

# **La Voix des Chênes**

## **Eichenblatt**

**Le journal de la Résidence des Chênes**




**Septembre 2015**



Résidence des Chênes

Rte de la Singine 2 - 1700 Fribourg

Tél. 026 484 88 00 — Fax 026 484 88 09

[residence@chenes.ch](mailto:residence@chenes.ch) – [www.chenes.ch](http://www.chenes.ch) - 

## SOMMAIRE

<b>DIRECTION .....</b>	<b>3</b>
<b>LE MOT DE L'INFIRMIER-CHEF .....</b>	<b>5</b>
<b>MOSAÏQUE DES REPAS D'ANNIVERSAIRE DE NOS RÉSIDANTS ....</b>	<b>7</b>
<b>LE BILLET DE L'AUMÔNIER.....</b>	<b>9</b>
<b>LE MOT DE LA PASTEURE.....</b>	<b>11</b>
<b>JEUX.....</b>	<b>13</b>
<b>LE COIN DU LECTEUR .....</b>	<b>14</b>
<b>ARC-EN-CIEL .....</b>	<b>21</b>
<b>ILS NOUS ONT QUITTÉS .....</b>	<b>29</b>
<b>CLIN D'ŒIL .....</b>	<b>35</b>
<b>PROGRAMME DES ANIMATIONS .....</b>	<b>44</b>
<b>CELA NOUS INTÉRESSE !!!.....</b>	<b>49</b>
<b>LA VOIX DES CHÊNES .....</b>	<b>50</b>
<b>A VOTRE SERVICE .....</b>	<b>51</b>
<b>COMITÉ DE RÉDACTION .....</b>	<b>52</b>

# DIRECTION

Nous voilà déjà à la fin du mois de septembre, l'été est déjà terminé ! Il fut magnifique. Ces conditions météorologiques idéales nous ont permis d'organiser plus de sorties que d'habitude à la même époque. Il ne fut pas rare de pouvoir mettre sur pied plusieurs sorties au cours d'une même semaine. Ainsi, un grand nombre de résidants ont pu souvent profiter de visiter des endroits étonnants. Si nous avons pu réaliser autant d'excursions, c'est notamment parce que nous disposons d'une équipe d'animation particulièrement bien dotée sur le plan qualitatif et quantitatif. En effet, la nouvelle grille d'évaluation RAI permet d'attribuer 0.05 équivalent plein temps (EPT) par résidant au personnel d'animation. Puisque notre EMS compte 70 résidants, nous comptons 3.5 EPT de personnel exclusivement occupé à réaliser des activités d'animation. Cela nous a permis d'engager plusieurs aides durant l'été. De plus, nous avons pu, à nouveau cette année, nous rendre deux fois en vacances à Annecy, en juin et en septembre. À chaque fois, huit résidants accompagnés de sept membres du personnel (quatre soignants et trois animateurs) ont eu l'opportunité de profiter de ce séjour en France. Je saisis l'occasion de remercier ces collaborateurs qui ont, durant une semaine, mis entre parenthèses leur vie privée pour offrir aux résidants la possibilité de vivre de belles vacances.

Je change de sujet pour vous dire quelques mots sur les résultats de l'enquête de satisfaction des résidants que nous avons menée cette année. Quarante-six résidants ont participé à cette enquête, ce qui représente un taux de participation de 65%. Ce chiffre est suffisant pour considérer que les résultats obtenus sont représentatifs.

Les premières questions de l'enquête concernent le ressenti des résidants à l'égard de la vie en EMS, de son organisation et de l'établissement. Plus de 90% des résidants affirment être satisfaits la plupart du temps, voire toujours. Pour quelques résidants, l'acceptation de cette nouvelle vie en EMS est parfois difficile et je les comprends pleinement. En effet, même si tout est fait pour garantir à chacun son espace de liberté, il n'en demeure pas moins que la vie communautaire peut ne pas être toujours agréable. Il me plaît de constater que les réponses aux questions relatives au personnel (amabilité, soutien, respect) sont extrêmement positives de même que les avis concernant le domaine des soins et de l'accompagnement. En ce qui concerne les repas (cuisine et service),

je constate une amélioration par rapport aux enquêtes réalisées en 2012 et 2013. Le concept des soupers mis en place par notre Chef de cuisine durant le printemps 2014 y est certainement pour beaucoup, puisque pratiquement plus aucune remarque n'a trait à ce sujet. En ce qui concerne l'animation, j'observe que les résidants sont bien informés des activités proposées et qu'il y a en suffisamment. Cependant, tout juste 30% des résidants affirment ne participer qu'à une ou quelques activités, ce qui constitue une importante diminution par rapport aux résultats obtenus en 2013. Une première analyse nous permet de conclure qu'en raison de l'augmentation moyenne du niveau de soins, les besoins en animation des résidants évoluent et que les activités collectives ne conviennent plus à certaines personnes. Avec le responsable de l'Animation, nous avons convenu d'accroître l'offre en animation individuelle afin que les résidants qui n'éprouvent pas d'intérêt pour les animations collectives puissent aussi bénéficier d'activités à caractère récréatif. Enfin, les réponses aux questions concernant la propreté de la chambre et l'entretien des habits sont excellentes puisque le résultat obtenu excède dans les deux cas 97% de satisfaction.

Par souci d'objectivité, aucun membre du personnel n'a aidé les résidants à remplir le questionnaire. C'est un étudiant qui a accompagné les personnes souhaitant bénéficier d'un peu d'aide. Un grand nombre de résidants a émis des remarques, positives, mais aussi négatives. Ces remarques, nous n'allons bien évidemment pas les oublier ; au contraire, elles vont nous aider à nous améliorer. Nous les avons d'ores et déjà répertoriées et regroupées selon le domaine concerné. Avec les responsables de secteur, nous allons procéder à une analyse approfondie lors de la prochaine revue de direction qui aura lieu à la fin du mois de septembre 2015.

Enfin, l'indice de satisfaction générale est bon puisqu'il excède 90%. Je suis donc heureux de constater que ce que nous mettons en place pour assurer des prestations de qualité à l'ensemble des résidants est apprécié par ces derniers, quand bien même nous savons que nous sommes en perpétuelle quête d'amélioration. Ce résultat est dû à l'engagement de l'ensemble des collaboratrices et collaborateurs de la Résidence auxquels je tiens à adresser mes sincères remerciements.

Patrice Buchs

# LE MOT DE L'INFIRMIER-CHEF

## Âgisme et discrimination sociale

Chers Résidentes et Résidents, guten Tag, demat, bonjour !

La Suisse n'est pas intégrée à l'Union Européenne et pourtant sa situation d'enclave géographique et les négociations bilatérales l'amènent à suivre pas à pas la mouvance européenne. Et, aujourd'hui, l'Europe se soucie des droits de la personne âgée ! Elle précise que le prolongement de la vie en bonne santé nécessite plus que jamais de prévenir la discrimination sociale et la ségrégation des résidents. De façon générale, il faut promouvoir l'intégration sociale et l'égalité des droits des personnes de tout âge et cela n'ira pas sans créer des droits spécifiques pour la population âgée. Voilà, c'est dit !

Plus les personnes âgées vivent longtemps et plus la jurisprudence doit s'élargir et tenir compte des actes et des besoins de ces personnes. Ainsi par exemple, les familles actuelles font cohabiter ou coexister quatre à cinq générations. Ce fait sans précédent dans l'histoire de l'humanité nécessite de nouvelles règles sociales et une nouvelle vision de solidarité économique. Posent problème aussi les nouvelles catégories de personnes accédant à l'âge AVS. Comment le canton doit-il et peut-il répondre à l'émergence de populations à risque accédant à la retraite, telles que les personnes déjà à l'AI, les personnes souffrant de maladies génétiques vivant plus longtemps, les personnes à l'aide sociale, les personnes suivies et encadrées pour des maladies psychiques, sans oublier les junkies et les prisonniers ? Toutes ces personnes, selon leur orientation de toute nature, leur culture, leur conviction religieuse, forment des groupes discriminés et revendiquent l'accès aux structures de soins telles que les EMS. Mais sommes-nous prêts et avons-nous les places dans nos EMS pour ces personnes ? Par ailleurs, avec l'instauration du RAI, les places en EMS deviennent quasiment réservées aux pathologies physiquement ou mentalement plus graves. Alors que faire ?

Nous avons parlé de la famille. Mais avec les divorces dont le taux est en augmentation constante et qui intervient maintenant à tous les âges, comment le droit des personnes peut-il s'appliquer aux familles recomposées et intergénérationnelles ? Dans les familles, à l'heure actuelle, vous pouvez trouver un parent avec un ou plusieurs enfants, vivant avec un conjoint ayant lui aussi un ou plusieurs enfants, mais aussi avec un ou plusieurs grands-parents, voire des arrière-grands-parents... Comment le droit de la personne peut-il évoluer avec tous ces âges et personnes interagissant entre elles ? Quelques pays ont déjà statué sur le droit des grands-parents. Mais qu'en est-il du droit des arrière-grands-parents, de celui des arrière-petits-enfants et des demi-petits-enfants, des personnes immigrées et de différentes cultures, etc. ?

