



Le trait d'union



Regards
croisés

02-03

**Une histoire
de famille**

04-07

Dossier

Le point sur les
troubles neurocognitifs

14

Reportage

Une boutique de
vêtements à l'EMS

15

Portrait

32 ans de maison

Édito

Chères lectrices, chers lecteurs,

Ouverte en 1924, les Maisons de la Providence fêtent leur 100^e anniversaire cette année. Fondée pour accueillir les personnes nécessi- teuses, notre institution n'a cessé d'évoluer pour répondre au vieillissement et aux besoins de sa population. Aujourd'hui, nos Maisons emploient 240 collaboratrices et collaborateurs et accueillent 145 personnes âgées ou fragilisées dans leur santé.

Pour célébrer ce centenaire en beauté, différentes festivités sont prévues pour nos aînés et leurs proches, notre personnel et nos partenaires. Le grand public d'Entremont n'est pas oublié. Nous vous invitons cha-

leureusement à la fête populaire qui aura lieu les 14 et 15 septembre prochain à l'Espace Saint-Marc au Châble.

Placée sous le signe de la convivialité, ce week-end est également l'occasion d'en savoir plus sur notre institution. Qu'on y pense pour soi-même ou ses parents, qu'on y ait des connaissances, les Maisons de la Providence nous concernent tôt ou tard. Venez faire connaissance! Vous trouverez le programme complet à la dernière page.

Ce numéro aborde aussi les troubles neurocognitifs, terme préféré à celui de démence. Principal motif d'entrée dans notre EMS, ces troubles touchent aujourd'hui 80% de nos ré-

sidentes et résidents. Pour faire face à ce défi, nous adaptons les prises en charge, avec notamment des approches thérapeutiques dédiées.

Bonne lecture!



Patrice Michaud, directeur

Regards croisés

Telle mère, telle fille!

Valérie et Allison Murisier ne partagent pas seulement les mêmes traits, mais aussi la même vocation professionnelle : prendre soin d'autrui. À La Providence, l'une est infirmière, l'autre assistante en soins et santé communautaire (ASSC); l'une est à Montagnier, l'autre à Orsières. Elles se confient sur leurs métiers et leurs similarités.

Quel est le parcours qui vous a menées à La Providence?

VM: Après l'obtention de mon diplôme à l'école d'infirmières de Sion, j'ai débuté dans le métier à l'hôpital de Monthey. Avec la naissance de mes deux filles, la charge de travail est devenue trop conséquente – j'avais des journées de douze heures. J'ai donc rejoint La Providence dès 2011. L'ancien infirmier-chef de Montagnier faisait partie du corps professoral de l'école où j'ai été formée; c'est lui qui m'a fait connaître l'EMS et qui m'a incitée à entrer dans l'équipe médico-sociale.

AM: Pour ma part, j'ai décidé de ne pas faire d'études et de travailler directement après la fin de l'école obligatoire. Depuis trois ans, je poursuis mon apprentissage d'ASSC à Orsières, en parallèle de mes études à Châteauneuf. Je suis actuellement en dernière année et j'espère pouvoir rester à La Providence après ma certification. Je connaissais l'EMS, car ma mère y travaille depuis une dizaine d'années, et aussi parce que j'avais déjà réalisé deux stages à Montagnier au 1^{er} et au 3^e étage.

VM: Quand elle était en stage à Montagnier, je me souviens qu'elle venait me saluer dans les étages. Mes collègues me répétaient souvent que notre ressemblance était frappante.

Que trouvez-vous enrichissant dans vos professions?

VM: J'apprécie la relation avec les résidents et leurs proches. Travailler en équipe, avec les auxiliaires de santé et les ASSC, constitue également une richesse. Nous échangeons au quotidien et nous montons des projets, de concert avec les autres services. Nous côtoyons de près le corps médical: physiothérapeutes, ergothérapeutes, médecins. En tant qu'infirmière, je gère également la partie administrative des soins, ce qui me fait apprécier d'autant plus le contact avec les patients et les collègues.

AM: J'aime m'occuper des autres, je fais preuve d'une grande patience avec les personnes âgées. Je me sens à l'aise et proche d'elles, dans leur intimité. Le fait que ma mère travaille dans le domaine m'a inspirée. Les soins médico-techniques me passionnent.

«Ça nous arrive souvent d'échanger sur nos journées respectives et je lui pose des questions sur certains résidents. C'est une chance!»

Allison Murisier

«Quand elle était en stage à Montagnier, je me souviens qu'elle venait me saluer dans les étages. Mes collègues me répétaient souvent que notre ressemblance était frappante.»

Valérie Murisier



VM: Il est certain que, depuis son enfance, Allison a une facilité de contact avec les gens et elle aime prendre soin des malades. Je me souviens qu'une fois – elle était petite –, une de ses copines est tombée et elle saignait. Alors que d'autres auraient eu peur, Allison s'est précipitée vers elle pour l'aider et a réclamé un pansement.

AM: (elle sourit) Oui, je m'en souviens! J'aime prendre le temps de soigner et expliquer les gestes que j'effectue. Toutefois, je sais que je n'aurais pas la même patience avec des enfants, par exemple. C'est pourquoi j'ai opté pour un EMS comme cadre de travail.

Avez-vous l'occasion de collaborer?

AM: Pendant mon stage au 1^{er} étage, nous faisons les pauses ensemble. Autrement, je n'ai jamais collaboré directement avec maman. Plusieurs personnes avec des troubles neurocognitifs ont été transférées de Montagnier à Orsières; elles ont donc été successivement prises en charge par ma mère et moi.

VM: On n'a pas l'occasion de se croiser souvent au travail. Par ailleurs, je vis au Levron et Allison vient de déménager à Orsières, pour être plus proche de son lieu de travail.

Aviez-vous imaginé un jour travailler dans le même établissement?

VM: Oui, nous nous sommes déjà imaginées travailler ensemble (Allison acquiesce). Nous avons la chance d'avoir une bonne relation et nous partageons la même philosophie.

