

La Voix des Chênes

Eichenblatt

Le journal de la Résidence des Chênes




Septembre 2017



Résidence des Chênes

Rte de la Singine 2 - 1700 Fribourg

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

residence@chenes.ch - www.chenes.ch - 

SOMMAIRE

DIRECTION	3
LE MOT DE L'INFIRMIÈRE-CHEFFE	6
MOSAÏQUE DES REPAS D'ANNIVERSAIRE DE NOS RÉSIDANTS	8
LE BILLET DE L'AUMÔNIER.....	9
LE MOT DE LA PASTEURE.....	10
JEUX.....	12
LE COIN DU LECTEUR	14
ILS NOUS ONT QUITTÉS	28
ARC-EN-CIEL	33
CLIN D'ŒIL	43
PROGRAMME DES ANIMATIONS	47
CELA NOUS INTÉRESSE	49
LA VOIX DES CHÊNES	50
A VOTRE SERVICE	51
COMITÉ DE RÉDACTION	52

DIRECTION

A la découverte des Etats-Unis

Comme vous le savez certainement, j'attache beaucoup d'importance à ce que les résidents de notre institution aient un projet de vie qui, idéalement, devrait être réactualisé tous les six mois.

Il y a trois ans, je m'étais interrogé sur ce qu'était mon propre projet de vie à l'aube de mes cinquante ans. J'avais envie de me lancer dans quelque chose de nouveau. Durant des vacances passées sur l'île de Santorin, j'avais beaucoup apprécié de me déplacer sur un quad, expérience qui m'avait donné l'impression de voyager en toute liberté.

De retour en Suisse, je m'étais dit que ce moyen de transport allié à mes loisirs me plairait beaucoup. Cependant, il n'était pas aussi bien adapté à nos contrées qu'à Santorin, c'est pourquoi je pris la décision de me lancer dans l'apprentissage de la conduite d'une moto et, tant qu'à faire, autant que ce soit sur une Harley-Davidson ! Après de très nombreuses heures d'entraînement, j'ai enfin réussi à obtenir mon permis de moto. J'allais ainsi pouvoir réaliser l'autre partie de mon projet de vie qui consistait à accomplir un voyage en tant que motard dans l'ouest des USA.



Ainsi, du 11 au 28 août dernier, j'ai réalisé ce magnifique voyage dont vous pouvez voir les différentes étapes sur la carte de la page précédente. Pour me rendre à Los Angeles, point de départ du périple, j'ai dû tout d'abord faire un trajet en avion de 10'000km qui a duré une douzaine d'heures. A mon arrivée, je me suis familiarisé avec la moto qui allait m'accompagner durant tout ce séjour aux USA.



Ma première prise de contact avec le terrain ne fut pas simple : il s'agissait de sortir de Los Angeles sur des routes à six pistes. Mais une fois hors de la ville, j'ai constaté que le trafic était bien moindre que celui que nous connaissons en Suisse.

J'ai été impressionné par les variations de température d'un endroit à l'autre. Alors qu'il n'était pas rare que le thermomètre affiche plus de 45 degrés (par exemple à Laughlin et dans la Vallée de la Mort), à quelques centaines de kilomètres de distance, il ne marquait plus que 10 degrés.

Il en va de même pour les différences d'altitude : je me suis retrouvé à 85 mètres en dessous du niveau de la mer dans la Vallée de la Mort et à près de 3'000 mètres d'altitude au col de Sonora. Le lendemain de mon passage à Las Vegas, ville démesurée, je me suis arrêté à Furnace Creek, un petit village de 16 habitants ! Je fus impressionné par les grandes distances parcourues sans voir âme qui vive. En effet, il n'était pas rare de rouler plus de 100 km sans voir aucune habitation, ni à gauche ni à droite de la route. Les paysages que j'ai eu l'occasion d'admirer durant les 4'880 km que j'ai parcourus étaient chaque jour étonnants et différents de tout ce que j'avais connu durant mon demi-siècle d'existence. Je pense notamment à l'immensité de Grand Canyon et de Bryce Canyon bien sûr, mais aussi à la beauté irréaliste de Monuments Valley. Un projet de vie réalisé que je ne suis pas prêt d'oublier !

Patrice Buchs

Quelques photos souvenirs



LE MOT DE L'INFIRMIÈRE-CHEFFE

La grippe : comment s'en protéger ?

La grippe, une affection des plus banales à ne pourtant pas prendre à la légère ! Episode bénin pour la plupart d'entre nous, la grippe peut être une source sérieuse de complications pour les personnes à risques : les personnes de plus de 65 ans et surtout de plus de 80 ans, les femmes enceintes et les personnes immunodéprimées.



La grippe saisonnière est une maladie infectieuse provoquée par un virus : l'Influenza virus. On distingue plusieurs souches du virus (A, B et C) ; les virus de type A et B sont les plus fréquents, la souche A étant la plus virulente. Elle provoque une atteinte des voies respiratoires (nez, larynx, pharynx, poumon, oreille moyenne). Le virus de la grippe peut s'attaquer à la fois aux voies respiratoires supérieures (gorge, nez...) et aux voies respiratoires inférieures (poumon).

Le virus de la grippe se transmet d'une personne à l'autre par l'intermédiaire de particules aériennes (microgouttelettes) transmises, par exemple, en éternuant ou en toussant. Une simple poignée de main peut également favoriser la transmission du virus. La grippe est ainsi une maladie infectieuse hautement contagieuse qui a, en général, une contagiosité de 4 à 5 jours. Les symptômes principaux sont une fièvre soudaine, une toux sèche, des céphalées, des douleurs musculaires et une fatigue importante.

En principe, une grippe se résorbe (arrêt des symptômes) au bout d'une dizaine de jours et il est vivement conseillé de rester chez soi dès l'apparition des premiers symptômes.

Vous pouvez prévenir la grippe par des mesures simples telles que se laver régulièrement les mains (il s'agit d'un très bon moyen préventif pour éviter d'attraper une grippe) et placer un mouchoir en papier devant sa bouche et son nez avant d'éternuer.

Un distributeur de solution hydro alcoolique pour se désinfecter les mains est mis à disposition des visiteurs dans le hall de la Résidence.

Pour mieux résister aux maux de l'hiver (grippe, affections gastro-intestinales etc), il est primordial de renforcer ses défenses immunitaires c'est à dire les moyens de défense de l'organisme contre les agresseurs tels que les virus, les bactéries, les parasites...

Afin de prévenir les baisses immunitaires, il est recommandé de :

- Manger des aliments qui contribuent à combattre les infections :
 - Les agrumes (orange, citron) et les kiwis sont à consommer en grande quantité car ces aliments sont riches en vitamine C.
 - Les carottes riches en bêta-carotènes et les choux riches en vitamines C fortifient les défenses.
 - Le thé noir et le thé vert contiennent des catéchines et ont des effets antibactériens.
- S'aérer et pratiquer une activité physique régulière (promenades, participation à l'atelier vélo...). L'exercice physique oxygène votre corps et renforce vos défenses. Les sorties à l'extérieur permettent de vous exposer à la lumière du soleil qui est une source de vitamine D.
- Aérer régulièrement votre habitation car les agents pathogènes s'accumulent dans un air confiné.
- Dormir suffisamment. Quelques heures de sommeil en moins peuvent affaiblir le système immunitaire.

La vaccination constitue la mesure préventive la plus efficace contre la grippe et ses complications (ex. pneumonie). Elle permet non seulement de vous protéger vous-même, mais aussi de protéger votre famille et votre entourage privé ou professionnel.

Et vous, comptez-vous vous faire vacciner contre la grippe cette année ?

Si tel est le cas, il suffit de vous annoncer au personnel diplômé sur vos unités de soins. En l'absence d'allergie, de refroidissement ou de fièvre et avec l'accord de votre médecin, vous serez vaccinés dans le courant du mois d'octobre. J'espère que ces quelques conseils vous permettront de profiter pleinement de l'hiver !

Sophie Berteaux

Mosaïque des repas d'anniversaire de nos résidents



LE BILLET DE L'AUMÔNIER

Chères Résidentes,
Chers Résidents,

"Tempus fugit" - le temps passe, nous rappelle le dicton. Oui, tout passe, sauf le bien et la vie éternelle !

