

# **La Voix des Chênes**

## **Eichenblatt**

**Le journal de la Résidence des Chênes**




**Décembre 2016**



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'INFIRMIÈRE-CHEFFE .....</b>	<b>5</b>
<b>MOSAÏQUE DES REPAS D'ANNIVERSAIRE DE NOS RÉSIDANTS ....</b>	<b>8</b>
<b>LE BILLET DE L'AUMÔNIER.....</b>	<b>10</b>
<b>LE MOT DE LA PASTEURE.....</b>	<b>11</b>
<b>JEUX.....</b>	<b>14</b>
<b>LE COIN DU LECTEUR .....</b>	<b>15</b>
<b>ARC-EN-CIEL .....</b>	<b>25</b>
<b>ILS NOUS ONT QUITTÉS .....</b>	<b>35</b>
<b>CLIN D'ŒIL .....</b>	<b>41</b>
<b>PROGRAMME DES ANIMATIONS .....</b>	<b>44</b>
<b>CELA NOUS INTÉRESSE ! .....</b>	<b>45</b>
<b>LA VOIX DES CHÊNES .....</b>	<b>46</b>
<b>A VOTRE SERVICE .....</b>	<b>47</b>
<b>COMITÉ DE RÉDACTION .....</b>	<b>48</b>

# **DIRECTION**

## **Diversification des activités de la Résidence des Chênes**

L'analyse de l'évolution démographique démontre que, dans quelques années, la proportion de personnes âgées de plus de 65 ans augmentera fortement par rapport à l'ensemble de la population. Le vieillissement de la population s'explique principalement par l'augmentation de l'espérance de vie d'une part et la baisse de la natalité d'autre part.

Si, en lien avec cette évolution, le canton de Fribourg maintenait la même proportion de lits médicalisés qu'aujourd'hui, le nombre de résidents en EMS pourrait presque doubler d'ici 2040-2050. En ce qui concerne les finances publiques, il est quasiment impensable de laisser une telle situation se produire car les recettes, principalement fiscales, ne permettront pas de couvrir les coûts engendrés par cette situation.

Le réseau santé de la Sarine a pris conscience de ce problème. Désormais, grâce notamment aux prestations versées par la commission des indemnités forfaitaires et à l'activité toujours plus importante du service des soins à domicile, le maintien à domicile de nos aînés est grandement favorisé.

Depuis le début des années 2010, notre Conseil d'Administration, sensible aux préoccupations des collectivités publiques, s'est penché sur cette question et a opté pour la création d'appartements protégés destinés à des personnes âgées pour lesquelles la vie à domicile est devenue impossible mais l'entrée en EMS prématurée.

Après des mois de recherche, nous avons eu l'opportunité d'acquérir, en juillet 2012, cinq appartements de deux pièces et demie. Parallèlement à cette acquisition nous avons formé un groupe de travail avec tous les chefs de secteur de la Résidence des Chênes. Nous sommes allés visiter plusieurs institutions dans différents cantons de Suisse Romande pour nous inspirer des succès et éviter les erreurs conceptuelles.

Nous avons également procédé à des interviews de responsables de projets aboutis d'une part et de personnes âgées susceptibles de vivre dans des appartements protégés d'autre part. Il en est ressorti que la sécurité constituait l'élément fondamental, suivi par l'éclairage, voire encore l'accessibilité. Nous avons confié le mandat d'architecte à Monsieur André Vonlanthen. Ce dernier nous a présenté un projet minimaliste et un projet optimal. Dans sa séance du mois de septembre 2015, le Conseil d'Administration de la Résidence des Chênes a opté pour ce dernier projet. Ainsi, la version optimale prévoit de respecter toutes les normes « handicap ».

Sur le plan des prestations que nous allons proposer, la sécurité des futurs habitants a largement été prise en considération. Ainsi, nous allons étendre notre système d'« appel-malade » jusque dans ces appartements. Lorsque, pour une urgence, un résidant sonnera, un collaborateur se déplacera pour constater la situation et prendre la décision qui s'impose. Les soins de base seront dispensés par les soins à domicile, sauf si l'on devait obtenir des lits dits « autorisés » qui nous donneraient droit à une dotation en personnel pour les soins LAMal, mais pas pour l'accompagnement.

Sur le plan des autres prestations, nous pourrions offrir la possibilité aux habitants de nos appartements de prendre leurs repas ou de venir les chercher à l'Auberge de la Résidence. Il sera également possible que le ménage ainsi que le traitement du linge soient pris en charge par nos collaborateurs.

Lorsque ce projet sera réalisé, nous aurons la possibilité d'offrir aux habitants de la Ville de Fribourg (voire du canton) une structure unique où nous serons en mesure d'accueillir, presque sous le même toit, des personnes pour lesquelles l'entrée en EMS est prématurée mais dont le maintien à domicile n'est plus possible, des personnes en gériatrie dite « classique » et des personnes dans une unité spécialisée en démence.

Sur ces réjouissantes perspectives, je vous souhaite une excellente année 2017 !

Patrice Buchs

## LE MOT DE L'INFIRMIÈRE-CHEFFE

Chères Résidentes, Chers Résidents,

L'accueil des nouveaux résidents est une des priorités de la Résidence des Chênes car une bonne préparation de l'arrivée d'un nouveau résident permet de faire face aux difficultés d'adaptation et de favoriser son intégration. Avant chaque admission, l'Infirmière-Cheffe rend visite au futur résident, si possible en présence de sa famille. Cette rencontre permet de confirmer que les critères d'admission sont remplis et de recueillir toutes les données utiles à la constitution du dossier du résident afin de lui assurer un accompagnement personnalisé. Pour que l'accueil soit rassurant, bienveillant et chaleureux, nous organisons un repas à notre auberge le jour de l'admission du résident. Y participent les membres de sa famille mais aussi le Directeur, l'Infirmière-Cheffe et un soignant de l'Espace dans lequel le résident est admis.

Le placement en EMS est souvent considéré comme un événement contraignant. Pourtant, l'entrée en établissement ne marque pas une fin ; elle doit être vécue comme une nouvelle étape de la vie. L'EMS doit représenter un « outil », un moyen d'épanouissement pour les personnes qui vont y entrer et à plus forte raison y résider, et non pas un cadre qu'on leur impose. La plupart du temps, le résident n'arrive pas en EMS de son plein gré mais à cause de l'impossibilité de subvenir à ses propres besoins à domicile. En effet, aujourd'hui, la population que nous accueillons est de plus en plus dépendante ; c'est le handicap et non l'âge qui est le motif de l'entrée en institution. Le placement en EMS constitue un moment qui déstabilise le système familial, d'une part parce que la famille doit intégrer cette nouvelle résidence pour l'un des siens et, d'autre part, parce que les interactions familiales vont être modifiées. Les membres de la famille se sentent désinvestis de leur rôle et pourraient être amenés à se culpabiliser.

Il est donc important que l'institution ne se substitue pas à la famille. La famille a une histoire, un fonctionnement et une dynamique qui lui sont propres. Elle est précieuse pour nous, professionnels, pour nous aider à bien accompagner le résident et à répondre au mieux à ses besoins.

L'intégration des proches prend aujourd'hui de plus en plus d'importance et le Service du Médecin Cantonal a d'ailleurs centré son travail sur cette question pour 2016-2017. L'intégration des proches est conçue comme l'ensemble des dispositifs mis en place par l'institution pour établir un partenariat avec eux afin d'améliorer la qualité de vie des résidants. L'enjeu est d'assurer à nos résidants une prise en charge et une qualité de vie optimales ainsi que de permettre l'amélioration de la relation résidant - proches - professionnels de soins, d'où l'importance d'une communication régulière du personnel infirmier avec le représentant thérapeutique et/ou administratif du résidant. Les proches qui assument ce rôle en acceptent donc les responsabilités ce qui implique un certain degré d'engagement et de disponibilité comme, par exemple, d'être atteignable en cas de besoin. Ils sont les interlocuteurs directs du personnel soignant et nous devons donc construire avec eux des liens de transparence et de confiance pour le bien-être du résidant. Les proches nous sont une aide précieuse pour comprendre leur parent résidant et adapter au mieux sa prise en charge.