AM: Ça nous arrive souvent d'échanger sur nos journées respectives et je lui pose des questions sur certains résidents. C'est une chance!

VM: Je trouve Allison très compétente dans le domaine de la santé, elle se débrouille très bien. Cet attrait pour la psychologie et le bien-être de l'individu est inné chez elle.

Avez-vous des projets professionnels particuliers?

VM: Je viens de terminer un CAS en psychogériatrie, qui m'a occupée pendant un an et demi. À Montagnier, j'ai des journées où je peux soigner des patients qui ont des troubles neurocognitifs. L'approche psychiatrique diffère de la prise en charge classique de la personne âgée. C'est un aspect qui m'intéresse beaucoup dans ma pratique.

AM: De mon côté, je m'imagine bien préparer le diplôme d'infirmière ES en cours d'emploi sur deux ans, mais rien n'est gravé dans le marbre!

Dossier

Troubles neurocognitifs: comment les prévenir? Comment les prendre en charge?

Préférés au terme de démence, les troubles neurocognitifs majeurs seront au centre de la conférence du Dr Stephan Eyer le 14 septembre prochain au Châble. Interview.

Qu'est-ce qu'un trouble neurocognitif?

Un trouble neurocognitif signifie la perte insidieuse de certaines fonctions mentales, qui va se répercuter sur le fonctionnement de la personne. Lorsque celle-ci est encore indépendante dans la vie de tous les jours, il est qualifié de «mineur», au contraire du «trouble neurocognitif majeur», dans lequel la gestion des paiements, des médicaments, de la conduite automobile, du téléphone, entre autres, peut devenir problématique. La forme la plus fréquente de trouble neurocognitif majeur est la maladie d'Alzheimer. Elle se manifeste par des oublis, des rabâchages, des problèmes d'orientation, des périodes de confusion. À un stade plus avancé, c'est le jugement, la parole, les conduites sociales, la personnalité qui sont altérés.

Quels sont les facteurs de risque?

L'âge est le principal facteur de risque ou déterminant, car il n'est pas modulable. Environ 5% des personnes âgées de 65 ans et plus présentent un trouble neurocognitif majeur. Cette proportion double tous les cinq ans environ et concerne plus de 20% des plus de 85 ans. Les autres facteurs de risques sont les mêmes que ceux des maladies cardiovasculaires: l'hypertension, le diabète, l'excès de tabac, d'alcool et de graisse.

Est-il possible de freiner l'évolution de la maladie?

Oui, il existe des facteurs protecteurs qui influent positivement sur l'évolution, et sur lesquels il est possible d'agir. Parmi ceux-ci, il y a la marche ou tout autre exercice qui accélère la fréquence cardiaque, signe que la perfusion et l'oxygénation cérébrales s'améliorent. La personne limitée dans sa mobilité peut faire du vélo d'appartement ou des séries de dix levers de chaise en s'aidant si nécessaire des accoudoirs. Les activités occupationnelles qui sollicitent la réflexion, la curiosité, l'intérêt ont le même effet neuroprotecteur.

«La maladie d'Alzheimer commence dix à quinze ans avant les premiers symptômes. Les recommandations de santé globale sont donc à promouvoir à tout âge.»



Le Dr Stephan Eyer est médecin interniste et gériatre. Médecin-chef à la Clinique de gériatrie et réadaptation du Chablais à Monthey, il est également membre du conseil d'éthique de l'Association valaisanne des EMS et du comité d'Alzheimer Valais.

Comment retarder l'apparition de la maladie?

Des études montrent que la pratique régulière d'une activité physique peut retarder jusqu'à trois ans la survenue d'un trouble neurocognitif majeur. Tel un remède, on peut recommander de marcher trois fois 20 à 30 minutes par semaine. Selon les préférences, on peut aussi chanter dans une chorale, jouer d'un instrument de musique, faire de la danse de salon, parler une autre langue, garder ses petits-enfants, faire du bénévolat, assister à un spectacle, aller au cinéma, etc. Certaines activités sont susceptibles d'éveiller des réminiscences et des connaissances intuitives qui sont présentes tout au long de la vie.

On dirait des conseils universels, non?

Effectivement, cette approche thérapeutique de style de vie prévient le trouble neurocognitif majeur, mais aussi d'autres affections et syndromes liés au grand âge: les chutes, l'ostéoporose, la douleur, la dépression. Considérer ces problèmes comme inéluctables serait une forme d'âgisme. Des mesures préventives et réadaptatives, adaptées aux besoins de la personne âgée, apportent de réels bénéfices en termes de maintien de ses capacités cognitives et de son état fonctionnel. On sait par ailleurs que le processus dégénératif à l'origine de la

maladie d'Alzheimer commence dix à quinze ans avant les premiers symptômes. Ces recommandations de santé globale sont donc à promouvoir à tout âge, car elles sont garantes d'un vieillissement cérébral ultérieur en meilleure forme.

Parfois, cela ne suffit pas... Comment prendre en charge les situations complexes?

La personne atteinte dans sa santé cognitive est fragile, dans le sens où elle est plus particulièrement à risque de devenir confuse lors de conditions stressantes, par exemple une infection débutante, une sensation douloureuse, un problème de rétention urinaire, un manque d'hydratation, un médicament mal supporté, un problème de sevrage, des appareils auditifs défectueux. Elle est aussi vulnérable au sens éthique du terme : son autonomie, son intégrité, sa dignité peuvent être compromises. Appréhender sa complexité suppose une approche globale, intégrative et collaborative. Intégrative signifie que nous portons attention à toutes les dimensions de la personne : sa cognition, mais aussi sa mobilité, son humeur, son alimentation, son environnement ambiant, ses ressources. Collaborative implique la coordination des soins et le partage interdisciplinaire des compétences.

«Les activités qui sollicitent la réflexion, la curiosité et l'intérêt ont un effet neuroprotecteur.»

Terminons avec les familles.

Comment communiquer avec un proche atteint de trouble neurocognitif majeur?

