

N° 7 - Décembre 2024

# Gardons LE CONTACT

Journal d'information des Fleurs du Temps

03 Animation

A bicyclette avec Tamara

04 Equipes

Un trio de soignants remplaçants

07 Team Sport

Des défis à relever ensemble



## La qualité au service de l'humain

Chers résidents, proches, collaboratrices et collaborateurs,

Cette année 2024 touche à sa fin. A l'heure où vous lirez ces lignes, sans doute serez-vous déjà un peu dans vos vacances de Noël, entre décorations du sapin, biscuits maison et recherche d'idées de cadeaux.

Ce temps d'arrêt est bienvenu. Dans notre société marquée par l'accélération des informations, des transports ou encore des progrès technologiques, faire une pause est une nécessité.

C'est dans cet esprit que nous vous proposons, désormais deux fois par année, de faire une pause, prendre le temps de raconter la vie des foyers, le quotidien des équipes, les histoires de vie des résidents, les défis de l'institution, histoire de «garder le contact».

Dans cette édition, nous vous emmenons d'un foyer à l'autre, de Grimisuat à Fully, entre cuisine, soins, animation et administration.

Au dos de ce journal, vous le découvrirez, nos différentes certifications de qualité ont été renouvelées avec succès. Nous en sommes fiers, évidemment. Mais au-delà des labels, ce sont bel et bien des valeurs qui nous sont chères et que nous tentons de ne jamais perdre de vue: confiance, respect, cohésion et professionnalisme, pour un label que nous pourrions appeler «humanité».

A l'heure des traditionnels vœux, que pourrions-nous vous souhaiter de mieux, pour la nouvelle année, que de trouver le temps de cueillir cet instant présent qui s'enfuit si vite?... Belles fêtes à vous toutes et tous, et à très bientôt!

Nicolas Kaufmann  
Directeur général

Les fleurs  
DU TEMPS



## CUISINE

## 380 repas préparés chaque jour

La cuisine du Home Les Crêtes régale les résidents des lieux, mais aussi les enfants des UAPE d'Arbaz et de Grimisuat, ainsi que les aînés à domicile de la région.

Il est 7 heures. En cuisine, les employés s'activent déjà, avec à leur tête Alessandro De Lentinis, le chef de production. Chaque jour, au Home Les Crêtes à Grimisuat, les trois cuisiniers et deux aides de cuisine mijotent des plats pour 360 à 380 personnes: une soixantaine de résidents, 200 à 260 enfants des structures d'accueil de la petite enfance communales (UAPE) de Grimisuat et d'Arbaz, et autant d'aînés à domicile, avec la commune d'Ayent en plus. Derrière les casseroles, tout est rondement organisé. L'équipe prépare les menus du lendemain, que des livreurs de la commune passent récupérer en matinée pour les bambins, tandis que des bénévoles du CMS assurent ce service pour les aînés qui vivent à domicile.

### Satisfaire petits et grands, un défi

«Nous proposons un menu unique en privilégiant des produits de saison et de proximité», explique Sébastien Turrian, chef du service cuisine aux Fleurs du Temps. Il faut également prendre en compte les allergies et les intolérances. Un défi que le chef aime relever. L'équipe est aussi très à l'écoute des retours de sa clientèle, aînés du foyer, de l'extérieur ou éco-lieux. «Faire plaisir aux gens est notre objectif, l'amélioration continue notre ADN», poursuit Sébastien Turrian. Risotto de sarrasin pour les seniors, risotto bien crémeux pour les enfants, pizzalenta (qui fait l'unanimité), épinards hachés pour les minis ou en

«Faire plaisir aux gens est notre objectif, l'amélioration continue notre ADN.»

branches pour les aînés, civet ou brisolée, les plats s'adaptent aux uns et aux autres. Les cuisiniers, tels des funambules, recherchent sans cesse l'équilibre pour satisfaire toutes les papilles.

En ce vendredi, le pari semble réussi. En témoigne cette dame âgée qui s'arrête pour glisser à l'oreille du chef qu'elle a adoré la brisolée de la veille. «Il arrive aussi que certaines mamans nous demandent la recette de la sauce à salade, car leur petit en mange chez nous, mais pas à la maison», sourit Alessandro De Lentinis.

