LE JOURNAL
DE LA FONDATION
CLAIRE MAGNIN

N°2 – 2025

fcm info

JOURNAL
Les bienfaits de l'art

DOSSIER
Les artistes de la Fondation

REGARD
Art et neuroplasticité

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

A-reha sa

confort - mobilité - autonomie

Votre partenaire en logistique:
moyens de réhabilitation
équipement médical
aide à domicile

Echallens
021 881 13 13
www.a-reha.ch

STEPHANE PIGUET
CHAUFFAGE-SANITAIRE
Depuis 1996

Votre confort, notre priorité!

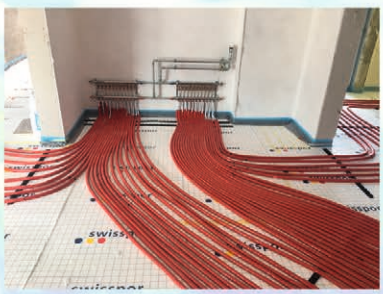
GSP
Groupement professionnel suisse pour les pompes à chaleur

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

Installation solaire thermique pour la production d'eau chaude et en appoint au chauffage

Chantier ODMER à Leysin
Distribution de radiateurs

Service dépannage
24 h/ 24



« Nous faisons entrer l'art dans les Résidences. »

Chères lectrices, chers lecteurs,

L'ouverture à l'art fait partie de l'ADN de la Fondation Claire Magnin. Sensible à l'expression artistique, notre fondatrice exposait déjà les œuvres de son frère, Jean-Pierre Magnin et celles du Dr Daniel Tappy, médecin responsable d'alors.

Aujourd'hui, l'art et la créativité restent très présents dans le quotidien des résidents. Plus que de simples loisirs, ils représentent des leviers thérapeutiques puissants. Les personnes que nous accueillons conservent une capacité d'apprentissage et une sensibilité qu'il est essentiel de stimuler, notamment par la musique, la peinture et d'autres formes d'expression.

L'accès à l'art et à la culture répond à des besoins fondamentaux tels qu'apprendre, se recréer ou se divertir. Le maintien des liens sociaux joue également un rôle clé dans l'équilibre de nos bénéficiaires. Notre région, riche en événements culturels, leur offre des opportunités précieuses pour garder le lien avec le monde extérieur. Et lorsque se déplacer devient impossible, nous faisons entrer l'art dans les Résidences.

Comme Claire Magnin organisait des fêtes pour encourager le partage, nous perpétuons son sens de l'hospitalité en accueillant des artistes, mais aussi nos collaborateurs et les proches des résidents à mettre leurs passions au service de ces derniers pour enrichir leur quotidien.

Au fond, il s'agit avant tout d'entretenir notre appétit pour l'art et la culture et solliciter l'ensemble de nos sens et notre curiosité.

Monique Cachin
Adjointe de Direction pour l'axe socio-culturel

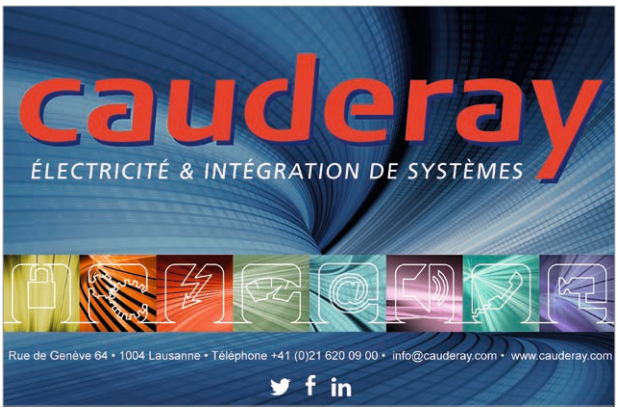
Brèves	**5**
Zoom Santé	**6**
Dossier	**9**
Regard	**14**
Journal	**16**
Air du temps	**19**

Fondation Claire Magnin
Résidences médico-sociales

Impressum / N°2 – 2025
Responsables de la publication
Julia Ianchello
Olivier Perrochet
Rédaction
Laure Monte
Graphisme
Letizia Locher
Impression
CopyPress Sàrl, Puidoux
Tiré à 900 exemplaires
©2025 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.

BCV



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

urban croc 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 I SUISSE - DFK

DE FIL EN AIGUILLE

Un nouvel espace dédié à la couture a ouvert ses portes au rez-de-chaussée de l'établissement *Les Hirondelles*. Dans un coin cosy, résidents et personnes extérieures peuvent désormais profiter du matériel nécessaire à leurs travaux de couture.
Laine colorée, boutons, machine à coudre, ou encore patrons, tout y est grâce à la générosité des donateurs qui ont répondu à notre appel.
Un grand merci à eux pour leur précieux soutien. Nous nous réjouissons de voir ce lieu prendre vie et espérons y voir naître des ateliers, des cours, et pourquoi pas un club de couture !

COURIR POUR LES AÎNÉS

Grâce aux efforts de diffusion à l'interne, près de 20 collaborateurs de tous les sites de la Fondation Claire Magnin se sont inscrits à la course en faveur des aînés, organisée par la FEDEPS le 4 juin à l'Isle. Bravo aux sportifs pour ce bel élan de solidarité !