Il est important de capter l'attention de la personne, de se mettre face à elle, à sa hauteur. Les contrejours et les bruits de fond peuvent faire émerger des idées erronées ou de fausses interprétations. Évitez les questions ouvertes qui font appel à des raisonnements logiques, préférez les choix simples et les énoncés. Dites une seule chose à la fois, confirmez la compréhension des questions posées. Aidez la personne à trouver le bon mot, terminez sa phrase si nécessaire. Parlez d'un ton calme, rassurant, en créant une relation par le geste ou le toucher.

À vos agendas!

À l'occasion du 100^e anniversaire des Maisons de la Providence, le Dr Stephan Eyer donnera une conférence sur les troubles neurocognitifs majeurs le 14 septembre à 16h30 à l'Espace Saint-Marc au Châble. L'accès est libre; il n'est pas nécessaire de s'inscrire. Sa conférence sera suivie d'une table ronde.



Jouer aux cartes, voir des amis, faire du bénévolat, jouer d'un instrument ou garder ses petits-enfants : autant d'activités qui permettent de retarder l'apparition de la maladie.

Dossier

Troubles neurocognitifs: la réponse des Maisons de la Providence

À La Providence, près de 8 personnes sur 10 sont atteintes de troubles neurocognitifs, une tendance en hausse depuis cinq ans. L'EMS leur propose des activités thérapeutiques sur mesure, prodiguées par du personnel formé. Présentation.

L'art-thérapie

La créativité et les émotions figurent parmi les zones qui résistent le plus longtemps à l'avancée de la maladie. Grâce au dessin, à la peinture, au conte ou à la poésie, l'art-thérapeute aide la personne à exprimer un ressenti ou un sentiment. Son imaginaire ou ses souvenirs sont stimulés. Au bénéfice d'un diplôme fédéral, l'art-thérapeute travaille à La Providence deux jours par semaine.



Le chariot sensoriel

Dernier-né des activités de La Providence, le chariot sensoriel comprend des instruments de musique, des tissus, des tubes sensoriels, des imagiers, une cabane à sons, une planche avec des prises et même... un chat thérapeutique. Le service d'accompagnement socioculturel adapte l'activité aux besoins et à l'histoire de vie de la personne. Le fait de toucher apaise et peut calmer une angoisse.



La zoothérapie

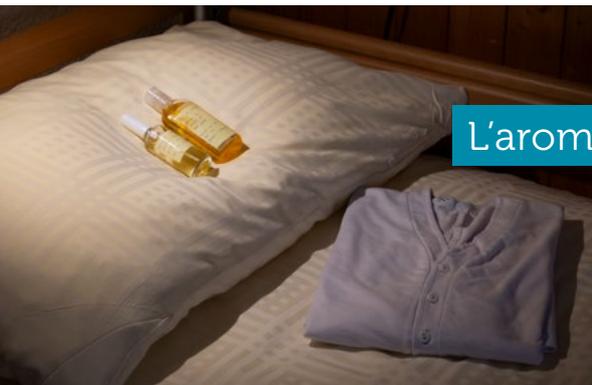
Régulièrement, deux thérapeutes formées se rendent à La Providence accompagnées d'animaux éduqués, comme des cochons d'Inde, colombes, poules, lapins, canards, chats et chiens. La présence de l'animal permet de proposer des activités qui améliorent la santé mentale, physique et/ou relationnelle en stimulant les fonctions cognitives et motrices et en créant un espace d'écoute et d'échange.



Le bain thérapeutique

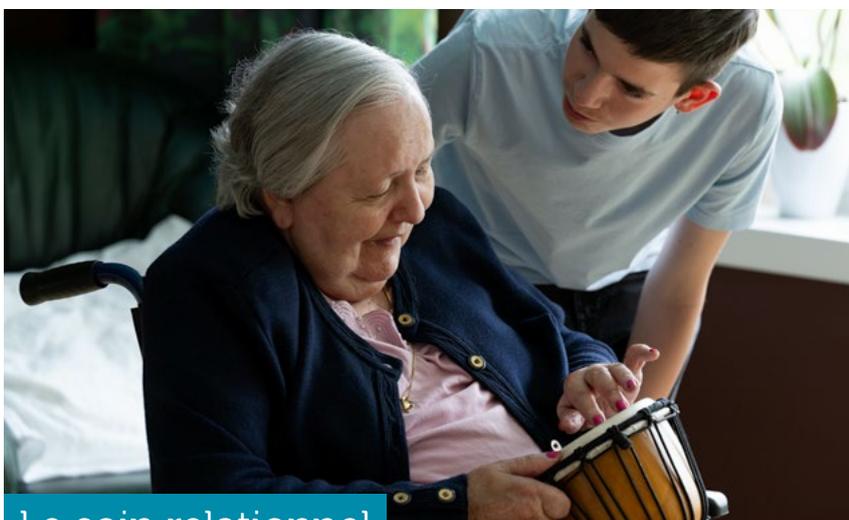
Chaque site est équipé d'une salle de bain spécialement créée pour favoriser une ambiance zen (huiles essentielles, musique douce et lumière tamisée). Réalisé avec l'accord de la famille, ce soin permet à la personne de se relaxer, passer un moment agréable dans l'eau, retrouver la perception de son corps et raviver des souvenirs. Autre avantage: passer un moment privilégié avec deux membres de l'équipe.





L'aromathérapie

La Providence emploie une massothérapeute avec une formation en aromathérapie. L'utilisation d'huiles essentielles permet de calmer les agitations motrices et psychiques. En fonction du diagnostic et du comportement, l'aromathérapeute compose un spray aurique personnalisé que l'équipe applique régulièrement sur les épaules de la personne, sur son oreiller, son duvet ou dans sa chambre.



Le soin relationnel

Le soin relationnel est un outil d'accompagnement basé sur la qualité de la présence attentive et affective, pour entrer en contact avec les personnes vulnérables et dépendantes. Cette approche autorise la tendresse, afin qu'elle imprègne chaque acte prodigué. Plusieurs membres du personnel sont formés à cette approche, qui fait appel au chant, au murmure chantonné ou à l'écoute de sons musicaux.



