



La Source de la Grande-Fontaine

- Édition du 13 déc. 2023 -



Mot d'accueil

Les feuilles d'automne emportées par le vent.
En rondes monotones tombent en tourbillonnant.

Photo de couverture par Monsieur Daniel Plumettaz

Mot du directeur

Chers Résidents, chères Résidentes et chers Proches,

C'est avec un grand plaisir que je prends la plume pour vous partager quelques faits marquants de ces dernières semaines dans notre EMS à l'approche de la fin de cette année riche en événements.

En cette période de festivités, nos résidents se préparent activement pour célébrer les fêtes de fin d'année. Les couloirs résonnent de rires et d'effervescence, tandis que nos espaces communs se parent de mille feux pour créer une ambiance chaleureuse et réconfortante. C'est un moment privilégié où chacun, résident et personnel, contribue à faire de notre EMS un lieu empreint de convivialité.

Par ailleurs, nous sommes actuellement en pleine période d'enquêtes de satisfaction, visant à recueillir vos retours précieux sur la qualité des services que nous offrons. Votre opinion compte énormément, et ces évaluations nous aident à améliorer constamment notre accompagnement pour mieux répondre à vos besoins et attentes. Merci de prendre le temps de partager vos réflexions avec nous.

La "Journée Osez tous les Métiers" (JOM) a rencontré un beau succès. Cet événement a permis à des jeunes de découvrir différentes professions, créant ainsi des opportunités d'échanges enrichissants. Les jeunes participants ont été source d'inspiration, apportant une énergie positive et une perspective nouvelle à nos équipes.

Je tiens à exprimer ma reconnaissance auprès des résidentes et résidents ainsi que de leurs proches pour leur présence et leur contribution à la vie dynamique de notre établissement. Votre présence et votre engagement font de notre EMS un lieu unique et inclusif pour toutes et tous.

En cette période de célébrations, je tiens à exprimer ma profonde gratitude envers toute notre équipe pour leur travail.

Joyeuses Fêtes à tous, que ces moments festifs soient empreints de bonheur, de partage et d'amour et que la nouvelle année soit porteuse de moments lumineux et d'opportunités enrichissantes.

Thierry Michel



A la découverte des feuilles d'automne qui tombent

Quand vient le printemps, nous pouvons admirer les arbres en fleurs mais, quand le vent vient leur rendre visite, les pétales tombent en douceur ce qui donne un doux tapis blanc afin, que le vent poursuive son travail.

Nous les êtres humains nous aimerions être aussi forts qu'un chêne.

Quand l'automne apparaît, la forêt se transforme en habits d'apparat avec des couleurs chatoyantes.

En ce moment, le vent vient avec force pour préparer les branches dénudées en attendant que l'hiver fasse son apparition avec son blanc manteau.

Madame MICHAUD

Quiz

1) De combien de muscles le corps humain est-il constitué

- 439 muscles
- 539 « «
- 639 « «

2) Dans une Piperade, lequel de ces légumes ne rentre pas dans sa composition

- La courgette
- La tomate
- l'Oignon

3) Quel est le plus vaste océan de notre planète

- l'Atlantique
- l'Arctique
- le Pacifique

4) De quel animal la hase est-elle la femelle

- Le lièvre
- Le chevreuil
- Le sanglier

5) De quelle nationalité était Wolfgang Amadeus Mozart

- Tchèque
- Autrichienne
- Allemande

6) Quelle est la capitale du Maroc

- Marrakech
- Casablanca
- Rabat

Expressions

1) Tenir la _____

2) Avoir la bosse des _____

3) Montrer patte _____

4) Avoir vu le _____

5) Les doigts dans le _____



Vie dans la maison: Fouinette et les résidents

Fouinette en charmante compagnie.



Atelier cuisine : caramels à la crème

Les caramels sont collants mais délicieux.



Décoration de table

Avec des bois flottés, nous pouvons les transformer en décoration.



Sortie au domaine des Afforêts

Boire un petit coup c'est agréable: chasselas, pinot noir, rosé de gamay, cabernet franc, assemblages etc...

Nous remercions la famille de Madame Noëlle Favre de nous avoir si bien accueillis dans leur domaine des Afforêts pour une dégustation. Superbe ambiance dans ce carnotzet!



Nous sommes fiers d'avoir pu rencontrer l'un des vigneron-tâcheron couronné à la fête des vignerons.

En effet, Jean-Noël Favre a reçu cette distinction lors de la dernière fête en 2019. Le tâcheron a prêté sa couronne aux résidents.



