



Le Canard

n° 95
été 2016

Fondation La Venoge



Le mot de la direction

Chères lectrices, chers lecteurs,

Pour ce numéro estival plusieurs articles vous invitent à découvrir la contribution des bénévoles et des familles à notre philosophie quotidienne : « Il fait bon vivre à La Venoge ! »

Par le temps et les compétences qu'ils mettent à notre disposition, ils participent, eux aussi, à notre mission. Cette édition du Canard de la Venoge leur donne la parole, une manière pour nous de les remercier pour leur engagement. En effet, tout au long de l'année, en plus des collabora-

► suite en page 2

Ils donnent de leur temps : nous leur donnons la parole !

Visites à 4 pattes

Plusieurs chiens viennent régulièrement rendre visite aux résidents de Penthalaz, pour leur plus grande joie!

► pages 5 à 6



Défilés de mode

Ventes de vêtements et salons transformés en « catwalk » : La Venoge prend des airs de « fashion week » !

► pages 8 + 10

Aumônerie

Après quelques mois d'activité, Christian Mairhofer, diacre stagiaire, nous livre son expérience à Penthalaz

► page 13

Portrait

C'est elle qui anime régulièrement notre rubrique « bien-être » : rencontre avec Arlette Péclard, infirmière-assistante.

► page 14



■ suite Le mot de la direction

Editorial

Nathalie
Theillard
Directrice



teurs, un nombre important de personnes gravitent et œuvrent dans notre Fondation. Tantôt elles sont bénévoles, tantôt intervenants extérieurs, mais ce sont aussi les familles et les amis qui viennent en visite régulièrement auprès des résidents, à qui nous voulons donner

la parole dans ce numéro dans la rubrique Un autre regard.

Il y a en premier lieu les familles et les proches : visites d'un jour ou visites régulières, ils entretiennent le lien avec l'extérieur et permettent aux personnes qui résident à La Venoge

de mieux vivre la transition entre leur domicile et l'EMS. Il y a les chauffeurs bénévoles de notre Centre d'Accueil Temporaire, qui permettent aux bénéficiaires du CAT de venir participer aux activités, en les transportant de leur lieu de domicile à Penthaz.

Il y a également les bénévoles de la paroisse présents sur nos deux sites, qui ont à cœur de donner de leur temps aux résidents pour échanger sur divers sujets, mais également faire une sortie, une promenade, être à l'écoute de ce qu'offre un moment de partage humain.

Il y a aussi les bénévoles « spécialistes en fabrication de bricelets », qui viennent principalement durant les périodes de Pâques et de

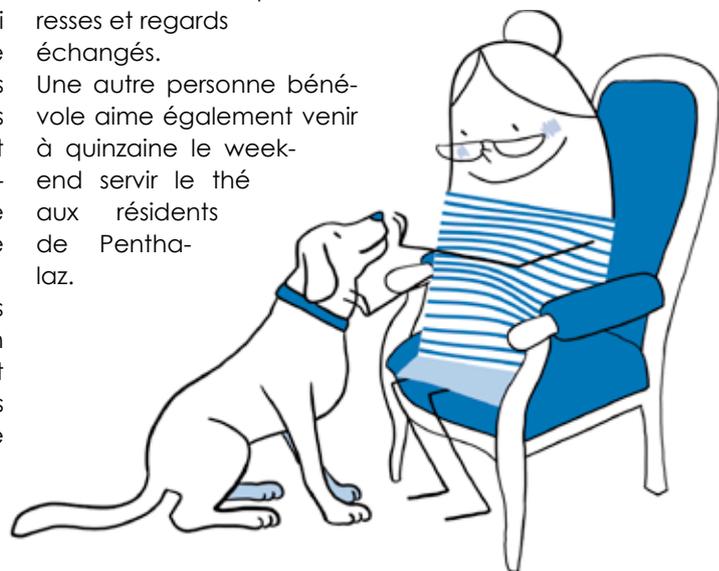
l'Avent à Penthaz, embaumer le carré d'animation d'odeurs gourmandes et appétissantes.

Et bien sûr il y a aussi les chiens, nos amis à quatre pattes qui accompagnent les familles ou les amis, et qui ne sont pas avares de câlins envers tous les résidents – qui le leur rendent bien, en de multiples caresses et regards échangés.

Une autre personne bénévole aime également venir à quinzaine le week-end servir le thé aux résidents de Penthaz.

Tout ce petit monde contribue à donner une ambiance chaleureuse et humaine au sein de nos deux résidences au fil des jours. Je tiens à les remercier sincèrement et me réjouis de continuer à l'avenir cette collaboration informelle mais néanmoins indispensable.

■ N.T.



Impressum

Comité de rédaction :

Huguette Fernandes
Edwige Rossier
Nathalie Theillard
Marie-Claire Prol

Coordination

La Sarraz :

Huguette Fernandes

Coordination

Penthaz :

Edwige Rossier

Conception graphique et illustrations :

Amélie Buri
www.amelieburi.ch

Impression :

Les ateliers de
l'Institution de Lavigny
www.ilavigny.ch

■ Nous recherchons un/une chauffeur bénévole!