Sans tomber dans les méandres de la généalogie, il y a de quoi se perdre !

Financièrement aussi, c'est compliqué ! « Le nombre de centenaires double tous les 10 ans; d'ici à 2050, pour chaque enfant il y aura deux personnes âgées (ONU, 2013) ». La société est-elle prête à assumer ces nouveaux flux financiers intergénérationnels et à assurer la cohésion économique sans toucher au concept de retraite traditionnel ? D'autre part, considérer la retraite comme un droit, n'est-ce pas une forme de discrimination de l'âgisme car cela voudrait dire que l'on enlève le droit au travail à la personne ayant atteint l'âge de l'AVS ?

« Cette situation ne peut que confirmer le besoin urgent d'un cadre juridique et d'une approche basée sur les droits humains incluant l'âge afin de combattre la discrimination et l'exclusion des personnes âgées et de leur offrir une égalité de traitement au travail, en matière de santé et dans toutes les activités de la vie en société ».

Plusieurs directives de l'Union Européenne et la Charte sociale européenne appellent les Etats à prendre des mesures pour que les personnes âgées:

- restent membres à part entière de la société
- puissent choisir leur mode de vie indépendante le plus longtemps possible
- aient la garantie d'obtenir un soutien approprié en EMS en respectant leur vie privée et le libre choix des décisions les concernant

« ... beaucoup reste à faire pour dessiner et mettre en place des droits spécifiques visant à éliminer toute forme de discrimination, négligence, maltraitance et violence contre les personnes âgées jusqu'au bout de la vie... ». La Suisse, et plus localement le canton de Fribourg, s'en préoccupent aussi.

Après tout ceci, je n'ai plus qu'une chose à vous dire en breton: « Kenavo Ave Schall » et pour finir : « Jehrmad ! » c'est à dire : « à votre santé ! »

Hervé Granger

Source et citations: Dre Stuckelberger A. et al. (2011 et 2014)  
Gérontologie Information Juillet 2015 (p. 4 – 5)

## Mosaïque des repas d'anniversaire de nos résidents









# LE BILLET DE L'AUMÔNIER

## Petits trésors de vacances

Chères Résidentes,

Chers Résidents,

Nous apprenons tous les jours, aussi sachons ensemble faire trésor des petites pépites saisies sur le chemin de notre vie. L'été nous donne un temps de repos bienvenu. Permettez-moi donc de vous rapporter brièvement quelques expériences vécues en Espagne et en Islande.

Barcelone possède une splendide église, la Sagrada Familia, chef d'œuvre commencé par l'architecte de Dieu Gaudi et encore en voie d'édification car inachevée. Un procès en béatification de cet artiste catalan est d'ailleurs en cours. A la fin de sa vie, Gaudi vécut simplement, parmi les pauvres. L'homme de Dieu fut malheureusement renversé par un tram alors qu'il se rendait à sa messe quotidienne. Comme il gisait à même le sol, vêtu avec simplicité, on ne le reconnut pas immédiatement. C'est au milieu des malades et des pauvres, qu'il rendit son âme à Dieu pour aller rejoindre l'Artiste par excellence, le Créateur de toutes beautés.

Dans cette église dédiée à la Sainte Famille, Gaudi s'inspire des arbres, de la nature, où aucune ligne n'est droite ni symétrique. Cela confère au bâtiment une grande originalité avec sa splendide catéchèse sur la vie de Saint Joseph, de la Vierge Marie et les mystères du Rosaire. En visitant ce magnifique édifice consacré par le Pape Benoît XVI, j'ai eu l'impression de me trouver dans une forêt. Les rayons colorés qui traversent les vitraux permettent d'entrevoir que Dieu est Lumière. Un jour, ces colonnes, ces arbres s'entrouvriront pour nous laisser contempler la beauté de la Vie éternelle.

L'Islande est un pays au paysage lunaire, une île qui jaillit des profondeurs de l'océan Atlantique. Une faille béante a été formée par le déplacement des plaques continentales. Les plaques européenne et américaine s'éloignent l'une de l'autre en laissant la lave et les volcans se former. Cela m'a permis de contempler la beauté de la nature, de la Création, notamment en observant des oiseaux inconnus sous nos latitudes et en découvrant le saut des baleines. J'ai eu la chance de prendre un bateau dans la baie de Reykjavik pour aller découvrir les baleines à bosse durant plus de 3 heures. Ce mammifère marin tient son nom de ses petites sorties dorsales à la surface de l'eau, dessinant une bosse noire accompagnée par un jet d'eau. Habituellement, les touristes se contentent d'admirer ce spectacle merveilleux qui s'achève par un impressionnant battement final de la queue du cétacé. Je fus infiniment gâté car j'ai pu assister à un show inédit. L'animal était proprement déchaîné au point de jaillir presque intégralement de l'eau en laissant entrevoir ses deux nageoires blanches. La guide et l'ingénieur de bord n'avaient encore jamais vu pareil prodige. L'apparition d'une masse de presque 20 tonnes perçant la surface de l'océan pour retomber dans une eau qui semblait alors éclater de chaque côté ne laisse personne indifférent. Finalement, il y a trois aspects essentiels de ma vie de prêtre qui ne prennent jamais de vacances: la Messe, la prière et la confession. Ceci m'a permis de « me refaire », comme on dit, en ne mettant pas Dieu en vacances mais en cherchant son amitié et sa douce compagnie.

Chères Résidentes, Chers Résidents, que la contemplation de la beauté qui nous entoure nous permette de percer le secret de la joie. La Beauté nous attend chaque jour. Il ne tient souvent qu'à nous de la guetter avec patience, sans l'effrayer. Comme dit le poète russe Soloviev: "la beauté sauvera le monde".

Abbé Dominique Fabien Rimaz

# LE MOT DE LA PASTEURE

Chères Résidentes,

Chers Résidents,

La réalité de la rentrée scolaire ne vous préoccupe plus depuis longtemps, et pourtant... Savez-vous que l'être humain a besoin de marquer sa vie d'étapes annuelles, comme celle d'un recommencement? Il semblerait que la saison qui s'y prête le mieux soit l'automne, moment où nous avons fait le plein de soleil, de chaleur et où les récoltes sont faites. Dans le canton de Fribourg, ce temps est ponctué par une fête particulière, la Bénichon. Sans doute avez-vous eu la possibilité, encore cette année, de manger de la cuchaule, de la moutarde de Bénichon, des poires à Botzi, des meringues et de la double crème... Mais, au delà de cette fête, c'est le moment de faire des projets, d'envisager l'année qui se présente devant nous, de programmer des rencontres, de se donner des objectifs.

Pour vous qui, au fil de la vie, avez appris à saisir l'instant présent et à le vivre pleinement, cette manière de penser doit vous paraître dérisoire. Qui peut dire ce qui se passera demain et, encore plus, après demain? Dans ce domaine, votre philosophie est un élément précieux à transmettre aux générations suivantes qui courent après le temps et font des projets à n'en plus finir. Lorsque vous avez l'occasion de rencontrer des personnes plus jeunes, dites-leur combien il est important de prendre le temps de vivre aujourd'hui, de profiter de l'instant et de ce qui s'y passe.

Pourtant, faire des projets vous permet, à vous qui avez déjà parcouru un long chemin, de réaffirmer votre envie de vivre au mieux votre aujourd'hui. Vous lancer quelques défis, sans pour autant aller au-delà de vos forces: quelle belle perspective! Cela pourrait vous permettre de vous mettre, de vous remettre en route et, à votre manière, de dire merci à Dieu pour la vie qui vous est donnée.

"Vois: je mets aujourd'hui devant toi la vie et le bonheur, la mort et le malheur... Tu choisiras la vie pour que tu vives... C'est ainsi que tu vivras et que tu prolongeras tes jours". Cet extrait du livre du Deutéronome, dans la Bible, est plein d'espérance. Que cette parole puisse vous accompagner tout au long de cet automne!

Martine Lavanchy, pasteure

### Prochains cultes réformés :

- Mercredi 21 octobre 2015 à 10h00
- Mercredi 16 décembre 2015 à 10h00

### Animations en plein air





# JEUX

Participer, c'est déjà gagner !

Alors tous à vos crayons !

Les gagnants de nos jeux recevront un bon pour une boisson, à faire valoir à notre auberge.

## Jeu n°1:

Grâce aux 2 mots indices, trouvez le mot mystère.

Exemple :

Garenne – chaud : le mot mystère serait « lapin » (lapin de Garenne et chaud lapin)

1. cheval – mètre            é ..... (6 lettres)
2. Monaco – chocolat      r ..... (6 lettres)
3. Vivaldi – trimestre      s ..... (6 lettres)
4. Pise – magie              t ..... (4 lettres)
5. cheval – Ferrari          é ..... (6 lettres)
6. chien – étoile            b ..... (6 lettres)

## Jeu n°2 :

Mélangez les lettres de chacun des mots en ajoutant la lettre supplémentaire pour former un nouveau mot correspondant à la définition proposée entre parenthèses.

