JOURNAL DE L'AUTOMNE

Fondation
la Vespérale



RÉSIDENCE LA POTERIE & RÉSIDENCE LES ARÉNIÈRES

EDITION 2026



SOMMAIRE

01 ÉDITO

02 BIENVENUE

10 RETOUR DE VACANCES

15 ACTIVITÉS

20 VISITE DE M. APOTHÉLOZ

21 VIE À L'EMS

23 LA VESPÉRALE

25 JEUX CONCOURS

28 UN DERNIER AU REVOIR

ÉDITO



L’automne sous le signe de la qualité

Après un été particulièrement chaud, marqué par plusieurs épisodes de canicule qui ont demandé vigilance, adaptation et engagement de la part de toutes nos équipes, l’arrivée de l’automne est accueillie avec un certain soulagement. Nous aspirons désormais à une saison plus douce et plus « supportable », propice à retrouver un rythme plus serein.

Cet automne sera placé sous le signe de la qualité. Un mot qui prend tout son sens lorsqu’il s’inscrit dans notre quotidien.
La qualité, c’est avant tout celle de la vie de nos résidentes et résidents. Veiller à leur bien-être, à leur sécurité et à leur dignité, respecter leurs besoins et leur autonomie, favoriser le lien social et proposer un accompagnement personnalisé constituent le cœur de notre mission.

La qualité, c’est aussi celle de nos prestations et de nos pratiques professionnelles. Elle se nourrit de l’expérience, du partage des connaissances et d’une information fiable, transmise à toutes et tous. Avec la mise en place d’Optimiso, nous disposons désormais d’un espace commun permettant de consulter, déclarer et améliorer nos processus. Cet outil centralise informations et documents, facilitant leur accès au quotidien. Cette démarche a un objectif essentiel : permettre à nos équipes de toujours mieux accompagner les résidentes et résidents et contribuer ainsi à leur qualité de vie. Des ateliers viennent aussi compléter cette démarche en favorisant les échanges, la réflexion et l’amélioration continue de nos pratiques.

Et déjà, la fin de l’année se profile avec son lot de rendez-vous très attendus. L’Escalade, les fêtes de Noël, le Noël des enfants, des familles et des résidents seront autant d’occasions de nous retrouver, de partager et de faire vivre ces liens qui occupent une place essentielle à La Vespérale.

L’automne est une saison de transition, mais aussi de couleurs, de mouvement et de renouveau. Une belle invitation à poursuivre ensemble cette aventure commune, tout en appréciant les moments qui ponctuent la vie de notre Fondation, en reprenant les mots d’Albert Camus :
« L’automne est un deuxième printemps où chaque feuille est une fleur. »

Stéphane Janier, Directeur général

BIENVENUE

À LA POTERIE



Arrivé le 29.06

M. Gaston RUFFIEUX

M. Ruffieux est né à Charmey, en Gruyère, où il a vécu jusqu'à l'âge de 23 ans, avant de venir s'installer à Genève.
Peu après son arrivée, il a découvert une offre d'emploi aux Transports publics genevois (TPG). Il y a débuté sa carrière et y a travaillé durant de nombreuses années. Grâce à son engagement et à son expérience, il a progressivement évolué au sein de l'entreprise, occupant différents postes jusqu'à devenir chef. Il est marié depuis de nombreuses années. Sa famille occupe une place essentielle dans sa vie, notamment ses deux enfants et ses petits-enfants. Il apprécie particulièrement la présence et le soutien de son épouse.

Mme Claudine BENOT Arrivée le 03.07

Mme Benot est née en Lorraine, en France, où elle a effectué toutes ses études, avant de venir s'installer à Genève.
Mme Benot a exercé avec passion le métier d'enseignante de latin et de grec au Lycée international de Ferney-Voltaire. Elle est maman de deux filles et grand-mère de trois petits-enfants.
Parmi ses loisirs, Madame Benot apprécie particulièrement la lecture, ainsi que les sorties, les promenades et les moments au restaurant. Elle aime également pouvoir profiter de moments de convivialité et d'échanges.

Nous souhaitons également la bienvenue à

Mme Sandrine SCHMIDT Arrivée le 16.07
Mme Elisabeth KNECHTLE Arrivée le 17.09

BIENVENUE

À LA POTERIE



Arrivée le 27.07

Mme Liubov DERIAPOVA

Originaire d'Ukraine, Madame Deriapova est arrivée en Suisse en juin 2025, où elle a rejoint ses deux filles.
Décrite comme une personne calme, discrète, bien éduquée et soignée, Madame Deriapova apprécie particulièrement les moments de partage et les activités qui lui permettent de rester active.
Depuis sa jeunesse, elle aime beaucoup le volley-ball. Elle apprécie également tout particulièrement le chant et la musique sous toutes ses formes, ainsi que les concerts.
Madame Deriapova aime aussi les activités en plein air, les promenades et le contact avec la nature. Elle se réjouit de pouvoir participer aux différentes activités proposées au sein de notre établissement et de découvrir ainsi de nouvelles expériences.
Nous sommes heureux de l'accueillir parmi nous et lui souhaitons de trouver rapidement ses repères, de faire de belles rencontres et de profiter pleinement des moments de convivialité au sein de notre maison.