Votre mission : assurer les transports de personnes âgées entre leur domicile et notre Centre d'Accueil Temporaire (CAT), à Penthaz.

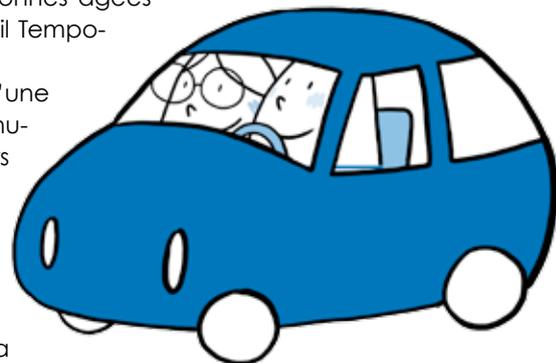
Si vous disposez d'un peu de temps libre et d'une voiture, que vous appréciez les contacts humains et que vous aimez rendre service, alors nous serions ravis de pouvoir collaborer avec vous!

Activité selon vos disponibilités, du lundi au vendredi, pour des transports à 9h, 17h ou 19h.

Le défraiement kilométrique est assuré par La Fondation, selon les tarifs en vigueur.

Pour tout renseignement :

■ Centre d'Accueil Temporaire - Fondation La Venoge
Rte de la Vuy 1 - 1305 Penthaz
021 863 03 31





Un autre regard

Pour cette édition du Canard, la rubrique «Un autre regard» vous propose trois rencontres. Trajets en voiture, visites ou moments partagés avec leurs compagnons à quatre pattes : les bénévoles, les familles et les proches participent à faire de La Venoge un lieu où il fait bon vivre.

► Chauffeur bénévole

Un matin, dans le journal, une annonce attire mon attention :

« *Cherche chauffeur bénévole pour le CAT de la Fondation La Venoge* »

Et pourquoi pas ? C'était une excellente idée ! Dorénavant, chaque matin, consultation de la fiche de la semaine. En effet, il faut être prudent pour ne pas oublier un passager qui nous attend, fin prêt, avec impatience.

A la longue on connaît les préférences et les spécialités de chaque personne : Qui veut absolument être devant, qui aime chanter, raconter sa vie passée ou ses émotions. Il y en a même qui nous font du bien en envoyant quelques piques pleines d'humour. En résumé il y a des liens qui se créent.

On m'avait laissé entendre que les personnes âgées étaient râleuses ! Eh bien ce n'est pas vrai ! Tous sont sympas, et malgré les problèmes physiques parfois difficiles, personne ne se plaint.

A l'arrivée à La Venoge, ne pas oublier de consulter le menu du jour et la réception chaleureuse du personnel responsable qui prend tout le monde en main.

Bonne journée à tous ! Personnellement j'ai beaucoup de plaisir à faire ces transports et je crois que mes collègues pensent de même. On est une super équipe : en cas de problème on peut compter sur un autre chauffeur pour dépanner.

Sans oublier le matin, après le « boulot », on se retrouve au café pour un bon moment de détente et de rires, ça fait du bien.

Le soir on est aussi attendu avec l'impatience de retourner chez soi, tout content après une bonne journée.

Encore une chose : que ce soit le matin ou le soir chaque personne quitte la voiture avec un grand merci.

Ça fait chaud au cœur!

▣ Claudine Zufferey



► Visiteur en EMS

Charly Affolter évolue en qualité de bénévole depuis quelques années déjà, sur le site de La Sarraz. Il dépend de la paroisse et seconde Mme Jaton, pasteur, lors des cultes bi-mensuels célébrés au sein de l'établissement. Sa discrétion et son empathie en font une personne vivement appréciée de l'ensemble des résidents.

Comment je suis devenu visiteur en EMS ? Je dirai que c'est au départ par curiosité. Les quelques fois que j'ai eu l'occasion d'entrer dans ces établissements, j'étais choqué de voir ces personnes assises autour d'une table, qui ne se parlaient pas, immobiles sur leur chaise, le regard fixe. Je me suis posé la question : « qu'est-ce qu'il y a derrière cette impression qui ne pouvait être que caricaturale ? »

Lorsque j'ai appris que l'on cherchait un ou une bénévole à l'EMS de La Sarraz pour aider lors des cultes, je me suis proposé.

Au début, je dois avouer que je ne faisais qu'acte de présence ! Je devais découvrir ce milieu et comme je n'avais aucune expérience, mon souci était de commettre des erreurs et de mettre les pieds dans le plat. Ma profession d'agriculteur ne me prédestinait pas à une fonction de ce genre ! Puis, au fil des rencontres, j'ai découvert un monde passionnant, car derrière ces visages fermés, dès que j'entrais en contact, un dialogue s'établissait. C'est comme si je tournais le bouton de la radio. Les paroles se font entendre, les souvenirs sont toujours en mémoire et je découvre des parcours de vie d'une grande richesse. Des gens tout simples, qui ont fondé une famille et qui ont beaucoup travaillé, jusqu'à l'ex-secrétaire



d'ambassade qui a voyagé et qui parle plusieurs langues.

