle déforme souvent les mots ! Qu'est-ce que nous

avons rigolé grâce à son imagination extraordinaire ! » témoignent ses proches.

Son humour, sa positivité et son sens de la répartie font d'elle une interlocutrice hors pair, ce que sa famille, mais aussi le personnel soignant, apprécie grandement : « L'autre jour, ils l'ont carrément appelée la star de *Miremont* », s'amuse sa famille, qui rajoute : « Il y a un vrai échange quand nous allons la trouver, elle s'intéresse beaucoup à ce que nous faisons, à tout, en fait. C'est très agréable quand nous passons du temps ensemble. »

En ces débuts encore fragiles, marquée par le traumatisme de sa chute, la résidente puise beaucoup de force dans les liens familiaux et a besoin de ces moments de rires qu'ils partagent sans retenue : « Nous aimons bien la taquiner ! » Ses proches l'aident à prendre de nouvelles habitudes et à apprivoiser son environnement, tout comme ses craintes. « Il faut qu'elle gagne de nouveau confiance et que nous dépassions ensemble cette barrière de la première fois qui fait tant peur », explique un proche, qui spécifie : « Nous sommes allés visiter la terrasse sur le toit et manger au restaurant, et quand elle voit que cela fonctionne, que c'est possible, ça devient plus facile. »

Une famille nombreuse qui, à travers les générations, a gardé les valeurs d'entraide et de solidarité que leur mère, grand-mère et arrière-grand-mère leur a transmises.

« Mes proches viennent souvent me trouver et ont toujours été là pour moi, même quand ils sont occupés. »
Madame Mermod, résidente

Thérèse Diane Bikyé, au service de l'âme et de l'esprit

Chaque semaine, à la Fondation Claire Magnin, cette médecin psychiatre prend soin des personnes vieillissantes et âgées qui souffrent de problèmes de santé mentale, et les accompagne sur le chemin de la rémission. Son expérience montre que les relations sociales et surtout les liens familiaux jouent un rôle crucial dans ce processus. Focus.

Quelle est votre expérience par rapport aux liens sociaux des personnes âgées ?

Ce que je constate est qu'avec l'avancement de l'âge, des changements du statut social surviennent, c'est inévitable. Le départ à la retraite, donc l'arrêt de l'activité professionnelle, signifie généralement aussi la perte du statut socio-économique de la personne. Et souvent, ça va de pair avec une dissolution du réseau social qui était rattaché à l'activité. A cela s'ajoutent les modifications du support affectif, telles que les divorces (qui surviennent même à un âge avancé) ou encore le décès du partenaire. Le cercle social s'appauvrit progressivement, à cause de problèmes de santé, d'une invalidité ou de la perte d'amis ou d'autres personnes du réseau, compte tenu de l'âge. Ainsi, les liens sociaux diminuent peu à peu et deviennent en même temps de plus en plus précieux, puisque raréfiés.

Les liens familiaux sont souvent le noyau quand on parle de contacts sociaux. Quelle est leur importance pour les personnes en institution ?

L'entrée en institution représente une étape importante qui peut engendrer une crise chez la personne concernée, car elle est séparée de son réseau habituel, ne serait-ce que de façon physique. Les liens familiaux assurent une continuité, une unité familiale et une constante par rapport au groupe social que le résident a dû quitter, et constituent un soutien émotionnel important pour la personne, en vue de l'adaptation à ce nouveau lieu de vie. Donc, si ces liens

venaient à être mis à mal au moment de la transition ou pendant le séjour, la perte des repères serait d'autant plus exacerbée et l'adaptation plus compliquée. Il serait, dans ce cas, fondamental que le résident puisse nouer de nouvelles relations pour maintenir un réseau social et ne pas souffrir d'isolement.

Quel est votre regard sur tout ce qui est mis en place à la Fondation afin de créer ou maintenir les liens avec les proches ?

