



SOMMAIRE

- 3 Éditorial
4 L'OCL pour tous
8 Tisser des liens, partager, avancer ensemble : l'Apéro-échange des familles de la Cité du Genévrier
11 Le Pôle Grand Âge - Une dynamique collective au service des aînés
13 Etablissements Médicaux Sociaux (EMS) et Centres d'Accueil Temporaire (CAT) : Miroir de notre société face à la vulnérabilité

- 16 Paroles de vie : Témoignages d'aînés en Centres d'Accueil Temporaire (CAT) et en Etablissements Médicaux Sociaux (EMS)
20 15 ans de soutien à domicile : le CAT des Moulins, un pilier pour les personnes atteintes de troubles cognitifs et leurs Proches Aidants
23 Un lien de cœur entre proches et accompagnants

Conception et réalisation: Format-Z + Eben-Hézer Lausanne, Les Ateliers
Photographies : illustrations de nos institutions, ateliers, résidents et autres
Impression : Imprimerie de Vallorbe SA
Conditionnement et envoi: Eben-Hézer Lausanne, Les Ateliers
Date de publication: décembre 2025

FONDATION

Fondation Eben-Hézer
Ch. de Rovéréaz 25
CP 163
1000 Lausanne 12
Tél. 021 558 20 20
fondation@eben-hezer.ch
www.eben-hezer.ch

EBEN-HÉZER LAUSANNE

Chemin de Rovéréaz 25
CP 163
1000 Lausanne 12
tél. 021 558 20 00
info@eben-hezer.ch
www.eben-hezer-lausanne.ch

CITÉ DU GENÉVRIER

Chemin du Genévrier E
1806 Saint-Légier
tél. 021 558 23 23
cite-du-genevrier@eben-hezer.ch
www.cite-du-genevrier.ch

PÔLE GRAND-ÂGE

Route des Deux-villages 96
1806 Saint-Légier
tél. 021 611 31 00
pole-grand-age@eben-hezer.ch
<https://www.eben-hezer.ch/accueil-pole-grand-age.html>

Chaque don est précieux !

Au nom de tous les bénéficiaires, nous vous remercions chaleureusement pour votre soutien.

Faire un don

par virement IBAN CH32 0900 0000 1000 2082 9,
via une application de paiement par QR-code.



ÉDITORIAL

La Fondation Eben-Hézer accueille par le biais de ses deux pôles Handicap et Grand Âge plus de 1000 personnes avec déficience intellectuelle ou limitées dans leur autonomie en raison de leur âge. Chacune d'elles a une famille – parents pour les uns, enfants pour les autres ou encore conjoint – dont le souhait et le souci sont le bien-être de leur enfant/parent/ époux.se. Plusieurs sont aussi curateurs ou proches aidants et consacrent régulièrement beaucoup de leur temps pour aider leur proche.

Comment un établissement socio-éducatif ou médico-social peut-il favoriser des échanges avec eux, entendre leurs préoccupations et répondre à leurs questions ? Le présent numéro donne des pistes au travers des articles « Tisser des liens, partager, avancer ensemble : l'Apéro-échange des familles de la Cité du Genévrier » et le témoignage de M. Command « Un lien de cœur entre proches et accompagnants ».

Selon le proverbe, la musique adoucit les mœurs ! Dans tous les cas le très nombreux public, majoritairement composé de bénéficiaires de nos établissements, au concert de l'Orchestre de Chambre de Lausanne au Temple de Chailly à Lausanne (l'OCL pour tous) a beaucoup apprécié la prestation des musiciens dirigés par Renaud Capuçon sur trois partitions, thème de Charlotte Sohy, concerto de Robert Schumann et symphonie de Ludwig van Beethoven. Les réactions enthousiastes étaient plus proches d'un concert de rock que de la musique classique. Nos plus grands remerciements à l'OCL d'avoir offert ce concert aux bénéficiaires et de leur avoir permis, le temps d'un concert, de s'évader !

Les ressources de la Fondation Eben-Hézer et de ses institutions (Eben-Hézer Lausanne, Cité du Genévrier et Pôle Grand Âge) sont notamment le produit des pensions, les allocations de corporations publiques et privées, le produit des collectes, les dons et legs, le revenu de sa fortune (article 4 des statuts).

En 2024, les donateurs ont soutenu nos activités à hauteur de CHF 2 millions. C'est une somme importante ! Sous cet intitulé, sont regroupés les donateurs privés, les héritages en faveur de la Fondation et autres sponsors. Les personnes qui instituent la Fondation Eben-Hézer héritière ou légataire et tous les donateurs privés font preuve de très grande générosité et ont toute notre reconnaissance. Ce sont presque 300 donateurs privés qui ont apporté leur manne. À noter que la Fondation a abandonné sa collecte « tout ménage » il y a quelques années, le coût de production ayant dépassé les sommes reçues. Nous réfléchissons au moyen de réactiver ce canal.

Parmi les sponsors, la Loterie Romande permet chaque année de présenter un projet pour lequel un financement par le biais des subventions cantonales n'est pas possible. Ainsi l'an dernier cet organisme a permis au Pôle Grand Âge l'acquisition d'un bus électrique. Ce soutien régulier est très apprécié et fait une réelle différence. Il constitue un apport essentiel que nous reconnaissons avec gratitude.

Les contributions des donateurs jouent un rôle essentiel dans la réalisation de nos projets et dans l'amélioration de la vie de tous les bénéficiaires que nous accueillons au sein de nos institutions. Sachez que chaque geste, aussi petit soit-il, a un impact immense sur celles et ceux que nous accompagnons au quotidien. Leur générosité reflète des valeurs qui nous sont chères et qui nous encouragent à poursuivre notre engagement avec encore plus de détermination. Avec toute notre reconnaissance, nous leur adressons nos plus sincères remerciements !

Nous vous souhaitons une très bonne lecture !

Philippe Ischi, secrétaire général et président de la Direction générale

L'OCL POUR TOUS !