0. rang + d                    (adulte)            =    grand
1. cola + l                    (bâtiment)        =    .....
2. cuvée + h                 (poil)                =    .....
3. furet + f                  (champignon)     =    .....
4. matou + z                 (fioul)                =    .....
5. moteur + g                (gastronome)     =    .....
6. libero + c                 (bagatelle)        =    .....

BONNE CHANCE !

# LE COIN DU LECTEUR

## Ein guter Schulanfang

Ich begann meine obligatorische Schulzeit in der Maria-Ward Schule, welche von Klosterfrauen geleitet wurde. Diese Schule befand sich in der Rue d'Hôpital gegenüber dem Bürgerspital. Damals war das Gebäude noch ungenutzt, bevor es umgebaut wurde.

Im Kindergarten hatte ich viel Spass, denn wir spielten oft und die Lehrerin Schwester Kunigunde war eine liebe Frau. Gegen Sommer war dann Schluss mit dem Kindergarten und die Sommerferien standen an. Diese waren aber viel zu schnell vorbei und der Ernst des Lebens stand an mit dem ersten Schultag. Ich musste die erste Primarklasse besuchen und stand mit meinen Klassenkameraden vor dem Schulhaus. Da packte mich ein wehmütiges Gefühl und ich nutzte einen Moment der Unaufmerksamkeit, um das Weite zu suchen. Ich verbrachte den Morgen im Quartier und ging gegen Mittag nach hause um zu essen. Am Nachmittag war ich ausserhalb der Schule vorzufinden und ging um Vier Uhr nach hause. Den Zweiten Tag verbrachte ich auf dieselbe Weise, doch man ist mir auf die Schliche gekommen. Als ich nachmittags nach hause kam fragte mich meine Mutter, wie es in der Schule war ? Ich sagte Ihr, dass es gut war. Da schimpfte Sie mit mir und sagte mir : Du lügst, die Schule hat angerufen und gesagt, dass du nicht erschienen bist.

Da blies mir ein rauer Wind um die Ohren, das können sie mir glauben. Das Ganze hatte noch andere Konsequenzen, denn die nächste Zeit wurde Ich zur Schule begleitet. Zudem brummten Sie mir einige Stunden bei der Logopädin auf. Dies war aber nicht so schlimm, denn während der Stunde konnte Ich spielen. Nach einigen Stunden fanden Sie, dass Ich genug schlau war um dem Unterricht zu folgen. Ich ging also wie meine anderen Klassenkameraden jeden Tag zur Schule.

Für mich war die Moral von der Geschichte, Schule Schwänzen lohnt sich nicht.

Christian Stutzmann

## Mes randonnées estivales

J'ai envie de vous faire partager deux magnifiques balades que j'ai eu l'occasion de faire durant ce bel été ensoleillé et chaud.

Le but de la première excursion se situe à une trentaine de kilomètres de Fribourg, dans les Préalpes bernoises proches de la Singine : il s'agit du hameau d'Ottenleuebad, petit village de vacances au-dessus de Sangernboden.

Ottenleuebad possède un hôtel réputé pour son calme et sa vue magnifique. Autrefois, on venait y faire des cures et se soigner. Cet hôtel existe toujours avec sa belle terrasse s'ouvrant sur un paysage splendide. Ottenleuebad constitue un point de départ de nombreuses balades. Une excursion sans difficulté nous amène sur la pointe de la Pfyffe après 2 heures de marche agréable pimentée d'une montée un peu raide au départ du sentier. Le parcours est jalonné de places de pique-nique et une buvette de montagne offre un lieu de repos aux randonneurs. De la Pfyffe, l'on jouit d'une vue imprenable sur le plateau fribourgeois et bernois, sur les 3 lacs et sur les sommets du parc naturel du Gantrisch. En hiver la région est fréquentée par les adeptes de ski de fond et de randonnées à raquettes.

Ma seconde balade se déroule un peu plus loin, à 85 km de Fribourg, dans l'Entlebuch. Pour y arriver, on prend la direction de Berne puis de Thoun et enfin de Langnau où l'on peut faire une première pause à l'usine Kambly. C'est l'occasion de prendre un café ou une autre boisson et surtout de goûter toutes les variétés de biscuits fabriqués par la maison. Le risque d'indigestion est bien réel !



Après cette pause facultative, l'on se dirige vers le village de Marbach qui fait partie de la biosphère de l'Entlebuch, classée à l'UNESCO pour rejoindre le départ de la télécabine qui nous emmène à Marbachegg. Du sommet des installations, nous profitons d'un panorama magnifique, s'ouvrant à 360° sur les pâturages et les montagnes bernoises. Un restaurant et une confortable terrasse nous attendent où nous prenons le temps de flâner. Marbachegg offre des activités pour petits et grands, de nombreux itinéraires de randonnée pour rejoindre la plaine ou pour effectuer une petite balade sur les hauteurs et, pour les plus téméraires, la possibilité de dévaler la pente en kart, ce que je n'ai pas essayé...



J'espère vous avoir apporté un peu de fraîcheur, avoir peut-être ravivé quelques souvenirs chez certains ou du moins vous avoir offert un dépaysement imaginaire.

Brigitte Berger

## **La réserve naturelle de Guin**

La réserve naturelle de Dündingermoos est située sur la commune de Guin. Proche de chez moi, elle offre une promenade d'environ une heure qui me plaît beaucoup car, en toute saison, elle révèle des richesses naturelles variées et étonnantes.

Au printemps, avec un peu de chance, je peux y rencontrer quelques chevreuils, un renardeau ou un blaireau. Les herbes et les iris jaunes commencent à pousser ainsi qu'une soixantaine d'autres essences végétales. Sur le sentier qui me conduit vers l'étang, les roseaux sont agités par les rousserolles qui préparent leur nid. Ces oiseaux qui vivent dans les marais sont particulièrement nombreux dans cette



réserve. Au bord du chemin, j'entends coasser les grenouilles et il me faut bien quelques minutes avant de pouvoir les découvrir dissimulées parmi les roseaux. Au bout du sentier, sur l'étang, une foulque nage, entourée de ses petits. Je peux aussi observer quelques poissons qui sautent pour attraper un insecte à la surface de l'eau, des canards qui se disputent et un cygne qui nage majestueusement. Pendant l'été, l'étang se couvre de nymphéas qui me rappellent le fameux tableau de Monet. A l'automne, les couleurs sont magnifiques et l'odeur des champignons parfume la réserve. Bientôt, les chevreuils vont revenir... Une belle année s'est écoulée dans la réserve !

Muriel Maridor

## **Avec plaisir !**

Oui, je l'avoue c'est une expression que j'utilise souvent ! Et d'ailleurs, c'est avec plaisir, que je vais vous raconter dans quelles circonstances j'ai commencé à dire « avec plaisir »...

Lorsqu'un résidant que j'avais aidé ou auquel j'avais rendu un service me remerciait, j'avais l'habitude de répondre « mais de rien ! ». Un jour, alors que je répondais ainsi à Mme Bongard qui me disait « merci », elle me fit la remarque suivante: « Mizou, vous savez, c'est mieux de dire « avec plaisir » que « de rien »; « avec plaisir » est bien plus agréable à entendre ! J'ai trouvé qu'elle avait entièrement raison et c'est pourquoi, depuis lors, mes « de rien ! » sont devenus des « avec plaisir ! ». Il m'a certes fallu un certain temps pour modifier mon habitude mais, désormais, je suis inséparable de « avec plaisir ! ». La prochaine fois que vous m'entendrez vous répondre ainsi, ayez une pensée pour Mme Bongard à qui je dois cette expression !

Mizou



## **A propos du Brunch à la Résidence...**

Il y a déjà longtemps que nous voulions vous féliciter et vous remercier.

Depuis que maman est résidente, nous n'avons jamais raté ce que nous appellerions « une fête pour nos papilles gourmandes ».

Bravo et merci à la brigade de cuisine qui, par ses choix et son savoir-faire, régale nos yeux et notre estomac !

Bravo et merci à l'équipe de l'animation dont le sens de l'organisation, les sourires, la bonne humeur et la gentillesse font que nous nous sentions si bien parmi vous !

Bravo et merci au personnel de l'auberge grâce auquel nous avons étanché notre soif sans devoir attendre et qui nous a servi avec beaucoup d'humour !

Merci au Directeur Monsieur Buchs et à ses collaborateurs !

Merci enfin à tous ceux que nous aurions oubliés !

Maman se sent bien chez vous et nous nous réjouissons déjà de participer l'année prochaine à votre fabuleux repas.