A la Résidence des Chênes, nous mettons tout en œuvre pour que les familles se sentent incluses dans le quotidien de leur parent à la Résidence et qu'elles aient un rôle actif dans son accompagnement. A cet effet, nous procédons de la manière suivante :

Six à huit semaines après l'admission du résidant, le directeur rencontre la famille du nouveau résidant afin de s'assurer du bon déroulement de son accueil. Une rencontre est également organisée avec le responsable de l'Espace dans lequel vit le résidant pour discuter de la prise en charge médicale et faire le point sur la situation médicale du résidant. Il s'agit donc de prendre en compte la volonté du résidant et celle de ses proches ; c'est une relation tripartite. Des entretiens de familles sont aussi organisés par le personnel diplômé, au minimum une fois par année voire plus souvent selon les besoins. Sur demande, les familles peuvent participer à la visite médicale et prendre part aux décisions relatives aux soins. Nous les encourageons aussi à aider leur parent à rédiger une présentation de lui-même afin de la publier dans notre journal « la Voix des Chênes ». Nous abordons aussi le sujet des directives anticipées afin de les amener à y réfléchir et à les rédiger lorsque le résidant sera prêt. Si le résidant n'a plus ses capacités de

discernement, nous proposons à sa famille de rédiger son histoire de vie.

Les familles ont aussi la possibilité de prendre un repas à notre auberge avec leur parent quand ils le souhaitent. La Résidence des Chênes propose des repas à un prix avantageux afin de favoriser la participation des personnes extérieures et contribuer ainsi à renforcer une ambiance familiale au sein de notre institution. Les inscriptions sont facilitées grâce à notre site internet qui permet aux familles de prendre connaissance des menus proposés par l'équipe de cuisine, de consulter l'agenda du service de l'animation et aussi de voir les photos des événements passés. Durant l'année sont organisés plusieurs événements auxquels les familles peuvent participer : le brunch du mois de juillet, la soirée fromage du mois de septembre, les menus de la Bénichon, de Pâques, de la Fête des mères, de la Saint-Nicolas, de Noël, etc.

Les familles peuvent également participer aux après-midis musicaux et aux lotos mis sur pied par le service de l'animation.

Pour les résidants de l'Espace Oasis, des grillades sont organisées au bord du lac de la Gruyère et les familles des résidants sont invitées à y participer.

La Résidence encourage les familles à accompagner leur parent aux rendez-vous fixés à l'extérieur afin de vivre un moment d'échange avec leur parent mais aussi, lorsqu'une décision médicale doit être prise, de le rassurer par leur présence. Les familles ont la possibilité de louer le véhicule de l'institution auprès du secrétariat. Ce véhicule aménagé pour le transport des chaises roulantes permet aux familles de sortir le résidant même lorsque sa mobilité est réduite.

La mission traditionnelle de l'EMS a évolué et s'il reste un lieu de soins, il est devenu, avant tout, un lieu de vie. Nous désirons tout mettre en œuvre pour que la transition domicile –EMS soit optimisée et que nos résidants puissent continuer à mener une vie intéressante et heureuse. Nous comptons sur votre participation pour nous soutenir dans cette voie et nous restons ouverts à vos propositions.

J'adresse mes meilleurs vœux pour l'année 2017 à tous les résidants et à leur famille.

Sophie Berteaux

# Mosaïque des repas d'anniversaire de nos résidents





# LE BILLET DE L'AUMÔNIER

Chères Résidentes, Chers Résidents,

Savez-vous que " Noël " renvoie au latin "naissance" et, peut-être, au grec "nouveau soleil - neo helios", puisque la fête de la Nativité aurait remplacé une fête romaine qui célébrait le retour du soleil après le solstice d'hiver.

Si la date de Pâques est fixée en fonction du calendrier lunaire à cause de son enracinement dans le judaïsme, le calendrier liturgique de l'Église a situé la grande fête de Noël en fonction du soleil. Dans notre hémisphère, les jours s'allongent à nouveau depuis le solstice d'hiver et la coïncidence de la période de Noël avec cette réalité astronomique illustre que Jésus est la Lumière du monde.

Le Sauveur du monde est né durant la nuit. Nul n'est besoin de nous rappeler que notre monde et notre vie se déroulent souvent dans l'obscurité. De plus, nous avons tous souvent l'impression que Dieu est aussi très silencieux. Or le sens du mot "enfant" en latin, est précisément " qui ne parle pas ". Dans son dernier livre, « La force du Silence », le cardinal Sarah évoque la dictature du bruit. Il faut en convenir, notre monde est marqué par la communication et nous vivons sous une avalanche de paroles, souvent vaines et creuses.

Pour certains, Noël représente une fête de famille mais, pour d'autres, un moment de plus grande solitude, d'où les initiatives des Noël solidaires. Nous pouvons faire un petit pas en avant. Noël veut être la fête de la lumière et du silence habité. Cette célébration peut devenir, pour chacun de nous, comme une nouvelle naissance, une entrée dans l'Espérance.

A propos du 25 décembre, l'histoire de l'Église a aussi retenu, entre autres, la conversion du poète Paul Claudel en la cathédrale de Paris et le sourire de la Vierge Marie à la petite Thérèse de l'Enfant Jésus.



Chères Résidentes, chers Résidents, ce sont là nos vœux: que la petite lumière de la foi éclaire un peu plus nos vies. Regardons l'Emmanuel, Dieu qui est avec nous, et sa Mère nous sourire dans la nuit et le silence et que Dieu puisse naître dans notre vie de tous les jours !

Joyeux et Saint Noël !

Abbé Dominique Rimaz

## **LE MOT DE LA PASTEURE**

La poussière - Conte de Noël

Chères Résidentes,

Chers Résidents,

Pascal n'est pas content... Et il a des raisons de ne pas être content ! La preuve ? – Sa maman vient de sortir la crèche du placard et elle est toute poussiéreuse (la crèche, pas la maman, bien sûr !). Il faut dire qu'on approche de Noël, et il est temps de tout préparer pour que ce soit vraiment une belle fête.

Pascal n'est pas très grand : il a tout juste 6 ans. Mais la poussière, il connaît ! Il sait la dénicher, trouver les coins où elle se cache. Chaque semaine, quand sa maman lui demande de ranger sa chambre pour faire le ménage, Pascal se met d'abord à plat ventre devant son lit. Il regarde dessous et là, il voit des gros minons. Alors, tout doucement et puis de plus en plus fort, il souffle sur eux et les regarde danser au gré du vent que font ses petits poumons. Il ne s'arrête que quand la tête lui tourne et que les minons sont trop loin. Devant la crèche, Pascal ronchonne. Il est sûr que s'il souffle sur la petite maison, il va y avoir un nuage de poussière. Allez, il essaye...Ffff, ffff... "Atchoum !" La poussière soulevée chatouille le nez de Pascal. "Atchoum ! Atchoum !" C'est vrai qu'elle est poussiéreuse, cette crèche !

Pascal se lève et se dirige vers le placard à balais. Oh, il n'y va pas tranquillement comme le font les grandes personnes, ça non ! Il sautille d'un pied à l'autre en chantant :

"J'ai reçu plan plan,  
j'ai reçu plan plan,  
j'ai reçu un beau tambour..."

Il plonge dans le placard et fouille. Que va-t-il donc prendre pour dépoussiérer cette crèche ? Un plumeau, une brosse ou un chiffon à poussière ?

- "Que fais-tu donc là ?" Pascal sursaute. C'est sa maman qui vient de lui poser cette question mais il faisait tellement de bruit à farfouiller dans le placard qu'il ne l'a pas entendue arriver.

- "La crèche est sale, je voudrais la nettoyer, mais sans la casser."

- "Prends donc un pinceau, dans la boîte à crayons qui est sur mon bureau. Un pinceau qui a des poils souples, ça devrait aller."

Pascal repart, toujours en sautillant et en chantant. Il trouve ce qu'il lui faut, là où sa maman le lui a dit, puis il s'installe devant la crèche. Alors, doucement, le plus doucement possible, mais quand même pas trop, parce qu'il faut que la poussière s'en aille, Pascal passe le pinceau sur les murs, sur le toit, dans tous les coins et recoins de la crèche. Pas question d'en oublier ! Mais pas question non plus d'abîmer la petite maison où Jésus va naître !