### Des liens tissés au sein de la communauté

Les liens comptent beaucoup pour l'équipe de cuisine. «Nous organisons une brisolée à l'automne et une grillade l'été avec les enfants de l'UAPE. C'est l'occasion d'échanger. Souvent, ils nous disent merci et nous font part de leurs envies pour les semaines suivantes», relève Sébastien Turrian. De la même manière, l'équipe se réunit avec les aînés et les équipes de livraison à l'occasion d'un rendez-vous gourmand.

Sans aucun doute, la cuisine du home tisse des liens au sein de la communauté. «Nous touchons beaucoup de familles dans la région. Les enfants et leurs grands-parents goûtent les mêmes plats», observe Sébastien Turrian.



Jérémi Destraz, employé communal d'Arbaz, prend livraison pour les UAPE des repas concoctés par le chef de production Alessandro De Lentinis et sa brigade.

## ANIMATION

# A bicyclette avec Tamara

Depuis quelques mois, l'animatrice Tamara Gaillard emmène les résidents de Charrat en balade sur un drôle de vélo. Offert par la Fondation des Adonis, l'engin fait le bonheur de celles et ceux qui osent le voyage. Petit tour avec Irène Roduit.

«Quand on partait de bon matin, quand on partait sur les chemins, à bicyclette...» A Charrat, si les résidents ne se roulent pas dans les champs avec Paulette, comme le chantait Yves Montand, ils sont nombreux à être tombés amoureux de Tamara Gaillard, ou du moins du drôle de vélo électrique avec lequel elle les emmène à travers la campagne charrataine. «Je consacre généralement une journée par semaine à cette animation, et j'adapte le jour en fonction de la météo», raconte la jeune assistante socio-éducative au Foyer Les Adonis. Tamara saisit aussi la moindre occasion pour faire de la sortie à vélo une véritable expérience. «Fin août, quand il y avait Hérisson sous gazon, le festival en plein air pour les enfants, j'ai fait plein de sorties, pour permettre aux résidents qui le souhaitaient de vivre l'animation villageoise, c'était vraiment top!»

### Le long du chemin, les souvenirs s'égrènent

Le jour de notre visite, c'est Irène Roduit qui a choisi de se prêter au jeu du reportage photographique. Une petite appréhension? «Oh non, je n'ai peur de rien!» D'origine fribourgeoise, la nonagénaire s'est installée à Fully en 1953. «J'étais venue ramasser les fraises, et j'ai fini par rester.» Il faut dire que le destin avait mis sur sa route «un Raymond aux cheveux bouclés», comme elle en avait toujours rêvé. Résidente de Charrat depuis plusieurs années, elle observe, l'œil pétillant, les vergers et les potagers qui défilent, se souvient de ses années de maraîchage, avec Raymond et leurs quatre enfants. Deux rues plus loin, les vaches d'Hérens réveillent ses souvenirs d'enfance, «avec des fribourgeoises tachetées, bien

sûr». A l'arrière, Tamara se penche pour entendre les nombreux commentaires de Madame Roduit, qui adore papoter. «Pas toujours simple avec le vent et les voitures d'entendre mes passagers.»

### Un don de la Fondation Les Adonis

Mais comment ce vélo est-il arrivé au foyer? «J'avais vu que nos collègues de Leytron en avaient un, raconte Tamara, et je trouvais l'engin fantastique et tout à fait sécurisé pour les résidents. Lorsque la Fondation Les Adonis nous a contactés pour s'enquérir de nos éventuels besoins, nous leur avons donc proposé d'en acheter un.» Michel Szostakiewicz, président de la fondation, confirme: «Nous avons nous-mêmes reçu un don de la Fondation Annette et Léonard Gianadda, il nous tenait à cœur de lui donner vie.» De retour à la cafétéria du foyer, après 30 minutes à travers champs et vieux village, le teint rosé, Irène Roduit partage sa joie: «Merci à ceux qui ont participé à cet achat, de la part de tous les résidents!»



