

LE JOURNAL D'INFORMA- TIONS

N° 3
JUIN 2017

Les Bonnesfontaines
Résidence bourgeoise



LE MOT DU DIRECTEUR

■ L'ÉTÉ AUX BONNESFONTAINES

Le travail durant la saison d'été aux Bonnesfontaines n'est pas si différent des autres saisons. Mais avec la chaleur et les vacances, l'organisation est quelque peu adaptée.

Pour les résidents, l'été c'est avant tout la possibilité de sortir et de se retrouver sur une des terrasses aménagées de la résidence. S'il faut trouver du frais, l'ombre des platanes est tout-à-fait appropriée. Chacune et chacun est invité/e à boire suffisamment, à porter un chapeau et des lunettes à soleil, à mettre de la crème solaire. S'il fait trop

chaud, il est conseillé de limiter les efforts, de rester à l'intérieur, de solliciter les fontaines à eau. Les stores des chambres sont descendus avant même les premiers rayons; au besoin, des ventilateurs sont installés, des compresseurs d'eau froide ou des douches rafraîchissantes sont proposées. Certains traitements médicamenteux sont adaptés selon les ordres médicaux.

Les soirées sont prolongées pour profiter de la douceur et les horaires du personnel sont adaptés dans ce but.

Le service d'animation organise des sorties, soirées grillades dans le jardin, journées aux bords du lac de la Gruyère, voire même une semaine de vacances valaisannes pour quelques résidents. La manifestation du 1^{er} août, des Rencontres de folklore internationales et les répétitions de la chorale, les pieds dans une baignoire d'eau, font aussi partie du programme d'été.

De son côté, la cuisine privilé-

gie des repas légers avec plus de salades, des collations fraîches, des produits laitiers, des fruits et des plats froids. L'apport en sels minéraux doit aussi être suffisant. A la cafétéria, les glaces, les jus de fruit, les citronnelles et le Rosé de Gamaret sont appréciés.

Pour la plupart du personnel, l'été est apprécié, c'est la période du chaud et des vacances ! C'est aussi l'engagement d'étudiants, HES notamment, qui viennent renforcer les effectifs durant les congés estivaux.

Même si le temps de la pause matinale au soleil est appréciée, le travail est rendu parfois plus difficile en raison de la chaleur, la fatigue peut se faire sentir. Chaque collaboratrice et chaque collaborateur doit donc penser à bien s'hydrater et à rafraîchir au mieux les locaux.

A vous toutes et à vous tous, profitez bien de vos vacances et de la saison estivale !

Christian Morard

DES EVENEMENTS A VENIR

■ 27 juin, 5 et 13 juillet 2017

Grillades aux Bonnesfontaines
sur la terrasse

■ 5 juillet 2017

Rencontre intergénération-
nelle avec des élèves du CO
de Jolimont

■ 11 juillet 2017

Visite des enfants du passeport-
vacances

Visite des bébés de la crèche

■ 18 et 19 juillet 2017

Pique-nique sur les bords du Lac
de Gruyère à Gumefens

■ 1er août 2017

Fête nationale : apéritif, repas
de midi et musique l'après-midi

■ 13 août 2017

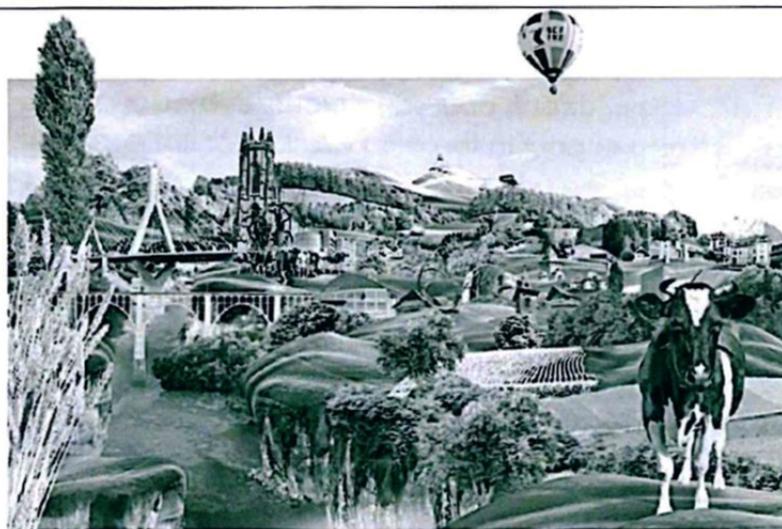
Invitation d'un groupe des
Rencontres de folklore inter-
nationales avec repas en
commun

■ 20 août 2017

Spectacle des Rencontres de
folklore internationales

■ 24 septembre 2017

Fête de l'automne avec les
familles



Une banque pour tous.
Eine Bank für alle.



