



La Voix des Chênes Eichenblatt

Le journal de la Résidence des Chênes



Juin 2018



SOMMAIRE

DIRECTION	3
LE MOT DE L'INFIRMIÈRE-CHEFFE	5
MOSAÏQUE DES REPAS D'ANNIVERSAIRE DE NOS RÉSIDANTS	7
LE BILLET DE L'AUMÔNIER.....	9
LE MOT DU PASTEUR	10
JEUX.....	12
LE COIN DU LECTEUR	13
CLIN D'ŒIL	33
ARC-EN-CIEL	40
ILS NOUS ONT QUITTÉS	43
PROGRAMME DES ANIMATIONS	47
CELA NOUS INTÉRESSE	49
LA VOIX DES CHÊNES	50
A VOTRE SERVICE	51
COMITÉ DE RÉDACTION	52

DIRECTION

Quelques passages choisis du rapport d'activités 2017

Chaque année, dans les six mois suivant la fin de l'exercice comptable, doit se tenir l'assemblée générale de la Société Coopérative La Résidence des Chênes. A cette occasion, les associés sont convoqués par courrier vingt jours avant ladite assemblée. Les chefs de secteur ainsi que leurs remplaçants et les ICUS y sont également invités. En 2018, la date a été fixée au 8 juin. Des points récurrents figurent annuellement à l'ordre du jour, notamment la présentation et l'approbation des comptes, la décharge donnée aux organes responsables, la nomination de l'organe de contrôle pour l'année en cours. Aujourd'hui par ces quelques lignes, j'aimerais vous faire part de quelques points de mon rapport d'activités présenté lors de cette assemblée générale.

L'année 2017 aura été la dernière avant l'entrée en vigueur des lois sur les seniors (LSen), sur les prestations médico-sociales (LPMS) ainsi que du règlement sur les prestations médico-sociales (RPMS). Ces nouvelles bases légales sont la conséquence de l'implémentation du projet Senior+. Chaque district est désormais tenu d'instituer un réseau de santé dans lequel est centralisé l'ensemble des intervenants. Pour notre district, c'est le Réseau Santé de la Sarine présidé par notre préfet, monsieur Karl Alex Ridoré. Le réseau regroupe notamment la commission des EMS, le service d'aide et de soins à domicile et la commission des indemnités forfaitaires. En ce qui concerne la Résidence des Chênes, nous serons tenus de signer un contrat de mandat avec le réseau et nous serons assimilés à un prestataire de services en faveur du réseau. A plus ou moins court terme, il ne sera plus possible aux EMS de décider de l'admission d'un nouveau résidant. Seul le centre de coordination du Réseau Santé de la Sarine aura cette compétence. De plus, la question de la couverture des déficits des EMS devra être étudiée car ce ne sont plus les communes qui, individuellement, devront les prendre en charge mais c'est le Réseau Santé de la Sarine qui devra les assumer. ...

...L'année 2017 fut jalonnée de nombreux contrôles opérés par les autorités compétentes.

En premier lieu, comme tous les cinq ans, nous avons du faire renouveler notre autorisation d'exploiter. C'est le Service du médecin

cantonal qui effectue l'inspection. Deux infirmières ont passé une journée dans nos locaux et ont analysé l'abondante documentation que nous étions tenus de préparer. Elles se sont également entretenues avec des collaboratrices et des résidants choisis de manière aléatoire. Il nous a été demandé d'améliorer quelques points d'importance mineure ainsi qu'une modification importante de notre organisation à savoir l'horaire des repas pour les résidants qui ne peuvent manger sans l'aide du personnel soignant. En effet, ces résidants mangeaient plus tôt que les autres, ce qui n'est idéal ni pour leur rythme biologique ni pour leur intégration sociale.

Le pharmacien cantonal a effectué une inspection de notre pharmacie et de notre gestion des dispositifs et instruments médicaux. Auparavant, nous avons dû lui transmettre de nombreuses annexes. Le résultat de cette inspection fut positif puisque la seule proposition d'amélioration qui nous a été transmise est l'acquisition d'un nouveau thermomètre pour mesurer la température du local de la pharmacie.

Notre système qualité a fait l'objet d'un audit réalisé par la commission des pairs de l'AFIPA. Nous avons été en mesure de répondre à toutes les questions posées et de transmettre toute la documentation requise.

... Durant l'année 2017, nous avons réalisé une enquête de satisfaction auprès des résidants. Les résidants qui souhaitaient être aidés pour remplir le questionnaire l'ont été par une personne indépendante de la Résidence des Chênes. Le taux de participation global fut de 65.52% ce qui est jugé satisfaisant par la commission des pairs de l'AFIPA. Il sied cependant de relever que les résidants de l'Espace Oasis, même aidés par un tiers, ne sont pas en mesure de répondre à un tel questionnaire. Le degré de satisfaction global est de 96%, ce qui est largement encourageant et nous permet de conclure que nous sommes sur la bonne voie.

Sur ces constatations stimulantes, je vous souhaite de vivre de belles émotions devant votre écran de télévision en regardant les matchs du mondial de football.

A vous toutes et tous, férus ou non de ballon rond, je souhaite un très agréable été.

Patrice Buchs

LE MOT DE L'INFIRMIÈRE-CHEFFE



C'est l'été !

Nous parlons chaque été de la canicule. Mais que recouvre réellement ce terme ?

Nous estimons être en période de canicule lorsque, durant une durée prolongée, la chaleur est très forte dans la journée et que les températures nocturnes ne baissent pas suffisamment pour rafraîchir l'atmosphère. Pour la Suisse, cela correspond à des températures ne descendant pas au-dessous de 30 à 35 degrés environ la journée et de 20 à 25 degrés la nuit.

Les beaux jours ne doivent pas nous faire oublier les consignes à appliquer en cas de fortes chaleurs. Lorsqu'il fait chaud, les pertes hydriques sont plus importantes. Il est donc essentiel de boire régulièrement, même sans soif. Les personnes âgées doivent être particulièrement attentives au risque de déshydratation car elles sont plus lentes à ressentir la soif et ont une thermorégulation et une sudation moins efficaces.

Quelques conseils de base permettent de réduire ces risques en cas de fortes températures :

- Réduire au maximum l'activité physique aux heures les plus chaudes de la journée et privilégier les lieux ombragés.
- Fermer les fenêtres pendant la journée et éviter le soleil (baisser les stores).
- Aérer durant la nuit.
- Porter des vêtements légers.
- Se rafraîchir en prenant des douches froides, en posant des linges froids sur le front et la nuque, en prenant des bains de pieds.
- Boire (au moins 1,5 l par jour) à intervalles réguliers, sans attendre d'avoir soif. Privilégier l'eau aux sodas.

- Prendre des repas froids et rafraîchissants : fruits, salades, légumes, produits laitiers.

Les signes d'un coup de chaleur ou d'une déshydratation peuvent être une grande fatigue, des étourdissements, des vertiges, des maux de tête, des nausées, des vomissements, des diarrhées... Si vous ressentez l'un de ces symptômes, vous devez appeler le personnel soignant.