J'ai suivi le cours de visiteur en EMS. Ce cours m'a été utile dans le sens qu'il m'a conforté dans ma façon d'aborder cette tâche de bénévole. Il était important d'avoir confiance en ma démarche, ce qui m'a permis de m'engager davantage dans le dialogue avec les résidents.

J'ai appris plusieurs choses par ces contacts : premièrement appeler les personnes par leur nom, car ce ne sont pas des numéros mais des êtres humains au plein sens du terme. J'ai découvert l'utilité de ce ministère par des petits gestes ou simplement une phrase. Par exemple en arrivant, un petit geste de la main pour me dire bonjour, un regard

insistant jusqu'à ce que je leur serre la main.

Une autre leçon ? Une dame qui paraissait toujours somnolente, que je considérais comme dans un autre monde et que je ne contactais pas. Un jour en la voyant éveillée, je suis allé lui dire bonjour, elle m'a pris la main, elle m'a regardé avec un sourire lumineux et m'a dit : « Ah, quand même ! »

J'ai dû aussi trouver des limites, je dois respecter l'intimité des personnes. S'il y a des mots qui résument cette activité de bénévolat, je dirai : « humilité et compassion ».

Être bénévole, c'est gratuit, on ne doit rien attendre en retour. Il y a des moments d'échanges formidables et d'autres plus difficiles. Un bénévole ne va pas trans-

former le caractère ou la sensibilité de la personne qui a 80 ou 90 ans de vécu derrière elle, mais c'est par de subtiles petites touches que l'on peut apporter un réconfort momentané. Le rôle du bénévole est complémentaire de celui de l'animation. Il peut mettre l'accent sur la spiritualité pour ceux qui en ressentent le besoin.

Pour terminer, je peux dire que dans la Bible, j'ai toujours trouvé une parole de réconfort qui correspondait à la personne visitée. Merci infiniment à tous ceux qui m'ont permis d'entrer dans ce milieu et qui m'ont encouragé à persévérer dans ce ministère de bénévolat.

■ Charles Affolter



▶ Visites à quatre pattes

Depuis quelques mois, des chiens viennent rendre de fréquentes visites aux résidents de Penthalaz. Nous avons vu le bien-être que ces visites procurent et nous avons demandé à Fabienne, fille de M. Viret, résident à Penthalaz, de partager avec nous son ressenti.

Mon papa, M. Alexandre Viret, est arrivé le 3 décembre 2015 à l'EMS de La Venoge de Penthalaz.

Il n'est pas facile pour ma maman, ma sœur et moi-même d'accepter son entrée en EMS à l'âge de 72 ans.

J'ai une image de l'EMS comme étant un lieu sombre, triste, sans grande vie. Un lieu où mon papa n'a pas sa place.

Quelle belle surprise d'apprendre que les chiens sont les bienvenus! Sachant que papa affectionne les animaux et qu'ils lui procurent beaucoup de joie. Nous sommes ravies de pouvoir venir lui rendre visite avec nos petits chiens. Ma maman a « Nikita » ma sœur « Idéefix » et « Casper » et moi « Bahia. » Il est heureux de ces visites particulières.

Qui aurait imaginé les effets positifs et fédérateurs de ces visites à quatre pattes pour une grande partie des résidents et nous-mêmes?

En effet, nos petits chiens sont doux, calmes et apprécient les câlins. Ils sont très vite repérés par de nombreux résidents, qui souhaitent leur faire une

caresse. C'est comme cela qu'ils deviennent des accélérateurs de liens entre le personnel soignant, les animatrices, papa, les résidents et nous, la famille.

Depuis l'entrée de mon papa à l'EMS de La Venoge, ma petite Shi-tzu m'a permis de rencontrer de belles personnes, notamment M. Mutzenberg, ma rencontre coup de cœur de Noël! Un homme au regard malicieux, avec un humour bien à lui! Il souhaite rester la plupart de son temps dans sa chambre et regarder la télévision. A mon arrivée, je dépose Bahia sur ses jambes : elle se met à lui lécher les mains, ce qui lui procure une vive émotion. Il me

confie avoir eu des chiens Saint-Bernard et m'exprime le plaisir de cette visite. Depuis, nous avons des échanges ponctuels lors de mes visites à papa.

Il y a Madame Charlet, plutôt discrète, toujours en compagnie de ses peluches. Son regard s'illumine à la vue de Bahia. Je la lui pose sur les genoux et elle se met à la caresser et à lui parler, ce qui lui pro-

cure de la joie. Puis il y a aussi madame Baheni, qui attend avec impatience de pouvoir la prendre dans ses bras et lui faire plein de câlins. Elle déclare : « C'est la plus jolie visite de la semaine! » Elle me raconte sa vie passée, ses joies, ses peines et de charmantes anecdotes, dont elle seule a le secret.