Au bout d'un long moment, Pascal s'arrête. Il recule un peu, regarde sous tous les angles. Non, vraiment, ça ne va pas ; c'est encore sale, et pas moyen de faire mieux ! Pascal se lève et rejoint sa maman dans la salle de bains. Il n'a plus envie de sautiller ni de chanter.

- "Maman, je n'y arrive pas, c'est pas beau !"

- "Je viens voir ça tout de suite", dit Maman.

Et ensemble, les voilà repartis vers le salon où le sapin trône déjà, dans le coin à côté de la fenêtre.

- "Regarde, la poussière ne veut plus partir. C'est comme si elle était collée", dit Pascal.

- "Mais elle est superbe ta crèche, on a l'impression qu'elle sort du magasin !"

Pascal se fâche : "Non, non et non ! La seule solution, c'est d'en acheter une autre !"

Maman n'aime pas beaucoup ce genre d'arguments : "Celle-là va très bien, il te suffit maintenant de bien l'installer."

- "Mais Jésus, il ne peut tout de même pas naître dans un endroit sale !"

La maman de Pascal reste muette un moment. Il ne s'agit pas simplement d'un caprice ; apparemment, Pascal a une idée en tête. Alors elle s'assoit par terre, à côté de lui.

- "Parce que tu penses qu'à Bethléem, dans l'étable où Jésus est né, c'était vraiment propre ?"

- "Ben oui !"

- Eh bien, moi, je n'en suis pas si sûre ! Imagine, c'était il y a longtemps ! Il n'y avait pas de produit comme aujourd'hui pour nettoyer. Dans l'étable, ça devait sentir fort le mouton et puis il devait y avoir des araignées dans les coins."

- "Ah ? !"

- "Oui. Pas de plaquettes anti-mouches, pas de "sent-bon" comme on en met dans les toilettes... Alors, aujourd'hui, il peut bien y avoir un peu de poussière dans les coins de notre crèche, ça n'empêchera pas Jésus de venir."

Pascal reste un moment silencieux. Alors sa maman reprend : "et puis tu sais, tu as entendu dire que Jésus, aujourd'hui, il vient aussi dans notre cœur. Et dans notre cœur, il doit aussi y avoir de la poussière ! Des bêtises, on en fait tous ; ça, c'est de la poussière ! Eh bien, Jésus s'approche de nous, même si notre cœur est poussiéreux !"

Pascal reste songeur un long moment. Il regarde la crèche sous tous les angles, puis se lève et va la poser au pied du sapin. Tout compte fait, elle est très belle comme ça. Alors il sort un à un les santons et les met à leur place autour ou dans la crèche. Et en dernier, il installe le petit Jésus en plâtre.

Martine Lavanchy, pasteure

### **Prochains cultes réformés :**



Mercredi 15 février 2017



Mercredi 19 avril 2017

# JEUX

Participez et gagnez un bon pour une bonne boisson  
à faire valider à notre auberge....

Bonne chance à tous !

Entoure les 7 différences entre les 2 dessins



# LE COIN DU LECTEUR

## À l'approche des fêtes de Noël...



La saison des fêtes de fin d'année est arrivée ! Le mois de décembre est particulièrement marqué par la folle bousculade des fêtes de Noël où les personnes s'empressent d'acheter des cadeaux, d'écrire des cartes de vœux ou encore de concocter des bons et copieux repas pour le jour tant attendu... Pour quelques jours, les villes se transforment en décor féérique grâce aux mille lumières décorant les rues et les vitrines et aux majestueux sapins.

À l'approche de cette période festive, certains résidants m'ont confié leurs souvenirs. Pour Madame Nicole Ayer, le réveillon de Noël était l'occasion, durant son enfance, de se réunir avec les membres de sa famille autour d'un repas dégusté uniquement à cette occasion : une fondue chinoise ! Madame Nicole Ayer attendait avec impatience le 24 décembre. Elle se rappelle avec émotion que c'est à l'occasion de cette fête qu'elle a reçu de ses parents le plus précieux des cadeaux : une montre en or qu'elle porte encore aujourd'hui. Lorsqu'elle est devenue mère à son tour, son époux se déguisait en Père Noël pour venir à la rencontre de leurs enfants qui, après une première réaction de surprise et de peur, découvraient dans une joyeuse excitation les nombreux cadeaux qui les attendaient.

Madame Thérèse Bulliard avait un père forestier qui apportait à la maison, quelques jours avant le réveillon, le plus beau des sapins qu'il avait coupés. Avec ses frères et sœurs, Madame Thérèse Bulliard décorait patiemment ce sapin de Noël si précieux en fredonnant l'air

familier de « Petit Papa Noël ». D'origine paysanne, les parents de Madame Thérèse Bulliard avaient peu de moyens et ne pouvaient pas se permettre d'offrir des cadeaux onéreux à leurs enfants. Chacun recevait un biscôme et ce cadeau était très apprécié, compte tenu de la situation financière familiale. Madame Thérèse Bulliard était très reconnaissante à l'égard de la Résidence des Chênes qui, chaque année, organise un sympathique réveillon pour tous les résidants. Elle se réjouissait de vivre la veillée de Noël dans une chaleureuse ambiance amicale.

Je tiens à remercier Madame Nicole Ayer et Madame Thérèse Bulliard pour leurs témoignages et, en guise de conclusion, je vous propose quelques informations anecdotiques relatives à la fête de Noël :

*Le jour de Noël on ne travaillait pas. Les animaux de trait devaient se reposer.*

*Lors de la Grande Guerre, il y eut une trêve car, "la nuit des merveilles", les armes doivent se taire.*

*Dans les familles, on gardait la " part de Dieu" au cas où un pauvre viendrait frapper à la porte.*



A vous tous et à vous toutes, belles fêtes de fin d'année !

Nergiz Atac, équipe Morphéa

## **Le changement**

Aujourd'hui, j'aimerais partager avec vous mes sentiments face aux changements. Je vous avoue que je n'aime guère le changement. C'est ainsi que, lorsqu'il y a quelques jours, mon mari a déplacé les meubles dans notre chambre, ce fut un drame et, pendant 3 jours, je ne lui ai pas adressé la parole !

Cependant, c'est d'une autre sorte de changements dont j'aimerais vous parler : les changements que nous ne choisissons pas et qui nous touchent pour une raison souvent inconnue. En effet, au cours de notre vie, des changements surviennent indépendamment de notre volonté et, à mon avis, ces changements peuvent nous enrichir émotionnellement et constituer de nouvelles occasions d'apprentissage.

Chaque changement nous ouvre la porte d'une nouvelle expérience et il nous appartient de décider de ce que nous voulons en faire : soit nous essayons d'en tirer quelque chose de positif, soit nous nous braquons et stagnons dans notre colère.

Bien sûr, je ne vais pas vous dire qu'il est facile de vivre ces changements mais je pense qu'ils permettent souvent de nous remettre en question, de découvrir de nouvelles voies, de mûrir et d'acquérir un peu plus de sagesse sur le chemin de l'épanouissement personnel.

En ce qui me concerne, j'ai fait l'expérience que, même si les changements me dérangent et me perturbent, ils m'amènent à me poser de nouvelles questions, à revoir mes projets, à redéfinir ou à confirmer mes objectifs.

Il est évident que nous ne pouvons pas tout contrôler mais, plutôt que de se crispier systématiquement face aux changements, pourquoi ne pas essayer de les aborder avec curiosité et ouverture afin d'en tirer profit chaque fois que c'est possible ?

Marisa Nascimento, Espace Montagne



## **Atelier cuisine**

Dans le cadre de la gestion de la santé en entreprise, des "ateliers cuisine" sont organisés durant l'année.

Avec sept autres inscrits, j'ai participé à l'atelier du mois d'octobre qui proposait, saison oblige, la préparation d'un repas de chasse.