La Fondation Claire Magnin est très vigilante sur le fait qu'il faille maintenir les liens avec les proches et de nombreuses opportunités sont proposées en ce sens. L'entretien de préadmission permet d'instaurer un premier contact et une alliance entre le résident, ses proches et le personnel de l'EMS, en vue de la future admission. En outre, des réunions de réseaux sont organisées régulièrement et les équipes sont à disposition pour renseigner les proches concernant la vie en EMS, mais aussi pour ajuster l'accompagnement ou la prise d'un soin par exemple. Le travail en réseau avec l'entourage est précieux et donne de bons résultats pour le bien-être du résident.

Peut-il y avoir une amélioration des relations familiales une fois que la personne âgée se trouve dans le cadre sécurisant qu'offre l'EMS/l'EPSM ?

Oui, absolument. On peut observer que de passer la main à une équipe de professionnels

« Les liens sociaux diminuent peu à peu et deviennent en même temps de plus en plus précieux, puisque raréfiés. »

soulage les aidants qui sont arrivés à un épuisement, ou en tout cas qui en étaient proches, en les dégageant du rôle de soignant qu'ils avaient assumé, parfois malgré eux, pendant que la personne était encore à son domicile. Et du coup, il y a de nouveau de la place pour que la relation affective puisse reprendre sans que les soins interfèrent.

Il faut cependant souvent un temps d'adaptation, puisque l'entrée en institution n'est pas uniquement une épreuve pour le résident, mais aussi pour les proches. Il peut y avoir de la culpabilité et des tensions qui se créent. Chacun a alors besoin de retrouver un petit peu son rôle, sa place. Dès que la situation est acceptée et plus claire pour chacun, j'ai pu constater qu'en général les relations évoluent positivement.



Dre Thérèse Diane Bikyé

Thérèse Diane Bikyé, d'origine camerounaise, est médecin psychiatre et psychothérapeute, affiliée à la FMH et dispose d'une spécialisation de psychiatrie aux Hôpitaux Universitaires de Genève.

Elle a suivi une formation spécifique en psychiatrie de la personne âgée.

La Dr méd. Thérèse Bikyé s'occupe de la prise en charge psychiatrique et psychothérapeutique des résidents.

Elle intervient aux *Hirondelles* à Clarens, aux *Berges du Léman* à Vevey, à l'*Étoile du Matin* à Jongny et aux *Pergolas* à Chexbres.

Accompagnement socio-culturel : faire fleurir les liens sociaux

Le domaine socio-culturel joue un rôle crucial dans l'accompagnement du résident. Il contribue à créer et entretenir des liens grâce à des activités variées, prenant en compte de manière holistique les besoins des résidents. Explications.

SOCIO-CULTUREL Jeux, animations, sorties, matériel socio-culturel, activités et projets destinés à favoriser l'épanouissement personnel et social du résident, sont élaborés avec passion par l'équipe socio-culturelle de la Fondation Claire Magnin. Monique Cachin, Adjointe de Direction de l'axe socio-culturel, partage ses ambitions : « Nous avons identifié beaucoup de pistes pour étayer notre offre et nos services pour établir et maintenir des liens. » Créativité et innovation sont les maîtres-mots dans ce secteur.

Préserver la cohésion sociale

Dès l'entrée de la personne en EMS ou EPSM, l'accompagnement socio-culturel démontre sa pertinence : « Nous mettons une attention particulière à l'histoire de vie et les coutumes des résidents, afin d'intégrer ces différents aspects dans le projet d'accompagnement, si c'est faisable et selon les souhaits du résident », explique Monique Cachin. Il est donc essentiel de préparer dès le début cette transition et de mettre en place une forme de continuité qui rassure le résident. « L'équipe socio-culturelle porte une casquette multiple et joue aussi ce rôle de relais avec l'extérieur », précise l'Adjointe de Direction. Informer le résident, dans la mesure du possible, de ce qui se passe au niveau communal ou cantonal, voire au-delà,

afin de lui apporter une visibilité sur l'extérieur et lui donner des informations contribuant à une bonne intégration, en fait partie.

