

MARS
2025

Journal
pour les habitants des EMS
de la Fondation

LE MESSAGER

Table des matières

MESSAGE DU DIRECTEUR GÉNÉRAL	4
■ EMS ROZAVÈRE	8
Événements	10
Portraits	12
Articles	14
■ EMS MEILLERIE	18
Événements	20
Portraits	22
Articles	24
■ EMS L'ORIEL	28
Événements	30
Portraits	32
Articles	34
PHOTO DU MOIS	36
MESSAGE DU COMITE	37
JEUX	39

MESSAGE DU DIRECTEUR GÉNÉRAL

À travers le partage entre générations, la présence réconfortante des animaux en EMS, les festivités chaleureuses de l'automne et l'espoir renouvelé du passage à la nouvelle année, nous tissons des liens qui enrichissent nos vies en apportant joie et sérénité à chacun et chacune d'entre nous.

Chères résidentes, chers résidents,

À La Rozavère, chaque saison apporte des moments précieux, et ces derniers mois n'ont pas fait exception.

Entre la douceur des fêtes de fin d'année, les rencontres intergénérationnelles et les petites joies du quotidien, il y a eu mille occasions de partager, d'échanger et de profiter ensemble.

La brisolée a réuni gourmands et amateurs de traditions, tandis que Noël et le Nouvel An ont apporté leur magie, leurs surprises et leur lot de souvenirs.

Les visites des enfants du Centre de Vie Infantile de la Grangette, quant à elles, ont créé de vrais instants de complicité, où rires et tendresse se mêlent pour faire disparaître les années qui nous séparent.



Et puis, il y a aussi les animaux, qui ont pris une place toute particulière au fil des jours : à travers la zoothérapie, chiens, oiseaux et même un cheval, viennent apporter réconfort et apaisement.

Nous avons à cœur de varier les activités et les moments de partage selon vos envies, car c'est avant tout votre quotidien que nous cherchons à enrichir.

Notre objectif n'est pas d'être les meilleurs, mais de nous améliorer un peu plus chaque jour, en nous inspirant de vos retours et de ce qui vous fait plaisir.

Vos avis, vos idées et vos ressentis sont précieux : ils nous permettent d'avancer ensemble et de faire de La Rozavère un lieu qui vous ressemble.

Lorenzo Picariello – Directeur général

The image features a solid blue background. On the left side, there is a white line-art graphic consisting of several overlapping, curved shapes that resemble a stylized human profile or a series of connected arcs. The lines are thin and elegant, creating a modern, minimalist aesthetic.

EMS ROZAVĚŘE

Evénements



LA BRISOLÉE DU 7 NOVEMBRE 2024

La fête de la brisolée est enfin arrivée ! Les lausannois n'ont pas coutume de savourer des marrons chauds, mais à La Rozavère, il est d'usage, chaque année, de faire de cette fête un événement spécial.

Il y avait foule ce jour-là au restaurant pour la dégustation des châtaignes accompagnées de diverses variétés de fromages et de charcuterie.

Un bon repas comme il se doit, moment de partage dans une ambiance musicale très appréciée par le choix des musiques notamment.

Au sein du bâtiment R3, un musicien s'est promené dans les étages, égrainant des airs qui ont participé de faire de ce repas un moment convivial et chaleureux.

Simérie Granges – Assistante socio-éducative



Les traditions du Nouvel An : Moments de discussion en image à la salle Fontaine sur les us et coutumes célébrant la nouvelle année.



Les grands moments de l'année 2024 : le 1 janvier 2025, nous passons en revue les événements marquants de l'année 2024. Les habitants ont bien apprécié.



Ce Noël a été rempli d'émotion, de rires et de musique. Ce fut un grand moment de partage.



Les cadeaux ont été très appréciés par les habitants, qui nous ont remerciés.

Evénements



LA VENUE DES ENFANTS DU CENTRE DE VIE ENFANTINE DE LA GRANGETTE

En 2024, une fois par mois, un joyeux groupe de « pitchouns » et certains de nos habitants se sont rencontrés à la salle Fontaine; moments de partages très attendus. Les sons s'entremêlent alors dans l'air, comme une mélodie d'entraide et de joie collective. Les rires sont constants, les regards bienveillants, et les gestes empreints de douceur. L'enthousiasme des enfants redonne une énergie nouvelle aux habitants. Ces rencontres créent un bonheur indescriptible. Au moment de partir, une question collective est posée : « On se revoit quand ? ».