▶ suite en page 6



►► Nos petits chiens se font caresser par de nombreux résidents tout au long de nos visites. Il s'est instauré ainsi, au fil des semaines, des rituels qui font du bien à chacun de nous. Mon regard a complètement changé sur la vie en EMS. J'y découvre un espace composé de diverses personnes attachantes, où chacun et chacune a une place importante dans la vie communautaire, et où la vie et la joie sont omniprésentes. Un lieu où mon papa y est bien.

 Fabienne Villommet



Un Printemps à Penthalaz

Après les fêtes de Pâques que nous avons passé comme le dit le dicton « au tison ». Jean Rosset a daigné pointer le bout de son nez et nous avons pu profiter des premiers rayons de soleil.

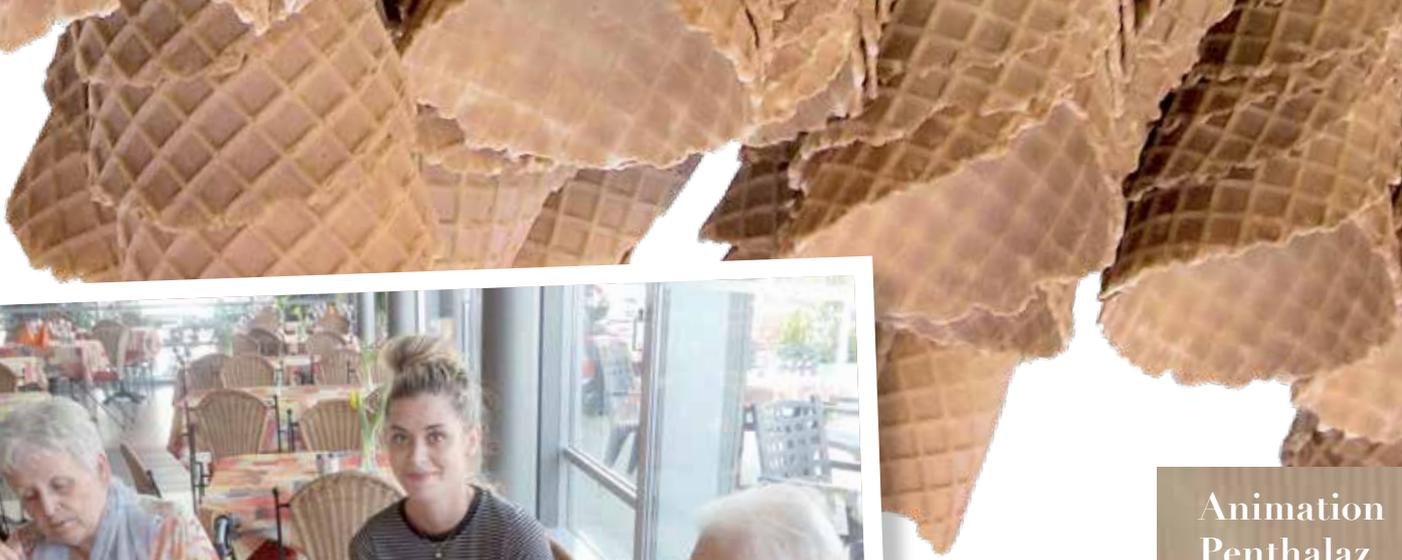
Nous nous sommes rendus au bord du lac à Rolle pour manger la première glace de la saison. A Morges pour admirer les massifs de tulipes. Au Mont d'Orzières pour voir les nouveaux nés, mais hélas, ce jour-là, la pluie a fait son apparition et nous n'avons pas pu aller voir les animaux. Nous en avons profité pour faire le tour du lac de Joux, pour le plus grand bonheur de nos résidents!

Durant le week-end de l'Ascension, nous avons pu profiter de notre terrasse, pour prendre le thé et admirer la nature. Pour les personnes qui désiraient refaire leur garde-robe, nous avons organisé un défilé de mode avec la collaboration d'une boutique d'Yverdon, où résidents et familles ont pu acheter des vêtements d'été. Sans oublier les visites régulières de « Bahia », que la fille de M. Viret a expliquées en pages 5 et 6. Voilà en quelques mots les moments marquants du printemps... Je vous souhaite à tous un bel été!



 E.R.





Premières glaces de la saison!

Animation
Penthalaz

Edwige
Rossier
Coordinatrice
animation PZ



A Morges pour admirer les massifs de tulipes.





▶▶ Défilé de mode!





On pousse la chansonnette !

à La Sarraz

Un retour sur le magnifique travail d'élaboration de projet de Candice Favre, notre apprentie ASE 2^{ème} année. En effet, celle-ci avait pour tâche de rendre nos classeurs attrayants, adaptés et d'y inclure quelques mélodies plus contemporaines, ainsi : Les copains d'abord, l'armailli du lac Noir et la jardinière du roi iront boire un petit coup aux Champs Elysées et verront la vie en rose devant une salade de fruits ! Qu'il fait bon pousser la chansonnette chaque mardi à La Venoge ! Merci Candice !