Pour la rentrée d'automne, je vous propose un joli texte humoristique que j'ai lu durant mes vacances et qui parlera à tous ceux et celles qui sont nés avant 1940 :

« Nous sommes nés avant la télévision, avant la pénicilline, avant les produits surgelés, les photocopies, les verres de contact, la vidéo et le magnétoscope, avant les portables, Facebook ou Twitter. Nous étions là avant les radars sur les routes, les cartes de crédit, la bombe atomique, le rayon laser, avant le stylo à bille, avant le lave-vaisselle, les congélateurs, les couvertures chauffantes, avant la climatisation, avant les chemises sans repassage, et avant que l'homme marche sur la lune et que des robots se posent sur Mars.

Nous nous sommes mariés avant de vivre ensemble. La vie en communauté se passait au couvent. Le fast-food, pour les anglais, était un menu de carême et un big-mac était un grand manteau de pluie. Il n'y avait pas de mari au foyer, pas de congé parental, pas de télécopie, ni d'email ou de courriel, ni skype ou internet.

Nous datons de l'ère d'avant les HLM et d'avant les pampers. Nous n'avions jamais entendu parler de la modulation de fréquence FM, de coeur artificiel, de transplant, de machine à écrire électronique, ni de jeunes gens portant une boucle d'oreille.

Pour nous, un ordinateur était quelqu'un qui conférait un ordre ecclésiastique, une puce était un parasite et une souris de la nourriture pour chat. Les paraboles se trouvaient dans la Bible et non sur les toits. Un site était un point de vue panoramique, un CD-ROM nous aurait fait penser à une boisson jamaïcaine, un téléphone cellulaire aurait été installé dans un pénitencier. Le rock était une matière géologique et « made in Taiwan » était de l'exotisme. Un sms était une fausse alarme et un message Whatsapp un point d'interrogation.

Mais nous étions sans doute une bonne race robuste et vivace, quand on songe à tous les changements qui ont bouleversé le monde et à tous les ajustements que nous avons su négocier. Pas étonnant que nous nous sentions parfois sûrs de nous et fiers d'avoir su sauter le fossé entre nous et la génération d'aujourd'hui. D'ailleurs, nous sommes prêts à recevoir quelques euros par courrier électronique...

Grâce soit rendue à Dieu, nous sommes toujours là. Nous sommes, après tout, un bon cru ... »

Bien chères Résidentes, bien chers Résidents, vous êtes comme de beaux arbres, des chênes magnifiques avec de profondes racines et de majestueuses branches. Et vous savez rester branchés... Puissiez-vous rester en contact avec Dieu !

Bel automne !

Abbé Dominique Fabien Rimaz

LE MOT DE LA PASTEURE

Chères Résidentes,
Chers Résidents,

Il nous a été donné de nous rencontrer assez régulièrement ces dernières années: pour les résidents réformés, ce fut lors de cultes et de visites, pour les résidents membres des diverses Eglises chrétiennes, lors de la célébration oecuménique de janvier et, pour tous, lors des après-midis de contes ou au repas de Noël. Le temps passe et me revient en mémoire le texte biblique si connu du livre de l'Ecclésiaste (ou Qohelet) : "*Il y a un temps pour tout et un moment pour chaque chose sous le ciel*" (Qohelet 3/1).

Le temps est venu pour moi de prendre une autre route que celle de la Résidence des Chênes. C'est pourquoi, par le biais de cet article, je vous dis au revoir. Les années passées à venir vous faire une visite, à vous raconter des histoires à Noël ou à Pâques, à vous croiser dans les couloirs resteront dans ma mémoire. J'ai toujours été bien accueillie dans ce lieu et je m'y suis sentie à l'aise. La beauté du site et la vue imprenable sur la ville m'ont à chaque fois émerveillée.

Ce qui m'a surtout stimulée, c'est l'atmosphère de vie qui se dégage de l'ensemble de la Résidence. Le hall d'entrée et la salle de gymnastique y ont largement contribué mais aussi tous les sourires échangés au gré des rencontres.

Dans notre monde où tout va très vite, m'arrêter un moment dans ce lieu de vie m'a fait du bien... parce que, dans ce monde, la rencontre trouve difficilement sa place. On n'a plus le temps pour un brin de causerie au coin d'une rue ou sur une terrasse de café ; on n'a plus le temps pour se retrouver ; on n'a plus un moment pour prendre le temps de vivre, simplement.

Je vous remercie donc de m'avoir accordé du temps, de m'avoir redonné le goût de l'attente et de la rencontre paisible, dans une chambre, à la cafétéria, autour d'un verre lors d'une fête.

Je vous encourage donc, chères Résidentes, chers Résidents, à continuer de cultiver cet espace, par votre présence et votre disponibilité. Vous offrirez à celles et à ceux qui viennent ici quelque chose de beau et de grand : la VIE.

Martine Lavanchy, pasteure



Prochains cultes réformés :

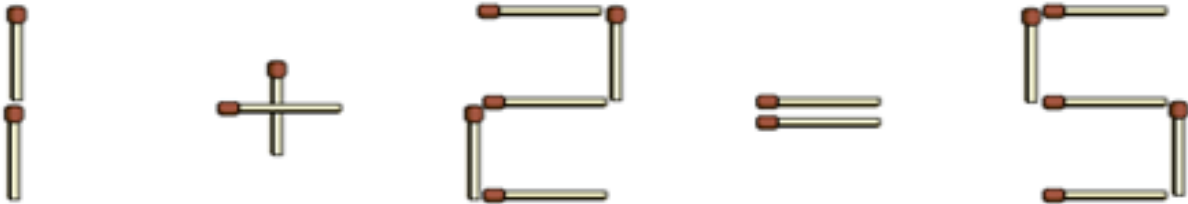


Mercredi 18 octobre 2017 à 10h00

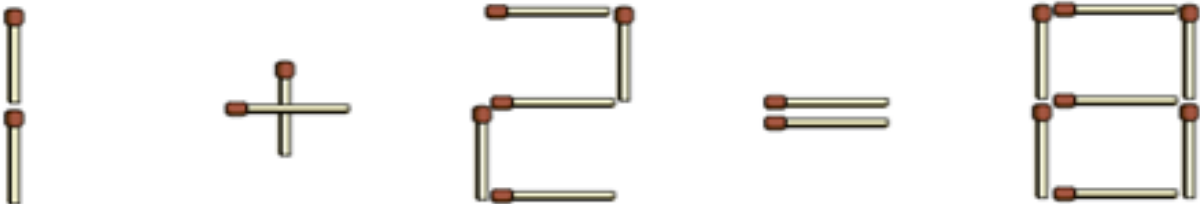


Mercredi 20 décembre 2017 à 10h00

Déplacer une allumette de sorte, que chaque calcul soit correct.



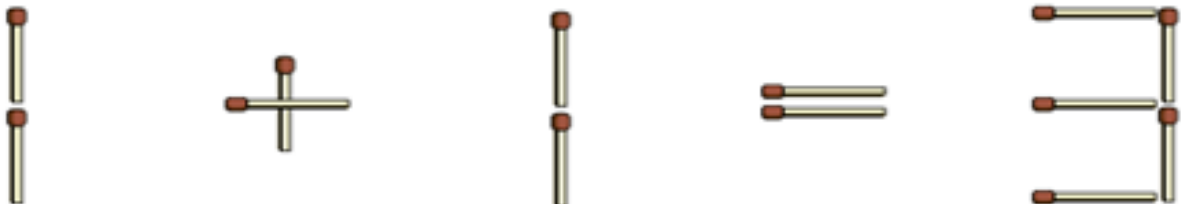
Réponse 1 : _____



Réponse 2 : _____



Réponse 3 : _____



Réponse 4 : _____

LE COIN DU LECTEUR

Mon voyage en Italie

Une envie est à l'origine de mon voyage : celle de voyager, toujours et encore ! Tous les prétextes sont bons : vacances, évènement spécial, virée de shopping et même, un peu d'argent à disposition. Mes voyages répondent tous au même désir : celui de découvrir et de faire découvrir.

Classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, la région des Cinque Terre, avec ses cinq villages médiévaux, est longtemps restée une destination de rêve, cachée quelque part dans ma tête. J'avais souvent admiré ses paysages typiquement méditerranéens dans des films et des reportages mais, jamais, je n'aurais envisagé m'aventurer un jour sur cette côte abrupte et sauvage où, au terme de chaque randonnée, un village magnifique accueille le marcheur.

On dit que les voyages en train permettent de tomber amoureux d'une région sans le vouloir. Tout ce que nous avons à faire, c'est décider de partir et il me semble que, lorsque rien n'est prévu, tout reste possible. J'ai donc pris mon sac à dos et je suis partie, en train, à la découverte de ports de pêche calfeutrés au fond de magnifiques criques baignées d'eau turquoise. Entre bord de mer et flancs de montagne, j'ai sillonné les nombreux sentiers qui relient des villages aux noms évocateurs : Monterosso al Mare, Vernazza, Corniglia, Manarola et Riomaggiore. A chaque pas, j'avais l'impression de me déplacer dans un paysage de carte postale. Cependant, ces promenades ne sont pas toujours tranquilles, sans efforts ou sans danger. Plus d'une fois, j'ai été arrêtée par la fatigue et des éboulements récents mais, heureusement, surtout par la vue splendide et par des paysages si incroyablement beaux que l'on pourrait presque douter de leur réalité. J'ai compris pourquoi les Cinque Terre suscitent un tel engouement : cette région est un petit paradis sur terre.

Depuis le train, j'ai pu admirer les villages, tantôt en arrivant depuis le Nord, tantôt depuis le Sud et, à chaque fois, j'ai découvert un spectacle nouveau. J'ai retrouvé certains clichés de cartes postales comme les maisons aux façades colorées le long desquelles sèche la

lessive pendue à des ficelles tendues depuis les fenêtres. J'ai parcouru le labyrinthe des interminables ruelles étroites qui m'ont amené vers des coins cachés pour déboucher sur des panoramas époustouflants. « On dirait le Sud » chantait Leo Ferré sur un air qui m'a accompagné dans ce dédale méditerranéen. Ce voyage, pour tous ceux qui l'entreprennent, reste une expérience inoubliable.

A propos de souvenirs : au moment de rentrer au pays, je n'ai pas oublié d'emporter différentes spécialités locales : de l'huile, des olives, de la friture de poissons ou encore les pâtes *alle vongole* (un délice !). J'ai également, et surtout, ramené quelques kilos voire quelques tonnes : des tonnes de sensations, d'émotions, de visages, de sons, de soleil, de sentiments, de sourires, de bonheur et, encore et toujours, cette familière et indéracinable envie de partir !

Buon viaggio !

Thi Kieu-Mi (Amy) Nguyen



Pique-nique de l'Espace Forêt à Gumefens



Le lundi 7 Août 2017, l'Espace Forêt a fui la chaleur citadine pour bénéficier de la fraîcheur du lac de la Gruyère à Gumefens. « On a vidé le deuxième étage, pour une fois ! », s'exclama Mme Zbinden en riant.

Au bord de l'eau, tous ont pu apprécier un moment de calme et de sérénité auprès de la cabane des pêcheurs. Chapeaux obligatoires ! Avec une météo au beau fixe et par une température de plus de 25°C, les résidents ont eu le plaisir de savourer une grillade chaleureuse.

Un après-midi de détente partagé entre jeux de cartes, rires et même quelques ronflements. « Formidable », « magnifique », « agréable », « extraordinaire », les compliments ont fusé dès notre retour et jusqu'au lendemain.

« Être au bord du lac, comme ça, tranquille... » Cette simple phrase résume bien ce temps passé hors de la Résidence. Chacun a pu s'occuper, au gré de ses envies, en jouissant du cadre idyllique dans

lequel est située cette cabane. « On a pu apprécier un jeu de cartes avec des soignants qui n'étaient pas stressés par le travail », nous a confié Mme Mauron ! Il est vrai que, sous un arbre, à la fraîcheur d'une brise légère, les heures passées auprès des résidants relevaient davantage de la complicité et du partage que du travail.

Le lendemain, plusieurs participants évoquaient avec bonheur cette excursion qu'ils auraient volontiers prolongée de quelques jours et madame Zbinden nous a glissé à l'oreille : « Tout le travail effectué par le personnel était parfait. Vous vous êtes donnés corps et âme pour nous. On vous remercie pour cette parenthèse magique. »

Ces quelques mots illustrent combien notre sortie en Gruyère a ravi résidants et accompagnateurs !

L'équipe soignante et les résidants de l'Espace Forêt

AÎNE

Les années rident la peau et la mémoire
Pourtant j'ai le sentiment de rester jeune
Puisque chaque jour je m'étonne et m'émerveille
Je garde le goût de l'amour et de la vie
La nature m'enchanté à travers les saisons
Mon cœur vibre à tout ce qui est beau
Et reçoit des flux d'inédites émotions
Je les partage avec les autres dans la joie
Chaque matin je rends grâce d'être là
Plein d'espoir et d'insatiable confiance
Du fond de mon âme monte une prière
Vers Celui qui réjouit ma longue jeunesse.

Paul Jubin

Merci à Monsieur Jubin, résidant de l'Espace Montagne, qui a la gentillesse de nous faire partager ses émotions en nous confiant un poème tiré de son recueil de poésies, écrites au fil des ans.

Les bienfaits du sport



Ma passion pour la pratique d'activités physiques me conduit aujourd'hui à m'intéresser de plus près aux bienfaits du sport sur la santé physique et psychique de l'individu et, au fil de ces quelques lignes, je voudrais partager ces informations avec vous. Comme vous avez déjà pu l'entendre ou le lire, la pratique sportive a de nombreuses vertus qui méritent d'être explorées.

Tout d'abord, la pratique régulière d'une activité physique permet de se maintenir en bonne condition physique et d'effectuer plus facilement les actes de la vie quotidienne ; elle favorise le maintien d'un poids équilibré et réduit les risques d'obésité ; elle contribue également à réduire le risque de diabète et de garder un taux de sucre (glycémie) normal dans le sang.

Un exercice sportif adapté à l'âge des pratiquants constitue une prévention efficace des maladies cardiovasculaires telles que l'infarctus du myocarde ou l'angine de poitrine et même de certains cancers comme celui du sein pour la femme ou de la prostate pour l'homme. Des activités physiques équilibrées favorisent le maintien d'une pression artérielle normale et réduisent les risques de lombalgies.

L'activité physique a également des effets bénéfiques sur la santé mentale ; elle améliore le sommeil et renforce les défenses de l'organisme contre la dépression, l'anxiété ou le stress. Elle ralentit les conséquences néfastes du vieillissement et permet ainsi aux personnes qui la pratiquent de rester autonomes le plus longtemps possible.

En guise de conclusion, je souhaite qu'ayant pris connaissance de ses bénéfices, vous serez nombreux à commencer ou à continuer la pratique d'une activité physique car, comme le dit Jim Rohn, « Prenez soin de votre corps, c'est le seul endroit où vous êtes obligé de vivre ! ».

Nergiz Atac
Equipe Morphéa

Cet article est inspiré par <http://sante.lefigaro.fr/mieux-etre/sports-activites-physiques/bienfaits-generaux-lactivite-physique/quels-sont-benefices>

Mon pays, la Guinée.

Pour prolonger ce bel été, synonyme de vacances, de voyages et de baignades, je voudrais vous parler un peu de mon pays d'origine, la Guinée, de ses coutumes et de la vie de ses habitants.