Yves-Daniel Essomba - Aide animateur



DES PONTS ENTRE LES GÉNÉRATIONS

C'est sous l'impulsion et la persévérance de Mme Houlache, en formation d'éducatrice de l'enfance au Centre de vie enfantine de la Grangette, que ce projet a vu le jour et a été accueilli par notre Direction. Ces instants créent des ponts invisibles entre les générations, effaçant les barrières du temps et des différences. Pour les aînés, ils contribuent, entre autres, à raviver la mémoire, à stimuler les capacités cognitives et à améliorer leur humeur. Pour les enfants, ces rencontres leur enseignent le respect, l'empathie mais aussi l'écoute.

Yves-Daniel Essomba - Aide animateur

LA ZOOTHÉRAPIE

Depuis août, la Rozavère engage des employés aux allures bien particulières. En effet, l'idée de collaborer avec des animaux ne cesse de surprendre et dépasse toutes les attentes ! Accompagnés par leur maîtresse, chiens, cheval, oiseaux et cochon d'Inde constituent une équipe de zoothérapie exceptionnelle et variée. Ensemble, ces nouveaux « collaborateurs » réussissent à transformer l'environnement en un lieu encore plus chaleureux et réconfortant. C'est quoi la thérapie par les animaux ? C'est une forme de médecine douce. Grâce à leur capacité à instaurer des relations non verbales, ils créent un climat de confiance et d'apaisement. Ceux-ci contribuent à réduire le stress et l'anxiété, facilitant ainsi l'interaction. La zoothérapie est aujourd'hui reconnue comme un complément essentiel aux soins traditionnels, apportant tendresse, joie et motivation. Cette expérience est une grande source de bonheur pour plusieurs de nos habitants.

Mia Maschio – Assistante socio-éducative



Voici, en image, des habitants de La Rozavère, accompagnés du cheval thérapeutique.



Ici, Tao, un Golden Retriever qui passe le bonjour à un habitant.

Portraits



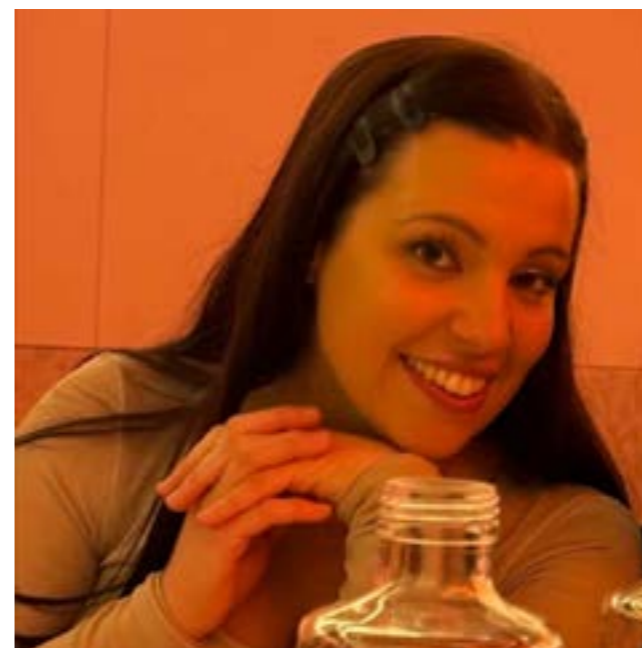
MAYOR JEAN-JACQUES Habitant

Ancien ébéniste, électricien puis constructeur de bateaux, Monsieur Mayor a exercé ces différents métiers à Neuchâtel, puis à l'île de La Réunion, en passant par Tahiti. Ce périple enchanteur a débuté à Lisbonne où il a travaillé durant deux ans pour s'offrir un voilier et réaliser ainsi son rêve d'effectuer le tour du monde.

De la mer en passant par les airs, Monsieur Mayor ne s'est pas arrêté à la voile : il a d'abord navigué durant cinq ans, puis plus tard, il a parcouru une nouvelle fois le monde en avion, durant deux ans. Amateur de peinture, il expose aujourd'hui plus de vingt-cinq tableaux dans sa chambre, offrant la possibilité aux visiteurs qui le souhaitent de venir les contempler. Qualifié de « mascotte », Monsieur Mayor est toujours prêt à aider ses voisins et participer aux activités proposées par l'animation. Il dit également apprécier la cuisine de notre Chef et de son équipe, avec une mention spéciale pour le tartare de bœuf du mercredi ! Sa maxime : « Où veux-tu aller ? Au bout de tes rêves. ».

