



LA LIGNIÈRE

# LIVRET D'ACCUEIL

**A l'attention des patients**



**Service des admissions de la Clinique**

# BIENVENUE À LA LIGNIERE

Chère Madame, cher Monsieur,

Nous vous souhaitons la bienvenue à la Clinique La Lignière. Chaque collaboratrice et collaborateur se fait une joie de vous accueillir, de vous entourer et de prendre soin de vous, afin de rendre votre séjour le plus bénéfique et agréable possible.

Au nom de tous les professionnels qui s'engagent à vos côtés, l'équipe de Direction vous souhaite un séjour bienfaisant et réparateur dans notre établissement.

Recevez nos vœux chaleureux de santé.

Mattia Benini,

*Directeur Général de La Lignière,  
au nom de l'équipe de Direction.*



## RÉCEPTION

### Heures d'ouverture :

Tous les jours de 08h à 19h45

### Téléphone :

022.999.64.02

(111 depuis le téléphone interne)

### Heures d'ouverture de la porte principale :

Tous les jours de de 06h à 22h

(en dehors de ces heures, merci d'utiliser la sonnette)



## RESTAURATION

**L'Escale** (Salle-à-manger - Tea Room)

se tient à votre disposition au Rez-de-Chaussée de la Clinique

### Téléphone :

022.999.64.96

## VOS INFORMATIONS

### Votre numéro de chambre :

\_\_\_\_\_

### Votre numéro de tel direct

022.999. \_\_\_\_\_

Veillez composer le "0" avant de composer le numéro pour appeler vers l'extérieur.

L'activation de votre ligne se fait auprès de la réception.

# SOMMAIRE

Page 04

## Principes de santé

Page 05

## Informations générales

En Chambre  
Vos divertissements  
Vos proches  
Autres informations

Page 09

## Restauration - Escale

Vos repas  
Le Tea Room  
Notre Concept Alimentaire

Page 13

## L'histoire de La Lignière

Ce livret vous présente une vue d'ensemble des informations et services destinés à assurer votre confort tout au long de votre séjour. Ces informations sont applicables à notre établissement au moment de votre arrivée et, sauf avis contraire de notre part, elles restent en vigueur pour la durée de votre séjour.

Certains services peuvent être ajustés ou impossible en cas de contre-indication médicale ou diététique.

Nous tenons à souligner que les prestations mentionnées dans ce document peuvent différer d'un patient à l'autre en fonction de leur couverture d'assurance respective.

# PRINCIPES DE SANTÉ

La Lignière prône une santé globale et considère l'être humain comme étant une entité indivisible faite d'un corps (**dimension physique**), d'une âme (**dimension psychologique**), d'un esprit (**dimension spirituelle**), et qui évolue au sein d'un environnement (**dimensions sociale**).

Même si, de nos jours, cette approche semble être une évidence reconnue, les pionniers de l'aventure de La Lignière furent des précurseurs en Suisse.

Notre identité thérapeutique définie de cette manière, associée à la diversité des spécialités que nous pratiquons, nous permet d'accompagner chaque personne le désirant dans le but de rétablir, soutenir et d'améliorer sa santé et son autonomie.



Soucieuse d'offrir le meilleur en matière de promotion et d'éducation à la santé, à la population vaudoise La Lignière encourage à entretenir sa santé pour son épanouissement et celui des autres grâce notamment à :

- Un régime alimentaire équilibré (voir notre Concept Alimentaire);
- Le respect du sabbat (samedi) comme jour de repos, pendant lequel il s'agit de goûter un autre rythme, libéré du temps, du travail et de l'agitation;
- La prise en compte de la dimension mentale et spirituelle de l'être;
- Une hygiène de vie libérée des diverses formes de dépendances (tabac, alcool, drogues...)
- Un entretien du corps par l'exercice physique.