Commençons par un petit cours de géographie pour situer la Guinée, aussi appelée « Guinée Conakry », du nom de sa capitale, pour la différencier des autres pays qui portent aussi le nom de « Guinée ». La Guinée est un pays de l'Afrique de l'ouest, situé au bord de l'Océan Atlantique, et ce n'est pas pour rien qu'on l'appelle « le Château d'eau de l'Afrique de



l'ouest ». Elle est limitée au nord par le Sénégal et le Mali, à l'ouest par la Guinée Bissau et l'Océan Atlantique, au sud par la Sierra Leone et le Libéria et à l'est par la Côte d'Ivoire. La langue officielle du pays est le français mais on dénombre 6 grandes langues nationales : le Sousou, le Panlar, le Malinké, le Guerzé, le Kissi et le Toma. Chaque ethnie de Guinée possède sa propre langue, ses coutumes particulières, ses danses folkloriques et même une gastronomie spécifique.

La Guinée a obtenu son indépendance le 2 octobre 1958 et sa population actuelle, répartie sur 246.000 km², compte 12,6 millions d'habitants dont 85% sont de religion musulmane. La devise monétaire du pays est le franc guinéen.

Le pays regorge de ressources naturelles : eau, forêts, diamants, or, fer et surtout bauxite (minerai d'aluminium) dont il est le plus grand exportateur. Les forêts, les fleuves (dont le Niger) et les montagnes (dont le Mont Nimba) sont des éléments qui favorisent les ressources du pays par rapport à ses voisins. Malheureusement, ils restent sous-exploités à cause de la mauvaise gestion du pays. Malgré de beaux paysages, la vie reste difficile pour la population et la pauvreté comme l'insécurité sont omniprésentes.

Les gens achètent principalement leur nourriture au marché du village. Quelques supermarchés existent dans les grandes villes mais ils sont réservés aux personnes aisées car les prix y sont très élevés.

La cuisine guinéenne s'appuie traditionnellement sur les céréales et les tubercules, comme le fonio, le manioc, l'igname et le riz, aliment de base des Guinéens, ainsi que sur le maïs, le taro et les légumes. Tous ces aliments sont consommés avec diverses sortes de sauces comme la « sauce arachide », sauce avec différents légumes ou le fofou guinéen (tô), une spécialité locale. Les plats sont bien épicés. On trouve aussi du poisson provenant de l'océan, du poulet, du mouton et du bœuf mais le prix de ces aliments est très élevé et la population n'en achète qu'exceptionnellement à l'occasion de grandes fêtes. Enfin, de nombreuses variétés de fruits exotiques sont cultivées dans le pays.

J'espère que ce bref aperçu de mon pays africain vous aura donné envie de le connaître un peu mieux.

Sama Kante (espace Oasis).

Merci à l'Oasis !

Edith, notre maman atteinte de cette maladie que l'on n'ose pas nommer, a passé 8 années avec nous mais, finalement, nous avons malheureusement dû accepter la séparation. Après un court séjour à l'hôpital de Marsens, elle a pu intégrer la Résidence des Chênes à l'espace Oasis. Avant son admission, nous avons pu visiter l'Oasis.



Monsieur le Directeur, avec compassion et compréhension nous a accueillis et nous a expliqué la structure et le fonctionnement de cette unité psychogériatrique. La prise en compte du malade dans « L'HUMANITUDE » selon la méthode Gineste-Marescotti nous a surpris et intéressés. Cette méthode privilégie l'écoute du malade, la prise en compte de ses désirs. Cette attitude d'écoute, de compréhension, de respect du malade a suscité notre adhésion totale à l'esprit de l'Oasis.

Quel soulagement pour nous qui étions loin de maman ! La séparation fut difficile mais son nouveau cadre de vie était parfaitement adapté à ses besoins et à sa fin de vie. Nous étions rassurés de la savoir ainsi entourée par le personnel soignant et le personnel de l'animation.

Certes, au début ce ne fut pas facile pour elle mais, très vite, nous avons vu combien elle se sentait bien dans cette unité. Elle pouvait effectuer des petits travaux, faire des gâteaux, préparer des légumes pour le potage, balayer ou nettoyer les tables. Elle était heureuse et se sentait indispensable en effectuant ces quelques tâches. En quelque sorte, elle se sentait à la maison.

Edith Tschanz, nous a quittés en 2014 après avoir passé 5 années à l'Oasis. Elle est partie avec sérénité, accompagnée par l'affection du personnel.

Nous aimerions remercier ce personnel pour sa compétence, son professionnalisme, son dévouement, sa capacité d'accepter des situations parfois difficiles. Pour les familles, l'accueil, le sourire, la prise en compte des inquiétudes, l'empathie, les paroles qui rassurent constituent un grand soulagement.

Sachez que tout ce que vous avez fait pour notre maman, c'est à nous que vous l'avez fait !

Merci aux personnes de l'animation qui parviennent à éveiller l'intérêt, à susciter la joie des résidents et qui leur permettent parfois d'oublier leur état de santé.

Merci à la direction et à l'administration qui gèrent l'organisation et le fonctionnement de l'Oasis, ce qui n'est certainement pas facile !

Merci à ceux et celles qui ont compris qu'une unité de soins comme l'Oasis était indispensable aux malades et à leurs familles et qui ont tout mis en œuvre pour sa réalisation.

L'Oasis a 10 ans déjà ! Puisse cette unité continuer sa magnifique mission au service de nos aînés et leur assurer une fin de vie dans la dignité.

A vous tous, un grand MERCI ! Notre reconnaissance vous accompagnera toujours.

Sonia et Pierre

Apéritif des 10 ans de l'Oasis



Notre centenaire, Madame Marguerite Bapst

Marguerite Bapst est née par surprise à Neuchâtel le 17.07.17 à l'heure de l'apéritif. Elle sera baptisée dans cette même ville, à l'Eglise Rouge – aujourd'hui Basilique Notre-Dame – inaugurée juste 11 ans auparavant, en 1906. Mais c'est bien au pied de la belle cathédrale de Fribourg qu'elle a grandi !



Antoine, son papa, boulanger et conseiller de ville à Fribourg, y tenait son commerce, et sa maman, issue d'une famille de marchands de tissus soleuroise établie à la rue du Pont-Muré, partageait ses journées entre l'éducation des enfants et le comptoir de la boulangerie !

Marguerite a grandi entourée de 3 frères, Frédéric, Joseph et Antoine et de 2 sœurs, Anne-Marie et Thérèse. De cette belle fratrie, il ne reste aujourd'hui que sa plus jeune sœur, Thérèse.

Le travail ne manquait pas dans la famille et, très jeune, Marguerite allait en vélo faire des livraisons de pain, du côté de Bourguillon entre-autres !

Née durant la Première Guerre Mondiale, Marguerite a vécu une jeunesse marquée par la Deuxième Guerre et elle a connu les contraintes de cette difficile époque ! Elle se rappelle bien, par exemple, de la consigne officielle obligeant les boulangers à vendre le pain de la veille.

Elle entre à l'école d'infirmière en 1941 et obtient son diplôme en 1944. Elle est restée active dans sa profession durant toute sa vie. Assurant de fréquentes veilles de nuit, elle eut l'occasion de veiller avec sa fille Madeleine à la Clinique Garcia, Marguerite en chirurgie et sa fille dans le service de nurserie-maternité !

Elle épouse Antoine Bapst le 27 juillet 1950 et deux enfants naissent de cette union : Madeleine, en 1951 et, en 1959, Jean-François, malheureusement décédé en 2015.

Marguerite Bapst a eu le bonheur d'accéder au grade de grand-maman en 1975 avec la naissance d'un premier petit-fils, Pascal, suivie de la venue au monde de Christophe, en 1980.

En 1977, elle a eu le chagrin de perdre son mari, décédé après un long combat contre le cancer mais elle a poursuivi son chemin de vie avec beaucoup de courage. Son caractère toujours positif et souriant a été son moteur pour avancer dans la vie et supporter les embûches et les épreuves.

En 2013, elle a eu le grand bonheur d'être promue à la dignité d'arrière-grand-maman avec la naissance des jumeaux Jules et Edouard, les enfants de Pascal et de son épouse Angélique. Ses arrière-petits-enfants lui apportent beaucoup de bonheur et de rires, car les petits et « Guiguite » partagent toujours de très beaux moments.



Entrée à la Résidence des Chênes le 11 mars 2011, Marguerite y est très bien entourée par un personnel aimant et compétent ; elle s'y sent vraiment chez elle et est heureuse de pouvoir encore profiter des bonnes choses de la vie.

