N° 23 SEPTEMBRE 2026

LA VIRGULE

MAGAZINE DES RÉSIDENCES PRENDRE SOIN ET ACCOMPAGNER



VIVRE AU PRÉSENT

Illustration faite à l'aide de l'IA

La Virgule
N° 23 SEPTEMBRE 2026

Sommaire



4 – 5
ÉDITO
Denis Schmitt
Directeur général

6 – 11
VIVRE AVEC
Accompagner au présent

Quand les activités réveillent les souvenirs

12 – 27
REGARDS CROISÉS
« Ici, tout le monde est malade, mais personne n'est fou ! »
Résidante à Liotard

La prévention pour mieux accompagner
Katja Pesenti, coordinatrice des soins

La mémoire du cœur
Fernande

Des sourires qui valent mille mots
Laure-Marie Baillard, animatrice socio-culturelle

Danser avec sa mémoire
Mme Jacqueline Grange

Écouter autrement
Eliane Nunes, ASSC

Les souvenirs qui restent
Mme Angela Ortelli

Ce qui ne s'efface jamais
Patrick Pacthod, Gouvernant

« Se perdre est le seul moyen de trouver un chemin nouveau. »

Proverbe

« Dans ce magazine, la forme masculine s'utilise de manière indifférente pour le masculin, le féminin et tous les autres genres. »

ÉDITO

Directeur général



DENIS SCHMITT
Directeur général

« Accompagnons la mémoire »

Pour les résidants de notre EMS confrontés aux troubles cognitifs, à la désorientation spatiale ou à l'oubli, comme pour toute personne confrontée à ces situations, le monde peut devenir un lieu anxiogène et incompréhensible. Notre mission, en tant que lieu de vie, ne se limite pas à constater ces pertes ; elle consiste à construire, jour après jour, un environnement de sécurité, de repères et de dignité, qui compense, au mieux de nos moyens et de nos possibilités ces déficits par une présence humaine.

La réalité démographique nous impose une certaine lucidité. En Suisse, on estime aujourd'hui à plus de 155'000 le nombre de personnes vivant avec une démence. Selon les projections d'Alzheimer Suisse et de l'Office fédéral de la santé publique, ce nombre pourrait doubler d'ici 2050 en raison du vieillissement de la population. Le canton de Genève, avec sa densité démographique spécifique, est en première ligne de cette transformation. Face à cette augmentation structurelle, les EMS dits « généralistes » comme à RPSA, accueillent désormais des profils de plus en plus complexes, nécessitant une vigilance et une expertise accrues de la part de toutes et tous. Car concilier sécurité, dignité et la liberté qui fait partie des valeurs de notre institution est un défi permanent.

Et nous sommes conscients que l'on ne peut relever ce défi qu'avec le concours d'une communauté soudée, représentée par la famille, les proches, les médecins et tout un ensemble d'acteurs dont les rôles sont aussi complémentaires qu'essentiels.

Heureusement, l'horizon scientifique n'a jamais été aussi porteur d'espoir. La recherche médicale et neuroscientifique progresse à pas de géant, dévoilant régulièrement de nouveaux mécanismes biologiques et ouvrant des pistes thérapeutiques prometteuses pour ralentir l'évolution de ces maladies dégénératives. Cependant, la science ne remplace pas le soin relationnel. C'est ici que notre rôle devient crucial. Les approches non médicamenteuses ont démontré leur impact direct sur le bien-être. Elles apaisent les angoisses, réduisent les troubles du comportement et permettent aux résidants de retrouver des moments de paix et de connexion, même lorsque les mots viennent à manquer.

Pour atteindre et maintenir ce haut niveau d'expertise, la formation continue de nos équipes est un levier stratégique absolu. Il est impératif de renforcer les compétences de l'ensemble du personnel. Cela concerne évidemment les soignants mais il est vital de mettre en lumière le rôle central, trop souvent sous-estimé, du personnel de l'accompagnement socio-culturel ainsi que celui des collaborateurs de la restauration et de l'intendance ; ceux qui transforment un lieu de vie en un foyer chaleureux. De même, le personnel administratif et technique, par sa bienveillance au quotidien, participe à ce climat de sécurité indispensable.

Je tiens à saluer l'engagement formidable des collaborateurs de RPSA. Votre capacité à adapter vos pratiques, à faire preuve d'une empathie active et à inventer des solutions concrètes face à la désorientation d'un résidant témoigne d'une maturité et d'une expertise métier remarquable. C'est en valorisant ces compétences, en partageant nos expériences et en nous formant continuellement que nous réussirons à offrir à chaque personne vulnérable un accompagnement digne, respectueux et lumineux, quelles que soient les altérations de sa mémoire.

Ensemble, tous ensemble, faisons de notre EMS un modèle d'humanité et de progrès social.



Accompagner au présent

Yaren Dönmez, responsable de l'accompagnement socio-culturel de La Petite Boissière avec la participation de Marianne Guillaumot, infirmière spécialiste clinique de RPSA

« J'ai la mémoire qui flanche, j'me souviens plus très bien… »

Cette phrase, souvent chantée avec un sourire, prend parfois une résonance plus profonde dans le quotidien.

Derrière ces mots se cachent de l'inquiétude, parfois de la peur, mais aussi des possibilités de réassurance, de donner du sens avec un accompagnement sensible et profondément humain.

Les troubles cognitifs, qu'il s'agisse de pertes de mémoire, de désorientation dans le temps ou l'espace font partie des défis fréquents liés au vieillissement ou à certaines pathologies. Pourtant, ils ne définissent jamais entièrement une personne, mais une situation à un moment donné.

En EMS, il est essentiel de rappeler que même lorsque certains repères s'effacent, d'autres formes de présence demeurent : les émotions, les souvenirs, les habitudes, et surtout le lien.

Ne plus savoir où l'on est, quel jour nous sommes, ou ne plus reconnaître son environnement peut générer de l'anxiété. Dans ces moments-là, il n'est pas toujours facile de trouver les bons mots sur l'instant, par crainte de heurter la personne.