H.F.



**Animation
La Sarraz**
Huguette
Fernandes
Coordinatrice
animation LSZ



■ Défilé de mode

Animation La Sarraz

Huguette
Fernandes
Coordinatrice
animation LSZ



le personnel ont défilé et présenté la collection printemps – été 2016 , ceci dans un esprit bon enfant empli de spontanéité et de fous-rires.

■ H.F.

Pour la deuxième année consécutive, le site de La Sarraz a organisé et accueilli en avril dernier, une manifestation comprenant une vente de textile suivie d'un défilé de mode. L'occasion pour les résidents de profiter de renouveler leur garde-robe, que cela soit pour leur plaisir ou pour répondre à leurs besoins. L'objectif étant de faciliter les achats et ainsi éviter les problématiques liées aux cabines étroites, fatigue ou impossibilité de sortir pour certains. 14 mannequins volontaires et motivés parmi les résidents et





Portrait de résident à Penthalaz

Nous vous présentons Madame Marguerite Pitton qui réside à Penthalaz depuis quelques mois.

Madame Marguerite Pitton, née Baudat, a vu le jour à Treycovagnes, le 1^{er} mars 1923. Elle est l'aînée d'une fratrie de sept enfants.

Déjà toute jeune, elle a dû aider sa maman, mère au foyer puis, plus tard, son papa paysan.

Elle suit l'école à Treycovagnes puis fait son école ménagère à Grandson.

Elle part ensuite une année comme fille au pair à Zurich. Ses patrons sont formidables mais Mme Pitton dit ne pas trop avoir appris l'allemand. A la fin de son contrat, elle rentre et va travailler comme aide de cuisine durant un an dans

des colonies. Elle s'engage ensuite au bazar Pilvuit à Yverdon où elle s'occupera surtout de l'intendance.

C'est lors d'un bal dans le hangar familial qu'elle fait la rencontre de Fernand, son futur mari. Elle a alors 18 ans. Les noces ont eu lieu le 13 juillet 1945, le couple s'installe dans la ferme de Monsieur, à Suscévaz.

De cette union naîtront trois garçons : le premier, Jacques, est paysan à Suscévaz, le deuxième, Gaston, est médecin à Lausanne, et le troisième, Eric, est mécanicien sur machines agricoles, à la retraite actuellement.



Plusieurs petits-enfants et arrière-petits-enfants agrandissent la famille.

Avec son mari, Mme Pitton a travaillé dur pour rénover et agrandir le domaine familial. Elle entretenait un très beau jardin et avait planté de nombreux arbres. M. Pitton est décédé en 2004 à l'âge de 80 ans.

Mme Pitton, suite à des problèmes de santé, est entrée à La Venoge le 24 novembre 2015.

Mme Pitton occupe ses journées en participant à quelques activités organi-

sées dans le cadre de l'animation. Aimant le grand air, Madame aime se promener dans le village et être sur la terrasse pour contempler la nature.

 Rita Hostettler
Aide-soignante



Portrait de résident à La Sarraz

Nous vous invitons à la rencontre de Madame Antoinette Jeanmonod, la reine des bricelets!

Lorsque l'on m'a sollicitée afin de préparer et présenter une histoire de vie pour le prochain « Canard », mon choix s'est porté sur celle de Madame Antoinette Jeanmonod.

Une belle étincelle l'illumine lorsqu'elle parle de sa famille, toujours prioritaire dans ses souvenirs.

Ses histoires si touchantes de la « Petite Sœur » et des bons soins qu'elle lui prodiguait m'ont donné envie de creuser davantage dans le cœur de cette femme pleine d'amour. C'est pourquoi par le biais de ce texte, j'espère pouvoir vous donner autant d'émotion que je ressens lorsque je l'écoute relater ses récits familiaux.

Madame Antoinette Jeanmonod, née Perrin, est née aux Prises de Montalchez le 7 février 1932. Elle est l'aînée de la fratrie composée de Robert, né en 1934 et Lucienne née en 1941.

Madame Jeanmonod a une dizaine d'années

lorsqu'elle perd sa maman. Son papa étant paysan, elle prend son rôle de grande sœur à cœur et l'aide dans les tâches ménagères.

Durant toute son adolescence, elle travaille à l'usine de Saint-Aubin.

Elle rencontre son mari Gilbert lors d'une de ses nombreuses visites de bêtes à la ferme familiale. Ils se marient le 17 novembre 1956. De cet heureux mariage naissent José, en 1962 et Philippe en 1965. Lucienne, prénommée aussi « Petite Sœur » fait toujours partie intégrante de leur famille.

« Qu'est-ce qu'il fait beau chez nous ! » citation préférée de la Petite Sœur, prouve combien la maison est accueillante et chaleureuse.

Si chaleureuse, que sa belle-fille Christine et une cousine m'ont expliqué que la porte était toujours ouverte, même pour les représentants !

