Le Canard

n° 101
Automne 2018

Fondation EMS La Venoge

A Penthalaz, c'est le chantier!

Projet d'agrandissement

Les travaux à Penthalaz ont commencé au début de cette année : l'occasion de faire le point.

page 2-4

Fêtes de l'été

Alors que la grisaille de l'automne a fini par nous rejoindre, retour sur les fêtes de l'été des deux sites!

pages 7-8 et 16-17

Visite à la ferme

Amélie Hurni, apprentie assistante socio-éducative, emmène les résidents à la découverte de la ferme familiale...

page 20

Bien-être

Zeste, fleur, feuilles, bourgeons : dans l'orange, tout est bon! Arlette Péclard nous présente les vertus de cet agrume.

page 22

Editorial

Le mot de la direction

Editorial

Nathalie Theillard
Directrice

Débutés en janvier de cette année, les travaux pour l'agrandissement du site de Penthalaz vont bon train.

Le projet d'agrandissement du site de Penthalaz : voilà des années qu'on en parle... Avec le soin nécessaire à une entreprise d'une telle envergure, les nombreux partenaires ont enchaîné les différentes étapes. Avec des moments de remise en question et de découragement, oui, osons l'admettre. Mais avec aussi des moments où les pièces du puzzle, patiemment rassemblées, étudiées, placées, commencent à suggérer une image plus large, un futur possible, un projet riche de sens, aux fondations solides et à la vision cohérente.

Depuis le début de cette année, les machines de chantier, la terre retournée, les architectes et les ouvriers à pied d'oeuvre, témoignent enfin de la réalité de cette étape importante : aujourd'hui, les murs dressés, les espaces et volumes délimités nous laissent déjà entrevoir ce que sera ce site de Penthalaz, une fois la pénible étape des travaux terminée. Car oui, si garder notre établissement en exploitation durant la période des travaux était évidemment incontournable, les conséquences, pour les résidents comme pour les collaborateurs, n'en sont pas moins parfois lourdes au quotidien. Mais face aux inévitables nuisances - que les entreprises partenaires de ce chantier s'efforcent de réduire au maximum - en tant que directrice, je ne peux que me réjouir de constater que chacun fait « contre mauvaise fortune bon coeur » : les stratégies d'adaptation, l'optimisme et la créativité pour inventer des solutions face aux difficultés, nous permettent de traverser ensemble cette période agitée avec le sourire! A chacun : merci! Et surtout, que ces mois un peu chahutés ne nous fassent pas oublier l'objectif vers lequel nous cheminons : disposer à Penthalaz d'infrastructures parfaitement adaptées, qui permettront à notre Fondation de répondre à la demande, en mettant à disposition de la population de la région 70 lits d'hébergement long séjour, 14 places en CAT et 17 appartements protégés. Car si aujourd'hui « *Il fait bon vivre à la Venoge* », souhaitons que demain nous puissions tous constater que « *Il fait* ***mieux*** *vivre à La Venoge* » ... !

Nous vous tiendrons informés des étapes à venir dans les prochaines éditions de ce Canard. Mais d'ici là, c'est une période chaleureuse et lumineuse qui nous attend : la fin de l'année et son cortège de fêtes et célébrations. Je vous souhaite un temps de l'Avent riche et joyeux, et une année 2019 pleine de projets nourrissants et de défis passionnants !

N. T.

Impressum

Comité de rédaction :
Huguette Fernandes
Edwige Rossier
Nathalie Theillard
Marie-Claire Prol

Coordination La Sarraz :
Huguette Fernandes

Coordination Penthalaz :
Edwige Rossier

Conception graphique et illustrations :
Amélie Buri
amelieburi.ch

Impression :
Imprimerie Carrara
imprimerie-morges.com

Reportage

A Penthalaz, les travaux se poursuivent...

Chronologie du chantier en quelques photos!

Projet d'agrandissement

Helko Walzer, architecte, nous raconte...

Comme vous avez pu le constater, le chantier de l'extension de la Fondation EMS La Venoge site de Penthalaz a débuté le 15 janvier 2018 et certains travaux ont également déjà été entrepris dans le bâtiment existant.

Je tiens à remercier tout particulièrement les résidents et le personnel de la Fondation pour sa coopération et sa compréhension vis-à-vis du chantier en cours, étant conscient des désagréments que cela engendre.

Pour en revenir au chantier, nous avons été occupés avec la phase de gros oeuvre jusqu'à la fin du mois d'octobre. En parallèle, 17 appartements protégés sont construits au sud de la parcelle par la coopérative Primavesta, dont le gros œuvre devrait se prolonger jusqu'à la fin du mois de janvier 2019. Une fois le travail des maçons terminé, l'étancheur et l'entreprise de menuiserie extérieure s'occuperont des toits et des façades afin de rendre le bâtiment étanche à l'air et à l'eau, vers la fin du mois de février. Par la suite, tous les travaux seront réalisés à l'intérieur du bâtiment d'extension. En commençant par la technique puis la construction sèche et pour finir les travaux de menuiserie et de peinture. La fin de la construction de l'extension du bâtiment est prévue pour le début de l'année 2020, période à laquelle l'ensemble des résidents pourra emménager dans les nouveaux locaux. La date définitive reste encore à confirmer.