« Je dois aller rejoindre ma mère. » Cette phrase, qui peut être déstabilisante, devient soudainement une perche tendue pour créer du lien… « Comment s'appelle-t-elle ? Parlez-moi d'elle. »

Et si on arrêtait de vouloir toujours ramener la personne en face de nous à notre réalité, pour plutôt aller la rejoindre dans sa réalité et construire un présent ensemble ? Car dans les troubles cognitifs, seul le présent existe. Le ici et maintenant.

Valider l'émotion, plutôt que de chercher systématiquement à « corriger » la personne. Questionner, écouter activement, reformuler, ou simplement être avec… c'est parfois si simple d'accompagner !

Cela passe par de la formation, mais aussi par l'intérêt que l'on porte à l'histoire et à l'identité des personnes accompagnées.

Lors de la sensibilisation aux comportements complexes faite aux nouveaux collaborateurs durant leur journée d'intégration, l'infirmière spécialiste clinique rappelle que le résidant reste un citoyen, un parent, un grand-parent, un collègue, un ami avant d'être une personne avec des pertes de mémoire.

La dimension humaine doit primer sur les pathologies et permettre une prise en charge centrée sur la personne, ses acquis, ses compétences plutôt que sur ses pertes ou oublis. Car même lorsque la mémoire vacille, la relation reste possible, et souvent très forte. Un sourire, une chanson connue peuvent raviver une émotion positive instantanée.

Les professionnels en EMS jouent ici un rôle fondamental : ils sont des repères, des traducteurs, ou simplement des vecteurs de lien.

Les oublis ou les pertes de repères sont souvent associés à une facette négative du vieillissement, mais ils ne sont qu'un détail parmi la richesse de l'humain, des histoires connues au fil de ces nombreuses années vécues, et de la sagesse acquise.

Cela ne doit pas faire de l'ombre à la personne qu'elle a été, qu'elle est et qu'elle restera, mais plutôt donner envie de voir plus loin et d'explorer la personne dans son entièreté.

Accompagner les troubles cognitifs, ce n'est pas seulement gérer des symptômes : c'est continuer à reconnaître la personne dans toute sa dignité, son histoire et sa sensibilité. Et parfois, même quand les mots s'effacent, l'essentiel reste.

De la théorie à la pratique : le regard de nos apprentis

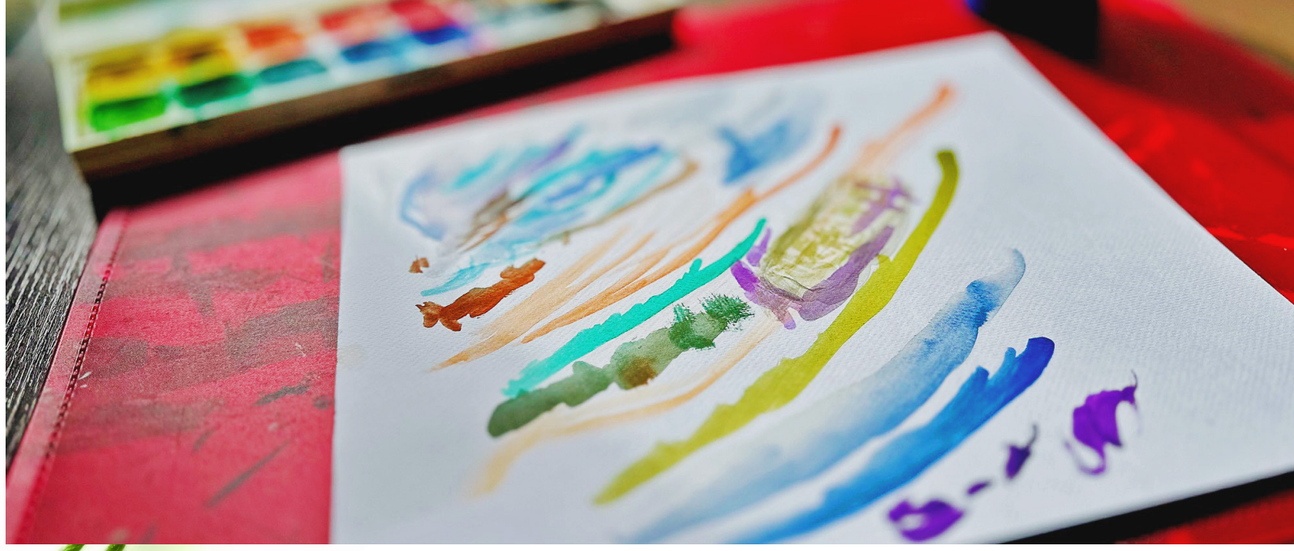
Quentin Auer, Apprenti ASE en 3ème année.
Dans ma formation d'assistant socio-éducatif, l'approche centrée sur la personne m'a particulièrement marqué dans la compréhension des troubles cognitifs. Elle met l'accent sur les capacités restantes plutôt que sur les difficultés, et sur l'importance de respecter le vécu et le rythme de chacun. Sur le terrain, cette théorie se traduit par une adaptation constante : prendre le temps, reformuler, rassurer et valoriser la personne. Face aux troubles cognitifs, cela permet de réduire l'anxiété, de favoriser la communication et de maintenir l'estime de soi. Ce lien entre théorie et pratique me permet d'adopter une posture plus humaine et individualisée dans l'accompagnement au quotidien.

Benjamin Garcia, Apprenti ASSC en 1ère année.
Au cours de ma formation d'Assistant en Soins et Santé Communautaire, j'ai découvert que les troubles cognitifs peuvent avoir des répercussions sur la mémoire, la concentration, le raisonnement ou encore la capacité à s'orienter dans le temps et l'espace. J'ai également appris qu'il est essentiel d'adapter son attitude et sa communication afin de répondre au mieux aux besoins de chaque personne. Lors de ma pratique, j'applique ces notions en privilégiant une communication claire, en utilisant des phrases simples et en vérifiant que les informations ont bien été comprises. Je veille aussi à instaurer un climat rassurant et à respecter le rythme de la personne afin de favoriser sa participation aux activités de la vie quotidienne. Cette expérience me permet de faire le lien entre les connaissances acquises en formation et la réalité de terrain, tout en développant une prise en charge individualisée, respectueuse et centrée sur le bien-être de la personne accompagnée.