Madame Jeanmonod préparait toujours une assiette si quelqu'un venait à l'heure du repas. Encore une petite anecdote ?

Madame est une as des bricelets !

Sa retraite se passe de manière paisible avec son mari jusqu'au décès de celui-ci il y a 3 ans.

Nous avons le grand bonheur de côtoyer Madame au sein de



Le mariage de M. et Mme Jeanmonod, en 1956



Été 1942 : Marguerite Jeanmonod et sa petite soeur Lucienne

La Venoge depuis juillet 2015. Son altruisme et sa philosophie de vie emplies de sagesse, font que sa compagnie est particulièrement appréciée et recherchée de tous.

Nous vous souhaitons,

chère Madame Jeanmonod, de belles années entourée de tous vos proches.

Candice FAVRE
Apprentie ASE 2^{ème} année

Message de l'aumônerie

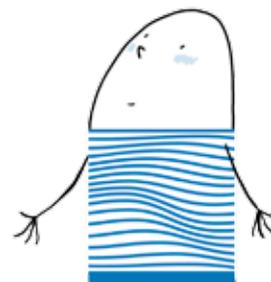
Bonjour ! Peut-être me reconnaissez-vous ? Je m'appelle Christian Mairhofer et je suis actuellement en stage diaconal dans l'église réformée, dans la paroisse du Talent qui regroupe 12 villages autour d'Echallens. Depuis le mois de février dernier je viens environ une fois par semaine vous dire un petit bonjour à Penthalaz les jeudis après-midi. J'ai commencé cette période de visites par un séjour à temps plein de quatre jours. Là, j'ai eu la joie d'accompagner à la fois des personnes de l'équipe de soins et des personnes de l'équipe d'animation au long de leur journée. J'ai ainsi découvert un bel aperçu de la vie dans un EMS. J'ai été impressionné par l'engagement et le professionnalisme de tous ces collaborateurs et je les remercie de leur accueil. Quant à vous chers résidents je me permets de

vous partager mon ressenti suite à ces quelques mois de visites. Vous m'avez et vous continuez de m'impressionner ! Non parce que vous seriez des surhommes, mais bien plus par votre humanité. L'humanité d'être vrais et de partager des bouts de votre vie avec ses temps de joie et ses temps d'épreuves. L'humanité de risquer la confiance en ouvrant l'espace sacré de votre histoire de vie. Je vous le dis sans fard : vous m'avez fait et vous continuez de me faire du bien ! Vous maintenez en moi l'espoir d'une humanité qui ne se mesure pas à la performance mais qui se livre dans l'authenticité qui permet la rencontre. Et Dieu dans tout ça ? Sans savoir que j'étais diacre, vous êtes plusieurs à m'avoir dit ne pas comprendre ce Dieu qui n'agit pas face à la souffrance. Et moi de vous répondre que je ne le

comprendais pas non plus ! D'ailleurs je ne crois pas à cette image d'un Dieu Superman mais je crois au Dieu qui a montré son cœur à travers le visage de la vie de Jésus. Une vie faite de rencontres en solidarité avec les douleurs et les joies de chacun. Dans l'authenticité de nos partages la trace de cet amour m'encourage ! Je vous souhaite à tous une bonne route !



Christian
Mairhofer
En stage
diaconal



Portrait du personnel à Penthalaz et La Sarraz

Patrick Daven, responsable du service technique de la Fondation depuis novembre 2015.

En trois mots, comment pourrais-je me définir ?

Ouvert, disponible, méticuleux, sympathique

Qu'est-ce qui m'a poussé à choisir cette activité professionnelle ?

D'une part, pour vivre un nouveau challenge en tant que responsable technique. Et d'autre part, pour le contact avec les résidents qui ont tellement de choses à raconter. Le fait qu'il s'agisse d'une « petite » structure m'a également séduit. Le contact avec la direction est plus direct et l'ambiance y est généralement plus conviviale ; je peux le vérifier quotidiennement et cela me plaît beaucoup. Le fait que la Fondation La Venoge soit proche de mon domicile est aussi un avantage.

Comment est-ce que je me sens dans mon travail ?

Super bien ! Chaque journée est différente et il y a tellement à faire que je ne les vois pas passer. Et avec les projets en route, c'est très motivant. J'apprécie aussi les relations avec les collègues, tout le monde est soudé, c'est vraiment super !





►► **Ce qui m'accompagne dans la vie ?**

Ma famille ! Mon amoureuse, depuis presque dix ans, et mes trois enfants. Ce sont eux qui me font avancer. Les amis sur lesquels on peut compter et avec qui vivre l'instant présent autour d'un apéro ou d'un bon repas.

Quels sont mes projets professionnels ?

Continuer d'améliorer le quotidien des résidents grâce à des interventions rapides et efficaces.

A côté de ça, j'aimerais entreprendre un brevet fédéral en sécurité en EMS car je trouve très bien de se perfectionner.

Quels sont mes hobbies ?