Arrivé le 19.06

M. Antonio MORILLO

Originaire du Maroc, M. Morillo est de nationalité espagnole. Il a vécu une partie de sa vie en Espagne avant de découvrir la France, puis de s'installer à Genève, où il a construit une grande partie de sa vie.
Il a exercé comme mécanicien automobile et également comme électricien, et a eu son propre garage.
De nature souriante et communicative, il apprécie les échanges. Il aime particulièrement l'automobile, les courses de voitures, la Formule 1, la lecture et la télévision.
Nous sommes très heureux de l'accueillir parmi nous.

BIENVENUE

AUX ARÉNIÈRES



Arrivée le 20.07

Mme Roselyne TETAERT

Bretonne d'origine, Madame Tetaert a quitté sa région natale pour s'installer en Suisse en 1967, d'abord à Nyon, avant de poser ses valises à Genève, dans le quartier de la Jonction. Elle a travaillé dans la restauration, un métier exigeant où l'on ne compte pas ses pas ! Son frère vit en France. Femme active, elle a toujours aimé nager et faire du vélo, et elle apprécie aussi les moments plus calmes, un bon livre à la main ou devant la télévision. Nous nous réjouissons de lui proposer nos ateliers lecture et nos sorties, et pourquoi pas une petite balade au bord de l'eau, qui lui rappellera peut-être sa Bretagne !



Arrivés
le 23.07 & 21.08

Mme Danielle & M. Michel DUNAND

Genevois de cœur, Madame et Monsieur Dunand ont toujours vécu à Genève, et ils fêtent cette année leurs 55 ans de mariage ! Madame a consacré sa carrière à l'enseignement, transmettant son savoir à des générations d'élèves. Monsieur, lui, a travaillé comme responsable aux TPG, et il connaît sans doute les lignes et les quartiers de la ville mieux que personne. Ils ont une fille et deux petits-enfants. Nous nous réjouissons de partager avec eux de beaux moments.



Arrivée le 26.08

Mme Christiane FELIX

Voilà une vraie figure genevoise ! Madame Felix a d'abord été serveuse, puis vendeuse à la Placette, avant de se lancer à son compte, avec un commerce qui suivait les saisons. L'été, elle louait des voiles et des pédalos, et l'hiver, elle vendait des marrons chauds au rond-point de Plainpalais. Plus d'un Genevois s'est sûrement réchauffé les mains grâce à elle ! Nous nous réjouissons d'écouter ses souvenirs du Genève d'autrefois.

BIENVENUE
AUX ARÉNIÈRES


Arrivée le 27.08

Mme Naïma QOMAIRI EL IDRISSI EL HASSANI

Originaire du Maroc, Madame Qomairi a découvert l'Europe comme jeune fille au pair en Italie, avant de s'installer à Genève, dans le quartier de la Jonction. Travailleuse infatigable, elle a exercé un peu partout, notamment aux HUG et dans l'hôtellerie. Son fils vit lui aussi à Genève. Madame a des doigts de fée : elle pratique le macramé, et nous espérons bien qu'elle acceptera de nous transmettre quelques-uns de ses secrets lors d'un prochain atelier !

Mme Bernadette ROSET Arrivée le 03.09

Genevoise pure souche, Madame Roset est née à Genève et a vécu dans le quartier de la Jonction. Elle a fait carrière comme secrétaire dans la métallurgie, un univers d'hommes et de machines où elle a su trouver sa place avec rigueur et organisation ! Maman, elle peut compter sur ses enfants, qui seront toujours les bienvenus aux Arénières. Nous sommes très heureux de l'accueillir et nous réjouissons de faire plus ample connaissance avec elle.

Nous souhaitons également la bienvenue à

M. Georges GUILLAUME Arrivé le 11.09

BIENVENUE

AUX ARÉNIÈRES

Mme Sonja BEUCHAT Arrivée le 02.09

Suisse alémanique originaire de Soleure, Madame Beuchat s'est installée à Genève, dans le quartier de la Jonction. Elle a travaillé chez Gardy, à l'atelier des interrupteurs : un travail de précision qui demandait patience et habileté ! Du haut de ses 96 ans, elle garde un amour intact pour la nature et le grand air. Son fils Gérald vit dans le canton de Vaud, et elle a deux petits-enfants. Les chats ont aussi une belle place dans son cœur, avec Rocky et Félix. Nous nous réjouissons de l'emmener profiter du jardin et de nos sorties en plein air, et de l'entendre, pourquoi pas, nous glisser quelques mots de suisse-allemand !