# INFORMATIONS GÉNÉRALES

## EN CHAMBRE



### VOTRE BRACELET / CARTE D'ACCÈS

À votre admission, un badge d'accès vous est remis. Vous devez le porter lors de tous vos déplacements à La Lignière car il vous permet :

- d'accéder à votre chambre,
- de régler vos achats à la réception et au Tea-Room (borne de recharge à côté de la réception).

À la fin de votre séjour, nous vous remercions de déposer votre bracelet à la réception.



### LINGE DE BAIN

Pour des raisons écologiques, les serviettes de bain ne sont pas changées quotidiennement. Si vous souhaitez changer votre serviette, merci de laisser l'ancienne sur le sol de la salle de bain.



### FLEURS et ANIMAUX

Par mesure d'hygiène, les animaux, les plantes et fleurs en pot (dont les orchidées) ne sont pas admis dans notre établissement (y compris en chambre). Les fleurs coupées sont autorisées, en vase.



### OBJETS DE VALEUR

Nous vous conseillons de disposer vos objets de valeur dans le coffre privé à disposition dans votre chambre.

La Lignière ne pourra être tenue responsable en cas de dégradation, perte ou vol sans effraction de vos affaires personnelles.



### BLANCHISSERIE

Votre linge personnel peut être lavé par notre blanchisserie (pas de lavage à sec).

Merci de le remettre à une femme de ménage. Il vous sera rendu 3 jours plus tard. Cette prestation vous sera facturée à votre départ.

Veillez noter que nos professionnels de santé ne sont pas autorisés à laver votre linge personnel dans votre chambre.



## VOS DIVERTISSEMENTS



### INTERNET

Le Wifi est disponible en chambre et dans les espaces communs.

Des accès personnels vous ont été donnés à votre admission.

Nous vous rappelons que l'utilisation du Wifi de la Clinique à des fins illicites, interdites ou illégales est contraire à la loi. Sur demande nominative des autorités, La Lignière transmettra vos historiques de recherche. En dehors de cette réclamation, nous respecterons la loi sur la protection des données et l'obligation de confidentialité de vos historiques de navigation.



### COURRIER

Vous pouvez envoyer ou recevoir du courrier (y compris vos abonnements à vos journaux).

L'affranchissement et une boîte aux lettres sont disponibles à la réception pour les envois.



### SALON VOLTAIRE

Un salon est à disposition des patients et de leurs proches au rez-de-chaussée de la Clinique, et comprend également une bibliothèque.



### ACTIVITÉS CULTURELLES

Des concerts et animations vous sont proposées tous les jeudis soirs au Tea Room (sans inscription).

Vos visiteurs sont également les bienvenus dans la limite des places disponibles.



### TÉLÉPHONE

Un numéro de téléphone personnel vous a été attribué lors de votre admission.

Vous pouvez recevoir gratuitement des appels depuis l'extérieur.

Les appels extérieurs vous seront facturés en fin de séjour.

L'activation de votre ligne se fait auprès de la réception.

Veillez composer le "0" avant de composer le numéro pour appeler vers l'extérieur (CH/Europe/EU inclus).



### TV ET RADIO

Votre chambre est équipée d'une télévision, faisant également office de radio (télécommande dans votre table de nuit). En cas de difficulté de réglage, adressez-vous à la réception. La chaîne n°1 est la TV interne de La Lignière.

Des écouteurs sont en prêt à la réception (caution de CHF 50.-).



### LES ESPACES EXTÉRIEURS

Les extérieurs de la Clinique sont propices au recueillement et aux balades :

- un chalet de recueillement est à disposition à l'orée de la forêt
- un sentier méditatif à travers la forêt vous permet de la parcourir tout en méditant.
- un labyrinthe spirituel vous invite à un cheminement vers votre intériorité.

# INFORMATIONS GÉNÉRALES

## VOS PROCHES



### VISITES

Vos visiteurs sont les bienvenus **tous les jours de 10h à 19h45**, selon votre programme d'activités.