Le massage

Le contact physique est aussi indispensable que le besoin de dormir ou de manger. À La Providence, deux masseuses diplômées proposent aux personnes atteintes de troubles neurocognitifs des séances de massage. Au-delà de la détente, c'est aussi l'occasion de rassurer ou d'écouter les résidentes ou résidents. Le massage a lieu en chambre. Les familles doivent donner leur accord au préalable.

Les Colporteur'Couleurs

Cette animation est un moyen de communication original qui utilise des foulards, des coussins et tissus colorés pour stimuler les perceptions sensorielles, principalement tactiles et visuelles. Le matériel proposé est volontairement abstrait afin de laisser libre cours à l'imagination des personnes. L'essentiel? Être à l'écoute de la personne âgée, accueillir ses émotions et s'adapter à son rythme et à ses capacités.



Bienvenue

Ont été prises en compte les arrivées intervenues entre le 1^{er} octobre 2023 et le 31 mars 2024.

Nous les accueillons à Montagnier

Femme discrète, **Érica Bessard** apprécie discuter en petit groupe et échanger avec les personnes qui s'adressent à elle. Elle participe volontiers aux animations, spécialement à la gym dynamique, où elle a toujours plaisir à rejoindre les autres résidents.



Delphine Besse est enchantée d'avoir pu entrer à La Providence, car elle connaît énormément de personnes venant du coin. Avant son entrée, Mme Besse venait souvent rendre visite aux résidents. Infirmière de métier, elle a travaillé au centre médico-social de St-Maurice. Elle apprécie le calme de sa chambre tout comme elle apprécie recevoir les visites courantes de son frère et de sa belle-sœur. Elle discute volontiers avec les personnes qu'elle connaît et participe avec plaisir aux animations proposées.



Entrée à La Providence en fin d'année 2023, **Bernadette Bruchez** est une femme de caractère. Lorsqu'on fait preuve d'un peu d'humour, nous sommes ravis de la voir sourire et de l'entendre rire. Pendant la soirée, elle apprécie suivre sa petite routine: prendre le repas, puis s'installer confortablement pour regarder le téléjournal de 19h30, avant d'aller se coucher.



En janvier 2024, **Georges Darbellay** et sa bonne humeur ont rejoint La Providence. Issu d'une famille de huit enfants, M. Darbellay reçoit régulièrement la visite de ses proches. Son frère aîné Roger Darbellay, déjà parmi nous, son fils, ses petits-enfants et les membres de sa famille forment une belle tribu dans le petit salon. Malvoyant et malentendant, c'est un monsieur toujours jovial et très aimable. Il aime «tout»: la musique, manger, chanter, partager les plaisirs de sa mémoire, faire des blagues et siffler des airs entraînants. Son regard, pourtant éteint, est enjôleur et rieur, tandis que sa bouche dessine un croissant de lune enchanteur.



Heinz Eichenberger est entré à La Providence en octobre dernier. Son épouse est très importante pour lui. Oxi, son chien, est également un repère précieux. Tous deux viennent très régulièrement lui rendre visite et ils profitent de se retrouver à la cafétéria. Il apprécie la compagnie et est toujours très reconnaissant lorsque le personnel s'arrête pour discuter avec lui ou pour lui masser les mains.



Après un temps d'adaptation, **Emma Mento** s'est bien habituée au rythme des différentes activités de la journée. Elle apprécie la compagnie des autres résidents et cherche le contact des soignants avec qui elle peut converser en italien. Très bien entourée par sa famille, elle aime profiter des moments qu'elle passe avec ses proches.

Notre actualité en images



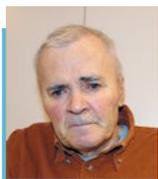
Qu'elles soient servies par un chœur ou un quatuor, les prestations musicales captivent toujours l'auditoire.



Monique Murisier est arrivée à La Providence en même temps que le printemps. Elle apprécie la compagnie des résidents ainsi que celle du personnel et reçoit régulièrement des visites de la part de ses enfants, avec qui elle partage des moments à la cafétéria ou dans le jardin. Petit à petit, elle s'approprie la vie en collectivité et les avantages qui l'accompagnent, tels que les animations.



Après de nombreux courts séjours, **Yvonne Picchio** est entrée définitivement en octobre dernier. C'est une femme discrète, qui ne manque pas de faire preuve d'humour lors de ses échanges avec les soignants. Elle est très entourée par sa famille, qui vient régulièrement manger avec elle à la cafétéria.



Alain Roserens est connu à La Providence car il a longtemps fréquenté le foyer de jour L'Orchidée et effectué des courts séjours. Il est très entouré par son épouse, qui passe tous les jours le voir, notamment pour l'accompagner au moment du souper.

Lorsqu'ils sont ensemble, ils en profitent pour discuter ou jouer aux cartes et passent ainsi de bons moments.

Marie-Madeleine Sarrasin, Besse de son nom de jeune fille, apprécie les choses simples de la vie. Elle est originaire de Sarreyer, petit village qu'elle adore et dont elle nous parle parfois. Il est important pour elle de maintenir ses contacts sociaux. Pour cela, elle reçoit des visites, passe du temps au téléphone et aime beaucoup jouer aux cartes.



Maria Torello est entrée à La Providence au mois de janvier. Elle a des souvenirs de quand elle travaillait dans l'ancien bâtiment, il y a 20 ans, et nous en parle régulièrement. Toujours souriante et bonne vivante, elle reçoit quotidiennement la visite de ses enfants et apprécie beaucoup la compagnie des autres résidents.

Ancien chasseur, **Patrice Vaudan** connaît la vallée et ses gens comme sa poche. Personnage très intéressant, il partage volontiers ses connaissances et ses expériences avec le personnel de la Maison. Tous les après-midis, il se réserve du temps pour effectuer un peu de vélo statique. M. Vaudan ne perd aucune occasion de se régaler devant un match de hockey ou une descente de super-G.



