

La Voix des Chênes

Eichenblatt

Le journal de la Résidence des Chênes



SEPTEMBRE 2011



Résidence des Chênes

Rte de la Singine 2 - 1700 Fribourg

Tél. 026 484 88 00—Fax 026 484 88 09

residence@chenes.ch - www.chenes.ch

SOMMAIRE

Sommaire	page 2
Direction	page 3
Flash service	page 5
Le mot de l'infirmier chef	page 7
Les anniversaires	page 11
Le billet de l'aumônier	page 13
Le mot du Pasteur	page 14
Jeux	page 16
Le coin du lecteur	page 17
Souvenirs d'antan	page 37
Arc-en-ciel	page 38
Clin d'oeil	page 49
Service information	page 55
A votre service	page 59

DIRECTION

Durant cet été, l'ensemble des services de la Résidence des Chênes s'est uni pour mener à bien un projet qui me tient particulièrement à cœur : je veux parler de l'organisation de soirées animées à l'Espace Forêt. Ce projet avait déjà trouvé un début de concrétisation en été 2010, lorsque, durant deux semaines, nous avons proposé des activités en soirée. Compte tenu de l'écho favorable rencontré par cette expérience auprès des résidants, nous avons décidé de la reconduire en 2011 durant toute la période estivale. Maintenant, nous pouvons en effectuer le bilan avec suffisamment de recul pour constater que la mise sur pied de deux soirées hebdomadaires répond au désir de nombreux résidants. Aussi allons-nous tenter de reproduire, en 2012, pour les autres Espaces, le projet réalisé en 2011 dans le seul Espace Forêt.

Les activités qui ont été proposées consistaient principalement à prendre un repas à une heure plus tardive, à déguster des grillades, voire des raclettes. Pour parvenir à atteindre notre objectif nous avons pu compter sur l'engagement sans faille des collaboratrices et collaborateurs du secteur soins (principalement de l'Espace Forêt), du secteur de l'animation ainsi que de celui de l'hôtellerie. Je profite bien évidemment de cette occasion pour les remercier, tout comme je remercie les responsables de secteur qui ont su mettre à disposition les ressources nécessaires à la réussite de ce projet.

J'ose enfin espérer que les conditions météorologiques seront meilleures en 2012 qu'elles ne l'ont été en 2011 afin que nous puissions encore mieux profiter de l'ombre de nos magnifiques platanes.

Comme il est désormais de mise, nous avons effectué l'enquête de satisfaction annuelle auprès des résidants de notre institution. Cette enquête s'inscrit dans le cadre du management de la qualité dont nous avons obtenu l'attestation en 2009.

Je me permets de vous faire part aujourd'hui des résultats obtenus. En premier lieu, je relève que quarante-sept résidants ont répondu à notre sollicitation, ce qui représente près de 70% des habitants de la Résidence des Chênes. Vingt-deux questions avaient été posées. Le résidant pouvait répondre par des appréciations qui allaient de la mention A (= « affirmation toujours valable ») à la mention D (= « ne correspond pas du tout »). Le calcul de la moyenne de toutes les réponses aux questions nous permet d'obtenir les résultats suivants : A = 75.45% ; B = 20.49% ; C = 3.21% ; D = 0.85%.

Si j'analyse les réponses des résidentes et résidants dans le détail, je me réjouis des résultats obtenus. Je me permets de transcrire ci-dessous les réponses données à des questions que je juge particulièrement importantes. Par mesure de simplification, j'ai pris en considération les mentions A et B pour le calcul du pourcentage de satisfaction.

Je me sens bien au home : 100%. Le home est dans l'ensemble bien organisé : 98%. La vie communautaire est agréable : 84%. Je me sens bien dans ma chambre : 98%. Le personnel m'offre le soutien dont j'ai besoin : 96%. Le personnel me respecte : 98%. Je suis satisfait des soins reçus : 98%. Je me sens en sécurité : 100 %. La cuisine est appétissante : 90%. Sur le plan de l'animation, il y a suffisamment d'activités proposées : 96%. Ma chambre est propre : 100%. Mes habits sont bien entretenus : 98%.

Le résultat de cette enquête de satisfaction est encourageant. Il nous permet de constater que les efforts que nous mettons en œuvre au quotidien pour assurer le bien-être des résidants sont en adéquation avec les exigences.

Soyez assurés que nous allons continuer dans la même direction afin que les résultats des futures enquêtes de satisfaction restent toujours à ce niveau.

Patrice Buchs

FLASH SERVICE

Chers Résidants,

Voici une invitation à transmettre à vos familles :

Le vendredi 23 septembre 2011

venez mettre vos papilles en folies avec notre traditionnelle « soirée fromages »...

Plus de 50 sortes de fromages vous seront proposées...

Déroulement de la soirée :

Dès 17h15 : premier service pour les résidants non accompagnés

Dès 18h15 : deuxième service pour les résidants et leur famille ou ami.

Cette soirée sera égayée par le son mélodieux de l'accordéon de Madame Mollard.



Pour des raisons d'organisation, les résidants qui seront accompagnés de leur famille ou ami sont priés de s'inscrire jusqu'au 22 septembre 2011 à la cafétéria ou au secrétariat.

Merci de votre compréhension.

SAINT-NICOLAS

Chères Résidentes, Chers Résidents,
Chères Familles,
Chères Amies, Chers Amis,
Cher Personnel de la Résidence,

Vu le franc succès remporté l'an dernier..
c'est partie remise pour 2011 :

Venez fêter la Saint-Nicolas à la
Résidence

le samedi 26 novembre 2011



Cette journée sera rythmée par les animations suivantes :

- De 09h30 à 17h00 : Marché de Saint-Nicolas (vente de bijoux, de travaux manuels, de sculptures, de peintures, de décorations de Noël et de bien d'autres surprises).
- A 12h00 : saucisses, frites, crêpes, marrons, pâtisseries, thé à la cannelle, vin chaud.
- A 15h30 : visite de St Nicolas et du Père Fouettard suivie de la distribution de friandises aux enfants et petits-enfants du personnel et aux arrières-petits-enfants des résidents.
- Sans oublier « Janine music », notre femme orchestre !!!

Bienvenue à tous !

LE MOT DE L'INFIRMIER-CHEF

«ROCADES DE PERSONNEL ET EVALUATION DES RESIDANTS»

Chers Résidentes et Résidants, Demat, Guten Tag, bonjour !

Le travail d'un infirmier-chef est souvent très varié, et c'est ce qui en fait son intérêt ! Le plaisir de ses occupations professionnelles se partage entre d'une part l'application de la mission de son secteur soins dans le cadre défini par la philosophie de l'institution, et d'autre part la gestion des ressources : humaines, matérielles, médicamenteuses, informatiques, réseaux, etc.

Une grande partie de son temps est donc dévolue à la gestion du personnel. Le personnel des soins se divise en sept catégories formant une hiérarchie très organisée, calquée sur les niveaux de formation et de diplômes, allant de la cheffe d'Espace (Icus) à l'aide-infirmière. La Résidence des Chênes avec son conseil d'administration, s'est toujours attachée à former le maximum de personnes et à pouvoir offrir à chacun et chacune une possibilité de plan de carrière, aidée en cela, il est vrai par la Santé publique fribourgeoise. Cette structure de soins répond à vos besoins de résidants et résidentes et, pour cela, il est important que chaque catégorie de personnel suive son propre cahier des charges.

Ces dernières années, il y a eu beaucoup de formations, beaucoup de « passerelles » (formation intensive et raccourcie entre deux niveaux professionnels) qui ont été réalisées pour permettre au personnel de progresser et de se former aux nouvelles professions paramédicales. Cela a entraîné de nombreux changements au sein du personnel des Espaces, raison pour laquelle nous n'avons pas procédé aux traditionnelles rocares, comme auparavant. En effet, une personne se formant pendant quelques mois, voire une année,

change de statut et se retrouve en situation d'apprenante ou d'élève. Or ce nouveau statut exige un changement de service. En effet, si quelqu'un suivait une formation auprès de ses collègues habituels, ceux-ci auraient tendance par habitude, à lui confier les tâches qu'elle accomplissait quotidiennement jusqu'ici, en oubliant de tenir compte de son nouveau statut. Voilà l'une des raisons des changements.

D'autre part, un service qui fonctionne avec les mêmes personnes pendant des années a tendance à se replier sur soi et génère une routine quotidienne, lassante, peu stimulante et peu motivante. La routine freine la concentration dans l'exécution. Finalement, les personnes ne donnent plus de sens à leurs actes et les accomplissent sans connaître la raison ou le « pourquoi du comment » A la question de savoir pourquoi, une personne agit ainsi, celle-ci vous répond invariablement : « Je ne sais pas ! On a toujours fait comme cela ! » Et c'est justement ce qu'il faut empêcher ! L'idéal est que les soignants sachent en permanence ce qu'ils font et pourquoi ils le font ! D'où les rocales, c'est-à-dire les changements de service pour stimuler les équipes. Un autre risque de dérive lié à l'absence de changement serait que chaque équipe travaille isolément l'une de l'autre, alors qu'il faut au contraire uniformiser le fonctionnement dans les règles et la philosophie de soins de l'institution.

De plus, les soignants peuvent à la longue avoir envie de changer d'air... C'est bien de changer mais il est préférable qu'ils changent d'air en changeant d'espace et non en changeant d'institution, ce qui serait regrettable après tous les efforts accomplis pour se former.

