

HORIZON

Magazine de l'EMS Le Christ-Roi

N° 11
JUILLET-SEPTEMBRE 2022
TRIMESTRIEL



Visite d'enfants des écoles de la région au Christ-Roi: Inaya Carvalho de Flanthey et Lisa Jacquod, résidente, lors de jeux organisés dans les jardins du Foyer au mois de mai.

FOURCHETTE VERTE

Semaine d'information pour une alimentation saine et durable **P. 3**

ANIMATION

Programme estival et ambiance de vacances au Christ-Roi **P. 4**

RENCONTRE INTERGÉNÉRATIONNELLE

Deux journées de partage et d'échange avec les écoliers de la région **P. 6**

Vive l'été au Christ-Roi

Chers résidents, chères familles et chers collaborateurs,

Avec la levée des dernières mesures sanitaires décidée au début du mois de mai ainsi que le retour de la période estivale, notre Foyer peut enfin respirer. Le bonheur et la joie de vivre que ressentent aujourd'hui nos résidents sont notre plus beau cadeau et récompensent tous nos efforts des deux années de pandémie écoulées. Aux familles, à nos collaborateurs et à nos partenaires ainsi qu'aux communes de Crans-Montana, Lens et Icoigne, je tiens à renouveler tous mes remerciements pour leur confiance et leur fidèle engagement à nos côtés.

Le Christ-Roi a inauguré sa deuxième saison d'été à La Moubra par la visite d'écoliers du Haut-Plateau. Une rencontre intergénérationnelle qui a réuni nos résidents et une soixantaine d'enfants durant deux journées d'échange, de jeux et de partage. Cette convivialité emblématique de notre Foyer formera le fil rouge de nos activités estivales. Pétanque, promenades botaniques, concerts de musique, danses folkloriques et désalpe se dérouleront dans notre parc. Nouveauté cette année: un apéritif estival ouvert aux résidents et à leurs familles sera servi à la terrasse du Foyer tous les vendredis après-midi jusqu'au 2 septembre.

Début avril, le Dr Sylvain Josué a été nommé médecin répondant du Foyer. Nous lui souhaitons la bienvenue et nous nous réjouissons que ses qualités humaines et son expertise médicale lui valent déjà la sympathie et la confiance de nos résidents ainsi que du personnel soignant. Notre EMS est désormais parfaitement installé à Crans-Montana et c'est avec plaisir que nous accueillons toute nouvelle demande d'hébergement en court ou long séjour.

En vous souhaitant à toutes et à tous un bel été, je me réjouis de vous revoir nombreux à notre terrasse ou dans les magnifiques jardins ombragés du Foyer,



Jean-Louis Zufferey
Directeur de l'EMS Le Christ-Roi

CHRIST-ROI

Tenues modernes et professionnelles



Jean-Louis Zufferey, Directeur du Foyer, poursuit le renouvellement des uniformes de travail des services. Une démarche qui renforce l'image de marque du home et reflète la qualité de ses prestations. Les nouvelles tenues du personnel de l'Intendance et de la Lingerie s'inspirent des couleurs du logo de l'EMS.

VALAIS

Politique en faveur des « Générations 60+ »

D'ici à 2025, les Valaisans et Valaisannes âgés de 60 ans et plus représenteront 30% de la population du canton. Bénévoles engagés, ils fournissent des prestations variées à la collectivité (livraison de repas, garde des petits-enfants...) et 20% d'entre eux sont des proches aidants au moins une fois par semaine. Des compétences précieuses pour l'État du Valais qui a décidé de les soutenir. Parmi ses objectifs: renforcer leur santé et leur autonomie et aide aux transitions de vie.

De mère avec vous

Originnaire de Picardie, au nord de la France, Stéphanie Millière ne quitterait le Valais pour rien au monde. Climat, soleil, raquette et vie en station : tout lui plaît à Crans-Montana où, depuis 2017, elle vit avec son mari et son fils de 11 ans. Le contact et l'échange avec les personnes âgées ayant toujours été sa passion, elle a trouvé sa vocation dans la coiffure des aînés à domicile et en salon.



Coiffeuse dans trois EMS de la région et propriétaire d'un salon à Lens, **Stéphanie Millière** se rend tous les jeudis au Christ-Roi.

De mère avec vous, l'espace coiffure aménagé dans les locaux du home reçoit tous les résidents : une belle coupe de cheveux, c'est important pour soi-même et pour les autres. « Mes clientes du Christ-Roi sont

encore très coquettes », sourit Stéphanie, qui, une fois par semaine, coiffe sur rendez-vous une quinzaine de pensionnaires au Foyer. Une majorité de dames bien sûr, mais des messieurs également.

