

N°7
JUILLET/AOÛT/SEPTEMBRE 2026

VIVRE

À LA MAISON DE RETRAITE
DU PETIT-SACONNEX





ÉDITO

INAUGURATION DE LA SALLE DE SPECTACLE

Elle était annoncée pour ce printemps, ce sera finalement pour septembre, le temps de finir les peintures et les portes. La salle de spectacle sera réinaugurée et baptisée « espace culturel Abraham Trembley », du nom du naturaliste et zoologue genevois du XVIII^e siècle qui a donné son nom à l'avenue qui jouxte la MRPS. Cette salle rénovée et équipée à neuf grâce au soutien de la Loterie romande pourra accueillir dans des bonnes conditions tant des projections que des concerts ou des spectacles. Nous allons d'ailleurs renforcer son utilisation en l'ouvrant le soir à des troupes de théâtre ou à des spectacles qui pourront y répéter et enrichir l'offre pour les résidents tant en termes d'ateliers à leur intention que de représentations.

Avant septembre, le grand événement de la MRPS sera bien sûr la grande fête dans le parc à l'occasion du 1^{er} août. L'intention est à nouveau d'organiser des événements pour les résidents mais également pour leurs proches et pour les habitants du quartier. Nous tirerons les enseignements de l'an dernier en nous organisant de façon notamment à ce que les familles et les amis puissent commodément partager le repas du soir avec les résidents. Des activités pour les enfants seront



également assurées afin que les habitants du quartier de tout âge puissent pleinement profiter de notre parc et de nos offres de restauration. Animation musicale et bal seront au programme, tout comme un feu d'artifice qui nous permettra de conjurer le couac de l'an dernier sur ce point.

Enfin, ne ratez pas dans les pages qui suivent le reportage de Thierry Mertenat sur le vol en parapente de Mme Giriens. Les lecteurs de *Vivre* ont déjà eu le plaisir de faire la connaissance de notre résidente. Pour son centenaire, elle a souhaité voir Genève de haut et s'élancer dans les airs depuis le Salève. Une bonne dose d'audace et de courage qui nous a tous enthousiasmés. Comme quoi à tout âge il est possible de prendre à la fois de la hauteur et son envol.

Une pensée particulière pour les collaboratrices et les collaborateurs de l'institution qui seront à l'œuvre tout au long de la période estivale afin d'assurer la continuité de nos prestations.

*Adrien Bron,
directeur général*



4



10



8



14



IMPRESSUM

Éditeur

Maison de retraite du Petit-Saconnex
Avenue Trembley 12 - 1209 Genève
022 730 71 11 - www.mrps.ch

Contact et publicités

vivre@mrps.ch

Directeur de publication

Adrien Bron

Coordination rédactionnelle

Philippe Cugniet

Rédacteurs et rédactrices

Marie-France Boulc'h, Les dames de la bibliothèque
(Mmes Junod, Maury, Terry et Wyss), Dylan Grillet,
Christophe Guillon, Thierry Mertenat, Véronique
Pàlvölgyi, M'mah Sylla, Luc Tesson.

Imprimé à 1000 exemplaires

Par Atar Roto Presse SA - Vernier

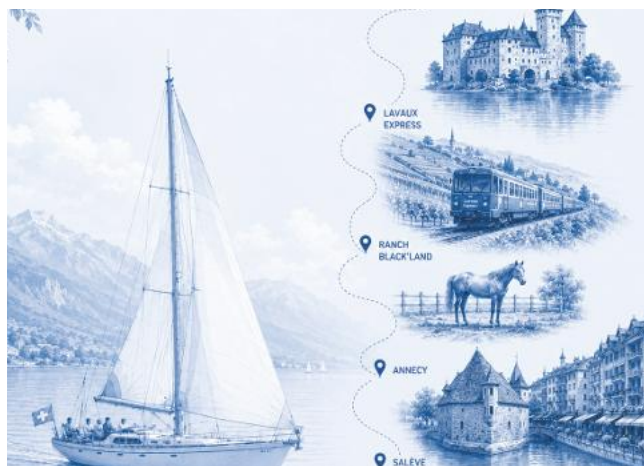
Crédit photo à la une : Magali Girardin

18





24



26



30



- 1 Édito
- 4 Pierrette dans le ciel
- 8 Une experte au front
- 10 L'accueil des jeunes résidents
- 13 L'œil de Tesson
- 14 Ajouter de la vie aux journées
- 17 Fête du 1^{er} Août
- 18 Carnet de voyage
- 22 Brèves d'actu
- 24 Changer d'horizon
- 26 Quentin Vialatte
- 30 C'est à lire
- 31 La page œcuménique
- 32 L'humeur de Thierry Mertenat



GROS PLAN

PIERRETTE FÊTE SES 100 ANS EN VOLANT COMME UN OISEAU DANS LE CIEL

Notre «flying super senior» s'est offert un vol en parapente en décollant du Salève, sa montagne d'adoption. Atterrissage réussi, sous un tonnerre d'applaudissements. Récit d'une après-midi pas comme les autres.



Photos : Magali Girardin

*De retour sur terre, Pierrette savoure l'instant dans les bras de sa famille.
Une arrivée tout en émotion après un vol qu'elle attendait depuis longtemps.*



Elles allaient par deux, elles ne sont plus qu'une. Dans ce pluriel impropre se glisse l'image d'un couple inséparable: Ginette et Pierrette, deux jumelles, main dans la main au moment d'entrer dans leur centième année à la Maison de retraite du Petit-Saconnex. Ginette, la musicienne, est décédée peu de temps avant de fêter son siècle d'existence, le 28 décembre 2025. Ce jour-là, une centenaire orpheline de sa sœur.

Comme cadeau d'anniversaire, Pierrette, la marcheuse, a demandé, non pas la lune, mais une manière de s'en approcher avec douceur et légèreté. Un vol en parapente, rien moins que ça, un gâteau à 100 bougies à souffler dans les airs. L'idée lui est venue un jour où, marchant en famille sur les crêtes du Salève, elle a vu ces drôles d'oiseaux s'élaner dans le vide depuis le sommet. On l'écoute: *Cette montagne est un peu la mienne. C'est du beau rocher, j'en connais chaque sentier, du plus facile au plus sportif. À commencer par, la Grande Gorge, l'un des plus exigeants. Nous redescendons par Monnetier.*

Hervé le pilote

Pas question cette fois de redescendre à pied. Son chef de cordée l'attend: *Bonjour, je m'appelle Hervé et je suis votre pilote.* Un pilote aguerri, Hervé. Il a déjà volé en biplace avec plusieurs centaines, des femmes pour la plupart. La dernière avait 103 ans. Sa passagère du jour sera donc la cadette de ce grand âge dont il admire le courage. *Oui, je suis courageuse, vous ne trouvez pas?* lui lance Pierrette, avant de monter dans le véhicule qui la conduit jusqu'à la piste de décollage, un terrain herbeux en pente raide, repérable à la jumelle, entre deux zones boisées.

