

SUR LE ROC

JOURNAL TRIMESTRIEL DU HOME SALEM



La vie en couleur, malgré le confinement !

Œuvre de M. Barrelet peinte lors de l'atelier Aquarelle

SOMMAIRE

2

[Edito](#)

3-4-5-6

[Interview croisée](#)

7

[Mot du directeur](#)

8-9-10

[L'animation se réinvente](#)

11-12-13-14

[Fêtes et vie](#)

15-16

[SAMS](#)

17

[Le coin des collaborateurs](#)

18-19

[Le coin des résidents](#)

Edito

Chers lecteurs, nous sommes heureux de vous retrouver alors que la vie reprend petit à petit un cours quasi ordinaire à l'extérieur et que nos portes s'entrouvrent timidement et prudemment.

Nous avons abordé la crise du coronavirus avec beaucoup d'humilité, de responsabilité, de confiance et de sérénité. Il s'agissait pour nous de nous extraire d'un emballement médiatique où tout et son contraire était asséné avec autorité, de garder la tête froide et de nous concentrer sur notre travail.

Deux impératifs s'imposaient à nous : barrer la route au Coronavirus et préserver autant que faire se pouvait la qualité de vie et par là le moral des résidents.

Si mettre sa vie entre parenthèses quand on a 20 ou 30 ans peut être acceptable, il n'en est pas de même quand on en a 90, alors que l'on souhaite profiter pleinement de chaque jour qui s'offre.

Cette réflexion nous a amenés à faire preuve de discernement dans la façon d'appliquer les diverses directives et recommandations. Il s'agissait de mettre en place un confinement que nous souhaitions léger et joyeux.

Il est vrai que le privilège d'être épargné de toute contamination nous facilitait la tâche.

Le Home Salem a pu compter sur la responsabilité de chacun de ses collaborateurs. Les diverses directives, les protocoles et les recommandations ont été naturellement strictement respectés et appliqués. Chacun s'est en outre senti appelé à contribuer à instaurer un climat de confiance et une atmosphère joyeuse, loin de ce qui prévalait hors les murs.

Une météo exceptionnelle a permis aux résidents de profiter pleinement de nombreuses promenades dans le jardin et au-delà, accompagnés de recrues de la protection civile venues en renfort. Une belle façon de préserver leur mobilité et de renforcer leurs défenses immunitaires.

Il convient ici de rendre hommage à ces PCistes qui se sont succédés au fil des semaines. Pour la plupart, ils découvraient le monde de l'EMS et ils se sont montrés attentionnés envers les résidents. Ils ont été vecteurs de qualité de vie et, chargés des contacts vidéo, promoteurs du lien avec les proches.

Je tiens dans ces lignes à exprimer une grande reconnaissance à mes collaborateurs. Alors que la majorité de la population se confinait à domicile, ils ont pris chaque matin le chemin du Home Salem sans état d'âme, tant il leur était évident que leur présence auprès des résidents était une priorité. Ils ont fait preuve d'engagement, de responsabilité, de professionnalisme et de solidarité. Plus que jamais de quelque secteur qu'ils soient, ils ont offert attention, écoute et réconfort aux résidents.

Merci aux proches pour la confiance exprimée, les encouragements et les témoignages de reconnaissance qui nous ont portés tout au long de ces dernières semaines.

Les différents articles de ce numéro lèvent le voile sur la vie d'un Home Salem confiné.

Alexandre Salina
Directeur



Interview Croisée du Home Salem

Depuis le mois de mars, l'épidémie de Covid19, nous a contraints de changer nos habitudes de vie. Nous avons dû interdire l'accès au Home Salem aux familles et aux proches des résidents, aux physiothérapeutes, ergothérapeute, à la coiffeuse, aux aumôniers, et à tout intervenants externes qui œuvrent pour le bien-être physique, psychologique et social des résidents.

Après 7 semaines de ce changement de rythme, nous avons questionné diverses personnes dont deux résidentes, Madame Allen et Madame Karlen. Nous les remercions pour ces échanges. Merci également à nos collègues de s'être exprimés : Yannick de la protection civile, Julie apprentie ASSC, Anne et Marie du service hôtelier, Jane animatrice, Eric infirmier, Zita de l'intendance, Christian, Sandra, Caroline et Elisabeth, auxiliaires de soins.

Voici les propos de leurs interviews croisées :

1. Comment avez-vous vécu cette période de confinement au sein du Home Salem ?

Madame Aellen : « J'ai très bien vécu cette période, car j'apprécie la solitude. »

Madame Karlen : « Mes habitudes ont été peu changées. Je n'ai pas eu peur, car on ne peut rien changer à la situation. Que les collaborateurs portent des masques n'a pas été un problème pour moi. »

Yannick : « J'ai assez bien vécu cette période. Au début, ça m'a fait bizarre parce que d'être affecté au Home Salem n'a rien à voir du tout avec mon métier. Ça change, car dans la charpenterie on travaille selon un rythme soutenu et constant, alors que ici le rythme est changeant : il y a des temps plus calmes et des moments stressants. »

Julie : « Cette période s'est bien passée, tout le monde s'est adapté aux nouvelles directives de travail, consignes d'hygiène hospitalière, sans trop de problèmes. »

Anne et Marie : « la période de confinement a été difficile au début : c'était une nouveauté, on n'avait jamais rien vécu de similaire. Il a fallu s'adapter, mais petit à petit on a appris à gérer la nouvelle situation tous ensemble. On a essayé de faire le maximum pour que les résidents se sentent le mieux possible. »

Jane : « Comme tout le monde était dans la même situation, on s'est serré les coudes et on a essayé de réinventer le quotidien. Comme il ne fallait plus constituer de grands groupes et qu'il n'y avait plus la possibilité d'utiliser la salle d'animation, on a dû changer nos habitudes »

Eric : « J'ai apprécié les efforts déployés par le Home Salem pour accompagner aussi bien les

résidents que les soignants, en apportant du réconfort et de la sécurité dans une situation complexe et peu commune. »

Zita : « J'ai été plus tendue, en soucis que tout se passe bien. Il faut désinfecter les points de contact 7j/7 plusieurs fois dans la journée. Des endroits qui nous semblent anodins en temps normal. Comme les poignées de portes, les mains courantes, les interrupteurs, les boutons de l'ascenseur et de la machine à café. On a dû changer notre organisation. »

Auxiliaires de soins : « Nous avons apprécié que l'équipe de direction ait pris de bonnes mesures rapidement. Cela nous a rassurés vu les échos que nous avons de collègues d'autres EMS.