BIENVENUE

AUX NOUVEAUX COLLABORATEURS

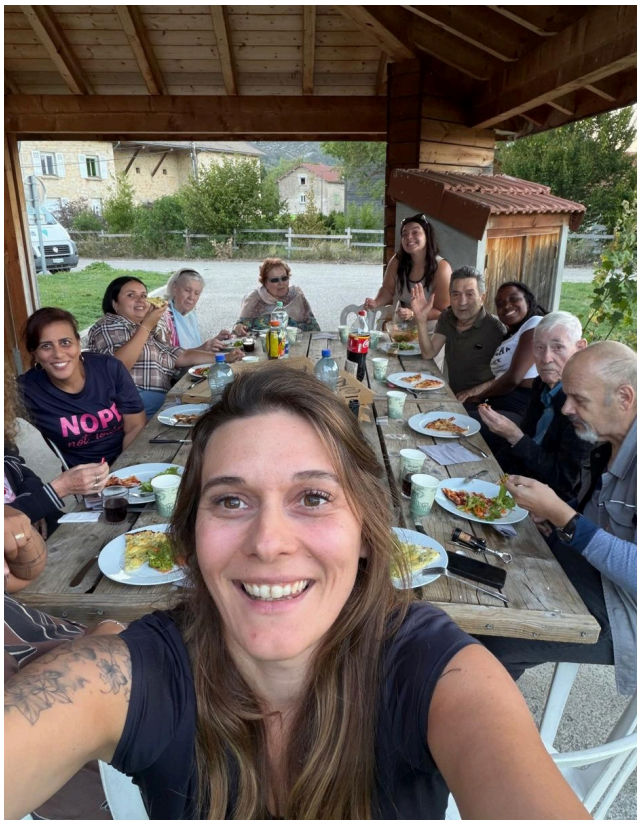
- Mme BALAGHNI Elsa, aide-soignante aux Arénières, dès le 14 septembre 2026
- Mme BROOHM Ade Casmira, aide-soignante aux Arénières, dès le 14 septembre 2026
- Mme CHATELAIN Melys, apprentie assistante socio-éducative aux Arénières, dès le 10 août 2026
- Mme MDA ROCHA DUARTE Lucia Maria, femme de chambre à la Poterie, dès le 17 août 2026
- Mme GASSAMA Madiou, aide-soignante aux Arénières, dès le 1er septembre 2026
- Mme JERIDI Sonia, infirmière responsable d'unité de soins à la Poterie, dès le 6 juillet 2026
- Mme KROU Julienne, aide-soignante aux Arénières, dès le 1er juillet 2026
- M. KÜNZI Jules, stagiaire animation à la Poterie, dès le 31 août 2026
- Mme LOPES DA SILVA Milena, aide-soignante aux Arénières, dès le 1er juillet 2026
- M. MARKOVIC Jovica, nettoyeur à la Poterie, dès le 1er août 2026
- M. MATTHEY Laurent, responsable de l'animation, dès le 1er août 2026
- Mme M'HAMEDI Maroua, aide-soignante aux Arénières, dès le 1er août 2026
- Mme RONDON DOTOLO Maria, animatrice à la Poterie, dès le 1er juillet 2026
- M. SAID DAAHIR Mahamed, apprenti employé en restauration, dès le 21 septembre 2026

EN VACANCES

Notre séjour a débuté vers 10 heures, avec le départ des résidents et des résidentes de la Poterie et des Arénières, en direction de Vassieux-en-Vercors.
Après quelques heures de route, nous avons fait une pause à Chambéry, au restaurant « La Côte-et-l'Arête », où nous avons partagé un agréable repas tous ensemble. Ce moment convivial a également été l'occasion de célébrer l'anniversaire de Patricia, notre collègue, qui avait fêté ses 30 ans la veille.
Nous avons ensuite repris la route en direction du Vercors et sommes arrivés vers 17 heures à notre lieu de séjour, le Chalet de la Frache, à Vassieux-en-Vercors.

Après nous être installés, nous avons terminé cette première journée autour de pizzas, dans une ambiance festive et chaleureuse. La soirée s'est poursuivie en musique, entre rires, chansons et quelques pas de danse.

Une belle première journée qui a permis à chacun de prendre ses marques et de commencer ce séjour dans la bonne humeur et la convivialité !





JOUR 1 : EN ROUTE POUR VASSIEUX-EN-VERCORS

EN VACANCES

Pour cette deuxième journée, nous sommes partis à la découverte de la grotte de Choranche, située au cœur du Vercors. Cette magnifique grotte nous a permis d'explorer un univers souterrain impressionnant, avec ses grandes galeries, ses stalactites et ses célèbres fistuleuses, de fines concrétions calcaires qui se forment très lentement au fil des années.

La grotte abrite également un petit animal particulièrement étonnant : le protée, un amphibien qui vit dans les eaux souterraines et qui est parfaitement adapté à la vie dans l'obscurité. Une découverte insolite qui a suscité la curiosité de nos résidents !

L'après-midi, nous avons pris la direction de Saint-Nazaire-en-Royans, où nous avons embarqué pour une promenade sur l'eau à bord d'un bateau à roues, qui rappelle les anciens bateaux à vapeur. Cette embarcation originale nous a permis de profiter tranquillement du paysage et de découvrir autrement les environs du Royans.
Entre les mystères de la grotte et la douceur d'une promenade en bateau, cette deuxième journée a une nouvelle fois été riche en découvertes, en émerveillement et en beaux moments partagés.