A notre arrivée, Michael, Romain et Nathan nous accueillent très chaleureusement et, après nous avoir expliqué le déroulement de la soirée, ils détaillent le succulent menu que nous aurons à préparer :

- Choux rouges étuvés aux pommes et à la cannelle
- Marrons glacés
- Escalope de chevreuil et sa sauce aux griottes et à la crème
- Spätzlis persillés
- Crème brûlée aux raisinets

Répartis en 3 groupes, nous nous équipons et c'est dans une ambiance détendue que nous commençons à travailler, coachés par nos experts cuisiniers. Nous apprenons tout plein d'astuces pour la préparation de chaque met. La préparation des choux rouges, l'élaboration de la pâte à spätzli, la réussite de bons marrons glacés, la cuisson d'une viande tendre à souhait accompagnée d'une sauce délicieuse n'ont désormais plus aucun secret pour nous ! Nous passons un "super moment" autour des casseroles fumantes en nous réjouissant déjà de savourer toutes ces bonnes choses, sans oublier le dessert !

Michaël nous montre comment dresser les assiettes et nous sommes prêts à commencer la dégustation de ce délicieux repas préparé tous ensemble dans une harmonie parfaite.

Cet "atelier cuisine" constitua aussi un moment de détente en compagnie de collègues que nous avons appris à connaître en dehors du cadre de travail et ce fut une expérience très enrichissante.

Un grand merci à tous les participants et surtout à nos 3 cuisiniers pour leur disponibilité et leur patience !

Brigitte Berger, Espace Oasis

## **Chers amis de la Résidence,**

C'est avec plaisir que je me présente à vous en quelques lignes afin que vous puissiez me connaître un peu mieux.

Je suis arrivé à la Résidence en août 2015 en tant qu'apprenti ASSC. Certains d'entre vous m'avaient déjà rencontré en 2014, au cours des trois mois que j'avais passés au premier étage, à l'espace Prairie, en tant que stagiaire. C'est dans cette même unité que j'ai effectué ma première année de formation. Me voilà maintenant en deuxième année, au deuxième étage !

Certains d'entre vous m'ont côtoyé durant de nombreuses journées, des semaines ou même des mois alors que d'autres m'ont souvent croisé dans la maison. Pourtant, vous ne savez peut-être pas grand-chose sur moi ou vous ne voyez peut-être même pas qui je suis.

Voilà quelques indices :

D'origine franco-portugaise, je suis né à Fribourg. J'habite Wallenried et vis avec mon père et mon petit frère Nathan âgé de 16 ans. Lorsque j'avais son âge, il y a deux ans, j'ai pu vivre la merveilleuse expérience d'un séjour à l'étranger, à Munich et à Miami, pendant 9 mois, sans mes parents, comme un grand. J'y ai rencontré des gens fabuleux, venant des quatre coins du monde, avec lesquels j'ai presque fait les quatre cents coups. – « Normal », me direz-vous, « quand le chat n'est pas là, les souris dansent » ! Si vous désirez davantage de détails alléchants, vous savez désormais où me trouver !

Je suis passionné par la photographie et l'hypnose. Après mon apprentissage, j'envisage de poursuivre mes études pour devenir infirmier voire médecin. Mais j'ai encore le temps d'y réfléchir.

Et maintenant, m'avez-vous reconnu ? Si vous pensez à Nico vous avez raison !

Je passe des moments merveilleux en votre compagnie ! Merci à vous tous, résidants et collègues, vous êtes géniaux !

Nicolas Wampach, Espace forêt

### **Cette nuit**

Cette nuit, j'ai fait un rêve.

J'ai rêvé que la paix régnait dans le monde,

Que les hommes s'aimaient

Comme Dieu le désirait.

J'ai rêvé qu'il n'y avait pas de tristesse,

Pas de maladie ni de pauvreté,

Que les parents n'avaient pas à s'inquiéter,

Qu'ils pouvaient laisser sortir leurs enfants dans la nuit

Sans crainte de se retrouver sans eux le lendemain.

J'ai rêvé que les étoiles brillaient dans le ciel de mille lueurs,

Comme des diamants éternels, signes de paix et d'amour.

J'ai rêvé que le soleil se levait chaque jour, éclatant de mille couleurs

Dans le cœur de chacun d'entre nous.

J'ai rêvé que ce monde était devenu meilleur,

Sans guerres, sans douleurs, sans craintes, sans peurs.

Mais je me suis réveillée et, à mon plus grand regret,

J'ai constaté que ce n'était qu'un rêve !

Mizou

# Résultats du concours de photographies



Le 1<sup>er</sup> prix va à Elodie, animatrice



Le 2<sup>ème</sup> prix va à Monsieur Patrice Buchs, notre directeur



Le 3<sup>ème</sup> prix va à l'équipe de l'animation

Nous félicitons les heureux lauréats !

NOÛVEMBRE 2019

## Noël à la Résidence



# Les lauriers du cœur

A la Résidence, il y a toujours un ange bienveillant qui se tient dans l'ombre pour nous offrir un moment de partage, d'amitié ou d'entraide. La parution de notre Journal constitue l'occasion de remercier les anges qui nous ont apporté leur précieux soutien au cours des derniers mois :

- ♥ à la paroisse St-Paul, qui a mis à disposition la salle paroissiale, lors de la journée internationale de la personne âgée ;
- ♥ à l'unité pastorale Notre-Dame qui nous a invités au Noël des Aînés, à la salle du Christ-Roi ;
- ♥ à Mme Laura Falk et à sa famille, qui ont permis à notre St-Nicolas d'être accompagné de deux ânes ;
- ♥ à St-Nicolas et son acolyte le Père Fouettard qui ont fait escale à la Résidence ;
- ♥ à M. Olivier Fasel, flûtiste, pour sa prestation lors de notre fête de St-Nicolas ;
- ♥ aux résidents qui ont confectionné les paquets de la St-Nicolas et préparé les décorations pour l'Auberge ;
- ♥ aux écoliers du Schoenberg et à leurs enseignants, pour leur magnifique concert de fin d'année ;
- ♥ aux enfants de l'accueil extrascolaire du Schoenberg, pour leur magnifique présentation de chants de fin d'année ;
- ♥ au chœur de la paroisse St-Maurice qui a animé notre messe de Noël ainsi qu'au célébrant, M. l'abbé Dominique Rimaz ;
- ♥ à Anne, Cathia, Dominique, Mélanie et Myriam pour la superbe décoration de nos Espaces ;
- ♥ au chœur de la paroisse St-Paul qui nous a offert un beau récital de chants de Noël.

MERCI !



# Souvenir d'antan

## Noël

Nous faisons un beau sapin ! On le décorait avec maman qui était une mère formidable ! On fêtait toujours Noël à la maison, le 25 décembre, dans une joyeuse atmosphère. Nous récitions des poésies, on chantait et, bien sûr, on dégustait un succulent repas ! Si mes souvenirs sont exacts, maman cuisinait pour nous avec amour une dinde bien garnie. Avant Noël, nous devions rédiger une liste des cadeaux que nous souhaitions recevoir et, bien évidemment, nous demandions beaucoup de jouets. Nous avons la chance d'être très gâtés dans notre famille. Nos parrains et marraines, quant à eux, nous offraient un petit cadeau à Nouvel-An. A partir de la fin de notre enfance, nous assistions à la belle messe de minuit à la cathédrale Saint-Nicolas de Fribourg. Nous étions enchantés de pouvoir veiller très tard à cette occasion car, le reste de l'année, il fallait aller se coucher bien plus tôt. Je garde de très bons souvenirs de mon enfance.



Marcelle Wyss

## Nouvel-An

A Nouvel-An, mes oncles et mes tantes venaient fêter chez nous le passage à l'année nouvelle. La soirée se passait autour de la table familiale à savourer un petit banquet, bien arrosé, surtout pour les messieurs... A minuit, toutes lumières éteintes, nous faisons sonner les 12 coups sur de grosses cloches que mon oncle paysan avait amenées pour l'occasion. Rien d'extraordinaire mais un très bon moment en famille ! A partir de mon dix-huitième anniversaire, j'ai pris l'habitude de fêter le Nouvel-An avec des copines dans des bars où nous dansions jusqu'à l'aube. Pourtant, cette fête n'a jamais été importante pour moi, à la différence de Noël !

Esther-Marie Ackermann

## **Fête des Rois**

Au début janvier, c'est en famille que nous préparions les fameuses galettes des Rois. Mon papa était boulanger et je puis vous assurer que nous avons toujours une succulente galette ! Plus tard, c'est au cours de la répétition de chant du chœur mixte dont je faisais partie que nous partageons le gâteau des Rois en nous demandant qui serait couronné et avec quelle reine. Nous dansions avec les rois et les reines puis nous reprenions notre répétition. Depuis mon entrée à la Résidence, je suis déjà tombée deux fois sur la fève lors du goûter des Rois ! J'espère que l'année prochaine je vivrai un troisième couronnement !

