LE MARRON

LA GAZETTE DES MARRONNIERS N°229

SOMMAIRE

Gazette Le Marron
Parution trimestrielle

EMS Les Marronniers
Ch. de la Bessonnette 9
1224 Chêne-Bougeries

T 022 869 26 26
info@marronniers.ch
www.marronniers.ch

Rédaction
Service Communication
Service Animation

Photographie
Service Communication
Service Animation
Canva SA
Sauf mention spéciale
** Selon le droit à l'image, personne ne souhaitant pas la diffusion de sa photographie

Charte graphique
Service Communication

Impression
Imprimerie de Versoix

© EMS Les Marronniers

L'ÉDITO 03

NOUVEAUX RÉSIDANTS 04

JE ME PRÉSENTE, RÉSIDANT 06

INSTANTS DE VIE ET ACTIVITÉS 10

ACTUALITÉ MARRONNIERS 14

L'INSTANT JUDAÏSME 17

JE ME PRÉSENTE, COLLABORATEUR 18

LE MOMENT DU SOUVENIR 20

L'INSTANT JUDAÏSME 21

LA RECETTE DE LA CHEFFE 22

PROCHAINS RENDEZ-VOUS 23

L'ÉDITO

LE PRINTEMPS, SYMBOLE DE RENOUVEAU ET D'INSPIRATION

Chers Résidants, chers Lecteurs,

Notre parc et notre terrasse vont bientôt sortir de leur léthargie hivernale !

En effet, les arbres vont se parer à nouveau d'un vert très dense, parsemés de quelques touches de couleurs florales pour égayer les journées qui s'allongent.

En interne, l'hiver aura été prolifique pour nous préparer et anticiper les évolutions liées avec notre nouveau mode de financement. Une réflexion basée sur les évolutions possibles ou nécessaires, tant sur le plan opérationnel que financier, avec comme seul mot d'ordre, préserver l'accompagnement qualitatif et les prestations aux Résidants.

Ainsi, du renouveau bénéfique en premier lieu au bien être des Résidants par l'augmentation de deux postes soignant le matin et ce, 365 jours /an.

Croissance et opportunités, par une recherche plus efficiente des coûts de fonctionnement et mise en concurrence de nos partenaires et fournisseurs.

De l'inspiration par la création de nouvelles activités comme « le parcours mobilité » orchestré par Delphine Ergothérapeute et l'équipe d'animation, ou la mise en place de l'atelier céramique.

Enfin, le printemps comme synonyme de nouvelles sensations et d'épanouissement pour nos collaborateurs qui bénéficient dorénavant chaque mois de séances de massage très appréciés, volonté de l'employeur de renforcer le bien-être au travail !

Alors restons confiants et déterminés à saisir les opportunités de changement et de renouveau que le printemps nous offre !

Cyrille Damas, Directeur

NOUVEAUX RÉSIDANTS

BIENVENUE !

Meyer COHEN

Né le 08.01.1941 au Maroc, monsieur parle le français, l'anglais et l'arabe. Père de deux enfants. Monsieur est venu à Genève pour ses études d'ingénieur, ensuite il était fonctionnaire international à l'UIT dans la télécommunication, métier qui l'a passionné.

Marie-Thérèse ALTHENHOFEN

Née en Allemagne le 1er avril 1943, Mme parle deux langues, l'allemand et le français). Elle habite à Genève depuis de nombreuses années et a travaillé toute sa vie à l'aéroport comme secrétaire. Elle a eu deux enfants et une petite fille qui habitent en la ville. De nature souriante et positive, elle aime participer aux activités et aux sorties avec les autres Résidants des Marronniers.

Pierre MONNEY

Né en Suisse, à Genève en 1936. Monsieur a deux filles et trois petits-enfants. Monsieur se déplaçait énormément pour son travail, il était avocat. Monsieur aime la musique, l'histoire romaine et lire l'actualité. Il parle anglais et italien.

Elizabeth WINTSCH

Née en Angleterre le 11 mars 1943, elle y rencontre son mari qu'elle suit d'abord à Paris avant de venir s'installer à Genève. Mère de trois enfants, Mme Wintsch aime les travaux manuels artistiques tels que la peinture sur porcelaine et la couture. La taille et l'entretien de ses rosiers lui ont toujours valu de beaux compliments.

Paul GRANT

Né en Géorgie, à Atlanta en 1951. Il a une fille et deux petits enfants qui vivent en Floride. Grand voyageur, c'est un passionné de musiques traditionnelles classiques orientales. Professeur au Conservatoire de Musique de Rotterdam il a également enseigné à l'atelier d'ethnomusicologie de Genève. Monsieur Grant a donné des concerts et publié plusieurs CD.

JE ME PRÉSENTE

RÉSIDANT

MADAME SIMONE HERZ

Je suis née à Paris et j'ai grandi à St Etienne avec mes parents. Je suis fille unique mais j'ai été élevée avec mes deux cousins que je considère comme mes frères.