Entre générations

Parmi les activités mis en place par l'équipe, les liens intergénérationnels sont particulièrement touchants. Chants et spectacles d'écoliers, ateliers avec des enfants de la crèche, échange de connaissances à travers les âges ou encore correspondances avec des jeunes sont autant d'exemples qui profitent aux résidents. « Ces interactions sont tout simplement magiques. Elles se créent tout naturellement, toutes mis-

« L'équipe socio-culturelle
porte une casquette multiple »

Monique Cachin



sions confondues. Les enfants sont authentiques et cela fait du bien aux personnes », témoigne avec émotion Monique Cachin. D'autres projets en ce sens sont en cours aux *Hirondelles* à Clarens, avec l'objectif de les déployer par la suite sur les différents établissements!

Les liens par le jeu

Du côté des animations et des jeux, une nouvelle approche a vu le jour : « Nous avons acquis du matériel pour créer une ludothèque. Nous testons ce concept ainsi que le matériel pour voir s'ils correspondent aux attentes diverses et variées de nos résidents. » Grâce aux jeux, la motricité est stimulée et les liens sociaux entre résidents, animateurs et éducateurs sont renforcés : « Les divers jeux, tout comme des tournois, des kermesses ou encore des lotos mettent en relation des personnes et créent des liens qui n'auraient probablement pas existé sans passer par ce biais-là », commente la responsable de l'axe socio-culturel.

Le mouvement est intégré au maximum dans les différentes animations, mais aussi en tant que thérapie en soi : « Nous avons une intervenante qui vient dans certains établissements pour proposer l'approche « Les EMS en mouvement », qui est une gymnastique adaptée à nos bénéficiaires. » La Fondation y met beaucoup d'importance, aussi pour son pouvoir de socialisation : « Il s'agit d'une excellente opportunité de favoriser les liens entre les résidents qui parfois s'entraident dans la réalisation de certains exercices et jeux », confirme Monique Cachin. En effet, la pratique de l'activité physique joue un rôle essentiel à plusieurs niveaux et comporte de nombreux bienfaits pour les personnes avançant dans l'âge.

Les bienfaits des animaux

Fait connu et prouvé : en plus du contact humain, la présence de compagnons poilus a également un effet bénéfique sur les résidents. La zoothérapie, aussi appelée thérapie assis-



tée par l'animal ou médiation animale, permet de les mettre en relation avec les animaux de manière sécurisée et accompagnée: « Nous nous sommes rendu compte qu'il y a un vrai besoin d'établir un tel contact », explique notre interlocutrice.

C'est une intervenante disposant d'un CAS en zoothérapie et d'un diplôme d'ergothérapeute, qui se rend dans les institutions. Les résultats de cette thérapie sont surprenants: « Des personnes ayant du mal à communiquer s'ouvrent au contact avec les animaux et l'effet d'apaisement est presque immédiat, comme pour cette dame âgée très anxieuse. Ou des résidents, parfois brusques au quotidien, révèlent tout à coup un côté très délicat. Il y a beaucoup de douceur et de moments de grandes émotions lors de ces ateliers de zoothérapie. » Actuellement mise en place uniquement dans certains établissements, cette belle thérapie devrait être étendue à un maximum de sites, selon le souhait de Monique Cachin.



Les outils d'empathie

Une autre innovation est l'utilisation à des fins thérapeutiques d'un chat artificiel ou d'une poupée d'empathie (« Doll therapy ») chez les personnes souffrant de troubles cognitifs. Ces outils, actuellement en phase de test, remportent déjà un franc succès.