JOUR 2 : ENTRE GROTTE ET BALADE SUR L'EAU

EN VACANCES

La pluie étant au rendez-vous ce jour-là, nous avons décidé de rester au village et de profiter de cette journée pour découvrir son patrimoine et son histoire.
Le matin, nous avons commencé par la visite du Petit Monde des Santons de Provence. Sur plus de 300 m², nous avons découvert un univers miniature composé de centaines de santons, installés dans de nombreux décors représentant la vie d'autrefois. Métiers anciens, scènes de la vie quotidienne et traditions rurales prennent vie grâce à des mises en scène animées, accompagnées de sons et de lumières. Une jolie façon de voyager dans le temps et de redécouvrir les habitudes et les métiers d'autrefois.

L'après-midi, nous avons poursuivi notre découverte avec le Musée départemental de la Résistance du Vercors. Cette visite nous a permis de mieux comprendre l'histoire de la Résistance dans le Vercors et les événements particulièrement marquants de l'année 1944. Le musée présente de nombreux objets d'époque et retrace l'histoire du maquis, les combats ainsi que la reconstruction du territoire après la guerre. Vassieux-en-Vercors, durement touché durant les combats, est aujourd'hui reconnu comme un village martyr et Compagnon de la Libération.

Nous avons terminé la soirée autour d'un bon repas à l'Auberge du Tétras-Lyre, située au cœur du village.
Et petite curiosité : le tétras-lyre, qui donne son nom à l'auberge, est un oiseau emblématique des milieux montagnards.



JOUR 3 : À LA DÉCOUVERTE DE VASSIEUX-EN-VERCORS

EN VACANCES

Le matin, nous nous sommes rendus à la Ferme pédagogique du Grand Bois. Nous avons découvert un lieu pensé pour transmettre et sensibiliser à la nature, aux animaux et au respect du vivant. Les résidents ont notamment pu profiter d'un moment de proximité avec les animaux de la ferme, dans un environnement naturel entouré de montagnes, de prairies et de forêts.
L'après-midi, nous avons pris la direction de Chamaloc, au pied du Vercors, pour visiter la Distillerie des 4 Vallées. Cette distillerie familiale cultive et distille la lavande et le lavandin depuis 1930, perpétuant un savoir-faire transmis au fil des générations. Nous avons pu découvrir les différentes variétés de lavande ainsi que les étapes permettant de transformer les plantes en produits parfumés et notamment en huiles essentielles.

Cette quatrième journée nous a ainsi permis de découvrir deux beaux savoir-faire du territoire : la transmission autour de la nature et des animaux, puis la culture et la transformation de la lavande, tout en profitant pleinement des paysages du Vercors.



JOUR 4 : À LA DÉCOUVERTE DE LA NATURE ET DE LA LAVANDE



EN VACANCES

Pour cette dernière journée de vacances, il était déjà temps de reprendre la route en direction de Genève. Avant de rentrer, nous avons fait une halte à Hauterives, dans la Drôme, où nous avons partagé un repas tous ensemble avant de partir à la découverte d'un lieu pour le moins extraordinaire : *le Palais idéal du Facteur Cheva*l.
Construit pendant 33 ans, entre 1879 et 1912, ce monument hors du commun est l'œuvre de Ferdinand Cheval, un facteur de la région.



JOUR 5 : SUR LES TRACES DU FACTEUR CHEVAL

L'histoire raconte qu'un jour, lors de sa tournée, il trébucha sur une pierre dont la forme l'émerveilla. Il commença alors à ramasser des pierres au fil de ses tournées et à les transporter chez lui, jusqu'à donner naissance à ce palais entièrement imaginé et construit de ses propres mains, notamment en hommage à sa fille Alice.

Le monument mélange de nombreuses inspirations : architecture orientale, sculptures, animaux, végétation et références à différentes civilisations. Chaque façade regorge de détails et de petites curiosités à observer. Une véritable œuvre d'art construite avec une incroyable persévérance, devenue aujourd'hui un monument historique.

Cette visite originale a constitué une belle dernière étape avant de reprendre la route vers Genève. Après cinq jours de découvertes, de sorties, de partage, nous avons finalement pris le chemin du retour, avec de beaux souvenirs plein la tête.

BAIGNADE AU QUAI WILSON

Un peu de fraîcheur à la Trempette !

Lors des chaudes journées d'été, direction le quai Wilson pour profiter d'un moment de fraîcheur au bord du lac. Avec ses rampes d'accès à l'eau et ses aménagements adaptés aux personnes à mobilité réduite, l'espace de baignade permet à nos résidentes et résidents, y compris ceux en fauteuil roulant, de profiter eux aussi des plaisirs de l'eau.