Son escorte privée l'attend sur la terrasse du club de parapente, au milieu des champs cultivés, sur la commune de Troinex. Sa fille, sa petite-fille et ses deux arrières petites-filles, Jade et Loane, ont fait le déplacement. Ces dernières ont demandé à être dispensées des cours de l'après-midi, au motif qu'elles allaient « voir voler leur arrière-grand-mère en parapente. » Congé scolaire accordé. Elles le mettent à profit pour dessiner deux grands cœurs en couleur sur des feuilles blanches qui, brandies côte à côte, serviront de banderole improvisée.



Photos : Magali Girardin

Le parapente offre à Pierrette une rencontre inattendue avec « sa montagne ».



GROS PLAN

Aucune appréhension

Mais l'accessoire le plus disputé du moment est cette paire de jumelles que l'on se passe de main en main pour ne rien manquer de l'exploit qui commence. Il est un peu plus de 14h30, ce jeudi 21 mai, et regardez: *Mamy vient de décoller. Elle doit tellement kiffer là-haut!* lâche une proche en utilisant le vocabulaire d'aujourd'hui. Beaucoup de plaisir, oui, et pas la moindre appréhension ressentie.

Son protecteur le confirmera après un atterrissage sans accroc, sous les applaudissements du public de plus en plus nombreux. La star du jour est très entourée et félicitée. Elle le mérite. *Voler*

à deux en parapente, c'est un peu comme être assis à l'avant d'une mobylette, avec une paire d'ailes au-dessus de la tête, résume en souriant Hervé, adepte de cette « aviation par la simplicité ».

Quand même, il fallait le faire. *Vous avez vu, je n'ai pas eu peur, tout s'est bien passé, s'exclame la fêtée en mettant le pied à terre. Sa fille, Monique, fière et admirative, renchérit: Lorsque ma mère a une idée dans la tête, elle va jusqu'au bout. C'est fabuleux de la voir ainsi. La montagne lui manquait tellement. C'est le plus beau cadeau d'anniversaire qu'elle pouvait s'offrir. Je suis trop heureuse pour elle.*



Photos : Gilles Déléani



Route de Bossey 21b - 1256 Troinex
+41 22 784 38 08
<https://www.paradelta.ch/>

À 100 ans, rien ne semble pouvoir arrêter Pierrette.



Photos : Magali Girardin

Banderoles «Mamy» à la main et regards levés vers le ciel, les arrière-petites-filles de Pierrette n'auraient manqué son exploit pour rien au monde.

Les cardons de Jean

Car Pierrette, la citadine, est devenue une montagnarde sur le tard, en adhérant au Club alpin. Avec son mari, Jean, elle tenait une épicerie à Genève, à la rue du Grand-Pré. Jean avait fait l'école de fromagerie à Lucens, dans le canton de Vaud. Ses produits étaient de qualité, il vendait aussi des cardons précuits et des paquets de légumes congelés préparés par ses soins. Une enseigne prisée dans le quartier.

Je suis devenue veuve à l'âge de 70 ans. Peu de temps après le décès de mon mari, je suis partie seule une semaine en retraite à l'Hospice du Grand-Saint-Bernard, où nous avions l'habitude d'aller marcher ensemble. Je me souviens m'être un jour perdue dans la Combe des Morts, ce vallon historique sur le versant suisse du col. J'ai alors pris mes jumelles et j'ai repéré un rocher peint en rouge et blanc. Il m'a sauvée et remise dans le bon chemin, témoigne Pierrette.

Jamais sans ses bâtons, la marche. On la retrouve, il y a quelques années, juste avant le Covid, au départ de la course de l'Escalade, du côté de Veyrier. Au milieu

du peloton réunissant les amateurs de nordic walking, la doyenne, c'est elle. Son entrée aux Bastions, dans la nuit, ne passe pas inaperçue. *Voilà Madame Giriens qui franchit la ligne d'arrivée, annonce par haut-parleur l'organisateur de la manifestation. Déjà, les applaudissements du public saluent son exploit. Notre mère est exceptionnelle, conclut sa fille. Elle a raison.*

Dernière confidence biographique avant de se dire au revoir. Jusqu'à leurs mariages respectifs, Ginette et Pierrette vivaient ensemble à la maison et partageaient le même lit. Une vie de jumelles fusionnelles. La mort les a séparées. Pas complètement. Entre l'ici-bas et le tout là-haut, un vol en parapente. Cent ans d'existence, de la terre vers le ciel. Tout un symbole.

Thierry Mertenat



GROS PLAN

UNE EXPERTE AU FRONT CONTRE LES INFECTIONS

Arrivée à la MRPS en 2021 comme répondante Hygiène, Prévention et Contrôle de l'Infection (HPCI), Ana Sofia Batista vient d'obtenir le diplôme fédéral d'experte en prévention des infections associées aux soins. Une formation exigeante qui lui permet aujourd'hui de mettre son expertise au service des résidents, des proches et des équipes.



Photo : Magali Girardin

Ana Sofia Batista est la seule professionnelle exerçant en EMS dans le canton de Genève à disposer de cette qualification fédérale spécifique.

Longtemps restée discrète, la prévention des infections s'est imposée ces dernières années comme un enjeu majeur pour les établissements de santé. La pandémie de COVID-19 a rappelé à quel point la surveillance des infections et la maîtrise de leur propagation sont essentielles, y compris dans les EMS. À la MRPS, cette mission est assurée depuis 2021 par Ana Sofia Batista. Infirmière spécialisée en

prévention et contrôle des infections, elle accompagne les équipes dans la mise en place des mesures visant à limiter la transmission des germes et à renforcer la sécurité des soins. Afin d'approfondir ses compétences, elle a entrepris en 2022 un parcours de formation fédérale composé de plusieurs modules spécialisés avant de pouvoir se présenter à l'examen professionnel supérieur.



Un travail de recherche ancré dans la réalité de la MRPS

L'obtention du diplôme passe notamment par la réalisation d'un mémoire appliqué à la pratique professionnelle.

Pour son travail de diplôme, Ana Sofia Batista a choisi d'étudier la prévalence des infections associées aux soins et l'utilisation des antibiotiques à la MRPS. Une enquête menée auprès de 183 résidents et complétée par une analyse approfondie de l'organisation institutionnelle en matière de prévention des infections.

L'objectif était double : disposer pour la première fois d'un état des lieux précis de la situation à la MRPS et comparer les résultats obtenus aux données suisses et européennes.

Nous ne disposions pas encore de données consolidées propres à l'institution. Cette enquête nous a permis de mieux comprendre notre réalité et d'identifier des pistes d'amélioration nous informe Ana Sofia.