Quand les activités réveillent les souvenirs

Louis Pinto, responsable de l'accompagnement socio-culturel à Liotard, avec la participation de Léa Strange, assistante socio-éducative (ASE) à Liotard, Quentin Auer, apprenti ASE en 3ème année, Antoine Gautier, musicothérapeute à La Petite Boissière, et de Isidro, intervenant pour la chorale à la Petite Boissière



La mémoire ne se résume pas à la capacité de se souvenir d'une date, d'un prénom ou d'un événement récent. Elle se construit aussi à travers les émotions, les sensations, les habitudes, les gestes répétés et les expériences vécues tout au long d'une vie. Une odeur familière, une chanson connue, une texture ou une activité du quotidien peuvent ainsi réveiller quelque chose de profondément ancré.

En EMS, les activités socio-culturelles jouent un rôle essentiel dans cette dynamique. Elles offrent aux résidants des occasions concrètes de faire vivre cette mémoire toujours présente, parfois discrète, mais jamais totalement absente. À travers la parole, la musique, le chant ou les gestes du quotidien, elles permettent de raviver des souvenirs, de créer du lien et de valoriser l'histoire de chacun.

Faire vivre les souvenirs, ensemble

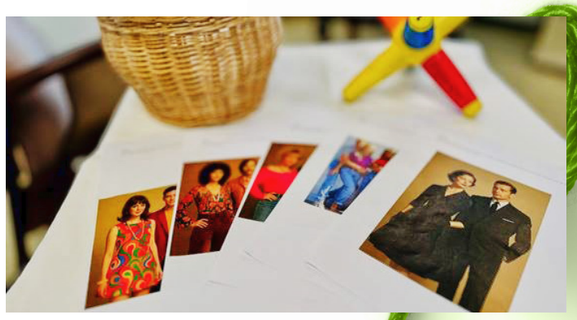
Le groupe mémoire est une activité réunissant huit résidants durant environ une heure. Son objectif est de favoriser le bien-être en stimulant la mémoire tout en renforçant les échanges et le lien social.

Organisé sous forme de groupe de parole autour d'un thème, il permet à chacun de partager ses souvenirs, ses expériences et ses émotions dans un cadre bienveillant et sans jugement. Les questions ouvertes et les interactions entre résidants sollicitent la mémoire autobiographique et associative, tout en soutenant le langage et l'attention.

Quand la musique réveille les émotions

Grâce à une animation adaptée, basée sur l'écoute, la reformulation et le respect du rythme de chacun, cette activité valorise les participants et encourage leur participation à la vie sociale et culturelle de l'institution. Une chanson diffusée lors d'un atelier de musicothérapie ou chantée lors de la chorale peut faire renaître un souvenir d'enfance, un bal populaire ou un moment partagé avec un être cher. Les paroles reviennent parfois naturellement, accompagnées d'un sourire ou d'un regard qui s'illumine.

À La Petite Boissière, les séances de musicothérapie sont divisées en deux parties ; la première, réceptive (écoute) et la deuxième, active (jouer).



Le travail cognitif sur la mémoire et les souvenirs se déroule surtout durant la première partie de la séance. En tout début de séance, le thérapeute demande aux participants s'ils se souviennent d'un morceau de musique écouté la semaine dernière, ou encore d'un thème choisi sur une période, par exemple les musiques de films. Dans le cas où il y aurait une personne nouvelle au groupe, le thérapeute demande si un ou une volontaire serait d'accord de décrire dans les grandes lignes le déroulement habituel d'une séance.

Le répertoire proposé est en général ciblé dans le but d'éveiller les souvenirs par le biais d'un attachement émotionnel. En faisant l'expérience d'écouter un morceau ou une chanson découverte et aimée pendant la jeunesse, on peut déclencher le phénomène de réminiscence. Ainsi, la personne peut se replonger dans un univers parfois oublié rempli de souvenirs et d'affects. Après chaque écoute, le thérapeute demande à chacun et chacune d'exprimer verbalement, si elle ou il le désire, leur expérience.

Cela peut être une opinion, une pensée, une image, un souvenir ou simplement le plaisir procuré par un morceau de musique connu et apprécié. Il est aussi important pour le thérapeute de donner libre expression à des retours « négatifs » comme par exemple, « Je n'ai jamais aimé ce chanteur ! ». Ce type de réaction fait également partie de la mémoire émotionnelle de la personne.

Chanter pour faire vivre la mémoire

Le chant est un outil thérapeutique puissant et précieux. La musique réveille des zones du cerveau qui restent souvent intactes malgré les troubles cognitifs. Les mélodies du passé agissent comme des clés, ouvrant l'accès à des souvenirs enfouis et permettant aux résidants de se reconnecter avec leur propre histoire.

Sur le plan cognitif, la pratique du chant stimule l'attention, la concentration et la mémoire à travers le rappel des paroles et du rythme. Elle favorise également la plasticité cérébrale et aide à maintenir certaines capacités de langage.

Au-delà des bénéfices neurologiques, le chant apporte un bien-être émotionnel immédiat. Il réduit l'anxiété, l'agitation et l'apathie souvent associées aux troubles neurocognitifs. En chantant, le corps libère des endorphines, les hormones du plaisir, ce qui favorise la détente.

Enfin, l'impact social est majeur. Chanter en groupe brise l'isolement en créant un espace d'expression partagé où la performance n'existe pas. Le résidant ne se définit plus par ses manques, mais par sa participation créative. Le chant valorise ainsi l'estime de soi et redonne une place entière à l'individu au sein de la communauté de l'EMS.

Quand les mains se souviennent

Les activités du quotidien ont également ce pouvoir. Éplucher des légumes, préparer une recette, plier du linge ou participer à un atelier manuel sont des gestes familiers qui réveillent des savoir-faire acquis au fil des années. Bien souvent, le corps se souvient là où les mots hésitent.

La découpe et pluche permet aux résidants de préparer les légumes pour la cuisine, qui en fera bon usage dans la semaine, afin de nous concocter de bons repas.