Selon ce que l'on entendait dans la presse, les médias, il nous a fallu de l'énergie pour ne pas se laisser envahir par des peurs et de l'incertitude. Comme les résidents étaient privés de leurs proches, on a redoublé d'attention, de soutien, afin de bien les entourer. »

2. Quelle a été votre plus grande difficulté pendant cette période ?

Mme Aellen : « Je n'ai pas rencontré de difficultés particulières, au contraire j'ai apprécié les nouvelles modalités d'animation car on a le choix entre deux activités qui se déroulent en petit groupe. »

Madame Karlen : « Ma plus grande difficulté a été la solitude et l'absence des visites de ma famille, qui venait auparavant tous les dimanches prendre l'apéro avec moi. Je trouve que plus on a un grand réseau social, plus on souffre de la solitude quand la famille n'est pas là. Et de ne pas savoir quand les visites pourraient reprendre, c'était dur. »

Yannick : « J'ai trouvé difficile d'être à l'aise avec tous les résidents. Il y a des résidents avec qui le feeling s'est de suite installé. Par contre, avec d'autres, j'avais l'impression de les rendre moins heureux. »

Julie : « Voir la tristesse des résidents causée par le manque de leur famille. »

Anne et Marie : « Expliquer plusieurs fois dans la journée la situation aux résidents. Certains d'entre eux oublient, et il faut faire preuve de patience pour expliquer encore et encore. »

Jane : « Il a fallu offrir de l'attention et beaucoup d'écoute aux résidents, sans avoir toujours les bonnes réponses à leur donner, sans avoir de certitudes sur l'évolution du confinement. C'était difficile de satisfaire leur demande pour que « tout soit comme avant », notamment par rapport à l'absence des intervenants externes. J'ai été touchée par des résidents qui se confient peu en temps normal, mais qui se sont plus confiés dans cette période. »

Eric : « Garder confiance. S'adapter quotidiennement en tenant compte des ressources à dispositions. »

Zita : « Travailler avec un masque toute la journée dessèche ma peau, et me donne une sensation inconfortable. Pour ma vie privée, le fait d'avoir des contacts avec mes proches que par téléphone ou internet, c'était difficile. »

Auxiliaires de soins : « On a dû se montrer très prudent dans notre vie privée. Cela nous a demandé des sacrifices afin de veiller à ne pas apporter le virus aux résidents du Home Salem. »

3. Qu'est-ce qui vous a donné la force de vivre au mieux cette période ?

Madame Aellen : « Même si cette crise ne m'a pas vraiment affectée dans mon quotidien, j'ai beaucoup apprécié les appels vidéo avec ma famille. »

Mme Karlen : « Les téléphones avec ma famille. En ce qui concerne la tablette, c'était bien pour ma famille, qui pouvaient ainsi me voir, mais pour moi, qui suis presque aveugle, ce n'était pas utile. En ce qui concerne la gazette Famileo, ça m'a fait plaisir qu'on me la

lise mais je regrette de ne pas pouvoir voir les photos.

J'ai aimé prendre le thé à 15 heures à l'étage, car on se sent moins seule. J'ai découvert l'amitié d'une résidente, Raymonde, je lui dois beaucoup. Elle m'a apporté soutien et réconfort. J'ai eu mon anniversaire pendant le confinement. Ce jour-là est né le petit Milo, mon 10^{ème} arrière-petit-fils. Cela m'a réjoui»

Yannick : « La bonne ambiance au Home Salem m'a aidé. L'émotion des résidents, leur faire plaisir...c'est joli à voir. »

Julie : « Pouvoir être là pour eux. J'ai pris beaucoup de temps pendant les soins du matin, et à d'autres moments, pour parler avec les résidents de leur ressenti, de leur famille, pour regarder des photos. »

Anne et Marie : « Avoir été très bien guidées par la direction et les responsables, c'était rassurant. »

Jane : « L'énergie positive et créative de l'équipe d'animation et des autres équipes. J'ai trouvé que chacun s'est bien adapté au changement, que ça a poussé l'équipe d'animation à essayer de nouvelles choses, d'autres façons d'offrir nos prestations. »

Eric : « Les informations des médias sur l'actualité ou les directives données à l'interne m'ont permis de m'adapter. »

Zita : « La collaboration avec mes collègues, l'entraide entre tous. Et le fait de ne pas avoir de cas de Covid19 dans la maison, c'était positif. »

Auxiliaires de soins : « Notre conscience professionnelle nous a donné la force de ne rien lâcher ! Ne rien lâcher pour le bien être des résidents. La reconnaissance des familles qui nous ont remerciés régulièrement par téléphone nous a vraiment touchés. »

4. Quel enseignement retirez-vous de cette expérience ?

Mme Aellen : « La crise a rapproché les résidents, qui ont appris à mieux se connaître entre eux. Tout le monde se serre les coudes. Je trouve que ça montre que d'habitude nous ne sommes pas assez proches les uns des autres. »