Enfin le gros souci pour nous est d'équilibrer les forces vives de l'institution. En effet, après ces « mini rocales » réalisées depuis 3 à 4 ans, les catégories de personnel diplômé, certifié, etc. diffèrent quantitativement d'un Espace à l'autre, et jusqu'à peu nous avons trop d'ASSC (Assistante en Soins et Santé Communautaire) dans un espace, et juste une aide soignante dans l'autre, etc. ce qui

entraîne des problèmes de responsabilités et de délégation. Voilà une autre raison qui nous a obligés à procéder aux rocadés de personnel que vous avez observés en juillet pour quelques personnes ASSC, en fin de formation (formation qu'elles ont toutes réussies d'ailleurs), puis en septembre pour les aides soignantes certifiées.

Votre vie quotidienne s'en est trouvée changée, vous ne retrouvez peut-être plus votre soignante préférée car elle a changé d'étage, mais depuis, vous avez sûrement fait connaissance d'une nouvelle qui vous convient bien, ou bien vous avez peut-être retrouvé une ancienne qui avait déjà bénéficié d'une rocade et qui est cette fois revenue....

Les rocadés sont donc voulues, obligatoires et normales dans les EMS. Un peu de patience, vous retrouverez vos soignantes quand elles auront fait tous les espaces, ou autrement au cours d'une animation en dehors de votre Espace, au cours d'un remplacement urgent de personnel, lors d'une sortie... Tout est possible, l'important à la Résidence des Chênes est que tout le monde se connaisse et travaille ensemble comme dans une grande famille. L'année prochaine, ce sera les aides infirmières, puis les infirmières voire peut-être les Icus ! Profitez des nouvelles personnes, de leurs compétences et de leurs expériences différentes afin d'améliorer votre quotidien.

Autre sujet qui concerne les résidents et les familles ou répondants ! Dès la fin de l'année 2011, le canton de Fribourg se sera mis en conformité avec les normes fédérales en ce qui concerne les évaluations des résidents de Santé publique. Comme vous le savez, ces évaluations permettent de déterminer le degré de dépendance de chaque résident, afin d'être en mesure de le situer sur les échelles des prix de pension et des soins ! Dès la fin de l'année, tous les résidents seront donc réévalués comme de

coutume, mais selon deux grilles, l'ancienne en 4 niveaux (A, B, C, D) mais aussi une nouvelle en 12 niveaux, le « RAI », le Resident Assessment Instrument. C'est un nouvel outil qui doit nous apporter plus d'informations et qui est plus précis. Les infirmières, les Icus et moi-même sommes en cours de formation depuis le mois d'août pour pouvoir l'utiliser.

Quant à la dotation des soignants, rien ne devrait changer en ce qui vous concerne et pour nous non plus. Le médecin cantonal au travers de la responsable de la DSAS, la Direction de la Santé et des Affaires Sociales, nous l'a promis ! En tout cas pour le moment !... Le principal est que l'on s'y retrouve et surtout qu'on puisse vous l'expliquer.

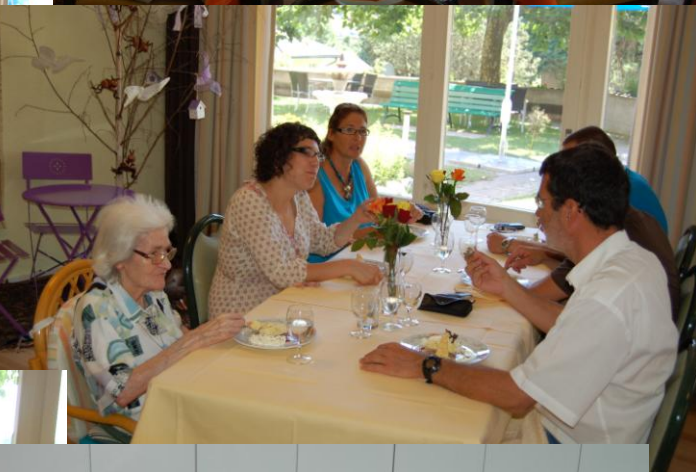
Autre petite chose, le compte des caméras signalées dans le précédent journal a été refait et recontrôlé ! Il y a bien quatre caméras mais cette fois une à l'extérieur et trois à l'intérieur de la Résidence. Veuillez-bien excuser le correcteur...

Après tout ceci, j'espère que je ne vous ai pas trop ennuyé et je n'ai plus qu'une chose à vous dire en breton :

« Jehrmad ! » c'est à dire : « A votre santé ! »

Hervé Granger

Mosaïque des repas d'anniversaires de nos résidents



ANNIVERSAIRE DE MARIAGE



NOCES D'OR

Madame et Monsieur Willemin ont fêté leurs 50 ans de mariage !

Ils se sont rencontrés à Genève, dans un bar à whisky. Madame Willemin avait 25 ans et Monsieur Willemin 21 ans. Suite à cette première rencontre, ils se sont perdus de vue.



Ils se sont retrouvés quelques années plus tard dans ce même bar, là où avait eu lieu leur coup de foudre ! Ils ont ensuite vécu une année ensemble puis se sont mariés le 1^{er} juillet 1961.

Nous leurs souhaitons encore plein de belles années !

LE BILLET DE L'AUMONIER

LA VIE ÉTERNELLE, C'EST QUOI ?

Une échappatoire ?

Un paradis à venir ?

Un rêve qui nous permet d'échapper au réel trop dur à vivre ?

La vie éternelle est la vie de Dieu (Jn 5, 26).

Elle est donc faite à tous ceux qui croient au vrai Dieu et en son Envoyé, Jésus-Christ (Jn 17, 3).

La vie éternelle n'est pas simplement promise pour l'avenir, pour l'au-delà de notre mort. Elle est déjà semée en nous; elle est enfouie dans notre pâte comme du levain (Mt 13,33).

Elle n'attend que d'être dévoilée, d'apparaître au grand jour.

Elle se manifeste chaque fois qu'un geste d'amour et d'accueil de nos frères trouve place dans nos activités quotidiennes,

chaque fois que nous accueillons la Présence du Père dans la prière, chaque fois que nos vies sont fécondées par l'Esprit Saint.

Sous l'action de l'Esprit, nos petites histoires ont des saveurs d'éternité.

Sous l'action de l'Esprit, bâtissons un monde meilleur.

Si nous attendons passivement le paradis de demain, voici pour nous cet avertissement :

« Homme, si le paradis n'est pas d'abord en toi, crois bien que jamais tu n'y entreras » (*Un mystique du 17e siècle*).

Alors, activons-nous !

Abbé Joseph Hoï

LE MOT DU PASTEUR

Le mot du pasteur

Enfant, j'ai souvent grimpé sur un bouleau et jeté des objets vers un marronnier pour mendier ses fruits. Et vous, quel souvenir d'arbre avez-vous ? Quels souvenirs avez-vous à propos d'un



arbre dans le jardin des parents, sur le chemin de l'école, dans le voisinage ?

2011 est l'Année Internationale de la Forêt. C'est l'occasion de nous arrêter un moment au pied du chêne de Mamré avec Abraham ou de prier intensément au Jardin des Oliviers avec Jésus.

En scrutant la Bible de plus près, je fus surpris de trouver d'innombrables allusions à des arbres. Qui ne connaît pas la sagesse exprimée au Psaume 1 : Heureux l'homme qui trouve son plaisir dans la loi du Seigneur (la Loi de l'Amour) et qui redit sa loi (L'Évangile) jour et nuit. Il est comme un arbre planté près des cours d'eau et dont le feuillage ne flétrit pas. Et, bien-sûr, il y a aussi l'arbre de vie et l'arbre de la connaissance du bien et du mal dans le récit de la Genèse et, à l'autre bout de la Bible, l'arbre de l'Apocalypse qui produit 12 récoltes et dont le feuillage sert à la guérison des nations.

L'arbre est triplement utile : par l'ombre qu'il nous offre, par ses fruits, par son bois.

Les racines profondément ancrées dans le sol nous incitent à nous interroger sur le fondement de notre vie : où sommes-nous enracinés, d'où venons-nous ? Le tronc oriente la pensée vers la question : qui ou qu'est-ce qui donne du maintien à ma vie ?

La couronne de l'arbre qui pousse vers la lumière, vers le ciel, nous incite à nous interroger sur nos aspirations et nos souhaits.

Les feuilles nous demandent : à qui pouvons-nous offrir du repos ?
Et les fruits nous invitent à partager.
Glânez dans votre mémoire quelques souvenirs d'arbres et reposez-vous un moment au pied d'un arbre tiré de votre imagination. A bientôt.

Martin Burkhard, pasteur

Seigneur, que ta grâce nous permette d'être en toi comme un arbre aux racines profondes qui puise aux sources de la vie.

Que ta grâce nous permette d'être en toi comme un arbre tourné vers le ciel, ouvert au vent de ton Esprit.

Que ta grâce nous permette d'être en toi comme un arbre vivant au rythme des saisons, qui porte des fruits en son temps et de nouvelles pousses après l'hiver.

Que ta grâce nous permette d'être en toi comme un arbre qui porte la vie.