LES CHEVEUX AU VENT

Les vélos-cargos vont faire partie du paysage de la Fondation. Après avoir testé un modèle prêté et constaté le succès de l'expérience, il est devenu évident qu'un tel équipement serait un atout précieux. La Fondation Claire Magnin va donc tout prochainement acquérir un second triporteur adapté aux séniors, permettant ainsi aux résidents rencontrant des difficultés de mobilité de profiter de balades en plein air.

LUNCH PROCHES AIDANTS

Le 27 mars, *les Hirondelles* ont accueilli une rencontre organisée par la FEDEPS (Fédération des prestataires de services de soins et d'aide à la personne) et Proche-Aidance. Experts et professionnels ont pu échanger leurs vues sur les enjeux de l'accompagnement des proches et partager des solutions concrètes.

Dates des festivités estivales

Les Pergolas > 17.6
Les Berges du Léman > 19.6
L'Étoile du Matin, Les Hirondelles
L'ODMER > 20.6
Le Soleil > 21.6
Miremont > 25.6

L'ART SOUS TOUTES SES FORMES

Du 19 au 23 août, *L'Étoile du Matin* organisera une semaine spéciale sur le thème « Art et recyclage ». Dédiée à la création artistique à partir de matériaux recyclés, elle permettra aux résidents de travailler leur motricité fine tout en s'amusant. Les œuvres réalisées seront exposées en novembre.
Du 15 au 26 septembre, place à la 6e édition du Festival de l'Étoile ! Musique, chant, magie et bien d'autres surprises attendent nos résidents pour un événement exceptionnel qui leur en mettra plein les yeux !

L'ÉTÉ EN FÊTE

La Fondation Claire Magnin se prépare à célébrer l'arrivée de la saison estivale avec ses traditionnelles « Fêtes de l'été ». Ces événements, placés sous le signe de la convivialité et de l'esprit communautaire, invitent les résidents à participer activement à l'élaboration des festivités. Quant aux établissements, ils ont pour habitude de favoriser les synergies en matière d'organisation, mais veulent aussi permettre aux résidents des différents lieux de vie de se rencontrer. Les préparatifs vont bon train !

L'art comme outil de stimulation sensorielle et cognitive

Introduire l'art dans les EMS/EPSM comporte de nombreux bienfaits. Il stimule les capacités cognitives, réduit l'anxiété et renforce les liens sociaux. Offrir un espace créatif, peu importe la forme, permet aux résidents de se reconnecter à eux-mêmes et aux autres, tout en contribuant à leur bien-être général. Démonstration.

CRÉATIVITÉ Que ce soit à travers la musique, la peinture, le bricolage ou d'autres activités créatives, sous forme d'exposition, d'animation ou d'atelier, l'art en EMS/EPMS peut prendre de multiples formes. Une chose est sûre : il joue un rôle essentiel dans l'amélioration du bien-être des résidents. En offrant un espace d'expression spontanée, le langage artistique, par sa richesse et sa diversité, permet de dépasser les limites physiques ou cognitives liées à l'âge et à la maladie. L'intégration de l'art dans le quotidien des résidents est bien plus qu'une simple distraction. Il comporte des bienfaits thérapeutiques et sociaux indéniables.

Des activités variées

Décoration du lieu de vie, spectacle de danse, atelier d'art-thérapie, projection de films, visite d'exposition, chorale ou encore espace de création sont autant de possibilités d'inviter l'art dans le quotidien des résidents. C'est ce qu'offre la Fondation Claire Magnin, en créant un environnement riche en stimuli qui favorisent l'épanouissement personnel et le développement des capacités cognitives et émotionnelles. Ces activités peuvent être animées par des intervenants externes, des thérapeutes ou même le personnel soignant, qui souhaite partager une passion. L'avantage avec la créativité, c'est sa diversité : tant que l'activité est adaptée, il n'y a aucune limite à ce qui peut être proposé. Au contraire, plus les opportunités sont variées, plus elles favorisent l'engagement, car chacun peut y trouver son bonheur. Offrir de telles possibilités, c'est fournir aux résidents un espace où ils peuvent encore agir, inventer, échanger, prendre du plaisir et même s'amuser.

« Le langage artistique, par sa richesse et sa diversité, permet de dépasser les limites physiques ou cognitives liées à l'âge et à la maladie. »

La vieillesse : un obstacle à la créativité ?

La logique voudrait que la créativité, étant liée au développement cognitif et aux fonctions psychomotrices, diminue avec l'avancée en âge.

Pourtant aucune étude scientifique ne vient valider cette hypothèse. En revanche, il est prouvé que les activités créatives – comme la musique, la peinture, ou la danse – activent plusieurs régions du cerveau, dont celles associées aux émotions, au plaisir et à la récompense.

Et ce n'est pas tout ! Bien que les personnes âgées soient confrontées à des pertes irréversibles, leur créativité peut être ravivée lorsqu'elle est stimulée.

C'est pourquoi il est crucial de leur offrir un environnement qui les incite à s'engager. Et ne pas perdre de vue que c'est le processus qui est important, pas le résultat final.