En cas de forte chaleur, le Gerostar est le moyen idéal pour lutter contre la canicule : de l'eau pour hydrater, du sel pour remplacer le sodium perdu par la transpiration et du sucre pour apporter l'énergie nécessaire au bon fonctionnement de l'organisme. En voici la recette :

- ◆ 1 orange pressée
- ◆ 1 citron pressé
- ◆ 7 cuillères à café de sucre (40 gr)
- ◆ 1 cuillère à café de sel
- ◆ 1 litre d'eau

Le personnel soignant proposera cette boisson aux résidents lors de la distribution des boissons. Il proposera aussi des sorbets préparés par le service des cuisines durant l'été.

L'ensemble de ces mesures vise à optimiser le bien être des résidents durant l'été. Les soirées estivales vous permettent aussi de profiter pleinement des belles soirées d'été au frais et de retarder le moment d'aller au lit. Elles ont démarré le 18 juin et prendront fin le 14 septembre 2018. Le thème proposé pour l'activité du jour est noté chaque jour sur les tableaux blancs situés en face des salles à manger des Espaces.

Je vous encourage à vous inscrire aux activités qui vous intéressent ; nous comptons sur votre participation.

A vous tous et à vous toutes, je souhaite un très bel été !

Sophie Berteaux

Mosaïque des repas d'anniversaire



Monsieur Rouiller



Madame Both



Madame Dumas



Madame Mauron



Madame Mülhauser



Madame Papaux

LE BILLET DE L'AUMÔNIER



Le mois de juin est traditionnellement celui du Sacré-Cœur de Jésus, après le beau mois de mai, mois de la Vierge et des premières communions des enfants.

Marie nous conduit à son fils Jésus car elle est sa Mère. Un petit dicton nous invite à cheminer « à Jésus par Marie » ; il serait incomplet sans « tous avec Pierre ». Cette marche vers Jésus s'accomplit avec l'Eglise, avec Marie qui est aussi Mère de l'Eglise. Pour marcher avec entrain dans le temps ordinaire, ou temps de l'Eglise, nous l'avons fêtée le lundi de Pentecôte. Il faut du souffle pour aller de l'avant.

« Tous avec Pierre ! » : François est Pierre pour notre temps. La venue du pape le 21 juin au Conseil œcuménique des Eglises et à Genève, nous a offert une grande grâce. Ce pèlerinage œcuménique, véritable sprint d'un jour, constitua une occasion particulière de prier pour l'unité des chrétiens. La télévision et les médias nous ont permis de participer à l'événement de la messe à Palexpo.

Cette venue extraordinaire nous a renvoyés à l'ordinaire de nos vies de tous les jours. Le 27 juin, nous avons fêté la bienheureuse Marguerite Bays, bien de chez nous, qui a vécu à Siviriez, village proche de Romont et de l'abbaye de la Fille-Dieu. Son procès en canonisation est en cours. Marguerite a su vivre humblement et simplement sa vie quotidienne.

La devise du voyage œcuménique du pape à Genève résume tout : « cheminer, prier et travailler ensemble ».

Abbé Dominique Fabien Rimaz

LE MOT DU PASTEUR

Ulrich Zwingli: Reformation mit Schwert oder Bibel?



Letztes Jahr feierten die Protestanten 500 Jahre Reformation. Dabei stand Martin Luther mit seinen 95 Thesen gegen den Ablasshandel im Mittelpunkt. Kaum ist dieses Jubiläumjahr vorbei, haben wir Deutschschweizer nun auch Gelegenheit „unseren“ Reformator Ulrich Zwingli gebührend zu feiern. Wir erinnern uns an ein Wurstessen während der Fastenzeit in Zürich, anstatt an einen Thesenanschlag in Wittenberg. Und wir feiern einen Vorkämpfer, der sein Leben früh auf dem Schlachtfeld bei Kappel ausgehaucht hat. So war es Ulrich Zwingli nicht vergönnt, sich ein langes Reformatorenleben lang im Kampf mit Wort, Tinte und Feder zu bewähren. Zwingli als Haudegen, der anstatt die Überzeugungskraft der Bibel die Macht des Schwertes zur Durchsetzung seiner Ideen wählte?

Zugegeben: Es waren unruhige Zeiten damals und für Reformatoren auch mal lebensgefährlich. Zwingli war Feldprediger in Kriegszeiten, in dieser Funktion aber am Frieden interessiert. Viele seiner frühen Schriften und sein politisches Engagement richteten sich gegen das Geschäft mit den schweizerischen Söldnern, junge Bauernsöhne, die weitherum in Europa in fremden Diensten kämpften. Sein Schwert

wurde Zwingli übrigens zur Selbstverteidigung von den Strassburgern auf seinen gefährlichen Weg ans Marburger Religionsgespräch, einem Verständigungstreffen mit Luther, mitgegeben.

Aber Zwinglis gewaltsamer Tod auf dem Schlachtfeld verdüstert wie ein Schatten sein Andenken. In seiner Sprache ist er allerdings weit weniger kämpferisch als Luther. Und mit seinen Verdiensten um eine Reformation, die nicht nur in der Kirche, sondern in allen Bereichen der Gesellschaft biblisch begründbare Massstäbe setzt, hätte er ein friedlicheres Image verdient.

Es sind Zwinglis Ideen, die mit grosser Kraft unser reformiertes Selbstverständnis bis heute prägen. Das ist das Entscheidende an seiner Person und an seinem Vermächtnis. Seine Übersetzung der ganzen Bibel ins Deutsche ist ein Lebenswerk, das er gemeinsam mit vielen Mitstreitern geschaffen hat: Die Zürcher Bibel wurde noch vor der Lutherbibel veröffentlicht. Ein Werk, das weiterlebt, wenn es gebraucht wird von Menschen, die darin Gottes Wort lesen und es zu sich sprechen lassen.

Pfr Urs Schmidli

Prochains cultes réformés :



Mercredi 12 septembre 2018, 10h



Mercredi 14 novembre 2018, 10h



Mercredi 19 décembre 2018, 10h

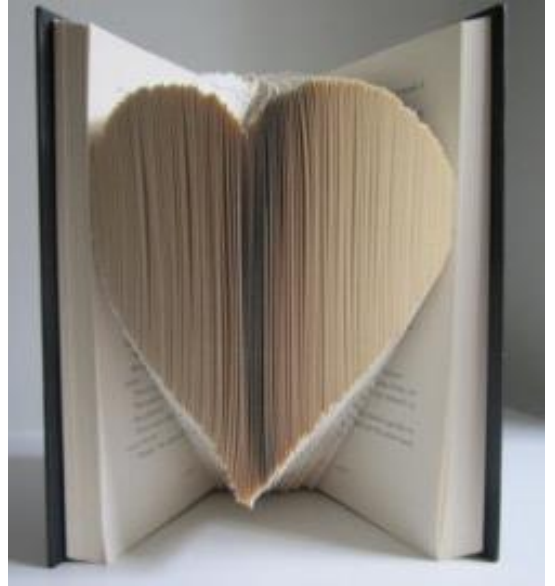
JEUX

Ces deux dessins semblent identiques. En fait ils ne le sont pas.
A vous de trouver les 7 différences qui les séparent.