Fragt man, was die Menschen hierzulande im Wald suchen, so wird vor allem die Erholung genannt. Die Möglichkeiten dazu sind (beinahe) grenzenlos, denn der Wald ist oft frei zugänglich. Den einen bietet der Wald Ruhe, den anderen Sammelgründe für Pilze oder Abenteuer im Seilpark. Und neu wird der Wald wieder interessant für den Energiegebrauch. 2011 ist das internationale Jahr des

Waldes, eine Möglichkeit für Christen, über den Baum nachzudenken. Bäume gibt es viele in der Bibel, zählen Sie doch für sich ein paar auf... Neben den bestbekanntesten biblischen Bäumen gibt es auch Profetische Bibelstellen wie Ezechiel 31 die selten gelesen werden. Bäume strecken ihren Stamm nach Licht: nach was strecke ich mein Leben? Bäume haben tiefe Wurzeln: wo bin ich verwurzelt? Bäume geben Früchte, Schatten, Holz: was kann ich noch mit meinem Leben anfangen? Wenn Sie das nächste Mal einen Baum sehen, denken Sie an sich selber und den Psalm 1: Wie glücklich ist, wer Freude findet an den Weisungen des Herrn, wer Tag und Nacht in seinem Gesetz (das Liebesgesetz und das Evangelium) liest und darüber nachdenkt. Er gleicht einem Baum, der am Wasser steht; Jahr für Jahr trägt er Frucht, sein Laub bleibt grün und frisch.

Liebe Grüsse,

Pfr Martin Burkhard

JEUX

Complétez cette grille avec les chiffres de 1 à 9 sachant que :

- 6 est juste au dessus de 3
- 7 est deux cases à gauche de 8
- 4 est juste en dessous de 2
- 1 est juste à gauche de 8
- 2 est juste à droite de 6
- 9 est au-dessous de 7

	6	

LE COIN DU LECTEUR

Echanges avec les étudiants

Le contact avec les personnes âgées est toujours pour moi un bon moment et constitue toujours une expérience très enrichissante. J'ai eu de bons contacts avec les résidents que j'ai rencontrés. Au cours de mes entretiens, j'ai fait la connaissance de personnes très sympathiques qui m'ont volontiers parlé de leur histoire et qui ont souvent apprécié de pouvoir partager avec moi quelques expériences de vie. Elles ont répondu à mes questions avec bienveillance et ouverture et parfois avec beaucoup de dynamisme. J'ai pu constater à quel point l'entrée à la Résidence des Chênes a constitué une étape importante de leur existence. J'ai pu mesurer aussi combien les ressources personnelles des résidents et celles de leur entourage jouent un rôle décisif pour faire face aux profonds changements qu'implique une entrée dans une résidence et pour parvenir à s'y sentir chez soi et à s'y plaire.

Je suis reconnaissante à la Résidence des Chênes de m'avoir reçue et d'accueillir aussi favorablement les étudiants qui effectuent un travail de recherche dans le domaine de la gériatrie.

Jessica Pasquier

J'ai passé un mois à la Résidence des Chênes en qualité de stagiaire dans l'équipe d'animation. Dès la première semaine, je me suis sentie acceptée dans cette grande famille que forment les résidents, le corps soignant, l'équipe d'animation, sans oublier bien sûr la brigade de cuisine !

J'ai été agréablement surprise par l'esprit d'équipe qui règne ici. Tout le monde se salue et se soutient ; j'ai vraiment beaucoup apprécié cette ambiance.

Pendant un mois j'ai énormément appris, mais j'ai surtout rencontré des personnes formidables. Les résidants, en particulier, m'ont profondément touchée et je me suis attachée à eux, c'est pourquoi j'espère revenir travailler ici l'été prochain.

Je vous remercie tous pour cette belle expérience que vous m'avez permis de vivre !

Marion Barbey

Je suis entrée pour la première fois à la Résidence des Chênes il y a deux ans, pour effectuer un stage d'un mois.

J'étais inquiète car je n'avais jamais fait de stage dans un home et je ne savais pas à quoi m'attendre.

J'ai passé les premiers jours à observer et à suivre les soignants pour que ceux-ci m'expliquent le déroulement du travail. On m'a tout de suite mise à l'aise, fait confiance et intégrée dans l'équipe. Au fil du stage, j'ai pu m'occuper seule de certaines personnes âgées. Quatre semaines passèrent très vite et je me rendis compte que je m'étais beaucoup attachée à cette maison, aux résidants et aux soignants c'est pourquoi, à mon retour de vacances, j'ai demandé si je pouvais venir travailler plus souvent, le week-end ou pendant mes vacances. La réponse fut immédiatement positive.

A mon point de vue, cet EMS est un endroit très convivial. Beaucoup d'activités sont organisées pour les résidants et l'ambiance y est agréable. De plus, la Résidence des Chênes offre

aux étudiants une précieuse opportunité : celle d'effectuer des stages.

Mergime Mamusha / Espace Prairie

Petit mot, belle expérience

Eté 2010 : Je suis étudiante et l'argent arrive lentement mais repart assez rapidement...c'est bien connu! C'est pourquoi je me dois de me faire un peu d'argent durant mon temps libre. Mais cette année, trêves de nettoyages, je veux changer d'air ! Me voici donc derrière votre bar, en tant qu'employée de cafétéria à l'Auberge des Platanes.

Deux semaines, c'est court, mais assez long pour me faire une idée de l'ambiance qui règne au sein de l'établissement : chaleureuse et familiale.

Je remercie encore Geevan de m'avoir coaché ☺

Eté 2011 : Dans le cadre de ma formation, il m'est demandé de faire un stage de trois semaines en entreprise. Après ma très bonne expérience en 2010, je pense tout de suite à la Résidence des Chênes. C'est ainsi que je suis revenue parmi vous, mais à l'administration cette fois-ci. J'ai ainsi pu observer comment s'organise la maison, voir un autre côté du travail dans un home et collaborer avec des personnes géniales : Un grand merci pour tout à l'administration ☺

On dit souvent que la Résidence des Chênes est une grande famille qui vit quotidiennement un bonheur parsemé de petits malheurs...eh bien je confirme amplement cette opinion ! A chaque fois que je suis arrivée dans l'établissement, j'ai été très bien accueillie et mise à l'aise. Tout le monde se parle, se sourit, s'entraide et fait bien son travail.

J'espère que les résidants se rendent compte de la chance qu'ils ont d'être entourés par un personnel aussi formidable.

Merci à tous ! On se recroisera certainement une fois ou l'autre dans les couloirs de la Résidence des Chênes !

Lisa Guggiari

A la découverte de...

Nous nous côtoyons tous les jours et pourtant nous connaissons souvent peu celui ou celle qui travaille à côté de nous. Alors, je me présente...

Je m'appelle Elizabeta Rouiller Koteva. Je suis née en Macédoine, petit pays tout au sud de l'ex-Yougoslavie, entre la Grèce, l'Albanie, la Bulgarie et la Serbie. Deux millions d'habitants y vivent sur une superficie correspondant à la moitié de celle de la Suisse. Le paysage est méditerranéen ainsi que le climat. Situés sur le sol européen, nous ne faisons cependant pas encore partie de la Communauté Européenne. Je retourne au pays deux fois par année visiter mon père qui y vit encore.

Je suis arrivée en Suisse en 1990. Après mes études d'infirmière, j'avais entrepris un petit voyage en Europe. A l'époque, on n'avait besoin ni de visa ni de permis spécial car le passeport de l'ex-Yougoslavie nous suffisait pour franchir les frontières. Le voyage coûtait cher et j'arrivais à la fin de mes économies. Je me rappelle encore mon arrivée à la gare de Fribourg où mon regard a été attiré par un tableau d'affichage présentant des offres d'emploi et, particulièrement, par cette annonce « On cherche des infirmières »... plutôt bien payées, d'après ce que j'avais entendu ! Un seul hic : je ne parlais pas un mot de français et les employeurs potentiels ne parlaient pas l'anglais. Pour apprendre le français, j'ai

travaillé six mois dans le service d'archéologie et j'ai participé à des fouilles. Sur le chantier de Morat, le moindre vestige trouvé, fragment de céramique ou petit morceau de verre, devait être identifié, répertorié, rangé dans des boîtes spéciales car les archéologues leur prêtaient une grande attention. Cela m'amusait car, chez nous en Macédoine, il est courant de tomber sur des objets antiques dans les champs ou dans les montagnes. Faute de moyens, on ne les exploite pas de la même manière. Après avoir acquis quelques notions de français, j'ai pu effectuer des demandes d'emploi par téléphone. J'utilisais pour cela les cabines publiques de la ville car, cela me paraît incroyable aujourd'hui, les natels n'existaient pas encore. J'ai travaillé pendant 5 mois à l'hôpital de la Gruyère mais le travail à l'hôpital ne m'a pas convaincu. Une collègue m'avait parlé du travail en EMS. Quatre coups de fils dans des EMS et quatre rendez-vous furent pris ; la Résidence des Chênes figurait en premier sur la liste. Après un quart d'heure de discussion, je fus embauchée sans délai. Vingt ans après, j'y suis toujours et je reste avec beaucoup de plaisir. La complexité du travail, l'échange et les contacts, autant avec les résidants qu'avec les soignants, l'évolution personnelle et les événements de la vie font que j'apprécie mon travail chaque jour un peu plus. N'ayant pas eu d'encadrement ni d'introduction à la spécificité de la situation de la personne âgée, je me suis d'abord formée sur le tas puis j'ai suivi différentes formations. Depuis l'année 2000, je m'occupe aussi de l'encadrement des élèves dans l'institution. La formation des élèves devenant de plus en plus structurée et officiellement planifiée, un dossier d'encadrement d'élève a été mis en place et, en 2004, j'ai suivi une formation post-grade de praticienne formatrice. Actuellement, je suis infirmière à 40% et responsable de la pratique professionnelle dans l'institution à 20%.