J'ai obtenu mon BAC avec de bons résultats mais j'ai décidé de ne pas poursuivre mes études pour travailler avec mes parents. Mon père était tapissier-décorateur et ma mère vendait des vêtements sur le marché. Je me suis mariée à 24 ans et après la naissance de mes 3 enfants, j'ai été vendeuse à Genève puis bénévole aux HUG, Caritas, Les Samaritains... pendant plus de 30 ans.

La plus belle histoire de ma vie est celle où j'ai retrouvé par hasard l'homme qui fut ensuite mon mari pendant 59 ans. Nous nous étions rencontré une première fois par le biais d'un ami, il habitait Grenoble et il était passionné de nature et moi je n'aimais pas marcher. Un jour, en rechignant, je l'ai tout de même suivi en montagne et lorsque j'ai voulu ramassé une jolie fleur, il a sauté dessus pour la protéger « comme un joueur de rugby qui saute sur son ballon ». Je lui ai fait toute une scène (rire), il m'a dit « je t'offrirai toutes les fleurs de chez le fleuriste mais celle –ci il, elle est protégée ». Nous ne nous sommes plus revus. Mais au fond de moi, je savais qu'il m'avait séduite, je parlais de lui sans cesse à ma mère.

Lors d'un séjour à Paris, je me baladais sur les grands boulevards et j'ai eu envie d'aller au théâtre, je me suis dirigée dans la file pour acheter mon billet, et quand j'ai levé la tête, il était là juste devant moi mais il était accompagné. Il venu vers moi en me disant « Bonjour Madame», je lui ai répondu «non, c'est toujours Mademoiselle », il s'est absenté quelques minutes puis il est revenu en me disant « je suis libre ». nous ne nous sommes plus jamais quittés.

La vie m'a enseigné à respecter les autres et à ne jamais se croire supérieur. Aujourd'hui je suis très bien adaptée à mon nouveau lieu de vie, j'ai retrouvé une vie sociale et je suis très heureuse.

PEUT-ON CITER VOTRE ÂGE ?

Bien sûr j'ai eu 88 ans cette année.

QUE PENSEZ-VOUS DU MONDE ACTUEL ?

Il n'est pas plus mal que l'ancien, bien au contraire, avec les nouvelles technologies, je le trouve mieux.

EST-CE QUE C'ÉTAIT MIEUX AVANT ?

Non, car j'ai vécu la Shoah.

Y-A-T-IL QUELQUE CHOSE QUE VOUS REGRETTEZ D'AVANT ?

Non, j'ai eu une vie très remplie et heureuse (en chantant sur Edith Piaf).

QUELLE A ÉTÉ LA MEILLEURE PÉRIODE DE VOTRE VIE ?

Celle de mon mariage.

IL Y A 50 ANS, AURIEZ-VOUS IMAGINÉ LE FUTUR COMME CELA ?

Y a 50 ans, j'en avais 38, j'avais déjà mes 3 enfants et, à l'époque, je ne me projetais pas car j'étais déjà très heureuse du présent.

QUELLE AVANCÉE TECHNOLOGIQUE VOUS A LE PLUS ÉMERVEILLÉE ?

La tablette numérique et le téléphone portable.

QUEL EST VOTRE SOUVENIR LE PLUS MARQUANT ?

Le jour où mon mari m'a demandée en mariage.

D'APRÈS VOUS, QUEL EST LE PLUS IMPORTANT DANS LA VIE ?

L'amour, La confiance et l'honnêteté et le respect de l'autre.

A PARTIR DE VOTRE EXPÉRIENCE DE VIE PERSONNELLE, QUEL CONSEIL DONNERIEZ-VOUS AUX PLUS JEUNES AFIN QU'ILS NE REGRETTENT RIEN ?

Vivre leurs envies pleinement afin de ne pas avoir de regrets, car mieux vaut avoir des remords que des regrets.

QUELS SONT VOS PLUS BEAUX SOUVENIRS ?

Le jour où par le plus grand des hasards en visite à Paris, j'ai retrouvé l'homme de ma vie !

AVEZ-VOUS RÉALISÉ VOS RÊVES ?

Oui, celui d'être une femme heureuse, mère, grand-mère et arrière grand-mère comblée.

QUEL EST CELUI D'AUJOURD'HUI ?

Voir ma famille au quotidien heureuse et en bonne santé.

VOTRE MESSAGE PERSONNEL ....

Il faut réaliser ses rêves !!!

JE ME PRÉSENTE

RÉSIDANT

MONSIEUR MEYER COHEN

Je suis né au Maroc et j'ai grandi à Oujda, à l'Est du pays, à la frontière algérienne.

Il y avait une belle communauté juive. Enfant, j'ai été très marqué par la bonne entente entre les communautés religieuses. Je me souviens qu'aux fêtes, nous échangions nos gâteaux ! Ma mère était algérienne et mon père marocain. Je n'ai que de beaux souvenirs de mon enfance .

Autour de 14 ans, j'ai quitté Oujda pour intégrer l'école ORT, à Casablanca. J'ai poursuivi ma formation à l'ORT et la chance m'a permis d'intégrer les Telecom à Genève, qui dépendaient de l'ONU. J'y ai fait toute ma carrière et en suis fier.