Pour vous donner une idée des réalisations en cours voici deux photos représentatives de la future unité de soins et de l´entrée de l´EMS. Une fois le déménagement terminé, ce sera pour nous, le début de la deuxième phase de construction. Nous allons procéder à la rénovation du bâtiment existant. La toiture et les façades seront entièrement rénovées. La cuisine et la buanderie seront agrandies et l'actuelle unité de soins sera rénovée en douceur. Au rez-de-chaussée, la Coop et le restaurant de l'Ecluse emménageront dans de nouveaux locaux ainsi qu'un cabinet de physiothérapie qui viendra compléter cet éventail de prestations. En plus d'être un établissement médico-social, la Fondation EMS La Venoge souhaite être un lieu de rencontre et d'activités sociales, ancré dans la vie de la commune de Penthalaz.

Le complexe devrait être achevé d'ici début 2021, ce qui permettra à la Fondation d'accueillir en tout 70 résidents répartis sur 3 unités, le CAT sera agrandi à 14 places dans de nouveaux locaux indépendants, situés dans l'extension.

Nous nous réjouissons d'ores et déjà de vous accueillir lors de l'inauguration pour fêter avec vous la réussite de ce beau projet.

H. W.

Le point sur les travaux

Helko Walzer
Architecte BDA SIA
Translocal Architecture GmbH

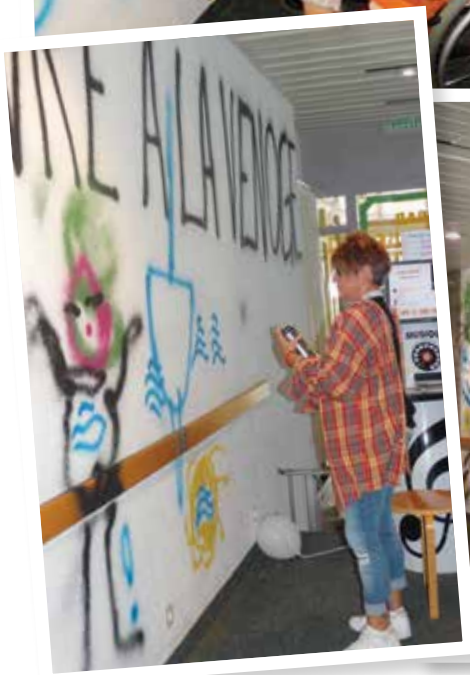
Pique-nique à l'Ecluse

Une manière un peu « rock'n'roll » de dire temporairement au revoir au restaurant de l'Ecluse, le temps des travaux...

Depuis le 1er août 2018, le restaurant de l'Ecluse est fermé, sa démolition est prévue début septembre. Pour marquer la fin temporaire de ce bistrot et sous l'impulsion de Marianne Thonney infirmière cheffe à Penthalaz, un pique-nique bonne franquette a été organisé. Le 7 septembre à midi tous les résidents et bénéficiaires du CAT se sont retrouvés à l'Ecluse pour manger des sandwichs et des taillés à la crème. Une fois l'estomac rempli, les personnes qui le souhaitaient ont pu se donner à cœur joie pour taguer les murs, avec un résultat... décoiffant !

Animation Penthalaz

Edwige Rossier
Responsable animation PZ



IL FAIT BON VIVRE À LA VENOGE
joie

Fête de l'été à Penthalaz

Comme il est de coutume depuis plusieurs années à la fin du mois d'août, nous avons organisé la fête de l'été. Nous avons fait la fête entre nous, résidents et personnel : par manque de place extérieure, en raison des travaux, nous n'avons en effet pas pu inviter les familles.

C'est dans notre salle à manger décorée aux couleurs d'été que nous avons dégusté un succulent repas concocté par Jean-Marc et sa brigade.

Cette fête a été animée par Véronic Music qui a mis une belle ambiance où chacun a pu soit danser, frapper le rythme ou chanter selon ses envies.

Ce fut une belle journée pleine de joie et de sourire.

Merci à tous pour la réussite de cette fête!

Portrait de résident à Penthalaz

Monsieur Louis Cailler, après avoir fréquenté de nombreuses années notre établissement en tant que bénéficiaire du CAT, réside à Penthalaz depuis le mois d'avril 2017. C'est un homme au grand cœur et ami des animaux que nous vous présentons.

Monsieur Louis Cailler est né le 22 janvier 1934. Ses parents auront 4 enfants : André, Louis, Marie-Louise et Eugénie.

Ils avaient une ferme à Allens-sur-Cossonay avec beaucoup d´animaux (lapins, canards, vaches, chevaux, etc. ...), donc Monsieur aidait à la ferme.

Après le décès de son père, sa mère se remarie. De cette union naîtra un garçon qui vit aujourd'hui au Tessin.

Monsieur Cailler suit sa scolarité obligatoire à Cossonay.

Durant 10 ans, il travaille à la gravière de Penthaz, avec la tâche de laver le gravier tout en surveillant les machines. Il travaillera ensuite durant 24 ans à la cimenterie d'Eclépens. Monsieur Cailler a pris sa retraite à l'âge de 65 ans.

Il ne s'est pas marié et et n'a pas eu d'enfants.

Monsieur Cailler apprécie la nature : il aimait se promener dans la forêt, chercher des morilles au printemps.

Autre passe-temps : les travaux de bricolage et de montage. Monsieur Cailler aimait par exemple beaucoup réaliser le montage de petits avions miniatures, qu'il avait eu achetés à Lausanne à ses 18 ans. Il raconte qu'il avait une piste pour les faire voler chaque lundi.