Les bienfaits thérapeutiques de l'art

La pratique de l'art présente de nombreux avantages, notamment pour les personnes en perte d'autonomie ou atteintes de pathologies dégénératives. Elle s'inscrit parfaitement dans la méthode Montessori, qui favorise l'autonomie et l'engagement à travers des activités stimulantes et créatives (cf. « La méthode Montessori au service des aînés », *FCM Info, n° 1, 2025*).

Stimulation cognitive et motrice

Les activités artistiques stimulent la mémoire, améliorent la concentration et activent des fonctions cérébrales. Elles renforcent les capacités motrices et psychomotrices, en particulier la motricité fine, la dextérité et la coordination.

Vecteur de communication

Lors de situations difficiles à verbaliser ou quand le langage fait défaut, l'art encourage l'expression. L'acte créatif ou la médiation par l'image permettent d'exprimer des émotions autrement que par la parole, de mettre en lumière des angoisses, ou encore d'aborder des sujets délicats comme la mort ou la maladie.

Redécouverte de l'autonomie

La pratique artistique offre à la personne âgée un espace qu'elle peut investir sans se mettre en danger. Elle retrouve ici une certaine autonomie, découvre de nouvelles potentialités et trouve ses ressources valorisées.

Réaffirmation de son identité

Dans le cas de maladies neurodégénératives comme Alzheimer, l'acte de signature est particulièrement symbolique. La personne, en s'appropriant son œuvre, peut, le temps d'un instant, retrouver et réaffirmer son identité. Comme le disait D. Winnicott, célèbre psychanalyste : « C'est en étant créatif que l'individu découvre le soi. » La créativité permet alors au patient de se reconnecter à lui-même, de raviver une part de son identité et de renforcer son sentiment d'existence.

Réduction du stress et de l'anxiété

Physiologiquement, l'engagement dans une activité créative peut aider à réduire les niveaux de cortisol (l'hormone du stress), et à stimuler la production d'endorphines qui procurent une sensation de bien-être et améliorent l'humeur. Concrètement, cela permet aux résidents de se « décentrer » de leur pathologie : l'art devient alors une parenthèse bienvenue dans un quotidien marqué de hauts et de bas.

Une fonction éminemment sociale

Souvent, les ateliers et animations proposés sont des moments collectifs. Ils réduisent donc l'isolement social et renforcent les liens communautaires. Les échanges qui se créent autour des œuvres permettent d'entrer en relation avec les autres, de partager des expériences communes, parfois même de dédramatiser certaines situations vécues.

Quant aux projets communs, ils peuvent déboucher sur des expositions et des portes ouvertes, durant lesquelles les proches sont conviés. Des moments toujours remplis de joie et riches en émotions partagées. De magnifiques opportunités de renforcer l'estime de soi, d'apporter une reconnaissance sociale et de venir ajouter de la vie au temps restant.

Quelques bienfaits de l'art en EMS

- Stimulation de la mémoire et de la concentration.
- Résolution de problèmes et développement de la pensée critique.
- Amélioration de la motricité fine et de la coordination.
- Réduction du stress et de l'anxiété.
- Expression et gestion des émotions.
- Augmentation de l'autonomie, de la confiance et de l'estime de soi.
- Création de liens sociaux et réduction de l'isolement.

sadies
informatique

Système 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

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

VOTRE PUBLICITÉ ICI!

L'art et la créativité comme philosophie

À la Fondation Claire Magnin, l'art fait partie intégrante de la philosophie d'accompagnement. Loin d'être un simple moyen de distraction, l'art représente un outil thérapeutique, un chemin vers la redécouverte de soi et un facilitateur de liens sociaux.

DONNER DU SENS L'art et la créativité occupent une place essentielle à la Fondation Claire Magnin. À travers les diverses initiatives proposées, les résidents ont l'opportunité d'exprimer leurs émotions, de raviver des souvenirs, de redécouvrir certaines capacités, d'explorer de nouveaux centres d'intérêt, de créer des liens et, surtout, de redonner un sens à leur quotidien.

Lorsque vous vous rendez dans les différents établissements de la Fondation, ouvrez l'œil : vous découvrirez un lieu de vie souvent agrémenté de magnifiques décorations, au fil des saisons et des fêtes, mais aussi des murs recouverts d'œuvres de résidents ou d'affiches d'artistes divers.

Si la FCM veille à permettre aux résidents de poursuivre les activités pratiquées au cours de leur vie, elle encourage également ses équipes à en proposer de nouvelles, de quoi satisfaire le plus grand nombre et, pourquoi pas, faire parfois naître de nouvelles aspirations ! En plus des ateliers de cuisine et des activités physiques, les résidents peuvent participer à des ateliers de bricolage, de peinture, de découpage, et bien d'autres encore. Des espaces créatifs sont également proposés. Aux *Hirondelles,* on trouve par exemple la « Toutothèque » avec films, livres et jeux, complété récemment par le coin « De fil en aiguille » dédié à la couture.