Je ne garde de mon travail que de bons souvenirs ! Cela dit, j'étais une personne tranquille, casanière. On me l'a souvent reproché… C'est mon caractère. J'ai eu néanmoins quelques passions dont les jeux d'échecs, j'ai le souvenir de belles parties au Parc des Nations avec Abraham Sakhnowsky.

La vie m'a enseigné l'importance de s'ouvrir aux autres, et ne pas se concentrer uniquement sur soi-même… D'ailleurs, ma rencontre avec Eric, il y a quelques années à la grande synagogue de Genève, a été pour moi une rencontre importante.

J'aime les traditions, et suis un homme ouvert aux autres, qui aime la paix. J'ai admiré Itzhak Rabin, une belle personne, qui a cherché à faire la paix.

Pour clore, je veux aussi parler de ma fille, qui est spécialement gentille. Elle m'accompagne et compte énormément pour moi. Sincèrement, je suis heureux d'être aux Marronniers !

Je me sens très bien ici. .

PEUT-ON CITER VOTRE ÂGE ?

Oui, j'ai 83 ans.

QUE PENSEZ-VOUS DU MONDE ACTUEL?

Je préfère évoquer le monde dans lequel je baigne, ici.

EST-CE QUE C'ÉTAIT MIEUX AVANT ?

Je ne pense pas

Y-A-T-IL QUELQUE CHOSE QUE VOUS REGRETTEZ D'AVANT ?

Non, je ne regrette rien.

AURIEZ-VOUS IMAGINÉ, IL Y A 50 ANS, LE FUTUR COMME CELA ?

Je ne sais plus...

QUELLE AVANCÉE TECHNOLOGIQUE VOUS A PLUS ÉMERVEILLÉE ?

Comme j'ai travaillé à Telecom, ce sont les satellites qui m'ont le plus impressionné et que j'ai aimés !

QUEL EST VOTRE SOUVENIR LE PLUS MARQUANT ?

J'ai envie de répéter que plus j'avance, plus j'apprécie la vie !

Selon vous, qu'est-ce qui est important dans la vie ?

Ce qui me fait le plus de mal, c'est d'entendre que des enfants meurent sous des bombes, et quels que soient ces enfants... Cela me touche beaucoup, sincèrement. Les adultes se conduisent mal.
Je ne fais pas de différence entre les religions.

A PARTIR DE VOTRE EXPÉRIENCE DE VIE PERSONNELLE, QUELS CONSEILS DONNERIEZ-VOUS AUX PLUS JEUNES AFIN QU'ILS NE REGRETTENT RIEN ?

C'est de vivre avec les autres, en bonne entente, et de respecter tout le monde, quelles que soient les religions, les races et les couleurs de peau.

QUELS SONT VOS PLUS BEAUX SOUVENIRS ?

Mon mariage et mon travail dans l'univers des satellites.

AVEZ-VOUS RÉALISÉ VOS RÊVES ?

Je ne fais aujourd'hui que de beaux rêves !

VOTRE MESSAGE PERSONNEL ....

C'est dire aux jeunes, respectez-vous !

INSTANTS DE VIE ET ACTIVITÉS

RTS : UNE JEUNE DAME DE 100 ANS

Sortie au théâtre, les 100 de la RTS !

À l'occasion de son 100ème anniversaire, les Résidants ont eu la plaisir de découvrir une pièce de théatre sur l'histoire de la RTS, un voyage qui commence en 1922 jusqu'à aujourd'hui et demain....

Sans oublier une expérience inoubliable, la visite des coulisses du théâtre !

© IMAGE : WWW.RTS.CH

Une heure de spectacle pour en prendre plein les oreilles et plein les yeux ! Montez à bord de la RTS.

Un jeune d'aujourd'hui se retrouve privé de musique, après avoir cassé son téléphone. Sa mère lui propose son poste de radio. Il égrène les stations jusqu'à ce qu'il tombe sur une musique qui lui plaît. Malheureusement, celle-ci est interrompue par une info trafic urgente. Agacé, le jeune s'en prend à la radio qui... se met alors à parler ! Elle embarque aussitôt le jeune dans un voyage dans le temps qui va l'instruire, le faire rêver, le faire danser. Il traversera les décennies en dialoguant avec la radio (en voix off).

Mais il ne sera pas seul sur scène. Un danseur et une danseuse incarneront les différents personnages croisés en chemin. © RTS

SORTIE AU RESTAURANT

Par une froide journée d'hiver, nous profitons de l'ambiance chaleureuse du restaurant Artemesia, dans le nouveau quartier Artamis à la Jonction. Il n'y a que quelques tables mais beaucoup de plantes tropicales et de cactus, ce qui nous donne l'impression d'avoir été convié à manger chez un ami. Les étagères sont remplies de bocaux contenant toutes sortes d'herbes aromatiques et de préparations fermentées. Le chef, Eugen a rapporté avec lui de Russie des recettes de sa grand-mère que les Résidants ont particulièrement appréciées.