Des résultats encourageants

Les conclusions de l'étude montrent une situation globalement comparable aux références nationales et européennes. Les données recueillies confirment notamment que les infections urinaires constituent le principal type d'infection observé en EMS, tandis que l'utilisation des antibiotiques apparaît globalement maîtrisée et conforme aux recommandations internationales.

L'enquête a également mis en évidence plusieurs points forts de la MRPS, notamment l'existence de nombreuses activités de prévention déjà déployées au sein de l'institution.

Un regard qui dépasse les soins

La prévention des infections ne se limite pas aux seuls gestes réalisés auprès des résidents.

Elle concerne également l'organisation institutionnelle, la formation des équipes, la surveillance épidémiologique, les procédures de travail ou encore la politique de vaccination et tout le travail en lien avec les autres secteurs de l'institution (intendance, service technique, etc.). Cette vision globale constitue précisément le cœur du métier d'experte en prévention des infections.

Les résultats du travail d'Ana Sofia Batista ont déjà permis la création d'un comité PCI, au sein duquel les résultats des surveillances sont analysés et des actions correctives ou d'amélioration sont définies, ainsi que la création d'une documentation de support stratégique accessible aux collaborateurs.

Une expertise unique à Genève

Au moment de l'obtention de son diplôme, Ana Sofia Batista est la seule professionnelle exerçant en EMS dans le canton de Genève à disposer de cette qualification fédérale spécifique. Une reconnaissance qui témoigne autant de son investissement personnel que de l'importance accordée par la MRPS aux questions de prévention et de qualité des soins. Bravo Ana Sofia !

*Propos recueillis par Philippe Cugniet,
chargé de l'information et de la communication*



GROS PLAN

L'ACCUEIL DES JEUNES RÉSIDENTS : UN DÉFI POUR LA MRPS

Lorsque l'on évoque les Établissements Médicaux Sociaux, l'image qui vient spontanément à l'esprit est celle d'un lieu de vie destiné aux personnes âgées ayant atteint l'âge de la retraite : « l'âge AVS ». Cet âge AVS est fixé, en Suisse à 65 ans pour les hommes et les femmes. Pourtant, la réalité évolue.

Image générée par IA



Trouver sa place dans la vie collective : un enjeu pour les résidents admis avant l'âge AVS.

De plus en plus fréquemment, nos établissements sont amenés à accueillir des personnes bien plus jeunes, parfois âgées de 50 ou 60 ans, dont l'état de santé ne permet plus un maintien à domicile mais qui ne relèvent pas non plus d'une prise en charge hospitalière. Ces personnes sont identifiées comme ceci par le Canton : « bénéficiaires en dérogation d'âge ».

À Genève, les EMS sont conçus, en principe, pour accueillir des personnes en âge AVS et en perte d'autonomie. Cependant, certaines situations complexes conduisent aujourd'hui à l'admission de personnes plus jeunes présentant des maladies neurologiques évolutives, des séquelles d'accidents, des troubles psychiatriques chroniques stabilisés ou encore des handicaps lourds nécessitant des soins et un accompagnement permanent par un personnel qualifié, mais également par une institution qualifiée (cuisine, hôtellerie...). Le Canton de Genève estime que ces bénéficiaires en dérogation d'âge sont en augmentation. Ils n'ont pas, aujourd'hui, de structure pour les accueillir.



Un changement de regard pour les équipes.

Pour les professionnels des soins, de l'animation, de l'hôtellerie, la présence de résidents plus jeunes peut parfois bousculer les repères habituels. Les problématiques de santé sont souvent différentes, tout comme les projets de vie, les relations familiales ou les attentes en matière d'autonomie.

Ces personnes peuvent être confrontées à une rupture brutale de leur trajectoire de vie : arrêt d'activité professionnelle, perte d'indépendance, éloignement de leur environnement social ou familial. Leur accompagnement nécessite souvent une attention particulière à leur identité d'adulte actif, à leurs habitudes de vie et à leur besoin de conserver une place dans la société. Cette réalité confronte les équipes à la coexistence de résidents présentant des profils, des attentes et des parcours de vie très diversifiés.

Une adaptation nécessaire

Dans ce contexte, les professionnels sont amenés à adapter leur posture et leurs pratiques afin de répondre de manière individualisée aux besoins spécifiques de chacun. Les jeunes résidents peuvent, par exemple, exprimer des attentes différentes en matière d'activités, de participation sociale, d'autonomie, de rythme de vie ou encore de projets personnels. Ils expriment souvent « la peur de s'ennuyer », le manque de liens avec des personnes plus âgées, car les centres d'intérêt ne sont pas les mêmes. Ces besoins doivent être pris en compte tout en garantissant la qualité de l'accompagnement des résidents plus âgés, dont les priorités et les habitudes de vie peuvent être différentes.

La MRPS a des atouts pour ces jeunes résidents : l'environnement, l'ouverture vers l'extérieur, le cadre agréable sont susceptibles de rendre l'entrée en institution plus acceptable pour des personnes qui ne se reconnaissent pas nécessairement dans l'image traditionnelle d'un EMS. La présence de plusieurs espaces de restauration, la possibilité de recevoir librement famille et amis, ainsi qu'un vaste parc favorisant les promenades et les moments de détente contribuent à préserver une vie sociale active et des habitudes de vie valorisantes. La proximité du centre-ville permet par ailleurs de maintenir un lien avec la vie locale, les commerces et les activités culturelles. Les sorties organisées régulièrement par les équipes d'animation offrent également des occasions de découvertes, de loisirs et de participation à la vie de Genève. L'ensemble de ces éléments participe à faire de l'établissement un véritable lieu de vie, où chacun peut continuer à entretenir ses relations sociales, ses centres d'intérêt et son autonomie, dans la mesure de ses possibilités.

L'enjeu consiste à favoriser la coexistence harmonieuse de générations et de réalités différentes, en préservant le sentiment d'appartenance à une communauté de vie commune, tout en respectant les besoins, les aspirations et l'identité de chaque personne accueillie.

Le défi de l'animation et de la vie sociale

L'arrivée de résidents plus jeunes interpelle également les services d'animation. Les activités traditionnellement proposées dans les EMS répondent aux attentes de la majorité des résidents âgés.



Mais comment susciter l'intérêt d'une personne de moins de 60 ans pour des activités conçues principalement pour des personnes de plus de 80 ans ? Comment trouver des ponts entre les générations ? La question n'est pas seulement celle de l'âge, mais aussi celle du sens. Les résidents plus jeunes expriment souvent des besoins différents : maintien du lien avec l'actualité, activités numériques, projets créatifs, participation citoyenne, activités physiques adaptées ou encore maintien de liens avec leur vie antérieure. Cette diversité invite les équipes d'animation à faire preuve d'innovation, à personnaliser davantage les accompagnements et à développer des projets favorisant la mixité intergénérationnelle et l'inclusion.