Sortie à la Pelouse : Départ de Sœur Andréa

Nous remercions sœur Andréa de nous avoir reçu dans le beau paysage de la Pelouse. Nous lui souhaitons une bonne continuation.



Journée Oser tous les Métiers

Les enfants des collaboratrices et collaborateurs ont eu l'occasion d'accompagner leur parent (ou proche) au travail pendant la "Journée Oser tous les Métiers" (JOM). Ils ont pu découvrir ainsi les différents métiers.



Journée Oser tous les Métiers

Les jeunes sont venus découvrir le métier de leur parent et nous avons eu le plaisir de faire différentes activités (atelier mandala, jeux de société, danse assise) avec eux.



Intergénérationnel avec MATAS l'accroche

Nous avons concocté un tiramisu avec les jeunes. Nous avons ensuite pu le déguster comme dessert, lors du repas avec eux.



Concert de la chorale le Lien d'Aigle

Nous avons pu profiter d'un concert en plusieurs langues (en français, en allemand, en romanche, en anglais et en italien).

Nous remercions la Chorale du Lien pour ce concert.



Journée à thème : Portugal

Ce samedi 18 novembre a eu lieu, à l'EMS, une journée à thème sur le Portugal. Elle a débuté par une lecture de contes et légendes du pays ainsi qu'un exposé permettant de découvrir les joyaux du pays. Ces 2 activités ont eu du succès auprès des résidents.

Pour le repas de midi, la brigade de cuisine avait concocté un menu 100% portugais, qui a su épater plus d'un résident.

Enfin, pour clôturer cette journée à thème, nous avons eu la chance d'accueillir le Groupe Folklorique de Martigny « Les Rancho » pour une prestation unanimement appréciée. Après avoir démarré avec le groupe des enfants, nous avons eu droit à une prestation des adultes puis les 2 groupes se sont rejoints. A la fin de la représentation, ils ont proposé à quelques résidents de les rejoindre afin de faire une danse tous ensemble. Ce fut un beau moment de franche camaraderie !

Après tout cela, ils avaient bien mérité une collation à la Place du Village. Malgré la représentation d'une heure qu'ils venaient de produire, les musiciens ont poursuivi l'animation pendant le goûter, et ils ont même régalié les résidents d'un quartier pour une dernière danse avant de rejoindre leurs foyers respectifs.

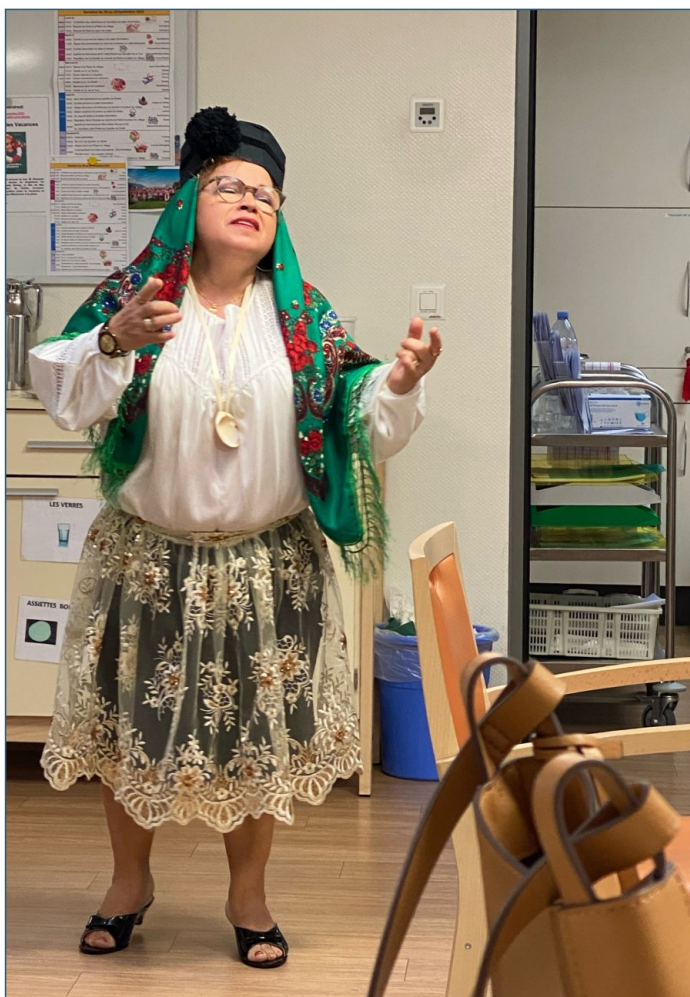


Menu en portugais:

Pão de milho e azeitonas
Sopa de grão de bico e abóbora
Salada verde, tomates e cebola
Bacalhau com natas
Pastel de natas

Menu en français

Pain au maïs et olives
Soupe de pois chiches et potirons
Salade verte, tomates et oignons
Morue à la crème avec pommes de terre
Tarte à la crème



Merci à Albertina (collaboratrice du service hôtelier) et qui a interprété plusieurs chants de Fado*.