Ils doivent s'annoncer à la réception à leur arrivée.



### REPAS VISITEURS

Vos visiteurs ont la possibilité de manger avec vous le midi et le soir.

*La réservation du repas auprès des serveurs du Restaurant est nécessaire 24h à l'avance minimum.*



### CHAMBRE PROCHES

Nous offrons la possibilité à vos proches de rester dormir au sein de notre domaine :

- dans la chambre visiteur du bâtiment De Forest.
- dans votre chambre patients (mise à disposition d'un lit d'appoint).

Pour connaître les tarifs en vigueur et les modalités d'organisation, merci de contacter la réception.

**Nous vous remercions de veiller à la tranquillité de chacun dans nos espaces communs et en chambre, notamment lors de vos visites ou de vos appels téléphoniques.**

## AUTRES INFORMATIONS



### FUMEUR

Fumer est interdit sur l'ensemble de notre site (intérieurs et extérieurs : chambres, balcons, toilettes, espaces de restauration, abords des bâtiments et forêt inclus).

Pour les fumeurs, un pavillon est disponible à l'entrée principale de la Clinique.

Ces règles concernent également les cigarettes électroniques.

### Stop tabac

Nos infirmiers tabacologie sont à votre disposition pour aborder votre relation au tabac, avec ou sans intention d'arrêt ou de réduction.



### SERVICE AUMÔNERIE

Quelles que soient vos croyances, nos aumôniers se tiennent à votre disposition pour échanger sans jugement tout au long de votre séjour.



### ACCÈS ET TRANSPORT

Le parking visiteurs est gratuit. Le stationnement sur plusieurs jours n'est toutefois pas autorisé.

La Lignière est desservi par plusieurs lignes de bus.

Des services de transports privés sont également disponibles en vous adressant à la Réception.



### SALON DE COIFFURE

Le salon Evasion Coiffure se tient à votre disposition au **022 999 64 86 (RDV obligatoire)** au rez-de-chaussée de la Clinique. Les prestations du salon sont à régler comptant après votre rendez-vous.



# RESTAURATION - L'ESCALE

## VOS REPAS



### HEURES DES REPAS

Nous vous attendons aux horaires de repas suivant :

- Déjeuner - **7h30 - 8h00**
- Dîner - **12h00 - 12h30**
- Souper - **18h00 - 18h30**

Selon avis médical, vous pourrez prendre votre repas **en chambre** ou au **restaurant dans la salle commune**.

À la fin de votre dîner et souper, vous pourrez vous servir une **boisson chaude à la machine en libre-service**.



### RESTRICTIONS ALIMENTAIRES

La liste de vos allergies et intolérances sera **établie à votre arrivée** avec nos diététiciennes (contaminations croisées non exclues).

Selon votre état de santé, nos diététiciennes pourront déterminer des ajustements nutritionnels pendant votre séjour.



### CHOIX DES MENUS

Durant votre séjour, vous pourrez choisir vos menus du dîner et du souper parmi nos propositions:

- 2 menus au choix pour le dîner,
- 1 menu unique pour le souper,
- une alternative est possible pour chaque repas en choisissant un plat à la carte.

Les menus sont affichés **2 semaines à l'avance** au restaurant.

En accord avec notre concept alimentaire, le choix des menus du lundi est exclusivement végétarien.

Le choix de vos menus peut se **faire plusieurs jours à l'avance et jusqu'à 16h pour le lendemain**. Aucun changement n'est possible pour le jour même.



#### Pour choisir vos menus :

Demandez vos codes d'accès à l'équipe de restauration. Vous pourrez choisir vos menus depuis l'ordinateur au restaurant. Si vous ne pouvez pas vous déplacer, nos équipes passeront en chambre une fois par semaine.

À votre arrivée, nous vous servirons le menu du jour.