Jordan Rat-Cacciapaglia

Assistant adjoint du service à table



MOTA DIAS SANDRA Assistante en soins et santé communautaire en psychiatrie de l'âge avancé

Sandra, c'est la bonne humeur incarnée. Un rire contagieux et une joie de vivre à toute épreuve. Sandra est une collègue en or et une soignante hors pair. ASCC depuis bientôt treize ans au sein de la Fondation, elle a su faire preuve de bienveillance et de professionnalisme pour être

aujourd'hui une personne ressource pour les collaborateurs et les habitants. D'autant plus qu'elle met son expérience au profit des apprentis qu'elle forme et guide de manière investie.

Elle sait faire preuve de compassion et possède un sens aigu de l'organisation, nous apportant par ailleurs beaucoup de sérénité en sachant notamment gérer les conflits avec diplomatie. Sandra incarne des valeurs d'empathie et d'humanité avec des compétences très appréciées en matière de coordination des soins. Maman d'une petite fille de 4 ans, Johana, elle attend son deuxième enfant dans les prochains mois. A travers cet article, je voulais lui témoigner toute ma reconnaissance pour ces années de collaboration. Merci Sandra de m'avoir formé, il y a maintenant 5 ans !

Hassan Kchta - Infirmier

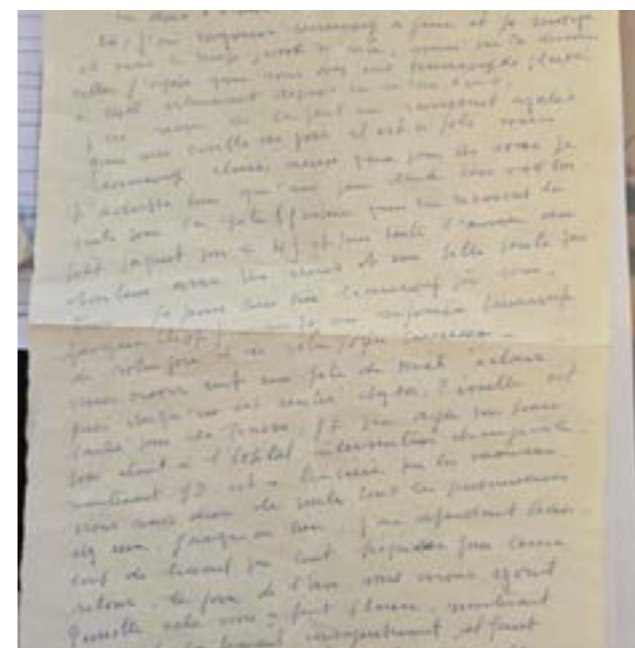
Articles



APPRENTIS AU SEIN DE LA ROZAVÈRE

La Rozavère embauche chaque année plusieurs apprentis, dans les domaines de l'intendance, des soins, de la cuisine, de l'animation, des RH et du service technique, afin de les former dans un domaine choisi. Ils suivent la partie théorique à l'école, la pratique se déroulant au sein des différents services de la fondation. Voici les témoignages de certains d'entre eux : Merveil, apprentie de 3ème année : « Je me sens à l'écoute dans mon travail, tant envers mes collègues qu'envers mes cadres, qui trouvent toujours un moyen de me soutenir et de m'accompagner dans mon activité. ». Nerea, apprentie de 2ème année : « Je me sens à l'aise dans mon équipe, le cadre mis en place me permet d'évoluer et d'en apprendre davantage. ». Marinha, apprentie de 3ème année : « Je me sens soutenue par mes collègues et je trouve qu'ils m'apportent énormément en me conseillant et en me partageant leur savoir-faire. ». Merci de nous faire confiance !

Marinha Fernandes – Apprentie Assistante en Soins et Santé Communautaire



LA LETTRE RETROUVÉE

« Ma chère,
Je dois t'écrire de mon silence et pour un cœur tel : j'ai beaucoup à faire et peu de répit. Ce temps passé m'a été, même si la dernière lettre prouve que mon sang vit toujours... ». Voici ce que l'Intelligence artificielle, communément abrégée IA, m'a aidée à déchiffrer de cette lettre datant de janvier 1965, égarée et retrouvée dans un livre lors de rangements au sein de l'un des bâtiments historiques.