**BRAVO ET MERCI !**



La Famille Grand

# Les lauriers du cœur

Comme à chaque édition de notre journal, nous décernons les « lauriers du cœur » aux personnes qui, souvent sans qu'on les remarque, ont contribué au bien-être de ceux qui vivent et travaillent dans notre maison :

- Christina et Fatima, pour l'excellent dîner portugais qu'elles nous ont concocté avec amour.
- Les chanteurs de « La Chanson du Moulin » de Neyruz qui nous ont offert un très agréable concert dirigé par Philippe Savoy. Nos remerciements s'adressent également à Madame Georgette Savoy, maman du directeur de la chorale.
- Les membres du personnel qui ont accompagné nos résidants en vacances à Annecy. Leur disponibilité et leur bonne humeur ont illuminé ce séjour en France.
- Les personnes qui nous ont généreusement offert leur aide pour la mise en scène des photos de notre calendrier 2016 : Mme Patricia Barrili (photo de février), M. Gilles Schorderet (photo de novembre), Dominique (photo de janvier), « Baeri costumes » de Belfaux, sans oublier « Le port », en Basse-Ville (photo de juin).
- Les résidants qui nous ont prêté leur image et qui ont accepté de jouer le jeu des mises en scènes pour animer notre calendrier 2016.

MERCI À VOUS TOUS !



# Souvenir d'antan

## **...la cueillette de champignons**

M. Dällenbach : Je me souviens de la première fois que j'ai trouvé un champignon: c'est en trébuchant sur des buissons de myrtilles que je me suis trouvé nez à nez avec des bolets !

Mme Python : C'est avec mon papa que j'ai appris à cueillir les champignons. Je reconnais la russule, le bolet et la morille. Je me souviens d'avoir une fois été seule récolter des champignons dans les forêts de Sorens. J'étais fière car mon panier était plein. Je suis allée au village, chez le contrôleur. Hélas, un champignon vénéneux se trouvait au milieu de ma récolte et j'ai dû jeter tout le panier. Quel drame !

M. Longchamp : Je me rappelle avoir une fois parcouru la forêt durant 5 heures, à la recherche de champignons, pour, finalement, n'en trouver qu'un seul qui n'était même pas beau !

## **...la désalpe**

Mme Python : Enfant, alors que j'assistais à la désalpe à Sorens, une vache s'est soudainement dirigée tout droit sur moi. J'ai eu tellement peur que je me suis jetée dans la bassine d'eau destinée aux vaches. Tout le monde a bien ri !

## **...les vendanges :**

M. Waeber : Les vendanges... Ah ! Que de bons souvenirs ! Le vin c'est important ! A l'âge de 20 ans, j'allais en Valais faire les vendanges. Les femmes récoltaient les raisins et les hommes s'occupaient du transport des fruits. C'était un long et pénible boulot. L'ambiance était très sympathique ! Après l'effort venait le temps de la détente et de la fête réunissant tous les vendangeurs. On nous offrait un vaste buffet comprenant, entre autres, des beignets, des bricelets et, bien sûr, les pichets de vin de la récolte précédente. Ce beau moment festif était agrémenté de musique : Ah ! Ce que j'ai pu danser !



# ARC-EN-CIEL

## Bienvenue aux nouveaux résidents

### Madame Georgette Dumas



Madame Georgette Dumas est entrée le 7 juillet 2015 à la Résidence des Chênes. Elle occupe provisoirement la chambre d'hôte de l'espace Montagne.

Madame Dumas est née à Fribourg, dans une famille comptant 14 enfants. Elle a effectué sa scolarité à l'école du Bourg puis de Gambach avant de partir travailler à Zurich, à Berne et à Paris. De retour à Fribourg, elle se marie et deviendra mère de 5 enfants. Domiciliée à Villars-sur-Glâne, elle travaille dans l'entreprise paternelle « Radio Bongard ». Elle conseille les clients désirant acquérir un poste de télévision ou un récepteur radio et se rend également dans les restaurants de la région pour renouveler les collections de « 45 tours » des jukebox alors à la mode.

Par la suite, Madame Dumas s'installa en qualité de coiffeuse dans le quartier du Schoenberg avant de déménager à Lausanne où elle travailla dans le magasin de chaussures Bailly.

Madame Dumas a sillonné la Suisse au cours de nombreux voyages. Elle aime particulièrement la montagne où elle pratiqua le ski en hiver et la randonnée en été.

Madame Dumas est l'heureuse aïeule de nombreux petits-enfants et arrière-petits-enfants. Elle est aussi la maman de notre collègue Dominique Chenaux.

Nous souhaitons à Madame Dumas de passer de très belles années parmi nous.

Muriel Maridor

## **Monsieur Thierry Longchamp**

Monsieur Thierry Longchamp est arrivé chez nous, à l'Espace Prairie, le 20 mai 2015. Originaire d'Echallens, dans le canton de Vaud, Monsieur Longchamp a passé son enfance à Fribourg. Il y a effectué son apprentissage de dessinateur en génie civil et béton armé. C'est aussi à Fribourg que Monsieur Longchamp a rencontré son épouse avant de partir pour Neuchâtel où sont nées ses deux filles.



Les jeux de cartes, les mots croisés, la littérature, sans oublier la pêche font partie de ses hobbies. D'un caractère franc, Monsieur Longchamp dit ouvertement ce qu'il pense et il n'hésite pas à faire des compliments. Si vous entendez « t'as vu la classe ! », sachez que Monsieur Longchamp se trouve dans les parages.

Nous souhaitons à Monsieur Longchamp une cordiale bienvenue à la Résidence des Chênes.

Yolande Kenfack

## **Autoportrait de Monsieur Jean-François Dällenbach**



Né le 13 novembre 1941, je suis marié et mon épouse est d'origine française. Père de deux filles, je suis aussi grand-père de 4 petits-enfants, dont un garçon. Domicilié pendant près de 40 ans à Fribourg, j'ai travaillé à Lausanne et à Berne. J'aime la lecture et je suis passionné de musique. D'ailleurs, j'ai recommencé récemment à jouer du piano. C'est avec plaisir que je reprends les pièces de mon enfance, surtout celles de Mozart.

J'apprécie aussi vivement l'œuvre de Brassens.

Dans le domaine de la peinture, j'aime les tableaux de Turner et, en ce qui concerne le cinéma, les films de Chabrol. Je suis également amateur de dessins animés. Enfin, j'aime l'Italie pour sa richesse culturelle.

Tout ce qui ne me fait pas rire me préoccupe beaucoup.

Je suis content d'avoir du temps pour m'enrichir sur le plan culturel et musical.

Jean-François Dällenbach

## Monsieur Simon Waeber



Monsieur Simon Waeber est arrivé à la Résidence des Chênes le 13 mai dernier.

Né le 21 décembre 1927 à la Place du Petit-St-Jean à Fribourg, il est le benjamin d'une famille de 7 enfants, 4 filles et 3 garçons.

Monsieur Waeber fut l'un des premiers élèves à fréquenter l'école primaire des Neigles où il passa 6 ans avant d'effectuer sa scolarité secondaire. Il a ensuite eu le privilège de bénéficier de plusieurs formations professionnelles : tout d'abord celle de mécanicien sur voiture puis celle de soudeur.

Monsieur Waeber travailla durant de nombreuses années dans une entreprise d'emballages métalliques fabriquant notamment des boîtes de conserves en fer blanc pour diverses marques telles que Nestlé et Stalden. Il fut ensuite employé de la maison Chocolat Villars durant 46 ans. On fit appel à son expérience et à ses compétences pour lui confier de nombreuses tâches telles que l'entretien et le réglage des machines. Il exerça également les fonctions de magasinier et d'outilleur. Il a aussi travaillé le weekend et la nuit comme chauffeur durant une dizaine d'année.

A l'occasion d'une restructuration de l'entreprise, Monsieur Waeber a eu la possibilité de prendre une retraite anticipée à l'âge de 58 ans. Il consacra alors son temps à s'occuper de sa maman âgée et de son frère handicapé à la suite d'un accident.

Monsieur Waeber a visité toute la Suisse en parcourant des milliers de kilomètres sur son vélo. Les plus hauts cols des Alpes ne lui faisaient pas peur et il a maintes fois pédalé jusqu'à Genève où habitaient ses sœurs. Ancien cycliste militaire, il était membre d'un vélo club.

Après avoir vécu longtemps en Basse-Ville, Monsieur Waeber quitta ce quartier pour venir s'établir au Schoenberg, à l'impasse de la Forêt, dans les premiers immeubles construits dans cette rue.

Toujours actif, Monsieur Waeber s'intéressait à tout. C'est ainsi qu'il suivit des cours d'apiculture à Grangeneuve, posséda quelques ruchers situés près de la porte de Berne tout s'occupant de son élevage de lapins.

Que de beaux souvenirs lui laissent cette vie bien remplie !

Nous souhaitons à Monsieur Waeber une cordiale bienvenue dans la grande famille de la Résidence des Chênes et de belles années heureuses chez nous.

Nadia Maillard

### **Madame et Monsieur Béatrice et Paul Jubin**

Madame et Monsieur Béatrice et Paul Jubin sont nés dans le canton du Jura, région à laquelle ils sont restés très attachés. Durant plusieurs années, Madame Jubin a exercé la profession de nurse et Monsieur Jubin celle d'instituteur. Ils sont les heureux parents d'une fille, Marie. Alors que leur fille était âgée de quelques mois, ils sont partis pour trois ans à l'île de la Réunion. Le voyage s'est effectué en bateau et leur fille a fêté son premier anniversaire en traversant la Mer Rouge.