Marguerite Bapst

## **Carnaval des Bolzes**

Durant ma jeunesse, je me suis masquée deux ou trois fois, mais je n'aimais pas tellement ça car j'étais très timide. Un soir, une copine m'a invitée à venir avec elle faire la fête à l'occasion du Carnaval, mais je n'ai pas osé me lancer ! Par contre, j'adorais aller regarder le cortège malgré la foule. Il fallait partir bien à l'avance pour avoir une bonne place. Plus tard, mon mari venant de la Basse-Ville, je n'ai pas pu éviter de participer aux festivités. Nous allions danser dans les bars de la Neuveville et de l'Auge. Il y avait un monde fou et, parfois, il était impossible de franchir la porte de certains cafés. Malgré cela, je ne garde que de bons souvenirs de ces jours de Carnaval.



Simone Stempfel

# ARC-EN-CIEL

## Bienvenue aux nouveaux résidents

### Madame Marcelle Wyss



Madame Marcelle Wyss est entrée le 31 août 2016 à l'espace Montagne de la Résidence des Chênes.

Elle est née à Fribourg, à la rue du Temple, et a effectué sa scolarité obligatoire à l'école des Ursulines et de la Providence. Après un séjour au pensionnat de Tavel, elle a poursuivi sa formation au Collège de Gambach où elle a obtenu son diplôme de commerce. La famille de

sa mère étant broyarde et son père étant d'origine allemande, Madame Wyss était parfaitement bilingue. Elle a commencé son activité professionnelle dans une agence de voyage à Fribourg, à la Place de la Gare, puis elle travailla en qualité de secrétaire comptable dans l'entreprise Cafag.

Quelques années plus tard, elle entra au service de La Poste, à Berne, juste à côté du Palais Fédéral. Madame Wyss a toujours eu beaucoup de plaisir à travailler dans le domaine des chiffres.

Madame Wyss apprécie beaucoup la musique classique et aussi, dans une moindre mesure, la musique folklorique. Souvent, le soignant qui pénètre dans la chambre de Madame Wyss, est saisi par la beauté d'une symphonie ou par une mélodie d'un pays lointain. Voyageuse infatigable, Madame Wyss a foulé le sol de tous les continents, à l'exception de l'Océanie. Elle aime aussi les animaux et est ravie de pouvoir contempler de beaux paysages.

Heureuse d'être à la Résidence des Chênes, Madame Wyss dit s'y sentir bien et en sécurité.

Nous lui souhaitons de belles années auprès de nous.

Muriel Maridor, Espace Montagne



## **Frau Marie-Louise Jungo-Gauch**



Marie-Louise erblickte am 09. Juli 1926 als zweites von 8 Kindern das Licht der Welt, damals wohnte ihre Familie in Alterswil, ihr Vater hiess Peter Gauch und Ihre Mutter Marie Gauch-Aebi. Wenige Jahre später zogen sie nach Tafers. Bald darauf bekam Ihr Vater die Verantwortung des Strassenunterhaltes in St. Ursen, um einen kürzeren Arbeitsweg zu haben zügelte die Familie nach Hayoz Mühle wo sie ein Haus kauften. Wenige Jahre später kaufte die Familie ein Haus in Tasberg, dort verbrachte Marie-Louise die meiste Zeit ihrer Kindheit und ging in St. Ursen zur Schule. Nach der Schulzeit, arbeitete Marie-Louise einige Jahre in Freiburg bei Dr. Garnier und in Düdingen bei Dr. Steiert als Angestellte, auch arbeitete Sie 4 Jahre in der Kartonfabrik in Freiburg. Die grosse Leidenschaft von Marie-Louise ist heute noch das Lottospielen, auch spielt sie gerne Jassen.

Familie Jungo

## **Herr August Jungo**

August kam am 12 Juni 1933 zur Welt, er war das Ältteste von 6 Kindern. Seine Eltern hiessen Ernest Jungo und Ida Jungo-Schuwey. Damals wohnte die Familie im Schönberg. Sein Vater war als Bierbrauer in der Brauerei Beauregard tätig. Die Familie war arm und August wurde als 7 Jähriger in die Ostschweiz zu einer Bauernfamilie geschickt, wo er 3 Jahre verbrachte und zur Schule ging. Danach lebte er wieder bei seinen Eltern und Geschwistern im Schönberg und ging nach Düdingen zur Schule. Nach der Schulzeit begann er bei der Firma Gaudart in der Unterstadt eine Lehre als Bau- und Möbelschreiner, die er mit Erfolg abschloss. Anschliessend arbeitete er 10 Jahre bei der Firma Winkler in Marly, bis er anfangs der sechziger Jahre zur Firma Boschungmöbel wechselte, wo er bis zu seiner Pensionierung blieb. Mit grosser Leidenschaft widmete er sich seinen Hobbys dem Fischen und dem



Pilze sammeln, vor allem das Pilze sammeln fasziniert ihn, auch war er ein begeisterte Briefmarkensammler.

Im Jahre 1959 heirateten Marie-Louise und August, sie wohnten an der Bernstrasse im Schönbergquartier. Dem Ehepaar wurden 4 Kinder geschenkt, 2 Knaben und 2 Mädchen. 1984 wurde Ihr Haus an der Bernstrasse abgerissen und die Familie zog ins Quartier d'alt nach Freiburg, wo sie bis zur Einweisung ins Altersheim im August 2016 wohnten.

Familie Jungo

### **Madame Yvette Durret**



C'est le 3 septembre 2016 que Madame Yvette Durret a rejoint la Résidence des Chênes.

Madame Durret a vécu à Noréaz, petit village proche de Fribourg. Durant sa jeunesse, elle était très sportive et aimait beaucoup faire du vélo. Chaque matin, elle se rendait à bicyclette à son travail, à Rosé, dans un petit atelier de couture.

Madame Durret s'est mariée et, avec son mari, elle a adopté deux filles, l'une venant de Corée et l'autre du Vietnam. Elle est aujourd'hui grand-maman de 3 petits-fils.

Madame Durret affirme beaucoup se plaire à la Résidence. Elle s'entend bien avec les résidants et avec les soignants dont elle apprécie la présence. Elle participe avec intérêt aux activités proposées par l'équipe d'animation. Très sociable, elle aime passer du temps en compagnie, à discuter et plaisanter. Elle éprouve une grande affection pour notre petite mascotte Bénichon.

Nous souhaitons à Madame Durret de se sentir bien chez elle dans notre maison !

Alizée Bezencon, Espace Forêt

# ainsi qu'aux collaborateurs

## Présentation de Canan Kaymaz

C'est avec un immense plaisir que j'ai rejoint la Résidence des Chênes le 17 novembre 2016 et mon arrivée parmi vous m'offre une petite place dans le journal de la Résidence pour me présenter à vous, chers résidants et membres du personnel.



Je m'appelle Canan Kaymaz et je pense avoir un caractère souriant et agréable. J'exerce mon activité d'aide en soins et accompagnement à l'Espace Montagne où j'avais eu l'occasion de faire un stage en tant qu'apprentie, il y a environ 4 ans. Ayant déjà travaillé auparavant à la Résidence, je ne m'y perds pas trop et tout va bien.

J'ai rejoint le monde des soins alors que j'avais tout juste 14 ans. D'origine kurde (Turquie), je suis née en Suisse et je vais fêter mes 23 ans en février prochain.

Je me réjouis de passer de beaux moments avec vous et de vous accompagner au long des jours dans notre sympathique Résidence des Chênes.

Merci à vous tous, Résidants et Collègues, pour l'accueil chaleureux que vous m'avez réservé.

Canan Kaymaz

## **Présentation de Nicolas Farrugia**

Bonjour à vous tous, Résidants et membres du personnel !  
Je m'appelle Nicolas Faruggia, j'ai 28 ans et je suis entré le 3 octobre dernier à la Résidence des Chênes en qualité d'aide-soignant dans l'unité Oasis.