Une enveloppe donne l'indication d'une adresse en Italie et d'une autre, à son dos, à Aigle.

Qui a écrit cette lettre, pour qui a-t-elle été rédigée ? Comment s'est-elle retrouvée dans ce livre ? Le reste du texte manuscrit reste un véritable mystère. La personne qui l'a écrite également, la signature étant manquante. Seule la dernière phrase peut nous donner des indices : « Adieu, mon amour de petite fille, je t'embrasse très tendrement, affectueuse contre la famille... ».

Des mots indélébiles, posés sur un papier fragilisé par les années, semblent avoir été rédigés avec une plume d'encre, tout en douceur, venant tout droit du cœur de cet auteur, peut-être un ou une ancienne habitante, avec tout l'amour qu'il ou elle portait à sa fille...

Margaux Bastian

Responsable adjointe du socioculturel



EMS MEILLERIE

Evénements



LES ENFANTS À MEILLERIE

Depuis une année, nous avons la visite des enfants de l'Ecole St-Dominique Savioz, située pas très loin de Meillerie. Chaque mardi, des enfants de 2 à 5 ans arrivent avec leurs rires et insouciance pour nous amener un peu de légèreté et de fraîcheur. Nous faisons ensemble des activités variées, telles que la lecture de contes, de la peinture, de la gymnastique, etc. Mais depuis quelques mois, il y a deux gentils intrus qui se sont mêlés aux enfants : les chiennes Rogna et Yaiy, des lévriers rescapés des courses en Espagne, qui coulent maintenant une retraite dorée en Suisse. Ces moments de partage entre générations et les animaux favorisent la communication, la mobilité et la détente de nos résidents. Il y a toujours des histoires de vie à partager, et c'est tellement plus facile de leur parler. Merci !

Cristina Silva – Animatrice

L'AMOUR INCONDITIONNEL DES ANIMAUX EN INSTITUTION

Nous avons régulièrement la visite de chiens et de chats à Meillerie et nous voyons qu'ils échangent plus ou moins directement avec les résidents. Les contacts se font très naturellement. Une professionnelle vient nous rendre visite tous les quinze jours, accompagnée de deux chiens. Leur présence favorise l'activité physique à travers des balades accompagnées de caresses généreusement dispensées. Le chat, qui porte le nom célèbre de « Michaël Jackson », vient aussi passer des moments avec les résidents, tous au petit soin pour lui. Nous faisons aussi des sorties au zoo de Servion et à Aquatis où nous pouvons observer bon nombre de spécimens différents. La rencontre avec un animal procure de la positivité, du bien-être, des émotions et de l'énergie, tout cela avec une grosse dose de tendresse pour ces amours de petites bêtes qui nous le rendent bien.

Alain Métrailler – Assistant socio-éducatif



Le chat « Michaël Jackson » est comme un pacha avec tous les résidents.



Moment de câlins et de douceur en compagnie des deux chiens qui nous visitent régulièrement.

Événements



LA DÉCORATION À MEILLERIE

Chaque année représente un défi pour trouver une idée de décoration murale au salon. Lors du comité des résidents, la majorité des personnes présentes a choisi le village du père Noël comme thème. Les petites mains travaillent pour que le jour « j », ce mur soit décoré. Nous avons une équipe qui s'occupe des sapins, une autre des petites maisons dans le village et Cristina confectionne les montagnes. Les créations sont placées juste avant le 6 décembre et tout le monde est heureux de découvrir le fruit de son travail. Le salon et les différents points de décoration dans Meillerie évoluent au gré des saisons et des fêtes annuelles. La plupart des gens qui le regarde sont toujours émerveillés par le résultat d'un travail décoratif entièrement fait à la main.