Jeudi 30 octobre 2025, Temple de Chailly, 14 heures 30. Plus de 250 personnes font religieusement face à une quarantaine de musiciennes et musiciens applaudis avec grand enthousiasme en guise d'accueil. Bénéficiaires et accompagnant.e.s d'Eben-Hézer Lausanne, de la Cité du Genévrier et du Pôle Grand Âge sont dans l'attente du début imminent d'une célébration particulière, puisqu'il s'agit d'une célébration musicale. Et ceci grâce à la gentillesse et à la générosité de l'Orchestre de Chambre de Lausanne (OCL), de son directeur artistique Renaud Capuçon et du précieux soutien d'Aline Foriel-Destezet, mécène et philanthrope du domaine de la musique classique.

Tout a commencé il y a environ six mois lorsque Dominique Praplan, directeur d'Eben-Hézer Lausanne, reçoit un appel téléphonique de Violaine Contreras de Haro, responsable des activités éducatives et participation culturelle de l'OCL. Cette dernière lui fait part du souhait de l'OCL d'offrir un concert aux bénéficiaires de l'institution, ceci dans le cadre de leur initiative « L'OCL pour tous ».

« L'OCL pour tous » est née en 2020, en pleine crise sanitaire. L'idée est à la fois simple et magnifique : « déconfiner » la musique et lui faire traverser les frontières les plus hermétiques et souvent invisibles.

En effet, nul besoin de traverser les pays et leurs délimitations géographiques : le cloisonnement social et culturel est malheureusement au coin de la rue. Avec « L'OCL pour tous », ce sont les murs des prisons ou les limites du handicap que franchissent Renaud Capuçon, les musiciennes

et les musiciens de l'OCL un peu partout dans le canton de Vaud, pour aller à la rencontre des publics dits « empêchés » et leur permettre, le temps d'un concert, de s'évader.

Fondé en 1942 par Victor Desarzens, l'Orchestre de Chambre de Lausanne n'a cessé de déployer ses ailes pour devenir aujourd'hui l'un des orchestres de chambre les plus demandés d'Europe. L'OCL embrasse un vaste répertoire qui va des premiers baroques à la création contemporaine. Depuis 2021, la direction artistique est assurée par le célèbre violoniste et chef français Renaud Capuçon.

Quelques instants avant le début du concert, Renaud Capuçon s'est aimablement rendu disponible pour une interview menée par Caroline Goretta, active au sein de l'atelier de communication Estimédia d'Eben-Hézer Lausanne. Voici un extrait :

Caroline Goretta (C.G.) D'où vient l'idée du projet « L'OCL pour tous » ?

Renaud Capuçon (R.C.) Cette idée vient de moi (...) Nous donnons des concerts à Lausanne ou ailleurs à des personnes empêchées, car tout le monde n'a pas la possibilité de se rendre dans une salle de concert. Nous avons joué dans des hôpitaux, des centres pour personnes en situation de handicap et même dans des prisons. Ce sont des concerts tout à fait classiques : on est en costume, on vient jouer vraiment de la même façon que lorsqu'on joue à Lausanne. Et, en fait, la chose à laquelle je ne m'attendais pas, c'est à quel point cela fait aussi du bien à l'orchestre. C'est un public qui est différent et il se crée un échange extraordinaire,



humain autant que musical. En tout cas, ça nous fait beaucoup de bien et ça nous fait très plaisir, chaque année, de faire ces quatre concerts.

C.G. Vous vous produisez dans les plus prestigieuses salles de concert du monde. Est-ce que le concert que vous allez donner dans un instant, au Temple de Chailly, est différent pour vous ?

R.C. C'est à la fois différent et semblable. On arrive, on est préparés comme pour n'importe quel concert, que ce soit à Londres, à Vienne, à Lausanne. Là, on est au Temple de Chailly, on sera habillés en costume, on sera concentrés, donc c'est semblable. Et c'est un peu différent

dans le sens où on a une envie encore plus grande de donner. Ce qui ne signifie pas qu'on ne donne pas autant quand on est à Londres, à Berlin ou à Vienne. Mais il y a une proximité, il y a une façon de faire la musique et d'être dans un échange, qui est beaucoup plus forte, je trouve, que lorsqu'on joue dans une grande salle de concert.

C.G. Pourquoi soutenez-vous les personnes en situation de handicap ?

R.C. Je pense que, pendant trop longtemps, les personnes en situation de handicap ont été mises de côté. Si on arrête de faire des séparations, si on inclut beaucoup plus, on serait étonnés de voir à



quel point on peut s'apporter les uns aux autres. Il faut arrêter de faire des catégories entre des gens qui sont capables et d'autres qui sont soi-disant « pas capables », parce que ce n'est pas vrai ! J'ai vu des choses incroyables. Par exemple, lors d'un des concerts de L'OCL pour tous, il y a deux ans, un monsieur en situation de handicap qui joue du violon a voulu en jouer avant notre concert. On l'a écouté et on s'est tous mis à pleurer tellement c'était émouvant. Et je peux vous dire que ce monsieur nous a donné une leçon de musique et d'humilité. Voilà, ce sont des moments extraordinaires !

(Retrouvez l'intégralité de cette interview dans notre magazine Ricochet de décembre prochain).

Jeudi 30 octobre, Temple de Chailly, 14h30. Renaud Capuçon a rejoint les musiciennes et musiciens dans le cœur du temple... le concert débute. La première œuvre est le « Thème varié pour violon et orchestre, op. 15 bis » de Charlotte Sohy.

A peine les premières notes sont jouées que débute un voyage magique, hors du temps, porté par la qualité musicale et la sensibilité exceptionnelles de l'orchestre. Le public est proche, très proche et peut voir à quel point chaque musicienne et musicien est habité par la musique. Le morceau prend fin. Des applaudissements nourris et quelques hourras montent de la salle.

Des rayons du soleil traversant les vitraux du Temple tout du long, baignent la salle d'une lumière féérique créant un spectacle visuel improvisé et multicolore aussi subtil qu'émouvant. L'orchestre déroule le deuxième morceau : le « Concerto pour violon et orchestre en ré mineur, Wo01 (1er mouvement) » de Robert Schumann.

La dernière œuvre proposée au public complètement sous le charme de la musique

jouée est la « Symphonie n° 4 en si bémol majeur, op. 60 (2e, 3e et 4e mouvements) » de Ludwig van Beethoven. L'atmosphère est d'une rare intensité et le public exprime sa joie en faisant flotter dans l'air des foulards en tulle. Des gestes de partage d'émotions collectives qui consacrent la beauté du moment.