Hommages

Ont été pris en compte les décès intervenus entre le 1^{er} octobre 2023 et le 31 mars 2024.

Nous ont quittés à Montagnier



Cécile Abbet était une personne très douce qui restait dans un silence qui nous interpellait. Malgré cela, nous savions qu'elle observait et écoutait les conversations et, lorsqu'un sourire illuminait son visage, nous étions contents de la voir réagir. Elle

était toujours accommodante et elle nous faisait comprendre qu'elle appréciait notre compagnie, qu'on lui tienne la main, qu'on lui parle ou qu'on lui chante des mélodies. Mme Abbet est partie discrètement, et nous nous rappelons encore les sourires de ses silences. Elle nous laisse de tendres souvenirs d'une personne bienveillante.



Originnaire de Bourg-St-Pierre, **Thérèse Balleys** est venue s'installer dans notre Maison à Montagnier en janvier dernier. Malgré le peu de temps passé à La Providence, nous pouvons affirmer qu'elle était une personne joyeuse, toujours souriante

et très agréable avec le personnel soignant. Elle avait d'inoubliables yeux bleus et on pouvait quotidiennement l'entendre siffler des airs de musique.



Jeanne Blanc-Delacombaz s'est éteinte après un long séjour de plus de dix ans chez nous. Femme de caractère, elle savait ce qu'elle se voulait. Elle était une figure à La Providence. Nous ne pouvions pas la manquer en passant devant le coin

fumeurs ou la cafétéria. L'été, elle accueillait les soignants à l'entrée de La Providence. Elle avait un lien privilégié avec son fils, qui était tout pour elle.



Yolande Bolletti était de nature joyeuse et aimait beaucoup siffler comme un petit oiseau. Elle appréciait énormément la rigolade et était toujours de bonne humeur. Depuis le décès de son mari, Mme Bolletti ne parlait presque plus, mais elle nous

faisait toujours de beaux sourires. Ses filles venaient régulièrement la trouver et appréciaient voir leur maman toujours aussi coquette, bien coiffée et avec de beaux ongles vernis.



Valérie Darbellay était une dame toujours de bonne humeur, d'une gentillesse et d'une douceur à apaiser ceux qui l'accompagnaient. Elle était discrète, mais aimait rire, chanter et raconter son histoire. Elle parlait souvent de ses aventures à moto

au Grand-St-Bernard et appréciait le temps que nous passions avec elle. Elle était gourmande de petits biscuits, compagnons de ses plaisirs simples. Mme Darbellay avait toujours un sourire et un merci pour les personnes.



Malgré le peu de temps où elle a résidé à La Providence, **Gunda Eugster** connaissait très bien la Maison. Habitant dans la même rue, elle venait très régulièrement à la cafétéria, accompagnée de son chien, auquel elle était très attachée. Elle appréciait le contact humain et était connue de tous dans le quartier. Elle avait construit sa maison à Montagnier après le décès de son mari et aimait travailler dans son jardin. C'était une femme de caractère, qui savait ce qu'elle voulait et qui était très coquette, toujours bien apprêtée.

Malgré le peu de temps où elle a résidé à La Providence, **Gunda Eugster** connaissait très bien la Maison. Habitant dans la même rue, elle venait très régulièrement à la cafétéria, accompagnée de son chien, auquel elle était très attachée. Elle appréciait le contact humain et était connue de tous dans le quartier. Elle avait construit sa maison à Montagnier après le décès de son mari et aimait travailler dans son jardin. C'était une femme de caractère, qui savait ce qu'elle voulait et qui était très coquette, toujours bien apprêtée.



Marie-Antoinette Favez a gardé son âme de patronne de restaurant jusqu'à la fin de sa vie. Elle s'inquiétait toujours du bien-être des autres résidents et du personnel, et gardait en toute circonstance son sourire. Elle était d'humeur positive et communiquait facilement avec son entourage. Elle était souvent saluée par des visiteurs qui étaient d'anciens clients, elle en ressentait de la joie et du bonheur, avec un sentiment d'avoir réussi sa vie professionnelle et familiale. Coquette, elle aimait être bien habillée et surtout bien coiffée; sa fille venait chaque semaine lui mettre des bigoudis.

Plutôt solitaire, **Élise Michaud** aimait le calme de sa chambre. Elle appréciait toutes les visites qui défilaient pendant la journée, y compris celles du personnel soignant. Ses deux fils passaient la voir tous les mercredis et c'était pour elle un pur bonheur de les accueillir. Mais la cerise sur le gâteau était le passage de son petit-fils, Patrice. Elle n'oubliait jamais de mentionner qu'il était le directeur de la Maison.



Plutôt solitaire, **Élise Michaud** aimait le calme de sa chambre. Elle appréciait toutes les visites qui défilaient pendant la journée, y compris celles du personnel soignant. Ses deux fils passaient la voir tous les mercredis et c'était pour elle un pur bonheur de les accueillir. Mais la cerise sur le gâteau était le passage de son petit-fils, Patrice. Elle n'oubliait jamais de mentionner qu'il était le directeur de la Maison.

Plutôt solitaire, **Élise Michaud** aimait le calme de sa chambre. Elle appréciait toutes les visites qui défilaient pendant la journée, y compris celles du personnel soignant. Ses deux fils passaient la voir tous les mercredis et c'était pour elle un pur bonheur de les accueillir. Mais la cerise sur le gâteau était le passage de son petit-fils, Patrice. Elle n'oubliait jamais de mentionner qu'il était le directeur de la Maison.



Germaine Michellod a passé plus de 10 ans à La Providence et avait donc une bonne connaissance de la Maison. Elle se rendait régulièrement à la chapelle ou dans les divers lieux de l'établissement. Très fière de ses enfants, elle en parlait tous les jours au personnel soignant. Elle a pu partager du temps avec sa sœur Clémentine, qui était également devenue résidente. Elle nous parlait beaucoup du temps où elle avait tenu un bistrot à Médières.