Trois quarts d'heure de soins, de complicité et de bonne humeur vécus comme un cadeau : « Avec les personnes âgées, je partage beaucoup d'histoires de vie, leurs peines et toutes les joies d'autrefois. »

RESTAURATION

Cuisine équilibrée et durable



Sur le stand d'information installé à la cafétéria du home, Gilles Fragnière, cuisinier conseil et Melissa Debergh, diététicienne, animent un workshop sur l'alimentation équilibrée et durable.



Saviez-vous que le Valais assure 95% de la production suisse d'abricots et qu'il est le principal fournisseur d'asperges blanches du pays ? Des produits régionaux et de saison riches en qualités nutritionnelles que Fourchette verte, le label santé de la restauration collective suisse, a mis à l'hon-

neur au Christ-Roi début juin. Une démarche complétée par la charte « Cuisinons notre région » (lire l'encadré) qui se base sur la provenance, la traçabilité et l'authenticité des produits alimentaires pour permettre aux cuisines collectives de rendre leurs activités plus écologiques et durables.



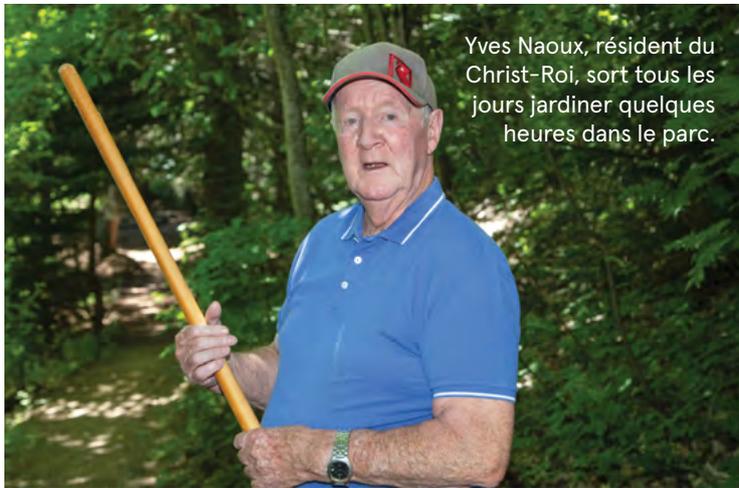
« **Cuisinons notre région** », est le label de la restaura-

tion durable lancé en 2020 par Fourchette verte en partenariat avec l'État du Valais. Cette initiative vise à former et à accompagner les équipes de cuisine pour réduire l'impact environnemental de la restauration collective. Signataire de cette charte, Le Christ-Roi s'engage pour une cuisine durable : achats de produits régionaux issus de l'économie locale et de l'agriculture de proximité, respect de la saisonnalité des denrées et circuits d'approvisionnement courts. La cuisine du home veille aussi à utiliser moins d'emballages et de conservateurs pour un meilleur équilibre alimentaire des résidents.

Le Christ-Roi en mode vacances



Agent d'exploitation au Service technique du home, Jérémy Etchebarne a besoin d'un jour et demi de travail pour l'entretien des espaces verts.



Yves Naoux, résident du Christ-Roi, sort tous les jours jardiner quelques heures dans le parc.



Peinture de l'artiste sédunoise, Alexandra Berthouzoz, réalisée dans le jardin en présence des résidents où elle restera tout l'été avant son installation au Foyer.

Pour son deuxième été à Crans-Montana, le Foyer a tondu ses pelouses, fleuri ses plates-bandes et rouvert la terrasse de sa cafétéria. Tout est prêt pour la saison estivale : golf, pétanque, promenades botaniques, musiques et désalpe se succéderont dans le parc de La Moubra.

De mémoire de résidents, rarement il avait fait si vite chaud sur le Haut-Plateau. En quelques jours seulement, le soleil a effacé toute trace de l'hiver, passant à saute-mouton sur le printemps, et apportant à La Moubra les premières chaleurs estivales.

Un retour des beaux jours marqué au Christ-Roi par le bourdonnement des tondeuses à gazon et l'aménagement de la terrasse de la cafétéria pour l'été.

À 1350 m d'altitude, ses parasols fièrement déployés et les tables disposées à l'ombre des pins donnent au Foyer des airs de Méditerranée. Un cadre dépayçant ouvert aux résidents et à leurs familles, qui profiteront de la restauration en plein air pour bavarder à la fraîche, boire un café ou partager un repas à midi.