Yannick : « C'est la première fois que je rentrais dans un EMS. Cela m'a fait une leçon de vie. Avant je n'avais pas une représentation précise de la vie sociale dans un EMS, je m'imaginai qu'il se passait beaucoup de lotos et peu d'autres choses. Aujourd'hui, j'envisage avec plus de sérénité le jour où je devrais aller en EMS. Je sais comment on s'occupera de moi »

Julie : « Je retiens surtout la capacité de tous à s'adapter à de nouvelles situations. Cette crise a été utile pour remettre des valeurs à leur juste place. Notamment l'importance de prendre du temps dans la relation avec les résidents, privilégier la relation par rapport à d'autres tâches moins essentielles. »

Anne et Marie : « Cette expérience nous a appris l'importance de respecter l'environnement, avoir conscience de l'impact négatif de la pollution. Il faut savourer la beauté de la nature, de son calme. Nous serons contentes quand tout le monde, visites comprises, sera à nouveau réunis et heureux à la cafétéria ! »

Jane : « J'ai beaucoup apprécié de faire des animations pour des petits groupes de 5-6 personnes. Nous avons eu plus de proximité, c'était plus personnel et intimiste. Je connais plus qu'avant les états d'âme des résidents de mon étage. J'ai bien apprécié la nouvelle pratique des chariots ambulants : le chariot détente, le chariot cocktails, etc. »

Eric : « Je retiens l'impact du manque de lien physique des proches auprès des résidents. C'est des relations importantes à privilégier. »

Zita : « Au niveau privé, on peut vivre avec la moitié moins de matériels que ce qu'on a. Par contre, il faut savourer nos relations. On a

besoin de contacts avec nos familles, nos amis, c'est précieux. »

Auxiliaires de soins : « Nous pensons que nous faisons du bon travail dans les soins mais que c'est un travail mal reconnu. Nous avons tous été là pendant cette période, nous nous sommes organisés dans nos vies privées pour assurer notre présence auprès des résidents. On espère une reconnaissance. On s'est également rendu compte que l'être humain est fragile. Nous devrions changer notre vision de la vie et des relations que nous entretenons. Prendre le temps de se parler, de s'écouter. Et également toujours aimer ce que l'on fait. »

Mme Talbot, infirmière-cheffe, partage son expérience de cette période :

« Je mesure après ces quelques semaines passées le travail magistral qui a été effectué pour appliquer les mesures de confinement, de sécurité, afin de protéger les résidents et nous-mêmes. La culture du Home Salem empreinte de solidarité et de cohésion a permis de mettre en place rapidement et efficacement les grands réajustements dans le fonctionnement et l'organisation des soins afin d'appliquer toutes les directives pour cette gestion de crise épidémique.

Le quotidien a été chamboulé avec comme mot d'ordre, la distance. Nous avons changé la disposition des lieux de repas, créé d'autres petits coins salon sur les étages, scindé les équipes soins lors des colloques indispensables. Toutes les équipes travaillent avec le port du masque et une attention toute particulière est mise sur le lavage et la désinfection des mains.

Corine Lobo, responsable de la pharmacie a géré l'approvisionnement du matériel de façon efficace. Il a fallu une excellente logistique pour la gestion des stocks de masques, de désinfectants. Nous avons travaillé conjointement avec Corinne Maire, responsable de l'intendance, pour adapter les règles d'hygiène hospitalière, recenser les lieux de désinfection en plus, définir le fonctionnement des nouveaux espaces dédiés aux résidents.

Mélanie Zermatten et moi-même avons soutenu les soignants pour répondre aux divers questionnements. Les incertitudes face à l'avenir et les préoccupations étaient quotidiennes mais nous avons tous pu garder humour et bonne humeur. La dynamique était à l'entraide et nous avons vécu des moments rassembleurs.

Des habitudes de travail bien apprises ont dû se modifier en fonction des directives reçues ou du matériel que nous n'avions plus. Les collaborateurs ont fait preuve d'une adaptation aux changements exemplaire. Ils ont fait preuve d'une grande flexibilité. Certains se sont proposé pour travailler lors de leurs vacances ou congés s'il devait manquer de personnel. Il y a eu très peu d'absentéisme.

Nous avons concentré notre énergie en priorisant les tâches afin de garder l'essentiel. Nous avons mis l'accent sur la relation et le soutien des résidents. Nous nous réjouissons de ne pas avoir eu de cas de maladie lié au covid19 dans nos murs. La nature si belle lors de cette période, a tout mis en œuvre pour nous soutenir, le jardin du Home Salem était magnifique et a contribué grandement au moral de tous. Nous nous réjouissons de bientôt fonctionner normalement afin de préparer un autre changement à venir, celui de l'ouverture du nouveau bâtiment. »

Un grand merci aux résidentes interviewées :



Paulette Aellen



Myrielle Karlen

Lorenza Persico
Responsable Animation



Mélanie Zermatten
Infirmière Clinicienne





Mot du Directeur

Je veux mourir vivante !

Le 18 mars, en application de l'ordonnance du 12 mars du Conseil Fédéral, le canton de Vaud interdisait, par voie d'arrêté, les visites en EMS.

Cette mesure prise pour protéger les résidents des EMS n'a pas toujours été bien comprise et elle a été souvent mal acceptée par ceux que l'on souhaitait préserver de toute contamination.

Il n'a pas été simple d'expliquer et de faire comprendre la particularité et la gravité du contexte pandémique. La population se découvrait mortelle avec l'effroi que cela suscitait, alors que la mort fait partie de la vie des aînés à l'étape de vie qu'ils parcourent dans nos établissements. La vie au risque de la mort, ils veulent la vivre avec toute l'intensité possible et l'on décidait de la mettre en quelque sorte entre parenthèses.