Régulièrement, des sorties sont organisées pour aller visiter des expositions, assister à des concerts et spectacles, participer aux évènements culturels proposés dans la région. D'autres fois, c'est l'art sous toutes ses formes (clowns, magiciens, danseurs, groupes de musiques, artistes, etc.) qui s'invite dans les établissements à l'occasion des différentes festivités organisées chaque année, comme la Fête de l'Été ou le Festival de l'Étoile.

Dans cette édition dédiée à l'art, nous avons choisi de mettre en lumière quelques talents, présents et passés, de nos résidents. À travers ces portraits, nous célébrons leur créativité, leur passion et leur parcours unique. Bonne lecture !

« L'art permet de redonner un sens au quotidien des résidents. »

DESSIN

Nature bucolique

C'est à l'adolescence que le dessin et la peinture sont devenus une passion pour M. Cédric Scheurer et sa principale manière de s'exprimer. Pour illustrer **la couverture de cette édition** dédiée à l'art, il nous offre *Kiosque de l'Isle* (acrylique), une œuvre qui témoignage de sa passion et de son talent.

ARTS PLASTIQUES

« La vie, c'est l'art de créer »

Avant son AVC, M. Paul-Charles Droessaert était décorateur d'intérieur. Un métier imposé par son père, dès son plus jeune âge. À 5 ans déjà, il passait ses jours de congé à retirer des clous. Avec le temps, il apprend à aimer son travail et se révèle particulièrement talentueux. Arrivé en Suisse, il est mandaté par les plus grands palaces et se fait connaître auprès des familles fortunées. De cette époque, il ne lui reste rien, excepté ce besoin de créer et une imagination débordante. Il a donc transformé sa chambre en atelier : tubes de peinture, bandes de plâtre et dessins jonchent le sol et son bureau. Quant aux idées, il en a plein. Tout y passe : des bouteilles de PET aux vieilles godasses. Son prochain projet ? Une guêpe géante en fil de fer ! « Ce que je fais, c'est de l'art brut. Je récupère des choses pour en créer d'autres. C'est ça la vie. »

POTERIE

Monde enchanté

C'est avec timidité et une grande humilité que M^me^ Marie Vermeulen nous ouvre la porte de sa chambre à *L'Etoile du matin*. Partout des personnages tout droit sortis de son imaginaire. Pendant plus de 10 ans, elle a pratiqué la céramique. D'où lui venait son inspiration ? Elle peine à se souvenir, mais explique qu'elle commençait à manier la terre et se laissait guider. « C'est le toucher qui me plaisait ! » insiste-t-elle. Peinture, tissus et autres matériaux viennent donner vie à ses lutins espiègles et ses drôles de champignons. Une attention particulière est accordée aux mains et aux expressions des visages. Et de conclure : « Le plaisir, c'est ce qu'il y a de plus important. »

« Le plaisir, c'est ce qu'il y a de plus important. »

MUSIQUE

Souvenirs de chasse

Quand M. Jean Broenimann nous accueille, il rectifie tout de suite : « Ce n'est pas mon cor, c'est celui de mon frère ! » et de préciser que pour lui c'était juste comme ça, pour le plaisir. Surtout pendant les parties de chasse, explique-t-il, où le son des instruments résonnait dans la forêt « question de tradition ».

Une tradition familiale aussi, puisqu'il a grandi dans « une famille de fanfarons ». Son père était un grand trompettiste militaire et ses frères faisaient partie de la société de musique du village. Voie qu'il a, quant à lui, abandonnée au moment d'entrer en apprentissage. Pourtant, dès qu'il commence à jouer, l'enthousiasme est palpable. Et de son propre aveu : « Vous savez, c'est difficile. Il faut l'oreille, du souffle et de la technique. »

DANSE

Rock'n'roll !

Mme Jacqueline Aubert, résidente à *L'Etoile du matin*, ayant perdu la capacité de s'exprimer, c'est son mari et sa fille qui témoignent d'une vie familiale bien remplie. Vélo, ski, randonnées, on ne s'ennuyait pas chez les Aubert. Mais c'est surtout la danse qui fait partie de l'ADN de la famille. D'ailleurs c'est dans un bal que le couple se rencontre : « À l'époque on se rendait dans les soirées des sociétés locales où des groupes de rock étaient invités. Un regard échangé et c'était parti. On avait le feu ! ». Ce soir-là le jeune couple repart sur Zéphirine (la moto) et ne se quitte plus. Quelques années plus tard, ils rejoignent l'académie de danse de Vevey et créent le groupe Country Riviera. En 15 ans, ce sont 245 danses qui seront apprises ! Aujourd'hui Mme Aubert réagit encore au son de sa musique préférée, Rock Around the Clock, et leur fille a pris le relais avec les claquettes. Passionnée, elle défend les couleurs de la Suisse chaque année aux championnats du monde et viendra bientôt faire une démonstration à *l'Etoile*.

ÉCRITURE

L'art comme liberté

M. Thierry Combe, journaliste de métier et résident aux *Hirondelles*, nous explique son point de vue sur l'art.

Comment définir l'art... une question plutôt difficile. Car l'art vient de l'imaginaire de chaque résident. Celui-ci est libre de créer une peinture, une musique tout en ressentant une émotion. Tout ce qui lui vient par la tête ou le cœur. L'art exprime la liberté, l'esprit et les sentiments chez le résident, ainsi qu'une grande richesse et valeur.