J'ai 40 ans, je suis mariée et mère de 2 garçons, l'un de trois ans et l'autre d'un an et demie . J'habite à Bulle, en Gruyère. Le fromage n'a plus de secret pour moi car mon mari est laitier. Il est gruérien et me dit en plaisantant (à moitié) que, quand il se lève, il a besoin de voir le Moléson. Ceci explique pourquoi j'effectue d'assez longs

trajets pour venir travailler. J'ai habité 10 ans en ville de Fribourg et je connais bien cette cité. Cela fait 10 ans que j'ai la nationalité suisse et je me considère comme une citoyenne du monde. Dans notre institution de la Résidence des Chênes vivent et travaillent ensemble des personnes d'une vingtaine de nationalités, de diverses religions et de plusieurs races. En partageant des objectifs communs tout en respectant les différences de chacun, on se rend vite compte de l'importance des valeurs qui nous unissent.

Je termine ici mon article et, demain, je pars en vacances auprès de mon père. A mon retour, je vous retrouverai avec le même plaisir que je vous laisse. A bientôt.

Elisabeta



1^{er} Août à la Résidence



Anges de la nuit



Il est 20h15 et nous recevons le rapport de l'équipe de jour ; nous prenons connaissance de tout ce qui s'est passé durant la journée avec les résidants ; après le rapport, nous sommes prêts à entamer une nuit de veille. Voilà est le début habituel d'une veille à la Résidence des Chênes. La suite peut varier de nuit en nuit. Bien sûr, chaque veilleur, chaque veilleuse rêve secrètement que les résidants dormiront sans se réveiller durant toute la nuit mais ce n'est évidemment jamais le cas !

Nous sommes là quand une personne doit aller aux toilettes. Aux gens tristes, nous offrons soulagement et espoir et lorsque quelqu'un a besoin d'aide, les « anges de la nuit » ne sont pas loin. Le travail de veilleur n'est pas facile. Au fil des heures, le manque de sommeil se fait sentir et la fatigue augmente. Heureusement, il y a les collègues qui allègent notre charge de travail : échanger entre nous est source de force et de courage pour continuer.

J'ai vécu pas mal de situations amusantes pendant les veilles ! Je vais vous relater l'une d'elles !

Au rapport on m'avait signalé une nouvelle entrée survenue le jour-même mais le nouveau résidant n'était pas là. Il était sorti mais n'était pas rentré. Nous avons discuté sur ce qu'il y avait lieu de faire et je n'ai pas eu d'autre choix que d'appeler les gendarmes. Malheureusement, je n'avais pas de photo du monsieur en question alors j'ai essayé d'en donner une description approximative aux policiers. Je savais que le résidant manquant portait un bonnet et qu'il avait de la ouate dans l'oreille droite.

Le déroulement habituel des activités de la nuit débuta par la distribution des médicaments et du thé dans les chambres des résidants. La soirée avançait. A minuit, toujours pas de nouvelles du monsieur en question ! A 2 heures du matin, la sonnette de la porte d'entrée retentit : deux officiers de police encadraient un monsieur qui portait un bonnet. Je ne pouvais pas dire si c'était le

résidant recherché alors j'ai regardé dans son oreille droite et, « youppie ! », il y avait de la ouate ! Du coup, je fus certain que c'était lui !

Le « disparu » avait passé une super soirée. Il avait pris le bus jusqu'à la gare pour aller s'installer ensuite au Rock Café jusqu'à la fermeture de l'établissement. Comme il ne savait pas où aller ensuite, il est resté près du Rock Café où les policiers l'ont trouvé avant de le ramener à la Résidence.

Ma collègue et moi l'avons installé pour la nuit. Après une soirée pleine d'émotions, il s'est endormi paisible et content. Lors de mes veilles, j'ai été témoin de nombreuses « aventures ». Je pourrai vous en raconter davantage une autre fois.



Engel der Nacht

Es ist 20h 15, Zeit um den Rapport der Tagessequipe entgegenzunehmen. Wir erfahren dabei alles , was mit den Bewohnern geschehen ist. Danach ist man bereit die Nacht in Angriff zu nehmen. Dies ist der normale Beginn jeder Nachtwache in der Residence des Chenes. Der weitere Verlauf einer Nachtwache ist Mal für Mal verschieden. Okay, jeder träumt davon, dass die Bewohner die ganze Nacht durchschlafen, dies ist aber nie der Fall.

Wir sind zur Stelle wenn jemand auf die Toilette muss. Ist wer traurig, spenden wir ihm Trost und geben neuen Mut. Braucht jemand Hilfe, sind die Engel der Nacht nicht weit. Es ist eine schwere Arbeit als Nachtwächter, der Schlafmangel ist akut und die Müdigkeit nimmt von Stunde zu Stunde zu. Zum Glück sind die Kollegen da, welche die Last um einiges erträglicher macht. Der Austausch mit ihnen gibt einem neue Kraft und Mut, weiter zu machen.

Ich habe einige Dinge erlebt während meinen Nachtwachen, welche komisch waren, hier ist eine Geschichte davon:

Beim Rapport wurde mir gemeldet, dass es einen Neueintritt gegeben hat am Tag, nur war dieser Herr in diesem Moment nicht hier. Er ist aus dem Haus gegangen und war bisher noch nicht zurückgekehrt. Wir haben uns beraten, wie wir nun vorgehen sollten. Es blieb mir nichts anderes übrig als die Polizei zu verständigen. Ich konnte ihnen leider nur eine vage Beschreibung dieses Herrn geben, da noch kein Photo zur Verfügung stand. Ich wusste, dass er eine Zipfelmütze trug und im rechten Ohr Watte steckte.

Danach begann die Runde, um die Medikamente zu verteilen. Der Abend zog sich in die Länge und bald war es Mitternacht, doch vom Herrn hatten wir noch nichts gehört. Um 2Uhr läutete es an der Türe. Ich öffnete und ging ihnen mit einer Kollegin entgegen. Da waren 2 Polizeibeamte mit einem Herrn mit einer Zipfelmütze. Ich konnte mangels Photo nicht genau sagen ob es unser verlorener Herr war, also schaute ich in sein rechtes Ohr und siehe da, es steckte Watte drin. Da war ich sicher, dass er es war.

Ich erfuhr, dass er einen tollen Abend erlebt hat, er ist mit dem Bus bis zum Bahnhof gefahren und ist danach ins Rock Café gegangen. Dort hat er den Moment bis zum Zapfenstreich genossen. Da er nicht wusste wo hin, ist er in der Nähe geblieben, wo ihn die Polizei aufgegriffen hat und diese brachte ihn zur Residence.

Meine Kollegin und ich brachten ihn in sein Zimmer und machten ihn bereit für die Nachtruhe. Nach diesem ereignisreichen Abend schlief er ruhig und zufrieden ein.

Dies ist eine von vielen Geschichten, welche ich erlebt habe auf der Nachtwache aber mehr davon ein andermal.

Christian Stutzmann



Repas indien

Dans le cadre de ma formation je devais réaliser un projet d'accompagnement avec un(e) résident(e). J'ai donc choisi de préparer un repas indien avec Madame Chakrabarti dans le but de faire



profiter les autres résidents ainsi que le personnel, de son savoir concernant la culture de son pays d'origine par le biais d'un repas indien. J'étais très motivée pour mettre en place ce projet car je trouve valorisant pour la personne accompagnée de pouvoir faire découvrir ses connaissances et sa culture à ceux qui partagent son existence quotidienne. De plus, Madame Chakrabarti apprécie beaucoup la cuisine.

Le projet s'est donc réalisé le jeudi 7 juillet, à la Résidence. Je suis allée faire les courses mercredi matin avec Madame Chakrabarti en suivant la liste que nous avons établie ensemble. Puis, mercredi après-midi, nous avons commencé à préparer certains produits pour le jour « J ». Lors de la préparation finale qui a eu lieu à l'espace Oasis le jeudi matin, quelques résidents qui participaient au repas sont venus nous donner un coup de main. Cela s'est très bien déroulé et nous avons tous passé un moment sympathique. Enfin l'heure de déguster les mets arriva! Le repas constitua un temps de partage très agréable. Les résidents échangeaient entre eux et posaient des questions à Madame Chakrabarti dont les filles ainsi que le petit fils étaient également présent. Il régna une ambiance très cordiale.

Quelques avis des participants :

Madame Chakrabarti a été très touchée qu'on lui propose de réaliser un repas indien car elle aime beaucoup cuisiner. Elle a pris un grand plaisir à partager son savoir avec les autres résidants. Elle était très émue et elle a vécu un bon moment. A refaire !

Madame Krattinger a beaucoup apprécié ce moment et la préparation du repas lui a rappelé l'époque où elle allait à l'espace Oasis cuisiner en compagnie de Mizou. Elle a également beaucoup aimé le repas et elle a bien mangé. Si c'était à refaire elle serait « partante ».

Madame Rosset a beaucoup apprécié de partager le repas en compagnie des autres résidants ainsi que des filles et du petit fils de Madame Chakrabarti. Elle a trouvé que ce moment était rempli de joie, de gaieté et qu'il régnait une très bonne ambiance. Elle aime beaucoup goûter aux mets exotiques.

Madame Stocker fut très heureuse d'être invitée et cela lui a vraiment fait plaisir. Elle a trouvé le repas très bon et pas trop épicé contrairement à ce qu'elle craignait.

Monsieur Stocker fut enchanté ; il a tout trouvé très bon. « En ordre ! » m'a-t-il déclaré.

Madame Grossrieder a partagé un agréable moment convivial avec les autres résidants et elle a eu du plaisir à découvrir la culture de Madame Chakrabarti.

Recette de l'omelette indienne préparée par Mme Chakrabarti :

Ingrédients :

4-5 pommes de terre coupées en grands dés.

½ oignon haché

1 petit morceau de gingembre écrasé ainsi qu'une gousse d'ail.