Emmenée par Tamara Gaillard, assistante socio-éducative au Foyer Les Adonis, Irène Roduit aime beaucoup traverser la campagne, elle qui a durant des décennies travaillé aux champs avec son mari Raymond.

«Merci à ceux qui ont participé à cet achat, de la part de tous les résidents!»

## SOINS ET RESSOURCES HUMAINES

## Un trio de soignants pour faire face aux absences

Un pool transverse de remplacement (PTR) a été créé en 2023 aux Fleurs du Temps dans le département des soins. Ce dispositif permet de soulager les équipes en place avec une grande réactivité.



De gauche à droite: Fabienne Uldry, Gilberte Debiève et Igor Da Broi composent l'équipe.

Une solution innovante a été trouvée pour soulager les équipes affaiblies par des absences maladie de courte voire de longue durée : un pool interne et transverse, constitué de trois soignants remplaçants, engagés de manière fixe, avec un planning défini à l'avance et mobilisés sur les différents sites selon les besoins du jour.

Inauguré en 2023, le PTR est aussi utile qu'apprécié. En effet, les absences non planifiables (de courte durée) posent des problèmes d'organisation et surchargent les collaborateurs présents. Pour faire face à ce constat, l'engagement de trois profils flexibles et motivés a permis d'apporter une réponse adaptée à cette problématique. Sous la houlette d'Annie Lévêque, responsable du PTR et infirmière-chef du Home Les Crêtes à Grimisuat, Fabienne Uldry, Gilberte Debiève et Igor Da Broi enchaînent les missions avec agilité, enthousiasme et professionnalisme sur tous les sites.

Ces trois collaborateurs de personnalités différentes ont en commun une grande expérience dans les soins de longue durée. Leurs compétences peuvent être valorisées et diffusées au sein de notre institution au travers de leurs multiples missions.

### Flexibilité, mobilité et adaptabilité

Comment est-ce que ça marche ? «Les trois collaborateurs sont planifiés sur les différents sites en fonction de leur pourcentage de travail. Ils sont prévus en renfort des équipes déjà en place. Dès qu'une absence est annoncée, j'organise rapidement le remplacement. Notre système nous permet ainsi d'être très réactifs», explique Annie Lévêque. Particulièrement flexibles, Fabienne, Gilberte et Igor apprécient de pouvoir se déplacer sur les différents sites. «Ils ont une position d'électrons libres en intervenant auprès de différentes équipes. Moins impliqués dans une routine d'équipe, ils disposent de davantage de recul face au quotidien et représentent un apport d'oxygène pour les équipes. Leur présence et leur rôle de renfort sont salués par l'ensemble des équipes qui ont pu en bénéficier. En résumé, ils soulagent leurs collègues et nous permettent de garantir un standard de qualité dans notre offre en soins.»

### Confort accru des résidents

Employés des Fleurs du Temps, le personnel du PTR est coutumier des protocoles et directives de l'établissement, ce qui représente un réel avantage vis-à-vis de collaborateurs temporaires externes, qui doivent eux, s'adapter à l'institution. «En étant de la maison, ils sont tout de suite opérationnels, c'est un gain de temps et un confort pour le personnel en place. Cet aspect est également très apprécié des résidents et des familles, qui rencontrent des visages familiers et rassurants», souligne Annie Lévêque. Dans le futur, la responsable du PTR souhaiterait pouvoir développer ce dispositif, notamment en diversifiant cette équipe.

«En étant de la maison, ils sont tout de suite opérationnels, c'est un gain de temps et un confort pour le personnel.»

## SOINS

# Favoriser la sécurité des aînés

Aux Fleurs du Temps, la sécurité et le bien-être des résidents sont essentiels. Les mesures limitant la liberté de mouvement sont réduites autant que possible, grâce à une analyse personnalisée et régulière de chaque situation.