Aujourd'hui, Monsieur Cailler occupe ses journées en aidant à mettre la table pour le repas de midi, en se baladant autour du carré de l'animation avec son fidèle compagnon, un chat en peluche, ou en sortant avec l'équipe de l'animation.

Grand amoureux des animaux, il apprécie beaucoup qu'on lui amène un chien ou un chat pour quelques caresses... Quelquefois, une collaboratrice de La Venoge lui confie la garde de son chien pendant un moment : une mission que Monsieur Cailler accepte avec bonheur!

L'équipe soignante

En vadrouille

L'équipe d'animation de Penthalaz a profité des beaux jours pour proposer de belles escapades ensoleillées...

Nous avons profité de notre nouveau bus et des belles journées d'été pour aller nous balader par monts et par vaux. Nous avons fait des haltes au Rocheray, à la Breguettaz, à plusieurs reprises chez Claudine (animatrice) à Villars-Mendraz, dans le Lavaux, au bord du lac, sans oublier le pique-nique dans le Jorat avec les hommes de la Protection civile.

Port de Pully

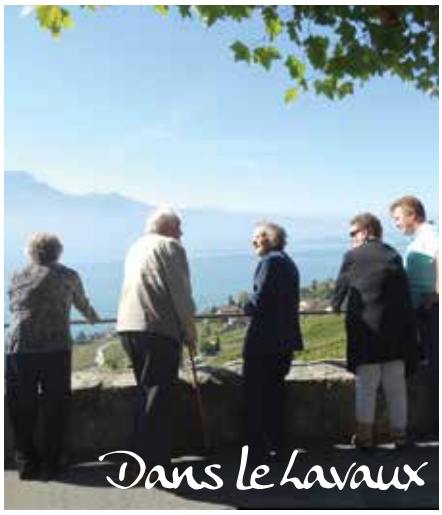
Au restaurant à Corseaux

Au bord du lac au Rocheray

Chez Claudine...

Pique-nique avec la Protection civile

Chez Claudine...



Portrait de collaboratrice à La Sarraz

Professionnelle au grand cœur et généreuse, Barbara Gilliéron, de par sa gentillesse, sa bienveillance et sa gaieté, apporte naturellement une bouffée positive au sein de l'établissement.

Je m'appelle Barbara Gilliéron, cela fait actuellement 4 ans que je travaille en qualité d'aide-infirmière à la Fondation EMS La Venoge à La Sarraz.
Ce qui m'a poussée à choisir cette activité professionnelle remonte à mon enfance. J'ai été élevée durant mes 3 premières années par mes grands-parents maternels en Serbie. Ma grand-mère a pris la place de la maman. Je n'ai jamais retrouvé une relation aussi forte depuis.
Les années passent, je fais ma vie et donne naissance à 4 enfants.
Ma grand-maman, elle, vieillit et est atteinte de la maladie d'Alzheimer. Elle terminera sa vie alitée, à la maison et dans d'atroces souffrances.
A l'époque, déjà maman de 3 enfants, il m'était impossible d'entreprendre un voyage en Serbie, je n'ai donc pas eu l'opportunité de lui rendre visite ni de lui dire au revoir.
C'est pour cela, par la suite, que j'ai ressenti le besoin de donner des soins et de l'accompagnement, de

l'amour également, à des personnes affectées dans leur santé….pouvoir leur offrir un coucher de soleil radieux !
En ce qui concerne mes hobbies, chacun a sa façon de se ressourcer, moi j'ai choisi le calme de la forêt. Je suis également une grande fan du LHC Léo !
Des projets professionnels ? Pas pour l'instant, à mon avis il faut premièrement s'occuper de soi-même pour pouvoir bien s'occuper des autres.
Si j'ai peur de vieillir ? Oui, beaucoup ! « Etre ou ne pas être ! »
Juste un partage :
Chacun d'entre nous a le choix : prendre le bon côté des choses ou le mauvais....
Accueillir les événements avec le sourire ou les poings serrés….
Dire « c'est la catastrophe » ou « ça va s'arranger »….
Voir tout en noir ou tout en couleur….
Etre calme et ouvert ou agressif et fermé….
Et décider de faire ainsi son existence….
Un chemin de fleurs ou un chemin d'épines.

P'tit clin d'œil

La recette pour passer une belle journée à La Venoge :
- 1 zeste d'humour
- 1 grain de folie
- 1 pincée de bon sens

Grain de sel Caponata sicilienne

En vue de la fin de l'été, on profite de terminer la belle saison avec ces légumes gorgés de soleil qui laisseront à nos papilles gustatives de beaux souvenirs estivaux.

INGRÉDIENTS (8 pers.)

- 1 kg d'aubergines
- 500g de céleri branche
- 200g d'olives noires dénoyautées
- 50g de câpres
- 300 g de tomates fraîches
- 5 oignons rouges de préférence sinon, oignons blancs
- 50 g de vinaigre blanc
- 70 g de sucre (ou miel de fleur)
- Gros sel
- Sel
- Huile d'olive