Une opportunité d'enrichissement pour l'institution

Bien que ces situations demandent parfois des ajustements sur les plans organisationnel et humain, elles représentent également une véritable opportunité pour nos établissements.

Elles enrichissent la vie en EMS en apportant une diversité de parcours, d'expériences et de regards qui contribuent à la dynamique de la communauté.

L'accueil de personnes plus jeunes nous invite à faire évoluer nos pratiques, à renforcer l'individualisation de l'accompagnement et à imaginer de nouvelles façons de favoriser la participation de chacun à la vie institutionnelle. Cette ouverture permet de développer des réponses toujours plus adaptées aux besoins et aux aspirations des résidents.

Au fond, au-delà des différences d'âge ou de parcours, chaque personne accueillie

partage le même besoin essentiel : être considérée avec respect, reconnue dans son identité, son histoire et ses projets, et pouvoir trouver sa place dans un environnement bienveillant où sa dignité est pleinement préservée.

C'est dans cette capacité d'adaptation et d'écoute que réside toute la force de nos métiers.

*Marie-France Boulc'h
directrice des soins et de l'accompagnement*



Image générée par IA

Au-delà de l'âge, chacun cherche avant tout à trouver sa place au sein d'une communauté de vie.



Tesson

- Quand on a emménagé ici, c'était un grand changement... J'ai en ressortant sa lunette astronomique, il a vite retrouvé son petit univers.

POUR AJOUTER DE LA VIE AUX JOURNÉES

Le mercredi 6 mai 2026, les animateurs ont eu l'opportunité de vivre une journée de réflexion dans un cadre verdoyant, propice aux échanges et à la créativité. Cette parenthèse leur a permis de prendre du recul sur leurs pratiques et de réfléchir ensemble à un concept d'animation reflétant leur vision du métier, leurs projets et leurs aspirations pour l'avenir. Comment enrichir la vie des résidents en s'adaptant aux besoins de chacun ?



Photo : MRPS

Une réflexion collective pour guider l'action des animateurs au quotidien.



Le service animation, très engagé pour les résidents, manquait de fil conducteur, de vision commune et de réflexion au niveau institutionnel. Réfléchir sur un concept, c'est poser des bases communes, c'est s'appuyer sur les attentes de l'institutionnel et ainsi répondre aux besoins des résidents d'aujourd'hui et de demain.

Au fil des discussions, chacun a pu partager ses idées, exprimer ses envies, confronter différents points de vue et laisser libre cours à son imagination. Ce temps privilégié a favorisé la cohésion de l'équipe tout en faisant émerger de nouvelles perspectives pour les années à venir. Riche en réflexions et en convivialité, cette journée s'est déroulée dans un environnement particulièrement inspirant, entouré de nature et de verdure. Un moment ressourçant et constructif dont Adrien Bron, Marie-France Boulc'h et M'mah Sylla pourront témoigner tant il a été apprécié et bénéfique pour l'ensemble de l'équipe.

Au-delà des activités

De cette réflexion collective est née une réaffirmation forte de ce qui guide l'action des animateurs au quotidien. À la Maison de retraite du Petit-Saconnex, l'animation est bien plus qu'un ensemble d'activités. Elle constitue une véritable philosophie d'accompagnement qui place la personne au centre de chaque action et de chaque rencontre.

Cette approche repose sur une conviction simple : chaque résident demeure une personne à part entière, riche de son histoire, de ses expériences, de ses envies et de ses capacités.

Quels que soient son âge, son état de santé ou son niveau d'autonomie, chacun doit pouvoir continuer à faire des choix,

participer à la vie collective et vivre des moments porteurs de sens. Le respect de l'unicité de chaque personne constitue l'un des fondements de cette démarche. Le parcours de vie, les habitudes, les croyances, les préférences et le rythme de chacun sont pris en compte dans l'accompagnement proposé. À cela s'ajoute une volonté constante de privilégier une présence chaleureuse, authentique et rassurante, où l'écoute, l'empathie et la qualité de la relation occupent une place centrale.

Les animateurs encouragent également les résidents à demeurer acteurs de leur quotidien. Les projets et les activités se construisent avec eux, dans une logique de participation, de coconstruction et de valorisation des compétences de chacun. Cette vision s'accompagne d'une attention particulière portée à l'inclusion, afin que chaque résident puisse trouver sa place au sein de la communauté de vie. Les rencontres et les échanges entre générations, familles, collaborateurs, bénévoles et partenaires contribuent ainsi à renforcer le vivre-ensemble.

L'ensemble de ces actions s'appuie sur des connaissances professionnelles, une réflexion continue, la formation et une collaboration étroite avec les équipes interdisciplinaires afin de garantir un accompagnement cohérent et adapté aux besoins de chacun.

Ce concept d'animation s'adresse aussi bien aux résidents des EMS qu'aux habitants de la Résidence. Il se décline sous des formes variées : activités collectives, accompagnements individualisés, sorties, projets intergénérationnels, événements festifs ou encore ateliers créatifs, culturels et de bien-être.



Photo : MRPS



Une belle journée de réflexion dans un cadre verdoyant, propice aux échanges et à la créativité.

Objectifs multiples

À travers leurs activités, les animateurs poursuivent plusieurs objectifs complémentaires : favoriser le bien-être et la qualité de vie, prévenir l'isolement, renforcer les liens sociaux, stimuler les capacités cognitives, sensorielles, physiques et relationnelles, tout en valorisant l'identité, les compétences et les ressources des résidents. Ils veillent également à soutenir l'autonomie et le pouvoir d'agir de chacun, tout en offrant des occasions de plaisir, de découverte et d'épanouissement.

Au-delà de leur contenu, ces activités ont toutes un point commun: elles constituent autant d'occasions de créer du lien, de favoriser les échanges et de maintenir une vie sociale riche et dynamique.

Enfin, cette réflexion a permis de rappeler que l'animation ne relève pas uniquement du service qui porte ce nom. Elle se construit au quotidien grâce à l'ensemble des collaborateurs. Une attention, une conversation ou un moment partagé peuvent, à leur manière, contribuer à la qualité de vie des résidents.

Cette approche prendra encore davantage d'importance avec l'évolution des profils accueillis. L'arrivée des générations du baby-boom, la présence croissante de résidents admis avant l'âge AVS et la diversité des parcours de vie appelleront des activités plus personnalisées et de nouvelles façons de favoriser la participation de chacun.

L'ambition est finalement simple : faire de la MRPS un lieu où l'on ne se contente pas d'habiter, mais où l'on continue à vivre, à participer, à créer et à tisser des liens.

*M'mah Sylla
Adjointe de la direction des soins
et de l'accompagnement*

*Dylan Grillet
Responsable de l'animation*



À NE PAS MANQUER



Entrée libre!