Dans un établissement médico-social, la plupart des résidents souffrent de troubles cognitifs majeurs pouvant altérer leur capacité de discernement. Sans en être pleinement conscients, ils se retrouvent parfois dans des situations très délicates et peuvent se mettre en danger, voire se blesser. L'équipe soignante emploie différents moyens pour assurer leur sécurité. Les mesures limitant le mouvement en font partie. Il peut s'agir, par exemple, d'une montre-alarme, d'un tapis-sonnette, d'une barrière de lit, etc. **Explications avec le directeur des soins et animation, Christian Fontannaz :**

”

### Dans quelles situations mettez-vous en place des mesures limitant le mouvement ?

Il est important de souligner que, par principe, nous sommes contre les mesures qui limitent la liberté de mouvement. Cela dit dans certains cas, nous sommes obligés d'y recourir pour garantir la sécurité de la personne et lui éviter une chute ou une blessure. Nous menons alors une analyse avec l'équipe soignante et le médecin traitant, en nous basant sur les observations du comportement du résident. Nous agissons toujours en concertation avec la personne et sa famille, en particulier son répondant thérapeutique. Cette approche nous permet de



Mathilde, notre infirmière spécialiste clinique, installe une montre-alarme au poignet d'un résident.

donner du sens à la mesure limitant le mouvement et de travailler dans un consensus d'équipe avec la famille et le médecin.

”

### Quels types de mesures sont utilisées ?

Lors de notre évaluation, nous partons toujours de la mesure la plus légère avant d'envisager une mesure plus limitante. Ensuite, si cela s'avère nécessaire, nous la faisons évoluer en fonction de l'état de santé du résident. Nous utilisons par exemple la montre-alarme, qui permet de localiser le résident. Elle peut aussi émettre une alarme si celui-ci quitte un périmètre prédéfini. Sans cela, il pourrait arriver que certains résidents s'égarer et se mettent ainsi en danger. Dans le cas d'un résident fragile, qui tenterait de se lever seul, nous pouvons mettre en place un tapis sonnette posé au sol. Il va avertir l'équipe soignante en cas de mouvement. Nous disposons également de barrières de lit qui peuvent, si nécessaire, être déployées pour éviter une chute ou rassurer un résident qui le demanderait.

”

### Les démences évoluent, les mesures aussi ?

Nous réévaluons chaque situation régulièrement. Si cela s'avère nécessaire, nous maintenons le dispositif, mais il arrive que la mesure soit temporaire, car liée à un événement particulier.

”

### En parallèle, vous appliquez des mesures de compensation. De quoi s'agit-il ?

En effet, si les mesures que nous prenons sont toujours proportionnées et indispensables au niveau sécuritaire, elles peuvent parfois provoquer un état de stress chez le résident. C'est pourquoi nous travaillons à amoindrir le vécu limitatif de ladite mesure, en renforçant notre action sur le bien-être des personnes concernées au travers de mesures compensatoires. Par exemple, l'animation propose différentes activités, comme des moments de lecture, une sortie adaptée, un moment de relaxation, un massage, une séance d'aromathérapie. Cela offre du réconfort et un apaisement.

## Des aides financières existent pour alléger la charge

Quand un aîné dépose ses valises à l'EMS, la facture du coût de la vie prend l'ascenseur. Selon les situations, il est possible de bénéficier de soutiens financiers. Tour d'horizon.

Le coût d'un long séjour se répartit entre plusieurs acteurs: les caisses-maladie, les collectivités publiques et la personne bénéficiaire. Malgré cela, lorsqu'une personne âgée ou malade entre en EMS, le montant qui reste à sa charge peut être élevé et dépasser les ressources à disposition. Il existe alors des aides financières.

### Vérifier ses droits

Lorsque le coût du séjour en EMS dépasse les revenus disponibles, il est important de vérifier son droit à bénéficier des prestations complémentaires, les PC. Celles-ci peuvent compléter les revenus pour payer les frais d'hébergement, de soins et autres menues dépenses. L'obtention de cette prestation ne se fait pas de manière automatique. Une demande doit être adressée à l'agent AVS de la commune de domicile, qui l'examinera. De nombreux critères sont pris en compte, comme le revenu, la fortune, les biens immobiliers de la personne placée. Si la réponse est positive, la caisse cantonale de compensation calculera le montant accordé.