Le chat « Joy » est, comme le dit son nom, destiné à amener de la joie et du réconfort à ses utilisateurs. « Nous informons les résidents que c'est un faux chat, mais ils l'adorent quand même. Il éveille en eux ce besoin de prendre soin. Le chat miaule par moment et en ronronnant son abdomen vibre agréablement. Les résidents le caressent et se sentent bien, c'est fantastique », relate Monique Cachin, en ajoutant que cela fonctionne particulièrement bien en psychiatrie de l'âge avancé.

La poupée d'empathie, quant à elle, aide notamment à diminuer l'anxiété chez les personnes âgées atteintes de démence: se concentrer sur un objet précis, pouvoir l'habiller, le bercer ou lui donner à manger les apaise. « Il faut suivre un protocole strict, la poupée n'est mise à disposition que quelques heures par jour pour éviter l'effet d'accoutumance. Le personnel est formé de manière spécifique, les proches sont informés de la démarche, et les résidents choisis avec soins pour éviter de réveiller des traumatismes, explique l'Adjointe de Direction.

Créer du lien

Parmi toutes ces activités, les liens de différentes natures sont le fil rouge qui guide les idées de l'équipe socio-culturelle. Son objectif? Contribuer de manière holistique et durable à l'épanouissement du résident.

Nid de Pâques

À l'approche des fêtes de Pâques, les équipes et les résidents se sont attelés avec zèle à décorer joliment tous les établissements pour les festivités. La Fondation a fait honneur aux traditions en organisant des chasses aux œufs, en décorant ces derniers, et en préparant des repas festifs. Des messes de Pâques ainsi que des lotos et des concerts étaient également au programme. La joie et la bonne humeur ne se sont pas fait attendre à l'occasion de ces magnifiques moments de partage !