A la sortie du temple, échanges et louanges vont bon train :

« Ce qui m'a touchée, c'est l'intensité de ce moment musical et l'attention partagée avec la musique, le public et les musiciens. On a partagé des émotions tous ensemble ».

Christa S., musicothérapeute à Eben-Hézer Lausanne.

« J'ai beaucoup aimé ce concert, le son dans le temple était très bon. Le passage que j'ai préféré est celui avec le violon car c'est mon instrument préféré. Ce concert me rappelle mon papa car il aimait beaucoup la musique classique ».

Aline M., résidente à Eben-Hézer Lausanne.

« L'orchestre m'a impactée parce que la musique classique elle aide à représenter les différentes émotions. J'aime beaucoup la musique classique et j'en écoute au quotidien. Ça me fait penser à des bons moments que je suis en train de vivre avec tout le monde ».

Andréa R., résidente à Eben-Hézer Lausanne.

Afin de remercier l'OCL de nous avoir offert la beauté et la magie de leur musique, applaudissons-les une fois encore !

La Musique Rapproche 😊

Dominique Praplan, directeur d'Eben-Hézer Lausanne et l'Atelier Estimédia

TISSER DES LIENS, PARTAGER, AVANCER ENSEMBLE : L'APÉRO-ÉCHANGE DES FAMILLES DE LA CITÉ DU GENÉVRIER

Parce que les familles et les proches occupent une place essentielle dans la vie des bénéficiaires, la Cité du Genévrier développe sans cesse de nouveaux espaces de rencontre et d'écoute. Avec la création de l'Apéro-échange des familles, un nouveau chapitre s'ouvre : celui d'un dialogue authentique entre parents, empreint de partage, de bienveillance et de soutien mutuel.

Au cœur de la Cité du Genévrier, chacun joue un rôle dans le parcours de vie des bénéficiaires : professionnels, thérapeutes, corps médical, mais aussi et surtout proches, familles et représentants légaux. Ensemble, ils tissent une toile solide, faite d'écoute, de respect et d'un engagement commun : accompagner chaque personne dans son développement, son bien-être en s'appuyant sur un projet de vie.

Ce lien, essentiel, se cultive au quotidien. Échanges directs avec les équipes éducatives, participation à des groupes de travail ou encore implication dans des projets concrets – comme la future salle d'accueil des familles, prévue pour janvier 2026, ou le chemin sensoriel actuellement en réflexion – autant d'initiatives qui illustrent la richesse du partenariat entre les familles et l'institution.

DES ESPACES DE DIALOGUE RÉGULIERS

Ce lien se nourrit également de moments d'information et de rencontre : *Forum des parents, plénières annuelles, Nouvelles de la Cité, journal T'as où l'actu ?, fêtes de l'Été ou de Noël...* autant d'occasions qui, chacune à leur manière, entretiennent la proximité et la confiance entre familles et professionnels.

Mais jusqu'ici, il manquait un espace pensé pour les parents eux-mêmes – un moment où ils puissent se retrouver entre eux, échanger leurs expériences et se soutenir mutuellement, en dehors du cadre habituel des rencontres institutionnelles.

UNE NOUVELLE MANIÈRE D'ÉCHANGER : L'APÉRO-ÉCHANGE DES FAMILLES

C'est pour répondre à ce besoin qu'est né, au printemps dernier, *l'Apéro-échange des familles*.

Ces soirées, organisées autour d'un thème spécifique lié au rôle de proche aidant, offrent un temps de partage en petit comité – une vingtaine de participants – pour favoriser la



parole et la convivialité. Chaque rencontre s'ouvre par une brève conférence animée par un·e expert·e, suivie d'un moment d'échange autour d'un apéritif.

La première édition, en avril, portait sur le thème « **Le rôle de proche aidant : un engagement de cœur, mais à quel prix ?** ».

La seconde, en septembre, abordait une question plus intime, « **Et après moi... quel avenir pour mon enfant ?** ».

Toutes deux ont été animées par Estelle Jaques, psychologue, psychothérapeute et neuropsychologue, qui souligne que « Ces

moments de partage privilégiés sont d'une grande richesse pour les parents ». Et d'ajouter : « Ils leur offrent un espace d'écoute et de soutien précieux. À chaque session, nous explorons une thématique en favorisant les échanges entre tou·te·s, ce qui contribue à rompre l'isolement et renforce le sentiment d'appartenance au groupe. Je ressors à chaque fois profondément nourrie par ces échanges authentiques et touchants, et tiens à remercier chaleureusement la Cité du Genévrier et les familles pour leur confiance. »

UNE DYNAMIQUE PORTÉE PAR LES FAMILLES ELLES-MÊMES

Si la première rencontre avait été imaginée par les organisatrices de la Cité du Genévrier, la seconde a vu émerger une belle surprise : à l'issue de la soirée inaugurale, ce sont les participants eux-mêmes qui ont proposé le thème suivant, faisant de l'Apéro-échange un véritable espace co-construit.

Cette dynamique participative illustre la volonté commune de faire vivre un partenariat où chaque voix compte et où les idées naissent au fil des échanges.

DES TÉMOIGNAGES SINCÈRES ET TOUCHANTS

Les parents ayant participé aux deux premières éditions ont exprimé un enthousiasme unanime. Pour beaucoup, ces rencontres ont ouvert un nouvel espace d'expression, où la parole se libère en toute simplicité.

« Ces échanges sont importants car cela permet de partager nos expériences. Nous pouvons transmettre et apprendre des choses. Il y a une belle bienveillance, comme parents nous nous sentons bien considérés », confie une maman.

D'autres soulignent la valeur du groupe, ce sentiment d'appartenance qui naît du partage d'un vécu commun :

« Le thème de ce soir était très intéressant et être en groupe est important. Nous avons besoin d'être portés, cela nous permet de nous sentir moins seuls », expliquent deux parents.

Le thème de la seconde rencontre, « Et après moi... », a particulièrement touché les participants.