Les balades en famille dans les bois et je me réjouis de recommencer les activités de plein air avec mes deux plus petits enfants qui ont 2 et 4 ans. J'aime aussi partir en virée à moto avec mon grand fils de 18 ans. Je fais d'ailleurs partie du moto-

club d'Orny. La lecture d'un bon polar ou un livre de science-fiction.

Et un petit vol de temps en temps avec un multi rotors (Drone).

Aussi si le temps le permet du VTT. Et puis des bricoles en mécanique.

Ai-je peur de vieillir ?

Pas particulièrement, j'aimerais juste que tout se passe au mieux au niveau de ma santé.

Quoiqu'il arrive, je sais qu'il y aura la Fondation La Venoge pour m'accueillir ! ;-)

Un message pour les lecteurs ?

Je me réjouis de vous rencontrer bientôt et de me présenter à ceux d'entre vous qui ne me connaissent pas encore.

Le petit mot de la fin va à Mme Theillard que je remercie énormément d'avoir cru en moi en m'engageant. J'espère que notre collaboration durera très longtemps.

Patrick Daven



Portrait du personnel à Penthalaz

Arlette Péclard, infirmière-assistante : spécialiste de la rubrique bien-être !

En trois mots, comment pourrais-je me définir ?

Discrète, enthousiaste, énergique

Qu'est-ce qui m'a poussée à choisir cette activité professionnelle ?

Pour répondre à cette question il faut revenir 40 ans en arrière, je pense que j'ai toujours eu le goût des autres et le choix de mon métier s'est fait à l'adolescence quand j'avais de grandes idées. Je voulais partir en mission, devenir infirmière dans les pays défavorisés... Et puis la vie a fait son chemin. Je suis devenue maman de quatre enfants, ma mission était toute trouvée. J'ai donné 15 ans de ma vie à ma famille. Puis je retrouve mon métier avec plaisir. Je prends régulièrement des cours pour mettre ma formation de base à niveau. J'ai quelque fois la nostalgie de mon rêve de jeunesse. J'ai de l'intérêt pour l'écoute centrée sur la personne et la psychologie me permettant de comprendre les relations humaines. Puis un diplôme de massage en poche, aujourd'hui je me vois comme une soignante polyvalente. Les approches complémentaires me passionnent.

Comment est-ce que je me sens dans mon travail ?

Je me sens bien à La Venoge. C'est un bel endroit pour travailler. J'exerce ma polyvalence en tant que veilleuse et soignante dans l'équipe de jour, puis l'institution me donne un espace pour pratiquer le massage auprès des résidents. C'est génial !

Ce qui m'accompagne dans la vie ?

Des temps aménagés pour le silence et la méditation afin d'entretenir ma spiritualité. J'aime prendre du temps pour mes grands enfants et ma petite-fille. Le développement personnel et la remise en question sont indispensables à mon équilibre.

Quels sont mes projets pro-



Professionnels ?

J'ai toujours plein de rêves et de projets en tête, actuellement c'est celui passionnant de poursuivre ma formation sur la connaissance des huiles essentielles.

Quels sont mes hobbies ?

La marche que je pratique régulièrement 1 à 2 heures par semaine. Je fais du Pilates et du stretching pour me maintenir en forme.

Ai-je peur de vieillir ?

Mal vieillir oui certainement. Je ne veux pas voir la vieillesse comme une maladie. Même si l'usure du corps est une réalité. La vie pour moi est une recherche d'équilibre jusqu'au bout.

Un message pour les lecteurs?

Restez en mouvement ! Cherchez toujours l'équilibre ! Osez transgresser de temps en temps les convenances ! Osez l'humour, le rire ! Aimez la vie !

Arlette Péclard



Grain ... sous vide!

Durant l'apprentissage, nous avons appris aux cours ce qu'était une machine à mettre sous-vide; mais ce n'est que lors d'une visite chez un ami de mon ancien patron que nous avons pu voir celle-ci et nous rendre compte de ses multiples avantages.

Ce chef de cuisine préparait des portions crues et cuites de plusieurs aliments de sa carte, et en congelait si nécessaire une partie, afin de ne pas gaspiller des aliments, et d'avoir à sa disposition directement la portion souhaitée selon les besoins.

Qu'est-ce que le sous-vide : une méthode de conservation des aliments dans un

sachet hermétique dont on retire l'air de l'intérieur afin d'empêcher les bactéries de se multiplier.

On peut également faire de la cuisson sous-vide : dans de l'eau chaude à une température entre l'ébullition et le pochage suivant l'aliment.

Il y a également d'autres avantages non négligeables, les aliments gar-



Grain de sel

Jean-Marc Sachot
Cuisinier Chef



dent leur vrai goût, car les mets gras préparés prennent souvent l'odeur du frigo après deux ou trois jours. Il y a moins de perte de poids à la cuisson, les aliments conservent leur couleur et le temps de consommation est rallongé.

M. Georges Pralus a été le premier à véritablement se lancer dans cette aventure et à former les grands chefs français tels que Bocuse, Troisgros ou encore Robuchon dans cette technique de conservation et de cuisson.