Préparation

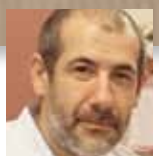
- Couper les aubergines en cubes d'environ 2cm, les mettre dans une passoire et les saupoudrer de gros sel. Mélanger le tout et laisser les aubergines dégorger pendant une heure. Cette étape permet de diminuer l'amertume de l'aubergine.
- Tailler le céleri branche en deux dans le sens de la longueur et couper les longueurs en cubes d'environ 2 cm.
- Mettre 6 c. à soupe d'huile d'olive dans une poêle et la chauffer puis faire saisir le céleri pendant 5 minutes à feu vif. Laisser de côté la préparation.
- Eponger les aubergines dans un papier absorbant afin d'enlever l'excédent d'eau.
- Chauffer 7 c. à soupe d'huile d'olive dans une poêle et y faire dorer les cubes d'aubergines durant 3 minutes à feu vif.
- Eplucher et enlever les pépins des tomates.
- Couper les oignons en brunoise, grossièrement.
- Faire dorer les oignons à feu moyen durant 3 minutes dans une poêle, préalablement chauffée avec 4 c. à soupe d'huile d'olive.
- Ajouter les câpres à la préparation et les dorer 1 minute.
- Ajouter ensuite le céleri, les olives et les aubergines et laisser cuire pendant encore 4 minutes.
- Ajouter le sucre ou le miel puis incorporer le vinaigre et laisser évaporer 1 minute.
- Ajouter les tomates, terminer l'assaisonnement avec 3 pincées de sel (évidemment, vos goûts personnels détermineront si vous voulez ajouter plus de sel ou non) et laisser mijoter durant 8 minutes en remuant souvent. Il ne faut pas couvrir la préparation.
- Faire patienter vos papilles gustatives pendant 3 heures afin de permettre à la Caponata de bien se refroidir. Le lendemain, elle sera même encore meilleure à déguster.

Cette préparation peut être servie comme accompagnement de viande ou de poisson ainsi qu'en apéritif sur toast.
Il faut la manger tiède ou froide.

Bon appétit!

Grain de sel

Domenico Iannucilli
Cuisinier à Penthalaz



Portrait de collaboratrice à Penthalaz

Nous vous présentons Laura Fanolliet, apprentie ASE de 3ème année, que vous reconnaîtrez très vite à la rapidité de son pas lorsqu'elle traverse le carré de l'animation !

En trois mots, comment pourrais-je me définir ?
Sincère, déterminée et entière.

Qu'est-ce qui m'a poussée à choisir cette activité professionnelle ?
Etant titulaire d'un CFC d'employée de commerce, j'ai choisi d'ajouter une corde à mon arc en faisant un 2ème CFC d'ASE. J'ai voulu me rapprocher de mes valeurs humaines et faire un travail qui a un réel sens dans notre société. Pour moi c'était naturel de me tourner vers les personnes âgées, de les accompagner et de les soutenir au quotidien.

Comment est-ce que je me sens dans mon travail ?
Je me sens utile. Ma formation me permet d'être très polyvalente dans plusieurs domaines et d'avoir des journées très variées. Les connaissances sociales acquises durant mon apprentissage m'ont ouvert l'esprit et m'ont enrichie.

Ce qui m'accompagne dans la vie ?
Ma famille, mon chéri et sa famille, mes amis.

Quels sont mes projets professionnels ?
Obtenir mon CFC d'ASE. Je souhaite continuer dans le social, en devenant FEE (Formatrice en entreprise) ou continuer les études et obtenir un diplôme ES.

Quels sont mes hobbies ?
Passer du temps avec mes proches et partager de bons repas, les randonnées, voyager, les concerts et les séries.

Ai-je peur de vieillir ?
J'ai surtout peur des transformations physiques liées à l'âge et de perdre mon autonomie.

Un message pour les lecteurs?
Pour tous les résidents et familles qui nous lisent, merci de nous apporter autant de bonheur au quotidien et merci de votre confiance. « La vie est trop courte, réalisez vos rêves ».

Petit + Fondation

LOTERIE ROMANDE

Notre grand bus gris ne répondait plus aux normes de la sécurité routière, et pouvait être conduit que par une minorité de personnes étant détentrices d'une carte de qualification de conducteur valable 5 ans obtenue suite à 35 heures de cours. Une réflexion a été menée : doit-on reformer des membres du personnel ou changer de véhicule ?
Le choix s'est porté sur un changement de véhicule pouvant être conduit par tous et répondant aux normes de sécurité. Après avoir testé plusieurs bus, nous avons fait l'acquisition de 2 bus plus petits, de 7 places, où nous pouvons également installer une personne en chaise roulante, en remplacement de notre grand bus et de notre voiture de fonction.
L'achat de ces nouveaux véhicules a pu se faire grâce à un don de la Loterie Romande. Durant tout l'été lors des sorties avec les résidents, la conduite du bus a pu être partagée entre les différents accompagnants ceci quelquefois à la plus grande surprise de nos résidents.

Clin d'œil

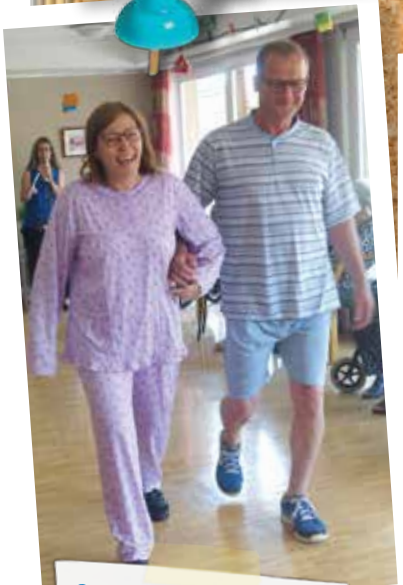
Une cuillère pour...

Au service de Madame!

Mieux vaut se protéger!

Chacun son chat!

Quel succès, nom d'un chien!