FÊTES DE FIN D'ANNÉE 2023

Cette année encore, c'est le Duo Brunetti qui a réjoui nos oreilles lors des fêtes de fin d'année. Les collaborateurs ont partagé le repas des Résidants pour leur plus grand bonheur. Tout le monde était sur son 31, ce qui a donné une ambiance particulièrement festive à la salle à manger. Quelques bombes à cotillons ont projetté des chapeaux et des masques que toute l'assemblée a pris plaisir à enfiler avant de chanter, danser, rire et s'amuser.

Repas des anniversaires

Tous les deux mois à l'EMS des Marronniers, nous fêtons le repas des anniversaires de nos Résidants et de nos collaborateurs.

Apparés avec élègance, nous partageons un excellent repas concocté par notre équipe de Cuisine. Un moment convivial ponctué par des surprises, merci au service animation !

INSTANTS DE VIE ET ACTIVITÉS

LECTURE DE CONTES

Mme Marie-Anne LACOSTE, bénévole

Depuis le début de l'année 2024, Nous sommes très heureux de recevoir la visite de Marie-Anne un dimanche sur deux. Bénévolement, elle profite de son temps libre pour venir nous conter des histoires magnifiques qui nous font voyager dans des mondes fantastiques. Sa chienne Milka est aussi très câline avec les Résidants.

MA MOTIVATION

Faire du bénévolat pour lire des livres aux personnes âgées est un moyen gratifiant et réconfortant d'avoir un impact significatif sur leur vie. Pour de nombreuses personnes âgées, la lecture peut devenir un défi en raison de déficiences visuelles ou d'autres limitations, ce qui rend ce service inestimable.

L'acte de lire à haute voix pour les personnes âgées va au-delà de la simple narration. Elle sert de pont vers le monde extérieur, offrant de la compagnie, une stimulation mentale et un sentiment de connexion. Passer du temps avec elles, partager des histoires et discuter du contenu peut atténuer les sentiments de solitude et d'isolement que ressentent certaines personnes âgées.

Lorsque vous vous portez volontaire pour une telle activité, il est essentiel de choisir des livres qui correspondent à leurs intérêts et à leurs préférences. La littérature classique, la fiction légère, les mémoires ou même la poésie trouvent souvent un écho favorable. Je souhaite leur lire les histoires juives du Baal Chem Tov, histoires qui resonnent beaucoup pour moi tant au niveau historique que spirituel.

Les avantages ne se limitent pas aux personnes âgées elles-mêmes. Les bénévoles nouent souvent des liens profonds et tirent des leçons de vie précieuses de la sagesse et des expériences partagées par les personnes âgées. Ces interactions favorisent l'empathie, la patience et la compréhension, tout en donnant un sens à la vie du bénévole.

En outre, la lecture à voix haute requiert patience et compassion. Il est essentiel de prendre le temps d'écouter, de s'engager et de respecter le rythme de la personne âgée. Parfois, elles peuvent vouloir partager leurs pensées ou leurs souvenirs liés à l'histoire, ce qui ajoute de la profondeur et de la richesse à l'expérience.

En fin de compte, se porter volontaire pour lire des livres aux personnes âgées est une belle façon de rendre service à la communauté tout en enrichissant la vie de ceux qui peuvent se sentir isolés ou déconnectés. Le simple fait de partager des histoires et de favoriser les relations humaines peut apporter une joie et un réconfort incommensurables tant au bénévole qu'aux personnes âgées qu'il sert. © *Marie-Anne Lacoste*

RENCONTRE INTERGÉNÉRATIONNELLE

Une rencontre tant attendue par nos résidents depuis plusieurs mois. Après plusieurs échanges avec la crèche la maternelle entre professionnels de la petite enfance et EMS, nous organisons une rencontre au sein de l'EMS avec un groupe d'enfants de 3 à 4 ans.

Cette rencontre fut forte en émotions de par les enfants qui découvraient une maison comme la nôtre et nos aînés qui se rendaient utiles en lisant diverses histoires aux enfants. Durant cet échange une petite fille s'est glissée sur les genoux d'une de nos Résidants. Quel beau moment ! Les enfants ont également pu faire connaissance avec nos aînés autour d'une fresque de coloriage. Les enfants étaient timides au début puis au fur et à mesure ils ont pris confiance pour qu'à la fin ils finissent en sautant et dansant.

POURQUOI FAVORISER LES CONTACTS ENTRE LES TOUT-PETITS ET LES PERSONNES ÂGÉES?

On entend souvent dire que les personnes âgées gagnent à être en contact avec des enfants, mais l'inverse est aussi vrai! Les tout-petits tirent plusieurs bienfaits des relations qu'ils ont avec les aînés à commencer par leurs grands-parents. Comment favoriser les rencontres entre les générations?

Pour les personnes âgées, les avantages de passer du temps avec des enfants sont bien documentés. Les recherches dans le domaine ont montré qu'échanger avec les enfants brise leur isolement. « Les enfants sont spontanés. Ils donnent de l'amour, de l'affection et de la tendresse. En vieillissant, les personnes âgées en reçoivent moins », explique Nathalie Parent, psychologue et auteure du livre Pour grands-parents seulement!