LE COIN DU LECTEUR

Mon coup de cœur pour un livre :



C'est un roman policier que l'auteur, Jean-François Parrot, a greffé sur l'histoire vraie de la France du 18^e siècle, au temps des rois Louis XV et Louis XVI.

En 1761, le jeune Nicolas Le Floch, alors âgé de 20 ans, quitte sa Bretagne natale et débarque à Paris pour se mettre sous les ordres de Monsieur Antoine de Sartine comte d'Albi (qui a réellement vécu de 1729 à 1801) en tant que commissaire aux affaires extraordinaires du roi.

Durant ses enquêtes, Nicolas Le Floch sera épaulé par le policier Pierre Bourdeau et sollicitera Charles Henri Sanson, le bourreau ou exécuter des hautes œuvres qui, pour l'occasion, fera office de « médecin légiste ». Nicolas rencontrera aussi un ancien médecin militaire, Sémacgus, qui sera une aide précieuse pour mener à bien de nombreuses enquêtes.

Depuis le premier récit « L'énigme des blancs manteaux » et tout au long de l'ouvrage, on pourra découvrir les mœurs de cette époque (p. ex. on jetait le contenu des pots de chambre ou toutes sortes de débris par les fenêtres...) et imaginer la vie à Paris dont les rues n'étaient que peu éclairées et pas goudronnées (ce qui est agréable lorsqu'il pleut !). On pourra découvrir également de quoi étaient faits les repas (on mangeait beaucoup de viande). En résumé : ce livre allie suspens prenant et anecdotes historiques intéressantes.

Bonne lecture !

Dominique Cheneaux

Le slow up

Qu'est-ce qu'un slow up ?

C'est une journée permettant de découvrir une région en la parcourant sans voiture, à vélo, sur des rollers ou même en trottinette. J'ai même vu des courageux l'effectuer à pied, en courant. Le terme « slow up » résulte de la combinaison de deux expressions anglaises : « slow down » et « pleasure up », qui signifient « diminue l'allure » et « augmente le plaisir ».

Le premier slow up a eu lieu en 2000, autour du Lac de Morat. Cette balade de 30 kilomètres prenait place dans le projet de l'Expo 02.



Les parcours du slow up sont aussi plats que possible. Les éventuelles montées préludent à une descente méritée après avoir transpiré à coups de pédales. Les slow up constituent des journées très conviviales, amicales, familiales et, selon le désir et le niveau de chacun, elles peuvent prendre un caractère très sportif. Ces événements ont lieu le dimanche au printemps et en été. Cette année le slow up de Morat a rassemblé 57000 participants.

Les « slow up » permettent de découvrir de nombreuses régions : Morat, la Vallée de Joux, le Valais, la Gruyère, le Tessin, la région de Brugg, le Jura et j'en passe. De plus, lors de chaque slow up, des stands sympathiques proposent des plats régionaux typiques.

Personnellement je profite des slow up pour découvrir tranquillement des paysages tout en empruntant sans souci des routes goudronnées interdites aux véhicules motorisés durant cette journée. Durant cette balade de santé, j'apprécie la pause de midi et je savoure le repas caché dans mon sac à dos isotherme et mon thé froid fait maison pour rester bien hydratée tout au long de mon périple sportif. Équipée de mon casque et de mon sac à dos bien rempli, c'est à vélo que j'ai effectué le slow up de Morat et j'ai hâte de participer à celui de la Vallée de Joux qui propose un très beau parcours.

Au long des parcours, de nombreux stands, au bord de la route, proposent des boissons, des poulets grillés ou des saucisses de veau, sans oublier les fameuses glaces qui réjouissent petits et grands.

Lorsque, dans une montée, un cycliste me dépasse sans paraître faire le moindre effort, je me dis « allez, reprends toi, tu peux le doubler ! ». Mais, finalement, rien ne sert de courir car le slow up est une sortie à vélo pour le plaisir et non pas un défi sportif ! Par ce beau dimanche, en savourant mon thé bien frais au bord de l'eau j'ai très vite oublié que je venais de me faire doubler à vélo par un enfant de dix ans !



Nadia Overney

Polymanga

Oui, oui, je sais je vous ai déjà parlé de Polymanga ! Mais c'est avec un plaisir renouvelé que je profite de cette édition du journal de la Résidence pour vous faire découvrir le cosplay (costume) que j'ai porté cette année lors de la rencontre Polymanga du 30 mars au 2 avril 2018. L'an dernier, le phénomène « Pop-Culture japonaise » et les jeux vidéo ont attiré 42'300 visiteurs mais le record du nombre de visiteurs est dépassé chaque année. Concert, dédicaces etc constituent notre Polymanga mais le clou de l'événement reste le Global Easter Cosplay (GEC), concours qui réunit des cosplayers du monde entier. Voilà la folie Polymanga !

Quant à moi, dès mon arrivée dans le parking, j'achève de me pomponner avant de me mettre en route vers le 2m2C et, à peine suis-je prête que, clic clac kodak, me voici déjà prise en photo ! Tout au long du chemin et durant la journée entière, compliments, photos et félicitations se succèdent.

Cette année, j'ai décidé d'incarner Ahri, la Gardienne des Étoiles. Ahri est une vastaya (renard à neuf queues) issue du célèbre jeu vidéo « League of Legends » que j'apprécie tout particulièrement et qui me divertit souvent durant mes après-midis.

Voici mon joli costume ! Qu'en pensez-vous ? 😊



Marie Vervoort

La coordinatrice de la rédaction

du Journal pour l'Espace Forêt



Chers lecteurs et chères lectrices du Journal des Chênes,

Ce fut un véritable honneur pour moi d'avoir été coordinatrice de notre journal pour l'Espace Forêt (et pour ma grand-maman de me lire dans ce journal). J'ai accompli cette tâche avec joie mais, aujourd'hui, mes nouvelles orientations professionnelles ne me permettent pas de la poursuivre et c'est avec un pincement au cœur que j'abandonne cette responsabilité.

En effet, c'est parce que je vais entreprendre une formation d'Assistante en Soins et Santé Communautaire (ASSC) que je dois abandonner ce beau travail qu'est la rédaction d'articles pour notre journal. Mais soyez sans inquiétude : je ne quitte pas la Résidence pour autant ! Je « déménage » à l'Espace Prairie où vous me rencontrerez dès le mois de juillet et je transmets le flambeau à Claudia Da Silva Faria. Je souhaite à ma collègue Claudia plaisir et succès dans sa nouvelle fonction de coordinatrice de notre journal pour l'Espace Forêt.

A vous toutes et à vous tous, je ne dis pas « adieu » mais « à la revoyure » à l'étage de l'Espace Prairie ou dans les corridors de la Résidence.

Marie Vervoort

L'origine des saisons



Au mois de Mars, j'ai profité de faire une escapade de 10 jours en Sicile, une île magnifique. J'ai visité des sites, certes courus par les touristes mais superbes: Palerme, la capitale et Monreale, site historique qui domine la ville, Erice, Agrigento et sa vallée des temples, Piazza Armerina et ses mosaïques très bien conservées, Syracuse, Taormina au pied de l'Etna et Cefalu. D'une région à l'autre, les paysages et les cultures varient. La campagne était très verdoyante à cette saison et nous avons admiré une végétation luxuriante : des vignobles, des orangers, des citronniers, des amandiers en fleurs.