« Nous sommes venus avec mon mari car le thème nous concernait directement », raconte une maman. « Cela nous préoccupe de savoir qui va s'occuper de notre fils quand nous ne serons plus là. Nous n'avons pas encore résolu cette question, mais cette soirée nous a permis d'en parler sans tabou. »

Un ressenti partagé par un papa : « C'est le sujet – souvent tabou – qui m'a amené à participer à cette séance. La présentation était très bien, je me suis senti à l'aise pour m'exprimer ; c'était un moment émouvant. »

REGARDER VERS L'AVENIR

Face à l'accueil positif rencontré, l'équipe réfléchit déjà à la suite. L'objectif est de poursuivre sur cette lancée en maintenant un format intime, propice à l'échange et à la confiance, afin que ces rencontres continuent d'évoluer au rythme des besoins et des envies des familles.

L'Apéro-échange des familles n'est pas qu'un nouveau rendez-vous.

C'est une respiration, une bulle de partage au cœur du quotidien parfois exigeant des proches aidants.

Un espace pour se retrouver, s'écouter, s'encourager, se soutenir – et continuer, ensemble, à tisser cette toile d'accompagnement qui fait la force de la Cité du Genévrier.

Alejandro Martinez, directeur de la Cité du Genévrier

LE PÔLE GRAND ÂGE - UNE DYNAMIQUE COLLECTIVE AU SERVICE DES AÎNÉS

Dans nos précédents numéros, nous vous parlions de la fusion et de la création du Pôle Grand Âge, une entité nouvelle, née de la volonté d'unifier les forces autour d'une même mission : accompagner les personnes âgées avec dignité, sensibilité et responsabilité.

Depuis, les mois ont passé, les équipes se sont réunies, les pratiques se sont harmonisées, et le Pôle Grand Âge affirme sa propre identité. Porté par une énergie collective et une mutualisation des compétences, il est aujourd'hui un acteur important dans le soutien aux aînés, qu'il s'agisse de prestations d'hébergement ou de prestations de soutien à domicile.

Au cœur de cette mission : l'écoute et l'adaptation aux besoins des personnes âgées présentant des effets liés à l'âge, en particulier celles qui sont les plus vulnérables. Cette approche bienveillante et proactive donne naissance à de nombreux projets porteurs de sens.

DES ACTES CONCRETS POUR MIEUX VIVRE L'ÂGE AVANCÉ

L'avenir du soutien aux futurs générations d'aînés se construit aujourd'hui, et le Pôle Grand Âge en est une illustration concrète. Chacune de nos initiatives se traduit par une attention particulière portée aux besoins actuels et à venir des bénéficiaires, dans une démarche résolument tournée vers l'humain.

- A **Chernex**, le chantier de la future structure bat son plein. Les fondations sont creusées, et



les premières formes des différents espaces, EMS, CAT, crèche, parking, commencent à émerger. Cette réalisation complexe reflète une volonté forte de créer un lieu de vie intergénérationnel, inclusif et centré sur les défis du vieillissement.

- A **l'EMS de Coteau-Muraz**, un important programme de rénovation et d'agrandissement est en préparation. Il vise à adapter les lieux aux besoins des résidents, en repensant les espaces de vie avec sensibilité et cohérence. L'ajout de deux étages, avec une vue imprenable sur le lac, participera à améliorer le confort, le bien-être et l'environnement

quotidien des résidents. Ce projet, via le lancement d'un concours d'architecture à l'automne, offrira l'opportunité de proposer des solutions innovantes et respectueuses de la réalité de nos aînés.

- Du côté de **Montbrillant**, l'EMS a bénéficié d'une cure de jouvence. D'importants travaux de rénovation ont été menés, aboutissant à des espaces modernisés, un nouveau mobilier confortable et fonctionnel, et un environnement de travail amélioré pour les équipes. Autant d'éléments favorisant le bien-être des résidents comme celui des professionnels.

INNOVER POUR MIEUX ACCOMPAGNER

Le Pôle Grand Âge, c'est aussi une attention à la qualité et à la pertinence des prestations, qui se traduit par une adaptation aux attentes des bénéficiaires. L'exemple du Centre d'Accueil (CAT) des Moulins, qui fête cette année ses 15 ans, en est un témoignage.

D'abord perçu comme une intention ambitieuse, ce lieu à mission spécifique s'est révélé comme une réponse précieuse aux besoins des personnes âgées présentant des troubles psychiques liés à l'avancée en âge. Aujourd'hui reconnu par l'ensemble des partenaires, il propose un accompagnement de jour, et parfois de nuit, dans un environnement à la fois sécurisant, professionnel et respectueux de la personne. Cette structure contribue à maintenir le lien social, à préserver les relations familiales, à consolider les acquis, à favoriser le maintien à domicile, tout en offrant un temps de répit aux proches aidants.



UN PÔLE TOURNÉ VERS DEMAIN

Le Pôle Grand Âge incarne une vision moderne et profondément humaine de l'accompagnement. Basé sur les principes de la philosophie Montessori, l'accompagnement est résolument tourné vers l'adaptation des moyens et des infrastructures, afin de préserver l'autonomie, valoriser les capacités et offrir un environnement sécurisant, stimulant et respectueux du rythme de chacun.

Cette démarche se traduit concrètement dans l'aménagement des espaces, la formation des équipes, les projets architecturaux, et plus largement dans l'attention portée à chaque détail du quotidien, pour que les résidents puissent rester acteurs de leur vie, aussi longtemps que possible.

Didier Kalbfuss, directeur du Pôle Grand Age

ETABLISSEMENTS MÉDICAUX SOCIAUX (EMS) ET CENTRES D'ACCUEIL TEMPORAIRE (CAT) : MIROIR DE NOTRE SOCIÉTÉ FACE À LA VULNÉRABILITÉ

Les EMS, les CAT et le monde de la personne âgée en général sont des sujets qui sont de nos jours régulièrement dans l'actualité, que ce soit à travers des votations, comme récemment avec le passage de la retraite à 65 ans pour les femmes, ou à travers des manières d'aborder et de percevoir les aînés qui évoluent, reflet d'une société en constant changement.