Bonne nuit les petits!

La classe!

Journée au vert des responsables

Jeu!

Petit quizz automnal!

1. Comment s'appelle l'auge utilisée par le maçon pour entreposer le mortier ?
   - ☐ a) La gamelle
   - ☐ b) La gamate

2. Qu'est-ce une varlope ?
   - ☐ a) Un grand rabot
   - ☐ b) Un grand pinceau

3. Quel acteur a connu un de ses premiers succès dans « Légendes d'automne » ?
   - ☐ a) Brad Pitt
   - ☐ b) Tom Cruise

4. Cette année sur quelle date tombe le 1er dimanche de l'Avent ?
   - ☐ a) Le 25 novembre
   - ☐ b) Le 2 décembre

5. Lors d'une construction, quel est l'autre nom que l'on peut également donner à l'architecte ?
   - ☐ a) Le maître d'ouvrage
   - ☐ b) Le maître d'œuvre

6. Quelle grande ville de Suisse romande est célèbre pour sa fête des vendanges ?
   - ☐ a) Genève
   - ☐ b) Neuchâtel

7. Dans les métiers de la construction, il y a un métreur mais que fait-il ?
   - ☐ a) Il dirige et anime l'équipe de construction
   - ☐ b) Il détermine les chiffres, la quantité de matériaux et de main d'œuvre qu'il faut

8. Quelle fête anglo-saxonne les enfants célèbrent-ils le 31 octobre ?
   - ☐ a) Halloween
   - ☐ b) Sainte Catherine

9. Je suis un fruit que l'on mange essentiellement en hiver et une couleur d'automne. Qui suis-je ?
   - ☐ a) La pomme
   - ☐ b) L'orange

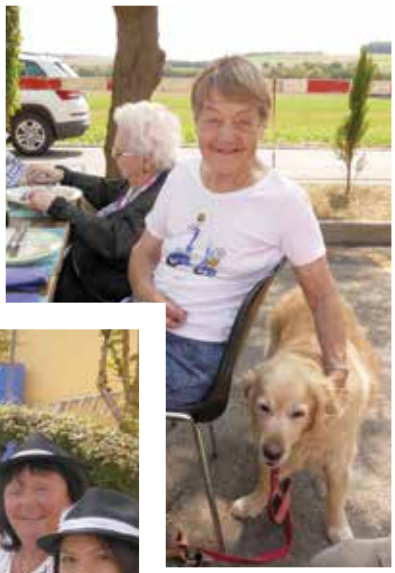
10. A Noël, quel est le chant des anges ?
    - ☐ a) Kyrie Eleison
    - ☐ b) Gloire à Dieu

Solutions

1. b) La gamate ; 2. a) un grand rabot ; 3. a) Brad Pitt ; 4. b) le 2 décembre ; 5. b) le maître d'œuvre ; 6. b) Neuchâtel ; 7. b) il détermine les chiffres, la quantité de matériaux et de main d'œuvre qu'il faut ; 8. a) Halloween ; 9. b) l'orange ; 10. b) Gloire à Dieu

Fête de l'été bavaroise à La Sarraz

Afin d'accueillir résidents et familles dans une ambiance « Oktoberfest » le parking de l'établissement s'était revêtu de blanc et bleu, couleurs de la Bavière. Chapeaux à plumes pour le personnel, musique de circonstance avec le groupe Amaryllis, bière, jus de pommes et bretzels pour l'apéritif. Notre chef de cuisine, François Schopfer, et son team nous ont proposé un menu également typique : escalope, spaetzli, poêlée de légumes et strudel aux pommes ! En résumé, une manifestation empreinte de simplicité et convivialité sous un soleil plus que généreux !



Animation La Sarraz

Huguette Fernandes
Responsable animation LSZ

Portrait de résidente à La Sarraz

Voilà tout juste 6 ans que Madame Françoise Liardon est résidente à La Venoge sur le site de La Sarraz. Sa discrétion, sa sensibilité et son charme font d'elle une personne appréciée de tous !

Madame Françoise Liardon est née à Mont-la-Ville troisième d'une fratrie de 4 enfants. Elle aimait accompagner son père laitier à Villars-Bozon.

Madame a fait ses écoles à Mont-la-Ville puis à L'Isle. A la fin de ses études, elle est partie comme beaucoup à l'époque, apprendre l'allemand en Suisse alémanique, dans un petit commerce. Elle y restera 2 ans.

A son retour, en Suisse romande, Madame suivra l'école ménagère de Marcelin. Elle se marie l'année de ses 19 ans. En 1966, le jeune couple déménage à Valeyres-sous Rances, ils y tiendront le bureau de poste du village jusqu'à leur retraite, tous deux facteur et factrice de métier.

Ils auront deux fils, José et Didier.

Madame Liardon a toujours été une femme de caractère, très sociable et bonne vivante mais elle aime également la lecture, passer des moments seule, dans la nature ou avec les animaux. Grande marcheuse elle appréciait les randonnées en montagne avec ses amies.

En 2013, elle a la douleur de perdre son mari.

A la Fondation, Madame apprécie particulièrement les concerts, les reportages animaliers à la télévision, les rendez-vous chez la coiffeuse et bien entendu les visites hebdomadaires de ses deux fidèles amies, celles de ses enfants, petits-enfants et arrière-petits-enfants.