La Sicile est une île vraiment surprenante et il vaut la peine de s'y rendre. Comme c'était un lieu de passage entre l'Italie et l'Afrique, les vestiges historiques y sont omniprésents : monuments, habitations colorées et témoins du style arabo-normand.

Notre guide nous a cité des légendes locales et des récits mythologiques et j'ai envie de partager l'un d'eux avec vous. Il s'agit de l'histoire de Perséphone ou de la naissance des saisons. Cet épisode se déroule à Enna, plus précisément au bord du lac Pergusa.

La Déesse Déméter, protectrice de la nature, avait une fille unique qu'elle chérissait. Très belle enfant, cette jeune fille s'appelait Perséphone. La déesse lui enseignait les secrets de la terre, les légumes, les fruits et les céréales qu'elle faisait croître. La vie suivait son cours...

Le Dieu Hadès (dieu des Enfers) observait Déméter et sa fille qu'il rêvait d'épouser. Il conçut pour cela un astucieux stratagème. Il attira Perséphone alors qu'elle se promenait en pleine campagne dans un beau champ de narcisses. Alors qu'elle se penchait pour ramasser une fleur, le sol s'ouvrit et Hadès surgit et emporta la jeune fille dans les profondeurs de la terre. Nul ne pouvait sortir de cet endroit. En découvrant cet univers si différent de celui qu'elle connaissait, Perséphone ne put retenir ses larmes et c'est ainsi qu'elle devint reine des Enfers.

En rentrant, Déméter s' alarma de ne pas trouver Perséphone. La déesse de la nature quitta l'Olympe et partit à sa recherche.

Elle était si triste qu'elle refusait de faire germer les graines. Plus rien ne poussait. Un jour, elle apprit le nom du ravisseur de sa fille. Indignée, elle alla voir Zeus. Celui-ci était inquiet car la terre avait trop souffert. Zeus ordonna à Hadès de libérer Perséphone mais celle-ci avait déjà mangé quelques graines de grenade et Hadès refusa de la libérer complètement. Pour revoir sa mère, la jeune fille dut promettre de revenir régulièrement auprès du puissant dieu Hadès.

C'est ainsi que naquit la légende des saisons. Lorsque Déméter retrouva son enfant, elle laissa éclater sa joie de la plus belle manière : elle fit reverdir les champs et recouvrit les arbres de fleurs et de bourgeons. Chaque printemps et chaque été, la nature exulte mais, lorsque Perséphone doit retourner auprès du dieu Hadès, Déméter est triste et l'automne et l'hiver traduisent son chagrin. Petit à petit, la nature, les êtres humains et les animaux se sont habitués aux allers et retours de Perséphone et, à chaque printemps tout le monde est heureux de retrouver la belle saison comme Déméter de retrouver sa fille.

Que cette belle légende nous invite à profiter des belles journées printanières et estivales !

Brigitte Berger

Pas d'été sans pastèque !



L'été rime avec soleil, plage, bonne humeur, glaces et fruits exotiques. Lorsqu'on dit « fruit exotique », c'est à la pastèque que je pense en premier lieu ! Sa couleur vive et son goût sucré titillent nos papilles gustatives. Mark Twain, écrivain et humoriste américain, disait même à son sujet « qu'avoir goûté de la pastèque, c'est savoir ce que mangent les anges. » ! Du coup, ce fruit mérite qu'on s'y intéresse de plus près à l'approche de l'été.

La pastèque contient de précieux antioxydants, dont les caroténoïdes et plus particulièrement le lycopène qui lui donnent sa couleur vive si attirante. La pastèque est composée d'environ 92% d'eau et constitue donc un fruit idéal pour la saison chaude ! En effet, grâce à cette haute teneur en eau, elle prévient la déshydratation et contribue à purifier l'organisme. Elle est considérée comme le fruit le plus diurétique et agit contre la rétention d'eau. De plus, il s'agit d'un fruit peu sucré, peu calorique et sans conséquence négative pour la ligne !

La pastèque est également une source importante de différentes vitamines importantes pour le corps humain. Elle est riche en vitamine C qui renforce le système immunitaire, la bonne santé des dents et des gencives et prévient les dommages cellulaires. Elle contient également de la vitamine B6 qui intervient dans le métabolisme énergétique et participe à la formation des tissus. On y trouve aussi de la vitamine A qui contribue à la santé des yeux.

Ce fruit exotique a également des vertus dermatologiques car sa teneur en lycopène aide les cellules à se protéger des rayons solaires

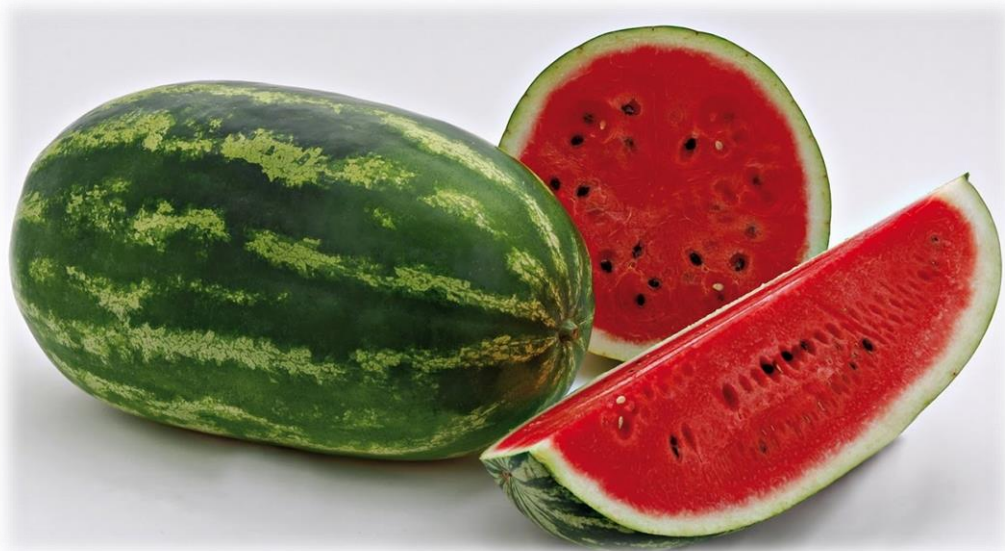
ultra-violets réduisant ainsi les risques de coup de soleil. De plus, ce fruit hydrate la peau et la rend plus belle !

Enfin, des chercheurs texans ont démontré que consommer une grande quantité de pastèques soutient la fonction érectile car ce fruit contient de la citrulline, un acide aminé favorisant la dilation des vaisseaux sanguins.

Alors Mesdames et Messieurs, cet été, n'hésitez pas à manger des pastèques sans modération !

Bon appétit !