Les EMS, tout le monde sait ce que c'est, mais personne ne les connaît complètement : on y a une grand-maman, on y séjourne ou on y travaille mais on n'en saisira jamais toutes les facettes. Afin de mieux situer l'environnement politique, professionnel et sociétal lié à la personne âgée, voici quelques éléments au sujet de cet univers complexe et parfois nébuleux.

LES ETABLISSEMENTS MÉDICAUX SOCIAUX

De nombreux clichés sur les EMS, les établissements médico-sociaux, circulent, et ils sont souvent aussi tristes qu'ils ont la peau dure : on y va pour mourir, ce sont des endroits fermés, l'animation y consiste au mieux en la lecture du 24 Heures (en commençant par la rubrique nécrologique, s'il vous plaît).

L'inconscient collectif imagine ou voit les EMS comme des endroits fermés, axant toute sa

définition du lieu en mettant la personne âgée (et son ressenti imaginé) au centre, partant du postulat que celle-ci est contrainte d'y rester enfermée.

Je préfère voir les EMS comme des lieux de rencontre et de passage. Une multitude d'individus de profils différents s'y côtoient : les seniors évidemment, mais aussi le personnel soignant, le personnel des secteurs hôtelier, technique et de l'administration ainsi que celui de l'animation. N'oublions pas les familles, les bénévoles, les accompagnants spirituels, les musiciens, les ergothérapeutes, les physiothérapeutes, les psychologues et les enfants des écoles du quartier. Cette liste est loin d'être exhaustive, mais si l'on prend en compte le fait que dans chacune de ces catégories, on trouve des individus d'âge, d'origine, de confession et de genre différents, on obtient une mixité sociale précieuse et magnifique, et quel meilleur levier d'intégration pour chacun pourrait-on imaginer ?

Une partie considérable des gens qui me voient entrer dans le bâtiment de Coteau-Muraz le matin s'imagine peut-être que j'y vais comme on va travailler dans un établissement carcéral. J'y vois et y côtoie cependant bien plus de monde qu'eux lorsqu'ils vont au Paléo ou à la Migros. L'EMS n'est pas un cul-de-sac, c'est un carrefour.



De ce mouvement naît une forme de vie, un rythme, une impulsion, calme et douce mais sereine, qui offre aux aînés un cadre de vie adapté à leurs besoins, quels qu'ils soient : le grabataire sera entouré, celui qui jouit encore de sa mobilité peut, en gériatrie du moins, aller et venir à sa guise, que ce soit pour marcher au bord du lac, aller boire un café ou simplement sortir pour s'offrir quelques douceurs à la boulangerie du coin.

Vivre en EMS, c'est parfois devoir renoncer à son petit confort bien personnel, son chez soi, pour partir vivre en communauté, mais c'est aussi souvent bénéficier d'une sécurité et d'un confort que l'on arrive plus toujours à s'assurer, l'âge venant.

Les EMS vaudois hébergent plus de 6'000 aînés dans des établissements dits de gériatrie (personne âgée) ou de psychogériatrie

14

(personne âgée vivant avec des troubles psychiques ou psychologiques). L'Etat veille à travers des contrôles réguliers à ce que la dignité et l'intimité des résidents y soient préservées. La sécurité des résidents doit être assurée, leur autonomie doit être favorisée, la communication doit être respectueuse et adaptée. Chaque résident bénéficie d'un projet d'accompagnement propre à ses besoins, à ses souhaits et à ses capacités.

LES CENTRES D'ACCUEIL TEMPORAIRE

Les CAT, sont des centres d'accueil de jour et de nuit, pour les personnes âgées vivant encore à domicile. On en trouve près de 75 dans le canton de Vaud. Les aînés y viennent, par leurs propres moyens ou avec un service de transport assuré

par le CAT, du milieu de la matinée à la fin de l'après-midi, et parfois la nuit, le temps de pouvoir profiter d'un bon repas ainsi que d'activités ludiques, créatives, physiques ou à vocation socialisante. Ce temps est aussi celui du proche aidant, qui peut se ressourcer, l'esprit apaisé, en sachant son proche accueilli et accompagné avec bienveillance et professionnalisme.

La fréquentation d'un CAT une à plusieurs fois par semaine permet aux aînés de garder un rythme et des repères, ce qui renforce leur autonomie et, de facto, leur capacité à rester à domicile plus longtemps. Elle peut aussi soulager l'entourage d'une personne lorsque celui-ci est fortement sollicité, et permet encore de limiter l'isolement dont certains seniors souffrent parfois.

Au CAT de Coteau-Muraz, on travaille beaucoup sur l'autonomie et l'intégration de chacun, sans forcer qui que ce soit non plus. Chaque aîné y voit également son projet d'accompagnement suivi de près par l'équipe de professionnels, en collaboration avec les familles, les proches aidants, les soins à domicile et les médecins.

Le CAT, c'est à mon sens un endroit où l'on doit se sentir bien comme chez soi, un endroit que l'on s'approprie, un endroit sûre, mais aussi un endroit où l'on peut apprendre ou être surpris, où l'on peut poser toutes les questions que l'on veut sur une société actuelle parfois difficile à suivre pour les aînés. C'est cet esprit qui nous a permis d'organiser une démonstration de tatouage dans le CAT de Coteau-Muraz, de sortir en discothèque ou encore de parler régulièrement des questions liées aux identités de genre et de l'évolution des droits des personnes de la communauté LGBTQAI+. Le CAT est dans la ville, la ville est dans le CAT.



L'ÉVOLUTION DE LA SOCIÉTÉ

Divers facteurs tels l'avancée de la médecine, la génétique et une baisse de la consommation d'alcool et de tabac nous permettent aujourd'hui de vivre plus longtemps. On est donc plus nombreux. La migration, un phénomène aujourd'hui fortement implanté dans toutes les sociétés, amène une diversité culturelle forte, et donc riche, qui impacte nos manières de vivre et de vivre ensemble. L'augmentation de l'espérance de vie induit également un accroissement des risques de certaines maladies liées à l'âge par leur nature intrinsèque, telles la démence sénile, la maladie de Parkinson ou l'ostéoporose.

Les EMS et les CAT vont donc devoir évoluer en suivant les changements de notre société, des changements qui vont potentiellement se manifester de manière parfois surprenante, peut-être même autant surprenante qu'un atelier de tatouage dans un CAT, qui sait ? On retrousse les manches et se réjouit.