½ cc de sucre

1 pincée de sel

½ cc de curcuma

1 cc de cumin en poudre

1 cc de coriandre en poudre

1 cs d'huile

3 clous de girofles



Préparation :

Préparer l'omelette avec du lait, sel, sucre, œuf. Ensuite couper l'omelette en petits carrés et mélanger avec la pomme de terre coupée en dés, ajouter du concentré de tomate puis y ajouter toutes les épices, les oignons et le gingembre.

Bon appétit !

Marion Grivet
Etudiante ASE
au service
d'animation



Monsieur et Madame Stocker nous disent « merci »



Bonjour à vous tous qui constituez la grande famille de la Résidence des Chênes. Voilà bientôt une année que nous sommes entrés dans ce home. Nous nous y sentons maintenant chez nous, comme autrefois à la maison. Mais au début, ce ne fut pas facile : nous regrettions notre ancien « chez nous » où nous habitions depuis 54 ans. Malheureusement, mon cher mari est maintenant presque aveugle. Certes, il avait de plus en plus de difficulté à trouver ses affaires mais, avant notre venue à la Résidence, je pouvais « diriger » toutes nos affaires. Alors au début de notre vie de résidants, j'ai eu de la peine à accepter « de ne plus être capable de le faire » et « que quelqu'un d'autre le fasse à ma place ». Maintenant je comprends que dans un si grand foyer, il faut qu'un certain ordre règne. Durant les premières semaines passées ici, je me sentais parfois comme dans un internat... mais tout cela est passé ! Aujourd'hui nous sommes heureux d'être ici, entourés et soignés par tout ce personnel aimable. Nous nous sentons dans une grande famille et nous vous remercions tous de tout cœur.

Yoga pour les personnes âgées

Le yoga est une technique dont les effets bienfaits sont reconnus. Le but des exercices proposés par le yoga est de permettre au corps et à l'esprit de vivre dans la joie. Le Yoga pour les personnes âgées est un yoga de base. Il facilite la détente mentale et musculaire. Une pratique régulière permet de favoriser une bonne santé générale.

Quelques conseils avant la pratique :

1. Il faut commencer par une position simple ; si vous trouvez que c'est trop difficile, vous pouvez suspendre cette position.
2. Laissez un intervalle d'au moins 2 heures entre la pratique des exercices et le repas.
3. Habillez-vous de manière confortable : T-shirt, training.
4. Si vous êtes fatigué, il faut arrêter la pratique jusqu'à ce que vous vous sentiez mieux ; vous pourrez alors continuer l'exercice.
5. Si vous avez des problèmes de santé, il faut demander à votre médecin si vous pouvez pratiquer le yoga.

Installez-vous confortablement en position assise sur une chaise

Exercice pour les muscles du visage et des yeux :

1. Ouvrez la bouche et les yeux aussi grands que possible. Maintenez la tension puis relâchez. Ensuite, fermez la bouche et les yeux. Maintenez-les fermés avec force puis relâchez. Répétez 3 fois.
2. Souriez (montrez vos dents). Maintenez la tension puis relâchez. Répétez 3 fois.

Exercice pour les yeux :

Fixez un point en face de vous puis

- Regardez en haut, restez ainsi un moment puis ramenez le regard au centre.
- Regardez en bas, restez ainsi un moment puis ramenez le regard au centre.

- Regardez à gauche, restez ainsi un moment puis ramenez le regard au centre.
- Regardez à droite, restez ainsi un moment puis ramenez le regard au centre.

Effectuez ensuite avec le regard de grands cercles dans le sens des aiguilles d'une montre, en essayant de regarder le plus loin possible sur les côtés. Ramenez le regard au centre. Décrivez des cercles dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Ramenez le regard au centre.

Frottez vigoureusement vos mains l'une contre l'autre pour produire de la chaleur et placez vos paumes sur vos yeux fermés pour les détendre. Répétez 2 fois.

Exercice pour les muscles de la nuque :

Inclinez le menton sur votre poitrine sans faire trop d'effort (Fig.1). Repos. Relevez la tête et inclinez-la aussi loin que possible en arrière, sans force (Fig.2). Repos. Répétez 2 fois.

Gardez la tête verticale et tournez-la en regardant à gauche, restez un moment ainsi puis revenez à la position initiale. Tournez ensuite la tête et regardez à droite, restez un moment ainsi puis revenez à la position initiale. Répétez 2 fois l'exercice.

Rotation de la tête dans le sens des aiguilles d'une montre en effectuant un cercle aussi large que possible pendant 2 cercles complets. Répétez 2 fois dans le sens contraire des aiguilles d'une montre.



Fig.1



Fig.2

Exercice pour les épaules :

Asseyez-vous les bras le long du corps. Haussez l'épaule droite aussi haut que possible et restez un moment ainsi. Abaissez l'épaule à la position de départ. Détente. Haussez ensuite l'épaule gauche (Fig.3). Répétez 3 à 5 fois de chaque côté.

Mettez les mains sur les épaules (Fig.4), les coudes au même niveau que les épaules. Effectuez une rotation des coudes vers l'avant et répétez 3 fois, puis vers l'arrière et répétez 3 fois.

Fig.3



Fig.4



Exercice pour les bras :

Levez les bras à la hauteur des épaules (Fig.5). Effectuez des rotations dans le sens des aiguilles d'une montre 5 fois, puis dans l'autre sens 5 fois.

Levez les bras en avant à la hauteur de l'épaule puis joignez les mains (Fig.6). Inspirez en ouvrant les bras de côté (Fig.7). Expirez, remettez les bras en avant et joignez les mains. Répétez 5 fois.

Fig. 5



Fig. 6



Fig. 7



Exercice pour les chevilles et les genoux :

Redressez les pieds afin que les orteils pointent vers le haut ; étirez ensuite les pieds en pointant les orteils vers l'avant puis fléchissez-les (Fig.8). Effectuez l'exercice lentement. Répétez 5 fois de chaque côté.

Effectuez des rotations avec les deux pieds ; exercez 5 fois dans le sens des aiguilles d'une montre et 5 fois en sens inverse.



Pratique de la respiration, respiration abdominale :

C'est la base de la respiration que nous pratiquons tous les jours. Mettez les mains ensemble sur le ventre au niveau du nombril. Inspirez profondément et lentement ; le ventre se gonfle. Restez ainsi un moment. Expirez ensuite lentement et profondément ; le ventre se dégonfle. Exercez durant 3 à 5 minutes.

Et la suite ?

Je viens de vous présenter quelques exercices simples pour améliorer le bien être de chacun (jeunes et moins jeunes). Dans un prochain article nous verrons d'autres éléments du Yoga.

J'espère que vous avez envie de pratiquer le Yoga. Essayez-le, il vous fera du bien! Je vous souhaite une bonne santé.

Je remercie Madame Jeannette Rosset qui a accepté de me servir de modèle.

Fuengfa Lambert, Espace Prairie

Les lauriers du cœur

sont décernés :

- à Monsieur Valentin Grivet, paysagiste, pour nous avoir fourni les copeaux de bois et les branches pour la décoration d'été de notre Auberge.
- au groupe folklorique du Costa-Rica, pour avoir enchanté notre Auberge au rythme endiablé de leurs danses et de leurs chants
- à Monsieur Michel Spielmann, pour nous avoir accompagnés à la Journée Pêche et nous avoir offert un goûter.
- au restaurant Hochmatt à Im Fang...
- à Monsieur Claude Vonlanthen, pour avoir récolté, en Valais, la décoration d'automne de notre Auberge.
- à la famille Knie qui nous offre chaque année les billets d'entrée pour son spectacle de cirque.

Nous remercions très chaleureusement toutes ces personnes, qui participent « avec cœur » à la vie de notre maison.

Merci à vous tous!



Cela nous intéresse!!!

Chers Résidants,

Chères familles,

Chers amis et collaborateurs de la Résidence,

Pourquoi ne pas partager avec nous une expérience, une émotion, une parole, un remerciement, un mécontentement, une suggestion... ?

Votre parole est source de richesse...alors enrichissez notre « Voix des Chênes » en nous donnant votre avis ou en rédigeant un article !

Vous pouvez nous transmettre vos textes :

- par e-mail : animation@chenes.ch
- de main à main, en remettant votre texte au service d'animation
- par courrier postal envoyé à la Résidence des Chênes, Service d'animation, Rte de la Singine 2, 1700 Fribourg.

Voici les délais à respecter pour que vos textes paraissent dans le journal de la maison :

Journal d'automne:	jusqu'au 10 août
Journal d'hiver:	jusqu'au 10 novembre
Journal de printemps:	jusqu' au 10 février
Journal d'été:	jusqu'au 10 mai

DER ALTE GROßVATER UND SEIN KLEINER ENKEL

Es war einmal ein Großvater, der schon sehr, sehr alt war. Seine Beine gehorchten ihm nicht mehr, die Augen sahen schlecht, die Ohren hörten nicht mehr viel und Zähne hatte er auch keine mehr.



Wenn er aß, floss dem alten Mann die Suppe aus dem Mund. Der Sohn und die Schwiegertochter ließen ihn deshalb nicht mehr am Tisch essen, sondern brachten ihm sein Essen hinter den Ofen, wo er in seiner Ecke saß.

Eines Tages, als man ihm die Suppe in einer Schale hingetragen hatte, ließ er die Schale fallen und sie zerbrach. Die Schwiegertochter machte dem Greis Vorwürfe, dass er ihnen im Haus alles beschädige und das Geschirr zerschlage, und sagte, dass sie ihm von jetzt an das Essen in einem Holzschüsselchen geben werde. Der Greis seufzte nur und sagte nichts.