# RESTAURATION - L'ESCALE

## LE TEA ROOM



### SALON TEA ROOM ET TERRASSE

Le Tea Room et la Terrasse sont ouverts :

- de **07h30 à 19h30 du dimanche au vendredi**
- de **14h à 17h le samedi**

Un large choix de boissons, jus de fruits et pâtisseries sont proposées.

La commande et le règlement s'effectuent au niveau du bar.

Le Tea Room et la Terrasse sont des espaces non-fumeurs.

Nous vous prions également de ne pas déplacer le mobilier dans ces espaces et de respecter les consignes et rappels de nos équipes pour assurer la sécurité et le bien-être de chacun.

*Consulter la carte  
du Tea Room  
grâce au QR Code*



### SAMEDIS SOLIDAIRES

Tous les samedi, le règlement des consommations au Tea Room (carte réduite) est proposé sous forme de dons pour financer des projets humanitaires. La Lignière reverse l'intégralité des dons à des associations qui œuvrent pour la santé des populations européennes.

À titre d'exemple, nous soutenons des associations engagées pour les soins en Ukraine, la sociabilisation des personnes âgées dans le Canton de Vaud, etc.

## NOTRE CONCEPT ALIMENTAIRE



### PRINCIPES NUTRITIFS

Notre objectif est de vous accompagner sur le chemin de la santé, y compris en vous proposant une alimentation saine, équilibrée, modérée et variée.

Nos menus suivent les recommandations de la **Société Suisse de Nutrition**, notamment :

- **Modérer la consommation de viande** (3 fois par semaine maximum)
- Consommer une **plus grande variété de légumes et de fruits** crus et cuits
- Privilégier les **huiles végétales** de bonne qualité (riches en oméga 3), limiter les graisses d'origine animale et fritures.
- Favoriser les **oléagineux**.



Chaque menu est **réalisé sur place et validé par nos nutritionnistes** afin de garantir un apport nutritif équilibré, sain et varié. À chaque repas, un **menu végétarien** est proposé au choix, et respecte les mêmes recommandation d'apports nutritifs, notamment grâce à la protéine végétale.

Nous suivons également les traditions des fondateurs Adventistes de La Lignière et ne servons pas certaines viandes (comme le porc ou le lapin) et de crustacés.

Notre concept alimentaire s'adapte également aux pathologies et difficultés d'alimentation de chacun. En partenariat avec nos logopédistes, des alternatives sont proposées à nos patients selon leurs besoins.

# RESTAURATION - L'ESCALE



## CONSOMMATION D'ALCOOL

Notre établissement ne sert pas d'alcool (ni en autorise la consommation), aussi bien pour les patients que pour leurs proches.

Ce choix vise à garantir la sécurité, le bien-être et le rétablissement de chacun. Pour information, quelques aspects problématiques de la consommation d'alcool :

### 1. Interaction avec les médicaments :

L'alcool peut interagir de manière néfaste avec les médicaments. Ces interactions peuvent réduire l'efficacité des traitements médicaux, augmenter les risques d'effets secondaires indésirables et compliquer le processus de guérison.

### 2. Sécurité :

La consommation d'alcool peut altérer votre jugement, vos réflexes et votre coordination, ce qui augmente le risque d'accidents et de chutes, en particulier si vous êtes déjà vulnérable en raison de votre état de santé.

### 3. Processus de guérison :

L'alcool peut ralentir le processus de guérison en affaiblissant le système immunitaire et en affectant la cicatrisation des plaies.

### 4. Responsabilité médicale :

Nos professionnels de la santé sont responsables de votre bien-être et de votre traitement médical. Ils suivent des protocoles stricts pour garantir que vous recevez les soins appropriés en fonction de votre état de santé.

Nous sommes ici pour vous aider à rétablir au mieux vos capacités, et votre collaboration en matière de santé est essentielle pour atteindre cet objectif. Nous vous remercions de votre compréhension et de votre coopération.