Exprimant son désaccord avec les mesures annoncées, une résidente affirmait avec force : « Je veux mourir vivante ! ». Impossible d'être insensible à une telle affirmation ? Elle résonne très fort, elle nous renvoie aux valeurs de notre philosophie d'accompagnement et au principe de l'autodétermination auquel nous sommes attachés.

« J'ai plus peur de la servitude que de la mort. » déclarait le philosophe André Comte Sponville dans une interview polémique.

Les décisions prises et à prendre pour lutter contre l'épidémie allaient pour certaines à l'encontre des valeurs qui guident habituellement nos actions.

Ces valeurs nous amènent à faire constamment une pesée d'intérêt entre liberté et maîtrise du risque lors de la réflexion sur le projet d'accompagnement et des échanges avec les proches.

Dans le contexte actuel, il s'agissait de différencier la question du risque individuel de celle du risque collectif. Accéder au désir exprimé de liberté de cette résidente, comme elle l'entendait nous semblait se heurter à notre devoir de protéger la collectivité de l'établissement.

Dès lors, il nous fallait cerner les ingrédients qui contribuaient à ce que notre résidente se sente réellement vivre. Le lien avec les proches, la vie sociale, les échanges, le rire sont les premiers éléments qu'elle citait. Cela posait évidemment une colle, comment préserver le lien, comment amener le rire alors que les médias criaient à la catastrophe.

C'était décidé, nous allions faire du Home Salem un îlot de résistance, un lieu éveillé alors que tous entraient en une sorte d'hibernation, un lieu joyeux, un lieu d'espérance, un lieu de vie, un lieu de liberté située, un lieu ouvert...sur le jardin. Un lieu un peu replié sur lui-même cependant, un lieu préservé, un lieu où ne tourneraient pas en boucle des flashes d'information alarmistes.

Nous avons observé qu'unis dans ce projet, résidents et collaborateurs se sont rapprochés, les échanges se sont fait plus intenses, la connivence s'est installée. La chape de plomb tant redoutée ne s'est pas abattue sur la maison.

Vous découvrez au fil des articles de ce numéro de notre journal tout ce qui a été mis en place et proposé dans cette optique.

Cette période aura finalement peut-être été plus difficile pour les proches privés de la possibilité d'accompagner leur parent comme ils auraient souhaité le faire.

Alexandre Salina

L'ANIMATION SE REINVENTE !

La situation liée au Covid19 a imposé un virage important et improvisé aux pratiques socioculturelles et d'animation au Home Salem.

Après que la salle d'animation ait été réquisitionnée afin d'accueillir le Centre d'Accueil Temporaire (CAT) et après avoir pris connaissance des directives cantonales concernant la distanciation

sociale, l'équipe d'animation s'est soudainement rendu compte que la poursuite de ses activités habituelles était en très grande partie compromise. En date du 16 mars, à 8 heures du matin dans le bureau d'animation, l'équipe a donc vécu un moment de «black-out», accompagné de quelques pensées de désespoir. Le problème auquel l'équipe était confrontée se posait dans les termes suivants :

Limites :

- Pas de possibilité d'animer de grands groupes (maximum 5 personnes dans une salle !)
- Pas de salle d'animation disponible
- Impératif de maintenir la distance sociale entre le personnel et les résidents mais également entre les résidents eux-mêmes
- Port du masque qui rend difficile la compréhension lors de lectures

Exigences :

- Pouvoir toucher le plus grand nombre de personnes lors des animations quotidiennes
- Avoir du temps supplémentaire à consacrer aux discussions avec les résidents, qui avaient besoin de partager, de se rassurer, de raconter leur vécu encore plus qu'en temps normal
- Pouvoir accompagner les résidents en promenade dans le jardin d'une manière bien plus intense qu'en temps normal, pour pallier les sorties en compagnie des familles
- Maintenir un climat agréable et convivial dans l'institution malgré tout, tout en respectant les consignes de sécurité
- Trouver des lieux pour l'animation et des manières d'animer adapté à ces lieux et aux consignes de sécurité
- Trouver des manières de relier les résidents à leurs familles malgré le confinement

Ça semblait être un casse-tête difficile. Mais, une fois l'étourdissement passé, la créativité l'a emportée : une série de nouvelles approches ont rapidement été mises au point le jour-même,

ensuite testées et progressivement perfectionnées durant toute la période de confinement. Si la pratique de l'animation du matin n'a que peu changé (en intégrant quelques

aménagements pour respecter les consignes de sécurité), avec l'accueil au petit-déjeuner, les interventions individuelles et les promenades, la manière d'animer les après-midi a fait l'objet d'une analyse plus poussée.



Des lieux situés un peu partout dans l'institution ont été choisis pour proposer différentes animations. Une attention particulière a été portée à la couverture, dans le programme hebdomadaire, des principaux domaines de l'action socio-culturelle en EMS : ateliers cognitifs et jeux, activités physiques, ateliers sensoriels et bien-être, activités religieuses et spirituelles, ateliers artistiques ou artisanaux et activités musicales. Dans un premier temps, les animations à caractère plus gustatif ont été suspendues, par mesure de précaution, mais elles ont été réintroduites dans un deuxième temps, en ayant défini les mesures d'hygiène nécessaires pour garantir