Tiago Francisco Alves - Apprenti socio-éducatif

LES FÊTES DE FIN D'ANNÉE

Cette année, les résidents de Meillerie ont choisi pour thème de la décoration : « Le village du père Noël ». Découpages, collages, ainsi que quelques touches de peinture, ont ravi les résidents qui souhaitent y participer. Le 6 décembre, tout est en place pour accueillir Saint Nicolas venu apporter ses pains d'épices maison. Le 10 décembre, le repas festif, avec la Direction, suivi d'un concert. La venue du Père Noël le 25, avec sa hotte remplie de cadeaux, a émerveillé les résidents. Émotions, rires et souvenirs sont de la partie. Pour clore cette année 2024, nous avons trinqué avec du champagne pendant le repas de la Saint-Sylvestre et nous nous ne sommes pas couchés tard, car l'âge ne nous permet plus de faire des folies. 2025 est là, avec ces nouvelles attentes, ces nouveaux souhaits et des nouvelles promesses. Nous avons partagé les premiers apéros et repas de l'année, puis nous avons dansé au son des « Cochabamba » qui ont mis une ambiance du tonnerre. Bonne et heureuse année à tous !

Cristina Silva - Animatrice & Alain Métrailler - Assistant socio-éducatif



Le Noël de Meillerie, occasion de partager un repas festif et convivial ensemble.



La venue du Père Noël et les cadeaux. Des souvenirs d'enfance qui nous font plaisir.

Portraits



VOEGELI RUTH
Résidente

Élégante et minutieuse, cette femme conjugue avec brio ses passions pour l'hôtellerie et la mode. Forte d'une expérience remarquable en tant que femme de chambre dans de prestigieux hôtels, elle a perfectionné son art du service, plaçant l'organisation et le rangement au cœur de son métier.

Chaque espace préparé par ses soins reflétait son sens du détail et son souci constant de l'excellence, témoignant d'un véritable respect pour ses hôtes et d'un amour profond pour son travail. Mais son raffinement ne s'arrête pas à l'hôtellerie.

Véritable passionnée de mode, elle excellait dans l'art de marier, avec harmonie, vêtements et bijoux. Experte en tissus, elle connaît leurs textures, leurs particularités et sait associer les couleurs avec un goût assuré et une élégance innée.

Pour elle, chaque tenue devient une œuvre d'art, un mélange subtil entre sophistication et authenticité. Sa capacité unique à allier rigueur, sensibilité et créativité, dans l'hôtellerie comme dans la mode, fait d'elle une femme singulière, réinventant sans cesse les standards avec sa personnalité et sa passion.

Tina Cikaric - Adjointe de la responsable intendance



GASHI FATIME

Le rôle de l'infirmière clinicienne (ICLS) spécialisée au sein de la fondation

L'ICLS joue un rôle central dans la supervision clinique et le soutien des équipes pluridisciplinaires au sein de la fondation. Elle participe activement au développement des compétences des collaborateurs et à l'intégration de nouvelles pratiques professionnelles.

Un de ses axes essentiels est la formation continue des professionnels. En proposant des formations sur des thématiques telles que le vieillissement, les syndromes démentiels ou la communication, l'ICLS permet aux équipes d'approfondir leurs compétences et de se tenir informées des meilleures pratiques.

En collaboration avec les cadres et les équipes de soins, l'ICLS met en œuvre les recommandations de bonnes pratiques pour garantir la qualité des prestations. Elle veille également à la mise à jour des procédures qualité, afin d'assurer des soins adaptés aux besoins des résidents.

Enfin, en tant que consultante en gériatrie, l'ICLS soutient activement le réseau de soins, en apportant des solutions pour optimiser la prise en charge des personnes âgées.

Tina Cikaric - Adjointe de la responsable intendance

Articles



RESTEZ EN SÉCURITÉ EN CAS D'INCENDIE !

En cas d'alarme incendie, votre sécurité est notre priorité.

Restez dans votre chambre et pensez à fermer portes et fenêtres. Ces gestes simples sont essentiels : les portes des chambres sont conçues pour bloquer le feu et la fumée, créant un espace sûr pour vous protéger. Les soignants viendront rapidement pour vous informer et vous aider si une évacuation devient nécessaire.

Rester calme est important : cela permet aux équipes d'agir efficacement et sans panique. Suivre les consignes des soignants aide à garantir votre sécurité et celle des autres résidents. Chaque geste compte pour protéger des vies et limiter les risques.

Julien Ethenoz - Chargé de sécurité & projets



LA MALADIE DE PARKINSON EN EMS

Cette maladie est une affection neurodégénérative qui touche les mouvements et l'humeur. Parmi ses symptômes moteurs, on trouve des tremblements, de la rigidité et des troubles de l'équilibre.

En EMS, le rôle des soignants est crucial pour aider les résidents à maintenir leur autonomie tout en veillant à leur sécurité, notamment pour prévenir les risques de chutes.