Un droit aux subsides de l'assurance-maladie peut également être accordé, en fonction des revenus de la personne concernée. Il est déterminé en se basant sur

la déclaration d'impôt personnelle. Les subsides sont automatiquement versés aux ayants droit. Toutefois, si la situation s'est fortement dégradée, une demande extraordinaire peut être faite auprès de la caisse cantonale de compensation.

### Allocation pour impotent

En cas d'entrée en EMS, l'allocation pour impotent peut être maintenue, ou obtenue, pour des cas de dépendance moyenne ou grave, mais pas pour un degré faible. Cette allocation est octroyée lorsqu'une personne n'arrive plus à accomplir certaines tâches seule, comme s'habiller, se laver, se nourrir, se déplacer, ou qu'elle a besoin d'une surveil-

lance permanente. Cette somme versée au bénéficiaire revient, selon la loi, à l'EMS qui l'accueille, qui prend dès lors en charge son impotence. Une facture est donc adressée au résident pour l'équivalent du montant qu'il perçoit. Cet argent sert à financer les soins d'assistance nécessaires dans ces situations et ne constitue pas un soutien financier pour alléger la facture totale.

### Demander conseil à des professionnels

Dans tous les cas, il est recommandé de s'informer auprès de professionnels pour bénéficier de conseils avisés et adaptés. Vous pouvez ainsi vous adresser au service administratif des Fleurs du Temps, à l'association intercommunale A DOM (Fully, Saxon, Saillon, Leytron, Riddes et Isérables) ou encore à Pro Senectute Valais-Wallis, qui propose une consultation gratuite et confidentielle.

A noter que, même dans des situations où vous avez donné votre héritage, si vous avez un peu de fortune ou des revenus tout juste suffisants, il est toujours possible de s'informer auprès de professionnels pour profiter de conseils avisés.

### Plus d'infos

- Les Fleurs du Temps  
Service administratif  
T 027 747 66 11  
info@lfdt.ch
- A DOM, T 027 747 11 82  
adom@fully.ch  
www.fully.ch/fr/adom
- Pro Senectute  
T 027 322 07 41  
info@vs.prosenectute.ch  
www.vs.prosenectute.ch

SPORT

## La Team Sport, pas à pas vers les défis!

Depuis 2022, la Team Sport, une équipe de sportives et sportifs amateurs qui collaborent aux Fleurs du Temps, se réunit à plusieurs reprises durant l'année pour participer à des courses et marches dans une ambiance conviviale.

Sous l'impulsion de Kathy Kunz, aide-soignante au Foyer Sœur Louise Bron à Fully, la Team Sport voit le jour en 2022 et donne l'élan à une trentaine de collaboratrices des Fleurs du Temps, tous domaines confondus, au départ de leur première course, La Montheysanne, à Monthey. Succès garanti, qui se réitère chaque année depuis. «J'ai été très émue par l'enthousiasme de mes collègues, c'était chouette. Cette année, nous avons pris part à cet événement pour la 3<sup>e</sup> fois. Cette cause, les femmes touchées par le cancer, nous touche toutes et tous d'une certaine façon. A chaque édition, la Direction nous soutient en étant présente. Nous lui en sommes toutes reconnaissantes.»

«Pouvoir se retrouver  
dans d'autres activités  
fait du bien  
à tout le monde.»



Lors de La Montheysanne en 2022, la Team Sport a réuni plus d'une trentaine de collaboratrices, soutenues par leur collègue Fabio et les pensionnaires Mme et M. Baer, pour une première participation mémorable!

### Elle court, elle marche...

Jusqu'à là, la Team Sport, qui court sous les couleurs des Fleurs du Temps, s'est lancé plusieurs défis: les 5 et 10 kilomètres de course ou de marche de La Montheysanne, les 4 et 10 kilomètres de marche, ainsi que la catégorie Relais de 6 personnes du Marathon des terroirs à Martigny, les 5 kilomètres de marche de l'Aosta 21K à Aoste et, pour bien finir l'année 2024, la Course de Noël à Sion le 14 décembre.

### Nouer de nouveaux liens... et ses lacets!

Le but de la Team Sport? Rassembler les cinq sites des Fleurs du Temps, faire des rencontres et partager de bons moments en dehors du travail. «Nous avons des métiers passionnants, mais difficiles. Pouvoir se retrouver dans d'autres activités fait du bien à tout le monde.»