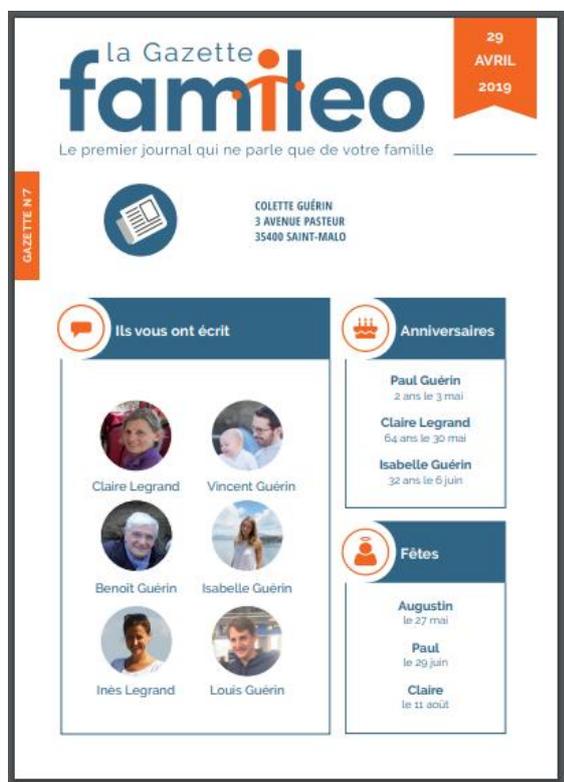
des dégustations en toute sécurité « virale ».

Pour respecter le nombre limite de 5 résidents par groupe, chaque jour, à la même heure, deux ateliers à choix ont été proposés. Certains ateliers étaient organisés en deux sessions, afin de doubler le nombre de participants. D'autres, comme l'atelier tricot, étaient étendus sur un périmètre plus vaste, au rez-de-chaussée, afin de pouvoir accueillir tous et toutes les tricoteuses.

De plus, un concept qui a vite fait ses preuves a été définitivement inclus dans les plannings d'animation : le « chariot en balade ». Le concept est le suivant : thématiser un chariot avec du matériel et de la décoration pour l'animation choisie et se balader dans la maison, en animant différents lieux où les résidents se tiennent, y compris les chambres.



Ainsi, nous avons eu une pléthore de « chariots en balade », pour tous les goûts : des chariots à prières aux chariots à cocktail, en passant par les chariots bien-être et les chariots musicaux, les animateurs ont démontré une créativité inépuisable pour des interventions variées, intéressantes et agréables. Prochain « chariot en balade » dans la catégorie des avant-gardistes ? Le chariot « dégustation d'herbes sauvages et de leurs habitants »: fleurs comestibles, tisanes aux herbes sauvages et dégustation d'insectes pour éveiller la curiosité de nos audacieux résidents.



Les relations avec les familles sont un facteur de bien-être très important pour les personnes âgées. Que les familles viennent tous les jours ou quelques fois par mois, leur visite est importante pour leurs aînés. D'ailleurs, pendant ce confinement, la grande majorité des résidents nous ont partagé leur désarroi quant à cette longue séparation avec leur famille. Afin de pallier au maximum

cette absence, nous avons mis en place des outils de communication inusuels pour nos résidents : Skype sur les tablettes et la gazette Famileo, qui permet à toute la famille d'envoyer des messages et des photos aux résidents. Ces messages et photos sont imprimés tous les lundis sous forme d'une gazette et lus au résident concerné.

Pendant toute cette période, l'affectation d'astreints de la Protection Civile a prêté main forte et permis de répondre promptement aux exigences liées aux promenades et sorties des résidents, à la mise en place de communications via Skype et ainsi qu'au suivi des gazettes Famileo. Les animateurs ont assuré une présence le dimanche, pour que le manque de visites des proches ne soit pas trop ressenti ce jour en particulier et pour que des offres en animations puissent avoir lieu.



De cette expérience hors des sentiers battus, l'équipe d'animation retire une série d'expérimentations de nouvelles pratiques qui s'avère d'ores et déjà précieuse pour réorienter l'avenir de l'intervention socioculturelle au Home Salem.

Lorenza Persico
Responsable Animation



Fête et vie de la Maison

Cette fin d'hiver et ce début de printemps furent remplis de péripéties en tout genre. Mais malgré tout, même avec les mesures de prévention, il était hors de question que la vie de la maison en soit affectée. Bien au contraire ! Résidents et personnel ont donc redoublé d'effort afin de maintenir la joie dans les espaces de vie du Home Salem !

Au plaisir dansant

Le mois de février était bien rempli, pour commencer quoi de mieux, pour apporter du soleil que de danser au gré de ses envies au plaisir dansant ! Un moment de danse créatif laissant libre cours à l'imagination de chacun pour s'épanouir durant ce moment d'harmonie en commun.



Câlins gratuits et bal de l'amitié pour la St-valentin

Le 14 février de cette année était particulier, le matin une animatrice et un animateur se promenaient dans toute la maison avec une pancarte « Câlins gratuits ». Cette animation inspirée du mouvement *free hugs* ou Câlins gratuits est une expression en anglais qui signifie littéralement « étreinte gratuite » et qui désigne un mouvement consistant de la part d'un individu à proposer spontanément des accolades aux gens dans un lieu public.

Depuis son lancement en 2004, ce concept, qui vise à rompre avec une certaine morosité, en particulier dans les grandes agglomérations, s'est propagé dans le monde entier.

Tout au long de la journée les résidents ont pu, s'ils le souhaitaient, recevoir un câlin gratuit. Un moment de partage qui a apporté beaucoup de plaisir tant aux participants qu'aux meneurs du projet !

Et cette journée ne serait pas complète sans le traditionnel bal de l'amitié, qui a rythmé l'après-midi sur les notes d'accordéon de Monsieur Chabot !



Atelier beignets aux pommes

Le 24 février une odeur douce se propageait dans les couloirs des étages... Une odeur de pâtisserie... C'est au troisième étage que les résidents ont réalisé des beignets aux pommes pour le plus grand plaisir de toute la maison.