Nergiz Atac
Equipe Morphéa



Cet article est inspiré des sites web suivants :

https://www.passeportsante.net/fr/Nutrition/EncyclopedieAliments/Fiche.aspx?doc=pasteque_nu

<https://www.femininbio.com/cuisine-recettes/conseils-astuces/vertus-bienfaits-pasteque-80603>

Départ pour un nouveau voyage

Bonjour à vous tous !

Arrivant au terme de ma formation d'ASA (Aide en Soins et Accompagnement), il est temps pour moi de vous remercier pour les deux merveilleuses années passées à vos côtés ! Cette formation fut vraiment enrichissante, tant au niveau professionnel que personnel, et elle me permet d'affronter confiante mes futures aventures ! Je ne vous remercierai jamais assez de m'avoir si bien préparée !

Un grand merci à chacun et à chacune d'entre vous, résidentes et résidants, pour vos sourires, votre confiance et votre complicité lors de nos moments de partage ! Ce fut un honneur pour moi de vous accompagner en sortie ou



d'écouter longuement les histoires incroyables de votre vécu ! Vous êtes de réels exemples d'humanité, alliant force de caractère et sensibilité. Merci pour ce que vous êtes et pour tout ce que vous m'avez apporté !

Un immense merci aussi à toute l'équipe des collaborateurs ! Merci pour chacun des moments passés ensemble, pour nos discussions et nos fous rires ! Je suis très heureuse de vous avoir rencontrés ; ces deux ans n'auraient pas été les mêmes sans vous ! Vous êtes géniaux et chacun de nos souvenirs communs resteront gravés dans un coin de mon cœur.

Encore merci ! Je vous souhaite beaucoup de bonheur dans tout ce que vous faites ou prévoyez d'entreprendre !

Alizée Bezençon



A mon arrivée en Suisse, j'ai été accueillie à la Résidence des Chênes pour y pratiquer ma profession. C'est ici que j'ai eu l'occasion de mieux connaître le système de santé suisse, de recevoir un encadrement compétent et d'améliorer mon niveau de français. Ces possibilités que l'on m'a offertes, jamais je ne les oublierai ! J'ai beaucoup aimé mon travail à la Résidence des Chênes et j'y ai reçu un précieux bagage pour ma vie professionnelle. Je tiens à remercier tous mes collègues pour leur amabilité, leur soutien bienveillant et leur patience à mon égard.

J'ai passé la plus grande partie de ma vie professionnelle dans le milieu hospitalier. Aujourd'hui, j'ai la possibilité de retourner travailler dans un hôpital, à l'HFR, dans le service d'oncologie de l'hôpital de jour. L'oncologie, département dans lequel je compte 5 années d'expérience professionnelle, m'intéresse beaucoup car c'est une spécialité en constante évolution scientifique et qui a pour objet une maladie très actuelle.

Francisca Martins

Zivildienst in der Résidence des Chênes

Als ich mich entschieden habe im Pflegeheim Résidence des Chênes den Zivildienst anzutreten, wusste ich nicht genau, was mich erwarten würde. Trotzdem freute ich mich auf die neuen Aufgaben, die ich vom August 2017 bis zum Juli 2018 bewältigen sollte und ich war zuversichtlich, dass ich viel Neues lernen werde.



Die ersten zwei Monate waren nicht ganz einfach. Die französische Sprache machte mir zu schaffen. Zudem musste ich erst einmal die Bewohner des Pflegeheimes kennen lernen und ich musste mich in den Betrieb einarbeiten. Nachdem ich eine gewisse Routine in meinem Arbeitsalltag erlangt hatte, ging mir alles viel einfacher.

In der ersten Arbeitsstunde am Morgen beschäftigte ich mich mit der Post. Ich verteilte alle Zeitungen der Bewohner in deren entsprechenden Briefkästen. Danach sortierte ich die Briefe für das Personal und gab sie weiter. Diese Tätigkeit war eine simple Büroarbeit, die nicht sehr viel Spannendes geboten hat. Trotzdem war es eine praktische Einstiegsarbeit, die ich auch erledigen konnte, wenn ich noch nicht so fit war am frühen Morgen.

Danach ging es weiter in der Animation. Hier kam ich nun wirklich in Kontakt mit den älteren Menschen. Meine Aufgabe bestand darin, im wöchentlichen Programm der verschiedenen Ateliers auszuhelfen und sogar einige selber zu leiten. Zudem hatte ich neben den Ateliers auch noch viel Zeit, in der ich selber entscheiden konnte, wie ich die Bewohner beschäftigen wollte. Ich ging oft spazieren. Ich habe viele interessante Gespräche geführt und ich habe sehr viel zugehört. In diesen Gesprächen habe ich nicht nur mein Französisch verbessert, sondern ich habe auch vieles über die Menschen erfahren.

Für die Küche habe ich noch Mahlzeiten geliefert. Auch hier habe ich einiges gelernt. Ich musste mich in ein Team einfügen, um die Aufgabe optimal zu erledigen.

Die Tätigkeit mit den alten Menschen war eine Bereicherung für mein Leben. Es hat mir nicht nur gefallen mit ihnen zu arbeiten, auch ich selber habe mich besser kennengelernt. Mir wurde klar, dass das Leben endlich ist und dass man das Leben nicht immer beeinflussen kann, wenn man zum Beispiel an einer schweren Krankheit erkrankt. Ich selber musste mich öffnen, um Empathie zeigen zu können. Meine Teamfähigkeit konnte ich verbessern. Die Charaktere der Arbeitskollegen musste man kennen, um optimal im Team arbeiten zu können.

Der Umgang mit Menschen fiel mir immer einfacher und ich habe bemerkt, dass hinter jedem Menschen eine Geschichte steckt, die ihn so ausmacht wie er ist.

Somit kann ich aus diesem Zivildienstjahr vieles mitnehmen, was mir persönlich in meinem Leben auch etwas bringt. Die Auffrischung der französischen Sprache ist natürlich noch ein praktisches Supplement.

Lorenz Jungo

Les lauriers du cœur

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

Nous remercions :

- 🌿 Le chœur Saint-Paul qui a embelli notre messe des Rameaux,
- 🌿 Madame Mollard qui anime tous les lundis après-midi le chant à l'Oasis,
- 🌿 Le personnel qui a participé à l'élaboration des mets et à l'organisation de notre « Journée balkanique »,
- 🌿 Le chœur d'enfants « Les Marmousets » pour leurs prestations du 11 et 25 juin,
- 🌿 L'école de danse flamenco « Fuente Flamenca » dont les danses passionnées ont réchauffé les cœurs de nos résidants,
- 🌿 Toutes les collaboratrices et tous les collaborateurs qui se sont investis activement dans l'organisation de la Soirée pour le personnel sur le thème du Portugal, le 29 juin dernier.





Sortie en bateau pour les 40 ans de la Résidence des Chênes



Pour marquer le 40e anniversaire de la Résidences des Chênes, le Comité des résidants a suggéré d'effectuer une sortie en bateau. L'idée de cette balade était une jolie proposition et, ayant obtenu l'accord de la Direction, nous avons mis sur pied cette excursion originale.