Si sa vie n'a pas toujours été un long fleuve tranquille, Marguerite Bapst a constamment fait preuve de force et de capacité de résilience. Sa force de caractère alliée à sa profonde foi en Dieu nous permettent de fêter aujourd'hui avec elle un grand « chiffre rond » et de lui souhaiter un très, très heureux anniversaire !

Madeleine d'Epagnier, fille de Marguerite Bapst

Après ces 100 belles années, M^{me} Bapst nous a quittés le 24.09.17

Hommage à ma grand-maman Marguerite Bapst

Ma chère grand-maman,
Ma belle Marguerite,

Combien de fois n'ai-je pas crapahuté avec toi dans la vieille ville de Fribourg ? Je ne le sais pas précisément. Ce que je peux dire, c'est que très tôt j'ai su par cœur le nom et l'emplacement de chaque fontaine, le nom de chaque tour des fortifications de la ville. J'ai connu les détails de toutes les belles façades de la Grand-Rue et chaque recoin de la cathédrale Saint-Nicolas, « ta » cathédrale, dans laquelle tu as encore eu l'immense joie de pouvoir chanter en décembre de l'année passée.



Avec toi, grand-maman, j'ai eu la chance de développer une grande curiosité - une très grande curiosité ! - pour les monuments historiques : églises, manoirs, châteaux... et Dieu sait si Fribourg et ses alentours en regorgent. Je sais aujourd'hui que le domaine du patrimoine historique constitue mon but professionnel et cela, en grande partie parce que, depuis tout petit déjà, j'ai profité de ta compagnie patiente et toujours curieuse lors de nos « visites vieilles pierres », comme je le dis encore souvent. Des visites où j'ai pu développer mon regard sur l'art et l'architecture ! Tu as été, durant toutes ces années, un véritable guide, toujours prête à m'accompagner partout où je souhaitais aller, toujours enthousiaste à l'idée d'apprendre quelque chose de nouveau.

Il me revient le souvenir d'une grande promenade à travers la campagne fribourgeoise, que nous avons effectuée à deux reprises, à l'identique ! En effet, la première fois, nous avons parcouru le chemin munis d'un appareil photo... sans film ! Après un vibrant fou rire dans ta salle de bain, lumière éteinte, en constatant à notre retour que

l'appareil photo était vide, ni une ni deux, nous avons refait la même route le lendemain... mais, cette fois, avec un film dans l'appareil !

C'était ainsi avec toi ! Lorsque que tu avais une idée en tête, tu y restais fidèle ! Mais toutes celles et tous ceux qui ont eu la chance de te côtoyer seront d'accord avec moi : ta présence était toujours illuminée par la simplicité, la convivialité, la chaleur humaine et un grand sens de l'humour, voire parfois beaucoup de malice.

Si je souhaite aujourd'hui te rendre hommage par ces quelques mots, c'est parce que toi et moi avons tissé, au fil des ans, des liens très forts durant nos balades et nos longues discussions, en partageant le plaisir d'un savoureux repas et d'un bon verre de vin et par notre amour de la musique classique et de l'art choral, art choral qui a souvent uni nos deux voix à la tribune de l'église.

Te rendre hommage, c'est aussi souligner ce que toute ta famille et tes proches ont toujours admiré en toi : ta foi profonde et ta capacité de ne jamais baisser les bras devant l'adversité. Tu as toujours avancé avec cette certitude que la Vie, même dans ses instants les plus difficiles, reste un cadeau précieux et unique. Voilà sans doute l'un des secrets de ta longévité, de ces 100 années que tu as eu la chance de pouvoir fêter pleinement et sereinement en juillet dernier, autour d'une riante tablée puis, dans les airs, en contemplant « ton pays de Fribourg » comme si tu étais un oiseau.

J'ai tant de bons souvenirs qui me lient à toi, grand-maman, que tu garderas toujours une place toute particulière dans mon cœur ! Au détour d'une partition de musique ou de la visite d'un monument historique, j'aurai spontanément une pensée émue pour toi et pour cette belle complicité qui nous unissait, toi et moi.

Ma chère grand-maman, ma belle Marguerite, repose en paix !

Christophe d'Epagnier

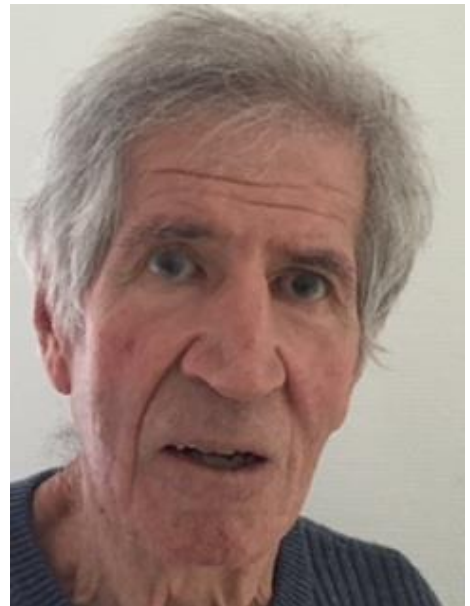
Ils nous ont quittés



Monsieur Alexis Droux

Depuis le 13 novembre 2015, Monsieur Alexis Droux a vécu au sein de l'Espace Oasis de la Résidence des Chênes. Après un temps d'adaptation, Monsieur Droux s'est bien habitué à son lieu de vie. Il appréciait tout particulièrement les promenades, il aimait observer la nature, la vie autour de lui et surtout, les belles voitures.

Monsieur Droux a toujours témoigné une profonde reconnaissance à l'égard du personnel soignant et particulièrement envers les soignantes qu'il appelait «mes Petites» et qu'il n'oubliait jamais de complimenter. Avec les soignants, la relation pouvait parfois devenir orageuse lorsqu'il avait l'impression que quelqu'un lui volait ses soignantes.



Avec sa forte personnalité et son caractère bien trempé, Monsieur Droux donnait le ton à l'Oasis. Une journée plus sombre, moins gaie pour lui, et tous les résidents et l'équipe le ressentait. Par contre, un regard amical, un simple mot agréable de Monsieur Droux suffisaient à rendre le sourire à tout le monde.

Nous garderons un souvenir ému de Monsieur Droux et du chemin parcouru avec lui. Il aura marqué l'Oasis de ses éclats mais surtout, de son regard lumineux chargé de reconnaissance.

Vincent Pfister

Madame Jeanne Sudan



Madame Jeanne Sudan avait rejoint la Résidence des Chênes le 1^{er} septembre 2014 et, durant les trois années de son séjour parmi nous, sa joie et sa bonne humeur ont été un rayon de soleil pour tout le personnel et les résidents de l'Espace Forêt.

Madame Sudan, « Jeannette » pour ses proches, était chaleureusement entourée de l'amour de toute sa grande famille. Attentive aux autres, elle voulait toujours nous aider lorsque nous préparions la salle à manger pour les repas. Elle avait chaque jour une petite attention et quelques paroles bienveillantes pour chacun d'entre nous. C'est ainsi qu'un matin, elle m'a glissé à l'oreille : « Mais qu'est-ce que tu sais bien t'occuper de moi ! Je ne m'inquiète pas pour toi le jour où tu auras un mari, des enfants et un ménage à tenir. »

Bienveillante à l'égard de tous ceux qu'elle rencontrait, Madame Sudan prenait le temps d'échanger quelques mots avec ceux qu'elle croisait dans la maison et ne manquait jamais de prendre des nouvelles de leur santé, de leur demander affectueusement s'ils avaient passé une bonne nuit et s'ils avaient bon appétit.

Chère Madame Sudan, si votre présence parmi nous a pris fin le 28 août, votre sourire lumineux reste vivant dans nos cœurs !

Marie Vervoort

Hommage à notre tante Gilberte Macherel



Notre chère tante Gilberte est née de l'union de Marie-Louise et Irénée Jaquet, nos grands-parents. Elle est venue au monde après Bernard et Gabriel, le 13 juin 1933, et elle est l'aînée de Jacqueline, Antoinette, Claude et Pierre.