Si vous avez des préoccupations concernant ce choix, n'hésitez pas à en discuter avec votre médecin ou l'infirmière en charge de votre traitement. Ils seront en mesure de vous fournir des informations supplémentaires et de répondre à toutes vos questions.





LA LIGNIÈRE

## L'HISTOIRE DE LA LIGNIÈRE

C'est en 1904, sous l'impulsion du Dr De Forest et collaborateur du Dr Kellogg (inventeur des fameuses céréales), que le domaine est acquis par un mouvement chrétien, adventiste, pionnière dans son approche globale de la santé. Il devient un Institut de santé sous le nom de Sanatorium du Léman. On y pratique alors déjà l'hydrothérapie, la diététique et les massages.

Dès ses débuts, La Lignière se fait connaître par cette **volonté de privilégier la santé dans sa globalité** biologique, psychologique, sociale et spirituelle. Pour preuve, quelques mois suffirent pour mettre sur pieds un vaste projet comprenant un **centre de promotion de la santé** (institut de soins, fabrique de produits diététiques, école d'infirmières), un projet éducatif (école primaire, maison d'édition et imprimerie d'ouvrages de spiritualité, d'éducation et de santé), un **lieu de ressourcement spirituel** (chapelle et école de théologie).

Ce programme ambitieux contribua au rayonnement d'une **aventure diversifiée, solide et durable**. Signalons, par exemple, que La Lignière a engagé la première diététicienne de Suisse romande et qu'elle a créé en 1977 le premier centre de réadaptation cardio-vasculaire de notre région francophone.



La Lignière est la propriété de la Société Philanthropique La Lignière. Nous faisons partie d'un réseau mondial de plusieurs centaines de centres universitaires, d'hôpitaux, de cliniques et de dispensaires à travers le monde.

Durant de nombreuses années, des médecins renommés ont participé au développement de la Clinique, en perpétuant cette **démarche thérapeutique innovante** et adaptée aux besoins des patients.

La création du Centre de Santé en 1998, puis la création du Centre Médical & Thérapeutique en 2017, et enfin l'ouverture d'une antenne à Crissier en 2021, sont les compléments indispensables aux soins stationnaires pratiqués à la Clinique dans la prévention et la promotion de la santé de la population.



## Le Domaine avant la Clinique

Déjà avant 1905, l'histoire, la situation et l'environnement de ce vaste domaine ont contribué à sa réputation. Au 18ème siècle, ce fut une dépendance du château de Prangins, propriété du baron Louis-François Guiguer, puis de son administrateur Marc Etienne de Ribeaupierre, dont le fils fut général de l'armée russe de Catherine II. Dans une lettre à son père, ce dernier écrit au sujet de La Lignière : « ... lieu que je regarde toujours comme la terre promise, d'où découlent le lait et le miel. »

En 1775, Voltaire loue le bâtiment principal du domaine, souhaitant y finir ses jours afin de ne pas mourir en terre française et surtout afin d'échapper à l'esprit de fanatisme qu'il combattait. Ainsi, dès le 18e siècle, ce site fut connu pour son environnement enchanteur et paisible, propice à l'ouverture d'esprit. valeurs que La Lignière cherche toujours à faire vivre en ces lieux.

## La Lignière, du néolithique à la Clinique



Le livre relatant l'histoire du domaine et de la clinique La Lignière est disponible à la vente à la réception de la Clinique.

*“ Cet ouvrage révèle bien des trésors trouvés dans les greniers de La Lignière, mais aussi dans les Archives du canton de Vaud, du Château de Prangins, de Haute-Savoie et même de Saint-Pétersbourg !*

*C'est une histoire de tribus lointaines (Lacustres, Helvètes, Burgondes...) qui s'y sont installées au fil des siècles. Beaucoup plus tard, Voltaire envisagea d'y mourir; le général d'armée de Catherine II de Russie, Jean-François de Ribaupierre, y a passé son enfance; un brigand en fit même un repère de faux monnayeurs... “*