Ces contacts avec les enfants apportent énormément de bienfaits sur la santé physique et psychologique des aînés. On rapporte entre autres une diminution de la pression sanguine et des risques de maladie, un ralentissement du déclin cognitif, une plus grande satisfaction à l'égard de la vie, une meilleure forme physique et un sentiment d'être plus en santé. *© texte : Amélie Cournoyer - www.naitreetgrandir.com*

ACTUALITÉS MARRONNIERS

INDICATEURS 2023

86 ANS

C'est l'âge moyen des Résidants à L'EMS les Marronniers contre 86.1 ans dans les Ems du canton.

12.17 CHF

C'est le coût moyen réel des médicaments par jour, par Résidants, soit un montant annuel de 267'180 CHF, en hausse contre 8.82 CHF en 2022 en raison de traitements très onéreux ainsi que par l'augmentation des coûts à l'achat.

98.18 %

C'est le taux d'occupation réalisé en 2023 (exigé à 98% dans le contrat de prestations) en tenant compte d'une chambre immobilisée en 2023 pour raisons de travaux de rénovation de l'ensemble des chambres des résidants.

49

C'est le nombre de visites de maison réalisées en 2023 en vue d'une inscription.

60'530

C'est le poids du linge traité en 2023, en baisse de 15% par rapport à 2022 après une réflexion menée sur notre surconsommation de linge traité en interne.

2892

Ce sont les heures de formation réalisées en 2023 pour l'ensemble des collaborateurs dont 1682 heures concernant les formations institutionnelles (APP, FAT, etc.).

94.62 %

C'est le pourcentage de collaborateurs s'étant prononcé pour un changement de caisse de prévoyance au 01.01.2024 (Fondation PREVEMSS).

7.78%

C'est le taux d'absentéisme en 2023 (Taux à 6.90% sans les arrêts maternité) contre 7.51% en 2022.

93.70 %

C'est le pourcentage de collaborateurs très satisfaits à satisfaits suite à l'enquête de satisfaction des collaborateurs en novembre 2023.

6'339

C'est le nombre de repas servis aux Résidants, proches, collaborateurs et repas livrés au HUG en 2023 contre 4'980 en 2022.

MARRONNIERS ET CITÉ

CONSEIL ÉTHIQUE DE LA FEGEMS, NOTRE INVESTISSEMENT

«La vieillesse est une étape de l'existence pendant laquelle chacun peut poursuivre le développement de sa personnalité ainsi que son épanouissement spirituel ; social et affectif» *Charte éthique de la Fegems*.

Sandy Balestra
Infirmière aux Marronniers,
Membre du Conseil Éthique Fegems

Afin de promouvoir ses valeurs, la Fegems a créé un Conseil Éthique qui est composé d'une instance pluridisciplinaire de 10 personnes, allant de Dr en philosophie, directeur d'EMS, d'aumônier, de médecin et aussi d'infirmiers ressources en soins palliatifs, comme moi.

J'ai intégré le Conseil Éthique en octobre 2021. Nous menons des réflexions de fond sur des questions rencontrées et nous mettons des avis consultatifs sur des situations concrètes. Une saisine peut-être sollicitée par un Résidant, son représentant, un médecin, un proche, un directeur d'établissement ou un membre du personnel.

Ensuite, une partie du Conseil se déplace pour rencontrer les demandants pour pouvoir obtenir les renseignements nécessaires afin de rédiger un avis éthique et le transmettre. Nous nous réunissons 1 fois tous les 2 mois pour travailler sur nos projets et échanger sur les saisines rencontrées ou à venir.

Faire partie du Conseil Éthique est très enrichissant aussi bien humainement qu'intellectuellement. Mon engagement s'inscrit dans la continuité de mon parcours professionnel, en étudiant, analysant des situations complexes. Siéger au Comité m'offre la possibilité de réactualiser mes connaissances, concernant les bonnes pratiques et aussi au niveau légal. Il permet d'avoir une ouverture d'esprit, un autre regard sur des situations particulières.

L'année dernière, nous avons travaillé sur l'exercice du droit de vote en EMS que vous pouvez retrouver sur le site internet de la Fegems et très prochainement un livret sur l'assistance au suicide va être publié. *Sandy Balestra*

fegems
Fédération genevoise
des structures d'accompagnement
pour seniors

COLLABORATEURS & BIEN-ÊTRE

Parce que la qualité de l'accompagnement des Résidants découle aussi du bien-être des collaborateurs, des massages sont proposés au personnel des Marronniers depuis le début de l'année : 20 minutes pour se relaxer, une bulle de détente !

Magalie Daval de l'entreprise **Boost Your Team** propose des massages en entreprise pour les entreprises publiques et privées suisses depuis plus d'une dizaine d'années

Ces massages assis développés depuis 1982 aux Etats-Unis sont basés sur l'art traditionnel d'acupression nommé AMMA (« Calmer avec les mains») qui a ses racines au Japon depuis 1300 ans. La séance de massage assis dure 20 minutes et se décompose en séquences hautement chorégraphiées appelées « kata» qui permettent d'obtenir le maximum d'efficacité de chaque geste en réduisant l'effort fourni.

LES BIEN-FAITS DU MASSAGE

Réduction des effets du stress

Le massage, notamment sur chaise, est reconnu pour diminuer les effets du stress, ce qui peut contribuer à une meilleure gestion du stress au travail.