Fête du 1^{er} Août

dans le parc

de la Maison de retraite du Petit-Saconnex



Dès 15h00

Structures gonflables, glaces, douceurs et buvette



Dès 17h00

Maquillage pour les enfants



19h00-20h30-21h30

Concerts live
Sylvie Jazz & Swing



Dès 19h00

Restauration et buvette



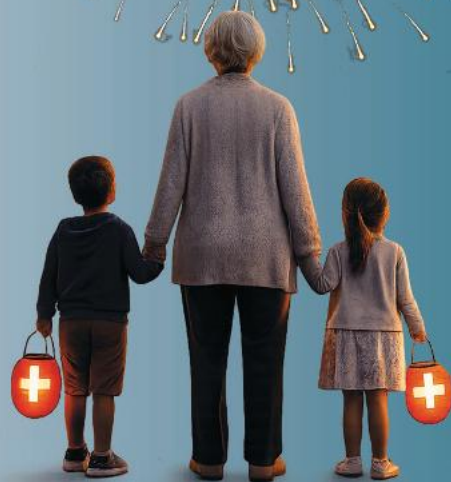
Dès 20h05

Défilé aux lampions



Dès 22h15

Feu d'artifice



MRPS
Maison de Retraite
du Petit-Saconnex



En cas d'intempéries importantes, les festivités seront annulées.



LES ÉVÉNEMENTS

CARNET DE VOYAGE DANS LES GRISONS

Du 16 au 23 mai, quinze résidents de la résidence Colladon et cinq accompagnants ont pris la route des Grisons pour une semaine de découvertes. Entre villages de montagne, patrimoine historique, paysages alpins et moments de convivialité, ce séjour a offert bien plus qu'un simple changement de décor : une parenthèse hors du temps.





LES ÉVÉNEMENTS



15

RÉSIDENTS



5

ACCOMPAGNANTS



8

JOURS

DU 16 AU 23 MAI



407 km

ENTRE GENÈVE
ET CHURWALDEN

SOIT UN PEU PLUS DE
4 HEURES DE ROUTE



6

EXCURSIONS

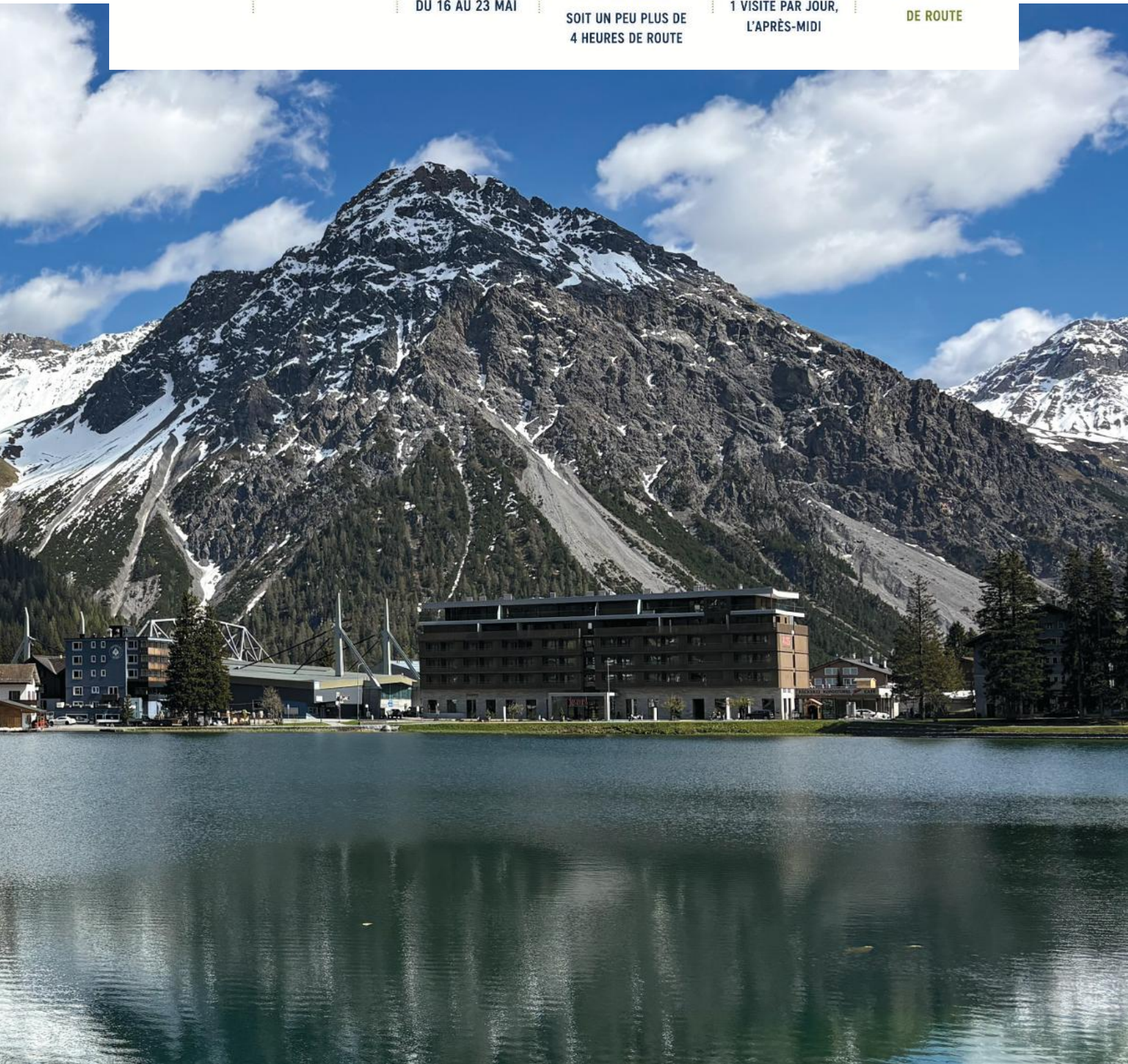
1 VISITE PAR JOUR,
L'APRÈS-MIDI



LES SORTIES SE
DÉROULENT DANS UN
PÉRIMÈTRE D'ENVIRON

1 heure

DE ROUTE





Churwalden, le temps de s'installer

Premier arrêt et point d'ancrage de la semaine. Niché au cœur des montagnes, le village de Churwalden a accueilli les vacanciers durant huit jours. Très vite, les promenades dans les rues du village, les moments passés au spa, les repas partagés et les rencontres avec les habitants ont rythmé le quotidien du groupe. Un lieu propice au repos comme à l'évasion.