A Cilaos, village de la Réunion, Monsieur Jubin a travaillé en qualité d'enseignant dans un séminaire où il a transmis sa passion pour les mathématiques à ses élèves. C'est ainsi que, durant plusieurs années, il reçut une bouteille de rhum par an de la part de l'un de ses anciens élèves particulièrement reconnaissant.



Madame Jubin, quant à elle, s'est occupée de sa fille, a noué de nombreux contacts avec ses voisines et elle a œuvré dans le domaine social, notamment le contrôle des naissances.

De retour en Suisse, le couple Jubin s'établit à Fribourg. Monsieur Jubin travaille pour l'organisme « Frères sans Frontières » qui envoie dans les pays en voie de développement des volontaires transmettant



leur savoir aux autochtones. Madame Jubin s'engage à la Résidence des Chênes où elle assumera des veilles durant vingt-trois ans.

En 1980, Monsieur Jubin quitte Fribourg pour Lucerne où il occupe le poste de responsable des projets de développement de l'Action de Carême. Chaque semaine, il revient à Fribourg pour retrouver sa famille.

A sa retraite, Monsieur Jubin reste très actif. Il s'occupe, entre autres, du Festival du Film de Fribourg. La danse et le cinéma ont toujours été et restent ses passions.

Il y a deux ans, Monsieur Jubin, invité par un enseignant pour parler de son parcours de vie à ses élèves clôt son témoignage en déclarant, sous les applaudissements enthousiastes des adolescents : « je viens de fêter mes 50 ans de mariage, toujours avec la même ! »

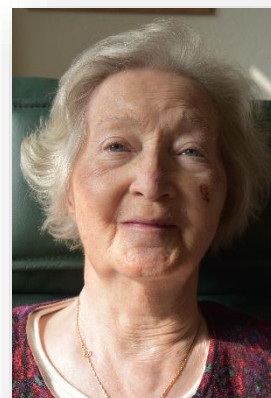
La Résidence souhaite une cordiale bienvenue à ce jeune couple et elle leur dit : « Bravo » !

Marie Noukakis, fille de Mme et M. Jubin

### **Madame Gilberte Macherel**

Madame Gilberte Macherel est née le 13 juin 1933 à Estavannens, dans le district de la Gruyère. Son père était employé de la commune dans le secteur des forêts et des routes. Madame Macherel avait 4 frères et 2 sœurs.

Après avoir achevé sa scolarité, Madame Macherel a suivi les cours d'école ménagère en Suisse alémanique. Elle a perfectionné ses connaissances linguistiques pendant 2 ans, d'abord à Klosters dans les Grisons puis à Sachseln dans le canton d'Obwald. De retour à Fribourg, elle a suivi une formation commerciale à l'Ecole Bénédict. Son diplôme en poche, elle a été engagée par les EEF à Fribourg. Elle travaillera durant 5 ans dans cette entreprise avant de se marier. Elle a eu la douleur de perdre son mari l'année passée, après 56 ans de mariage.



Durant de nombreuses années, Madame Macherel s'est occupée avec dévouement d'enfants dont les parents avaient besoin d'aide ou étaient en instance de divorce. Elle les accueillait chez elle, leur préparait un repas, faisait leur lessive et les accompagnait à l'école.

Madame Macherel a beaucoup aimé voyager pour découvrir les nombreuses et intéressantes facettes de la Suisse. Elle apprécie la lecture et savoure la tranquillité. Souriante, Madame Macherel est une résidente très discrète et de bonne compagnie.

Nous souhaitons à Madame Macherel de se plaire à la Résidence des Chênes et d'y passer de beaux moments.

Yolande Kenfack

## ainsi qu'aux collaborateurs

### Johanna Michel

Voici bientôt 2 mois que je suis à la Résidence des Chênes ; il est donc temps de me présenter ! Je m'appelle Johanna Michel et je vais avoir 20 ans en septembre. Je suis suisse mais aussi un peu française car ma maman qui vit en Suisse depuis presque 35 ans est originaire de la France. Benjamine d'une famille de 3 enfants, j'ai un grand frère et une grande sœur.



Durant mes loisirs, j'aime passer du temps avec ma famille et mes amis. Passionnée de sport tant pour le pratiquer que pour le regarder, je suis une fervente supportrice de Gottéron (on attend toujours le titre ...). Etant plus jeune, j'ai pratiqué de la danse classique et contemporaine. Par la suite, j'ai fait de la gymnastique aux agrès pendant 12 ans. Actuellement, j'aime nager, courir, marcher et danser. Je suis aussi monitrice d'un groupe de Gymdanse à Courtepin. J'aime transmettre ma passion et voir les gymnastes s'épanouir.

Ma mère et ma cousine sont infirmières et ma sœur va bientôt achever ses études de médecine pour devenir médecin généraliste. Depuis toute petite, j'ai entendu parler de médecine et du monde de la santé et j'ai également eu l'occasion d'accompagner ma mère sur

son lieu de travail. Je suis vraiment intéressée par tout ce qui touche à la santé et j'ai toujours su que je voulais travailler dans ce domaine. J'ai donc effectué des études dans le domaine de la santé. Actuellement, j'ai terminé la maturité spécialisée « santé » et celle-ci me permet d'accéder à la HES pour devenir infirmière. Comme, cette année, cette école manque de place pour accueillir tous les élèves inscrits, j'effectue une année ici à plein temps. A partir de mon entrée à la HES en septembre 2016, je continuerai à venir travailler à la Résidence durant les week-ends et les vacances.

J'ai déjà effectué plusieurs stages dans le domaine de la santé et le métier d'infirmière me passionne. J'ai donc trouvé ma voie professionnelle !

Travailler à la Résidence des Chênes promet d'être une expérience très enrichissante. J'aime apporter de l'aide aux autres, être à leur écoute et je suis curieuse d'apprendre. J'apprécie de pouvoir vivre cette expérience avec vous et je me réjouis de faire votre connaissance !

Johanna

### **Rachel Vonlanthen**



Je m'appelle Rachel Vonlanthen, j'ai 24 ans et je viens de Corminboeuf, village dans lequel mes parents vivent avec ma petite sœur. Actuellement, je me suis installée à Belfaux avec mon ami.

Après ma scolarité obligatoire, j'ai effectué un apprentissage d'aide familiale. Je suis ensuite partie dix mois à Berlin, comme fille au pair, afin de perfectionner mon allemand. Là-bas, j'ai eu la chance de m'occuper de trois enfants, âgés de 1 mois à 8 ans.

A mon retour, j'ai trouvé une place de travail dans les Soins à Domicile du district du Haut-Lac et du Vully, à Courtaman. Je garde un très bon souvenir de mes trois ans passés dans le domaine des soins. En effet, j'y ai acquis une expérience qui me servira sans doute pour la suite de ma vie professionnelle et privée.

Ayant ressenti un attrait particulier pour l'accompagnement, j'ai finalement décidé de me réorienter vers cette voie. C'est donc ici, à la Résidence des Chênes, que j'ai l'opportunité d'effectuer la

formation raccourcie d'assistance socio-éducative, d'une durée de deux ans. Ainsi, je me réjouis déjà à la perspective d'apprendre de nouvelles choses dans ce cadre chaleureux.

A côté de mon travail, je pratique régulièrement du sport, ce qui me permet de me ressourcer. Je suis également passionnée par les thérapies naturelles, telles que les huiles essentielles et les fleurs de Bach.

Pour conclure, je me décrirais, comme étant une personne ouverte, patiente et motivée.

Rachel

### **Thierry Schinder**

Lorsque la responsable de l'information professionnelle de mon école m'a annoncé, il y a 3 mois, que j'irais en stage dans un EMS et non pas dans un hôpital, j'ai été surpris et un peu réticent.

A cette petite déception s'est ajoutée la perspective d'un allongement important de la durée de mon trajet quotidien à la suite des travaux effectués sur la ligne ferroviaire Morat-Fribourg. Cette situation ne m'encourageait pas vraiment à entreprendre ce stage...

Le jour du début de mon stage, dans le train, je réfléchissais et ne savais pas trop à quoi m'attendre. Je n'avais jamais fait de stage en milieu hospitalier ni dans un home pour personnes âgées et je ne vous connaissais pas encore...

Après avoir été présenté à vous toutes et à vous tous ainsi qu'au personnel soignant, je dois bien vous avouer que j'étais un peu inquiet et stressé par ces nombreuses rencontres et ce nouvel environnement. Tout s'était passé en si peu de temps !

Mais, au fil des jours, je me suis fait une place et j'ai découvert un travail varié et intéressant au sein d'une équipe chaleureuse. Enfin et surtout, j'ai appris à vous connaître, vous les Résidentes et vous les Résidents, toujours souriants et géniaux, même durant les semaines de canicule !