Cependant, certains résidents ressentent le besoin de conserver leur indépendance. Bien qu'ils souhaitent accomplir les tâches seules, ils ont l'impression que les soignants, par crainte des chutes, limitent leur liberté d'action.

L'accompagnement des résidents doit trouver un juste équilibre entre sécurité et autonomie, en respectant leurs souhaits et besoins individuels. C'est là qu'une prise en soins pluridisciplinaire et personnalisée devient essentielle pour garantir leur qualité de vie.

Dans ce cadre, l'Association Suisse Parkinson (ASP) apporte un soutien précieux aux personnes atteintes de la maladie et à leurs proches. Elle propose des informations, des conseils, des groupes de soutien, ainsi que des activités physiques adaptées.

Rolande Colomb - Habitante &

Fatime Gashi - Infirmière clinicienne spécialisée



EMS
L'ORIEL

Événements

TITANIC L'EXPOSITION – PALAIS DE BEAULIEU LAUSANNE

Cette exposition raconte, à travers plus de 200 objets émouvants et de nombreuses reconstitutions de cabines, l'histoire emblématique du navire.

Les résidents ont embarqué dans le minibus en direction du Palais de Beaulieu. Vos billets SVP ! Chacun présente son sésame et passe le portique de l'entrée. Mout d'objets et mobiliers du bateau y sont présentés, ainsi que des affaires personnelles ayant appartenu à certains passagers. Plus loin, nous passons par la salle des machines, le grand escalier, les chambres, le salon.

Puis nous arrivons dans une grande salle avec un véritable iceberg. On peut voir le moment de l'accident en images de synthèse. Encore un petit peu de visite et nous débarquons à la boutique officielle du Titanic et quelques objets souvenirs sont pris d'assaut. Le retour à L'Oriel se déroule gentiment, sans vagues et avec l'impression d'avoir vécu, pour un moment, hors du temps.

Alain Métrailler - Assistant socio-éducatif



Une résidente attend au port avant d'embarquer pour la visite du Titanic.



Deux résidentes s'imprègnent de l'ambiance du grand salon virtuel du Titanic.



S'ÉPANOUIR, MÊME SOUS LES FLOCONS !

L'hiver s'installe avec ses journées plus froides et plus courtes, mais allons-nous laisser fondre le temps comme fond la neige en attendant le printemps ? Non ! Les habitants profitent de cette belle saison grâce à des activités thématiques qui leur permettent de se réchauffer. Comme, par exemple, le thé dansant que nous avons renommé : le « chocolat dansant » ou le « vin dansant ».

Et oui, quoi de mieux que de mettre de la musique et danser tout en dégustant un bon chocolat chaud ou un bon vin chaud ?

Sans oublier les moments gourmands et créatifs qui sont à l'honneur, avec la confection de douceurs telles que des biscuits ou des décorations hivernales. Une petite blague pour réchauffer les esprits : que fait un ours quand il a froid ? Il met sa polaire.

Emy Herzig - Assistante socio-éducatif

Evénements

LA MAGIE DES RÉVEILLONS

Mon beau sapin, roi de L'Oriel ! Début décembre, le sapin, magnifiquement décoré par les habitants, a pris place pour la dernière année sur la terrasse de l'EMS. Il nous a accompagné pour les fêtes de fin d'année. Le symbole emblématique de la décoration de Noël était : les boules de Noël, un thème choisi par les résidents. Pour l'occasion, l'équipe d'animation a organisé un concours où il s'agissait d'estimer le nombre de boules accrochées au plafond. Le 11 décembre, nous avons fêté Noël avant l'heure avec la direction tout en suivant la tradition : chants de Noël avant le repas. L'après-midi, nous avons eu le plaisir d'assister au concert de Noël. Le 25 décembre, le père Noël a apporté des présents à chaque résident. Pour terminer l'année en beauté, des activités variées telles que les grands moments de l'année 2024, les traditions de Nouvel An dans les différents pays, ainsi que le loto du Nouvel An ont été réalisées.

Emy Herzig - Assistante socio-éducative



Ambiance garantie en présence d'Elodie Genoud, prestataire musicale.



Les résidentes de L'Oriel partagent un moment chaleureux autour d'un repas festif.



FONDRE LE FROMAGE POUR FONDRE DE BONHEUR !

Savez-vous comment on appelle un amateur de fromage ? Un turophile !