Personnellement je suis heureux parce que j'ai un instrument de musique dans ma chambre: une batterie complète. Elle me permet de créer des rythmes, des improvisations, de la musique et lire des partitions. Et de ressentir une forte émotion en écoutant ce que je crée.

Jouer de la batterie me permet de m'échapper des réalités parfois désagréables, comme les soucis ou les angoisses. Cette forme d'art m'apporte aussi de la joie et des plaisirs. L'imagination me permet de créer et lâcher en toute liberté, mon art. L'art selon moi est essentiel à mon épanouissement.

M. Thierry Combe

L'art au service de la neuroplasticité

Photographe professionnelle et musicienne, Laetitia Gessler enseigne à l'Ecole d'Arts Appliqués de Vevey. Passionnée par la neuroplasticité et les bienfaits de l'art, elle partage avec nous son point de vue sur l'importance de la pratique artistique, qu'elle considère comme un véritable enjeu de santé publique.

En tant qu'artiste, quelle est votre vision de l'art utilisé comme outil thérapeutique, notamment dans les EMS/EPSM ?

Pour moi, l'accès à l'art est quelque chose de vital, essentiel même. La question ne se pose pas. C'est ce qui nous qualifie dans notre spécificité d'humain. Prenez les grottes de Lascaux, qui datent d'environ 20'000 ans. À cette époque, on devait juste survivre, et pourtant il y avait déjà cette nécessité de faire de l'art !

Vous vous êtes beaucoup intéressée à la neuroplasticité. Pouvez-vous nous expliquer ce concept et ses enjeux ?

C'est un domaine très vaste. La neuroplasticité est quelque chose que l'on expérimente constamment. Il s'agit de la capacité du cerveau à se réorganiser, à créer de nouvelles connexions neuronales et à ajuster ses circuits existants. Pendant longtemps, on a cru que le cerveau se développait jusqu'à la fin de l'adolescence, puis qu'il se figeait avant de se dégrader. Or, on découvre finalement que ce n'est pas du tout le cas ! Tout au long de notre vie, notre cerveau change, évolue, se remodèle. Et encore mieux, nous avons une véritable marge de manœuvre là-dessus, puisque nous pouvons rééduquer des circuits neuronaux ou des schémas d'interprétation.

Comment l'art stimule-t-il cette plasticité cérébrale ? Et quels sont ses bénéfices spécifiques ?

La spécificité des pratiques artistiques, comme la musique, c'est qu'elles vont toucher énormément de zones du cerveau, et vont donc avoir un impact très large. Les bienfaits de l'art sur la santé sont multiples : développement moteur et cognitif, amélioration de la mémoire, et impact direct sur le bien-être, notamment par la réduction du stress et l'augmentation de la dopamine et de la sérotonine, qui régulent nos neurotransmetteurs.

L'activité artistique elle-même n'est que la partie émergée de l'iceberg. Au-delà des bénéfices physiques et psychologiques immédiats, l'art favorise aussi les interactions sociales et relationnelles. Le simple fait d'être immergé dans une œuvre – en écoutant de la musique ou en contemplant une peinture – nous permet d'accéder à un récit, à des émotions, et à la vision d'un autre, ce qui nous aide à sortir de notre propre réalité et à élargir notre perspective.

Que pensez-vous des actions menées par la Fondation Claire Magnin pour intégrer l'art dans le quotidien des résidents (décorations, expositions, fêtes, animations, etc.) ?

Je pense que ces activités sont essentielles. L'un des principaux facteurs de la neuroplasticité est la nouveauté. En tant que personnes actives, nous sommes constamment confrontées à de nouvelles situations. Mais, dans les institutions, la routine va souvent être préférée à la nouveauté, ce qui va limiter cette stimulation. D'où l'importance d'introduire des activités, comme celles proposées par la Fondation Claire Magnin.

Selon vous, quelle serait l'approche idéale pour intégrer la création artistique, ou plus généralement l'art, dans le quotidien des résidents ?

En premier lieu, je dirais que plus il y a de variété, mieux c'est. Mais surtout, il est essentiel de considérer l'art non pas comme une

« La spécificité des pratiques artistiques, c'est qu'elles vont toucher énormément de zones du cerveau, et vont donc avoir un impact très large. »

activité anecdotique, mais comme un véritable outil thérapeutique. De nombreuses études démontrent aujourd'hui les bienfaits de ces pratiques pour l'amélioration de la santé, et bien que nous soyons encore au début de cette exploration, les découvertes sont déjà incroyables. Il en va donc de la responsabilité des institutions d'offrir aux résidents des activités de qualité qui les ancrent dans le moment présent et les gardent connectés à la vie.

Quels conseils donneriez-vous aux équipes de soignants pour que les approches artistiques soient bien accueillies par les résidents ?