Vous avez pu m'observer alors que je vous apportais des boissons, que je servais vos repas, que je vous raccompagnais dans vos chambres et que je vous aidais au quotidien. J'espère que vous avez été contents de mon travail. Ces quatre semaines passées avec vous tous constituent pour moi une riche expérience professionnelle et humaine et j'en garderai d'excellents souvenirs.

Je vous souhaite un bel automne et je vous remercie tous, Résidants et membres du personnel de la gentillesse que vous m'avez témoignée.

Thierry

## Ils nous ont quittés

### Monsieur Moritz Brülhart



Monsieur Moritz Brülhart, vous l'avez sûrement croisé à l'auberge !

Arrivé à la Résidence le 16 octobre 2013, étant de langue maternelle suisse alémanique, il eut un peu de peine à s'intégrer parmi nous francophones !

Quitter son domicile pour entrer dans un EMS est une étape souvent difficile à vivre et c'est encore plus vrai lorsqu'il faut s'adapter à un environnement dans lequel la majorité des personnes ne s'exprime pas dans la langue maternelle du nouvel arrivé. C'est pour cette raison que Monsieur Brülhart a souhaité rejoindre le home Saint-Martin de Tavel en terre germanophone, où il peut retrouver d'anciens amis et des connaissances. Nous avons très bien compris le désir de Monsieur Brülhart et nous garderons un excellent souvenir de sa forte personnalité que nous avons su apprivoiser...

Nous lui souhaitons de belles et heureuses années dans sa nouvelle demeure !

Nadia Maillard



## **Madame Augusta Gogniat**



Entrée à l'Espace Montagne de la Résidence des Chênes il y a 15 mois, Madame Augusta Gogniat nous a quittés subitement le 24 juin dernier. Très discrète, d'une élégance raffinée, Madame Gogniat a été très active jusqu'à la fin de sa vie. Elle appréciait les voyages, les promenades, la lecture et participait avec intérêt aux animations organisées à la Résidence. Elle prêtait une oreille bienveillante aux personnes qui l'entouraient, ne se plaignait jamais et n'émettait aucune critique. Elle était heureuse d'avoir eu une belle vie au sein d'une grande famille pendant son enfance puis avec son mari. Madame Gogniat était attentive et affectueuse à l'égard de chaque membre de sa famille et particulièrement à l'égard de son fils qui occupait une place privilégiée dans son cœur. Courageuse et généreuse elle pensait toujours aux autres.

Madame Gogniat nous a donné une belle leçon de vie par sa capacité de souligner le côté positif des personnes et des événements. La présence à l'étage de cette résidante si attachante nous manque beaucoup.

Muriel Maridor

## **Madame Elisabeth Devaud**

C'est en compagnie de son mari que Madame Elisabeth Devaud était entrée à la Résidence des Chênes il y a cinq ans. En 2011, Madame Devaud eut le grand chagrin de perdre son époux. Madame Devaud nous accueillait toujours avec gentillesse et son sourire affectueux illuminait l'Espace Prairie où elle résidait. Elle aimait beaucoup la musique et appréciait les promenades. Elle parlait avec émotion des beautés de la nature et évoquait



souvent les paysages alpestres qui l'avaient ravie au cours des vacances passées à Leissigen avec les résidants de notre maison.

Madame Devaud a constamment été chaleureusement entourée par ses cinq enfants dont les visites la réjouissaient. Elle s'est endormie très paisiblement le 4 juin dernier.

Nous gardons le sourire de Madame Devaud dans notre cœur.

Carmen Gomez

### **Madame Ruth Buess**



Madame Ruth Buess nous a quittés le vendredi 7 août dernier. Elle était dans sa 91ème année, après 12 années passées parmi nous.

Durant son séjour à la Résidence Madame Buess s'est découvert un indiscutable talent pour le dessin et la peinture et nous étions souvent surpris par la beauté de ses œuvres. Avec un vif intérêt, elle a régulièrement participé à nos sorties ayant pour buts des visites d'expositions.

Madame Buess avait une personnalité bien affirmée et elle ne craignait pas le regard des autres.

L'année dernière, à l'occasion de son nonantième anniversaire, Madame Buess a eu le bonheur de partir en vacances à Majorque avec sa fille et elle est revenue ravie de son séjour.

La silhouette de Madame Buess, cigarette à la bouche, faisait partie intégrante de notre Espace Forêt et nous gardons un beau souvenir des moments chaleureux passés en sa compagnie.

Nadia Maillard

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

Corina Buhl, Etudiante HES, aide-soignante à la Prairie

Fanny Joye, Etudiante HES, aide-soignante à la Montagne

Johanna Michel, Aide Infirmière à la Montagne

Rachel Vonlanthen, Apprentie ASE à l'Animation

Nicolas Wampach, Apprenti ASSC à la Prairie

Ezgi Taner, Apprentie ASA, à la Prairie

Antoine Krattinger, Animateur

Glenn Buchs, Apprentie cuisinier

Ludivine Peiry, Infirmière HES à la Montagne

Costa Vania, ASA, Equipe Morphea

Biljana Miteva, Aide Infirmière à la Prairie



## ***Bon vent à :***

Valmir Mehmetaj

Anne-Marie Humbert

Vincent Ballif

Yannick Gremaud

Rachel Morandi

Paola Vassalli

Alice Masozera



## **Félicitations à :**

### **Naissances :**

Satkunarasa Sathasivam et son épouse,  
pour la naissance du petit Levin, le 2 juin 2015

Marie Schmiedhäusler et son époux,  
pour la naissance du petit Jan, le 8 juillet 2015

Anita Pesenti et son compagnon,  
pour la naissance du petit Gabriel, le 24 août 2015



### **Formations :**

- ✂ Negür Karabulut, Aux. Santé CRS
- ✂ Suzana Sekulic, AFP ASA
- ✂ Sandrine Beaud, CFC ASSC
- ✂ Köse Özlem, CFC ASSC
- ✂ Alice Masozera, CFC ASSC
- ✂ Marisa Nascimento, CFC ASSC
- ✂ Elodie Crausaz, CFC ASE
- ✂ Yolande Kenfack, Bachelor en soins infirmiers
- ✂ Andréa Pizzorno, Bachelor en soins infirmiers
- ✂ Valmir Mehmetaj, Bachelor en soins infirmiers
- ✂ Isabelle Duchier, CAS psychogériatrie





# Gestion de la santé en entreprise (GSE)

## Action fruit du mois juin 2015

Bien-être, santé, convivialité...

Depuis ce printemps, une fois par mois, nos apprentis et civilistes ont le plaisir de distribuer un fruit à chaque collaborateur. Ainsi, pommes, fraises, cerises, abricots et raisins se sont succédé afin de promouvoir la santé de nos équipes !



---

## Soirée espagnole pour le personnel du 13 juillet 2015





# CLIN D'ŒIL

## Qu'avez-vous pensé...

### ...de la sortie « pêche » :

M. Simon Waeber: Je suis très content d'être allé à la pêche. Au moment du départ, je fus chargé de tenir une belle canne à pêche qui appartenait à M. Longchamp. Le trajet jusqu'à Neiruvue, en Gruyère fut assez long. Une fois sur place, nous nous sommes installés au bord de l'eau et avons commencé à pêcher dans un étang où abondaient les truites. En lançant ma première ligne, j'ai promis au groupe que je pourrais sortir au moins dix poissons en dix minutes. Malheureusement, le temps nous étant compté, je ne suis pas parvenu à obtenir ce résultat mais j'ai quand même réussi à faire quelques belles prises. Après ce moment de plaisir, nous sommes allés au restaurant « Le Pic Vert » à Grandvillars. Le chef m'a informé qu'on pouvait y apporter les poissons pêchés et qu'on nous les préparait pour le repas. Il m'a également dit qu'on avait pêché suffisamment de poissons pour nous mais qu'il n'y en aurait pas assez pour l'ensemble des résidents. Quel dommage qu'ils ne soient pas tous venus !



M. Longchamp: La pêche m'a toujours intéressé. Depuis tout petit, j'allais pêcher avec mon grand-père et c'est lui qui m'a tout appris. Cette fois-ci je n'ai pas été pour la pêche en soi mais je me suis amusé à aider les autres à accrocher les vers de terre aux hameçons et à décrocher les poissons pêchés. C'était drôle de voir la mine dégoûtée de certains animateurs au moment d'effectuer ces manœuvres alors que moi, j'y étais habitué. Cette sortie m'a fait grand plaisir et je suis heureux d'y avoir participé.

### **...du pique-nique à Gumefens:**

Mme Gremaud: Quelle belle journée: un endroit magnifique, un paysage splendide et une tranquillité bienfaisante ! Cette sortie m'a changé les idées. Merci à l'équipe d'animation pour sa bonne humeur et ses blagues ! La nourriture était excellente, la viande bien grillée. Quel dommage qu'à la fin de l'après-midi, le ciel menaçant nous ait chassés !

M. Philipona: J'ai bien profité du soleil. Le pique-nique était très bon. De plus, ce fut très sympathique de prendre le repas avec les résidents du Home de l'Intyamou. Que j'étais bien, allongé sous un arbre ! J'y retournerais volontiers !