Soulagement des douleurs musculaires

Les massages peuvent soulager les douleurs du cou, des épaules et du dos, qui sont souvent affectés par les postures de travail.

Amélioration de la concentration et de la performance

La relaxation induite par le massage peut améliorer la concentration et la performance des collaborateurs, car la fatigue et le stress nuisent à leurs capacités.

Détente musculaire et allègement de la fatigue

Les massages permettent de relâcher les tensions musculaires et d'alléger la fatigue physique et intellectuelle.

Bien-être physique et mental

Le massage assis offre un bien-être physique et mental, ce qui est bénéfique pour la concentration, l'efficacité et la motivation du personnel.

Prévention de troubles musculo-squelettiques (TMS)

Les massages peuvent aider à prévenir les TMS, qui sont à l'origine de la majorité des maladies professionnelles, notamment les pathologies dorsales.

Amélioration de la posture et des mouvements

Des massages réguliers peuvent améliorer la posture et les mouvements, réduisant ainsi la fatigue et augmentant l'efficacité.

Création d'un environnement de travail positif

La mise en place de massages en entreprise peut indiquer aux collaborateurs que l'employeur reconnaît leur travail et se soucie de leur bien-être, ce qui peut améliorer le sentiment d'appartenance et la responsabilité sociale de l'entreprise.

© BOOST Your Team by Magalie Daval

BIENVENUE

Nihal OUHAFA
ASQ

Flaviane CAITANO
ASNQ

Stéphanie JACQUET
ASQ de nuit

Halima MOHSINE
ASQ

Tekleweini WELDELMHERT
ASSC

Julie LE BOUFFANT
ASQ

Yulia BELOGLAZOVA
ASNQ

DÉPART

Élisa CALAS
Infirmière

C'est avec regret qu'Elisa Calas, infirmière au secteur B, nous a fait part de son choix de s'engager dans un nouveau projet professionnel. Entrée en fonction depuis le 1er décembre 2019, Elisa aura démontré ses compétences professionnelles et humaines tout au long de ces années pour contribuer à l'accompagnement bienveillant des Résidants. Nous la remercions très chaleureusement pour son implication au quotidien et nous lui souhaitons pleine réussite dans la poursuite de sa carrière professionnelle ainsi que dans sa vie personnelle. Elisa sera à mise à l'honneur au mois de mai, à l'occasion d'un apéritif qui lui sera dédié !

FÉLICITATIONS : FORMATION RÉUSSIE !

Annabelle KEFF
Infirmière

Fabien FOURNIER
Infirmier

Nous félicitons nos deux collaborateurs pour la réussite de leur formation !

Examens cliniques, Options EC de l'Aîné et soins des derniers jours

HES Santé - Social Genève

JE ME PRÉSENTE

COLLABORATEURS

Sabila FECIANE
Aide-soignante

Bonjour, je m'appelle Sabila, je vais sur mes 27 ans. Je suis née à Annecy en France, d'une maman franco-italienne et d'un père algérien.

Je suis la dernière d'une fratrie de 7 enfants. J'ai grandi avec comme modèle ma mère. Ma maman était une personne qui appréciait l'être humain et donc, c'est naturellement qu'elle aidait des personnes au quotidien, j'ai le souvenir qu'à chaque fois qu'on se baladait en ville, ma mère finissait toujours par aider des inconnus âgés dans la rue, comme par exemple, leur porter leurs courses.

Elle finit par en faire un métier en devenant aide a domicile, c'est donc très naturellement que je me suis également dirigée vers un métier d'aide à la personne.

Grâce à mon métier d'aide-soignante, j'ai pu travailler avec plusieurs types de publics, enfants, adolescents en situation d'handicap ainsi que des personnes âgées.

Tout au long de ma carrière, les personnes dont je m'occupais m'ont beaucoup apporté, j'apprécie entendre leurs récits. J'aime apprendre et c'est pour cela que j'essaye de voyager le plus possible, découvrir d'autres façons de penser, d'autres cultures, c'est tellement enrichissant.

J'ai eu la chance de visiter plusieurs pays dont l'Algérie, l'Italie, l'Espagne, la Hollande et un peu partout en France. Cette année, mes prochaines découvertes sont la Grèce ainsi que le Japon. J'ai hâte !

J'ai choisi de travailler en EMS car, pour moi, je pense que chaque Résidant a beaucoup à m'apprendre, chaque personne a un chemin de vie différent et c'est passionnant.

Je suis une grande fan d'histoire, je trouve qu'il est important de connaitre le passé pour comprendre le présent. J'essaye de me documenter pour en apprendre le plus possible sur l'histoire des pays.

Si vous avez envie de me raconter votre vécu, ça sera avec grand plaisir que je vous écouterai !

Le mot de la fin : ne pas oublier que toute arrivée à son départ !