Cette activité a pour objectifs, entre autres, de favoriser le maintien de l'autonomie et de retrouver des gestes de la vie quotidienne. La mémoire est surprenante et souvent, la mémoire des gestes habituels reste intacte bien plus longtemps que la mémoire des souvenirs récents par exemple. C'est donc une excellente activité pour les personnes présentant des troubles cognitifs notamment. Par ailleurs, la découpe et pluche fait souvent ressurgir des émotions et des souvenirs au travers des odeurs et de la manipulation des légumes de saison.

Cette activité collective est propice aux échanges. Cela permet de connaître les autres participants, créer des liens et s'intégrer à la vie collective, indépendamment des différents problèmes de santé rencontrés.

Enfin, participer à la vie de la maison, c'est aussi se sentir utile à la vie en société. Nous tenons à valoriser les compétences de chacun, tout en permettant à tous d'en profiter!



Bien plus que des souvenirs

Ces moments permettent aux résidants de se reconnecter à leur histoire personnelle. Une odeur, une texture, une musique ou un objet peuvent devenir le point de départ d'un échange, d'une anecdote ou d'un souvenir partagé.

Au-delà de la stimulation de la mémoire, ces activités favorisent le bien-être, renforcent l'estime de soi et créent des occasions de rencontre. Elles permettent à chacun d'être acteur, à son rythme, dans un cadre sécurisant et bienveillant.

Car derrière chaque résidant se cache une vie riche d'expériences, de métiers, de passions et de souvenirs. Les activités socioculturelles sont autant de portes ouvertes sur cette richesse humaine, offrant des espaces où chacun peut continuer à s'exprimer, à transmettre et à exister pleinement.

Parfois, il suffit d'une chanson, d'un geste familier ou d'une odeur de cuisine pour qu'un souvenir refasse surface. Et dans ces instants simples, mais précieux, c'est toute une histoire de vie qui se raconte à nouveau.



« Ici, tout le monde est malade, mais personne n'est fou ! »

Résidante à Liotard

Pour commencer, je suis Genevoise et fière de l'être ! Je suis née aux Grottes, où j'ai grandi. D'ailleurs, je connais d'autres résidants ici, qui ont grandi aux Grottes avec moi. J'ai de la chance de les avoir. Je suis bien ici, à Liotard, car j'ai mes amis.

Dans ma vie, je me suis beaucoup occupée des autres. Quand on peut, il faut le faire !

J'ai élevé seule mes deux filles, dont je suis très fière, car ça n'a pas toujours été facile. Je me suis également occupée de mes parents qui avaient besoin d'aide en raison de leur vieillesse. J'ai aussi été là pour mon entourage plus éloigné, la famille, mais aussi les amis bien sûr. J'ai par ailleurs travaillé comme assistante médicale durant des années. J'ai été là pour les autres. Aujourd'hui, ce sont les autres qui prennent soin de moi et ça fait plaisir.

Heureusement que je ne perds pas le moral, car j'ai fait beaucoup de choses que je ne peux plus aujourd'hui. J'ai fait de la gymnastique toute ma vie par exemple. J'ai commencé à l'âge de cinq ans et j'ai adoré ça. J'aimais beaucoup le sport ! Mais aussi les randonnées en montagne, et la voiture. J'étais une « fada » et le suis restée. J'aimais l'adrénaline, comme lors de cette montée vers le Petit-Bornand, où les chemins sont si proches du bord de la montagne que, si on y met un pied de travers, on tombe en bas en mille morceaux.

Je ne sais plus très bien comment j'ai fini ici, à Liotard. Parfois, je ne me souviens plus de rien, je perds la tête. Je crois que j'ai chuté à plusieurs reprises et c'était mieux pour moi de venir vivre ici. J'ai tout perdu, mon appartement, mes parents, ma vie d'avant... mais j'y suis bien. Ça ne me fait rien de voir des personnes malades autour de moi. J'y suis habituée et j'ai aidé des personnes malades toute ma vie. Ça fait partie de la vie, vous savez. Il ne faut pas se laisser aller, c'est ça, la clé !

À présent, j'aide les gens moralement ici. Il y a toujours des brèches pour sortir du trou, il faut juste savoir les voir. Je ne me plains pas et je dis « merci ». C'est nickel ici. Les aides-soignantes sont sympas et j'ai mes amis, c'est tout ce dont j'ai besoin. Mes filles me rendent visite également et me sont reconnaissantes. Ça me fait chaud au cœur.

TÉMOIGNAGE

Témoignage de sa fille

« J'ai vécu une enfance heureuse et très libre. J'ai fait beaucoup de bêtises, et je pense tenir cela de ma maman, car elle était un peu pareille que moi. Ma sœur, au contraire, était beaucoup plus calme et plus casanière, alors que moi j'étais souvent dehors.

Malgré son travail et toutes les difficultés, ma maman s'est toujours énormément occupée de moi également. Le jour où j'ai eu un enfant, j'ai compris tout ce que ma maman avait traversé, ce que je ne comprenais pas vraiment lorsque j'étais plus jeune.

Je suis très reconnaissante pour tout ce qu'elle m'a apporté, pour toutes les batailles qu'elle a menées pour moi et surtout pour ne jamais m'avoir laissée tomber. De mon côté, je ne l'ai jamais laissée tomber non plus. J'ai toujours été reconnaissante envers mes parents et je le resterai jusqu'à la fin.

Je serai toujours là pour elle parce qu'elle le mérite. Ma sœur fait également tout son possible. Elle est entourée de sa famille, de ses enfants et de ses petites-filles. Je pense que nous sommes tous très attentionnés envers notre maman et mamie et que nous l'aimons tous profondément, même si certaines périodes deviennent parfois plus difficiles qu'avant. »



La prévention pour mieux accompagner

Katja Pesenti, Coordinatrice des soins aux Jardins du Rhône

Depuis novembre 2025, j'occupe la fonction de coordinatrice des soins à la Résidence Les Jardins du Rhône. Dans ce cadre, je vais à la rencontre des résidants de manière individuelle afin de faire leur connaissance et de leur présenter mon rôle. Celui-ci vise principalement à renforcer l'accompagnement des personnes âgées, à prévenir les hospitalisations et à favoriser leur maintien à la résidence aussi longtemps que possible, selon leurs souhaits.