François Grand, animateur socioculturel responsable du CAT de Coteau-Muraz

PAROLES DE VIE : TÉMOIGNAGES D'AÎNÉS EN CENTRES D'ACCUEIL TEMPORAIRE (CAT) ET EN ÉTABLISSEMENTS MÉDICAUX SOCIAUX (EMS)

Dans le cadre de la création d'un numéro exceptionnel du Clin d'œil ayant pour thème la vie en EMS et en CAT, les équipes d'animation de la fondation ont récemment recueilli un nombre considérable de témoignages des aînés ainsi que de leurs enfants. J'ai aujourd'hui le plaisir de vous présenter un condensé de ces témoignages, ici regroupés à travers quatre axes qui m'ont semblé émerger naturellement.

L'ACCEPTATION

Entrer en long séjour, c'est sauter dans l'inconnu, devoir renoncer à son petit confort personnel pour découvrir, parfois malgré soi, la vie en communauté. C'est accepter de perdre en indépendance, ce qui est parfois loin d'être évident pour des personnes qui ont quitté tôt le domicile familial pour fonder leur propre famille, et qui ont dès lors vécu de manière autonome pendant 50, 60 ou même 70 ans. Apprendre à demander de l'aide est un réel défi pour beaucoup. Le changement, d'abord perçu de manière négative, peut rapidement engendrer des conséquences heureuses : la perte d'indépendance découlant d'une entrée en long séjour signifie aussi un gain en sécurité, ainsi que plus de compagnie, et, de facto, la fin d'une solitude à laquelle on s'était parfois

habitué mais qui, souvent, pesait. On peut dès lors percevoir une entrée en EMS non pas comme la fin ou la dernière étape de sa vie, mais comme le début d'une nouvelle vie. Une vie où l'on sera bien, rassuré, entouré de personnel que les seniors et leurs enfants décrivent comme attentionné et bienveillant, mais aussi d'animaux, grandement appréciés, avec les chiens de Beau-Site, et encore de nature, avec les beaux jardins qui entourent des lieux tels le Home Salem ou Beau-Site, un changement revigorant après des années souvent passées seul dans un petit appartement dans des centres-villes facilement ternes.

LES LIENS

A travers tous les professionnels provenant de domaines divers qui interviennent dans les CAT et les EMS, les aînés côtoient une foule de profils différents, mais, surtout, ils peuvent rencontrer d'autres seniors, des gens proches d'eux, qui vivent et doivent composer avec les mêmes variables : une arthrose têtue, un dentier à changer, la mémoire qui s'envole de plus en plus vite... Pouvoir partager son ressenti face à ces difficultés permet de se sentir moins seul, et donc plus fort, dans une situation désormais perçue comme un fait (avec l'âge, on vieillit)



plus que subie. Ces structures sont également un lieu où un nombre considérable de seniors peuvent retrouver de vieilles connaissances, des gens qu'ils ont, à une époque, côtoyés, puis plus tard perdus de vue, les aléas de la vie s'en mêlant. Les sourires ne trompent pas : les discussions qui suivent des retrouvailles de ce type sont autant stimulantes pour la mémoire que bonnes pour le moral.

LE RAPPORT AU TEMPS

Avec l'âge, tout prend plus de temps. La chose est parfois difficile à accepter. On s'en veut et on s'énerve quand on est seul et on culpabilise quand nos proches nous voient baisser. Mais peut-être que l'on ne baisse pas, ou pas seulement : cette évolution, que l'on préférera au terme de baisse, peut être une source d'apprentissage pour les proches en question, qui déconstruisent alors leur rapport au temps, à un rythme différent, où souffler et respirer devient parfois plus simple, simplement accessible. Un bol d'air frais, littéralement, dans un monde actuel que tous décrivent comme très voire trop rapide. Façonner son rythme de vie en fonction de facteurs évolutifs ou nouveaux tels l'âge ou la vie en communauté permet encore d'ancrer de nouveaux repères. Gérer la distribution du courrier des résidents ou la mise en place des tables et assurer le service du repas sont autant de tâches du quotidien qui offrent aux seniors qui en endosseront la responsabilité un véritable sentiment d'appartenance et d'utilité. Le quotidien a dès lors plus de sens, car on a un but.

ET POUR CLORE... L'OUVERTURE

Les seniors des EMS et des CAT de la fondation remercient les professionnels pour leur bienveillance et leur ouverture, pour être ces interlocuteurs à qui ils peuvent tout demander, de choses simples à des sujets plus complexes, du politique au pratique, sautant parfois du coq à l'âne : « *Mais que se passe-t-il avec ces ministres français ? Pouvez-vous m'aider à changer une ampoule ? JD Vance est-il une lumière ?* ». L'ouverture est un phénomène qui permet d'instaurer une certaine réciprocité dans les échanges, d'où naît parfois de la complicité, une complicité qui donne souvent beaucoup de place à l'humour mais aussi à de l'authenticité lorsque l'on a des choses plus difficiles à partager, des moments teintés de joie ou de tristesse mais nécessaires à l'épanouissement de chacun.

Apprentissages, humour, échanges, sentiment d'appartenance et d'utilité, disponibilité et authenticité... Ces ingrédients sont clairement inspirants, on devrait même avoir de quoi faire une bonne recette, de la cuisine de grand-mère, vous savez, celle qui est faite avec amour...

François Grand, animateur socioculturel responsable du CAT de Coteau-Muraz



15 ANS DE SOUTIEN À DOMICILE : LE CAT DES MOULINS, UN PILIER POUR LES PERSONNES ATTEINTES DE TROUBLES COGNITIFS ET LEURS PROCHES AIDANTS

LE CENTRE D'ACCUEIL TEMPORAIRES (CAT) DES MOULINS, C'EST

Situé en milieu urbain à Vevey, le CAT des Moulins a pour spécificité d'accueillir des bénéficiaires âgés, vivant à domicile et souffrant de maladie psychiatriques et de leurs conséquences (troubles tels que la dépression, l'anxiété, les psychoses, les démences : maladie d'Alzheimer et de troubles apparentés).