Als der Mann und die Frau einige Tage später zu Hause beisammen saßen, sahen sie, dass ihr Söhnchen auf dem Fußboden mit kleinen Brettern spielte und etwas zimmerte. Der Vater fragte ihn: "Was soll das denn werden, Mischa?" Und Mischa antwortete: "Das soll ein Holzschüsselchen werden, Väterchen. Daraus werde ich dir und der Mutter zu essen geben, wenn Ihr alt geworden seid."

Der Mann und die Frau sahen sich an und weinten. Ihnen wurde plötzlich bewusst, wie sehr sie den Greis gekränkt hatten und sie schämten sich. Fortan ließen sie ihn wieder am Tisch sitzen und waren freundlich zu ihm.

Geschichte nach Lew Tolstoi

Mit freundlichen Grüßen / Elsbeth Roubaty Hug

SOUVENIRS D'ANTAN

Monsieur Albin Zurkinden se souvient des Bénichons de sa jeunesse.

Dans les années 1930, nous passions la Bénichon en famille à Guin. Les paysans nous confectionnaient de grandes balançoires, avec une longue planche fixée aux poutres par de grosses cordes de chaque côté. Petits et grands étions contents et c'était l'occasion de grands éclats de rire ! Des ponts de danse étaient dressés et, du samedi soir au lundi soir, la musique et les danses marquaient la cadence...

Le dimanche, un festin de roi nous attendait :

- *Cuchaule, beurre et moutarde de Bénichon en guise d'entrée.*
- *Gigot d'agneau, purée de pommes de terre et poires à botzi comme deuxième plat.*
- *Jambon et cochonnaille, choux, carottes et patates nature comme plat de résistance.*
- *Le tout servi avec un bon verre de vin rouge ou de blanc.*
- *Meringues à la crème pour le dessert.*
- *Café-schnaps accompagné de beignets, cuquettes, bricelets, cuisses de dames, croquets et pain d'anis pour couronner le repas.*

Et, le lundi, on finissait les restes...



ARC-EN-CIEL

Portrait de Monsieur Adolph Jenny (par sa fille Marie-Claude)

Né à Fribourg le 21 octobre 1930, Monsieur Adolph Jenny y a toujours vécu en bonne et cordiale compagnie. Son père, Léon Jenny, maréchal-ferrant, avait déjà deux enfants d'un premier mariage lorsqu'il rencontra Elisabeth Ansel, d'origine alsacienne. De leur union naquirent six filles et trois garçons dont Adolph est le deuxième. La table familiale comptait rarement moins de quinze convives mais la vie à la maison restait simple.



La nature généreuse, joviale et farceuse de Monsieur Jenny en fait une personne hautement sociable et très appréciée de tous.

Dès l'enfance, de longues marches firent partie de son quotidien. Après avoir appris auprès de son père le métier de maréchal-ferrant, c'est aux GFM qu'il travailla la plus grande partie de sa vie, dans les ateliers de la halle Ritter au fond de Pérolles. Aux fidèles amis de jeunesse s'ajoutèrent les compagnons de travail et les camarades de la Landwehr de Fribourg. Pendant plusieurs décennies, Monsieur Jenny fit partie de cette fanfare, jouant d'un instrument dans le registre des basses avec talent, plaisir et fierté. Il enchaîna concerts et voyages dans le monde entier et participa à deux Fêtes des Vignerons. Plus tard, il rejoignit également la fanfare des GFM et ses joyeux compagnons.

En 1958, il rencontra Eliane Stevan, l'aînée d'une famille de cinq filles. Ils se marièrent en 1960 et eurent trois filles : Anne, Françoise et Marie-Claude. Monsieur Jenny fut un papa gentil et attentionné, un homme ouvert, tolérant et moderne. Avec son épouse, il aimait accueillir la famille et les amis ou partager des

vacances avec la parenté. On ne compte pas les fêtes de famille et les joyeux repas qu'ils eurent la joie d'offrir et de partager.

En 1997, Madame Jenny décéda des suites d'un cancer. Pour Monsieur Jenny qui venait tout juste d'accéder à la retraite, ce fut une période douloureuse mais il fit preuve de force et de sérénité malgré son horreur de la solitude.

En 1999, il retrouva une ancienne connaissance, Gisèle Cotting, veuve elle aussi, et ils décidèrent d'unir leurs vies.

Cette période permit à Monsieur Jenny de retrouver une connivence amoureuse et une vie familiale bien remplie. En plus de ses propres enfants, Monsieur Jenny s'attachait aussi aux enfants de sa deuxième épouse, Patricia et Hervé, ainsi qu'à leurs conjoints et enfants. C'est à cette époque également que Filou, son deuxième chien, devint le fidèle compagnon de ses longues et précieuses balades.

Depuis mai 2011, Monsieur Adolph Jenny vit à la Résidence des Chênes où il est entouré et choyé par sa compagne, sa famille et ses amis ainsi que par le personnel soignant.

Portrait de Madame Edith Morel (par elle-même)



Je suis née à Moutier le 12.12.1925, cadette de deux frères et trois sœurs. C'est aussi dans cette cité non dépourvue de charme bien que très industrielle, que mon mari et moi nous sommes mariés. Deux enfants sont nés de notre union: un fils et une fille.

En 1965, nous nous installons à Fribourg. Mon mari devient sacristain à la cathédrale St-Nicolas. Comme il fut atteint assez tôt

dans sa santé, je l'ai beaucoup secondé, prenant très à cœur ce service rendu aux autres.

Nos enfants sont adultes, la vie s'écoule mais, le 11 février 1987, mon mari succombe d'un infarctus... un mois après le début de sa retraite !

Vers 1989 je « monte » au Schoenberg. J'y ai des amies, je m'en fais d'autres, je participe à la vie de la Paroisse St-Paul.

A ce jour ma santé s'est dégradée, j'ai dû dire « au revoir » à beaucoup d'êtres chers. J'espère continuer ma vie à la Résidence en participant activement. J'ai une grande richesse: ma famille.

Portrait de Madame Blanche Defferrard

Je suis issue d'une grande famille de 14 enfants. Nous habitons Middelstalden où mes parents étaient agriculteurs. La vie n'était pas facile tous les jours... d'où mon placement dans une autre famille du village, une famille bernoise très gentille.

A 18 ans, je suis partie travailler à l'hôpital d'Estavayer-Le-Lac. Au début, je faisais la cuisine et, par la suite, je suis devenue soignante. J'y ai travaillé pendant 5 ans auprès des malades. Je suis ensuite allée à l'hôpital de Delémont où je suis également restée 5 ans.

Ma destination suivante fut la ville de Fribourg. J'ai habité au Foyer des Jeunes Filles et travaillé dans l'entreprise Cartier à Villars-sur-Glâne pendant 15 ans. Ma dernière activité professionnelle avant ma retraite fut celle de soignante, au Home du Château du Bois, à Belfaux.

J'ai consacré ma vie à mon travail qui m'a passionnée mais ce n'était pas toujours facile et les contraintes horaires constituaient



un lourd obstacle pour construire une vie de famille. Je n'ai aucun regret car je suis bien entourée par ma famille! Il me reste un frère qui a repris le domaine paternel ainsi que trois sœurs, sans compter mes nombreux neveux et nièces et leur descendance... Avant d'entrer à la Résidence, j'habitais à La Feuillette et aujourd'hui me voici parmi vous depuis plusieurs mois déjà. Après mon arrivée j'ai séjourné dans la chambre d'hôte du 3^e étage pendant près de 2 mois. Maintenant je suis contente d'avoir mon « appartement avec salle-de-bain » et je me sens en sécurité.

Tic-tac, tic-tac, tic-tac, tic-tac...

Eh oui, ce sera bientôt à nouveau le moment de changer l'heure de nos montres !

Dans la nuit du samedi 29 au dimanche 30 octobre 2011, on se remet à l'heure d'hiver ; nous reculerons donc d'une heure les aiguilles de nos montres.

Pensez-y !





Infirmière à l'espace Oasis depuis le 1^{er} août, je viens de l'Ardèche et suis mère de quatre enfants.

Après différentes expériences professionnelles j'ai souhaité m'orienter vers le domaine des soins. Après l'obtention du diplôme d'infirmière et une expérience en psycho-gériatrie, j'ai exercé mon métier dans un service hospitalier de médecine gériatrique.

Il y a seulement quelques années que j'ai découvert la Suisse. J'y suis revenue régulièrement en vacances et ces séjours m'ont permis d'apprécier de plus en plus ce pays où j'ai finalement décidé de m'installer.

Isabelle Duchier

Chers Résidants,

Chers Collègues,

A l'heure où j'écris ces quelques lignes, j'effectue mon dernier "piquet pompier" au Poste de Premiers Secours de la Ville de Fribourg. Devenir pompier est un rêve pour beaucoup d'enfants ! C'est effectivement un beau métier que de porter secours à des personnes se trouvant, pour la plupart, dans la détresse. Mais c'est aussi un travail qui exige beaucoup d'investissement personnel, ceci au détriment du temps passé avec mon épouse Chantal et mes enfants Gaël, Johan, Rémi et Méline.



A 45 ans et après 12 années passées au Service du Feu, j'ai décidé de quitter le "terrain". En rejoignant la Résidence des Chênes, je pourrai certainement continuer à me rendre utile auprès de vous.

Le métier d'électricien que j'ai appris dans une entreprise de mon quartier de la Basse-Ville de Fribourg et les diverses compétences acquises par la suite me seront très profitables à la Résidence.