### **...du goûter à Plan-Francey:**

Mizou: Ce fut une magnifique sortie couronnée par une vue superbe mais qui se mérite ! Bravo à tous pour la montée à pied! Rappelez-vous du chat et de son maître assis à une table proche de nous. Il nous racontait combien son chat aimait la montagne et affirmait que c'était le chat qui dirigeait leurs balades. Nous étions émerveillés par ce récit mais notre émerveillement prit fin lorsque, depuis le funiculaire, nous aperçûmes le monsieur tirant son chat épuisé par la chaleur et refusant de bouger. Pauvre chat !

Mme Simonet: Le soleil nous a accompagnés durant toute la sortie. Je suis fière d'être montée si haut par mes propres moyens : en effet, pour arriver au restaurant de Plan-Francey, il fallut déjouer les pièges tendus à nos chevilles par les cailloux tout au long du chemin. Nous avons croisé des promeneurs heureux de se trouver à 1500m d'altitude. Nous avons rencontré des familles avec enfants et chiens et même un chat qui accompagnait son maître. Nous avons apprécié et admiré la diversité et la beauté des lieux. Au goûter, chacun a pu déguster, selon son envie, des glaces ou des boissons. Le funiculaire nous attendait pour redescendre, vers le plat pays. Moléson-Village, lieu quasiment désert il y a quelques années, s'est transformé en véritable village touristique.

Mme Dumas: Génial : voir le Moléson de si près fut une expérience inoubliable ! Les parcours en funiculaire nous ont réservé des moments impressionnants. Merci pour cette jolie sortie !

### **...de la sortie au Marché folklorique de Bulle**

Mme Catillaz: Je n'ai pas reconnu la ville de Bulle, tellement les nouveaux édifices s'y sont multipliés mais il faut dire qu'il y a longtemps que je n'y étais pas retournée. Autrefois, j'allais souvent au marché folklorique! Nous avons croisé beaucoup de monde et j'ai apprécié d'avoir une chaise roulante à ma disposition. Merci à Mizou qui nous a fait déguster une excellente tomme de chèvre !





Mme Waeber: Je n'étais pas retournée à cette manifestation depuis 2002. Le marché a changé. Il y a beaucoup de monde et, par conséquent, beaucoup de bruit. J'ai apprécié le concert de flûte de pan très mélodieux. Le repas que nous avons pris tous ensemble sur la terrasse de la Résidence dans une ambiance conviviale m'a beaucoup plu.

### **...de la promenade en bateau sur le lac de la Gruyère**

Mme Python: Après quelques appréhensions au départ, j'ai eu beaucoup de plaisir! C'était la première fois que j'allais en bateau sur le lac de la Gruyère. Notre guide nous a raconté les légendes et l'histoire de la cité d'Ogoz. Ce fut très intéressant.

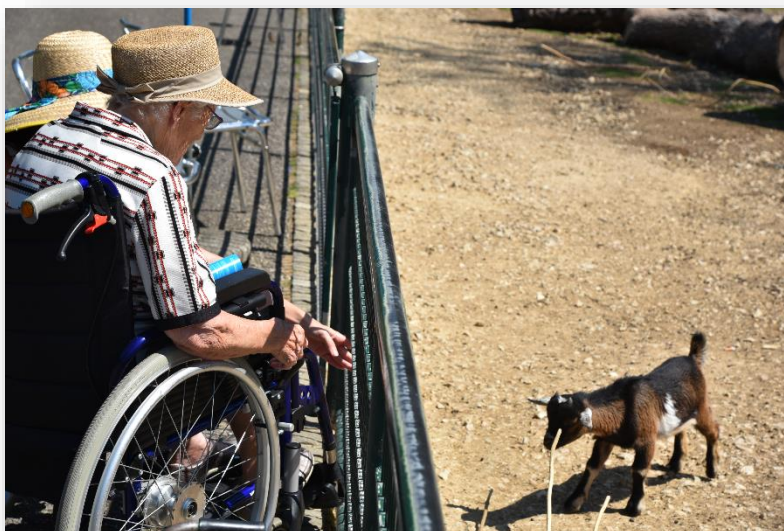
M. Peiry: J'ai bien aimé cette sortie. J'ai pu revoir le lac de la Gruyère et l'admirer sous un angle nouveau. Ce fut aussi une sortie culturellement très instructive.

M. Hayoz : Dire que je suis allé en chaise roulante sur le lac de la Gruyère ! Lourdes mis à part, quoi de plus extraordinaire ?



### **...de la visite du zoo de Studen**

Mme Angéloz: Je connaissais ce zoo car, autrefois, j'y allais souvent avec mes enfants et il y avait encore des bêtes sauvages. Notre excursion fut magnifique, malgré une chaleur de plomb, grâce à des animateurs qui se sont bien occupés de nous. J'ai beaucoup apprécié que nous soyons partis dès le matin de sorte que nous avons beaucoup de temps à disposition et qu'il ne fut pas nécessaire de nous dépêcher.



Mme Stocker: Une journée réussie ! Les animateurs furent aux petits soins avec nous, particulièrement soucieux de nous trouver des coins ombragés pour nous reposer.

### **...de la visite du haras d'Avenches**

Mme Wider: J'aime beaucoup les chevaux, même s'ils me font un peu peur. Nous avons assisté aux démonstrations de chevaux magnifiques et très bien entraînés. Quel travail en coulisse exige un tel spectacle ! J'ai tout spécialement admiré les petits poneys.

M. Lehmann: Le spectacle, m'a beaucoup impressionné. Que de jolies calèches ! J'ai apprécié la démonstration des petits chevaux. Nous avons eu la chance de pouvoir nous installer sous l'avant-toit d'une grange, bien abrités du soleil, et nous avons eu droit à de très confortables chaises pour prendre place aux premières loges.



### **...du 1er Août à la Résidence**

Mme Gremaud: Quelle bonne idée que d'organiser un brunch pour la fête nationale! Pour moi, c'était quelque chose de nouveau car le 1er août se résumait jusqu'ici aux discours et aux feux d'artifices ! J'ai beaucoup regretté que cette année, la canicule et la sécheresse aient entraîné une interdiction générale d'allumer des feux en plein air.



### **...de notre brunch des familles**

Mme E. Morel: Ma famille et moi avons été très contentes de cette journée. Ce fut une belle occasion de faire la connaissance de nouveaux visages. A table, nous étions avec Mme Renevey et ses invités. Le déjeuner au restaurant fut très copieux et le vaste choix de mets proposés nous a réjouis. A midi, la chaleur était telle que ma famille m'a remplacée dans la file d'attente devant le buffet pour me permettre de rester confortablement installée à ma place... merci ! J'ai beaucoup apprécié les desserts : il y en avait pour tous les goûts! Merci enfin à Mme Defferrard qui m'a prêté son éventail !

Mme Bulliard: J'ai eu du plaisir à partager ce somptueux repas avec mon fils et ma belle-fille. J'ai tout apprécié à l'exception des crevettes. La disposition des plats était magnifique, le personnel fut très aimable. Bref, ce fut une journée réussie !

## **...des vacances à Annecy**

Fernanda: Un vrai baptême ! C'était mes premières vacances avec la Résidence et je ne connaissais pas Annecy. J'ai adoré ! Annecy est une belle ville, avec son lac et ses vieux quartiers. Cette cité touristique m'a ravie. J'ai beaucoup aimé la visite guidée du Vieil Annecy ainsi que le tour en bateau qui nous a offert une vue originale et spectaculaire sur la paisible cité et ses alentours. Tous les lieux que j'ai visités m'ont enchantée. Notre maison de vacances était magnifiquement située, juste à côté du lac sur lequel nous avons une vue splendide. J'ai beaucoup apprécié le lien particulier que ce séjour m'a permis d'établir avec les résidants et les autres membres du personnel. Nous avons partagé des moments inoubliables ! Merci à vous tous pour ces souvenirs précieux !

Mme Gaillard: C'était la première fois que je partais en vacances avec la Résidence. Nous avons logé dans une magnifique demeure au bord du lac. Les propositions de sorties furent variées: repas à la montagne, découverte d'Annecy, balade sur le lac sur un splendide bateau, visite d'une fonderie de cloches. La visite de la fonderie m'a particulièrement intéressée et je fus enchantée par la beauté de la voix de la cantatrice qui nous a offert un récital, accompagnée par le tintement des cloches. Je crois n'avoir jamais entendu de voix aussi belle. Merci à tous ceux qui nous ont permis de vivre ces vacances enchantées, sans oublier notre super chauffeur !

Mmes M.T. et A.M. Weber: Ce qui nous a particulièrement plu ? –Tout d'abord, c'est la qualité de l'organisation du voyage ! Tout avait été minutieusement étudié à l'avance et rien n'avait été laissé au hasard. Nos visages toujours souriants témoignaient du plaisir que nous prenions à vivre ces journées de dépaysement et de ressourcement. La diversité des activités proposées : sortie en montagne, excursion en bateau, visite du marché artisanal, n'a laissé personne indifférent. Chaque journée nous réservait de nouvelles découvertes et la variété de ce programme a conféré un intérêt indéniable à ces vacances.