Après de nombreux appels téléphoniques et plusieurs séances de travail, le mardi 29 mai arrive enfin ! En ce début de journée, la météo est un peu capricieuse et quelques gouttes de pluie nous accompagnent pour entamer cette balade. Le départ est prévu à 9h30 mais, bien avant, des résidantes impatientes attendent déjà sur le banc devant la Résidence. Les deux cars réservés arrivent à l'heure prévue et nous commençons à y installer les 74 participants. La bonne humeur voire un véritable enthousiasme animent les résidants et les accompagnants. Durant le trajet vers Sugiez, la couleur du ciel laisse deviner que les nuages vont peu à peu se dissiper. Arrivés à destination, nous sommes accueillis sur notre bateau par le capitaine et son équipage. Tranquillement, chacun prend place à la salle à manger. Le capitaine nous souhaite la bienvenue et nous décrit l'itinéraire que nous allons emprunter : nous quitterons le lac de Morat par le Canal de la Broye pour rejoindre le lac de Neuchâtel et voguer au large de la ville du même nom. Au son de l'accordéon, les passagers sont invités à esquisser quelques pas de danse ou à entonner un petit air connu tout en prenant l'apéritif dans une ambiance détendue et agréable. Une belle salade de saison ouvre notre repas qui se déroule tranquillement pour s'achever avec un délicieux dessert coloré. Timidement, le soleil fait son apparition et attire les participants sur le pont supérieur du bateau pour admirer le paysage. Quel plaisir de

voir la joie illuminer le regard des résidents ! Après trois heures de navigation, nous approchons de la fin de notre voyage et les cars sont prêts à nous accueillir pour nous ramener au bercail. Les participants heureux remercient la Direction pour l'organisation de cette inoubliable journée.

Brigitte Krattinger
Secteur Socioculturel







La sortie en bateau vue par les résidents

Cette journée fut formidable et l'organisation impeccable ! Devant la Résidence nous attendaient deux cars confortables où nous sommes agréablement et tranquillement installés. Nous avons roulé jusqu'à Sugiez où le capitaine du bateau nous a accueillis. Guidés par Sead, nous avons rejoint la salle à manger du bateau où une place était réservée à chacun. Je me suis trouvée à côté d'un aimable jeune homme qui m'a invitée sur le pont supérieur pour admirer la vue. Nous avons navigué sur le lac de Morat avant d'effectuer un vaste tour au large de Neuchâtel. Nous avons dégusté un délicieux repas couronné d'un merveilleux dessert. Un accordéoniste a agrémenté notre croisière de joyeuses mélodies et, cerise sur le gâteau, la météo fut idéale !

Madame Irène Waeber

En premier lieu, je tiens à remercier chaleureusement la direction et toutes les personnes qui ont organisé cette journée. En effet il ne va pas de soi de se voir offrir un voyage en car suivi d'une belle sortie en bateau avec repas, pour les 40 ans de l'institution où l'on réside. J'aurais souhaité qu'un résident prenne la parole sur le bateau pour remercier officiellement la direction au nom de tous les participants. Cette journée fut magnifique!

Monsieur Joseph Philipona

Sensationnel ! Le personnel fut aux petits soins pour nous tout au long de la journée afin que tout se passe au mieux pour chacun. Je ne parviens pas à exprimer à quel point cette journée fut extraordinaire. Le repas fut savoureux et nous avons été régalez comme des princes. Le personnel de la Résidence a pris le temps d'accompagner chaque résident sur le pont du bateau après le repas pour que tous puissent profiter du superbe paysage.

Née dans une famille de 9 enfants, je n'ai guère été gâtée durant mon enfance, mais je peux dire qu'ici nous sommes « pourris ».

Tout ce travail pour nous offrir un tel cadeau ! Je n'en reviens pas ! Le soir venu, je n'arrivais pas à fermer l'œil dans mon lit tant les souvenirs de cette splendide excursion se bouscullaient dans ma tête.

Madame Simone Stempfel

Quelques jours avant la sortie, je me demandais comment les organisateurs de la journée allaient faire pour embarquer tant de monde sur un bateau, sans parler du déplacement en car... Aujourd'hui, je tire mon chapeau à tous nos accompagnants pour cette impressionnante organisation !

En voyant défiler les plats du repas de midi, je pensais ne jamais arriver à finir mes assiettes, surtout quand j'ai vu arriver celle du dessert. Mais, c'était tellement bon que j'ai fini par manger tout ce qui m'avait été servi. Quel délice !

L'accordéoniste qui nous accompagnait a su créer une ambiance de fête.

J'ai eu la chance d'apercevoir le Restaurant de la Sauge pendant que nous naviguions sur le canal et cela m'a rappelé de très beaux souvenirs.

A la fin de la journée, je serais volontiers restée sur les canapés installés sur le pont du bateau pour y passer la nuit !

Madame Claudine Bernhard



CLIN D'OEIL

Menu à thème : Paëlla



Sortie à Morges



Sortie au Bowling à Bulle



Sortie au home de Jeuss



Sortie à Pont-la-Ville



Souper au foyer St-Etienne



Vacances à Annecy



Souvenirs d'antan

Les vacances

Dans mon jeune âge, j'aimais partir en vacances avec ma sœur Lucie et mon beau-frère. Nous formions une très bonne équipe. Nous aimions voyager tantôt à la mer, tantôt à la montagne. Je n'avais pas peur de prendre l'avion ; au contraire, c'était un plaisir pour moi. J'ai visité beaucoup d'endroits mais je ne me souviens pas de tous c'est pourquoi je laisserai ma sœur, Lucie Angéloz, vous en dire davantage.

Hilda Birbaum

Mes toutes premières vacances en famille se sont déroulées à Saas-Fee. Je m'en rappellerai toujours car nous étions au mois d'août et il neigeait « à pattes » ; ce n'est qu'au moment de notre retour à la maison que le beau temps est revenu.

Je garde en mémoire un moment particulièrement drôle de ce séjour. Un après-midi, nous étions descendus à Saas-Grund et nous avons raté le bus qui devait nous ramener à Saas-Fee. Bien décidés à rentrer, nous avons pris l'initiative de remonter à pied au village mais nous nous sommes fait prendre par l'orage. Une bonne étoile était présente pour nous ce jour-là : un couple d'amis fribourgeois passait par là et nous à véhiculés jusqu'à Saas-Fee.

Les vacances préférées de mes enfants étaient les plus simples comme, par exemple, un séjour au camping de Lugano, au Tessin. Nous avons loué une caravane au bord du lac. Le cadre était idyllique et l'ambiance très conviviale. La caravane voisine était occupée par une famille allemande avec laquelle nous avons passé toutes nos vacances. Les hommes se plaisaient à faire des tours en bateau avec les enfants pendant que nous, les femmes, restions à papoter au camping. Ce furent de superbes vacances pendant lesquelles les enfants se sont beaucoup amusés et se sont fait de nombreux copains.

Comme l'a dit précédemment Hilda, nous avons beaucoup voyagé elle, moi et mon mari, une fois nos enfants sortis du cocon familial.

Nous sommes allés à San-Feliu, une jolie petite ville proche de Barcelone en Espagne. Nous y avons loué, durant plusieurs années, un appartement avec vue sur la mer. Nous profitions d'aller manger au restaurant, de faire quelques balades et de nous reposer : de véritables vacances de « farniente ».