Evolution : il est possible maintenant, de mettre directement un bac sous-vide avec un couvercle hermétique.

Jean-Marc Sachot



Clin d'oeil



L'ENTRAIDE EST AU RENDEZ-VOUS



FIL ROUGE S'ADAPTE À TOUTES LES SITUATIONS



JE CONFIRME : IL FAIT BON VIVRE À LA VENOGÉ!



LA SÉCURITÉ AVANT TOUT!



CONFORTABLE, CE BI-PLACE!



CONCOURS DE GRIMACES!



MOI, JE VEILLE SUR VOUS!



TOURNEZ LES SERVIETTES!



Galerie P'Art/Âge La Sarraz

Jusqu'au 5 juillet 2016, la Galerie P'Art/Âge a eu le plaisir de vous faire découvrir les

Créations sur Textile - Coton et bois - Acrylique

Vanessa Bugnon · Virginie Nobs · Isabelle Charnaux

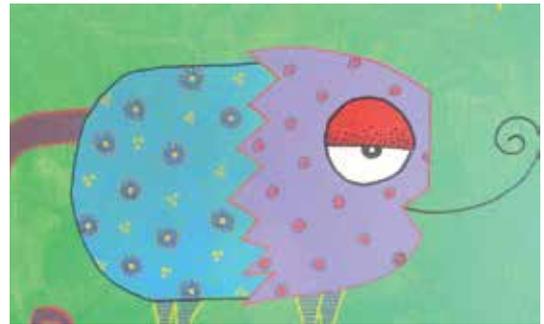
Vanessa Bugnon est aide-soignante sur le site de La Sarraz, une jeune maman dynamique et débordante de créativité !

Elle s'est spécialisée notamment dans la confection d'habits et accessoires pour « maman et bébé » mais propose également une panoplie variée de pochettes ou porte-clés.

Son amie, Virginie Nobs s'est associée à son exposition avec ses propres créations de colliers de portage/allaitement.

Pour parfaire cette exposition à connotation juvénile, une touche fantastique et colorée avec la collection de mini tableaux représentant la famille Chünch, de petits monstres sympathiques sortis tout droit de l'imagination d'Isabelle Charnaux!

 L'animation LSZ



Nouvelle EXPO

La galerie accueillera cet été l'exposition de photos présentée à l'occasion du baptême de « Fil Rouge », association de clowns d'intervention en hôpitaux et EMS.



■ Bien-être à La Sarraz

Espace Détente sarrazin

Plusieurs après-midis par semaine, des résidents bénéficient de l'espace détente : après le dîner, nous accompagnons 3 ou 4 personnes au salon du 2^{ème} étage. A cet endroit, elles peuvent profiter de soins corporels, tels que bains de pied (au sel marin), massages des mains ou des pieds, avec des huiles artisanales (huiles végétales enrichies d'huiles essentielles relaxantes), ou soins de manucure.

C'est un moment privilégié (un résident et un soignant) où l'on donne la première place au toucher « réconfortant » par les massages, mais également à l'odorat (diffusion d'huiles essentielles) et l'audition (CD de musique classique), un moment où tous les sens sont en éveil.

La personne soignée est enveloppée de douceur et de chaleur, pendant ce court moment très zen.

Les résidents apprécient cet espace détente, ils en ressortent apaisés et plus souriants.

Les soignants trouvent aussi agréable cet instant de partage.

C'est une expérience très positive que j'invite chacun à vivre.

■ Christine Segaut
Infirmière





Le p'tit + Venoge

Nouveau mobilier!

Dans nos établissements, le confort, l'accueil et la sécurité des résidents sont une priorité au quotidien. Afin de continuer dans cette optique, nous avons changé quelques meubles de nos entrées.

En effet, les chaises et les petits fauteuils, dataient de l'ouverture des établissements, ces derniers étaient usés et vétustes.

 Emilia Costa
Intendante



Jeu!

A l'aide des définitions ci-dessous, remplissez les lignes de la grille et vous trouverez dans la colonne bleue le thème de ce journal!

1. Chaque jour il est différent, il peut être pluvieux, ensoleillé, neigeux
2. Formule de politesse utilisée pour témoigner sa gratitude
3. Vif sentiment provoquant un trouble.
4. Son nombre peut varier de 28 à 31
5. Mammifère quadrupède de la famille des canidés. Animal de compagnie de l'homme, parfois utilisé pour la garde ou la chasse.
6. Reconnaissance pour un service, pour un bienfait reçu
7. Ensemble de moyens mis en œuvre pour faire participer activement les membres d'une collectivité
8. Conducteur professionnel d'un véhicule automobile
9. Personne qui donne des soins à quelqu'un
10. Personne qui réside dans un autre lieu que son pays d'origine

1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									



«Il fait bon vivre
à La Venoge!»



Fondation La Venoge

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

Site de Penthaz

Rte de la Vuy 1 - 1305 Penthaz
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