L'une de mes missions essentielles consiste à repérer précocement les signes de fragilité cognitive. Grâce aux rencontres régulières avec les résidants et à la relation de confiance qui se construit progressivement, je peux observer l'apparition de changements parfois subtils, tels que des oublis répétés, des difficultés dans l'organisation des activités de la vie quotidienne, des modifications du comportement ou encore une diminution progressive de l'autonomie. L'identification précoce de ces manifestations permet d'adapter rapidement l'accompagnement et contribue au maintien de la qualité de vie des résidants dans les meilleures conditions possibles.

L'autodétermination demeure un principe fondamental dans cette démarche. C'est pourquoi j'encourage les résidants à rédiger leurs directives anticipées et je leur propose mon soutien pour les compléter ou les mettre à jour. Avec leur accord, je collabore également avec leur réseau socio-sanitaire ainsi qu'avec leurs proches afin de coordonner les interventions nécessaires à leur bien-être et à leur sécurité.



L'acquisition de compétences grâce à l'obtention du Certificate of Advanced Studies (CAS) «Les démences et troubles psychiques de la personne âgée», alliée à mon expérience professionnelle acquise dans les soins à domicile (15 ans) et au sein d'un foyer de vie accueillant des personnes présentant des troubles psychiques (4 ans), m'est particulièrement utile au quotidien. Ces connaissances me permettent d'évaluer les situations dans leur globalité et d'identifier les besoins spécifiques de chaque résidant, notamment grâce à certains outils de dépistage rapide, comme le Mini-Mental State Examination (MMSE).

Pour illustrer les différentes actions entreprises auprès de personnes présentant des troubles du comportement depuis mon arrivée, j'ai organisé plusieurs réunions de réseau ainsi que des visites dans des foyers de jour, j'ai fait intervenir des bénévoles de la Croix-Rouge et j'ai intensifié leur accompagnement en général.

La connaissance des habitudes de vie des résidants constitue un élément central dans l'évaluation de leur état de santé. C'est dans cette perspective que j'ai élaboré un recueil de données offrant une vision globale et synthétique de chaque personne. Cet outil permet notamment de documenter le niveau d'autonomie dans les activités de la vie quotidienne et sert de point de référence pour identifier plus facilement certaines difficultés ou l'apparition de troubles du comportement.

Enfin, j'apprécie particulièrement le travail interdisciplinaire que nécessite cette approche. Les observations des collaborateurs des Jardins du Rhône, tout comme celles des autres professionnels impliqués, sont essentielles. L'apport des proches, des familles et parfois même des autres résidants l'est tout autant. C'est grâce à cette collaboration que nous pouvons repérer précocement certaines difficultés, mettre en place des interventions adaptées et accompagner les résidants de manière personnalisée. Cette approche collective constitue, à mes yeux, une grande richesse de notre pratique et contribue directement au bien-être des personnes que nous accompagnons.

La mémoire du cœur

Fernande, résidante des Jardins du Rhône

Bonjour, je m'appelle Fernande. Je suis franco-suisse et cela fait trois ans que j'habite à la résidence Les Jardins du Rhône. Je suis malvoyante et je suis une ancienne grande tricoteuse.

Mon mari, Roger, était mécanicien de précision, il a fait son apprentissage chez Hispano-Suiza et a travaillé par la suite dans la télécommunication. C'était un très grand bricoleur, il a participé aux travaux de notre maison à Saint-Genis. Il jouait aux échecs et était pianiste. Il n'aimait pas trop le jardinage, mais le faisait pour me faire plaisir. Il était fils unique et a perdu son père très jeune.

Roger était quelqu'un de très ordonné, précis, méticuleux. Tout devait être tiptop. Il était aussi affectueux, respectueux et poli. On s'engueulait quand même de temps en temps ! Il était discret et ne critiquait jamais.

Puis les choses ont commencé à changer ; Roger a continué de bricoler, mais il n'était plus efficace et cassait souvent les choses qu'il voulait réparer. Il était toujours à la recherche de ses affaires. Il avait du mal à s'orienter en voiture. Progressivement, ce n'était plus comme avant. J'ai réalisé que quelque chose n'allait pas, quand un jour il a oublié de venir me chercher à mon cours de tricot. Je me suis fait un sang d'encre. Cela est arrivé une nouvelle fois peu de temps après et cette fois, c'est la police qui m'a appelée. Nous avons donc consulté une neurologue et là, le diagnostic est tombé : c'était Alzheimer.

Les trois dernières années ont été les plus dures avec une aggravation rapide. Il était beaucoup dans l'opposition, la contestation dès que je voulais l'aider. Il ne fallait pas le contredire. Il avait beaucoup d'idées fixes et absurdes, comme croire que les gens dans la télévision étaient vraiment présents. Cependant, il m'a toujours reconnu, ce qui me faisait du bien et il était toujours souriant et heureux de voir ses proches.

Les derniers temps, il allait aussi trois fois par semaine dans des foyers de jour. Ça m'a soulagée, surtout qu'il ne refusait jamais de partir au foyer et en revenait toujours heureux en verbalisant qu'il avait bien bossé, quand je lui demandais ce qu'il avait fait. Il y avait aussi un piano dans ce foyer, dont il pouvait jouer et les retours des accompagnants étaient bons. J'étais donc rassurée. Ma famille m'a aussi beaucoup aidée et j'ai trouvé du réconfort dans les témoignages d'autres personnes ayant vécu une situation similaire. Roger n'a jamais compris que nous avions déménagé aux Jardins du Rhône et vendu la maison. C'était mieux ainsi.

L'été dernier, à la suite d'une chute, Roger a été hospitalisé. Il était toujours heureux de nos visites mais il se laissait aller. Il nous a quittés en juin 2025.



Aujourd'hui, après 67 ans de mariage, le matin, j'ai toujours envie de le réveiller et parfois, j'ai envie de pleurer quand je me vois seule à la table. Mais ça va, j'ai des livres audio, j'écoute de la musique, j'ai beaucoup d'amis, ma famille est très présente et j'aime participer de temps en temps aux activités aux Jardins du Rhône. La vie continue, je me fais une raison et je ne suis pas trop mal à la résidence.