Ce qui peut être difficile, c'est qu'à partir d'un certain âge, on peut se demander « à quoi bon ». Il est essentiel alors de revoir le sens de ces activités : pourquoi faire de l'art avec des personnes âgées ou malades ? De même, si on prend l'activité au sérieux, elle sera mieux reçue. Ces personnes ont droit à l'accès à des pratiques de qualité, ce qui renforce leur estime de soi et leur donne le sentiment d'avoir encore une place. Il faut aussi accepter que l'impact de l'activité ne soit pas toujours immédiat. Cela peut prendre du temps, parfois ne pas fonctionner du tout. Enfin, il est important de se rappeler qu'il n'y a pas d'âge pour reprendre ou même commencer une activité. Après tout, il y a des personnes qui apprennent des langues à 80 ans !

Bio express

« À 36 ans j'ai expérimenté ce que devait vivre une personne âgée. »

Laetitia Gessler est photographe professionnelle et violoniste. Fin 2021, elle fait un COVID sévère qui se traduit par le syndrome de la fatigue chronique. Du jour au lendemain, elle se retrouve « amputée » de la plupart de ses capacités physiques et cognitives. Elle se demande alors comment se recréer une identité quand on n'est plus valide. Durant ses deux ans et demi de convalescence, elle va s'intéresser de près à la neuroplasticité et découvrir à quel point l'art peut aider à guérir et se reconstruire.

Créer pour s'exprimer : les ateliers créatifs au service des résidents

L'art occupe une place essentielle au sein des établissements de la FCM. Auxiliaire en soins et accompagnement et artiste peintre, Palmiro Marzaroli nous ouvre les portes de l'atelier qu'il anime dans l'établissement Le Soleil, à Leysin. Rencontre.

ATELIER CRÉATIF C'est au 3e étage de la résidence à vocation psychiatrique, *Le Soleil,* que se trouve l'espace qui accueille les ateliers créatifs proposés par Palmi, comme on l'appelle ici. Artiste peintre reconnu, il partage avec passion et humilité cet aspect de sa pratique. Attiré par l'art depuis toujours, c'est tout naturellement qu'il a intégré la créativité dans son quotidien de soignant. Si le matin est principalement dédié aux soins, il propose chaque jour un moment créatif aux résidents.

Surmonter les réticences

Au milieu d'un espace ouvert trônent deux grandes tables, une armoire remplie de dessins, une commode joliment décorée dans laquelle on trouve tout le matériel nécessaire, un chevalet près de la fenêtre et un évier où sèchent les outils d'une précédente session. L'atelier dure environ une heure. Souvent, il faut aller chercher les résidents : « Je leur dis juste de venir. Si je leur dis ce qu'on va faire, ils peuvent être réticents. Ils viennent, on s'assied, on discute un peu. Un thème surgit. Je leur propose quelque chose ou c'est eux qui prennent l'initiative. Certains aiment choisir, d'autres préfèrent se laisser guider. Surtout, il ne faut pas que ça devienne une obligation. » Quand il sent que c'est le bon moment, il propose de dessiner à partir d'un thème ou d'une technique. « La première chose c'est qu'ils ont peur. Peur de s'exprimer. Alors ils font une maison, la cheminée, les fenêtres… C'est déjà bien, mais je les encourage à aller plus loin. Avec le temps, les craintes et les stéréotypes s'atténuent, ils se laissent un peu aller. Et tout à coup on voit que ça devient plus libre, ils travaillent ce qu'ils sont, ils expriment ce qu'ils ont vécu », s'enthousiasme le soignant.

Être à l'écoute des besoins

Palmiro connait l'importance de l'écoute. Alors il prend son temps. Il choisit avec soin les matières : par exemple la peinture, pour les personnes rencontrant des difficultés de dextérité, ou la craie pour celles qui ont besoin d'extérioriser une certaine impulsivité.

Pour certains, la participation aux ateliers est une sorte de mise en route, sans laquelle ils ne feraient pas grand-chose. Parfois ça fonctionne, comme ce groupe qui s'est pris de passion pour le collage et qui se réunit désormais régulièrement. D'autres fois, non. « Cela dépend aussi des encadrants et des initiatives qu'ils apportent. Actuellement, on a une équipe qui est super forte en déco, et qui réalise des choses incroyables avec les résidents ! » Certains demandent à pratiquer une technique, comme cet homme qui voulait faire de la pyrogravure. « Quand un résident a une pratique, on essaie de l'entretenir. »

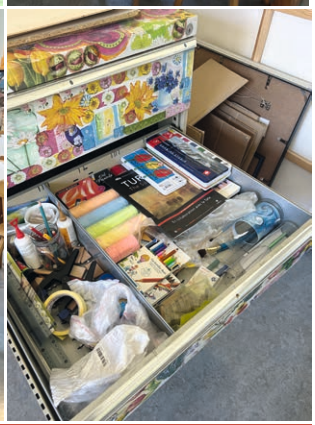
Il y en a qui ne participent jamais, mais qui s'arrêtent devant les œuvres, passent voir l'atelier en cours et encouragent les autres. D'autres viennent juste pour discuter. Palmiro s'adapte, propose alors d'autres activités, comme l'écriture ou la musique. « Finalement, qu'on fasse de la peinture, qu'on discute, qu'on recherche quelque chose, peu importe. Ça crée du dialogue et puis parfois ça motive pour autre chose : participer à un atelier, une sortie, monter un projet. » Il rappelle qu'à la FCM, c'est une philosophie. Les ateliers, quels qu'ils soient, sont encouragés : « Le but c'est que ce soit un système qui tourne, qui apporte de la nouveauté et du mouvement, que tout le monde ait du plaisir. »