Propos recueillis par Camille Ducret, étudiante HES

Prière de l'Avent

En ce temps de l'Avent, la plupart d'entre nous sont occupés à décorer leur maison, bricoler avec les enfants, faire des pâtisseries ou encore courir les magasins pour trouver le cadeau du petit dernier. Mais dans tous ces préparatifs en vue des fêtes de Noël, prenons un peu de temps pour lire ce petit texte sur l'Avent, sans signature, trouvé sur le site prier.be.

Il y a des paroles qui annoncent une heureuse nouvelle,
et chantent la musique de sa présence
car elles répandent sur la terre humaine
la bienveillance et le pardon.

Il y a des gestes qui annoncent l'heureuse nouvelle
et montrent sa lumière et sa présence
car ils construisent la terre humaine
sur la justice et la paix.

Il y a des actes qui annoncent l'heureuse nouvelle
et montrent sa lumière et sa présence
car ils fondent la terre humaine
sur le droit et la tendresse.

Il y a des temps où les chrétiens se rassemblent
pour annoncer l'heureuse nouvelle
en célébrant Dieu
définitivement lié à la terre humaine.

Site Prier.be Noël : prière pour le temps de l'avent > http://users.skynet.be/prier/textes/PR0756.HTM

Edwige Rossier
responsable animation PZ

Petit + La Sarraz

Climatisation

La pose d'une climatisation à deux différents endroits de la salle commune a permis aux utilisateurs de ce lieu de supporter avec bonheur et fraicheur la canicule de ce dernier été, particulièrement généreux en degrés celsius !

Nouveaux fauteuils

Deux fauteuils électriques confortables sont venus remplacer un mobilier devenu vétuste. L'harmonie des couleurs a été respectée et se marie parfaitement avec l'ensemble de l'ameublement contemporain de ce salon télévision.

Borne musicale

Après le site de Penthalaz, nous voici également en possession d'une borne musicale. Installée au rez-supérieur de l'établissement, elle agrémente les fins de repas ou les collations entre autres.
Cette borne interactive a été développée spécifiquement pour les personnes des 3ème et 4ème âges. Cette nouveauté (prix Talent de l'Innovation) permet aux résidents comme aux familles… et collaborateurs !! d'écouter facilement de la musique classique, folklorique et un très grand choix de chansons des années 20 à 90.
Un véritable juke- box avec plus de 3000 mélodies répertoriées.
Cette borne représente aussi un outil permettant au personnel d'organiser des animations musicales : quizz, jeux mémoire, atelier chant, diaporama sons et photos ou livre audio. Véritablement un bon investissement !

Galerie P'Art/Âge La Sarraz

Ce sont les peintures colorées et abstraites de

François Sigillo

de Montagny s/Yverdon-les-Bains qui ont égayé les murs de notre petite galerie durant la période estivale.
Cet automne l'espace P'Art/Âge a accueilli les oeuvres de l'artiste

Narmandakh Gantumur

originaire de Mongolie.
Etablie en Suisse depuis 2007, elle a participé à plusieurs expositions, a donné des cours de peinture à Yverdon-les-Bains et animé des ateliers pour enfants à Moudon.
Elle vit à Prilly avec son mari et leurs deux enfants.

Sortie à la ferme

Amélie Hurni, apprentie assistante socio-éducative de 2ème année à La Sarraz a invité les résidents à découvrir la ferme de ses parents!

Etant fille d'agriculteurs à Baulmes, petit village du pied du Jura, j'ai exprimé le souhait, dans le cadre de ma formation et avec l'aide de mes collègues, d'organiser une sortie à la ferme. Nous avons pu réaliser ce projet en juillet dernier

Pour ce faire, nous sommes partis avec huit résidents et étions quatre accompagnants.

14h30, arrivée à Baulmes. Ma maman nous souhaite la bienvenue, puis nous commençons par voir Zahia le chiot border collie de quatre mois. Elle veut jouer avec nous ! Nous nous dirigeons ensuite vers les oies et les poules. Celles-ci cacardent et caquètent lors de notre venue. Après les animaux à plumes, nous rendons visite aux lapins et les caressons.

Fini les petits animaux ! nous allons dire bonjour aux deux chevaux. Cela fait très plaisir aux visiteurs, notamment à un résident qui a anciennement travaillé avec des chevaux. Cela lui rappelle des souvenirs et ses yeux brillent de mille feux. Nous les cajolons puis allons voir les petits veaux et leurs mères. Les veaux attendent des caresses de tous les côtés. Quant à leurs mères, elles nous réclament plutôt à manger. Ni une ni deux, une personne de l'assistance leur pousse de l'herbe à l'aide de sa canne !

Après l'effort le réconfort ! Pour cela, nous nous rendons dans la grange pour partager la collation. Ma maman nous offre des glaces faites maison, une salée à la crème ainsi que du sirop, du thé et du café. Nous sommes servis comme des rois ! Merci à ma maman!

Il est 17 h00 : c'est l'heure de rentrer. Nous remontons dans les voitures, disons au revoir à la ferme et rentrons à la Fondation tous heureux de cet après-midi campagnard et bucolique. Que de beaux souvenirs !

Amélie Hurni, apprentie ASE 2ème année

Concert

La musique : créatrice de liens et de divertissement pour les personnes âgées en EMS ?

Des étudiants de 3ème année en maturité du gymnase d'Yverdon-les-Bains ont proposé à La Fondation du site de La Sarraz, ceci dans le cadre d'un projet en lien avec leurs études, une prestation musicale et filmée. Leur performance au répertoire varié a enthousiasmé la population de résidents.
Un grand merci à Nathalie Kazan et Julie Tortoriello les deux initiatrices de cette intention dont l'objectif était de créer des liens intergénérationnels sous des angles différents.