Le 4 mars Claudio Manco, musicien et bénévole, interprétait des classiques de la chanson. Des ballades suisses à la musique française, accompagné de sa guitare, les

résidents ont pu passer un après-midi musical dans la joie et la bonne humeur.



Mardi gras

Mardi gras est une période festive. Cette période marque la fin de la semaine des sept jours gras (autrefois appelés jours charnels). Le Mardi gras est suivi par le mercredi des Cendres et le Carême, pendant lequel les chrétiens sont invités à manger maigre, traditionnellement en s'abstenant de viande.

Elle se situe donc juste avant la période de jeûne, c'est-à-dire selon l'expression ancienne avant le carême-entrant, ou le carême-prenant. Les sept jours gras se terminent en apothéose par le Mardi gras et sont l'occasion d'un dévouement collectif.



Au programme, déguisements, rires, musique, boissons et de délicieuses merveilles ont agrémenté cet après-midi riche en péripétie !

Repas spéciaux

Deux ateliers cuisine ont été réalisés au mois de février, les résidents ont pu bénéficier d'un repas thaïlandais et d'un repas de fondue vigneronne ! Chaque plat a entièrement été cuisiné par les participants. Une belle découverte pour certains qui découvraient la cuisine thaïlandaise mais également la fondue vigneronne.



Les chariots en balade

Avec le coronavirus, plusieurs changements ont dû être réalisés dans les différents secteurs du Home Salem. Etant donné que nous ne pouvons plus faire de grandes activités de groupe, dès la mi-mars, l'équipe d'animation a mis en place des chariots ambulants que nous appelons « chariots en balade » sur les étages. Ces chariots peuvent varier dans leur utilisation, l'objectif étant que tout le monde puisse bénéficier d'un maximum d'activités.



Des promenades en veux-tu en voilà !

Avec le beau temps et la chaleur arrivant, nous avons pu proposer aux résidents des promenades tous les matins quand la météo le permettait. Des moments vivement appréciés par les participants.

Le 1^{er} avril

Nous avons commencé le 1^{er} avril en fêtant le fameux poisson d'avril avec un chariot décoré pour l'occasion. Il y avait diverses activités proposées tels que des jeux et des ateliers créatifs. Autant dire que cette journée a fortement plu



Pâques

Symbole de fertilité, de vie, de renaissance, l'œuf est associé à la fête de Pâques depuis l'antiquité. A cette époque, durant la période du Carême, il était interdit de manger des œufs. Les œufs alors pondus par les poules étaient conservés et, le jour de Pâques, on les faisait bénir puis on les peignait et enfin on les donnait aux enfants.

Plus d'une soixantaine d'œufs ont été ainsi réalisés de manière artisanale et ont décoré la maison.

Avant Pâques comme le veut la tradition, la décoration des œufs sous forme d'un atelier peinture a été réalisée au troisième étage avec entrain et à la main !



Inauguration du jardin platanes

Le mois d'avril fut aussi l'aboutissement d'un projet, le jardin platanes !

Un jardin aménagé, accessible et ouvert à tous permettant de partager des moments en commun ou seul mais aussi, d'y réaliser des activités telles que des goûters, des moments musicaux ou même de la pétanque !

Le beau temps arrivant, nous avons pu inaugurer le jardin au début du mois d'avril. N'hésitez donc pas à y passer pour profiter de cet espace aménagé afin de contempler le jardin ou juste pour vous y relaxer.



Bar à cocktails en balade

Le 22 avril un bar à cocktails se promenait sur les étages pour le plus grand plaisir des papilles des résidents. Avec ou sans alcool, de la Sangria au Mojito il y en avait pour tout le monde et pour tous les goûts ! Une ambiance de vacances et de joie se faisait sentir pour le plaisir de tous !



La danse assise

La danse assise est une activité physique à part entière pour les personnes âgées à mobilité réduite. Elle sollicite l'individu en mettant le corps mais aussi l'esprit à contribution. Des parties isolées peuvent enrichir d'autres activités. La musique, le rythme et divers objets servent de support pour accomplir et améliorer les mouvements qu'il est encore possible d'exécuter. Une musique entraînante et rythmée amène la personne qui l'écoute à l'accompagner de gestes. Cette interaction entre la musique et le mouvement est à la base de la danse. Le contact et la convivialité au sein du groupe sont ainsi favorisés, de même que le bien-être et la joie de vivre. Un cours dispensé de manière vivante a une influence positive sur la vie quotidienne.

La danse assise sert à activer et entraîner les activités de la vie quotidienne, détendre et relâcher, améliorer la concentration, l'attention, la capacité de réaction et la coordination, partager une expérience en communauté, sortir du train-train quotidien, renforcer la confiance en soi, éprouver du plaisir en bougeant, réveiller des souvenirs. Une leçon de danse assise est très variée, et composée de manière créative.



Atelier réminiscence

L'atelier de réminiscence est différent de l'atelier mémoire car, il ne fait pas appel à la connaissance, ni à la logique, ni au raisonnement. C'est l'évocation d'émotions pures à l'aide de stimuli divers se rapportant à une période de la vie. Cette fois-ci la discussion tournait autour des vacances.



Les uns après les autres, chacun a pu parler de ses vacances d'enfance et partager son vécu et ses émotions. Un moment de partage où l'on apprend à faire connaissance.



Comme vous avez pu le voir ces trois derniers mois furent remplis de jolies aventures, de jolis moments de partage et d'amusements ! Et l'été arrivant, autant vous dire que ce n'est que le début !... La suite au prochain numéro !

Joachim Anderson
Animateur



Le coin des SAMS

Garder les distances physiques et non les distances sociales !