Fado*un genre musical portugais constitué de chants populaires aux thèmes mélancoliques accompagnés d'une guitare à cordes pincées

Journée à thème : Portugal



Nous avons apprécié cette harmonie familiale et cette musique très entraînante ou nous avons pu faire quelques pas de danse en leur compagnie.

Nous remercions le groupe folklorique de Martigny « Les Rancho » pour ce moment très convivial.



Atelier cuisine: Biscuits de Noël

Avec la pâte à biscuit, nous avons pu créer plusieurs formes de biscuits, pour la vente du marché de Noël.





Clown relationnel

Nous avons accueillis 6 clowns parmi nous. Ces "nouveaux-nez" font leur formation de clown relationnel dans l'association Auguste.





Contes improvisées

Les talents d'un comédien improvisateur. Il crée une histoire subjugante avec des spectateurs captivés. Il y a une interaction entre les spectateurs et le comédien.

Nous remercions Xavier Alfonso pour ce moment convivial.



Salon des métiers et des formations

Le salon des métiers a eu lieu à Beaulieu du 21 au 26 novembre. Nos apprentis Juliana (ASE) et Rafael (ASSC) ont eu la chance de pouvoir y participer pendant une journée afin de promouvoir leur métier et de partager leurs expériences.



Comité du jour de Noël

Lors du rassemblement du comité, ils ont choisis les cadeaux pour les résidents.



Atelier culinaire: rocher au chocolat

Attention c'est tellement bon, que le chocolat peut donner une indigestion.





Atelier culinaire: fondant au chocolat

Seulement les voir, donne l'eau à la bouche.





Décoration fenêtre de l'Avent

Nous avons le plaisir de faire les décoration pour illuminer cette première fenêtre de l'Avent.



Don d'écrans d'ordinateur

Nous tenons à remercier chaleureusement **la Régie et Fiduciaire Turrian à Villars** pour le don de 12 écrans d'ordinateurs qui vont nous permettre de moderniser notre parc informatique. Nous avons actuellement un projet d'optimisation de nos installations informatiques et ce don nous est précieux. Si vous aussi vous souhaitez faire un don et nous soutenir vous pouvez le faire en contactant notre réception.



Portrait de Célia, auxiliaire de santé

J'ai 53 ans, je suis de base assistante dentaire, au bout de 25 ans de métier, j'ai ressenti le besoin d'aider les plus vulnérables.

J'ai fini ma formation d'auxiliaire de santé en 2017 et, j'ai fait mon stage à la Résidence à Bex pour y être ensuite engagée.

Je suis heureuse de donner le meilleur de moi-même car j'aime aider mon prochain.

Célia

L'orange des orphelins (Charles Dickens)

Très jeune, je venais de perdre mes parents et fut mis dans un orphelinat proche de Londres. Il ressemblait plutôt à une prison. Nous devions travailler 14 heures par jour – au jardin, à la cuisine, à l'écurie, à la campagne. Pas une seule journée nous apportait un changement et de toute l'année il n'existait qu'une seule journée de repos : C'était le jour de Noël.

Ce jour-là chaque orphelin ne recevait qu'une orange pour la fête de la naissance du Christ. C'était tout, pas de friandises, pas de jouets. Mais cette orange était seulement destinée à ceux qui l'année durant étaient obéissants et sans fautes. Cette orange devenait le désir ardent de toute une année.

Ainsi est de nouveau arrivée la Fête du Christ. Mais elle représentait pour mon cœur de petit garçon la fin du monde. Pendant que les autres garçons défilaient devant le Père directeur et que chacun récoltait son orange, je devais moi me tenir dans le coin et regarder le spectacle. C'était la punition pour être parti un jour en été pour fuir ce lieu.

Lorsque les oranges furent distribuées, les autres garçons pouvaient aller jouer dans la cour. Mais moi, je devais me rendre au dortoir et rester couché toute la journée sur mon lit. J'étais très triste et honteux. Je pleurais et ne voulais plus rester en vie.