Tante Gilberte est décrite par ses frères et sœurs comme ayant été une élève studieuse, souvent sollicitée pour aider ses camarades de classe. Après son école ménagère à Gruyères, elle a appris l'allemand durant un an à Klosters, dans les Grisons.

A son retour, elle fréquenta une école de secrétariat à Fribourg puis fut engagée par les Entreprises Electriques. C'est à ce moment qu'elle rencontra Jean-Michel. Ils se marièrent le 29 octobre 1956 et s'installèrent à l'avenue Weck-Reynold où tante Gilberte tint une épicerie durant 3 ans. Le couple acquit ensuite une maison à Villars-sur-Glâne où il vivra plus de 40 ans et où tante Gilberte donnera des cours de catéchisme à l'école primaire.

Tante Gilberte n'a pas eu le bonheur d'être maman mais, avec son mari, elle a accueilli durant quelques années des enfants, dont Attila, fils d'amis hongrois.

Voilà, tante Gilberte... ce petit article pour résumer une vie de 84 ans !

Chère tante Gilberte,

Tu étais pour nous une vraie dame, tu avais le vocabulaire et la classe et tu nous impressionnais !

Te recevoir avec Jean-Michel à la maison était une vraie fête. Tu nous parlais toujours avec beaucoup d'attention, tu nous gâtais et tu t'inquiétais constamment pour notre santé... et nos résultats scolaires. Tu nous disais de nous tenir droits, de parler comme il faut, de ne pas croiser les jambes car elles deviendraient vilaines ... Que de fois avons-nous dû y penser !

Tu aimais aussi nous accueillir chez vous ou nous emmener en vacances et, pour nous, Villars-sur-Glâne, c'était déjà l'exotisme ! Certains d'entre nous ont eu la chance de voir la mer pour la première fois avec toi et Jean-Michel. Ma foi, il faut dire que nous étions contents d'arriver enfin à destination après un long voyage dans votre Citroën DS dont le confort particulier nous assurait d'être malades en route. On pouvait alors profiter des joies du camping, assorties d'innombrables découvertes.

Tante Gilberte, les années ont passé, les Noël, les bénichons... Nous avons eu des enfants. Pour chacune des naissances de tes 18 petits-neveux et nièces, tu t'es réjouie et tu t'es aussi souciée d'eux.

Au décès de l'oncle Jean-Michel, le 28 juillet 2014, nous t'avons trouvée admirable. Malgré ta santé fragile, tu as tenu à vivre seule dans votre dernier appartement, à Pérolles. Mais tu as dû finalement te résoudre à t'installer à la Résidence des Chênes où tu fus magnifiquement entourée par le personnel et quelques résidents.

Depuis samedi, tante Gilberte, tu étais lasse et fatiguée, mais tu essayais toujours de sourire et tu disais merci. Nous avons alors partagé avec toi des moments très forts, remplis d'amour, de prière et d'espoir.

C'est maintenant l'automne... Merci, Tante Gilberte !

Tes neveux et nièces

Souvenirs d'antan

La rentrée scolaire

Chaque année, je me réjouissais de la rentrée scolaire car je n'ai jamais eu de problèmes à l'école. J'ai effectué mes 9 années de scolarité obligatoire à Develier, un petit village proche de Delémont. En avance sur leur temps, les classes de Develier étaient mixtes car notre village comptait trop peu d'habitants pour dédoubler les classes en séparant filles et garçons. Mes parents se sont toujours bien occupés de nous et nous n'avons pas connu de problèmes d'éducation. Malheureusement, lorsque mon père est décédé, nous avons dû commencer à travailler pour aider notre maman et nous n'avons pas eu les moyens de poursuivre des études. Je garde un bon souvenir du temps passé sur les bancs d'école...

Mme Andrée Ioset

La Saint-Nicolas

La Saint-Nicolas comptait parmi nos plus belles fêtes. Nous, habitants du quartier du Bourg, c'est à la cathédrale que nous célébrions les fêtes religieuses. Pour voir défiler Saint Nicolas entouré de ses Pères Fouettards, nous nous installions devant la banque près de la Grenette. Sur la place, il y avait de nombreux marchands de biscuits et ça sentait bon la cannelle et le vin chaud. Sous les acclamations de la foule, Saint Nicolas arrivait, assis sur un âne, puis il montait sur le balcon de la cathédrale pour prononcer un discours toujours écouté avec attention. Nous rentrions ensuite à la maison où des cadeaux nous attendaient...

Mme Georgette Dumas

J'ai grandi à Saint-Gall où la fête de la Saint-Nicolas n'était pas aussi importante qu'à Fribourg. Nous ne recevions pas souvent la visite de Saint Nicolas à la maison car cela coûtait trop cher. Je me souviens que mon papa avait horreur de cette fête mais je n'ai jamais pu savoir pourquoi car, à cette époque, on ne discutait pas de ces choses-là. A Noël, nous recevions une grande plaque de chocolat et quelques noix à partager entre nous. On n'avait vraiment pas grand-chose. Quelle différence avec l'abondance que connaissent la plupart des enfants aujourd'hui !

Mme Edith Gremaud

ARC-EN-CIEL

Bienvenue aux nouveaux résidents

Madame Andrée Ioset

C'est le 3 juillet 2017 que Madame Andrée Ioset est venue rejoindre son mari, Monsieur Gilles Ioset, dans notre grande famille de la Résidence des Chênes, à l'Espace Forêt.

Madame Ioset est née le 1^{er} octobre 1933 dans le canton du Jura. C'est à l'âge de 19 ans qu'elle décide de se marier avec son cher et tendre époux Gilles Ioset. De cette union naissent 3 garçons. Afin d'accorder toute son attention à sa chère famille, Andrée Ioset devient « femme au foyer ». Les années passent, les enfants grandissent et, à l'âge de 50 ans, Madame Ioset décide de commencer une activité professionnelle dans le domaine de la vente et de la comptabilité, dans un magasin de fourrure.



Madame Andrée Ioset aime beaucoup la musique et elle s'intéresse à la politique. Elle nous a confié avoir suivi de près toute la campagne électorale française aboutissant à l'élection de M. Macron. Comme elle déteste faire la cuisine, elle est enchantée de ne plus devoir préparer les repas depuis son arrivée à la Résidence !

Nous souhaitons à Madame Ioset un très agréable et heureux séjour parmi nous.

Marie Vervoort, Espace Forêt

Monsieur Jacques Pillonel

Jacques Pillonel a ses racines à Estavayer-le-Lac, cité médiévale pittoresque toujours chère à son cœur. Né en 1946, il fut un petit garçon éveillé, très tôt intéressé par les lettres et les chiffres ; avant même de fréquenter l'école, il avait du bonheur à rédiger des textes avec sa petite machine à écrire, imitant son papa..., qu'il suivait également volontiers dans de bonnes marches. Une grande complicité l'unissait à sa sœur Elisabeth, de 13 mois sa cadette.



Il aimait aussi beaucoup aller à l'église, rencontrer des prêtres porteurs de bonté et de sacré, « jouer » à célébrer la messe à la maison - et Elisabeth était l'enfant de chœur- servir la messe à l'église, prier, participer aux vêpres...puis, à l'adolescence, être responsable des servants de messe, aide-sacristain... C'est donc tout naturellement qu'après ses études au collège St-Michel à Fribourg, où il appréciait les mathématiques autant que le latin et le grec, il entra au séminaire diocésain pour devenir prêtre. Sans doute avait-il intériorisé la devise de ses parents : « Dieu, premier servi ! »

Il sera un prêtre heureux, chaleureux, très bon organisateur et toujours bienveillant, témoin que Dieu est Amour et qu'il vaut la peine de Le servir, l'espérance chevillée au cœur !