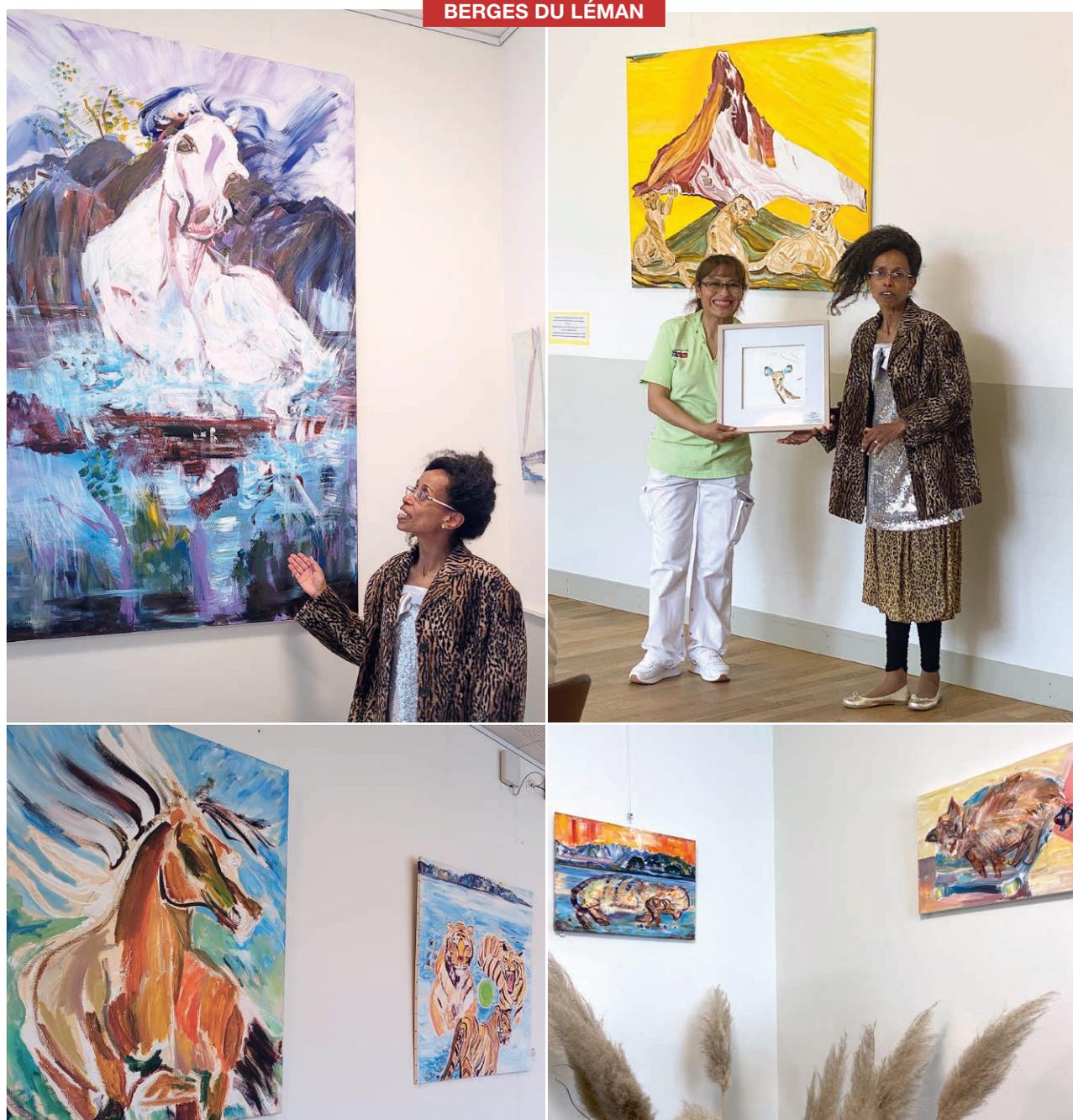




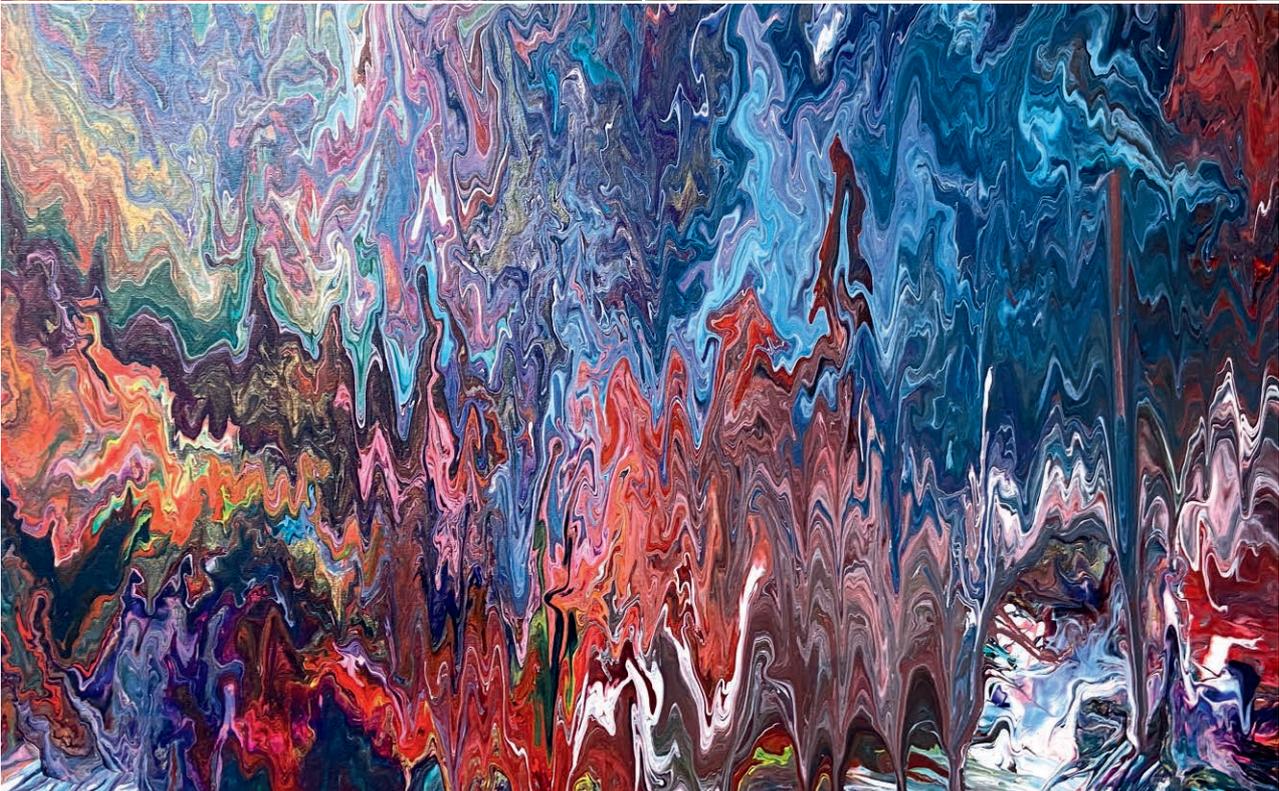


La culture s'invite aux *Berges du Léman* et à l'*Étoile du Matin*

Les artistes Angelo Marques, qui exerce parallèlement en qualité de physiothérapeute des résidents, et Kidist H. Degaffe ont eu l'occasion d'exposer leurs tableaux au sein de la Fondation Claire Magnin. Quel bel élan culturel pour les résidents, mais aussi pour les gens de la région, puisque les expositions étaient ouvertes au public !



ÉTOILE DU MATIN





VOTRE PUBLICITÉ ICI!

40 ans phel
Pharmacie des Hôpitaux
de l'Est Lémanique

La Pharmacie des Hôpitaux de l'Est Lémanique célèbre cette année ses 40 ans et en profite pour remercier la Fondation Claire Magnin pour sa précieuse collaboration depuis plus de 15 ans.

www.phel.ch



les
blanchisseries
générales **lbg**

**Votre linge,
notre challenge
au quotidien !**

Les Blanchisseries Générales LBG SA
Yverdon-les-Bains, Montreux & Marsens

Tél. 024 424 20 61 info@lbg.ch
www.lbg.ch



Haut en couleur !