Paul Paccolat était un homme très agréable. Il avait son rituel : après le dîner, il appréciait faire une bonne sieste, puis il s'installait à la table de sa chambre pour lire le journal avec un thé noir. Il aimait la compagnie et aussi les moments de calme. Il discutait volontiers, ne manquait pas d'humour et riait de bon cœur lorsque nous plaisantions. Il appréciait les visites de sa famille et de son ami avec qui il partageait un verre de vin, des fruits et des souvenirs. M. Paccolat aimait rejoindre sa femme Denise, également résidente de La Providence, et passer du temps avec elle.



Avec sa voix grave, **Anny Pache** arrivait toujours à impressionner les nouveaux arrivés. Mais derrière cette apparence, elle était d'une gentillesse inouïe. On la retrouvait souvent sur son balcon en train de fumer sa cigarette ou sur la terrasse au rez-de-chaussée avec ses amies. Très connue dans la vallée, elle recevait beaucoup de visites. Elle était aussi d'une grande générosité et se rendait souvent disponible pour aider d'autres résidents.



Entré à La Providence en juillet 2022, **Denis Perraudin** était un homme très discret. Il était toujours très agréable avec le personnel soignant et ne se plaignait jamais. Il aimait beaucoup rire et son plaisir favori était son petit verre de vin pendant le repas de midi.



Serge Perrenoud appréciait la plupart du temps de rester en chambre. Originaire du Jura, il avait su quitter son pays pour vivre de nombreuses aventures sportives et artistiques. L'un de nos soignants a tenu à lui rendre hommage à travers ce poème :

*Ta vie était sur tes murs,
Résumée par de si belles peintures,
Le Cervin, Le Mont-Blanc,
Des exploits resplendissants.
Puissent tes huskys, dans un traineau,
T'emmener tout en haut.*



Le peu de temps qu'il a passé à La Providence ne nous a pas permis de beaucoup connaître **Daniel Troillet**. Malgré cela, nous avons pu rencontrer une personne gentille et très douce, et c'est cette belle image que nous gardons de lui.



Ida Vaudan-Bourgeois était une femme bonne vivante et très joyeuse. Elle appréciait beaucoup les visites des membres de sa famille, avec qui elle partageait de beaux moments. On pouvait régulièrement la croiser à la cafétéria, où elle allait faire quelques commissions. Elle se levait très tôt et aimait que le personnel soignant soit bien à l'heure pour lui faire ses soins, mais ne s'impatientait jamais pour autant.

Bienvenue

Ont été prises en compte les arrivées intervenues entre le 1^{er} octobre 2023 et le 31 mars 2024.

Nous les accueillons à Orsières



Huguette Pellouchoud s'est installée à La Providence à la fin janvier, premièrement à Montagnier, puis à Orsières. Avant d'entrer dans la Maison, elle vivait au Biolley avec son mari, entourée de toute sa famille. Elle aime tricoter, faire des mots cachés, regarder la télévision, écouter la messe et lire *Le Nouvelliste* sur son téléphone. Elle collabore avec toute l'équipe tout en étant très agréable.



Georgette Vernay est entrée à La Providence à la fin du mois de février. Originnaire du Haut-Valais, elle a vécu plusieurs années avec son mari dans le canton de Genève, puis a demandé à être accueillie à Orsières. Elle est très bien entourée par ses trois enfants et ses petits-enfants, qui viennent régulièrement lui rendre visite. Ils aiment partager avec elle de beaux moments conviviaux à la cafétéria.



Âgée de 97 ans, **Anna Tornay** est la petite sœur d'une de notre doyenne, Rosa Rosset-Lattion (103 ans). Toutes les deux ont demandé de partager la même chambre et se sont donc retrouvées au home d'Orsières. Elles passent de bons moments de causerie, de visite de leurs familles et de détente. Mme Tornay est une personne au caractère bien trempé et ayant la tête sur les épaules. Elle apprécie beaucoup la compagnie de sa sœur, avec qui elle est très complice. Elle aime regarder des chaînes sportives à la télé, en particulier les compétitions de ski, jouer aux cartes et au loto.

Hommages

Ont été pris en compte les décès intervenus entre le 1^{er} octobre 2023 et le 31 mars 2024.

Nous ont quittés à Orsières



Claude Darioli avait un très bon contact avec le personnel, pour qui il avait toujours un mot gentil qui égayait les journées. Il aimait parler des aventures de chasse de son beau-fils et d'un petit-fils. Il restait beaucoup dans sa chambre à regarder la télévision et il scrutait par la fenêtre pour essayer de voir ses arrière-petits-enfants lui faire coucou quand ils allaient à l'école. Les activités qui le faisaient sortir de sa chambre étaient le jass du lundi, le vélo du vendredi et parfois les lotos.



Jean-Claude Reichenbach nous a quittés en février dernier. Il était très bien entouré par sa famille, notamment par son épouse, qui venait lui rendre visite tous les jours. Lorsqu'il vivait encore chez lui, il aimait faire de longues promenades, marcher était vraiment un grand plaisir pour lui. Sa famille venait régulièrement l'accompagner pour sortir aux alentours de La Providence.



Mélanie Morand était très élégante, elle aimait être soignée et ne manquait jamais de mettre ses nombreux bijoux. Elle était très agréable, souriante et aimait remercier les soignants en donnant de grands bisous dont on ressentira le manque. Elle appréciait la compagnie des autres résidents, avec lesquels elle aimait passer l'après-midi à la cafétéria. Très entourée par ses nièces, elle avait une grande nostalgie de son époux déjà décédé, qu'elle a rejoint au mois de février.

Métier

«Les soins de longue durée ont une place à prendre»

Depuis 2020, Pierre-Louis Abbet, directeur des soins de La Providence, est également président de l'Association valaisanne des infirmiers-chefs des EMS (AVICEMS). Il revient sur les défis de la profession.

Quels sont les buts de l'AVICEMS?

Il s'agit d'une association indépendante. Elle ne fait pas de politique et n'est reliée à aucune institution. Parmi ses objectifs : la promotion des soins prodigués dans les EMS. Nous sommes également l'interlocuteur privilégié de l'AVALEMS, l'association faïtière des EMS valaisans, et du Département de la santé. Un autre objectif est la promotion du métier infirmier en EMS, mal connu.