Je voudrais aussi évoquer un endroit unique qu'avec mon mari nous appelions « le bout du monde ». Il se trouvait dans les Pouilles, en Italie, à Porto Dell'Orso. Une maison perchée tout en haut d'un col d'où nous ne voyions que le ciel et la mer... un site merveilleux !

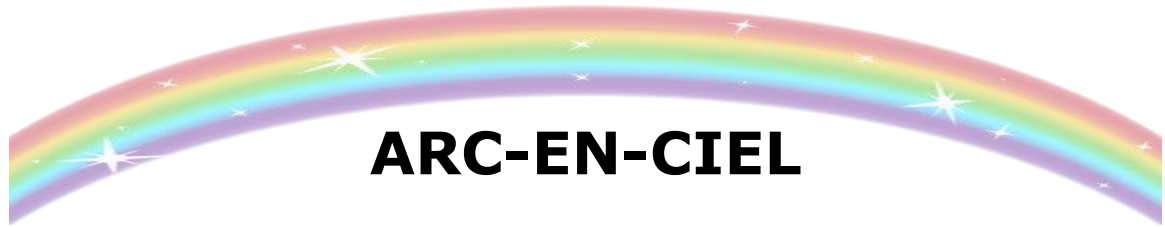
J'ai eu la chance d'aller admirer le soleil de minuit, au Cap Nord. J'ai également effectué une croisière, de Gênes, en Italie, jusqu'en Tunisie. Ce fut une très jolie expérience mais je n'aimerais pas séjourner très longtemps sur un bateau ; une semaine, c'est amplement suffisant !

Après le décès de mon mari, j'ai fait de nombreux petits voyages bon marché avec Hilda. Ma sœur était une véritable « pro » pour dénicher les bonnes affaires. Nous nous offrions des week-ends par-ci par-là pour presque rien, comme ce voyage en Hongrie pour 119 CHF par personne !

Lucie Angéloz

Nous avons beaucoup voyagé au cours de notre vie, vers des destinations variées : l'Amérique, la Thaïlande, le Canada, la Grèce, l'Allemagne ou la France et nous n'hésitions pas à prendre l'avion pour découvrir de nouvelles régions. Nous ne nous exprimons pas facilement en anglais mais nous avons toujours pu nous faire comprendre en français, notre langue maternelle, ou grâce aux quelques connaissances d'allemand de Jean-Charles. Nous avons pratiquement toujours trouvé quelqu'un qui possédait quelques rudiments de français. Nous avons apprécié les vacances de farniente mais également les randonnées pédestres. Chaque été, tant que notre santé nous l'a permis, nous avons eu le bonheur de partir durant 2 à 3 semaines pour passer de beaux moments ensemble.

Les compagnons de voyage : Jean-Charles et Geneviève Wuillemin



ARC-EN-CIEL

Bienvenue aux nouveaux résidents...

Madame Liliane Seydoux

Madame Liliane Seydoux est entrée dans notre institution le 14 mai 2018 pour résider à la chambre 207 de l'Espace Forêt.

Madame Seydoux est née le 3 février 1933. En 1954, à l'âge de 21 ans, elle s'est mariée et de cette union naquirent trois filles : Marlène, Denise et Geneviève. Elle est aujourd'hui l'heureuse grand-maman de quatre petits-enfants.



Avec son mari, Madame Seydoux a tenu le restaurant du « Sauvage » en Basse-Ville, pendant 14 ans. Levée très tôt chaque matin, elle avait la charge de la cuisine du restaurant où elle prenait un immense plaisir à concocter des menus délicieux.

Avant de nous rejoindre à la Résidence des Chênes, Madame Seydoux était domiciliée dans le quartier du Schoenberg, à la rue Jean-Marie Musy.

Madame Seydoux aimait se rendre aux « Lotos » où la chance lui souriait fréquemment ; elle y a même gagné une horloge neuchâtoise.

Nous exprimons à Madame Seydoux nos vœux de très cordiale bienvenue parmi nous et nous souhaitons qu'elle se sente ici chez-elle.

Marie Vervoort

Herr August Del Monico

Herr August Del Monico ist am 30.05.2018 in die Résidence des Chênes eingetreten.



Die Vorfahren von August kommen aus Norditalien von Cavandone, sein Grossvater und einige Brüder kamen in der Jahrhundertwende in die Schweiz. In Cavandone lebten noch lange eine Tante und Cousine von August. Jeden Sommer ging er mit der Familie nach Italien (Ghiffa, Decio) in die Ferien, wo er dann auch seine Verwandten besuchte.

August ist am 21.03.1928 geboren. Seine Schulzeit verbrachte er in Tifers mit seinen fünf Geschwister.

In jungen Jahren hat er ein Plattenlegergeschäft gegründet, hinzu kamen später noch Cheminée- und Kachelöfen, wobei seine Ehefrau und die beiden Söhne im Geschäft tätig waren. Das Geschäft war sein ganzer Stolz. Sein Hobby ist der Gemüsegarten und das Hegen und Pflegen der Rosenstöcke.

Die letzten Jahre wohnte August im Schönberg und viele Jahre vorher in Düdingen. Leider hat August seine Ehefrau sowie beide Söhne in kurzen Abständen verloren. Er hat noch zwei Grosskinder und ein Urgrosskind.

Wir wünschen ihm, dass er sich im neuen Zuhause wohl fühlt und sich an kleinen Dingen erfreuen kann.

Chris, Manuela, Lio, Yvette



ainsi qu'aux nouveaux collaborateurs

Johann Repond

Je m'appelle Johann Repond, j'ai 42 ans et suis originaire de Villarvolard, petit village dans la campagne gruérienne. Je suis marié et papa de deux enfants et j'habite actuellement à La Roche.



Après ma scolarité obligatoire à Bulle, j'ai étudié à l'École Cantonale de Degré Diplôme à Fribourg, en section paramédicale. Après mon diplôme, j'ai obtenu un CFC de monteur électricien. J'ai ensuite travaillé au service technique de l'Hôpital de Marsens puis, durant une dizaine d'années, en qualité de concierge d'immeubles et d'un centre commercial de la région bulloise pour une entreprise fribourgeoise. Cette activité m'a permis de toucher à divers domaines professionnels, ce que j'ai beaucoup apprécié. Depuis un certain temps, je recherchais un milieu professionnel plus familial et plus humain et c'est ainsi qu'il y a quelques mois, j'ai été accueilli avec chaleur et joie au service technique de la Résidence des Chênes où je me sens vraiment de plus en plus à l'aise.

En dehors de ma vie professionnelle, j'aime les moments passés en famille et entre amis. Parmi mes hobbies, figurent le sport en général (en amateur), la marche en haute montagne, la via ferrata sans oublier la rénovation de mon habitation et la pratique de la guitare basse.

Je souhaite mettre mon savoir et mon expérience au service de la Résidence des Chênes et je suis certain que je vais aussi beaucoup apprendre à vos côtés, chères Résidentes et chers Résidents.