Je suis de nationalité russe et française. Je viens d'Annecy où j'ai travaillé durant trois ans à l'hôpital, dans le service de chirurgie orthopédique. C'est au mois de juin que je suis arrivé dans votre belle ville de Fribourg.

J'aime le sport, notamment le snowboard, le tennis et le ping-pong. J'adore la musique, principalement le funk, la soul et l'électro. Je suis également un fan d'échecs et de poker.

Je me suis bien adapté au rythme de vie de la Résidence des Chênes, aux résidants et à mes collègues de travail de l'espace Oasis. Au cours des prochains mois, nous allons certainement nous croiser dans les couloirs et je me réjouis de faire plus ample connaissance avec vous tous !

Nicolas Farrugia

## **Présentation de Sandra Fernandes Rocha**

Je m'appelle Sandra Fernandes Rocha, j'ai 34 ans et suis de nationalité portugaise. Mariée, je suis l'heureuse maman de deux magnifiques enfants de 7 et 2 ans.



Après avoir effectué ma scolarité obligatoire en Suisse, je suis partie au Portugal où j'ai suivi une formation d'esthéticienne et travaillé pendant quelque temps dans un EMS.

De retour en Suisse depuis cinq ans, je suis ravie de pouvoir reprendre mon parcours professionnel dans le domaine des soins et suis très satisfaite de travailler à la Résidence des Chênes.

Pendant mon temps libre j'aime lire et me promener, surtout en forêt. Je suis aussi une fervente adepte des travaux manuels comme la confection de bijoux et les activités de décoration. Merci à vous tous, Résidants et Collègues, qui m'avez reçue avec sympathie !

Sandra Fernandes Rocha

## **Présentation de Caroline Mouret**

Bonjours à vous tous !

Je m'appelle Caroline Mouret et c'est avec plaisir que j'ai commencé à travailler à l'Espace Montagne en qualité d'ASA, activité dans laquelle je compte deux ans d'expérience.



De nationalité française, je vis en Suisse depuis une année. Mon mari ayant été muté à Lausanne puis à Fribourg, nous sommes arrivés dans votre belle cité il y a trois mois et je m'y plais beaucoup. Je suis la jeune maman d'une petite fille adorable. J'aime le chocolat, le thé et la fête de Noël mais, ce que je préfère, c'est passer du temps en famille !

Je suis très heureuse de faire partie de l'équipe amicale que constitue le personnel de la Résidence et je me réjouis de faire plus ample connaissance avec ceux qui vivent dans cette maison.

A bientôt dans les couloirs !

Caroline Mouret

## **Présentation de Christelle Biland Shala**



Bonjour à vous tous et à vous toutes !

Je m'appelle Christelle Biland Shala et, depuis le mois de septembre, j'ai le plaisir de faire partie de l'équipe soignante de l'Espace Montagne en qualité d'infirmière.

Après ma naissance à Fribourg en 1988, j'ai effectué ma scolarité obligatoire à Marly. Avant de commencer mes études à l'école d'infirmières, j'ai fait un apprentissage d'ASSC.

J'habite à Marly et je suis maman de deux garçons. L'aîné est âgé de 10 ans et le cadet a 4 ans.

J'aime passer du temps avec mes enfants et mon mari. J'apprécie les promenades au bord du lac, les grillades entre amis et je m'intéresse au cinéma.

Je suis heureuse de faire désormais partie de la grande famille de la Résidence des Chênes.

Christelle Biland Shala

## Présentation Christian Alves

Je m'appelle Christian Alves, j'ai 27 ans et suis passionné de jiu-jitsu brésilien. La pratique de cette discipline jouant un rôle central dans ma vie, permettez-moi, en guise de présentation personnelle, de vous parler de ce sport et ce qu'il représente pour moi.



## Le jiu-jitsu brésilien en quelques mots

Le jiu-jitsu brésilien est un art martial brésilien dérivé du jujitsu japonais traditionnel connu aujourd'hui sous le nom de judo. Il se pratique principalement au sol et son but est de soumettre l'adversaire par étranglement ou clé d'articulation. Les frappes (coups de pied, de poing, de coude, de tête et de genou) volontaires sont interdites dans la pratique officielle.

Communément surnommé « le jeu d'échecs humain », le jiu-jitsu brésilien est un art martial moderne dont la quintessence réside dans la technique, le timing et l'effet de levier plutôt que dans la force brute, permettant ainsi de dominer des adversaires au gabarit plus imposant.

Un combattant de jiu-jitsu brésilien s'appelle un « jiu-jitsu ka ». Il pratique son art vêtu d'un gi de jiu-jitsu (prononcé « gui ») appelé à tort « kimono », même si cette expression est passée dans le langage courant.

Le jiu-jitsu brésilien possède de nombreuses similarités avec son ancêtre le judo et un néophyte pourrait facilement les confondre. En effet, dans ces deux disciplines on retrouve des amenées au sol, des immobilisations au sol, des clés d'articulations et une absence de percussions (coups de poing, de pied, etc.).

## Ma carrière sportive

Je mesure 178 cm et pèse 80 kg. Ayant combattu au niveau international, j'ai voyagé dans le monde entier.



## Mon palmarès

### 2012

- 3<sup>ème</sup> aux championnats suisses

### 2013

- 2<sup>ème</sup> aux championnats suisses
- 2<sup>ème</sup> aux Internationaux de Lisbonne au Portugal
- 1<sup>er</sup> à submission only Luzern
- 10<sup>ème</sup> aux championnats d'Europe de Lisbonne
- 4<sup>ème</sup> à l'Open Nord-est de Natal au Brésil
- 5<sup>ème</sup> à l'International de Rome en Italie
- 4<sup>ème</sup> aux Internationaux de Moscou en Russie
- 4<sup>ème</sup> au Torino Jiu-Jitsu Challenge de Turin en Italie



### 2014

- 1<sup>er</sup> aux championnats suisses

### 2015

- 1<sup>er</sup> aux internationaux de Londres
- 4<sup>ème</sup> aux qualifications pour les championnats du monde

### 2016

- 2<sup>ème</sup> aux championnats suisses Grappling

## Mes voyages

L'année 2013 fut, pour moi, une année d'entraînement intensif et une expérience de vie formidable qui m'a permis de découvrir d'autres peuples et d'autres cultures.

Voyageant du Portugal à la Russie, de l'Angleterre à l'Italie et au Brésil pour mes combats, je travaillais la journée et m'entraînais tous les soirs durant 3 heures ainsi que les week-ends pour ne pas perdre mon niveau et rester au top de ma forme. Cette période fut difficile et, finalement, en septembre 2013 j'ai décidé de me consacrer entièrement à mon sport. Je suis alors parti pour Natal, une ville située au nord est du Brésil et, durant 3 mois, j'y ai vécu exclusivement de mon sport en m'entraînant huit heures par jours. Mon activité sportive constituait ma profession et je vivais grâce à mes sponsors et au divers combats disputés sur place. Je pouvais enfin me considérer comme jiu-jitsu ka professionnel et m'entraîner quotidiennement avec les meilleurs représentants mondiaux de ce sport.

Christian Alves

## Présentation de Cindy Terreaux

Vous m'avez probablement déjà aperçue dans les couloirs mais voici que le Journal de la Résidence m'offre l'occasion de me présenter officiellement à vous.

Je m'appelle Cindy Terreaux et j'ai 22 ans. J'ai commencé à travailler à l'espace Montagne le 27 juillet pour une activité à plein temps durant l'été. Actuellement, je complète l'équipe de l'espace Forêt durant certains week-ends et les vacances scolaires. Je suis en deuxième année d'études à Delémont où je prépare un Bachelor en soins infirmiers.



J'ai un frère et une sœur plus jeunes que moi. Mon frère effectue sa première année d'apprentissage en vue d'obtenir un diplôme d'électricien et ma sœur commence la filière de « maturité santé » dans l'espoir d'entrer à l'école de physiothérapeute. Jusqu'à l'automne passé, j'ai vécu à Ecuwillens avant de déménager à Neuchâtel. Depuis quelques mois, j'ai adopté un petit chat nommé Calia. Je retourne régulièrement chez mes parents, à Ecuwillens pour les week-ends et je fais partie du chœur mixte de ce village. Durant mon temps libre, j'aime bien faire des sorties shopping ou aller me détendre aux bains thermaux. En hiver, je me rends volontiers en montagne pour skier.