Lapine

Une nouvelle résidente a pris ses quartiers à La Sarraz!

Notre lapine naine Grisette s'en est allée rejoindre la prairie du paradis un après-midi de juillet.
Afin que son petit compagnon, Grisouille ne se retrouve pas seul, nous avons fait l'acquisition d'une lapine, de ferme cette fois-ci !
De suite leur entente a été parfaite. De plus très sociable, elle a vite été adoptée par la communauté.
Les résidents ont donc été sollicités afin de lui trouver un prénom !
Parmi 18 propositions et un tirage au sort dans les règles, cette petite lapine se prénommera à l'avenir : « ISABELLE » ! Bien entendu après avoir reçu l'aval de notre collègue veilleuse ….Isabelle !

Bien-être

Entouré pour être apaisé… les vertus de l'oranger

Bien-être
Arlette Péclard
Infirmière-assistante

Historique

Originaire d'Asie, l'oranger fut cultivé pour la première fois au cours du 10ème siècle dans le bassin méditerranéen. Son fruit ne s'est toutefois répandu en Europe qu'à partir de 1520 grâce au concours d'explorateurs portugais. D'ailleurs, son nom grec « portocali » rappelle la connexion avec son premier importateur sur le sol européen. Le fruit de l'oranger faisait partie intégrante de la médecine en Chine antique, principalement pour stimuler la digestion et apaiser les spasmes. Il était perçu comme un symbole de chance, de prospérité et de fécondité.

Au Vietnam, on faisait, autrefois, présent d'oranges aux jeunes couples alors que dans la Chine ancienne, offrir des oranges à une jeune fille signifiait qu'on la demandait en mariage.

Au 18ème siècle en Europe, le fruit de l'oranger était censé résoudre les problèmes nerveux et cardiaques, les coliques et l'asthme. C'est aussi au 16ème siècle que le naturaliste italien Della Porta a entrepris la distillation des fleurs d'oranger. Anna Maria de la Trémoille, princesse de Néroli, bourgade située près de Rome, se parfumait à profusion de néroli. Elle a rendu ce parfum célèbre et lui a laissé son nom. Le néroli est par la suite devenu le parfum de reconnaissance des prostituées de Madrid, mais aussi le symbole de pureté et de virginité des jeunes mariées qui portaient des fleurs d'oranger en bouquet ou en couronne. Il faisait partie des ingrédients de la fameuse « eau de Cologne ». L'oranger, natif à l'origine d'Asie du sud-est, s'est, par la suite développé en Inde et en Perse avant d'atteindre le bassin méditerranéen, la Californie et l'Amérique du sud. C'est l'une des rares plantes qui produit plus d'une huile essentielle, chacune avec une renommée bien établie : l'orange par extraction du zeste du fruit, le néroli par distillation de la fleur et le petit grain bigarade par la distillation des feuilles, branches et bourgeons.

Un exemple typique de la diversité des huiles essentielles provenant d'une seule et unique plante. Les principes actifs et les contre-indications varient selon la partie de la plante. Dans le cas de l'oranger chaque essence s'est créé sa propre renommée.

Orange amère :
Extraction du zeste

Néroli :
Fleur d'Oranger

Petit grain bigarade :
Feuilles et bourgeons de l'oranger.

Les trois essences sont euphorisantes, calmantes et invitent à « oser faire ». Elles transmettent de la chaleur et développent la capacité de communication et la compréhension d'autrui.

Le néroli est l'huile essentielle idéale contre les chocs et les dépressions causée par les blessures physiques et psychiques. Elle aide à se libérer des situations dites sans issue. L'huile essentielle la plus précieuse de l'oranger (environ 1000 kg de fleurs sont nécessaires pour produire 1 litre d'huile essentielle) et également la plus complexe, car elle contient le plus de principes actifs. Elle jouit d'un large champ d'application et son action reste puissante même lorsqu'elle est fortement diluée.

L'essence du zeste d'orange devrait surtout être utilisée au niveau olfactif car très phototoxique. Elle rend gai et euphorique, stimule la curiosité pour la nouveauté et développe la communication. L'essence d'orange active le côté droit du cerveau et, par conséquent, l'intuition, la créativité. Son parfum crée une atmosphère détendue et agréable. Le petit grain bigarade : sa fragrance rappelle le néroli sans l'aspect fleuri et doux. Humer son parfum calme le mental. Le petit grain bigarade soutient la concentration.

A l'EMS de La Venoge…

En cas d'insomnie nous utilisons volontiers en complément d'un traitement classique, du sirop de fleur d'oranger qui aide à l'endormissement par son effet calmant et, ou sur un coton de ouate humide, 1 goutte de mandarine, 1 goutte de petit grain bigarade, 1 goutte de marjolaine.

En diffusion : 2 gouttes de mandarine, 2 gouttes de petit-grain bigarade, 2 gouttes de marjolaine.

En préparation : dans 30ml d'huile végétale : 10 gouttes de mandarine 10 gouttes de petit grain bigarade 10 gouttes de marjolaine, utilisation : faire de légers mouvements circulaires, sur le thorax, la zone du plexus solaire dans le sens des aiguilles d'une montre ou sur les pieds. Pour calmer, détendre, harmoniser, apaiser de manière générale (le système nerveux), l'anxiété. Nous accordons ainsi un moment de présence rassurante, un moment d'échange, de partage.