D'où vient ce manque de visibilité?

Quand on pense à une carrière dans les soins, on pense d'abord à l'hôpital, plus attractif. J'ai moi-même commencé ma carrière au service des urgences de l'hôpital de Martigny. Aujourd'hui, on place l'EMS en fin de carrière. Or, travailler dans une institution comme la nôtre comporte des atouts. Dans un hôpital, l'équipe soignante travaille en binôme avec les médecins, ce qui n'est pas le cas chez nous. Le ou la soignante doit savoir faire une évaluation de manière indépendante. Ce rôle autonome est une compétence nécessaire en EMS et un acquis pour la suite de la carrière.

«Travailler à l'EMS requiert de l'autonomie et des compétences d'analyse.»

Comment faire connaître ces compétences?

C'est pour ça que je me suis engagé dans l'association ! Nous sommes formés pour soigner, pas pour nous vendre. Nous devons apprendre à montrer ce que l'on fait. Travailler dans un EMS requiert de l'autonomie et des compétences d'analyse. C'est plus exigeant que d'effectuer des gestes techniques. Nos métiers sont passionnants, mais il faudra du temps pour le faire savoir.

Dans quelle direction le rôle infirmier évolue-t-il?

Au niveau général, le métier est en train de devenir indépendant. La pratique infirmière s'appuie sur des bases scientifiques et la science infirmière a beaucoup progressé ces dernières années, en produisant nombre d'articles et de recherches. En parallèle, la pratique infirmière cherche à dialoguer avec les autres disciplines. On parle de soins pluridisciplinaires et d'une approche plus holistique des soins.



Pierre-Louis Abbet occupe le poste d'infirmier-chef de La Providence depuis 2015.

Et dans la pratique?

Depuis quelques années déjà, les infirmières de pratique avancées, font leur apparition dans les services de soins. À La Providence, nous employons deux infirmières cliniciennes spécialisées au bénéfice d'un master. Elles jouent un rôle essentiel pour assurer la qualité des soins et accorder nos pratiques aux dernières évolutions scientifiques.

Un mot sur la nouvelle CCT cantonale sur les soins de longue durée?

La CCT s'inscrit dans le cadre de la mise en œuvre de l'initiative populaire fédérale pour des soins infirmiers forts acceptée par le peuple en 2021. En vigueur depuis le 1^{er} mai dernier, elle améliore les conditions sociales et salariales pour le personnel soignant des EMS et CMS. La prochaine étape sera d'uniformiser les salaires entre l'hôpital et les soins de longue durée.

Revenons à l'AVICEMS. Quelles sont vos priorités?

Je suis convaincu que les soins de longue durée ont une place à prendre et une reconnaissance, y compris financière, à construire. Nous devons également apprendre à dialoguer avec les instances dirigeantes et les assurances. Enfin, nous devons prendre part aux différents débats sur la santé, sur son financement, mais aussi sur l'avenir de la santé suisse en général et des soins de longue durée en particulier.

Reportage

La mode à tout âge

Habits, sacs, bijoux, chapeaux et autres accessoires viennent aux résidents une fois par année, à l'occasion d'une vente éphémère organisée par la boutique Pour Toi et Moi.

Un assortiment adapté

Fondée à Yverdon-les-Bains, la boutique Pour Toi et Moi vient de célébrer ses 13 ans. Le temps d'une demi-journée, Magali Garayt se déplace dans les EMS de la région avec une large sélection de vêtements. Elle prend soin de choisir des matières de bonne qualité, élastiques et d'entretien facile, avec une coupe adaptée à toutes les morphologies et au goût du jour. Besoin d'échanger, de commander ou de retoucher des habits issus de son magasin? Magali s'occupe de tout!



Une demi-journée de shopping encadrée

Le 25 mars dernier, plus de trente amatrices et amateurs de shopping ont profité de la venue de la boutique à Montagnier pour refaire leur garde-robe. Il peut vite s'avérer compliqué de se déplacer en ville avec des personnes à mobilité réduite. C'est pourquoi l'EMS fait appel à Magali Garayt. Le service d'animation organise cette vente en collaboration avec l'équipe soignante depuis trois ans. Des cabines d'essayage sont mises à disposition et les familles sont assistées dans le choix des vêtements, ainsi que pour l'habillage et le déshabillage de leurs proches.



«Il s'agit de donner la possibilité aux résidents de choisir leurs vêtements, de toucher les tissus et de manifester leurs goûts personnels.»

Prendre soin de soi

Élodie Richard, co-responsable du service d'accompagnement socio-culturel, souligne: «Il s'agit de donner la possibilité aux résidents de choisir leurs vêtements, de toucher les tissus et de manifester leurs goûts personnels. Les ventes éphémères ont toujours du succès. Non seulement c'est un moment de partage privilégié entre un parent et sa famille, mais cela donne une occasion de prendre soin de soi et de se faire plaisir.»



Portrait

Une carrière en trois temps

Depuis 1992, Manuela Henriques Ferreira veille sur Montagnier. Comme une valse, sa carrière s'est déroulée en trois temps : 15 ans à l'entretien, puis 10 ans à la lingerie et 7 ans dans les soins.

À 18 ans, Manuela quitte Santa Maria da Feira, son village natal au Portugal, pour la Suisse. Ayant œuvré comme jeune fille au pair en France, elle connaît bien la langue de Molière et rejoint son mari, peintre en bâtiment, au Châble. «C'était difficile de partir. Pourtant, c'est un choix de vie que je ne regrette pour rien au monde. Il faut dire que l'immensité des montagnes m'a d'abord effrayée, moi qui vivais à proximité de la mer. En direction du Châble, je m'exclamais : "Où le train se dirige-t-il ? Il n'y a plus rien derrière la montagne !" » sourit-elle.