Je me réjouis d'être souvent auprès de vous durant les prochains mois.

Cindy Terreaux



## Présentation de Francisca Martins



Je m'appelle Francisca Martins. Agée de 34 ans, je suis mariée et de nationalité portugaise. Avant de venir en Suisse, j'habitais à la campagne, à 50 km de la ville de Porto.

Je suis infirmière depuis 2005 et je compte onze années d'expérience professionnelle. J'ai quitté mon emploi une année avant partir du Portugal afin de perfectionner ma maîtrise du français en cherchant un poste de travail en Suisse.

La Résidence des Chênes m'a offert l'opportunité de développer mes compétences professionnelles et d'enrichir mes relations humaines. Je me sens très bien ici et j'ai le bonheur de travailler au sein d'une équipe fantastique.

J'adore ma profession car j'aime le contact humain. Aider les personnes qui nécessitent des soins, contribuer à leur bien-être, améliorer leur qualité de vie : voilà le sens de mon travail ! J'apprécie beaucoup de pouvoir suivre les patients à long terme et de travailler en équipe.

Durant mon temps libre, j'aime voyager. Les voyages constituent mon hobby favori car ils élargissent mes connaissances et mon expérience. Plus je découvre de nouveaux horizons et de nouvelles cultures, plus je désire voyager !

Mon objectif, pour un futur proche, est le maintien d'une stabilité professionnelle car elle donne un équilibre à ma vie.

Je me réjouis chaque matin de vous retrouver.

Francisca Martins

# Ils nous ont quittés

## Madame Edith Morel



C'est à la fin de l'été que nous avons eu le chagrin de perdre Madame Edith Morel, résidente de l'Espace Montagne.

Madame Morel était une personne très attachante. Elle s'intéressait à tous ceux et celles qu'elle côtoyait et était à leur écoute. Elle connaissait la vie et les intérêts de chacun des soignants qui l'entouraient. Tout au long de sa vie, Madame Morel avait tissé des liens très forts avec

sa famille ainsi que de solides et chaleureuses relations amicales. Presque chaque après-midi, elle recevait la visite d'un membre de sa famille, d'une amie ou d'une connaissance.

Madame Morel aimait écouter de la musique. Elle regardait aussi régulièrement les reportages de la série télévisée « Passe-moi les jumelles » qui correspondait à sa sensibilité, à sa sympathie pour les gens, à son amour de la nature et de l'authenticité. Elle suivait régulièrement les émissions d'information à la télévision et à la radio. Sa curiosité intellectuelle l'amenait à s'intéresser à de nombreux domaines et elle portait un regard lucide et critique sur l'actualité régionale et mondiale.

Madame Morel se réjouissait de passer des week-ends en compagnie de sa fille ou de son fils et de sa belle-fille. Elle appréciait particulièrement d'aller prendre le repas du dimanche à midi chez sa fille. Pendant la belle saison, son fils et sa belle-fille l'invitaient souvent au camping où elle passait volontiers la journée avec eux.

Très discrète, Madame Morel parlait peu d'elle-même et de sa vie privée mais son attitude et ses propos témoignaient de son goût pour les choses simples de la vie, du regard bienveillant qu'elle portait sur chacun et de la foi profonde qui l'habitait.

Nous conservons dans notre cœur le souvenir de sa belle ouverture d'esprit et de l'accueil cordial qu'elle savait réserver à tous ceux qui l'approchaient.

Muriel Maridor, Espace Montagne

## Madame Thérèse Bulliard

Née le 18 décembre 1924, Madame Thérèse Bulliard avait rejoint notre Résidence des Chênes au mois d'octobre 2012.

Dès son arrivée parmi nous, Madame Bulliard nous a impressionnés par sa serviabilité. « Aider son prochain », pour reprendre son expression, constituait une valeur fondamentale à ses yeux.

Non sans un brin de coquetterie, elle était toujours soignée et bien habillée.

D'un naturel très sociable, elle évoquait volontiers ses souvenirs et aimait discuter avec nous des événements marquants de l'actualité qu'elle suivait quotidiennement en lisant La Liberté.

Détestant la solitude, Madame Bulliard aimait passer ses après-midis à notre auberge pour jouer aux cartes en agréable compagnie. Elle participait avec grand plaisir aux activités proposées par notre équipe d'animation et aimait passer la journée du dimanche auprès de sa famille.

Madame Bulliard affirmait son inébranlable confiance en Dieu. Elle nous disait souvent que chaque soir, avant de s'endormir, elle priait pour toutes les personnes rencontrées durant la journée, pour sa famille et pour tout le personnel soignant.

Madame Bulliard nous a quittés sereinement le 20 novembre 2016, entourée de sa famille. Son départ nous a profondément peiné et nous gardons le souvenir ému de sa gentillesse.

Marie Vervoort, Espace Forêt



## Monsieur Charles Hayoz

Le départ de Monsieur Charles Hayoz a laissé un grand vide dans notre maison. Attentionné avec les résidants, Monsieur Hayoz avait le contact facile et sa présence était souvent sollicitée et appréciée lors des activités en groupes.

Voyageur au long cours, il avait séjourné dans de nombreux pays dont il connaissait les diverses cultures et dont il nous entretenait volontiers. Il savait intéresser ses auditeurs par le récit captivant de ses aventures.

Son sourire chaleureux, son charme et son tact alliés à un tempérament très calme lui valaient la sympathie de tous. Doté d'un sens aigu de l'humour, il maîtrisait l'autodérision et l'art d'utiliser les propos à double sens.

Monsieur Hayoz était très attaché à sa famille et il nous a quittés entouré par la profonde et fidèle affection des siens.

Cher Monsieur Hayoz, merci de votre sourire et de votre bonne humeur qui ont si souvent illuminé notre Espace Prairie !



Elizabeta Rouiller, Espace Prairie



## La grande famille de la Résidence



### ***Souhaite la bienvenue à :***

Christelle Biland Shala, Infirmière, Espace Montagne  
Nicolas Farrugia, Aide-soignant, Espace Oasis  
Fanny Riso, Aide-soignante, Espace Prairie  
Francisca De Oliveira, Infirmière Espace Prairie  
Amandine Sottas, Aide-soignante, Espace Oasis  
Cindy Terreaux, Aide-soignante, Espace Forêt  
Patricia Sousa Grave, Aide-infirmière, Espace Prairie

### ***dit « bon vent » à :***

Nicole Gremaud  
Jela Obucina  
Sakunarasa Sathasivam  
Fabienne Délèze  
Christian Stutzmann



### ***Présente ses félicitations à :***

#### **Naissance :**

Vania Costa et son époux,  
pour la naissance de la petite Kelly, le 9 décembre 2016

Rosa Senga et son époux,  
pour la naissance du petit Gabriel, le 17 décembre 2016



## Céleste

C'est à l'espace Forêt, au fond du corridor, que travaille notre Blanche-Neige. Machine à laver, chariot, planche à repasser, table, porte-habits, boîtes à couture, machine à coudre : voilà le décor dans lequel évolue une perle discrète, une fine silhouette couronnée de cheveux d'anges, une véritable artiste toujours revêtue d'un tablier !



Vous l'aurez tous reconnue : c'est notre lingère Céleste !

Chère Céleste,

Tu pensais partir sans bruit, dans la plus grande discrétion... C'était sans compter avec notre profond désir de t'exprimer notre reconnaissance, de dire haut et fort tout ce que tu nous as apporté, de te faire ressentir combien ta présence nous fut précieuse. Et si tu ne nous crois pas, les témoignages recueillis auprès de ceux qui t'ont côtoyée dans notre maison attestent de l'estime unanime que nous te portons.

Les avis de tes collègues :

Céleste ? - Une personne très humaine, gentille, souriante, serviable, attentive à chacun !

Céleste ? - Une bonne personne !

Céleste ? - Une femme pleine de qualités ! Malheureusement, nous ne la connaissons que dans sa vie professionnelle. Il est évident qu'en l'épousant, son mari a tiré le gros lot !

Céleste ? - Une personne dont le nom résume la nature : céleste...du ciel ! Nous ne rencontrerons plus jamais une étoile aussi lumineuse !