Face à la propagation du coronavirus, il faut garder des distances physiques et donc, pour les populations à risques, rester à la maison. Comment imaginer certains de nos bénéficiaires seuls à domicile alors que justement, les Centres d'Accueil Temporaire existent pour éviter l'isolement ?

Un avis de l'Etat de Vaud demandant « de maintenir autant que possible les prestations des Centres d'Accueil Temporaire, car il faut continuer à assurer l'accompagnement et les soins aux personnes les plus vulnérables (...). La poursuite de ces activités est fondamentale pour soutenir davantage les proches (...) » aiguillonne les professionnels de ces structures pour créer de nouvelles façons d'accompagner et ne pas céder à la peur.

En concertation avec les professionnels, le Home Salem décide de ne pas fermer les CAT, mais de garder un nombre de fréquentations qui permette la distance recommandée et, pour le CAT intra-muros, de le « confiner » dans la salle d'animation pour que les bénéficiaires ne soient pas en contact avec les résidents.

L'équipe CAT du Home Salem, met ses talents de décoration en œuvre et aménage l'espace habituellement dédié aux activités de groupe, en un lieu d'accueil chaleureux, avec deux endroits pour le repos et la tranquillité et un espace modulable pour les activités et les repas. Elle modifie aussi ses horaires, afin de passer la journée entière avec les bénéficiaires présents et ainsi servir et prendre le dîner avec eux.

Il est vite compris que les responsables CAT doivent avoir à l'esprit une sorte de balance des risques et bénéfices entre la potentielle infection et les effets néfastes de l'isolement. Ce confinement qui doit protéger peut devenir l'agent délétère et provoquer des dommages tout aussi graves.

En effet, de nombreuses données révèlent qu'en matière de mortalité, l'absence de

soutien social (l'isolement et l'absence de support) et le manque d'intégration sociale (l'étranglement du réseau social) constituent des facteurs bien plus déterminants que, par exemple, le fait de fumer, de consommer de l'alcool, d'être sédentaire ou encore de souffrir d'obésité. Donc, s'il s'agit bien d'instaurer une distance "physique" plus importante qu'à l'accoutumée, il faut de manière tout aussi importante renforcer les liens sociaux.

Dans les deux CAT, de nombreux coup de téléphone sont passés pour organiser en collaboration avec les bénéficiaires, leur famille et les autres intervenants une manière d'accompagner et de soutenir différente. Il faut évaluer qui continue à venir, qui reste à domicile avec la livraison d'un repas à midi, qui visiter et quelle situation demande une attention particulière. Les équipes font preuve de créativité en proposant d'autres formes de soutien.

Elles se « délocalisent » deux fois par jour, pour aller à la rencontre des bénéficiaires à leur domicile, pour des visites de courtoisie, des visites « animées » avec des activités de jeux, de lecture et d'échanges. En ne sortant plus de la maison, certaines personnes perdent des forces, de la musculature et avec le temps deviennent dépendantes dans leur mobilisation. Les CAT veillent en temps normal à garder ces facultés le plus longtemps possible. Des visites « pour marcher » sont donc aussi organisées. Elles livrent en



moyenne une dizaine de repas par jour, soit en le déposant devant la porte, soit en l'accompagnant d'un moment d'échanges et d'écoute avec le bénéficiaire, selon ce qui est convenu au préalable.

Elles imaginent à travers une publication hebdomadaire contenant des nouvelles des uns et des autres, un moyen de garder la proximité sociale. Avec la volonté d'échanger sur une problématique commune et ainsi de partager les craintes, les souhaits et les encouragements. Avec le désir de maintenir les bénéficiaires informés et leur donner des pistes, soit pour s'évader un instant, soit pour leur communiquer les différentes formes d'aide qui existent dans leur région. Les bénéficiaires sont même appelés en renfort pour en étoffer le contenu et donner leur avis sur leur vécu en ces temps troublés. Pour que l'intergénérationnel vive aussi, deux des enfants d'une collaboratrice y partagent leurs expériences et leurs occupations lors de ce même confinement.

Les collaborateurs prennent des nouvelles de chacun - bénéficiaires ou proches, chaque semaine afin de s'assurer que tout se passe bien et évaluent grâce à leurs compétences et leurs connaissances de ces familles, s'il faut revoir la situation et adapter l'offre. Au fil des jours, de nouveaux besoins émergent. Au CAT spécifique à Vevey, les rencontres musicales trouvent un autre aspect et grâce à la technologie, Claudio Manco (notre guitariste bénévole) continue d'être présent pour des après-midis de chants et de bonne humeur. Les tablettes et écrans sont utilisés lors de visite à domicile pour connecter la personne avec les bénéficiaires qui sont au CAT et garder le lien visuel qui permettra, à la reprise de la fréquentation, de retrouver des repères.

Le port du masque par les professionnels et les distances autour des tables lors des repas ne sont évidemment pas toujours faciles à

appliquer et créent de temps à autres des incompréhensions, des sentiments de rejet. Lorsqu'il ne reste que le mimétisme pour calquer son humeur ou le toucher pour exprimer son contentement ou ses angoisses, ne pas voir la moitié du visage de son interlocuteur et ne pas avoir de contact peuvent être déstabilisants. Parfois ce n'est pas ceux qui sont identifiés qui ont besoin de soutien. Certains bénéficiaires semblent profiter de cette accalmie et d'autres voient leur situation se dégrader plus rapidement et leur envie de rester à domicile compromise.

Aux CAT, notre mission est aussi de soulager les proches aidants. Nous offrons notre soutien au cas par cas : en proposant la place, lors de l'absence annoncée d'un bénéficiaire, lorsque nous sentons qu'un proche aurait besoin de souffler au moins quelques heures; en allant à domicile pendant leur absence pour assurer la présence, donner un repas ou sortir un moment.