Son ministère, il l'exerça surtout dans le canton de Vaud. A Montreux, son premier poste, il noua de solides amitiés. Puis, ayant repris des études de théologie, il fut responsable de la formation chrétienne permanente des adultes dans le canton de Vaud et, en même temps, curé de St-Barthélemy dans le district d'Echallens. Il vécut ensuite de belles années pleines de convivialité comme curé de la paroisse St-Jean à Vevey, avant d'être délégué épiscopal pour le canton de Vaud, collaborateur et ami de Mgr Pierre Bürcher. Engagé dans les Pèlerinages Bibliques de la Suisse Romande(PBR), il a eu la joie d'accompagner des pèlerins en Terre Sainte, en Italie, en France,

au Portugal, en Roumanie, au Canada... Pendant de nombreuses années, il a amené sa sœur et des amis en Ombrie, sur les pas et dans la lumière de François d'Assise. Il venait régulièrement à Fribourg, à l'École de la Foi, pour animer des équipes et donner des cours.

Désirant retrouver un ministère paroissial, il fut nommé, en 2006, curé de la cathédrale St-Nicolas à Fribourg mais un mal insidieux commençait lentement à altérer sa mémoire et son caractère. Il officia pendant deux ans à la cathédrale puis fut curé d'Albeuve durant une année. Un diagnostic confirma les soupçons : la dégénérescence cérébrale qui l'affecte est d'autant plus sournoise qu'elle comporte une inconscience complète de son état. Il revint alors dans la ville, la paroisse et la maison de son enfance, à Estavayer-le-Lac. Là, il a cherché à donner le meilleur de lui-même, par la célébration de messes préparées avec soin et amour.

L'eucharistie, cœur de sa vie longtemps épargné par la maladie, continue de faire le bonheur de l'abbé Pillonel. Plus profonds que les pertes, des liens demeurent, à travers une prière dépouillée, des amitiés sacerdotales, de la reconnaissance, une affection fraternelle indéfectible... Il y a l'amour, celui qui fait confiance, qui donne sans compter, brise légère que l'on respire dans l'Espace Oasis.

MERCI à tous ceux qui œuvrent dans ce beau lieu de vie !

Elisabeth Pillonel



Monsieur Salvatore Miraglia



Monsieur Salvatore Miraglia, que tout le monde appelle Yno, est né le 7 février 1941 en Sicile. Au début des années 60, il émigra en Suisse pour y exercer la profession de menuisier. Il s'installa à Berne où il rencontra son épouse, d'origine jurassienne. Ils se marièrent en 1976. Monsieur Miraglia garda toujours des liens étroits avec la Sicile où il se rendait trois fois par année pour rendre visite à sa mère et à sa famille.

A côté de son travail, Monsieur Miraglia se donnait corps et âme à sa passion, la musique. Chanteur et guitariste, il organisait et animait les soirées de la communauté italienne en Suisse. En 1982, il enregistra un disque de chansons siciliennes. Il put même se produire au festival de San Remo, célèbre en Italie.

En 1999, avec son épouse, Monsieur Miraglia s'installa à Fribourg où il continua de vivre sa passion et de pratiquer la musique. A partir de 2012, il fut atteint dans sa santé mais il eut le bonheur de pouvoir rester longtemps à son domicile grâce aux bons soins de son épouse. En 2016, il a rejoint l'EMS « les Grèves du Lac », à Gletterens. Afin de se rapprocher de son épouse, il s'est installé à l'espace Oasis de la Résidence des Chênes le 19 juin 2017. Depuis son arrivée parmi nous, ses chansons italiennes égayaient le quotidien des résidents et des soignants de l'Oasis.

Nous souhaitons à Monsieur Miraglia un très agréable séjour dans notre maison.

Vincent Pfister, avec la collaboration de Madame Miraglia

Ainsi qu'aux collaborateurs

Nicolas Richoz

Bonjour chères Résidentes,
chers Résidents et chers Collègues !

Je m'appelle Nicolas Richoz. J'habite à Avry-sur-Matran mais, avec ma famille, je vais bientôt m'installer à Ecuwillens. Je suis l'heureux papa de Noah, un merveilleux garçon de 6 ans et de Gabrielle, une magnifique fillette de 19 mois.

J'ai terminé mon apprentissage de cuisinier il y a 13 ans, au sein de l'Institut Agricole de Grangeneuve. Par la suite, j'ai travaillé dans des EMS tels que le Foyer Jean-Paul II et l'Institut Ste-Ursule ainsi que dans la restauration d'entreprise.

Mes 3 dernières années passées aux côtés de mon frère et de son épouse à l'Auberge du Tilleul à Matran m'ont permis de relever un beau défi et d'acquérir une riche expérience dans la restauration à la carte.

Désirant retourner à la collectivité afin de retrouver une plus grande proximité avec mes convives, je vous ai rejoints ici, à la Résidence des Chênes.

J'espère de tout coeur pouvoir faire honneur à l'accueil formidable auquel j'ai eu droit dans votre EMS et assumer de mon mieux mon rôle à votre service!

Cordialement.



Nicolas Richoz, Responsable Restauration



Marilyne Vonlanthen

Je m'appelle Marilyne Vonlanthen et j'ai eu 40 ans en septembre dernier. J'ai passé toute mon enfance dans la Glâne et notamment 12 ans à Rue qui constitue la plus petite ville d'Europe. Malgré la beauté de ce lieu, mon rêve était d'habiter un jour en Gruyère ! Ce rêve s'est réalisé en 2015 et j'en suis très heureuse. A la sortie de l'école, mon choix m'a dirigée vers le métier de coiffeuse. J'ai obtenu un diplôme puis un CFC dans ce domaine d'activité. Après quelques années d'expérience,

j'ai eu l'opportunité d'ouvrir mon propre salon.

Le 17 septembre 2011, un obstacle sur mon chemin de vie m'a obligée à modifier mon activité et à me réinsérer professionnellement. Après mûre réflexion, j'ai décidé d'entreprendre un nouvel apprentissage en vue d'obtenir le diplôme d'employée de commerce, par le biais de l'Orif (centre de réorientation professionnelle).

En juillet dernier, j'avais mon CFC en poche et la Résidence des Chênes m'a offert la chance d'intégrer son équipe en tant que secrétaire réceptionniste. Je me suis tout de suite sentie bien accueillie et j'apprécie l'atmosphère conviviale qui règne entre le personnel et les résidents. Je remercie tout spécialement Loïc qui a su me transmettre le flambeau en me préparant avec compétence à mes nouvelles tâches.

Durant mon temps libre, je me passionne pour tout ce qui est créatif et j'aime partager de bons moments avec ma famille et mes amis. Mon souhait pour le futur est de m'épanouir dans ce que je fais et d'y prendre du plaisir afin d'apporter aide et soutien à ceux qui en ont besoin.

Chaque jour, je me ferai une joie de vous accueillir à la réception de la Résidence.

Marilyne Vonlanthen

Céline Bapst



Bonjour à vous tous ! Je m'appelle Céline Bapst et j'ai 15 ans. J'habite à Lentigny, dans une jolie ferme, avec mes parents et mes deux grands frères. J'aime beaucoup les animaux et je suis une fervente adepte de la course à pied. Je viens d'achever ma scolarité obligatoire au Cycle d'Orientation d'Avry-sur-Matran.

J'ai commencé ma formation d'assistante-socio-éducative à la Résidence des Chênes le 2 août dernier. Au cours de ces deux dernières années, j'ai déjà passé plusieurs jours à la Résidence en qualité de stagiaire et vous m'avez probablement déjà croisée dans les couloirs de la maison. Pendant les semaines d'observation de mon stage, j'ai compris à quel point ce métier me passionnait et c'est pour cette raison que, pendant les 3 prochaines années, je séjournrai parmi vous !

Je vous remercie pour votre accueil chaleureux et votre gentillesse.

Céline Bapst

Jennifer Kleim



Bonjour à vous tous !

Je m'appelle Jennifer Kleim. D'origine française, j'ai vécu dans la ville de Besançon et j'ai effectué mes études en Bourgogne. Durant deux ans, j'ai exercé mon métier d'infirmière en France, dans le domaine de la gériatrie, au bloc opératoire en qualité d'infirmière circulante en salle d'opération ainsi que dans un service de soins et de réadaptation.

En mai 2015, je suis arrivée en Suisse, dans le canton de Vaud, par le biais d'agences de travail par intérim afin de découvrir d'autres types de prise en charge des patients. Je me plais beaucoup dans ce pays car j'y retrouve une qualité de travail nous laissant le temps de « bien prendre soin ».