Zillis-Reischen, un trésor venu du Moyen Âge

Au détour des gorges de la Viamala apparaît l'église Saint-Martin. Derrière ses murs sobres se cache un chef-d'œuvre : un plafond peint composé de 153 panneaux datant du XII^e siècle. Devant cette œuvre unique, les résidents ont découvert une autre manière de voyager, à travers l'histoire, l'art et les croyances d'une époque lointaine.

Laax, marcher dans la forêt autrement

À plusieurs mètres au-dessus du sol, le sentier du Dragon serpente à travers les arbres. Cette longue passerelle suspendue offre une immersion originale dans la forêt grisonne. Entre les points de vue sur le lac et les montagnes environnantes, la promenade a laissé à chacun le sentiment de prendre un peu de hauteur, au propre comme au figuré.

Coire, la ville où chaque pierre raconte une histoire

Considérée comme la plus ancienne ville de Suisse, Coire dévoile ses ruelles pavées, ses places discrètes et ses bâtiments chargés d'histoire. Au fil de la visite guidée, les résidents ont découvert une cité qui a traversé les siècles sans perdre son caractère. Une halte culturelle appréciée pour son authenticité et son atmosphère paisible.

Arosa, le grand spectacle des Alpes

Après une route sinueuse à travers la montagne, le lac d'Obersee apparaît comme une récompense. Les sommets encore enneigés se reflètent dans une eau calme, tandis que les promeneurs profitent du silence et de la beauté du paysage. Pour beaucoup, cette excursion restera l'un des moments forts du voyage.

Saveurs grisonnes

Les vacances se découvrent aussi dans l'assiette. Tout au long du séjour, les résidents ont goûté aux spécialités locales, partagé des repas dans une ambiance chaleureuse et rapporté quelques souvenirs gourmands. Gâteau aux noix, viande des Grisons ou simples douceurs achetées lors des balades : autant de saveurs associées désormais aux souvenirs du voyage.

Le chemin de fer des montagnes

Pour la dernière excursion, le groupe a visité le musée ferroviaire de l'Albula. Une plongée dans l'histoire du célèbre chemin de fer rhétique, dont les viaducs et les tunnels façonnent depuis plus d'un siècle le paysage des Grisons. Une visite qui a rappelé combien le voyage fait partie intégrante de l'identité de cette région.



Des souvenirs à partager

Au retour, chacun rapporte dans ses bagages bien plus que des photographies. Il y a les paysages, bien sûr, mais aussi les conversations, les éclats de rire, les moments de détente, les découvertes et le plaisir d'avoir vécu cette aventure ensemble. Car ce sont souvent ces instants-là qui restent le plus longtemps en mémoire.



Textes et photos proposés par l'équipe d'animation de la résidence Colladon



Journée mondiale de l'hygiène des mains

À la MRPS, la Journée mondiale de l'hygiène des mains a débuté le 5 mai dès les premières heures de la matinée. Dans les services, les équipes de la DSA ont proposé un temps d'échange et de sensibilisation autour de la désinfection des mains, appuyé par des outils visuels simples et parlants. La Directrice des soins et la responsable HPCI étaient présentes aux côtés des cadres, illustrant une mobilisation collective autour d'un enjeu central de qualité et de sécurité.

12 mai, Journée internationale des soignants et soignantes

Le 12 mai, la MRPS a choisi d'élargir la Journée internationale des infirmières à l'ensemble des professionnels du soin. Organisée par la Direction des soins et de l'accompagnement, cette journée a proposé différents ateliers, rencontres et temps d'échange mettant en lumière la diversité des métiers qui contribuent chaque jour à l'accompagnement des résidents. Une belle occasion de valoriser l'engagement et l'expertise de toutes celles et ceux qui prennent soin des autres.



Une salle d'allaitement rénovée pour les collaboratrices de la MRPS.

La salle d'allaitement du bâtiment des Azalées a été entièrement rénovée et rééquipée. Désormais dotée d'un fauteuil inclinable avec repose-pieds, d'une table à langer, d'un lavabo et d'un réfrigérateur, elle offre aux jeunes mamans un espace confortable et préservé pour répondre à leurs besoins durant leur journée de travail.





Tara fait vibrer *The Voice*

Notre adjointe à la direction des soins et de l'accompagnement, M'mah Sylla, a récemment participé à l'émission *The Voice* sous son nom d'artiste, Tara. Sélectionnée parmi de nombreux candidats, elle a livré une prestation remarquée, portée par une voix puissante et une présence scénique qui n'ont laissé personne indifférent. Si l'aventure s'est arrêtée à l'issue des auditions, son passage témoigne d'un talent et d'un engagement artistique remarquables. Bravo !

Une nouvelle identité pour la résidence Colladon

La Résidence Colladon dévoile son logo. Cette nouvelle identité visuelle marque une étape importante dans le développement de sa communication et s'inscrit dans un plan global visant à renforcer la visibilité de la résidence et à lui offrir une communication propre, en cohérence avec son positionnement et les services qu'elle propose. Au cours des prochains mois, cette identité se déclinera progressivement sur les différents supports de communication destinés aux résidents, aux familles et au grand public.



Horaires du D^r Folino

Présent à la MRPS depuis le 1er mai, le D^r Folino assure désormais des consultations au sein de l'institution, au 1^{er} étage du bâtiment Azalées, les lundis et mardis matin ainsi que les mercredis, jeudis et vendredis après-midi. Il consulte également dans son cabinet, situé au 8^e étage du bâtiment Érables, les lundis et mardis de 13h30 à 18h00 ainsi que les mercredis, jeudis et vendredis de 8h00 à 12h30



À NE PAS MANQUER

DES SORTIES POUR CHANGER D'HORIZON

Croisière sur le Léman, balade dans le Lavaux, découverte d'Annecy ou journée au Signal de Bougy : les résidents des EMS et de la Résidence auront de nombreuses occasions de sortir de leur cadre habituel cet été. Tour d'horizon des principales excursions prévues dans les prochains mois.





À NE PAS MANQUER

Avec l'arrivée des beaux jours, les équipes d'animation préparent leur programme estival. Comme chaque année, les mois à venir seront ponctués de sorties et d'excursions permettant aux résidents de découvrir de nouveaux lieux, de partager des moments conviviaux et de profiter de la saison en dehors de l'institution.

Du côté des EMS, plusieurs rendez-vous figurent déjà au calendrier. Après une sortie hivernale consacrée au ski, place cette fois aux activités nautiques avec l'association Just for Smile, qui proposera une initiation à la voile adaptée aux participants. Une sortie karting est également prévue avec le même partenaire.