Le CAT offre à ces personnes âgées un accueil à la journée, ou à la nuit, une ou plusieurs fois par semaine, dans un lieu adapté et sécurisé. Individuellement ou en groupe, chaque personne trouve une attention personnalisée qui respecte ses envies et ses capacités à travers des activités variées, ludiques et conçues pour préserver l'autonomie, stimuler l'esprit et favoriser les échanges. Cette offre est aussi un temps pour le proche aidant, qui peut se ressourcer, l'esprit apaisé, en sachant son proche accueilli et accompagné avec bienveillance et professionnalisme.

15 ANS... UN ANNIVERSAIRE PORTEUR DE SENS

En avril 2010, le CAT des Moulins, spécifique en psychiatrie de l'âge avancé (PAA), ouvrait

ses portes à St-Légier. Dans la région Riviera, il devenait une structure pionnière dans l'accompagnement des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et de troubles apparentés. Quinze ans plus tard, il célèbre un parcours riche d'enseignements, marqué par une évolution constante et une mission toujours plus essentielle : permettre aux bénéficiaires de rester chez eux le plus longtemps possible, tout en offrant un précieux répit à leurs proches aidants.

UNE RÉPONSE NÉE D'UN CONSTAT CLAIR

Dès 2007, une enquête du Réseau Santé Haut Léman (RSHL) avait mis en évidence le besoin de places spécialisées en PAA. Les expériences menées au Home Salem, où des personnes présentant des troubles neurodégénératifs cohabitaient avec d'autres bénéficiaires, avaient montré les limites d'un accueil non spécifique. Ces constats ont conduit à la création du CAT des Moulins, voulu comme un projet pilote cantonal : proposer des prestations adaptées à cette population et répondre aux difficultés particulières des proches aidants.

« *Soutenir les proches, c'est soutenir les bénéficiaires* », résume l'équipe, qui a rapidement mis en évidence l'importance cruciale du rôle des familles dans la réussite de l'accompagnement.

DE LA CITÉ DU GENÉVRIER AU CŒUR DE VEVEY

Ouvert en avril 2010 à La Cité du Genévrier, le CAT a rapidement trouvé sa place auprès des proches aidants, qui attendaient cette alternative pour poursuivre l'accompagnement à domicile encore quelque temps. Une liste d'attente existait déjà avant l'ouverture, et un bénéficiaire fréquente le CAT depuis 14 ans !

En 2014, le centre s'installe dans le quartier de la gare de Vevey, une localisation qui favorise l'inclusion sociale et les interactions avec l'environnement urbain : courses dans les magasins, rendez-vous chez le coiffeur ou le dentiste, sorties en ville.

« *Être ancré dans la cité, c'est permettre à chacun de rester connecté à son environnement, malgré la maladie* », souligne l'équipe.

UNE MISSION DE SANTÉ PUBLIQUE

En Suisse, plus de 157'000 personnes vivent avec la maladie d'Alzheimer ou des troubles apparentés, dont près de 9'000 dans le canton de Vaud. Dans ce contexte, le CAT des Moulins joue un rôle essentiel : accompagner les bénéficiaires tout en soutenant activement leurs proches, un facteur clé du succès de l'accompagnement, comme l'a démontré l'expérience du centre au fil des 15 années.

Des lieux comme le CAT permettent de retarder l'entrée en institution, en offrant aux familles un soutien précieux et aux bénéficiaires un environnement professionnel et sécurisant, ciselé aux besoins et aux désirs de chacun. L'équipe a développé une collaboration étroite avec les proches afin de partager des outils utiles aussi bien à domicile qu'au CAT pour apaiser des symptômes tels que la déambulation, l'angoisse ou les difficultés liées aux soins.

Une ou plusieurs journées au CAT permettent aux proches aidants de se ressourcer, sortir en ballade, rencontrer des amis ou, comme l'équipe le recommande : se reposer.

Aujourd'hui, une trentaine de bénéficiaires fréquentent régulièrement le centre, et plus de 300 familles ont été accompagnées depuis sa création.

QUINZE ANS DE PROGRESSION

Les situations accueillies sont aujourd'hui plus complexes qu'il y a quinze ans, reflet du vieillissement de la population et de la volonté cantonale de favoriser le maintien à domicile. L'équipe du CAT a su s'adapter, ajustant ses pratiques au fil du temps.

La maladie étant souvent très avancée à l'arrivée, les activités de groupe deviennent vite difficiles. L'équipe propose donc davantage de moments individualisés, adaptés à chaque bénéficiaire.

« *Ces années ont été riches, exigeantes, mais profondément humaines. Nous avons toujours cherché à donner du sens à notre travail, guidés par des valeurs communes : ouverture, dignité, responsabilité* », confie un membre de l'équipe.



PARTENARIATS

Dès le premier jour, un partenariat était mis en place avec le Réseau Santé Haut Léman, les différents Centres Médicaux Sociaux et l'Association Alzheimer Vaud. Au fil des ans, de nouveaux liens se sont créés avec les médecins, la Fondation de Nant, la consultation gériatrique et les différents acteurs nécessaires au soutien du maintien à domicile.

Mais surtout avec les autres CAT de la région, afin de permettre, le temps venu, une transition vers un accompagnement spécifique et ainsi répondre au désir de rester encore chez soi malgré les difficultés.

22

UN REGARD TOURNÉ VERS L'AVENIR

Fort de son expertise et de son ancrage local, le CAT des Moulins entend poursuivre son rôle clé dans le réseau médico-social, en restant à l'écoute des besoins des bénéficiaires et de leurs proches aidants, et en continuant d'innover pour répondre aux défis du vieillissement de la population.

Mical Rappaz, responsable des structures d'accompagnement médico-sociales du Pôle Grand Age

UN LIEN DE CŒUR ENTRE PROCHES ET ACCOMPAGNANTS

Dans le cadre de l'anniversaire des 15 ans du CAT des Moulins, Monsieur Olivier Command, proche aidant d'une bénéficiaire accueillie régulièrement au sein du CAT, a apporté, sous la forme d'un témoignage, ces quelques mots à l'équipe d'accompagnement.