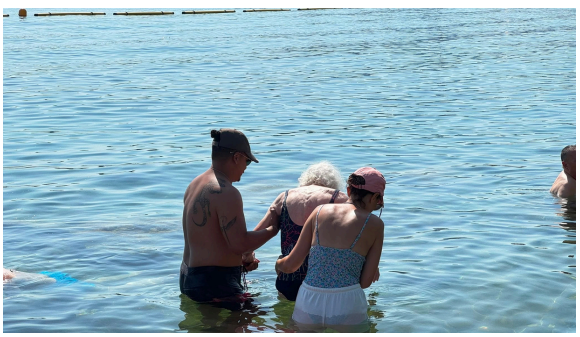
Baignade pour certains, détente à l'ombre pour d'autres, puis petite pause à la buvette Trempette : chacun peut profiter de la sortie à son rythme. Une parenthèse rafraîchissante particulièrement appréciée durant la canicule, entre lac, détente et plaisir d'être ensemble.





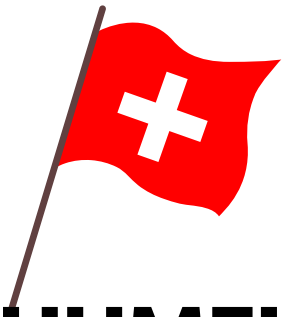








LE 1ER AOÛT
...EN IMAGES



BONNE HUMEUR

Des sourires, des échanges et beaucoup de plaisir à être ensemble : l'esprit de la fête était au rendez-vous.

CONVIVIALITÉ





Résidentes, résidents, familles et équipes se sont retrouvés pour partager ensemble un sympathique rendez-vous du 1er août.

SAVEURS

La Suisse à table
Un repas aux saveurs estivales et quelques incontournables helvétiques, jusqu'aux traditionnelles meringues double-crème...





UNE MAGNIFIQUE JOURNÉE

MUSIQUE



Cors des Alpes et chansons traditionnelles ont apporté une belle touche musicale à cette journée de fête.

DÉCORATION



Aux couleurs de la Suisse, rouge et blanc, drapeaux et petits clins d'œil helvétiques, nos lieux de vie se sont parés de leurs habits de fête.

ANIMATION



À vous de jouer ! Reconnaître nos fromages suisses, les déguster, tenter sa chance au loto... de quoi éveiller les papilles et faire travailler sa mémoire !

YVOIRE



En route pour Yvoire

Départ depuis Genève pour nos résidentes et résidents, avec une traversée du Léman en bateau sous un beau soleil. Le voyage fait déjà partie de l'excursion !



Une pause gourmande au bord du lac

À l'heure du déjeuner, place à un agréable moment autour d'une belle table, avec vue sur le Léman. L'occasion de partager un repas dans une ambiance estivale et conviviale.

SORTIE EN BATEAU & FILETS DE PERCHES



À la découverte d'Yvoire

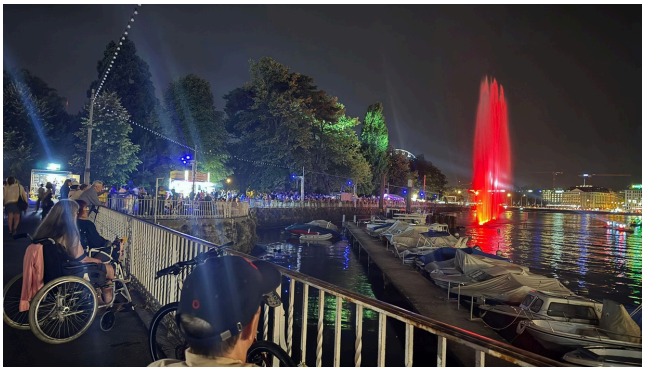
Après le repas, la journée s'est poursuivie par une balade et la découverte d'Yvoire, avant de reprendre le chemin du retour. Une escapade dépaysante, faite de beaux moments partagés.

RÊVE D'EAU

Une soirée qui a mis des paillettes plein les yeux.

Nos résidentes et résidents ont profité d'une soirée estivale au bord de la rade pour découvrir « Genève, rêve d'eau », le magnifique spectacle son et lumière qui a animé la rade et notre Jet d'eau durant le mois d'août.

Jeux de lumière, jets colorés et musique ont transformé le lac en une véritable scène à ciel ouvert. Un projet féerique, mais surtout une belle occasion de sortir en fin de journée et de profiter de la ville autrement.









Cette escapade a débuté autour d'un repas au restaurant aux Eaux-Vives, en attendant que la nuit tombe et pour le plaisir d'être simplement ensemble. Ces sorties font pleinement partie de la vie de l'EMS : continuer à découvrir, à s'émerveiller et à vivre Genève, de jour comme de nuit.

LA MUSIQUE NOUS RASSEMBLE

Un moment convivial en musique





Guitare, percussions et bonne humeur s'invitent régulièrement dans la salle des restaurants. Nos animateurs, Laurent et Adrien, partagent différents répertoires avec les résidentes et résidents, faisant de ces rendez-vous de véritables moments de partage.
Des airs connus, des chansons que l'on fredonne, des souvenirs qui reviennent… la musique crée du lien et apporte une belle énergie au quotidien.

Et si on faisait de la musique ensemble ?