Que la saison commence ! Ces mois de janvier et février, les habitants auront le plaisir de déguster de la fondue et de la raclette une fois par semaine.

Ces repas réconfortants ne sont pas seulement des délices pour les papilles, puisqu'ils apportent également une touche chaleureuse et joyeuse, tout en favorisant le partage. Cela réchauffe le fromage, mais aussi le cœur. Avec ces plats, l'hiver se passe beaucoup mieux. Et pour terminer, vous préférez la raclette ou la fondue ?

Emy Herzig - Assistante socio-éducative

Portraits



MARGUERITE JAGGI

Voyageuse dans l'âme, cette dame d'origine française incarne l'ouverture au monde et la soif de découverte. Elle a parcouru les quatre coins du globe, s'aventurant au Canada, en Allemagne, en France, à Madagascar, en Égypte et en Australie.

Cette dernière a occupé une place particulière dans son cœur, puisqu'elle y a vécu un certain temps, s'imprégnant de la richesse de cette terre lointaine.

Curieuse et passionnée, Madame Jaggi est une femme cultivée, avide d'apprendre et de s'enrichir au contact des cultures qu'elle découvre.

Chaque voyage, chaque rencontre sont pour elle une opportunité d'élargir ses horizons. Mais au-delà de son amour pour les grands espaces et les découvertes, elle est profondément attachée à sa famille et à ses amis. Leur présence est son ancrage, sa source de joie et d'équilibre.

Dotée d'une personnalité chaleureuse et généreuse, elle sait marquer celles et ceux qu'elle croise par son enthousiasme, sa bienveillance et son amour inconditionnel de la vie. Nous sommes honorés de sa présence quotidienne.

Tina Cikaric - Adjointe de la responsable intendance



SONIA LOUAULT

UN VRAI PETIT BOUT EN TRAIN EN CUISINE

Sonia est bien plus qu'une cuisinière d'exception, elle incarne une véritable source d'inspiration, alliant son art culinaire à une passion pour le sport qui nourrit son équilibre personnel et professionnel. Après une longue journée en cuisine, elle trouve l'énergie nécessaire pour se ressourcer, grâce à des activités comme le running, les randonnées en montagne et

les balades en raquettes. Ces moments de plein air lui permettent d'oxygéner son cerveau et de libérer son esprit du stress accumulé.

Dans le feu de l'action en cuisine, Sonia reste concentrée, garde une vision claire et gère les situations sous pression avec calme et efficacité. Sa capacité à se ressourcer, grâce à la nature et au sport, témoigne de son approche globale de la performance où la santé physique et mentale sont indissociables de son succès professionnel.

Son leadership naturel, sa rigueur et son dynamisme, enrichis par cette passion pour les activités physiques, font d'elle une cheffe à la fois inspirante et respectée, capable de créer une ambiance de travail collaborative et sereine, tout en sublimant chaque plat.

Fatime Gashi - Infirmière clinicienne spécialisée

Articles



Aujourd'hui, le vernis à ongles existe dans une multitude de couleurs et de finitions, allant du mat au brillant, en passant par le métallisé et le pailleté.

L'application du vernis permet, non seulement de décorer les ongles, mais aussi de renforcer leur structure grâce à des formules enrichies en agents nourrissants.

Le choix de la couleur dépend souvent des tendances, des saisons ou des préférences personnelles. Les couleurs classiques comme le rouge ou le nude restent des valeurs sûres.

Enfin, l'un des avantages de ce produit est sa facilité d'application à la maison, bien qu'il soit aussi couramment utilisé dans les salons de beauté professionnels.

Fatime Gashi - Infirmière clinicienne spécialisée

LE VERNIS À ONGLES : UN INDISPENSABLE DE LA BEAUTÉ

Le vernis à ongles est un produit de beauté incontournable, présent dans les trousseaux de soins de nombreuses personnes. Il permet non seulement de sublimer les ongles, mais aussi d'ajouter une touche de couleur et de personnalité à son look. Son histoire remonte à plusieurs milliers d'années, avec des traces d'utilisation dans les civilisations égyptiennes, chinoises et indiennes.



NOS CONFITURES GRAND MAMAN

A L'Oriel, la cuisine devient un lieu de création et de complicité, grâce à nos confitures faites maison.