Mme Schmutz : Je résumerais ce séjour à Annecy en un seul mot : « formidable » ! J'ai participé à toutes les activités qui nous furent

proposées avec un immense plaisir. J'ai même joué à la pétanque et, même si je n'ai pas gagné, je me suis bien amusée.

Mme Defferrard: Nous avons joui sans nous lasser d'une vue splendide et avons profité d'un temps merveilleux. Chaque soir avant le souper, on nous servait « l'apéro-party Martini-champagne », accompagné de délicieux saucissons. J'ai beaucoup apprécié le tour du lac en bateau. Que c'était beau ! Un jour nous sommes allés manger à la montagne. Nous avons découvert une vue imprenable sur la totalité du lac. Nous avons aussi été très impressionnés par le ballet aérien des parapentistes au flanc de la montagne. J'ai aussi eu la joie de mieux connaître d'autres résidants, notamment Mme Schmutz avec laquelle j'ai évoqué des souvenirs de Montagny-la-Ville.

M. Dällenbach: Annecy, avait été l'une de mes premières destinations de voyage dans la région. Grâce à la Résidence, j'ai pu retrouver ce lieu et enrichir mes souvenirs. Pour la première fois, j'ai mis les pieds sur un bateau et ce fut mon premier tour du lac d'Annecy. Autrefois on gravissait les sommets à pied. Aujourd'hui, c'est plus simple : on y monte en voiture et on en redescend en parapente... Mais où diable ces parapentistes mettent-ils donc leur ventre? Le soir venu, modestes touristes et parapentistes se retrouvent « Chez ma cousine », au bord du lac, devant un menu avec l'excellence duquel seule la cuisine des Chênes pourrait rivaliser.



### **...de la visite du Musée Baud à l'Auberson :**

M. Dällenbach: Je suis très content de m'être inscrit à cette sortie. Je connaissais déjà l'endroit mais il a beaucoup changé ! Je fus enchanté de découvrir ces automates, moi qui aime tellement la musique ! C'est fascinant que l'on soit parvenu à réaliser de telles merveilles de précision avec des moyens techniques relativement rudimentaires ! Je retournerais volontiers visiter ce musée.

M. Lehmann: Quelle belle excursion ! Ce fut extrêmement intéressant d'observer le fonctionnement de ces automates merveilleux.

---

### **Passage à l'heure d'hiver**

**La nuit du samedi 24 octobre au dimanche 25 octobre,  
nous passons à l'heure d'hiver.  
Reculez vos montres de 1 heure.**





# Programme des animations

pour la période d'automne 2015

## Vendredi 25 septembre

*Soirée fromage animée par le Trio « Dani'Bern'Edi »,  
pour les résidants, le personnel et les familles des résidants et du personnel.*

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

## Jeudi 1<sup>er</sup> octobre

*Thé dansant à l'occasion de la  
Journée Internationale des Personnes âgées,  
à la salle paroissiale de St-Paul au Schoenberg*

## Samedi 10 octobre

*Défilé de mode et vente de vêtements en collaboration  
avec la boutique « Pour Toi et Moi »*

## Mercredi 14 octobre

*Sortie à la Foire de Fribourg  
(Journée du Folklore Fribourgeois)*



## Lundi 12, mardi 13 et mercredi 14 octobre

*Repas à thème : « Chasse »*

## Vendredi 23 octobre

*Animation musicale par « Styvoes »*

## Samedi 31 octobre

*Messe du Souvenir*





**Dimanche 1<sup>er</sup> novembre**

*Sortie au Cirque Knie*

**Lundi 9, mardi 10 et mercredi 11 novembre**

*Repas à thème « Fondue »*



**Vendredi 27 novembre**

*Animation musicale par M. Viana*

**Mercredi 2 décembre**

*Loto de la Saint-Nicolas*

**Vendredi 4 décembre**

*Visite de Saint Nicolas suivie du dîner « Risotto » pour nos résidants*

**Samedi 5 décembre**

*Sortie au Marché de la Saint-Nicolas à Fribourg*

**Dimanche 20 décembre**

*Messe chantée de Noël*

*avec la participation du Chœur mixte de la Paroisse Saint-Maurice*

**Mercredi 23 décembre**

*Repas de fin d'année à la Résidence*

*(pour les résidants et le personnel)*

**Jeudi 24 décembre**

*Veillée de Noël à la Résidence des Chênes*

*(pour les résidants et le personnel)*

*D'autres activités régulières seront encore organisées durant cette période.*

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

Chers Résidants,  
Chères Familles de nos Résidants,  
Chers Membres du Personnel,  
Cher Amis,



A vous qui êtes à la recherche d'un cadeau unique pour les fêtes de fin d'année, nous proposons une idée originale :

## **Le calendrier de la Résidence des Chênes 2016**

Au fil des mois, vous pourrez y découvrir des mises en scène exceptionnelles dont les résidants sont les héros.

Le tirage de nos calendriers étant limité, n'hésitez pas à vous en procurer un ou plusieurs exemplaires dès qu'il sera disponible au mois d'octobre 2015.

Notre calendrier sera en vente au service d'animation durant la semaine et à notre auberge durant le week-end.

Le service d'animation

---

### **AVIS A TOUS LES RESIDANTS**

Depuis la fin août 2015, la succursale Migros du Schoenberg est **fermée** pour cause de transformations.

La réouverture du magasin est prévue pour le mois de janvier 2016.



*Vente de vêtements*

*Défilé de mode*

*avec la boutique*



**samedi 10 octobre 2015**

**Vente de 9h30 à 17h**

**Défilé à 14h30**

**Grand choix de vêtements, sous-vêtements,  
vêtements de nuit et accessoires**

**Dames                    tailles 34 à 60**  
**Messieurs            tailles M à 4XL**

# Semaine Chasse

lundi 12, mardi 13,  
mercredi 14 octobre 2015

Feuilleté de caille  
sur lit de champignons

\*\*\*\*\*

Soupe à la courge

\*\*\*\*\*

Noix de chevreuil sauce Mirza ou

Civet de chevreuil

Spätzlis, choux rouges

Marrons glacés, poire à botzi

Pêche aux aïrelles

\*\*\*\*\*

Figues confites au vin rouge

Crème glacée à la cannelle

Civet de chevreuil CHF 27.--

Noix de chevreuil CHF 35.--



# ***Bienvenue à 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 courriel électronique : [animation@chenes.ch](mailto: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



# La Voix des Chênes



Le journal de la maison est 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.

Date : \_\_\_\_\_

# A votre service

<b>Direction</b>	M. Patrice Buchs
<b>Admin. générale</b>	M. Loïc Gigon
<b>Admin. résidents</b>	Mme Cristina Jonin
<b>Comptabilité</b>	Mme Jacqueline Schorderet
<b>Ressources humaines</b>	Mme Christine Papaux
<b>Soins</b>	M. Hervé Granger
<b>Animation</b>	M. Sead Spuzic
<b>Restauration</b>	M. Michaël Crausaz
<b>Technique, intendance</b>	M. Pascal Piller
<b>Infirmières (er) ICUS</b>	Espace Prairie, M. Christian Stutzmann Espace Forêt, Mme Türkan Cindoruk Espace Montagne, Mme Sophie Berteaux Espace Oasis, Mme Fabienne Délèze Equipe Morpheus, M. Labinot Profesori
<b>Médecins</b>	Dr Jean-Luc Barbey 026/322.86.03 Dresse Christiane Diem 026/484.86.86 Dr Benoît Gumy 026/323.27.37 Dresse Anne-Lise Tesarik 026/322.45.54 Dr Jindrich Strnad 032/323.70.70
<b>Ergothérapie</b>	Puzzle Consulting Sàrl, Bulle
<b>Aumôniers</b>	Abbé M. Dominique Rimaz Pasteure Mme Martine Lavanchy
<b>Coiffeuse</b>	Mme Séverine Deiss
<b>Podologues</b>	Mmes Virginie Ruffieux et Aurélie Schaer
<b>Site</b>	<a href="http://www.chenes.ch">www.chenes.ch</a> ou sur 

# Comité de rédaction

<b>Coordinateur en chef</b>	M. Sead Spuzic
<b>Coordinatrice-adjointe</b>	Mme Micheline Buchs
<b>Coordinatrice « Prairie »</b>	Mme Elizabeta Rouiller
<b>Coordinatrice « Forêt »</b>	Mme Nadia Maillard
<b>Coordinatrice « Montagne »</b>	Mme Muriel Maridor
<b>Coordinateur « Oasis »</b>	Mme Brigitte Berger
<b>Coordinatrice « Morphea »</b>	Mme Nergiz Atac
<b>Coordinatrice « Commission d'accompagnement »</b>	Mme Dominique Ruiz-Badanelli
<b>Mise en page</b>	M. Loïc Gigon