Un autre regard

Pour Palmiro, les ateliers créatifs permettent de capter les résidents, de voir où ils en sont et de suivre leur évolution. « Tout à coup, ils ont du plaisir à s'exprimer, à échanger et à montrer qu'ils sont toujours là », explique-t-il. Ces moments leur permettent d'être à nouveau un peu eux-mêmes, malgré leur vie en résidence. L'art devient un moyen de voir les choses sous un autre angle et de rappeler à chacun ses capacités. « Parfois une minute suffit. Ils choisissent une couleur, se concentrent, et quelque chose se passe. C'est de l'art brut au sens premier, une expérience en direct. Souvent, ils trouvent le résultat nul, alors j'agrandis, je retourne, j'explique. Et soudain, ils comprennent quelque chose, se reconnaissent dans leur image et en retirent finalement une grande satisfaction. »

« Tout à coup, on voit que ça devient plus libre, ils travaillent ce qu'ils sont, ils expriment ce qu'ils ont vécu. »

Palmiro Marzaroli



Bio express

Très jeune, Palmiro Marzaroli est fasciné par le regard des artistes sur le monde et souhaite en faire son métier. Mais son père en décide autrement, et le voilà propulsé sur les chantiers. Parallèlement, il s'initie à la peinture et développe un style, reconnu internationalement, mais pas suffisamment pour en vivre. Après divers voyages et expériences, il revient en Suisse et trouve un travail dans un EMS. Depuis 38 ans maintenant, il accompagne avec passion les résidents de la Fondation Claire Magnin.

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@lbgsa.ch
www.lbgsa.ch

VOTRE PUBLICITÉ ICI!

Voyage au fil de l'eau

Nos résidents et leurs accompagnants ont troqué la colline de Jongny pour les profondeurs ! Direction Aquatis à Lausanne où ils ont plongé à la découverte des écosystèmes de l'eau douce des cinq continents. Une expérience immersive dont ils se rappelleront !

Danse folklorique

Les résidents des *Pergolas* ont été transportés au cœur de la culture albanaise grâce au groupe SHKA Teuta, qui leur a offert une démonstration de danse traditionnelle.

Décorations printanières et chasse aux œufs originale

Comme chaque année, Pâques a été l'occasion de réaliser de belles décorations. De quoi apporter de la couleur dans les espaces de vie et le cœur de chacun. Aux *Hirondelles,* les résidents ont pu participer à une chasse, non pas aux œufs, mais aux porte-bonheurs ! Des dizaines de petits animaux au crochet, réalisés à la main par une bénévole, ont été cachés dans les différents étages du bâtiment. Un moment riche en partages et en émotions, et de jolis souvenirs à emporter.

Goûter de Pâques intergénérationnel

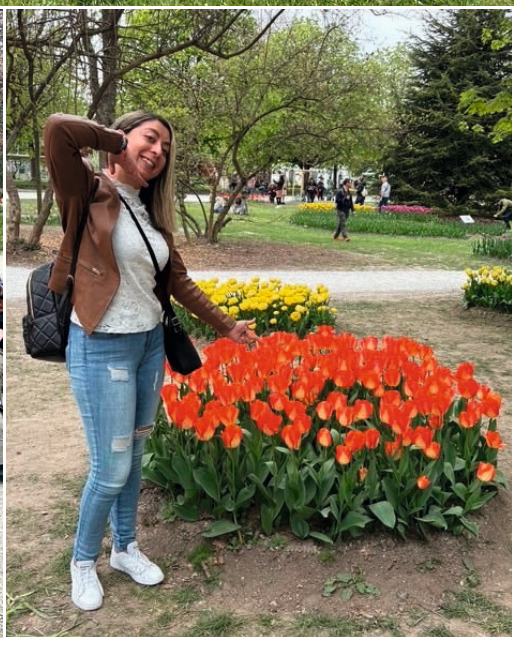
Les rires des enfants de l'UAPE (unité d'accueil pour écoliers) ont animé les *Berges du Léman*. Après un goûter partagé, ils ont cherché les œufs cachés dans le jardin par les résidents. Chaque enfant est reparti avec un lapin en tissu confectionné avec soin par les aînés. Un beau moment de partage intergénérationnel !