Johann Repond

Ils nous ont quittés

Madame Cécile Jelk



Madame Cécile Jelk avait rejoint notre Espace Forêt le 17 septembre 2012.

Née le 15 décembre 1930 à Fribourg dans une famille très nombreuse, elle était la onzième d'une fratrie de douze enfants. Madame Jelk s'est mariée à l'âge de 21 ans et de cette heureuse union naquirent quatre enfants, trois filles et un garçon.

Très dévouée, Madame Jelk rendait d'innombrables services à ceux qui l'entouraient et elle aidait volontiers les résidants, notamment à l'occasion des repas. Bilingue, elle était toujours disponible pour jouer le rôle d'interprète entre alémaniques et romands.

Madame Jelk participait avec un vif intérêt aux diverses animations proposées par la Résidence. Elle se tenait au courant de l'actualité internationale et locale et attendait chaque matin avec impatience de recevoir sa « précieuse Liberté » qu'elle parcourait avec une attention soutenue.

Madame Cécile Jelk nous a quittés paisiblement le 5 avril dernier. Nous garderons le souvenir de sa grande gentillesse et de son inlassable dévouement aux autres.

Marie Vervoort

Madame Marguerite Morel



Arrivée en janvier 2015 à notre Espace Montagne, Madame Marguerite Morel était une personne très attachante. Souriante, calme et très discrète, elle parlait peu mais savait nous captiver lorsqu'elle évoquait certains épisodes de sa vie comme ses activités à la ferme ou son travail d'aide-soignante à l'Hôpital des Bourgeois.

Lorsqu'elle se sentait entourée et rassurée, elle nous faisait part de ses intérêts, de ses soucis et de sa conception de l'existence. Même si elle restait très réservée, elle appréciait la compagnie de ses voisins de table et des autres résidents de notre unité et elle prenait volontiers part aux activités proposées par notre service socio-culturel. Elle aimait aussi pratiquer la couture et le tricot.

Madame Morel était une dame au grand cœur, toujours bienveillante tant avec les résidents qu'avec les soignants. Animée d'une foi profonde, elle était une femme de prière.

Madame Marguerite Morel est décédée le 28 avril dernier. Nous gardons un souvenir ému et lumineux de sa présence parmi nous.

Muriel Maridor

La grande famille de la Résidence

félicite tous ses lauréats pour la réussite de leur formation :

Apprentissage d'aide en soins et en accompagnement ASA :

🌿 *Bezençon Alizée*

🌿 *Ezgi Taner*

Apprentissage d'assistante en soins et santé communautaire ASSC :

🌿 *Manuella Ngoni Roubaty*

🌿 *Edita Shehu*

🌿 *Nicolas Wampach*

Bachelor en soins infirmiers :

🌿 *Catherine Jacot*

🌿 *Loraine Bovet*

🌿 *Amandine Sottas*

🌿 *Cindy Terreaux*



Certificate of Advanced Studies HES-SO (CAS) en :

Psychogériatrie :

🌿 *Patrick Aebischer*

Soins palliatifs :

🌿 *Rita Cardoso*

Leadership & Management de proximité – ICUS :

🌿 *Isabell Duchier*

🌿 *Vincent Pfister*

souhaite la bienvenue à :

Lucie Cudré-Mauroux, Apprentie ASE



bon vent à :

Urbana Almeida

Raffaella Felder

Glenn Buchs

Sandrine Beaud

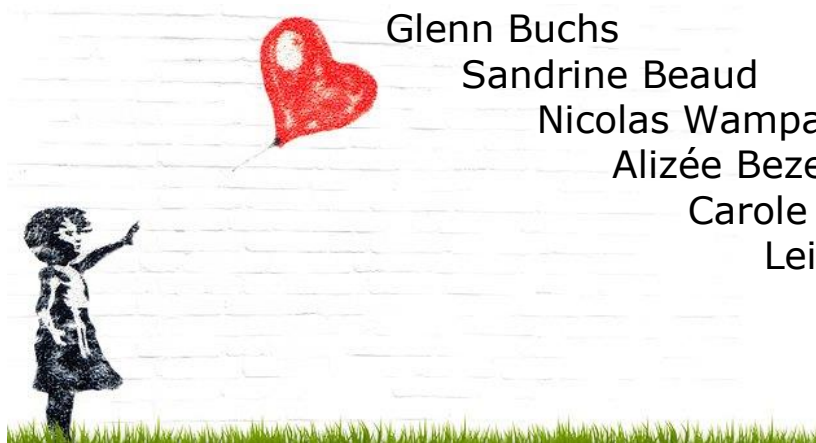
Nicolas Wampach

Alizée Bezençon

Carole Nzinga

Leila Humbert

Francisca De Oliveira



Programme des animations

**Programme proposé par le secteur socioculturel
pour la période du 15 juin au 5 octobre 2018**

Du vendredi 15 juin au vendredi 14 septembre

Soirées estivales du lundi au vendredi

Mercredi 20 et jeudi 21 juin

Sortie « Pique-nique »
à la cabane des pêcheurs à Gumefens
Mercredi 20 juin – Espace Oasis
Jeudi 21 juin – Espace Prairie

Mercredi 27 juin à 15h00

Spectacle : « Flamenco »

Dimanche 1er juillet

Traditionnel « Brunch des familles »
animé par M. Francis Lachat, homme-orchestre,
et Trio Biemann

Mardi 31 juillet

Soirée festive et animation musicale par M. Francis Lachat
pour les résidants des Chênes à l'occasion du 1er Août

Mercredi 1er Août – Fête nationale suisse

Petit-déjeuner « Brunch »
pour les résidants et le personnel de la Résidence
à l'occasion de la fête nationale

Mardi 7 août (selon la météo)

Sortie « Pêche » à Neirivue

Mercredi 8 août

Concert de l'Ensemble « Ménestrel », à 16h30

Jeudi 9 août

Sortie « Jeudi au Haras » à Avenches (selon la météo)

Jeudi 16 août à 15h00

Rencontres de Folklore internationales de Fribourg
Visite et représentation du groupe folklorique « Kyoko » du Japon

Mercredi 29 et jeudi 30 août

Sortie « Pique-nique »
à la cabane des pêcheurs à Gumefens
Mercredi 29 août – Espace Forêt
Jeudi 30 août – Espace Montagne

Dimanche 9 septembre

Fête de la Bénichon

Du dimanche 23 au vendredi 28 septembre

Vacances des résidants
au « Centro Magliaso », à Magliaso, au Tessin

Vendredi 5 octobre

« Soirée fromage » animée par le trio « Dani'Bern'Edi »
ouverte aux résidants, au personnel
et aux membres des familles des résidants et du personnel

**D'autres sorties, grillades et activités estivales
seront organisées durant cette période.
Le secteur socioculturel vous souhaite un très bel été.**

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 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
Socioculturel	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 Pfisfter Equipe Morpheus, M. Labinot Profesori
Médecins	Dr Jean-Luc Barbey 026/470.40.60 Dr 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. Dominique Rimaz, Prêtre M. Urs Schmidli, Pasteur
Coiffeuse	Mme Claudine Albinati
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 Brigitte Krattinger
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 Marilyne Vonlanthen