En 1992, elle est engagée par les Sœurs qui dirigeaient La Providence. «Je suis arrivée après la destruction du vieux foyer et la reconstruction de la Maison de Montagnier. J'y ai débuté en tant que nettoyeuse. Les horaires étaient confortables pour la jeune maman que j'étais ; je travaillais cinq matins et deux après-midis par semaine et je gardais le reste du temps pour élever mes deux enfants. »

Une réorientation professionnelle à 45 ans

Après 15 ans au nettoyage et quelques remplacements à la cuisine et à la couture, Manuela devient répondante en lingerie. «Je souhaitais rester dans la Maison, tout en occupant des postes qui m'apportent de nouvelles connaissances. À la lingerie, je prenais soin des tenues du personnel et des vêtements des résidents. C'est un travail de l'ombre, mais ô combien essentiel ! Lorsque mes enfants sont devenus grands, j'ai ressenti le besoin d'être plus proche des personnes âgées. C'est pourquoi, à 45 ans, je me suis formée dans les soins avec la Croix-Rouge. J'ai eu l'opportunité d'œuvrer comme auxiliaire de santé dès 2017, au premier étage sur le site de Montagnier. »

Sa devise : vivre au jour le jour

À la question « Quel domaine préférez-vous ? », son regard devient espiègle : « On me pose très souvent la question. Pour être honnête, je m'applique dans toutes les tâches que j'entreprends, que ce soit au nettoyage, à la lingerie ou ailleurs. J'apprends chaque jour de nouvelles choses, en

«J'apprends chaque jour de nouvelles choses, en particulier auprès des personnes âgées, lorsqu'elles me partagent leur histoire de vie.»



particulier auprès des personnes âgées, lorsqu'elles me partagent leur histoire de vie.» Manuela reste toutefois attachée à ses racines et retourne au Portugal plusieurs fois par année : « Mes enfants sont reconnaissants d'avoir grandi en Suisse. Mais mon mari et moi réfléchissons à rentrer au pays. Il prendra sa retraite dans quelques années et nous aimerions rénover une maison acquise il y a 30 ans. Il faut aussi que je m'occupe de mes parents. Rien n'est encore décidé, je vis au jour le jour ! » conclut-elle avec sagesse.

La Providence fête son 100^e anniversaire!

Cette année, notre institution célèbre ses 100 ans d'existence. Pour marquer le coup, plusieurs événements sont organisés. Demandez le programme!



Exposition et journées portes ouvertes

Jusqu'en août 2024

Exposition «La Providence au fil du temps» à Montagnier

21 juin 2024

Journée portes ouvertes dès 14h30 à Montagnier, suivie du vernissage de l'exposition et d'un apéritif, à 17h, à la cafétéria



Fêtes de La Providence

24 août 2024

Fête de La Providence à Orsières
Messe à 10h, apéritif à 11h et grillades à 12h

25 août 2024

Fête de La Providence à Montagnier
Messe et bénédiction de la statue de la Vierge à 10h, célébrées par Mgr Jean-Marie Lovey, évêque de Sion, apéritif à 11h et grillades à 12h



Festivités à l'Espace Saint-Marc au Châble

13 septembre 2024

Journée de la branche et souper du personnel

14 septembre 2024

Journée d'information et fête populaire

- 16h00 Ouverture des portes
- 16h30 Conférences sur les troubles neurocognitifs majeurs et table ronde modérée par Camille-Angelo Aglione, directeur de l'Association valaisanne des établissements médico-sociaux (AVALEMS)
- 18h00 Partie officielle et apéritif
- 19h30 Raclette géante offerte, boissons payantes

Exposition «La Providence au fil du temps» et présence de différentes associations, telles que Pro Senectute, Alzheimer Valais, Proches Aidants Valais, la Croix-Rouge Valais et bien d'autres...

Ouvert à toutes et tous, sans inscription

15 septembre 2024

Journée des aînées et aînés du Grand Entremont

Pour les plus de 65 ans – places limitées

- 11h00 Ouverture des portes
- 12h00 Choucroute offerte, boissons payantes
- Après-midi Animation musicale

Inscription jusqu'au 14 août 2024 au 027 777 21 00 ou à administration@emsprovidence.ch

Foyer de jour L'Orchidée, Montagnier

Dans notre nouvelle aile, notre structure d'accueil de jour est à disposition les lundis, mardis et vendredis, de 9h à 17h.

Fr. 40.-/jour, repas compris
(non compris: participation de 10% aux coûts des soins, prise en charge à 90% par la caisse maladie)

Tél. 027 777 21 00, administration@emsprovidence.ch

Court séjour, Montagnier et Orsières

Nos Maisons d'Orsières et Montagnier proposent également l'accueil temporaire de vos aînés, le temps d'une convalescence, d'une absence des proches aidants, etc.

Accueil jusqu'à quatre semaines consécutives.

Fr. 50.-/jour, repas compris
(non compris: participation de 10% aux coûts des soins, prise en charge à 90% par la caisse maladie)

Tél. 027 777 21 00, administration@emsprovidence.ch

Édition Les Maisons de la Providence, à Montagnier: chemin de Pierra-Barna 18, 1934 Le Châble / à Orsières: route du Stade 5, 1937 Orsières
Tél. 027 777 21 00, administration@emsprovidence.ch, www.emsprovidence.ch

Conception Jean-Marc Sandoz **Rédaction** Le fin mot Communication en collaboration avec les différentes équipes (Arrivées et Hommages).
Correction / Mise en page Le fin mot Communication

Photos Isabelle Favre (couverture, pp. 2, 3, 5, 6-7: l'art-thérapie, le chariot sensoriel, l'aromathérapie, le soin relationnel et le massage, 13, 14, 15); Animation La Providence (pp. 6-7: la zoothérapie, le bain, les Colporteur/Couleurs, Arrivées et Hommages, Notre actualité en images); Hôpital Riviera-Chablais (p. 4)

Impression Imprimerie du Bourg **Tirage** 8500 exemplaires. *Ce journal est également mis à votre disposition en téléchargement sur notre site internet en format PDF.*