Thaïs LINDER
ASE

Lorsque j'avais 15 ans, j'ai eu la chance de pouvoir travailler lors des weekends et des vacances scolaires en tant que femme de ménage dans une maison de retraite à Hermance. À la fin de ma scolarité, j'ai réussi le concours d'entrée aux arts déco, j'ai toujours aimé créer, imaginer et fabriquer. Mais je me sentais très seule dans mon atelier. Lorsque j'ai décidé de changer de métier, j'ai pu retourner travailler en EMS, cette fois dans le domaine du service. Cela m'a tellement plu que j'ai entamé une formation dans l'Hôtellerie. Je me suis rendue compte après 2 ans que ce qui m'avait attiré dans ce domaine, c'était la proximité avec les personnes et non le métier lui-même. J'ai trouvé un poste dans une maison de retraite à Carouge, où j'ai pu travailler quelques années dans plusieurs secteurs (lingerie, hôtellerie, réception, restauration.) Puis je me suis demandé : « Quel est le moment de la journée que les Résidants aiment le plus ? » les Résidants eux-mêmes m'ont répondu que c'était lors des activités diverses proposées. Alors à 28 ans, j'ai commencé la formation d'ASE. Même s'il m'a fallu du temps pour trouver ma voie, je n'ai aucun regret sur mon parcours car il me permet aujourd'hui de rassembler toutes mes connaissances dans un domaine qui me plaît et de travailler en pluridisciplinarité en prenant en compte le travail et les besoins de chacun.

Née à Genève, à la campagne près du lac, c'est les pieds dans l'eau que j'aime me ressourcer. Je ne m'imagine pas vivre loin de lui. Lorsqu'il devient trop froid, je pars en forêt à la cueillette des champignons, une grande histoire de famille.

J'ai trop de passions pour toutes les combler. J'écris quelques nouvelles, je peins, je transforme des meubles, je bricole, je décore. En ce moment, j'apprends la Salsa avec un ami et je prépare une œuvre pour un concours de sculpture auquel je me suis inscrite.

Mon rôle au sein des Marronniers en tant qu'ASE est de pouvoir apporter aux résidents du bonheur, des découvertes et du soutien dans cette étape de leur vie .

LE MOMENT DU SOUVENIR

NOS PENSÉES POUR

MADAME MARLÈNE SALAMA

Née en Egypte, le 31 octobre 1946. Madame a fait des études socio-économiques à Lausanne, elle a travaillé dans la mode et donné des cours de langue à Turin. Elle parlait couramment plusieurs langue, don l'italien qu'elle affectionnait particulièrement.
Nous garderons le souvenir de son grand sourire chaleureux, de sa gentillesse et de ses chants joyeux.

MADAME MARIANNE RAEMY

Née en Autriche le 20 décembre 1935, Madame a eu une fille et deux petites filles. Madame était femme au foyer et nous racontait qu'elle a eu beaucoup de plaisir à s'occuper de ces petites filles. Madame était une femme souriante, qui avait également beaucoup d'empathie pour les gens, elle ne se plaignait jamais. Madame Raemy était active au sein des Marronniers, elle aimait faire la cuisine et nous partageait ces recettes telles que les Knödel, toujours la main à la pâte pour nous donner un coup de pouce.

MADAME ARLÈNE L'HUILLIER

Née à Genève le 03 mai 1938, Mme a quitté son travaille d'assistante de direction pour se consacrer à la rénovation de sa maison. Elle aimait beaucoup la nature, particulièrement les balades quotidiennes et le jardinage. Mme aimait aussi naviguer en voilier sur le lac avec son mari.
Nous nous souviendrons de sa douceur et de son extrême gentillesse envers le personnel et les résidents des Marronniers.

MADAME CLAUDINE SCHNEIDER

Née à Paris, le 10 mai 1938. Elle est venue en Suisse après son mariage. Son mari était d'origine de Bâle. Elle a 2 filles : Corinne qui habite dans le canton de Fribourg et Véronique qui habite à Genève.
Mme était secrétaire de direction. D'abord dans un bureau d'architecte et ensuite dans des banques. Nous nous souviendrons de son amour pour les chats.

L'INSTANT JUDAÏSME

Les aumôneries évoluent avec la société

© Article HUG MAG

À la mission des aumôniers et aumônières vient désormais s'ajouter l'accompagnement et l'écoute spirituelle, au-delà des confessions religieuses, pour les personnes hospitalisées mais aussi les collaborateurs et collaboratrices de l'Hôpital.

Si l'aumônerie a longtemps été pensée comme réservée à la sphère religieuse et à la fin de vie, c'est une réalité tout autre qui se découvre aux HUG. En effet, le métier d'aumônier et aumônière évolue constamment avec la société afin de rester au plus proche des convictions et choix de chacun et chacune.

Aujourd'hui, le soutien apporté s'adresse également aux personnes qui ne se sentent pas forcément connectées au religieux. « Il s'agit d'un travail d'écoute pour accompagner et aider l'autre à exprimer ses difficultés lorsque le sens qu'il donne à sa vie, ses valeurs, ses croyances ou son identité est bouleversé », décrit Evelyne Oberson, aumônière aux HUG et responsable de l'aumônerie catholique de Cluse-Roseraie. « La dimension humaine et la solidarité sont au cœur de ce que nous faisons. Parfois une simple présence suffit au-delà des prières, cela dépend des besoins de la personne », précise Eric Ackermann, aumônier israélite.