Des sourires qui valent mille mots

Laure-Marie Baillard, animatrice socio-culturelle résidence Les Charmilles

Cela fait plus de 30 ans, que je suis à la résidence des Charmilles, 10 ans comme infirmière et 21 ans, comme animatrice socio culturel.

J'ai suivi une formation d'animatrice en gérontologie car je me suis rendue compte que j'étais plus tournée vers le social et l'humain que vers le technique. J'ai réalisé qu'en tant qu'infirmière, j'étais souvent dans une posture où j'imposais des soins aux résidants, (traitements, toilette, pansement, injections), alors qu'en tant qu'animatrice je leur proposais les animations et ils choisissaient et faisaient les activités qu'ils avaient envie de faire.

J'ai vu la population de l'EMS, au fil des années, évoluer, probablement dû à une entrée plus tardive et du coup avec un âge plus avancé et des troubles cognitifs plus importants. Beaucoup de personnes ont besoin d'aide : psychologique, physique.

Nous avons donc dû adapter notre manière de fonctionner et appréhender les activités pour qu'elles soient au plus près de chacun, et de manière plus individuelle.

Je me souviens, il y a plusieurs années, une ergothérapeute avait mis en place une activité qui s'appelait « l'éveil ». J'en parle ici car je l'avais longtemps accompagnée alors. Nous accompagnions un petit groupe de personnes présentant des troubles cognitifs ayant la maladie d'Alzheimer. Le groupe était constitué des mêmes participants à chaque séance. Cette activité consistait à faire travailler les cinq sens. Il pouvait y avoir des sacs surprises avec différents objets à repêcher, un travail sur les odeurs, les matières, les goûts, ou encore l'utilisation d'instruments de musique.

Du coup nous observions les réactions de chacun et ce qu'ils en disaient. Il en ressortait, toujours de très belles choses, un commentaire bien adapté par quelqu'un qui ne parlait pas ou très peu, une chanson qui venait spontanément. Nous pouvions aussi voir deux personnes se mettre à se parler et échanger quelques mots sur une photo ou un air de musique. Cette dernière était assez efficace pour raviver des souvenirs, esquisser un pas de danse avec notre aide. Après ces séances, les personnes partaient très fatiguées, mais avec le sourire.

J'ai aussi accompagné des personnes aux Bains de Cressy. C'était aussi un très bon moment et pour elles, et pour moi. Je pense en particulier à une personne atteinte de la maladie de Parkinson, elle en oubliait ses handicaps. L'expression « être comme un poisson dans l'eau » lui allait très bien !

Je fais aussi des massages et de la balnéothérapie. Je me suis mise surtout à la balnéothérapie depuis que nous n'allons plus à Cressy. À l'époque je proposais régulièrement des bains bouillonnants à une résidante qui était parkinsonienne. Elle avait du mal à se mobiliser et à se tenir sur ses jambes. Elle était aussi très spastique, le bain lui faisait beaucoup de bien, cela la détendait énormément. Elle en sortait toute « ramollo », d'après ses dires, mais heureuse... Actuellement je le propose à une personne malvoyante qui a beaucoup de plaisir lorsqu'elle se retrouve dans les bulles. Cela la détend vraiment bien.

Cette manière de travailler plus individuellement avec la personne âgée atteinte de maladie cognitive, personne démente ou Alzheimer, permet à celle-ci de se recentrer, de se sentir plus en sécurité et pour moi de prendre le temps d'être plus à l'écoute, de faire preuve de bienveillance, de patience, et de pouvoir répondre aux besoins de la personne dont je m'occupe.



Danser avec sa mémoire

Jacqueline Grange, résidante à La Petite Boissière, avec la complicité de son fils Didier Grange

Jacqueline est née et a grandi en Alsace. Très jeune, elle a été attirée par la musique et la danse. Enfant, elle a commencé à apprendre le piano. Mais, lors de la Seconde Guerre mondiale, la maison familiale a été bombardée et l'instrument sur lequel elle jouait a été détruit. Une fois la paix rétablie, elle n'a pas pu reprendre son apprentissage du piano. En revanche, dès qu'elle le pouvait, elle aimait participer aux bals organisés dans son village et dans sa contrée. Elle était même prête à faire le mur et à subir les foudres de ses parents pour se joindre aux danseurs ! Ce goût pour la danse ne l'a jamais quitté.

Devenue adulte, installée à Genève, elle est entrée dans les années 1980, un peu par hasard, dans les rangs de l'Onésienne, un groupe folklorique. Composé d'une quinzaine de personnes, il mettait en valeur la musique traditionnelle suisse, le costume genevois et bien sûr la danse.

Pendant un bon quart de siècle, elle a eu l'occasion de partager les activités de cet ensemble qui s'est produit non seulement à Genève, mais dans de nombreuses villes suisses et parfois à l'étranger.

Fête fédérale des costumes, réceptions officielles, festivals internationaux, défilés de carnavals, tournées à l'étranger, animation dans des maisons de retraite, la petite bande de passionnés à laquelle Jacqueline appartenait a porté et promu une forme de patrimoine à de très nombreuses occasions.

Si l'Onésienne a défendu des traditions qui se perdent, elle n'a pas pour autant négligé la création contemporaine en soutenant les compositeurs et les chorégraphes contemporains, dont les œuvres sortaient parfois des sentiers battus.

Toutes ces activités ont été aussi l'occasion de construire des amitiés durables avec des danseurs d'autres régions de Suisse et d'autres pays, rencontrés au gré des événements. Il est souvent arrivé aux membres de l'Onésienne d'accueillir des danseurs et musiciens à la maison ou d'être logés chez leurs partenaires lors de leurs déplacements. Bien que discret, il existe un véritable réseau international d'amoureux de la danse et de la musique traditionnelles.

Grâce à cette passion, Jacqueline a vécu des événements inattendus et insolites. L'un d'entre eux l'a particulièrement marquée : en 1990, dans le cadre d'un rapprochement entre Shinagawa (une municipalité de Tokyo) et la Ville de Genève, elle a été invitée à accompagner les autorités et ainsi elle a dansé au Japon ! Elle a eu un véritable coup de cœur pour leurs hôtes. Encore aujourd'hui, après toutes ces années, la famille échange régulièrement avec Gado, un ami moine bouddhiste qu'elle a connu lors de cet incroyable séjour. Et à chaque fin d'année, les échanges de vœux et de cadeaux sont devenus une tradition bien ancrée.