Forte de mes vingt-cinq années d'expérience en tant que cheffe cuisinière au petit déjeuner du Beau-Rivage Palace, j'ai apporté ma passion pour les saveurs authentiques et les produits de qualité auprès de nos résidents.

Ensemble, nous choisissons les fruits de saison, qu'ils soient locaux ou du marché, pour garantir des confitures riches en goût.

Les résidents participent activement à la préparation : ils lavent, épluchent et coupent les fruits, apportant leur touche personnelle à chaque recette. Ce moment de convivialité devient une véritable activité créative, remplie d'échanges et de sourires. Le résultat ? Une confiture que tout le monde peut déguster avec fierté lors des repas, et qui rappelle à chacun le plaisir du fait maison.

Avec une consommation de 4 kg par semaine, ces confitures sont bien plus qu'une délice : elles sont le fruit d'une collaboration unique et intergénérationnelle. Chaque pot raconte une histoire de partage, de tradition et de bonheur.

Sonia Louault, Cheffe de cuisine de L'Oriel

PHOTOS DU MOIS



EMS La Rozavère : les trois Rois mages lors de leur tournée de l'Épiphanie devant le grand sapin de l'interface.



EMS La Rozavère : les habitants ont été immergés dans l'histoire du Titanic en allant à l'exposition de Beaulieu.



EMS Meillerie : la danse, un vrai bonheur qui nous fait du bien, au corps comme à l'esprit.



EMS Meillerie : pour l'Épiphanie, visite des Rois mages avec leurs coffres remplis de surprises.



EMS L'Oriel : à l'occasion des fêtes de fin d'année, les habitants sont allés à Morges découvrir une crèche de Noël faites 100% en Playmobil.



EMS L'Oriel : une habitante de L'Oriel, entourée des trois Rois mages à la lumière de l'Épiphanie.

MESSAGE DU COMITÉ

Chères lectrices, chers lecteurs,

Nous sommes ravis de vous retrouver pour cette nouvelle édition du Messenger. Les derniers mois ont été marqués de moments festifs et joyeux en cette fin d'année 2024 et en ce début 2025.

De l'exposition du Titanic où plusieurs habitants ont eu l'occasion d'aller s'immerger, aux différentes fêtes de fin d'année telles que la Brisolée, Noël et Nouvel An, en passant par la rencontre des enfants et d'amis poilus, vous allez découvrir de nouvelles facettes de La Rozavère tout au long des pages de cette nouvelle parution.

Par ailleurs, ne manquez pas les nouveaux portraits des membres de la fondation et de ses habitants, des histoires inspirantes à découvrir...

Nous vous invitons à plonger, en notre compagnie, dans ces moments de joie et de partage.

Bien à vous,

COMITÉ DE RÉDACTION :

Carla Alves
Tina Cikaric
Fatime Gashi
Emy Herzig
Hassan Kchta
Alain Métrailler
Jordan Rat-Cacciapaglia

COORDINATION :

Margaux Bastian
Magali Costa
Cynthia Vogel

CONCEPTION GRAPHIQUE ET ILLUSTRATIONS :

Frédérique David
Trival Mass

JEU

Quizz sur La Rozavère :

Noter ou entourer les bonnes réponses :

1. Quel est le 1er bâtiment historique construit sur le site de Rovéréaz ?

- a. R1 Est
- b. R1 Ouest
- c. R2

2. Combien de lits l'établissement de L'Oriel compte-t-il ?

- a. 10
- b. 37
- c. 56

3. De quelle couleur sont les chaises dans la salle à manger de Meillerie ?

- a. Rouges
- b. Blanches
- C. Bleues

4. D'où vient le nom «Rozavère» ?

- a. D'une rose qui est verte
- b. De l'anagramme de Rovéréaz
- c. D'une personnalité connue

5. Que signifie «SPAH» ?

- a. Soins purifiant aux algues hydratantes
- b. Société de protection des algues d'Hawaï
- c. Structure de préparation et d'attente à l'hébergement

6. Comment s'appelle le restaurant public de la Fondation ?

- a. Les Douceurs d'Antan
- b. Les Escapades Gourmandes
- c. Les Saveurs de Rovéréaz

Réponses :
1. a.
2. b.
3. a.
4. b.
5. c.
6. b.



La Rozavère

Fondation La Rozavère
Chemin de Rovéréaz 23
CP 91 CH-1000 Lausanne 10
T +41 58 211 70 00
www.rozavere.ch