Sortie des *Hirondelles* à la Fondation Pierre Gianadda

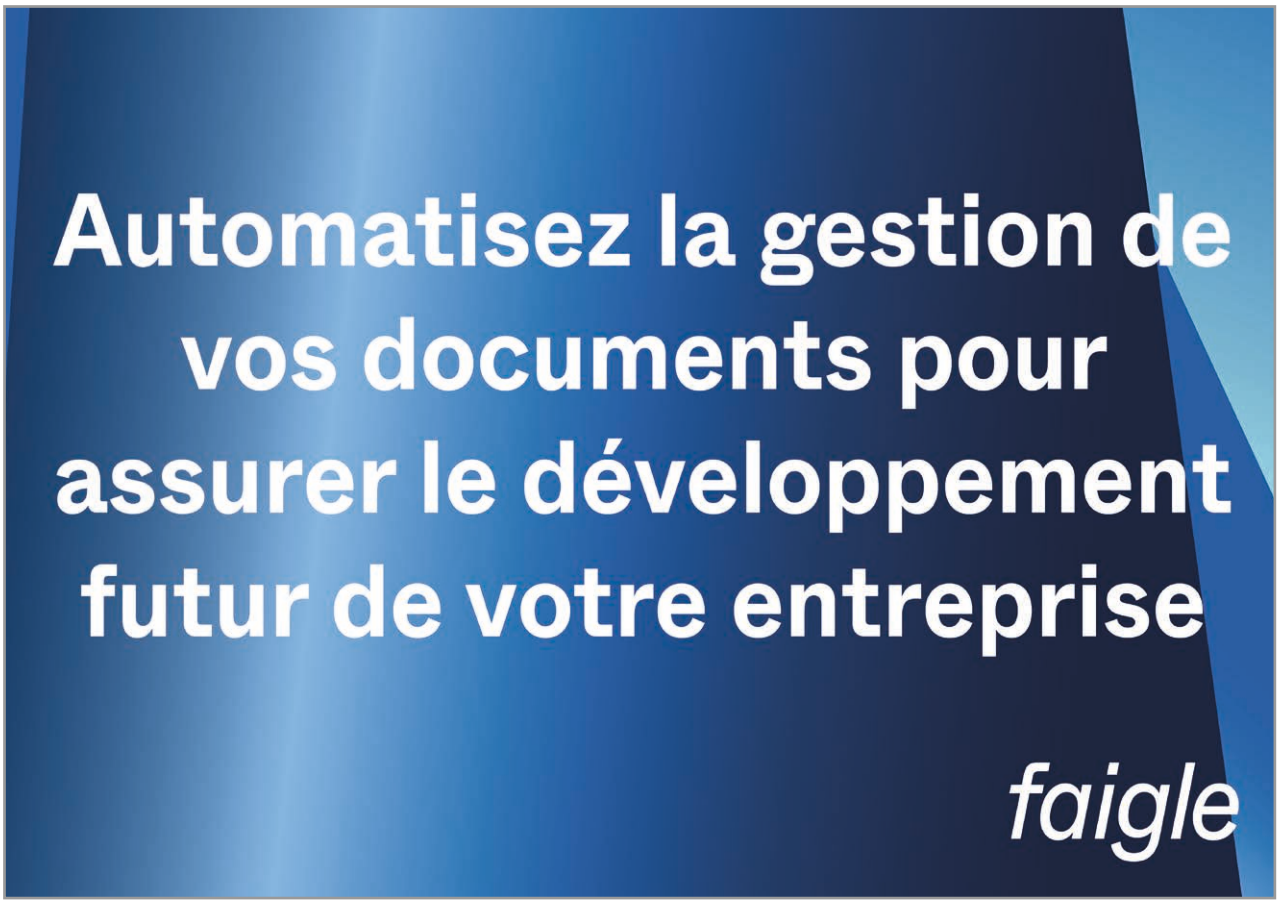
Régulièrement, des sorties sont organisées afin d'emmener les résidents voir des expositions. En mars dernier, un petit groupe d'amateurs d'art des *Hirondelles* a ainsi pu contempler les œuvres du célèbre peintre Francis Bacon, à l'affiche du musée jusqu'en juin.

Sortie multicolore

La floraison des tulipes a, cette année encore, transformé la ville de Morges en un véritable tableau vivant. Plusieurs établissements de la Fondation ont profité de cette exposition florale. Tout invitait à la promenade et à la détente pour célébrer la belle saison comme il se doit.



VOTRE PUBLICITÉ ICI!



UNE FORMATION D'AVENIR
DANS NOS METIERS

ON RECRUTE DES
APPRENTIS/ES

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

GROUPE VOLET
CHARPENTIER/BATISSEUR

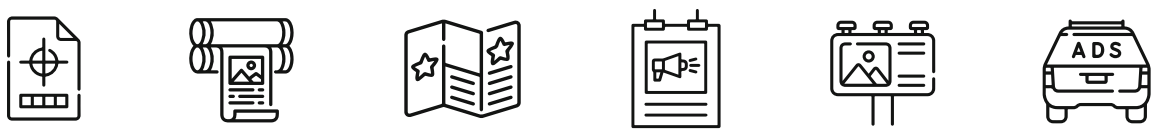
www.groupe-volet.ch – T. 021 926 85 85
St-Légier Mts-Pully Orbe Rolle Maracon Aigle Siviriez

VÉLO ÉLECTRIQUE
EASY RIDER 2

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

MEDITEC SA
HOMECARE 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

Site internet www.fcm63.ch
Pour toutes questions concernant notre journal sg@fcm63.ch
Retrouvez-nous également @fondationclairemagnin
Fondation Claire Magnin

Fondation Claire Magnin