Résident-jardinier

Avec 4 000 m² d'espaces verts à entretenir, le Service technique

apprécie l'aide d'Yves Naoux, résident du Christ-Roi. À 80 ans, ce Lensard a encore bon pied et bon œil. Hiver comme été, il sort au jardin tous les matins après le petit déjeuner. « En fonction de ses projets et de ses envies, Yves Naoux nous demande quels outils il peut emprunter et choisit en toute liberté de participer à nos activités d'entretien du parc, précise Claude-François Emery, Responsable du Service technique



Des résidentes rayonnantes se ressourcent dans le potager du home en plantant les fleurs et les herbes aromatiques qu'elles ont achetées ensemble à la jardinerie. Photo du haut à gauche: Yvette Dayer, animatrice au Christ-Roi et Lisa Jacquod. Photo du bas: Yvonne Emery.

du Christ-Roi. Jardiner reste un loisir pour lui et nous sommes très heureux de voir le plaisir qu'il prend à ses occupations sur le site du Foyer. » Ramassage des feuilles mortes, débroussaillage des talus et des bordures ; pourtant c'est en forêt qu'Yves Naoux se sent le mieux : « Gamin déjà, j'aimais l'ambiance des bois et le grand air, se souvient-il. À La Moubra, je ratisse des pives sur la piste de l'ancien parcours Vita, j'observe toutes sortes d'animaux sauvages et bavarde avec les promeneurs qui se baladent avec leur chien. »

Bienfaits du retour à la terre
Agriculteurs, vigneron ou mères de famille, les pensionnaires ont souvent passé leur vie au contact de la terre. « Nos résidents retrouvent dans le jardinage un repère rassurant ainsi qu'une activité valorisante en lien avec leur culture et leurs savoirs », explique Élisabeth Benelhocine, Responsable de l'animation au Christ-Roi. Pour les personnes âgées, une sortie dans le parc du home les relie aux forces vitales de la Nature et stimule aussi leur mémoire, car la végétation, ses couleurs et ses parfums sont associés à beaucoup de leurs souvenirs.

Excursions d'été dans la région



Sortie de résidentes pour une balade à Lens et un café au tea-room du village.

De juin à septembre, des excursions dans la région et la participation aux grands événements du calendrier sportif et culturel de l'été valaisan figurent également au programme du Christ-Roi. De grands moments de bonheur pour les pensionnaires qui contribuent à leur équilibre et à leur joie de vivre.

- Visite aux animaux de l'Arche des Crébillons à Chalais et excursion à la fromagerie de l'alpage du Sex à Mollens
- Représentation au Cirque StarLight à Martigny et virée au FIFO, le grand rendez-vous estival des cultures traditionnelles
- Sortie au tournoi de golf Omega European Masters à Crans-Montana

Rencontres entre générations

« L'idée d'une visite d'enfants au Christ-Roi m'est apparue comme une évidence après deux années de pandémie, explique Marie-Laure Rouiller, catéchiste du Secteur pastoral Noble et Louable. La rencontre et le dialogue avec les aînés représentent une expérience spirituelle et émotionnelle très enrichissante pour des écoliers de 10 ans. » Organisées dans le cadre des « Fenêtres catéchétiques », ces visites ont permis à 27 enfants des écoles primaires de Lens, Flanthey