Vous jouez d'un instrument, aimez chanter ou avez simplement envie de partager votre passion pour la musique ? Nous recherchons des musiciennes et musiciens parmi les résidentes, résidents, familles et collaborateurs pour créer de beaux moments musicaux ensemble.



CONCERTS DU COEUR

La musique au plus près des résidents

La résidence de la Poterie a eu le plaisir d'accueillir Les Concerts du Cœur Genevois, une association qui propose des concerts de qualité aux personnes ayant difficilement accès aux salles de concert traditionnelles.

Une belle façon de faire entrer la musique dans nos lieux de vie, de créer des échanges et d'offrir à nos résidentes et résidents un moment musical privilégié. La Fondation La Vespérale figure parmi les institutions partenaires de l'association à Genève depuis 3 ans.

www.concertsducoeur.ch











UNE VISITE À LA VESPÉRALE

M. Thierry Apothéloz vient à la rencontre de nos résidentes, résidents et équipes

Le 8 septembre dernier, la Fondation La Vespérale a accueilli M. Thierry Apothéloz, conseiller d'État chargé du Département de la cohésion sociale, accompagné de M. Antoine Dembinski, chef du secteur des structures pour seniors au Service cantonal des seniors et de la proche aidance (SeSPA).





Cette visite leur a permis de découvrir nos deux lieux de vie, Les Arénières et La Poterie, et d'aller à la rencontre de celles et ceux qui les font vivre au quotidien. Chambres, espaces d'animation et de rencontre, restaurants et espaces extérieurs : le parcours a offert un aperçu concret de l'environnement dans lequel évoluent nos résidentes et résidents.

La rencontre s'est poursuivie autour d'un déjeuner à La Poterie, permettant de prolonger les échanges dans un cadre convivial.



Nous remercions très chaleureusement M. Thierry Apothéloz, ainsi que M. Antoine Dembinski pour leur visite, leur disponibilité et l'intérêt porté à La Vespérale, à ses missions et à celles et ceux qui les font vivre chaque jour.

COUP DE PEIGNE, BARBIER, COIFFEUR...



...la coiffure est bien plus qu'un rendez-vous esthétique

Prendre soin de soi et retrouver ses petites habitudes : la coiffure fait partie de ces moments qui comptent dans la vie en EMS. Une coupe, une mise en plis ou simplement le plaisir de se faire coiffer apportent bien-être et confiance et font parfois ressurgir de jolis souvenirs.

À La Vespérale, chaque résidence dispose de son salon de coiffure.
Aux Arénières, Éric, animateur et coiffeur, propose également des prestations de barbier, tandis qu'à La Poterie, Ivy prend soin des résidentes et résidents.
Éric peut aussi compter sur l'aide précieuse d'une résidente, ancienne coiffeuse à la Jonction. Comme le raconte la fille d'une résidente, sa maman a toujours aimé prendre soin de ses cheveux et suivre la mode. Aujourd'hui encore, après son passage au salon, elle se regarde dans le miroir, sourit et retrouve le plaisir de prendre soin d'elle.

Bien plus qu'une coupe, la coiffure est un moment pour soi, propice aux échanges, aux souvenirs et au plaisir de se sentir bien.







RECETTES & REMÈDES

LES ASTUCES DE NOS GRAND-MÈRES



Buvez une infusion de gingembre frais et citron, dès les premiers signes de rhume, pour stimuler les défenses immunitaires.

Gargarisme avec eau tiède salée trois fois par jour pour soulager le mal de gorge et éliminer les bactéries naturellement.

Appliquez une compresse d'eau froide avec vinaigre de cidre sur le front et la nuque contre les maux de tête et migraines.

Mâchez des graines de fenouil après les repas pour faciliter la digestion, éliminer les ballonnements et rafraîchir l'haleine.

Respirez de la vapeur d'eau bouillante avec thym et eucalyptus pour dégager les bronches et soulager la congestion nasale.

Consommez une cuillère de miel pur avec de la cannelle chaque matin pour renforcer l'immunité et stabiliser l'énergie.

Préparez une tisane de camomille avant le coucher pour favoriser le sommeil réparateur et détendre le système nerveux.

Appliquez du gel d'arnica sur les bleus et contusions pour diminuer la douleur, et résorber les hématomes et accélérer la guérison.

Des traditions populaires à partager pour le plaisir, qui ne remplacent évidemment pas un avis ou un traitement médical.

Et vous ? En connaissez-vous d'autres ?

PORTRAIT

DÉPARTEMENT DE L'INTENDANCE



Le bien-être passe aussi par toutes les attentions qui accompagnent la vie de chaque jour. Les 28 collaboratrices et collaborateurs de l'intendance y contribuent par leur travail à la lingerie, dans les chambres et dans les espaces communs.



Chaque jour, les femmes de ménage prennent soin des chambres et de leur confort, tandis que les nettoyeurs veillent à la propreté des lieux partagés. Un travail discret mais essentiel pour offrir à chacun un environnement propre, agréable et accueillant.