De mai à décembre 2015, j'ai travaillé dans diverses structures du canton de Vaud (cliniques, CHUV, soins à domicile). En janvier 2016, j'ai rejoint Fribourg pour exercer ma profession au sein des EMS accueillant des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et ce fut une expérience très enrichissante.

Durant mon temps libre, j'aime pratiquer le sport, surtout la natation, et j'aime aussi voyager pour découvrir de nouveaux horizons.

Lors de mon arrivée à la Résidence des Chênes, le 3 juillet dernier, en tant qu'infirmière à l'espace Montagne et à l'Oasis, je fus chaleureusement accueillie par tous les collaborateurs. Je me sens très bien dans cette institution et je suis ravie de faire partie d'une équipe dynamique et soudée, dans une ambiance agréable.

Merci à vous tous, collègues, direction et résidents, pour votre accueil chaleureux !

Jennifer Kleim

Florent Bonneville

Bonjour chères Résidentes
et chers Résidents !

Certains d'entre vous m'ont sûrement déjà croisé dans la maison et, pour les autres, ce n'est qu'une question de temps. Je m'appelle Florent Bonneville et j'ai intégré l'équipe de l'Oasis à la fin juin 2017. Je suis étudiant en médecine à Fribourg en 3^{ème} année et je viens épauler l'effectif de l'Oasis en qualité d'aide-infirmier. Originaire de Bulle, je suis récemment devenu citoyen de la ville de Fribourg afin de me rapprocher de mon lieu d'étude.



Sportif dans l'âme, je pratique le badminton depuis plus de 16 ans mais mon implication dans mes études m'a contraint à mettre un frein à ma soif de compétition. Je compense cela en m'adonnant à mon autre passion : la randonnée en montagne, notamment dans ma belle Gruyère natale.

Dès mon plus jeune âge, je me destine à devenir médecin. Une fois mes études universitaires terminées, je souhaite pouvoir me spécialiser en chirurgie. Mais curieux de tous les domaines médicaux, je laisse encore ouverte l'éventualité de bifurquer vers un tout autre univers que la chirurgie.

Je me réjouis de faire connaissance avec vous et je remercie l'équipe de l'Oasis de m'avoir aussi bien accueilli !

Florent Bonneville

La grande famille de la Résidence

souhaite la bienvenue à :

Florent Bonneville, Aide-infirmier, Equipe Morphea

Céline Bapst, Apprentie ASE

Bienvenue

Marilyne Vonlanthen, Secrétaire réceptionniste

Nicolas Richoz, Responsable du secteur Restauration

Raffaëla Felder, Aide-infirmière, Espace Montagne

Nadia Overney, Aide-infirmière, Espace Montagne

Leila Humbert, Animatrice

dit « bon vent » à

Marie Schmidhäusler

Michaël Crausaz

Fernanda Crausaz

Mergime Mamusha

Sébastien Giordano

Loïc Gigon

Hélène Gumy

Béatrice Rolle Dussler

Goodbye!

présente ses félicitations à :

Francisca de Oliveira Martins et son mari,

pour la naissance de la petite Beatriz, le 6 octobre 2017



CLIN D'ŒIL

Vacances des résidents à Menthon-Saint-Bernard

Ce séjour à Menthon-Saint-Bernard nous a beaucoup plu. L'atmosphère agréable et les relations cordiales entre les participants ont marqué cette semaine de vacances. Nous avons savouré d'excellents repas. Bref, ce fut parfait ! Après cette première expérience, nous sommes partants pour les prochaines vacances organisées par la Résidence ! Sur les routes de France, nous avons été frappés par la taille des bandes de goudron destinées à ralentir le trafic : des gendarmes couchés littéralement obèses !

Merci à tous ceux et celles qui ont organisé ce séjour et qui nous ont accompagnés. Nous gardons un merveilleux souvenir de nos vacances !

Gilles et Andrée Ioset





Ce furent mes premières vacances ! Nous avons séjourné dans un site magnifique. Comme j'ai peur de l'eau, je n'ai pas osé m'aventurer au bord du lac mais j'ai joui de la vue splendide depuis la terrasse. Une très bonne ambiance a régné entre nous. Un seul petit bémol : mon pas n'était pas très sûr dans le gravier recouvrant les abords immédiats de l'hôtel.

Je suis très heureuse d'avoir participé à cette belle escapade en France.

Klara Papaux

Soirée au Casino Barrière de Fribourg



Brunch des familles



Sortie à la cabane des Clés à Moléson



Sortie au musée Chaplin



Programme des animations pour la période d'automne 2017

Vendredi 29 septembre

*Soirée fromage animée par le Trio « Dani'Bern'Edi »,
pour les résidants, le personnel,
les familles des résidants et du personnel.
Vous êtes priés de vous inscrire au secrétariat, à l'auberge ou par
e-mail jusqu'au vendredi 22 septembre*

Lundi 2 octobre

*Thé dansant à l'occasion de la
Journée Internationale des Personnes Agées,
à la salle paroissiale de St-Paul au Schoenberg, animée par Jojo
Music*

Mardi 3 octobre

*Sortie au Goûter de Bénichon des Aînés à Bulle
organisé par la Croix-Rouge Fribourgeoise*

Mercredi 11 octobre

Sortie du personnel à Europa Park

Lundi 16, mardi 17 et mercredi 18 octobre

Repas à thème : « Chasse »

Samedi 28 octobre

Messe du Souvenir

Dimanche 29 octobre

Sortie au Cirque Knie

Lundi 30 octobre

Animation musicale par « Le Trio »

Lundi 6, mardi 7 et mercredi 8 novembre

Repas à thème « Fondue »

Jeudi 23 novembre à 15h00

Comité des résidents

Mardi 28 novembre

Sortie du personnel au Marché de Noël à Colmar

Samedi 2 décembre

Sortie au Marché de la Saint-Nicolas à Fribourg

Mercredi 6 décembre

*Après-midi musical à l'occasion de la Fête de la Saint Nicolas
animé par « Jojo music »*

Jeudi 21 décembre

*Repas de fin d'année de la Résidence
(pour les résidents et le personnel)*

Samedi 23 décembre à 10h00

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

Dimanche 24 décembre

*Veillée de Noël à la Résidence des Chênes
(pour les résidents et le personnel)*

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

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

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
- 🌿 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

Direction	M. Patrice Buchs
Admin. générale	Mme Marilynne Vonlanthen
Admin. résidents	Mme Cristina Jonin
Comptabilité	Mme Jacqueline Schorderet
Ressources humaines	Mme Christine Papaux
Soins	Mme Sophie Berteaux
Animation	M. Sead Spuzic
Restauration	M. Nicolas Richoz
Technique, intendance	M. Pascal Piller
Infirmier(ères) ICUS	Espace Prairie, M. Labinot Profesori Espace Forêt, Mme Türkan Cindoruk Espace Montagne, Mme Isabelle Duchier Espace Oasis, M. Vincent Pfsifter Equipe Morpheus, M. Labinot Profesori
Médecins	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
Ergothérapie	Puzzle Consulting Sàrl, Bulle
Aumôniers	M. l'abbé Dominique Rimaz M. le pasteur Urs Schmidli
Coiffeuse	Mme Séverine Deiss
Podologues	Mmes Virginie Ruffieux et Elodie Sciboz
Site	www.chenes.ch ou sur 

Comité de rédaction

Coordinateur en chef	M. Sead Spuzic
Coordinatrice-adjointe	Mme Elodie Crausaz
Coordinatrice « Prairie »	Mme Elizabeta Rouiller
Coordinatrice « Forêt »	Mme Marie Vervoort
Coordinatrice « Montagne »	Mme Muriel Maridor
Coordinateur « Oasis »	Mme Brigitte Berger
Coordinatrice « Morphea »	Mme Nergiz Atac
Coordinatrice « Commission d'accompagnement »	Mme Dominique Ruiz-Badanelli
Mise en page	Mme Cristina Jonin & Mme Marilyne Vonlanthen