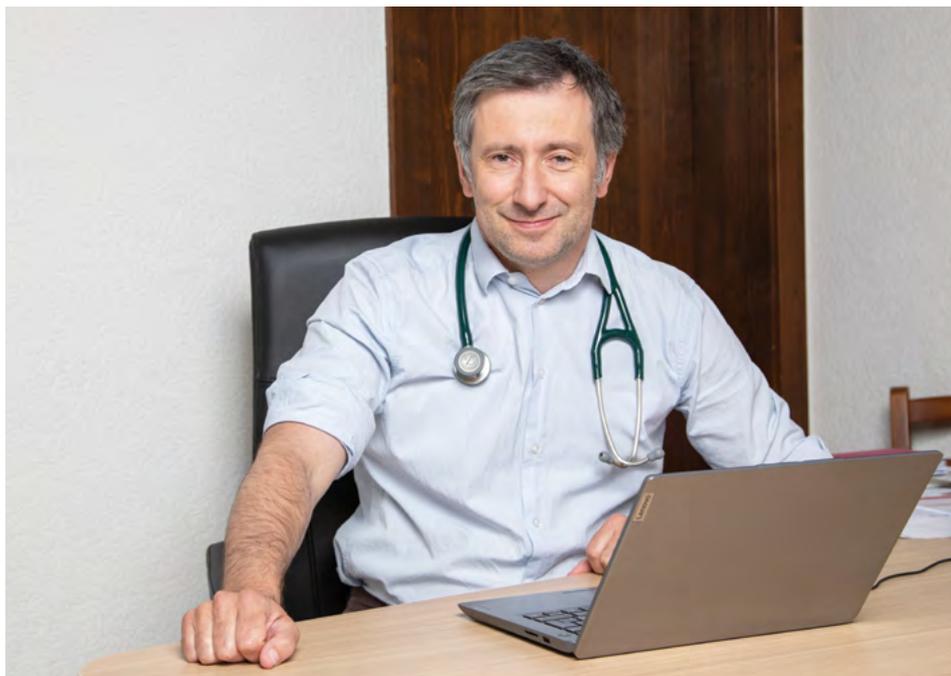
et Randogne (20 mai) et 31 écoliers de Chermignon, Montana Village et Crans-Montana (3 juin) de passer la journée avec les résidents du Christ-Roi. Ces animations, inscrites au programme des six premières années de scolarité primaire, donnent la possibilité aux églises du Valais, en partenariat avec la Direction des écoles, de proposer des activités œcuméniques ou interreligieuses à des enfants de toute confession avec l'accord de leurs parents.



Une journée riche pour tout le monde, le 20 mai dernier au Foyer : séance de questions-réponses avec Jean-Louis Zufferey, Directeur de l'EMS, visite du home, atelier de bricolage intergénérationnel et jeux de plein air dans le parc en compagnie des résidents. Après des spaghettis à la bolognaise servis à la terrasse du Foyer, les écoliers, leurs accompagnatrices (Marie-Laure Rouiller et Patricia Barras) et les pensionnaires ont assisté à la messe célébrée au Christ-Roi par Pablo Pico, vicaire de la paroisse de Lens.

« Soigner une personne âgée est un travail collectif »

Dans son cabinet à Lens comme au Christ-Roi, le Dr Sylvain Josué aime suivre les personnes âgées. Des patients qui ont besoin de beaucoup de soins et d'attention, mais dont le vécu et la longue expérience de vie apportent à la relation médicale encore plus d'humanité. Rencontre avec le nouveau médecin répondant du Foyer.



En activité à l'EMS Le Christ-Roi depuis début avril 2022, le Dr Sylvain Josué a exercé comme généraliste à Paris. Établi en Suisse depuis trois ans, il a travaillé à Bienne (BE) et à Crans, avant de s'installer à Lens avec sa femme et ses trois enfants où il a rejoint le cabinet médical de la D^{re} Dominique Lebras-Russo.

HORIZON : Quelles sont vos premières impressions au Christ-Roi ?
Dr Sylvain Josué : Dès mon arrivée, j'ai pu apprécier le sérieux de la Direction, le professionnalisme du suivi médical et l'excellente tenue des locaux. On perçoit au Christ-Roi un véritable engagement du personnel pour le bien-être des résidents. La présence des familles et leur participation à la vie du home témoignent d'un climat de confiance propice à la santé des pensionnaires.

Pratiquer la médecine en EMS implique-t-il des enjeux particuliers ?
 Les patients âgés posent beaucoup de questions et ont des attentes médicales. Toutefois, les troubles qu'ils ressentent sont parfois faussés par un déclin cognitif.

Il est donc indispensable de recueillir aussi l'éclairage du personnel soignant, qui observe chaque changement dans leur comportement, ainsi que les remarques des familles qui ont une connaissance très fine de leurs proches.

En tant que médecin répondant, quels sont vos objectifs ?
 Prévoyance des chutes, santé psychique, maladies chroniques : les sujets de prévoyance médicale sont très nombreux en EMS. Soigner une personne âgée représente un travail collectif. Une bonne collaboration avec la Direction du home, ainsi que l'implication de tous les intervenants, sera essentielle pour identifier nos axes prioritaires et les déployer avec succès.



Missions clés du médecin répondant en EMS

Surveillance – Partenaire de référence du Département de la santé, il veille à une qualité des soins adéquate aux résidents et informe la Direction de l'EMS et l'Autorité de surveillance quand elle ne peut être assurée correctement.

Organisation – Conseiller de la Direction du home, il coordonne l'organisation des soins en concertation avec l'Infirmier-chef. Il organise les services de secours et d'urgence ainsi que les mesures sanitaires en cas d'événements spéciaux (maladies contagieuses, vaccinations).