La vie continue… quelle que soit sa forme.

Cet article est tiré d'un cours sur les huiles essentielles à l'école Usha Veda, et inspiré du livre « Grandir avec les Huiles essentielles » de Lydia Bosson.

Un autre regard

En conclusion poétique de ce Canard, nous vous proposons de découvrir un texte composé par M. Marcel Cuerel, bénéficiaire du CAT à Penthalaz, écrit à l'occasion de ses 70 ans, le 17 janvier 1999.

Le temps et l'homme

Il y a les choses
Il y a le temps
Le temps fait les choses
Chaque chose en son temps

Du lever au coucher
Le soleil a passé

C'est chaque jour pareil
On voit et ne voit plus le ciel

L'harmonie du jour, le murmure des ruisseaux
Et au soir se tait le chant des oiseaux

L'homme est ainsi fait qu'au jour de sa naissance
Son harmonie a lui sera bien différente

Il voit, il apprécie, on lui montre les choses
Mais quelques fois aussi, ses oreilles sont closes

Il pleure, il rit, on le console ou on l'envie
Prendre soin de lui donne quelques surprises

Mais il grandira et un matin
On lui montrera le début du chemin

Oh là là, qu'il est long, se met-il à penser
Jamais le bout ne pourrai rattraper

Mais une voix lui dit : essaie mon ami
Mais pour ça faudra partir avant midi

Avant midi se dit l'homme en se grattant la tête
Mais bien sûr, ça m'avance ! Que je suis bête !

Et le voilà parti sur ce sol du pays
Qui pour lui peut-être sera un paradis

Ce faisant que voit-il au flanc de la colline
Ma parole se dit-il c'est la main féminine

Il la prend, il l'enferme et se dit qu'a deux
Le chemin sera moins caillouteux

Content heureux voici que tout arrive
L'amour, la maison, et toute la famille

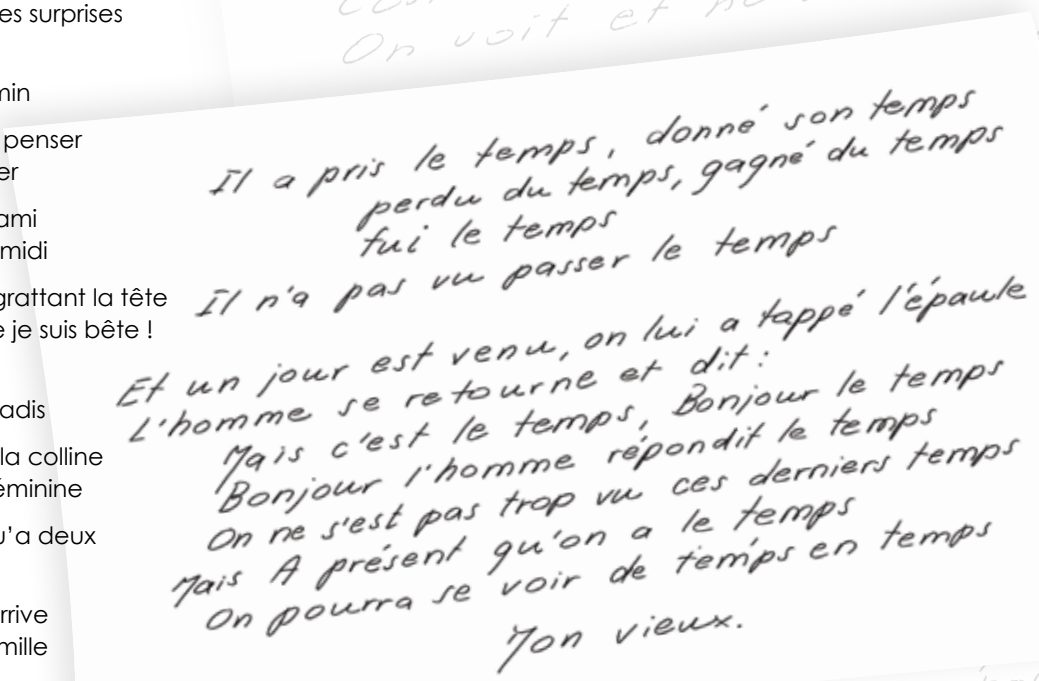
Et puis le temps, le temps qui passe sans relâche
Qui le pousse et repousse à la tâche

L'homme a compris, il a prêté sa vie
Sa force et son savoir en garantie

Il a pris le temps, donné son temps
Perdu du temps, gagné du temps
Fui le temps
Il n'a pas vu passer le temps

Et un jour est venu, on lui a tapé l'épaule
L'homme se retourne et dit :

Mais c'est le temps, Bonjour le temps
Bonjour l'homme répondit le temps
On ne s'est pas trop vu ces derniers temps
Mais A présent qu'on a le temps
On Pourra se voir de temps en temps
Mon vieux



« Il fait bon vivre à La Venoge! »

Fondation EMS La Venoge

www.fondation-lavenoge.ch - info@fondation-lavenoge.ch

Site de Penthalaz
Rte de la Vuy 1 - 1305 Penthalaz
T : 021 863 03 33 - F : 021 863 03 39
CCP 17-772 918-6

Site de La Sarraz
Rte de la Paix 22 - 1315 La Sarraz
T : 021 866 02 33 - F : 021 866 02 39
CCP 17-290 237-5