Au bout d'un moment, j'entends des pas dans la chambre. Une main tirait loin la couverture sous laquelle j'étais caché. Un petit garçon qui s'appelle William était devant mon lit et tenait une orange dans sa main droite et me la tendait. Je ne savais pas ce qui m'arrivait. D'où venait cette orange supplémentaire ? Je regardais William et l'orange et me rendait compte qu'il s'agissait de quelque chose de très particulier. J'avais observé que cette orange était déjà pelée et lorsque je regardais de plus près, tout devenait clair et mes yeux se remplissaient de larmes. Lorsque je tendais les mains, j'étais conscient de devoir prendre ce fruit avec précaution afin qu'il ne tombe pas en morceaux. Qu'est-ce qui s'était passé ?

Dix garçons se sont rassemblés dans la cour et ont décidé chacun que je devais aussi avoir droit à une orange. Ainsi chacun détachait un quartier de son orange et ils les ont remis ensemble pour présenter ce beau fruit rond. Cette orange fut le plus beau cadeau de ma vie. Elle m'apprenait combien une amitié vraie peut être une authentique consolation.

Beau Noël à tous !

Sœur Verena, La Pelouse

Permanence téléphonique cantonale

Le département de la santé et de l'action sociale a mis en place une permanence téléphonique pour orienter les résidents en cas de conflit, plainte ou doléance lorsqu'aucune solution n'a pu être trouvée directement avec les professionnels concernés:

021 316 09 87 ou orientation.doleances@vd.ch

www.vd.ch/plaintes-sante-social

Citations et proverbe

CITATIONS

1) Si nous avons le courage de les poursuivre, tous les rêves deviennent réalité. Walt Disney

2) Quand une porte se ferme, une autre s'ouvre. Miguel de Cervantes

3) Rester immobile ne sert à rien, allons de l'avant le sourire aux lèvres. Robert Baden-Powell (inventeur du scoutisme).

PROVERBE

Il faut battre le fer pendant qu'il est chaud. Rabelais



Agenda

Pour les résidents :

Lundi 18 décembre : Chant de Noël dans les quartiers avec la classe d'accueil

Mardi 19 décembre : loto à la salle à manger à 15h00

Jeudi 21 décembre : Journée des contes avec les élèves des classes de Bex, toute la journée dans les quartiers.

Vendredi 22 décembre : passage du Père Noël de la commune dans les quartiers dès 16h00

Lundi 25 décembre : fête de Noël : menu de fête à midi suivi du passage du Père Noël et d'un concert de chant lyrique dans les salons l'après-midi.

Lundi 1er janvier : Menu de fête pour le repas de midi suivi du bal de Nouvel An à la salle à manger à 16h00.

Jeudi 18 janvier : Goûter de départ en retraite des coiffeuses Yvette et Fabienne à la Place du village à 15h30

Mardi 30 janvier : repas des anniversaires du mois de janvier au café-restaurant à 11h45



Agenda

Pour les familles :

Mardi 19 décembre : loto à la salle à manger à 15h00

Fêtes de fin d'années :

- Lundi 25 décembre : fête de Noël : menu de fête à midi suivi du passage du Père Noël et d'un concert de chant lyrique dans les salons l'après-midi.
- Lundi 1er janvier : Menu de fête pour le repas de midi suivi du bal de Nouvel An à la salle à manger à 16h00.

Vous pouvez d'ores et déjà réserver votre table auprès du restaurant au 024/463.91.66 ou sur <https://emschablais.ch/bex/restaurant/>

Jeudi 11 janvier : Fondue à la salle à manger à 12h00

Voici le Menu de Noël servi le 25 à midi

Consommé au porto

Filet mignon de porc en croûte

Jus corsé

Pommes Williams

Fagots de haricots au lard du valais

Bûchette de Noël nougat et framboise

Biscuits de Noël

Et voici le Menu servi du 26 au 31 à midi en plus du plat du jour au restaurant.

Consommé au porto

Filet mignon de porc

Sauce aux morilles

Pommes Williams

Fagots de haricots au lard du valais

Bûchette chocolat et caramel au beurre salé

Biscuits de Noël

CHF 35.- Menu complet

CHF 25.- Assiette et biscuits

Menu du 1er janvier. A réserver sans tarder: 024 463 91 66

Pour le 1er janvier à midi, le Chef Noé Kohler et sa brigade vous proposent:

Crème de panais et mousseline à l'érable

Filet de veau rôti

Sauce aux Morilles

Gratin dauphinois

Terrine de légumes

Parfait glacé au Grand Marnier

Menu complet CHF 35.-

Assiette et Café/thé CHF 25.-

Ce menu sera aussi proposé à midi en plus du plat du jour au restaurant du 2 au 7 janvier 2024.