« Mesdames, Messieurs,

Chers membres du personnel du CAT des Moulins,

Je m'adresse à vous aujourd'hui en ce jour d'anniversaire au nom de tous les proches, des familles, des conjoints et des enfants de ceux que vous accompagnez chaque jour.

Nous savons combien la maladie d'Alzheimer bouleverse les repères, efface parfois les souvenirs, et transforme profondément le quotidien.

Mais grâce à vous, elle n'efface jamais la tendresse, la dignité, ni la chaleur humaine.

Être proche d'une personne atteinte de cette maladie, c'est apprendre à aimer autrement.

C'est accepter que le regard change, que les mots s'échappent, que le temps prenne une autre forme.

Et dans ce parcours souvent rempli d'émotions, d'incertitudes et parfois de chagrin, vous êtes là, à nos côtés, comme une présence bienveillante, solide et rassurante.

Vous avez choisi un métier exigeant, qui demande une immense patience, une écoute constante, et surtout un cœur grand ouvert.

Vous savez trouver le mot juste, le geste doux, le sourire qui apaise quand les mots ne suffisent plus.

Vous offrez non seulement des soins, mais aussi une humanité précieuse — celle qui redonne du sens, même quand la mémoire s'efface.

Grâce à vous, nos proches vivent dans un environnement où ils se sentent aimés, protégés et respectés.

Grâce à vous, les familles peuvent retrouver un peu de sérénité, sachant que ceux qu'elles aiment sont entourés avec autant de professionnalisme que de tendresse.

Alors aujourd'hui en ce jour d'anniversaire du CAT des Moulins, je veux simplement vous dire merci.

Merci pour votre dévouement, votre douceur, votre compassion.

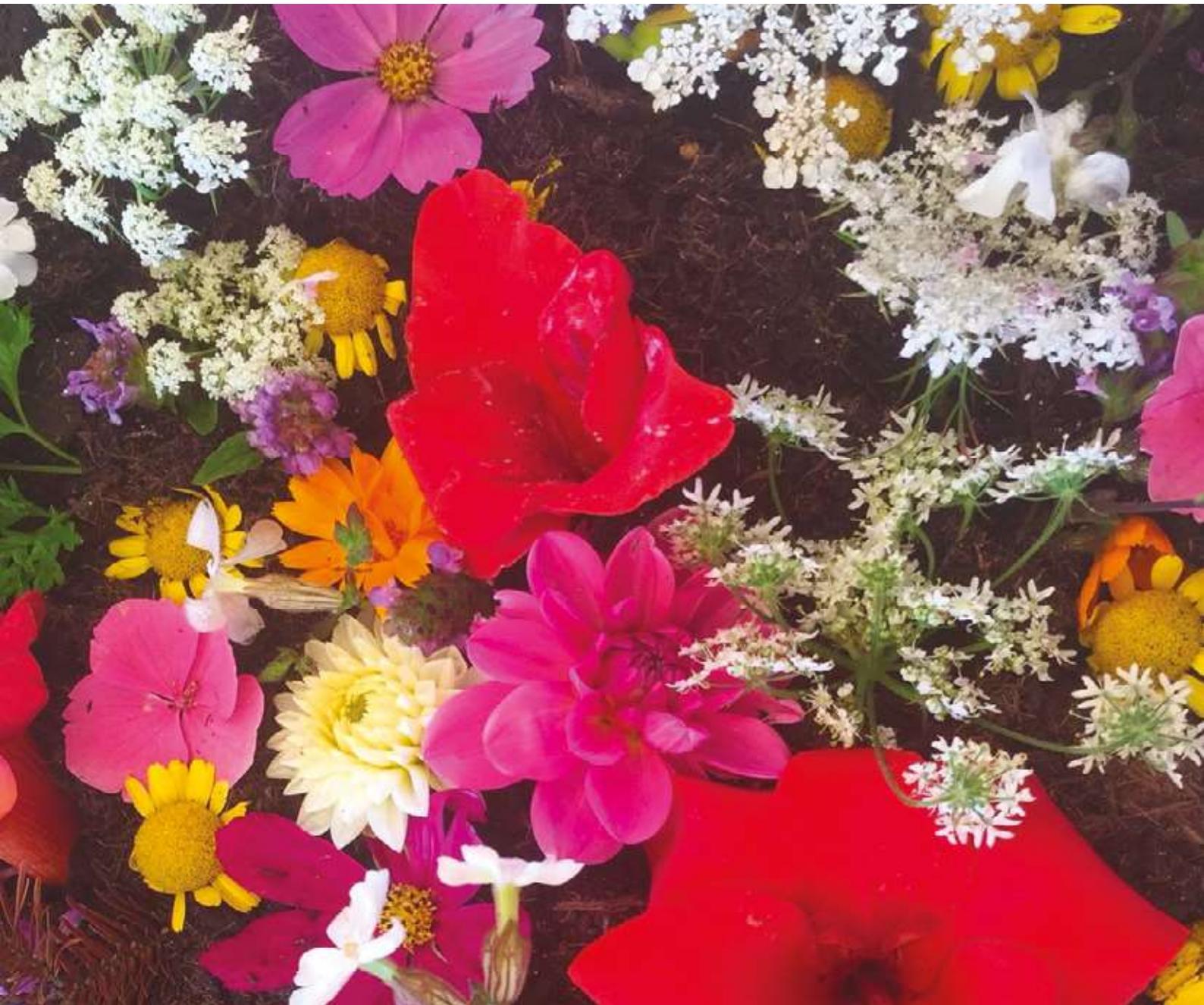
Merci d'être là dans les moments les plus difficiles, et de savoir, chaque jour, redonner de la lumière là où la maladie jette parfois de l'ombre.

Au nom de tous les proches aidants, je vous exprime notre profonde reconnaissance.

Vous êtes plus que des soignants : vous êtes des artisans d'humanité, et votre travail fait toute la différence.

Merci, du fond du cœur. »

Monsieur Olivier Command, proche aidant d'une bénéficiaire du CAT des Moulins



Fondation Eben-Hézer
Chemin de Rovéréaz 25
CP 163
1000 Lausanne 12

tél. 021 558 20 20
e-mail :
fondation@eben-hezer.ch
www.eben-hezer.ch