La lingerie joue également un rôle important. Dès l'arrivée d'une résidente ou d'un résident, les vêtements personnels sont identifiés par les lingères afin d'en faciliter le suivi et de limiter les risques de perte. Ils sont ensuite lavés, entretenus, raccommodés si nécessaire, puis soigneusement rangés dans les chambres. Leur rôle ne s'arrête toutefois pas aux portes de la lingerie : lors de la distribution du linge, les échanges avec les résidentes et résidents créent aussi ces petits moments de proximité qui ponctuent la journée.



Derrière tous ces gestes se trouvent des équipes attentives et investies, qui contribuent chaque jour au confort et à la qualité de vie des résidentes et résidents.
Parce que prendre soin, c'est aussi veiller à ces détails qui permettent à chacun de se sentir bien dans son lieu de vie.





DANS LES COULISSES

Nouveau dans nos résidences, le Livre d'Or

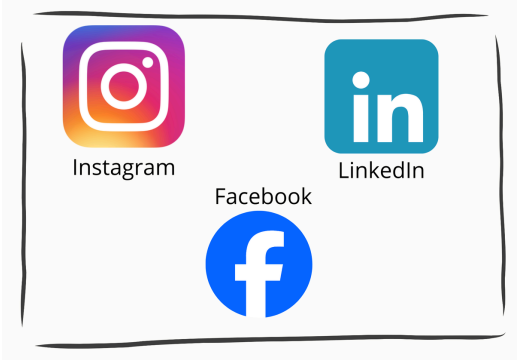


Chaque résidente, chaque résident laisse une empreinte unique au sein de notre établissement. C'est dans cet esprit qu'est né le Livre d'Or, un espace de recueillement, de partage et de mémoire pour honorer celles et ceux qui nous ont quittés.

Ouvert à toutes et tous, il permet de laisser une trace de son histoire commune avec les défunts : une photographie, un mot, une anecdote, un poème ou une pensée. **Le Livre d'Or est installé près de la réception des deux résidences, à portée de main de chacune et chacun.**
Nous vous invitons chaleureusement à vous l'approprier, à y contribuer si vous le souhaitez et à accompagner les résidents ou les familles qui désireraient y déposer un souvenir. Merci d'avance de faire vivre ce projet.

Réseaux sociaux

Nous sommes maintenant connectés !
Suivez-nous sur les réseaux sociaux pour découvrir la vie de la Fondation, ses actualités, ses événements et ses moments de partage, sous :
Fondation la Vespérale



Colloque institutionnel



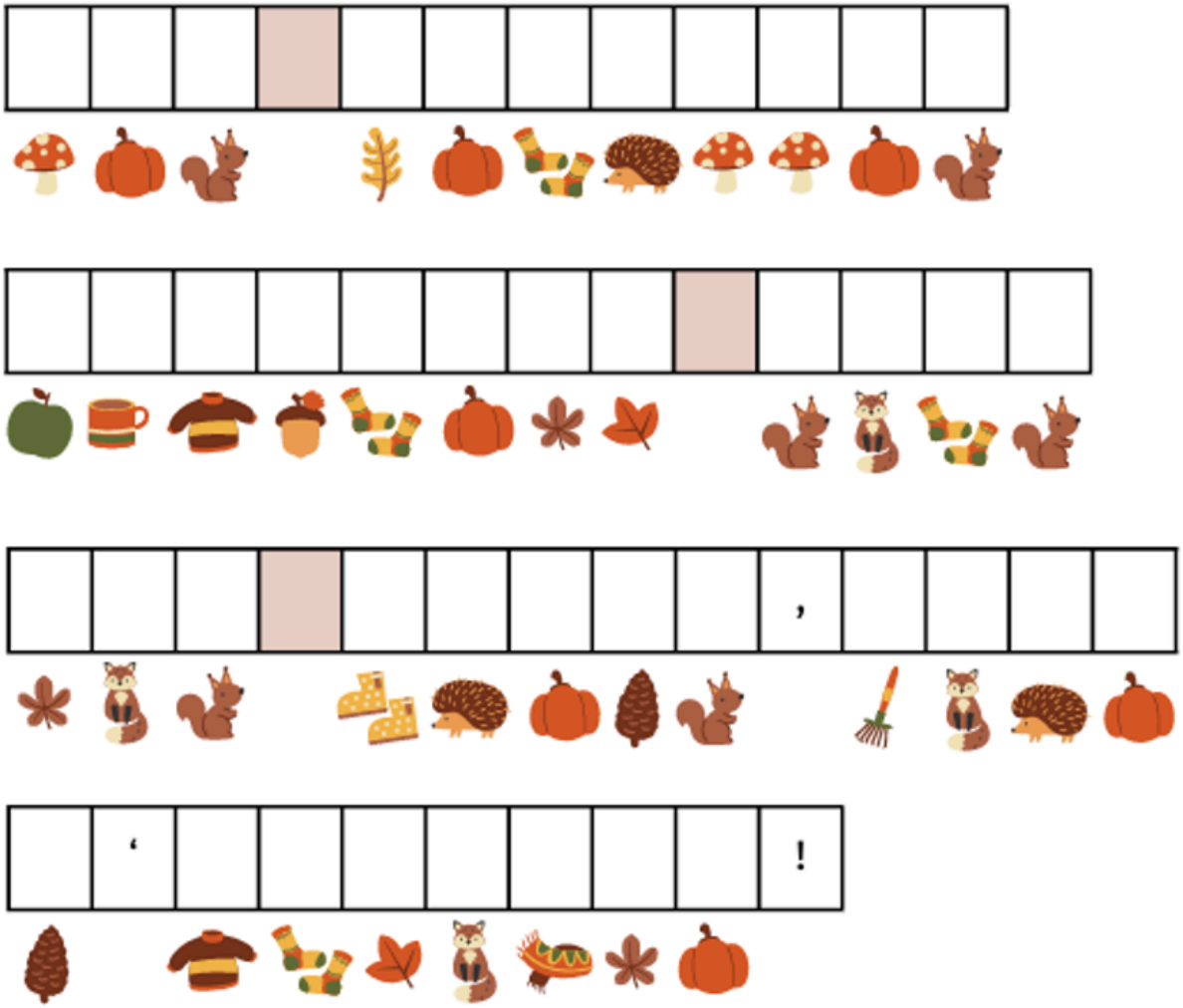
Les équipes de La Vespérale ont découvert *Optimiso*, le nouvel outil dédié à la gestion et à l'amélioration continue de la qualité. Cette présentation, complétée par des ateliers Qualité, marque une nouvelle étape pour faire vivre la qualité de l'accueil au quotidien.