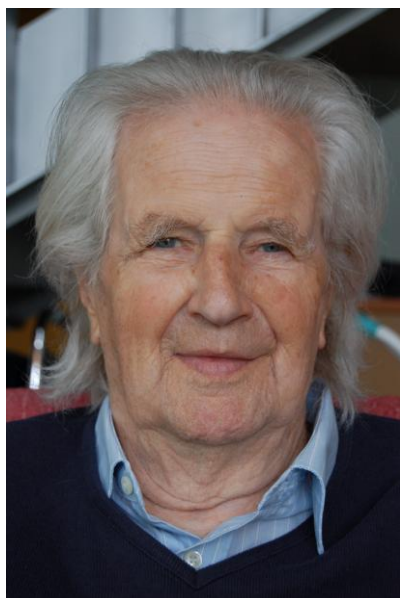
J'espère aussi qu'il y a, parmi vous, quelques supporters passionnés du HC Gottéron. Ceci nous permettra de nous remémorer le bon temps des Augustins et de poursuivre jusqu'au titre national ...

En attendant de faire plus ample connaissance avec vous, je vous salue tous très cordialement.

Pascal Piller

Ils nous ont quittés

Monsieur Bernard Schorderet – 08.07.2011



Après avoir débuté sa carrière artistique à Paris, Monsieur Bernard Schorderet est revenu à Fribourg, sa ville natale. Son œuvre de peintre et de sculpteur est bien connue en Suisse où il réalisa des vitraux, des fresques, des mosaïques sans compter de nombreuses œuvres picturales ainsi que l'aménagement d'espaces publics. A la suite d'ennuis de santé, il entra à la Résidence en 2009. Au début de son séjour dans notre maison, il peignait encore mais, peu à peu, il en a perdu

l'envie. Ce qu'il n'a jamais perdu, par contre, c'est sa volonté et son courage ! Le plus grand bonheur pour nous était de recevoir son petit sourire en guise de remerciement. Il a pu s'endormir paisiblement le 8 juillet 2011.

Madame Madeleine Fischer – 16.08.2011

Nous garderons le souvenir d'une femme toujours positive ayant beaucoup d'humour. Elle avait toujours un petit sourire, une parole douce pour tout le monde. Elle aimait le contact avec les autres et se réjouissait de la visite quotidienne de son mari. Elle était très fière de ses enfants et de ses petits-enfants, notamment du joueur au H.C. Fribourg-Gottéron !

A Madame Fischer,

Quand je suis revenue de vacances, Chère Madame Fischer, vous étiez partie. Je n'ai pas eu le temps de vous saluer ni de vous souhaiter un bon voyage pour l'au-delà.

De vous, je garderai le souvenir d'une personne aimant la vie. Avec vous, je pouvais discuter de tout et de rien.

Ce fut un grand plaisir et un honneur pour moi de vous avoir rencontrée. Au revoir Madame Madeleine Fischer.



Françoise

Merci, Chère Madame Fischer, pour votre gentillesse et votre chaleur humaine.

Vous aimiez discuter et plaisanter avec les personnes que vous côtoyiez. Je n'oublierai pas l'étincelle qui brillait dans vos yeux.

Muriel

Madame Germaine Schmutz – 17.08.11



Elle avait beaucoup d'humour, elle appréciait la plaisanterie et adorait qu'on la taquine ! Chanter lui procurait un grand plaisir d'autant plus qu'elle connaissait par cœur les paroles de nombreuses chansons. Elle aimait le bricolage et la peinture. Par contre, elle détestait la solitude et, pour cette raison, elle aimait se tenir au petit salon de l'étage. De Madame Schmutz, nous garderons un doux souvenir !

A Madame Germaine Schmutz

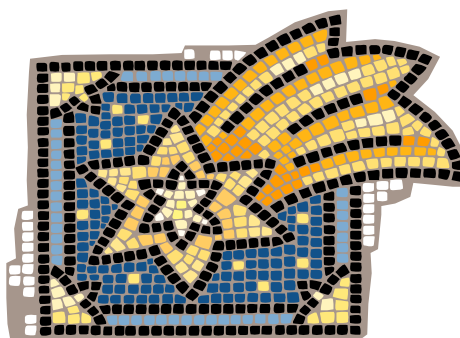
Chère Madame Schmutz, vous avez quitté ce monde pour rejoindre votre mari et votre fils que vous aimiez tant. Aujourd'hui, vous manquez à votre chère fille et ici, à nous aussi il manque quelqu'un !

Avec vous, nous avons réappris les chants de notre enfance, ceux que vous aviez enseignés à vos élèves lorsque vous étiez institutrice.

Vos oeuvres sur porcelaine et vos réalisations au tricot et au crochet traduisaient votre amour des belles choses bien faites.

Grâce à votre endurance qui vous a menée jusqu'à nous, nous avons eu la joie de faire un bout de chemin avec vous !

Muriel et Françoise



Nous souhaitons la bienvenue dans la grande famille de la Résidence à :



Madame Aurélie BAPST, apprentie ASSC

Monsieur Pascal PILLER, responsable technique/intendance



Félicitations à

Madame Türkan CINDORUK qui a réussi avec succès son
diplôme d'ICUS

Madame Béatrice NOORJAN qui a réussi avec succès sa formation
de praticienne formatrice

Madame Sebina OSMANOVIC qui a réussi avec succès son CFC
d'assistante en soins et santé communautaire (ASSC)

Madame Ana DOS SANTOS qui a réussi avec succès son CFC
d'assistante en soins et santé communautaire (ASSC)

Madame Olga TSCHOPP qui a réussi avec succès son CFC
d'assistante en soins et santé communautaire (ASSC)

Madame Asmira MUSTAFAGIC qui a réussi avec succès son CFC
d'assistante en soins et santé communautaire (ASSC)

Madame Rosa GOMEZ qui a réussi avec succès son CFC
d'assistante en soins et santé communautaire (ASSC)

Monsieur Bekim MEHMETAJ qui a réussi avec succès son **bachelor en soins infirmiers**

Madame Melissa KLAUS qui a réussi avec succès son CFC
d'employée de commerce avec maturité



Bon vent à

Madame Iliana ZRIHEN

Monsieur Nicolas PANNATIER

Monsieur Bekim MEHMETAJ

Les lauréats 2011

Chaque année, grâce à un budget « Formation », la Résidence met tout en œuvre pour que son personnel évolue, progresse et améliore ses connaissances professionnelles afin que vous, Résidants, puissiez en retirer les bienfaits.

Le millésime de diplômés 2011 est un grand cru ! En effet, de nombreuses personnes ont suivi avec succès une formation.

Monsieur le Directeur, ses collègues et les Résidants s'associent pour féliciter ceux et celles qui ont réussi leur examen :



BRAVO !

BRAVO !

Cher Résidants, Chères Familles, Chers Collègues,

Eh oui... voici bientôt 21 ans que je travaille à la Résidence des Chênes, à l'Espace Forêt. Après trois années de pratique en qualité d'infirmière, je suis devenue responsable d'unité.

Au fil du temps, ma fonction m'a permis de développer une grande expérience et j'ai pu travailler sans rencontrer trop de difficultés. Mais, à l'heure actuelle, le travail d'un MP (manager de proximité, ICUS) a beaucoup changé et les exigences sont plus conséquentes. Mener aujourd'hui une équipe performante en conformité avec les exigences standards de qualité n'est plus, ou en tout cas difficilement, envisageable avec les seules compétences acquises dans la pratique. Pour cette raison, j'ai décidé de suivre une formation.

Je me suis donc inscrite et, durant une année, j'ai suivi des cours avec mon collègue Monsieur Braka Saïd, ICUS de nuit. Nous avons beaucoup travaillé durant les cours en mettant l'accent sur l'amélioration de la qualité de la prise en charge de nos résidants et le développement de la collaboration de l'équipe de jour avec celle de nuit.

Les cours m'ont apporté beaucoup, tant au niveau professionnel que personnel. J'ai appris de nouvelles méthodes pour la gestion d'une équipe, des outils pour la communication, l'organisation, la préparation des séances, l'évaluation du personnel, la négociation, la gestion des résistances aux changements, etc.... A mes yeux, ma réussite la plus importante fut le projet « Changement des horaires d'été », projet que j'ai mis en place durant mon cours et dont nos résidants dépendants profitent actuellement.

Aujourd'hui, je me sens plus performante et plus à l'aise dans ma fonction d'ICUS.

Je remercie la direction de m'avoir accordé la possibilité de suivre cette formation.

Cindoruk Türkan

CLIN D'OEIL

Qu'avez-vous pensé ?

Vacances à Armoy, en France voisine

Lundi 20 juin :

Le matin, à Fribourg, il ne fait pas très beau mais la météo annonce une amélioration qui se réalisera. Vers 10 heures, c'est le départ de ceux et celles qui se sont inscrits pour cette semaine de



vacances savoyardes. Nous prenons la route dans les voitures de nos soignants et soignantes et dans le minibus de la Résidence. Le voyage se déroule sans incidents et, à 12h30, nous arrivons à Armoy pour un délicieux « déjeuner » (c'est ainsi que l'on désigne notre « dîner », en France) à l'hôtel de « l'Echo des Montagnes ».

Après le repas, nous nous installons dans nos chambres très confortables. L'hôtel est bien situé et notre nuit reposante.

Les 21, 22 et 23 juin sont de belles journées marquées par les visites de Thonon, du marché des fleurs et légumes, sans parler des très bons vins que nous savourons !

Le 24 , date du retour, arrive hélas bien trop vite mais tous les participants et les participantes sont heureux.