Nouvelles de notre salon de coiffure

Yvette, notre coiffeuse depuis de nombreuses années, a décidé de prendre une retraite bien méritée au 31.12.2023. Nous aurons l'occasion de la remercier lors d'un apéritif courant janvier.

C'est Sandrine Naigeon qui viendra dès le 3 janvier pour la remplacer et reprendra sa clientèle. Sandrine est déjà venue à de nombreuses reprises dans notre établissement. Elle a son salon sur la place de Bex. Elle interviendra le lundi de manière générale, sauf les jours fériés où elle interviendra le mercredi.

Les tarifs vont être adaptés et seront les mêmes pour les deux coiffeuses.

Nous aurons donc un tandem Corinne-Sandrine pour les mois qui viennent. Nous leur souhaitons le meilleur pour l'année à venir.

Si vous avez des questions sur ce changement, merci de vous adresser à la réception.

Arrivées & anniversaires

Les résidents et résidentes ayant fêté leur anniversaire au mois de Novembre:

Madame Rosina Micheline, le 7 novembre

Madame Marti Florence, le 10 novembre

Monsieur Baud Raoul, le 24 novembre

Bienvenue à :

Monsieur Chevalley Jean-Pierre au quartier du Soleil

Madame Keller Asonja au quartier du Vergers

Monsieur Haldi Robert au quartier du Rubis

Monsieur Ast Rudolf au quartier du Soleil

"Merci" aux membres du personnel ayant terminé leur activité

Madame Luna Bernard dès le 4 novembre en tant qu'apprentie ASE.

Madame Claire Bornand dès le 30 novembre en tant qu'ASE au CAT.

Madame Szilvia Gergely dès le 30 novembre en tant qu'auxiliaire de santé au hameau de la Violette.

Monsieur David Nansoz dès le 30 novembre en tant qu'auxiliaire de santé au hameau de la Violette.

"Bienvenue" aux nouveaux membres du personnel

Madame Zoulikha Bendaikha dès le 6 novembre en tant qu'auxiliaire de santé au hameau de la Violette.

Madame Cristale Rusca dès le 6 novembre en tant qu'assistante en soin et accompagnement au hameau de la Violette.

Madame Carla Gomes Pereira Lopes dès le 13 novembre en tant qu'auxiliaire de santé durant 6 mois dans le cadre de sa formation Héviva.

Réponses du Quiz

1) 639 muscles

Dont :

les pectoraux, les deltoïdes, les trapèzes, les biceps, les triceps, les dorsaux, les quadriceps, les fessiers, les abdominaux, l'avant-bras, les mollets, les ischio-jambiers.

Ces muscles sont essentiels pour l'humain.

2) La courgette

Est de la famille des cucurbitacées.

C'est un légume important pour les muscles – la pression sanguine – les os.

La piperade est composé de tomates, oignons, poivrons, piment d'Espelette et piment d'Anglet.

3) L'océan Pacifique

Il comporte deux océans :

Le Pacifique Nord

Le Pacifique Sud

C'est le navigateur Magellan qui lui a donné ce nom en raison des eaux calmes qu'il y rencontre.

4) Le Lièvre

Est un animal sauvage herbivore.

Il se distingue par des oreilles plus longues que le lapin.

La femelle s'appelle : La Hase

Le mâle : Bouquin

Le petit : Levraut

Il vit dans des gîtes.

Il dort les yeux ouverts car en cas de dangers il peut fuir rapidement.

5) Autrichienne

Mozart un musicien de génie, est né à Salzbourg.

Virtuose du clavecin et du violon.

Il a créé vingt-quatre opéras.

Compositeur précoce dès l'âge de 7 ans.

6) Rabat

Capitale du Maroc.

Elle est située au bord de l'océan Atlantique.

La ville a été fondée au XIIème siècles par les Berbères.

Réponses des expressions

- 1) Tenir la **chandelle**
- 2) Avoir la bosse des **études**
- 3) Montrer patte **blanche**
- 4) Avoir vu le **loup**
- 5) Les doigts dans **le nez**

Recherche témoignage

Le comité du journal de maison est à la recherche de témoignages en tous genres : anecdotes de vie, recettes de cuisine, trucs et astuces, poésies, blagues, légendes, récit de voyages... Merci de vous annoncer auprès du comité. Au plaisir de vous rencontrer!

Le comité du journal de maison « La Source de la Grande-Fontaine. »

Source des images ou des textes

fête des vignerons: https://issuu.com/obristvins/docs/2019.08_mailing-special-couronn_s_fr