Un travail au plus près des unités

L'hôpital peut remettre en cause nos certitudes ou, au contraire, faire émerger des ressources insoupçonnées. Comprendre la réalité des patients et patientes, des proches et des équipes médico-soignantes est donc essentiel. Le moyen pour y parvenir ? Aller sur le terrain. Les membres de l'aumônerie se rendent directement dans les unités, donnant lieu à des échanges informels. Traverser les couloirs permet ainsi de tisser des liens et d'établir une relation de confiance.

Car il s'agit d'un autre aspect du métier. Celui-ci ne s'adresse pas uniquement aux personnes hospitalisées, mais aussi aux membres du personnel. « J'aide les patients et leurs proches à accomplir leurs rituels selon les règles établies en Suisse et je permets aux soignants de comprendre leurs manières de réagir. En plus de la dimension religieuse, mon rôle est de créer des ponts de compréhension des deux côtés » explique Dia Khadam, aumônière musulmane.

« Les équipes nous connaissent et cela fait apparaître de nouvelles demandes », développe Giovanni Fognini, aumônier catholique. « J'ai par exemple eu l'occasion de marier certains collaborateurs ou de baptiser leurs enfants ». Cette position, à la fois partie prenante de l'hôpital et extérieure au corps médical, permet aux collaborateurs et collaboratrices de se livrer plus librement.

Un autre regard

Durant la première vague de Covid-19, la demande de soutien a été plus forte et la garde des aumôneries renforcée avec deux personnes disponibles par jour. Ce besoin d'attribuer du sens à ce qui nous arrive s'illustre également par l'existence de l'Espace de ressourcement , inauguré le 18 septembre 2019. « Les HUG ont le souci de mettre les patients au centre et de travailler de manière interdisciplinaire. Le rôle des aumôniers s'inscrit dans cet objectif. Nous pouvons apporter un autre regard sur la prise en soins. Car celle-ci, au-delà du médical, comporte aussi une dimension spirituelle », conclut Evelyne Oberson.

A écouter : « Les défis des aumôneries en Suisse », RTS

Une équipe de plus de quarante personnes

Au total, les aumôneries des HUG sont composées de 41 personnes représentant les confessions catholique, protestante, orthodoxe, musulmane et juive. Les femmes y sont par ailleurs toujours plus nombreuses et représentent environ les deux tiers du personnel des aumôneries.

LA RECETTE DE LA CHEFFE

Estelle THOMAS
Cheffe de Cuisine, EMS Les Marronniers

CRUMBLE FRAISES ET RHUBARBE

pour 4 personnes

Dans votre panier

- 500g de fraises
- 200g de rhubarbe fraîche
- 100g de sucre
- 50g de beurre
- 50g de farine
- 50g de poudre d'amande

Préparation

1. Faire macérer toute une nuit la rhubarbe coupée en petits dés avec 50g de sucre.
2. Le lendemain, la faire compoter 10mn sur feu doux puis laisser refroidir.
3. Découper les fraises en petits cubes et les mélanger à la rhubarbe.
4. Disposer la préparation dans des 4 ramequins.
5. Faire le crumble en mélangeant le beurre froid, le sucre, l'amande et la farine.
6. Disposer votre crumble sur vos ramequins contenant votre masse aux fraises et rhubarbe.
7. Préchauffer votre four à 180°C, enfourner vos ramequins et cuire pendant 15mn.

Bon appétit !

LES PROCHAINS RENDEZ-VOUS

AGENDA PRINTEMPS 2024

AVRIL

Jeudi 4 avril	Vente de vêtements
Dimanche 7 avril	Le duo Brunetti
Lundi 22 au mardi 30 avril	Fête Pessa'h

MAI

Du 29 mars au 12 mai	Fête de la Tulipe
Dimanche 5 mai	Sandrine et sa guitare
Lundi 27 mai au vendredi 31 mai	Vacances à Rolle

JUIN

Lundi 3 juin	Chorale Mouvement des Aînés
Jeudi 6 juin	Soirée Familles
Lundi 17 au dimanche 23 juin	Semaine à thème Euro Foot

VACANCES
À
ROLLE

EMS LES MARRONNIERS

L'EMS Les Marronniers offre une qualité de vie et d'accompagnement individualisés pour les personnes dont le maintien à domicile n'est plus possible, soutenus par une équipe interdisciplinaire professionnelle et bienveillante.

La philosophie des soins dans notre établissement, les stratégies et les actions interdisciplinaires se fondent sur les désirs, les besoins et les ressources des Résidants et de leur entourage tout en tenant compte des limites de chacun.

Le bâtiment est composé de 63 chambres individuelles d'environ 25m², réparties sur 4 étages, au centre d'un parc arboré. Le concept architectural répond aux besoins des personnes souffrant de désorientation et aux mécanismes liés au vieillissement.

L'EMS Les Marronniers est un lieu ouvert, les visites sont libres et laissées à l'appréciation des familles et des proches.

9, chemin de la Bessonnette 1224 Chêne-Bourgeries

T 022 869 26 26 info@marronniers.ch www.marronniers.ch

PROCHAINE PARUTION LE 21 JUIN 2024