A notre estimé directeur, à son comité, à nos soignants et soignantes qui furent aux petits soins pour nous, un très grand et

sincère « Merci ». Il faut encore que je vous dise que nous n'avons pas dépensé « un centime », si ce n'est pour nos souvenirs personnels. Voilà une gentillesse supplémentaire fort appréciée.

Chers amis et amies, en plus des remerciements je termine en vous disant : « A refaire ! Oui, à refaire sûrement ! A refaire certainement !

Au nom du groupe heureux et reconnaissant :

Marguerite Bapst

Sur le même sujet...

Il est 10h30 ce lundi 20 juin quand le bus de la Résidence démarre, accompagné par deux autres voitures ! Seize personnes au total, neuf résidants et six accompagnants, font partie du voyage.

Après deux heures de route nous parvenons à Armoys, sympathique village de Savoie, qui surplombe le Lac Léman au-dessus de Thonon-les-Bains.

Nous avons pris connaissance des prévisions météorologiques afin de pouvoir au mieux organiser notre séjour. Nous n'avons pas perdu de temps et les deux premiers jours furent bien remplis ... car la pluie était annoncée pour le mercredi déjà !

Les excursions furent nombreuses et variées : la visite d'Yvoire, magnifique village médiéval fleuri de toutes parts et aux ruelles pavées, la balade en bateau sur le Léman, la découverte des Lindarets, petit village perché sur la montagne et habité par des centaines de chèvres, le repas sur la terrasse ensoleillée du restaurant du lac de Montriond, la sortie au marché de Thonon avec ses odeurs, ses couleurs et son agréable atmosphère de vacances.



Nous avons passé de très belles journées, agrémentées de balades, de jeux, de chants, d'apéros, de fous rires, de confidences et de complicité !

Comme d'habitude, nous avons été reçus comme des princes et nous avons mangé comme des rois ! Nous avons dégusté des menus délicieux rehaussés des légumes frais du superbe jardin potager de l'hôtel !

Les résidents et le personnel ont passé une semaine enrichissante et inoubliable.

Voici quelques impressions recueillies à chaud :



Madame Ruegg : « Une semaine extraordinaire à tous points de vue ! »

Madame Angéloz : « C'est la deuxième fois que je viens, tout est formidable ! »

Carmen : « Sans les chefs c'est super cool, on se lâche ! »

Nicolas : « J'ai apprécié de pouvoir faire la connaissance de toutes ces dames. J'étais en bonne compagnie ! Eh bien oui, j'étais le seul homme ! »

Madame Bapst : « J'ai apprécié de découvrir de nouveaux paysages et

nous avons bien mangé et bien dormi ! »

Madame Haymoz : « J'ai eu beaucoup de plaisir à passer cette semaine avec vous ; c'était la 1^{ère} fois que j'allais en France ! »

Madame Waeber et Madame Wegmüller : « Une semaine formidable, jolie et reposante dans un milieu charmant ! »

Madame Chakrabarti : « Je suis très très contente. Les paysages sont magnifiques. Tout cela restera dans ma mémoire pour toujours ! Merci à tous ! »

Qu'avez-vous pensez...ressenti ?

De la journée à la ferme, en

Singine :

- M. Devaud : la promenade en calèche m'a beaucoup plu !
- Mme Weber : une sortie romantique... « Se balader (en char à cheval) dans la nature, parmi des paysages de blés, parsemés de bleuets, telle une peinture. Des rencontres très sympathiques, un bon pique-nique campagnard servit avec un



petit rosé... Tout pour passer un moment merveilleux.

De la journée « Brunch » :

- Mme Haymoz : une magnifique journée...j'ai adoré...un excellent repas...une bonne musique qui met de l'ambiance et en plus le soleil.....



- Mme Grand : j'ai beaucoup aimé le petit déjeuner. Ainsi que le



dîner, ce qui m'a plu c'est qu'on puisse choisir... et quel choix !!! (Bravo la troupe de la cuisine). Mon fils et ma nièce ont chanté ensemble !!! Quel souvenir... et bravo à tous pour l'organisation.

Sortie en bateau au Lac de la Gruyère :

- Mme Defferrard : Je n'en reviens pas... comme c'était beau... c'est la première fois que j'allais sur le lac de la Gruyère...L'île d'Ogoz était superbe.
- Mme Haymoz : Le lac était plein, il était magnifique. On a fait une petite heure... parti du port d'Ogoz... aller jusqu'au barrage



de Rossens, le tour de l'île d'Ogoz ... un tour splendide. Il faisait beau, on avait même un petit courant...mais bien supportable... !!!

Sortie à Chexbres

- Mme Zahno : On ne pouvait pas mieux tomber. C'était une sortie formidable dont je garderai un très beau souvenir



Sur la terrasse surplombant le lac Léman. Quelle vue magnifique !



Soirées grillades



Service information

Programme d'animation pour la période d'automne 2011

Vendredi 23 septembre

Soirée fromages

Pour les résidents, le personnel et les familles des résidents et du personnel

Vous êtes priés de vous inscrire au secrétariat, à l'auberge ou par e-mail jusqu'au jeudi 22 septembre

Vendredi 30 septembre

Goûter musical animé par M. Alois Kamper

„Einmann-Orchester“ aus Österreich

à l'occasion de la Journée internationale des personnes âgées

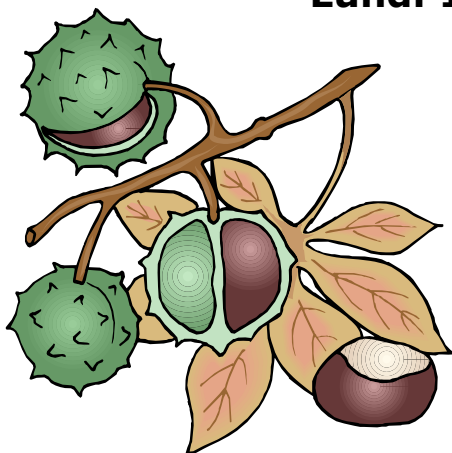
Jeudi 13 octobre

Sortie au Comptoir de Fribourg

(Journée des Aînés au Comptoir)

Lundi 17, Mardi 18 et Mercredi 19 octobre

Repas à thème « Chasse »



Vendredi 28 octobre

Animation musicale par M. Thomas Viana

Samedi 29 octobre

Messe de souvenirs

Dimanche 30 octobre

Sortie au Cirque Knie

Lundi 7, Mardi 8 et Mercredi 9 novembre

Repas à thème « Fondue »

Samedi 26 novembre

Pour vos cadeaux des fêtes de fin d'année, soyez toutes et tous
bienvenus au

« Marché de la Saint-Nicolas »

à la Résidence des Chênes avec plusieurs stands,

l'animation musicale par « Janine Music » et

arrivé du Saint Nicolas à 15h30

pour les petits enfants de nos résidents

et pour les enfants du personnel de la Résidence des Chênes !!!



Samedi 3 décembre

Sortie au marché de la Saint-Nicolas à Fribourg

Mercredi 7 décembre

Loto de la Saint Nicolas

Dimanche 18 décembre

Messe de Noël chantée

avec la participation du Chœur « St. Maurice »

Mardi 20 décembre

Repas de fin d'année à la Résidence

(pour les résidants et le personnel)

Samedi 24 décembre 2010

Veillée de Noël à la Résidence des Chênes

(pour les résidants et le personnel)

**Et encore plusieurs activités régulières seront organisées
durant cette période.**

Le secteur d'animation vous souhaite un très bel automne !!!



La Voix des Chênes



Le journal de la maison sera édité à chaque saison, donc trimestriellement.

Il informe, il raconte la vie à la Résidence, il parle du passé et du futur. Nous vous conseillons donc à tous d'en avoir un exemplaire sur votre table de nuit !

Si vous souhaitez vous abonner, veuillez remplir le formulaire ci-dessous et nous le retourner

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal et localité : _____

N° de téléphone : _____

- Oui je désire un abonnement annuel à CHF 30.00
- Oui je désire un abonnement annuel (soutien) à CHF 50.00

Cochez ce qui vous convient. Merci.

A votre service

Direction

Patrice Buchs

Réception

Christine Papaux

Véronique Chevalley

Comptabilité

Jacqueline Schorderet

Soins

Hervé Granger

Animation

Sead Spuzic

Hôtellerie

Daniel Vonlanthen

Technique, intendance

Franco Stragiotti

Infirmières (er) ICUS

Espace Prairie, Lydia Fohouo

Espace Forêt, Türkan Cindoruk

Espace Montagne, Sophie Berteaux

Espace Oasis, Fabienne Délèze

Equipe Morphea, Saïd Braka

Médecins

Dr Jean-Luc Barbey

026 322 86 03

Drsse Christiane Diem

026 484 86 86

Dr Benoît Gumy

026 323 27 37

Drsse Anne-Lise Tesarik

026 322 45 54

Dr Jindrich Strnad

032 323 70 70

Puzzle Consulting Sàrl, Bulle

Ergothérapie

Abbé Joseph Hoi

Aumônier

Martin Burkhard

Pasteur

Séverine Deiss

Coiffeuse

Virginie Ruffieux,

Podologues

Line Jaquemet

Comité de rédaction

Coordinateur en chef	Sead Spuzic
Coordinatrice-adjointe	Micheline Buchs
Coordinatrice « Prairie »	Annick Reichlen
Coordinatrice « Forêt »	Elizabeta Rouiller
Coordinatrice « Montagne »	Muriel Maridor
Coordinateur « Oasis »	Nicolas Barucci
Coordinatrice « Morphea »	Paola Vassalli
Coordinatrice « commission d'accompagnement »	Dominique Ruiz-Badanelli
Mise en page	Véronique Chevalley