Céleste ? - Un trésor de patience, fidèle à son travail, compétente et toujours disponible !

Céleste ? - Une personne avec des mains de fées et un cœur immense !

Les avis des résidants :

- Tout le monde connaît Céleste, bien qu'elle soit d'une extraordinaire discrétion. Elle a un sourire aimable pour chacun et, pour les plus chanceux, un affectueux mimi.
- C'est une personne douce, calme, d'une sérénité constante.
- Elle exécute son boulot de main de maître, un travail impeccable, c'est la perfection même !
- Elle a toujours une réponse à mes problèmes !
- Elle est comme Saint Christophe : si vous avez perdu quelque chose, elle le retrouve toujours !
- Bien qu'elle assume un travail pénible et qui n'est certainement pas toujours agréable, elle le fait sans jamais perdre le sourire !
- Elle effectue son travail d'une manière irréprochable. Je lui décerne cinq étoiles !
- Notre patronne de la lingerie est toujours d'humeur égale ; c'est une merveille !
- Elle est toujours à notre écoute et prête à nous aider. On peut avoir confiance en elle. Malgré sa charge de travail, elle est toujours disponible et avec le sourire !

Chère Céleste, tu es un exemple pour chacun de nous et nous te regretterons beaucoup !

Nous te souhaitons une très bonne retraite, bien méritée après 19 années de dévouement au service de nous tous. Puisses-tu en profiter autant que nous avons profité de tes qualités et de ton travail !

Que les années à venir t'apportent joie, bonheur et santé ! Qu'elles soient riches de projets et de satisfactions et te permettent de jouir pleinement du temps passé parmi les tiens !

Chère Céleste, nous te souhaitons d'être heureuse !

Mizou

# CLIN D'ŒIL

## Qu'avez-vous pensé...

### ...de la Journée de la personne âgée:

Mme Python : Cette Journée de la personne âgée qui s'est déroulée à la salle paroissiale du Schoenberg m'a plu. Les gens étaient vraiment sympathiques. J'ai beaucoup apprécié de voir tous ces résidants provenant de différents EMS danser et chanter ensemble. L'ambiance était cordiale ; tout le monde souriait et était content. Je n'ai pas dansé mais j'ai aimé la musique et j'ai tapé du pied avec entrain sous ma table.

### ...du spectacle du Cirque Knie:

M. Jubin: J'étais comme un gamin de 12 ans à l'idée de retourner au cirque Knie ! C'était merveilleux !

Mme Stempfel: Ce que j'ai préféré, c'était les chevaux : racés, élégants et forts, ils étaient magnifiques !

Mme Bernhard: J'ai essayé de repérer la caravane dans laquelle j'avais dormi pendant une quinzaine de jours, lorsque mon frère était chargé de tenir la comptabilité durant la tournée du cirque Knie. Le spectacle auquel nous avons assisté était très beau ! Ce que j'ai préféré ? – Les chevaux, comme toujours !





### **...de notre marché de la St-Nicolas:**

Mme Angéloz : Ce fut une réussite, comme d'habitude ! Pas beaucoup de stands mais tous plus beaux les uns que les autres ! L'atmosphère de fête qui règne à cette occasion dans les couloirs me réjouit. Chacun a le sourire aux lèvres et l'ambiance est très familiale. Ce n'est qu'après avoir acheté des biscômes que j'ai constaté que d'autres exemplaires, fourrés aux amandes (ceux que je préfère !) étaient aussi en vente. Finalement, peu importe car ceux que j'avais choisis étaient succulents !



### **...du récital de chants donné par les enfants de l'école primaire:**

Mme Schneuwly: Ces enfants ont magnifiquement chanté et nous ont raconté de touchantes histoires. Un petit garçon m'a offert un très beau dessin et j'en fus très émue. Quel bonheur de voir ces enfants souriants et pleins de vie !

## **...du concert « Nos aînés chantent Noël » à la cathédrale:**

Mme Bapst : Pour moi, la cathédrale St-Nicolas est chargée de souvenirs marquants. J'ai fait partie de la paroisse de Saint-Nicolas pendant 35 ans. J'y ai célébré ma première communion puis ma confirmation et, pour couronner le tout, je m'y suis mariée ! De plus, j'y ai souvent chanté, à la tribune, sous la direction de l'abbé Bovet puis de l'abbé Kaelin.

Notre concert des aînés récolta un immense succès. La cathédrale était pleine à craquer. A la sortie, les commentaires élogieux ne tarissaient pas. Chanteurs et auditeurs étaient unanimes : de telles expériences méritent d'être poursuivies !

Mme Durret: Quel beau concert et quelle merveilleuse expérience ! J'avais été choriste à l'église de Noréaz mais, à la cathédrale, ce fut tout autre chose car le vaste volume de cet édifice confère à la musique une dimension nouvelle. De plus, le public incroyablement nombreux nous a particulièrement motivés ; je dirais même qu'il nous entraînait ! Prendre place sur l'estrade avec, à nos pieds, des centaines de personnes attentives, venues spécialement pour nous écouter constitue une expérience unique !



## **Programme des animations du 15 décembre 2016 au 31 mars 2017**

**Samedi 17 décembre 2016**

*10h00 : Messe chantée de Noël*

*avec la participation du chœur de la paroisse de Saint- Maurice*

**Lundi 19 décembre 2016**

*15h30 : Après-midi « Contes pour tous »*

*avec Mme la Pasteure Martine Lavanchy*

**Jeudi 22 décembre 2016**

*Repas de fin d'année à la Résidence*

*pour les résidants et le personnel*



**Samedi 24 décembre 2016**

*Dès 18h00 : Veillée de Noël à la Résidence des Chênes*

*pour les résidants et le personnel*

**Mercredi 28 décembre 2016**

*11h00 : Un apéritif sera organisé pour le personnel amateur d'huîtres  
et de foie gras*

**Vendredi 30 décembre 2016**

*15h00 : Apéritif musical de Nouvel-An  
animé par « Janine music »*

**Vendredi 6 janvier 2017**

*Goûter musical pour la Fête des Rois  
animé par « Dédé Marro »*



**Samedi 21 janvier 2017**

*10h00 : Célébration œcuménique*

*présidée par M. l'abbé Dominique Rimaz, Mme la Pasteure Martine Lavanchy  
et M. Noël Ruffieux*

**Vendredi 27 janvier 2017**

*Animation musicale par M. Francis Lachat*



**Mercredi 8 et jeudi 9 février**

*Repas à thème : « Raclette »*

**Mardi 14 février 2017**

*Dîner de la St-Valentin pour les couples de la Résidence*

**Vendredi 24 février 2015**

*Repas à thème : « Poissons »*

**Mardi 28 février 2017**

*Carnaval à la Résidence*

**Carnaval  
des BOLZES**

**Jeudi 9 mars 2017**

*Repas à thème : « Moules marinières – Frites »*

**Samedi 18 mars 2017**

*10h00 : Célébration de l'Onction des malades*

**Mardi 21 mars 2017**

*Fête du printemps à la Résidence  
animée par Jojo music*

*D'autres activités régulières seront organisées durant cette période.  
L'équipe d'animation vous souhaite un hiver agréable.*

# **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 précieuse... alors enrichissez notre « Voix des Chênes » en nous donnant votre avis ou en rédigeant un article !

Vous pouvez nous transmettre vos textes :

-  par courrier 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>	Mme Sophie Berteaux
<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 Isabelle Duchier Espace Oasis, M. Labinot Profesori Equipe Morpheus, M. Labinot Profesori
<b>Médecins</b>	Dr Jean-Luc Barbey 026/470.40.60 Dresse Christiane Diem 026/484.86.86 Dr Benoît Gumy 026/323.27.37 Dr Jindrich Strnad 032/323.70.70
<b>Ergothérapie</b>	Puzzle Consulting Sàrl, Bulle
<b>Aumôniers</b>	Abbé Dominique Rimaz Pasteure Martine Lavanchy
<b>Coiffeuse</b>	Mme Séverine Deiss
<b>Podologues</b>	Mmes Virginie Ruffieux et Elodie Sciboz
<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 Elodie Crausaz
<b>Coordinatrice « Prairie »</b>	Mme Elizabeta Rouiller
<b>Coordinatrice « Forêt »</b>	Mme Marie Vervoort
<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