Qui dit printemps, dit tulipes ! Chaque année, la ville de Morges rend hommage à cette magnifique fleur avec la Fête de la Tulipe, où plus de 140'000 fleurs et quelque 350 variétés sont à contempler. Plusieurs établissements de la Fondation ont saisi l'occasion pour organiser une sortie printanière et se balader parmi les arrangements floraux : fontaines fleuries, pots disposés dans les rues, parcs et quais en folie florale ont envoûté les résidents !





**Automatisez la gestion de
vos documents pour
assurer le développement
futur de votre entreprise**

faigle

**UNE FORMATION D'AVENIR
DANS NOS METIERS**



**ON RECRUTE DES
APPRENTIS/ES**

- ▶ CHARPENTIER/ÈRE
- ▶ COUVREUR/EUSE
- ▶ FERBLANTIER/ÈRE
- ▶ MENUISIER/ÈRE



GROUPE VOLET
CHARPENTIER/BATISSEUR



www.groupe-volet.ch - T. 021 926 85 85
St-Légier Mts-Pully Orbe Rolle Maraçon Aigle

**VÉLO ÉLECTRIQUE
EASY RIDER 2**

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



MEDITEC SA

HEMOCARE T +41 21 887 02 10
info@meditec.ch · www.meditec.ch

CopyPress Sàrl

**Impression offset & numérique
Réalisation publicitaire**











CopyPress Sàrl | Route du Verney 12, 1070 Puidoux | **www.copypress.ch**

P.P.
PP Clarens
Poste CH SA



**NOUVELLES
OPPORTUNITÉS
#ON RECRUTE**



fcm63.ch