Pour l'année à venir, Kathy Kunz prépare de nouvelles aventures pour l'équipe sportive, avec plus de marches, et très certainement une balade gourmande! «Je suis très contente de l'engouement. Chaque site des Fleurs du Temps encourage son équipe de travail à intégrer la Team Sport, ça fait plaisir!» Pour s'inscrire, il suffit de s'annoncer auprès de Kathy Kunz via l'onglet «Sport» sur Beekeeper, qui est une application de travail permettant à tout le personnel des Fleurs du Temps d'avoir accès aux informations générales et de réseauter. A vos baskets!

## ANIMATION

## Que de rencontres!

La journée portes ouvertes du Centre de jour Le Moulin et la sortie à la Foire du Valais ont permis de créer de nouveaux liens et de se régaler.

A Fully, le Centre de jour Le Moulin, qui accueille une quinzaine d'âinés du mardi au vendredi, a organisé une journée portes ouvertes le 2 septembre dernier pour mieux se faire connaître du public. Durant l'après-midi, diverses activités ont été présentées, telles que des cours de cuisine, de bricolage et des jeux de société. Faits maison par les hôtes, des gâteaux et petits salés, ainsi que des pots de confiture et des porte-clés en cadeau, ont ravi les visiteurs. «Le bilan est positif, avec de bons retours et une belle participation du village», se réjouit Eliana Mendes, infirmière-chef aux Fleurs du Temps. Au Moulin, le personnel espère avoir encouragé de nouvelles personnes à s'inscrire, pour faire des rencontres, participer à des ateliers ou simplement passer du temps en agréable compagnie. Les proches des participants sont invités à les accompagner s'ils le souhaitent.

Lors de leur sortie à la Foire du Valais, les résidents et animateurs des sites de Charrat, Fully, Grimisuat et Saillon se sont tous rencontrés et ont partagé des moments de convivialité. Dégustation de pizzas, spectacle de cirque à l'Espace Tribus, visite des stands et des animaux de la ferme étaient au programme! «La Journée des âinés à la Foire du Valais est un rendez-vous immanquable où les résidents ont l'occasion de rencontrer des connaissances ou des proches et de participer à des événements sociaux de la région», explique Ophélie Mettaz, assistante socio-éducative du site de Fully. «Ils ont tous été conquis et ont apprécié cette activité en dehors de l'EMS, qui a fait remonter de nombreux souvenirs.»



A gauche, le goûter servi lors de la journée portes ouvertes au Centre de jour. A droite, la sortie à la Foire du Valais.



## BRÈVES

### Certifications renouvelées avec succès!

#### Qualité globale

La note a de quoi nous rendre fiers: 98,5 sur 100! Récemment évaluée par les experts du système qualité Qualivista, notre institution a vu sa dynamique participative, l'engagement de ses équipes, sa politique sociale, ses processus d'amélioration continue, son concept de formation, ses prestations aux résidents ou encore la vie au sein des foyers salués, pour ne citer qu'eux. Accordée pour trois ans, cette certification est une excellente occasion de nous challenger.

#### Alimentation

Nos labellisations *Fourchette verte*, qui exige un équilibre alimentaire des menus et le lien avec les saisons, et *Cuisinons notre région*, pour des achats de proximité, ont également été renouvelées avec succès. Cerise sur le gâteau: notre engagement local a été salué de la *Toque de bronze* lors du salon professionnel de l'hôtellerie-restauration (CaReHo) qui s'est tenu au CERM du 17 au 19 novembre.

Merci et félicitations à toutes et tous pour l'excellence de votre travail!

#### Impressum

*Gardons le contact*, n° 7, décembre 2024  
Journal destiné aux résidents, à leurs familles et aux collaborateurs des Fleurs du Temps. ©Les Fleurs du Temps SA

Conception, rédaction, mise en page:  
Le fin mot Communication, Martigny  
Photographies: Les Fleurs du Temps,  
Thomas Masotti, Martigny (p. 6)

Impression: Imprimerie de la Tour, Saillon  
Tirage: 800 exemplaires