Traitement – À son entrée en EMS, chaque résident conserve le libre choix de son médecin traitant qui peut être son médecin actuel, un médecin proche du nouveau lieu de résidence ou le médecin répondant de l'EMS.

La Cave de Crans – Au Caveau SA

« D'aussi loin que je me souviens, le Foyer du Christ-Roi a toujours collaboré avec nous », explique Christophe Beytrison, responsable de l'entreprise familiale fondée par son grand-père, puis reprise par ses parents et son oncle. Aujourd'hui, il en assure la gestion avec sa femme, Anne-Marie.

Au Christ-Roi, où réside la mère de Christophe Beytrison, l'entreprise livre une ou deux fois par semaine les bières, les spiritueux et les boissons sans alcool consommés à la cafétéria du home. Avec près de 3 000 articles référencés, Au Caveau SA couvre les besoins d'une clientèle exigeante



Anne-Marie et Christophe Beytrison dans leur magasin à Crans-Montana en compagnie de leur collaboratrice, Fabienne Cordonier Morel (à droite de l'image).

qu'il conseille également en matière de produits locaux. Les jus et les nectars de fruits servis à l'EMS sont ainsi fabriqués à Martigny dans le respect des objectifs de durabilité de la charte valaisanne « Cuisinons

notre région » signée par le Foyer. Depuis janvier 2021, le groupe AlloBoissons gère la distribution pour l'ensemble des secteurs (horeca, entreprises et privés).

www.alloboissons.ch

AGENDA

1^{er} juillet 2022

15h30 Concerts du cœur: « Jazz manouch » avec Musta-Ka (guitare, saxophone et contrebasse)

5 juillet

16h Concert de musique avec le groupe Ménéstrel

12 juillet

14h30 « Arbres et humains, amis pour la vie »: balade sylvestre dans le parc du Christ-Roi avec Marlène Galletti

21 juillet

10h30 Récital de chansons françaises avec Éric Lacourcelle à la guitare

1^{er} août

11h Lè Mayintson, danses folkloriques
Après-midi: jonglage, art de rue avec Phil de Diamastreet

9 août

10h15 et 15h30 Danse contemporaine: Ballade assise par Cie SLOW

23 août

10h30 Les Chapiteaux du cœur

25 et 26 août

Sortie à l'Open de golf de Crans-Montana

17 septembre

Désalpe au Foyer avec la famille Pascal Cordonier

Sous réserve de modifications du programme.

RESSOURCES HUMAINES

Nouveaux collaborateurs au 30 juin 2022

AGOSSOU Kodzovi, Aide de cuisine ; CONSTANTIN-REY Marika, Assistante en soins et santé communautaire (ASSC) et Formatrice en entreprise (FEE) ; D'ORSANNE Yoland, Auxiliaire de santé ; ETCHEBARNE Jérémy, Agent d'exploitation ; FERREIRA Tiago, Auxiliaire de santé ; FERREIRA RAMOS DA SILVA Elisabete, Employée de maison ; SANTOS MARTINS Ludivine, Assistante en pharmacie ; THOMASSET Sylvie, Infirmière ; VESTA Maria-Pia, Collaboratrice administrative ; VICENTE VIANA Marta, Employée de maison ; VUKOVIC Radan, Aide de cuisine

Jubilairer au 30 juin 2022

25 ans: SAMARDZISKI Zoran, Aide de cuisine

Apprenties lauréates 2022



MEIER Karin et LAMA Yosni, CFC d'Assistante en soins et santé communautaire (ASSC)

Diplôme

MAMMI Fabio, CAS HES en gestion d'équipe et conduite de projets

La Direction du Christ-Roi leur adresse toutes ses félicitations.

IMPRESSUM

Éditeur

Jean-Louis Zufferey

Rédaction & gestion de projet

PDP Business Publishing,
Pierre Du Pasquier

Conception & réalisation graphique

David Stettler

Photographie

Luciano Miglionico

Impression & reliure

CDS Imprimerie SA

Parution

Trimestrielle

EMS LE CHRIST-ROI

Route de la Moubra 87
3963 Crans-Montana

T 027 484 26 00

F 027 484 26 01

@ contact@ems-christ-roi.ch

[in](https://www.linkedin.com/company/ems-christ-roi) ems-christ-roi

[f](https://www.facebook.com/EMS-Le-Christ-Roi) EMS Le Christ-Roi

www.ems-christ-roi.ch