Certainement êtes-vous curieux de connaître quelles sont les qualités nécessaires qui font un bon danseur ou une bonne danseuse. Elles sont multiples : le sens du rythme, une bonne coordination, une mémoire à toute épreuve, une certaine condition physique, de la curiosité et de l'entrain.

Malgré les difficultés du moment qu'elle rencontre, il suffit que Jacqueline entende quelques notes de musique traditionnelle pour que son corps, de manière irrésistible, se mette en mouvement ! Ces mélodies aux sonorités et aux couleurs particulières réveillent ses sens et ses émotions. Elles ravivent parfois également ses souvenirs. Et surtout elles lui procurent un très grand plaisir !







Écouter autrement

Eliane Nunes, ASSC résidence Liotard

Je suis ravie de partager enfin avec vous, dans ce magazine, après douze ans chez RPSA, ma passion du relationnel. Mon parcours a commencé sur un autre continent, ma terre natale; le Brésil. J'y ai travaillé d'abord dans une pharmacie, avant de faire une formation d'employée de commerce, puis j'ai repris et terminé des études en infirmerie, qui équivaut ici au statut d'Assistante en Soins et Santé Communautaire (ASSC).

Après avoir rencontré l'amour, celui qui allait devenir mon futur mari, j'ai appris qu'il souhaitait partir en Suisse. Aventureuse et amoureuse, j'ai décidé de le suivre à l'âge de 24 ans. Aujourd'hui, cela fait 23 ans que nous sommes ensemble et nous avons deux enfants.

Dès l'obtention de mon équivalence, j'ai travaillé en EMS, où j'ai trouvé ma place. Car pour moi, travailler dans ce domaine est une évidence. J'aime le contact avec nos aînés et la connexion aux gens. Il faut savoir dépasser les stigmatisations et les a priori. Il est question de construire une relation de personne à personne, quels que soient leurs troubles et leurs difficultés, afin de les accompagner au mieux dans leur intimité, avec respect et compassion.

Avec les personnes présentant des troubles cognitifs importants, je trouve passionnant de chercher la juste approche, qui convienne à chacun. C'est un défi de tous les jours, et c'est ça qui me plaît ! Découvrir les compétences de chaque individu n'a pas de prix. Par exemple, à mon retour après un arrêt de trois mois, certains résidants ayant d'importants troubles cognitifs m'ont reconnue. Cette reconnaissance est si gratifiante ! On se rend compte de l'impact que l'on a dans leur quotidien, et dans ces moments-là, notre rôle prend tout son sens.



Pour moi, tout est énergie. La connexion avec les personnes est essentielle pour entrer dans leur monde, car elles ont toutes quelque chose à raconter, quelles que soient leurs capacités cognitives. Il suffit d'écouter ; d'écouter vraiment, en étant créatif.



Au Brésil, on garde les personnes âgées à la maison jusqu'à la fin de leur vie. C'était un véritable choc culturel quand je suis arrivée ici, en découvrant des EMS à chaque coin de rue. En début de carrière, j'ai souffert de cette réalité. J'étais profondément triste pour les personnes vivant en résidence. Mais avec le temps, je me suis faite à la culture européenne et j'y ai trouvé ma raison d'être ; y apporter un peu de ma luminosité. Ce qui me touche encore, ce sont les résidants en fin de vie qui n'ont pas ou plus de famille. L'accompagnement bienveillant est crucial pour leur permettre de partir sereinement. Je veille à séparer vie privée et vie professionnelle, afin de me consacrer pleinement au moment présent.

On dit de moi que là où je vais, il y a le soleil et que je suis une « force tranquille ». J'aime savoir que ma sensibilité est reconnue et que ma passion se reflète dans mon regard. Si je peux apporter un peu de gaieté, j'ai tout gagné !

Les souvenirs qui restent

Angela Ortelli, résidante aux Charmilles

Voici quelques souvenirs de ma vie, ceux qui me reviennent le plus souvent lorsque je repense à mon parcours et à ce que j'ai traversé.

Mes souvenirs me ramènent à Barcelone, où je suis née, puis au Pays basque, où j'ai grandi. J'en garde des images très fortes, notamment les jours de neige où je jouais avec mes camarades d'école. À cette époque, la famille avait une place très importante et nous étions très proches les uns des autres.

Plus tard, mes souvenirs me ramènent aussi entre Barcelone et le Pays basque, durant mon adolescence. C'est là que j'ai rencontré celui qui allait devenir mon mari grâce à des amis communs. Ce qui m'a tout de suite marquée chez lui, c'était son humour. Nous nous sommes mariés au monastère de Montserrat, près de Barcelone. C'est sans doute l'un des souvenirs les plus importants de ma vie. Après notre mariage, je suis venue m'installer en Suisse, par amour, pour construire notre vie ensemble.

J'aurais aimé devenir journaliste de terrain, car je me suis toujours intéressée à l'actualité et à ce qui se passe dans le monde. Finalement, la vie m'a conduite vers la comptabilité. Je ne l'ai jamais regretté. J'aimais travailler avec les chiffres et surtout résoudre les petites énigmes du quotidien : retrouver une erreur, comprendre d'où venait une différence ou rétablir un équilibre dans les comptes. J'ai travaillé dans plusieurs entreprises, des fiduciaires ainsi que dans l'administration, avant de terminer ma carrière dans la gestion de fortune.

J'ai toujours été curieuse et active. J'aimais aller au cinéma, au théâtre, à l'opéra et suivre les matchs du Servette FC. Mon mari étant musicien amateur, la musique a également occupé une grande place dans notre vie. Nous avons beaucoup voyagé. Je garde notamment un souvenir impressionnant des chutes du Niagara au Canada. Leur immensité et leur bruit m'ont profondément marquée. Les châteaux de la Loire font également partie de mes beaux souvenirs de voyage.