Les résidents pourront aussi prendre la direction du Ranch Blackyland pour une journée placée sous le signe de la découverte du monde équestre. Une autre excursion conduira le groupe dans le Lavaux à bord du célèbre Lavaux Express, qui serpente au cœur des vignobles en terrasses inscrits au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Le Léman sera également au programme avec une croisière entre Nyon et Yvoire. Cette escapade permettra de rejoindre la cité médiévale française avant de profiter d'un repas au bord de l'eau

Entre traditions et nouveautés

Point d'orgue de la saison, la sortie annuelle au Signal de Bougy se déroulera le 9 septembre. Résidents et collaborateurs y partageront une journée de détente dans un cadre apprécié pour ses espaces verts et ses nombreuses possibilités de promenade.

À la Résidence Colladon, près d'une vingtaine d'activités et d'excursions sont prévues durant l'été.

Parmi les rendez-vous habituels figure notamment la montée au Salève, dont le panorama continue de séduire les participants année après année. Les grillades organisées à Versoix feront également leur retour, avec une halte à la Cabane des Bûcherons au cœur de la forêt.

Une journée au Lac des Joncs permettra quant à elle d'allier découverte des paysages fribourgeois et repas à l'auberge. D'autres sorties emmèneront les résidents à Annecy pour une promenade dans la vieille ville ou encore à Morges, où le petit train touristique figure parmi les nouveautés de cette édition.

Le programme conduira également les participants au Château de Grandson, actuellement mis en valeur par d'importants travaux de restauration. Enfin, une excursion au Mont de Baulmes se poursuivra par la visite du MuMAPS à Sainte-Croix, musée consacré aux automates, aux boîtes à musique et à la mécanique d'art.

Au-delà des destinations, ces sorties offrent surtout l'occasion de découvrir de nouveaux horizons, de maintenir une vie sociale active et de partager des expériences en groupe.

L'équipe d'animation



CEUX QUI FONT LA MRPS

Photo : Magali Girardin



Quentin Vialatte aux commandes de la brigade spécialisée en textures modifiées.



CEUX QUI FONT LA MRPS

UNE FORMATION DE POINTE POUR QUENTIN VIALATTE

Invité par un spécialiste international des texturants alimentaires, Quentin Vialatte, sous-chef de cuisine à la MRPS, a participé à une formation de pointe en Catalogne. Une occasion de découvrir de nouveaux produits, d'échanger avec des professionnels venus de toute la Suisse et de poursuivre le développement d'une expertise devenue une référence au sein de l'institution.

Du 11 au 13 mai dernier, Quentin Vialatte a pris la direction de Navarclés, au nord de Barcelone. Le sous-chef de cuisine de la MRPS faisait partie d'un groupe restreint de professionnels helvétiques invités par Sosa Ingredients, entreprise espagnole reconnue dans le domaine des texturants alimentaires.

Installée dans une ancienne usine textile reconvertie en centre de recherche et développement, l'entreprise a réuni douze pâtisseries et deux cuisiniers venus de

Suisse pour deux journées de formation mêlant théorie et pratique. L'objectif : présenter les dernières innovations développées par la marque et permettre aux participants de les tester dans des conditions proches de leur quotidien professionnel.

Nous avons travaillé sur différents produits, notamment des glaçages et des texturants, avec beaucoup de mises en situation pratiques, explique Quentin Vialatte.



À chaque structurant, sa fonction.



CEUX QUI FONT LA MRPS

Une expertise au service des résidents

Si cette invitation a été adressée à la MRPS, ce n'est pas un hasard. Depuis plusieurs années, l'institution développe une approche exigeante des textures modifiées destinées aux résidents souffrant de troubles de la déglutition ou de la mastication.

Chaque jour, près d'une cinquantaine de résidents bénéficient de repas adaptés. Derrière ces assiettes se cache un important travail de production assuré par une équipe spécialisée. En tant que sous-chef de cuisine, Quentin Vialatte

coordonne notamment le travail des deux cuisiniers dédiés exclusivement à cette activité.

L'objectif dépasse largement les seules considérations nutritionnelles. Il s'agit aussi de préserver le plaisir de manger, de valoriser la présentation des plats et d'éviter que certaines personnes se sentent exclues en raison de leur régime alimentaire.

Nous cherchons constamment à améliorer l'esthétique et le goût des préparations afin que les résidents puissent profiter pleinement de leurs repas.



Les bouchées apéritives peuvent être désormais adaptées aux régimes mixés.



Mise à jour technique et présentation des nouveaux produits Sosa au programme de ce séjour catalan.

Favoriser le partage et la convivialité

Les nouvelles techniques découvertes à Barcelone pourraient trouver rapidement des applications concrètes à la MRPS. Parmi les perspectives évoquées figurent notamment la création de bouchées et de petites pièces apéritives adaptées aux textures modifiées. Une évolution qui permettrait aux résidents concernés de participer plus facilement aux moments festifs organisés dans l'institution. Cette démarche s'inscrit dans une volonté plus large de favoriser l'inclusion. Plusieurs fois par année, des animations culinaires réunissent d'ailleurs l'ensemble des résidents autour d'un thème commun, dans une ambiance inspirée du restaurant.

Une reconnaissance qui dépasse la MRPS
Au-delà de ses responsabilités au sein de

la cuisine de la MRPS, Quentin Vialatte transmet également son savoir-faire dans le cadre de la formation professionnelle. Il intervient comme formateur pratique auprès des candidats au brevet fédéral de cuisinier en diététique au Campus Spark de Plan-les-Ouates. Une activité qu'il mène avec la même exigence que son travail quotidien. La dernière volée d'étudiants a d'ailleurs enregistré un taux de réussite de 100 %, témoignant du niveau d'expertise développé dans ce domaine particulièrement spécialisé.

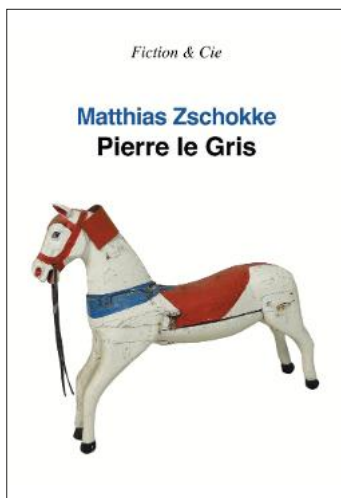
*Propos recueillis par Philippe Cugniet,
chargé de l'information et de la communication*



C'EST À LIRE

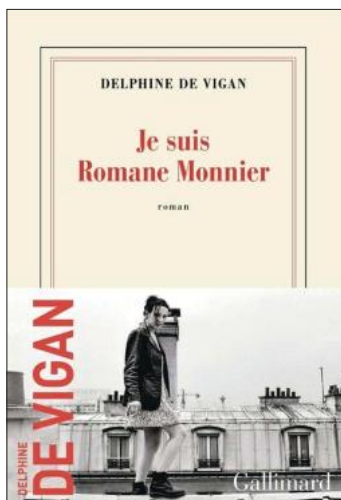
À CEUX QUI S'ÉLOIGNENT

Par choix ou sous l'effet des épreuves, certains prennent leurs distances avec le monde. Dans *Pierre le Gris* de Matthias Zschokke et *Je suis Romane Monnier* de Delphine de Vigan, deux personnages en retrait croisent le regard de ceux qui tentent de les comprendre. Deux romans sensibles qui explorent la solitude, l'absence et les liens parfois fragiles qui nous unissent aux autres.