JEUX

Automne

DÉCODEZ LE MESSAGE

Utilisez la légende pour décoder le message caché.



LÉGENDE DU CODE



BALADE D'AUTOMNE
Jeu des 6 différences

Regardez bien les deux images. Celle du bas a 6 différences.
Pouvez-vous les trouver et les entourer ?





JEUX

LES ANIMAUX DE NOS FORÊTS.

B	U	S	E	S	E	N	I	U	O	F
A	M	K	H	A	H	X	B	U	M	B
H	Y	K	N	N	R	Y	I	X	L	L
E	U	E	O	G	Q	J	C	R	I	D
B	A	T	S	L	U	G	H	U	J	Q
O	E	T	S	I	R	C	E	J	E	J
Q	R	E	I	E	Z	R	F	I	S	K
Y	I	U	R	R	V	R	P	U	O	L
F	A	O	E	E	E	I	U	O	B	I
H	L	H	H	C	I	G	O	G	N	E
T	B	C	D	L	I	U	E	R	U	C

Retrouvez les noms de ces animaux dans ce mots mêlés.

ECUREUIL
HERISSON
LOUP
CERF
LYNX
BUSE
CHEVREUIL
HIBOU
RENARD
BICHE
CHOUETTE
CIGOGNE
SANGLIER
FOUINE
BLAIREAU

UN DERNIER AU REVOIR

RÉSIDENCE LA POTERIE

Madame EL-BELEHI Zeinab, le 22 juin 2026
Madame AZZELETTI Martha, le 10 juillet 2026
Madame SESENNA Anne-Lyse, le 16 juillet 2026
Monsieur CHAMBAZ Henri, le 10 septembre 2026

RÉSIDENCE LES ARÉNIÈRES

Madame POWELL Adrienne, le 9 juillet 2026
Madame GUERCHET Danièle, le 19 juillet 2026
Madame PEREZ Inès, le 19 août 2026
Madame ROUBATEL Lucia, le 19 août 2026
Madame SANDOZ Josette, le 23 août 2026
Monsieur QUELOZ Serge, le 24 août 2026
Madame LJIMANI Gjulsum, le 27 août 2026
Madame DELLEY Lucille, le 30 août 2026
Madame DE MELO Maria, le 13 septembre 2026
Madame GRAMM Evelyne, le 13 septembre 2026



A VOTRE SERVICE

RESTAURANTS

Vous souhaitez réserver une table dans un de nos restaurants ?
Contactez-nous ...

La Poterie : « L'Entre 2 Tours »
Réservations (avant 11h): 022 708 19 96
restaurant.poterie@vesperale.ch

Les Arénières : « Au fil de l'Arve »
Réservations (avant 11h): 022 708 19 42
restaurant.arenieres@vesperale.ch

RÉSEAUX SOCIAUX

022.709.19.19

info@vesperale.ch

www.vesperale.ch

IMPRESSUM
Tirage 200 exemplaires
Imprimerie Print-On-Time
©La Vespérale

ÉQUIPE DE RÉDACTION



Laurent MATTHEY
Resp. Animation



Danu THÉVENOZ
Animation



Eloïse BERUBE C.
Animation



Karin STRESCHER
Communication

L'équipe de rédaction vous remercie pour l'intérêt que vous portez à notre journal et pour vos contributions.

“La Vespérale, deux résidences, une mission commune : bien vivre ensemble”

Fondation
la Vespérale
Établissements pour personnes agées





Résidence
Poterie
Établissement pour personnes agées

Résidence
Les Arénières
Établissement pour personnes agées