Au fil des années, je me suis beaucoup investie dans la vie associative de Vernier. J'ai participé à l'organisation de fêtes de quartier, de représentations théâtrales et de nombreux événements pour les seniors. Ces engagements m'ont permis de rencontrer beaucoup de personnes et de créer de belles amitiés qui m'accompagnent encore aujourd'hui.

Je suis quelqu'un d'entière, sincère et peu rancunière. Ce qui m'a toujours importé, c'est de vivre en harmonie avec les autres, même lorsque les avis divergent. Parmi les souvenirs qui me sont chers, je repense souvent à ce Noël où ma fille nous a remerciés, mon mari et moi, pour l'éducation que nous lui avions donnée. Ses paroles m'ont profondément touchée et sont restées gravées dans ma mémoire.



Depuis avril 2025, je vis au sein de l'EMS Les Charmilles. J'avais toujours dit que le jour où je ne pourrais plus vivre seule sereinement, je choisirais d'entrer en EMS. Aujourd'hui, je m'y sens bien. J'apprécie les liens que j'ai créés avec les autres résidants, les activités proposées et la présence des équipes. Bien sûr, certains souvenirs sont parfois plus difficiles à retrouver qu'avant, mais je prends les choses comme elles viennent.

Après tout, la vie m'a appris qu'il ne sert rien de s'inquiéter inutilement. Il faut avan cer, garder confiance et continuer à regarde devant soi.



Ce qui ne s'efface jamais

Patrick Pacthod, Gouvernant de site à La Petite Boissière.

Le mot « accompagnement » résonne en moi de manière très intime. Je me le suis pleinement approprié car, depuis maintenant quatre ans, je prends soin de ma maman, atteinte de la maladie d'Alzheimer et accueillie en EHPAD depuis deux ans. Je m'occupe également beaucoup de ma tante de 90 ans qui, bien qu'encore autonome, n'a pas d'enfant. Travailler au quotidien dans le secteur du grand âge m'a naturellement poussé à offrir toute mon attention et mon expertise à ma propre famille, face aux difficultés et aux pathologies de chacun.

J'ai toujours été très proche de mes grands-parents. Ils avaient tant à nous apprendre. J'ai toujours veillé à préserver ce lien précieux, car ils incarnent la mémoire de notre lignée. Le fait est que mon expérience professionnelle de 14 ans auprès des personnes âgées m'a profondément aidé à accompagner ma maman dans la maladie et à traverser l'étape de son entrée en institution.

Bien qu'elle ne me reconnaisse plus aujourd'hui, je continue à lui rendre visite très régulièrement. Je fais comme si de rien n'était. Je lui parle normalement, comme je le ferais avec vous. Même si notre discussion est devenue un monologue, je continue de la tenir informée de tout ce que je peux. Pour moi, il est essentiel de toujours rester fidèle à soi-même. Bien sûr, ce n'est pas facile. Voir sa maman décliner, alors qu'elle a toujours été une femme active et aux petits soins pour nous, est une épreuve douloureuse, mais pas insurmontable. Parfois, il faut aussi savoir exprimer ses limites et leur dire clairement ce qui peut nous rendre irritable.

Tout ce que j'ai appris auprès des résidants de La Petite Boissière me sert aujourd'hui de « boîte à outils ». J'y ai découvert l'importance du toucher : c'est un vecteur de confiance et une approche essentielle pour eux, comme pour elle. Mais le plus émouvant reste sa sensibilité à ma voix : elle la reconnaît instantanément et semble s'apaiser ou se réjouir dès qu'elle l'entend.

Il est parfois difficile d'évoquer des souvenirs précis avec ma maman. Pourtant, je garde l'image d'une femme au foyer courageuse, qui cumulait les petits boulots pour subvenir à nos besoins. Je me rappelle avec tendresse nos étés à faire les foins, où chacun occupait un poste bien précis. Ma maman, elle, « pittait » le foin pour le charger sur le char. C'était un travail fastidieux et technique, car il y avait un véritable savoir-faire à respecter. À l'époque, les bottes de foin n'existaient pas !

Ma tante, quant à elle, est la véritable bible de la famille Pacthod. J'adore parler avec elle de notre histoire commune. Nous évoquons notre aïeul, le Général Michel-Marie Pacthod, qui servait sous Napoléon Bonaparte en 1814, ou encore l'histoire de ces résistants cachés dans notre grange pendant la Seconde Guerre mondiale. Nous relisons aussi les lettres que mon arrière-grand-père envoyait pendant la guerre de 14 – 18. Il faut dire qu'il était parfois plus préoccupé par le rangement et la propreté de son matériel que par sa propre famille ! Pour lui, une fourche, une pelle, un râteau, un cheval ou une vache semblaient avoir plus de valeur que son épouse…

C'est sans doute de cette histoire que me viennent mon amour du partage et mon goût pour les grandes tablées autour d'un bon repas. Je viens d'une famille de chasseurs, de pêcheurs, de braconniers, où les jardins étaient partout et où les assiettes débordaient de mets succulents.

Malgré tout, je me sens parfois invisible auprès de ma maman. Elle me parle souvent de mon frère et de ses sœurs, mais jamais de moi. Je ne lui en tiens pas rigueur : je sais que c'est la maladie qui veut ça. Comme le dit si bien ma tante avec ses mots : « Je fais au mieux pour eux, avec mes moyens et le temps dont je dispose. »

Au fond, j'apprends simplement à aimer ma maman autrement. Être là, tout simplement, malgré l'oubli.





Impressum

Concept et impression
Atelier Arts graphiques,
Etablissements publics pour l'intégration – EPI

Rédactrice en chef
Joëlle Staehli

Rédaction
Résidences RPSA

Crédits photos
Equipes de l'accompagnement socio-culturel
de La Petite Boissière, Les Charmilles et Liotard,
comité de rédaction, AdobeStock, IA

Diffusion
Résidence La Petite Boissière,
Résidence Les Charmilles
Résidence Liotard
Résidence Les Jardins du Rhône

Tirage
480 exemplaires

Papier
Image Impact 120 g/m²

Contact
communication@rpsa.ch

RPSA

La Petite Boissière
Les Charmilles
Liotard
Les Jardins du Rhône

REPUBLIQUE
ET CANTON
DE GENEVE

POST TENEBRAS LUX