Pierre le Gris de Matthias Zschokke suit Pierre, un fonctionnaire berlinois effacé et émotionnellement distant. Après la mort accidentelle de son fils, il reste presque indifférent, incapable d'exprimer son deuil. Envoyé en mission à Nancy, il se retrouve ensuite à accompagner un enfant, Zéphyr, lors d'un voyage improvisé. Leur trajet, fait de situations banales, devient le cœur du récit.

Le roman explore la solitude, le deuil et la difficulté à créer des liens, avec un style mêlant humour discret et mélancolie. Matthias Zschokke, écrivain et cinéaste suisse né en 1954, est connu pour ses textes à la fois minimalistes, décalés et empreints d'ironie, souvent centrés sur des personnages marginaux ou en retrait du monde.



Je suis Romane Monnier de Delphine de Vigan.

Thomas découvre par hasard le téléphone portable d'une jeune femme, Romane Monnier, qui semble avoir disparu volontairement. Au lieu de récupérer son appareil, Romane lui confie tous ses codes d'accès et s'efface peu à peu du monde. Intrigué, Thomas explore ses messages, photos, notes et enregistrements vocaux. À travers ces traces numériques, il reconstitue la vie fragile et tourmentée de Romane. Cette enquête intime l'amène aussi à réfléchir sur sa propre solitude et son passé. Le roman montre à quel point nos téléphones contiennent toute notre mémoire et notre identité.

Delphine de Vigan critique la dépendance aux écrans et l'hyperconnexion moderne. Elle interroge aussi les traces que nous laissons derrière nous à l'ère numérique. Le récit mêle suspense, émotion et réflexion sur la disparition et l'isolement. Avec une écriture sensible, l'autrice dresse un portrait inquiet de notre société connectée.

Mmes Junod, Maury, Terry et Wyss



EN VOYAGE !



L'été arrive... pour certains, il est promesse de repos, retrouvailles, horizons nouveaux. Mais, pour beaucoup parmi vous, les journées ne changeront guère. Elles seront peut-être même d'une solitude plus pesante, d'une monotonie dont on sait ne rien pouvoir attendre de neuf.

... Vraiment ? Et si nous en profitons pour partir, nous aussi, en voyage ?

Je vous propose une guide. Elle s'appelle Etty Hillesum (1914-1943). C'est une jeune juive, auteure d'un journal intime poignant, *Une vie bouleversée*, écrit à Amsterdam entre 1941 et 1943. Elle nous livre son grand voyage intérieur, vécu au cœur du camp de Westerbork, avant qu'elle ne soit déportée à Auschwitz pour y mourir à 29 ans. Un voyage vers l'intériorité et la liberté, quelles que soient les circonstances extérieures. Elle écrit : *Même si on ne nous laisse qu'une ruelle exigüe à arpenter, au-dessus d'elle il y aura toujours le ciel tout entier*. Et encore : *Quand on a une vie intérieure, peu importe, sans doute, de quel côté des grilles d'un camp on se trouve*.

Son grand voyage l'a conduite à développer en elle une « résistance intérieure », refusant de céder à la haine. Elle osera même écrire, alors que tout sombre autour d'elle : *J'ai en moi une immense confiance. Non pas la certitude de voir la vie extérieure tourner bien pour moi, mais celle de continuer à accepter la vie et à la trouver bonne, même dans les pires moments*.

Que cet été soit pour nous l'occasion d'embarquer pour oser un nouveau voyage.

Destination : notre intériorité.

Peut-être trouverons-nous en nous, comme Etty, un « invincible été », une profonde sérénité, parce que jamais seul, mais habité par une lumière, celle qui *brille dans les ténèbres, et les ténèbres ne l'ont pas arrêtée* (Bible, Évangile de Jean, ch. 1).

Bon voyage !

Véronique Pàlvölgyi
aumônière et accompagnante spirituelle



MA CENTENAIRE BIEN-AIMÉE

Les plus belles histoires ne sont pas toujours celles qui font du bruit. Elles naissent parfois dans un salon, autour d'un livre, d'une conversation ou d'une présence fidèle. Il suffit alors de tendre l'oreille.

Votre chroniqueur senior a désormais dépassé l'âge de la retraite. J'aurai bientôt 67 ans. La vie active qui fut la mienne est derrière moi. Devant moi, cet autre âge que l'on qualifie volontiers de « grand », sans que mon corps, qui se rapetisse en taille, ne se reconnaisse vraiment dans cette grandeur, sauf à considérer qu'elle s'adresse plutôt à l'âme humaine.

Là, oui, je veux bien, la sagesse s'acquiert en avançant en âge. Socrate l'enseignait mais je n'ai jamais été son élève. Je lis peu les philosophes. Je leur préfère les leçons de la vraie vie. Mes inspiratrices viennent de là. Des femmes, oui, dont je pourrais être le fils, si je ne l'étais déjà, d'une mère qui aura 90 ans au seuil de cet été.

Une décennie de plus et me voici sonnant à la porte de Jeanne, ma centenaire préférée, habitant à Genève, au bord de cette rivière qui descend de la montagne. Je lui rends visite chaque semaine, à sa demande, en ayant pris soin d'emmener avec moi le livre de son choix. Sa vue s'est mise en retraite elle aussi, la lecture était sa passion, elle ne peut plus lire; alors je suis devenu, avec le temps, son lecteur à domicile, ma voix, si l'on veut, remplace ses yeux.

Elle veut bien, tout en sachant se montrer exigeante. La lecture à voix haute est une discipline. J'en fais à mon tour l'expérience, la mise à l'épreuve reste amicale. Jeanne me pardonne mais me reprend, lorsque par exemple je bute sur un mot inconnu à plusieurs syllabes ou que j'oublie de respirer entre deux phrases.

Sa mort, à l'âge de 104 ans, a mis un terme à mon apprentissage. Nos séances de lecture, dans son salon rempli de bibelots en porcelaine, me manquent. Je cherche une nouvelle auditrice et la trouve à mes pieds. Ma chienne Java m'écoute en tendant vers moi ses oreilles de chauve-souris. Je me surprends à lui lire des pages de Colette, la romancière préférée de Jeanne. J'ai l'âge pour ça: parler aux bêtes en me souvenant des morts.

Pour toi, Jeanne, courtepoinrière du quai Charles-Page, ce petit billet d'amour.

*Thierry Mertenat,
journaliste*



MRPS

Maison de Retraite
du Petit-Saconnex