A travers les téléphones réguliers une autre relation se dessine avec les familles. Elles expriment peu à peu plus clairement leur besoin d'être tenues au courant de comment la situation évolue et de comment leur parent la vit. Elles osent demander l'intervention du CAT et sont ouvertes à des propositions variables et variées.

La crise est une rupture d'équilibre. Celle-ci est arrivée brutalement sans signaux avant-coureurs. Chacun d'entre nous a fait face en famille et au travail. Dans les CAT nous modifions notre soutien à domicile et nous allons chez les gens plutôt que de les faire venir. Les rapports en sont forcément changés puisque nous sommes accueillis chez les bénéficiaires. Notre posture est différente et peut-être le dialogue aussi. Probablement que certaines pratiques resteront.

C'est ce que permet la crise : un changement.



Mical Rappaz
Responsable SAMS



Bon anniversaire à

AVRIL

Joachim Anderson, le 3 avril
Iracilda Mendonca Cassani, le 7 avril
Sandra Seira, le 7 avril
Christian Mengue, le 8 avril
Marie Amouzou, le 10 avril
Manta Mbemba, le 15 avril
Lorenza Persico, le 16 avril
Pauline Schlageter, le 17 avril
Silvio Golfetto, le 20 avril
Bastien Marti, le 21 avril
Stella Akou Doriot, le 25 avril
Anne Petre, le 27 avril
Elisabete Silva Teixeira, le 29 avril
Naima Dib, le 30 avril

MAI

Isabelle Toberini, le 3 mai
Paulo Fernandes Pedro, le 4 mai
Maude Leonhard, le 19 mai
Ana Broggi, le 22 mai
Martine Chapuisat, le 23 mai
Julie Monney, le 24 mai
Habtit Fiqad, le 25 mai
Pauline Rossier, le 29 mai
Roxanne Cavalera, le 30 mai
Gilberte Koukambidila Batina, le 31 mai

JUIN

Nicole Mouron, le 1 juin
Cédric Baeriswyl, le 3 juin
Marine Jaquier, le 7 juin
Micheline Vincent, le 7 juin
Kiersti Aasheim, le 10 juin
Norah Maillefer, le 19 juin
Jean-Florent Loukalaba, le 22 juin
Jane-Hélène Julmy, le 29 juin

Bienvenue à

Dès avril 2020

Teresa Luis – Employé de maison

Départ

Dès avril 2020

Sabina Omeri – Auxiliaire de santé

Jubilaires

01.04.2020 – 10 ans

Florence Cornejo

01.05.2020 – 15 ans

Nicole Mouron

01.05.2020 – 5 ans

Saniboi De Pina

01.05.2020 – 5 ans

Mercedes Livera

01.06.2020 – 5 ans

Sophie Chaillet

Bon anniversaire aux résidents

AVRIL

Madame Lucienne Fer, le 3 avril
Madame Paulette Turrian, le 8 avril
Monsieur Pierre Gillioz, le 13 avril
Madame Josette Scalzo, le 15 avril
Madame Elisabeth Pidoux, le 20 avril
Madame Myrielle Karlen, le 23 avril

MAI

Madame Brigitte Vuadens, le 1 mai
Madame Nadine Visinand, le 4 mai
Monsieur René Ramuz, le 10 mai
Madame Lucette Montet, le 26 mai
Madame Paulette Aellen, le 28 mai

JUIN

Monsieur Jean-Pierre Cône, le 6 juin
Madame Sirvat Pearson, le 13 juin
Madame Jacqueline Durussel, le 20 juin
Madame Marianne Chappuis, le 24 juin
Madame Odette Gigandet, le 25 juin
Monsieur Gérard Liechti, le 28 juin

Bon anniversaire aux bénéficiaires CAT extra-muros

Madame Eliane Thiebaud, le 8 avril
Madame Maire-Louise Meyer, le 5 mai
Madame Gisèle Gibel, le 17 mai
Madame Francine Dupuis, le 19 mai
Monsieur Bertrand Zweifel, le 20 mai

Bon anniversaire aux bénéficiaires CAT

Madame Marguerite Ackermann, le 6 avril

Madame May Yolande Grognez, le 9 avril

Madame Simone Sauvain, le 16 avril

Madame Raymonde Krenger, le 22 avril

Monsieur Andreas Quadri, le 27 avril

Madame May Zinder, le 3 mai

Madame Marlyse Domon, le 14 mai

Monsieur Alphonse Bugnon, le 19 mai

Madame Madeleine Cardinaux, le 20 mai

Madame Avelina Perez-Ramon, le 21 mai

Monsieur Hans Joerg Widmer, le 26 mai

Madame Luisa Chervaz, le 12 juin

Madame Liselotte Wagner, le 26 juin



Décès

Monsieur Jean Pachoud

25 mars 2020

Madame Lise Berner

15 avril 2020

Madame Claudine Fux

17 avril 2020

Madame Dina Massard

19 avril 2020

Monsieur Roger Waser

24 avril 2020

Madame Claire Beyeler

20 mai 2020

Madame Ruth Jaeckli

24 mai 2020

bamix[®]

of Switzerland
The Original.



Bamix SA
Route de Servion 32
1083 Mézières
www.bamix.ch / info@bamix.ch

Yves Compondu

Boulangerie – pâtisserie – confiserie

Route du Village 30

1807 Blonay

Téléphone 021 943 11 06



SUR LE ROC

le mensuel du
HOME SALEM

ABONNEMENT

Les 4 numéros Fr. 30.-
Abonnement de soutien Fr. 50.-

PUBLICITE

Le 1/4 de page
Fr. 25.- au numéro
Fr. 100.- pour 4 numéros

sadies informatique

Systeme global d'information pour EMS

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

sadies.ch
+41 21 631 15 90