Banque Cantonale de Fribourg
Freiburger Kantonalbank

simplement ouvert - einfach offener

LES NOUVEAUX RÉSIDENTS



Mme Marie Morisod

Née le 3 novembre 1929

■ Je suis née à Treyvaux. Mes parents, Mme et M. Cécile et Marcel Peiry, exploitent un domaine. Je suis la 5ème d'une fratrie de 7 filles et 2 garçons. Je fréquente les classes primaires à Treyvaux et à Châtonnaye, et l'école ménagère à Torny-le-Grand durant deux hivers.

Je participe aux travaux de la ferme. J'aime la campagne, le jardin et les fleurs.

A 18 ans j'apprends le suisse allemand à Ostermundigen à l'hôtel Bären où je suis aide de cuisine.

J'y apprends davantage l'italien que l'allemand, car la plupart des employés sont des italiens.

A 21 ans, je rejoins mes parents qui, suite au décès du propriétaire du domaine, quittent la ferme et prennent le restaurant du village, la Croix-Blanche. Maman décède à 57 ans. Je reste avec 2 de mes sœurs pour aider papa à la cuisine et au jardin. Plus tard il remet le restaurant et loue des terres.

C'est en 1953 que je me marie avec M. Maxime Clément. Il habite à Essert. Nous avons deux beaux garçons. Nous quittons la ferme de mon époux pour nous installer en ville. Mon mari travaille à la brasserie Cardinal comme chauffeur livreur.

A Pérolles, je tiens une pension pour étudiants. Certains jours j'ai 80 à 90 pensionnaires qui viennent prendre le repas de midi à CHF 3.20.

Par la suite nous reprenons l'Hôtel de Ville de Romont. C'est une période difficile, mon époux décède le 3ème jour de notre installation. Mes enfants sont petits.

Plus tard, je rencontre Robert Morisod, secrétaire syndical à Lausanne. Il devient mon second époux, j'ai 48 ans. Nous nous installons 3 ans à Lausanne et revenons à Romont.

Durant 6 ans je suis directrice du Mandarin, restaurant asiatique, à la rue de Lausanne à Fribourg.

Mes fils sont en apprentissage. Pour des raisons pratiques, j'accepte un poste de cuisinière à Romont au parc automobile de l'armée. J'y reste jusqu'à l'âge de 70 ans.

Enfin à la retraite je m'occupe de mes petits-enfants. Nous partons souvent en vacances à Zermatt avec mes enfants. En 2005 je suis pour la deuxième fois veuve. J'achète un joli appartement à Romont.

Malheureusement je m'ennuie beaucoup et je rencontre des problèmes de santé. D'un commun accord avec mes fils, j'entre aux Bonnesfontaines.



Bienvenue à

Mme Imelda Blanchard

Née le 14 décembre 1930



**Bienvenue à
Mme Agnès Bourqui**
Née le 25 août 1928

LES ANIMATIONS À LA RÉSIDENTE

■ ATELIER LECTURE

Dans le cadre des rencontres intergénérationnelles, des adolescents de 14 et 15 ans du CO du Belluard sont venus animer deux après-midis de lecture auprès des résidents. Ce furent des moments de partage très intenses pour les jeunes comme pour les aînés. Une série de questions a été proposée aux jeunes au terme de ces rencontres, voici leurs réponses :

Comment as-tu ressenti cette activité?

- J'ai bien aimé l'ambiance et la lecture devant des personnes âgées. (Walid)
- Cette activité nous a permis de voir comment vivent les personnes dans un home. (Côme)
- J'ai aimé voir la réaction des personnes âgées par rapport aux textes et surtout face à notre génération. (Ana)
- J'ai adoré, car certaines personnes âgées se font souvent une mauvaise image

de la jeunesse d'aujourd'hui. Nous leur avons prouvé le contraire en leur faisant plaisir et en parlant avec eux.

(Aurela)

Cette activité m'a beaucoup plu. J'ai trouvé les auditeurs très gentils et marrants. (Rémy)

- C'était cool de visiter un home. J'aime qu'on nous propose des activités qui nous permettent de sortir de l'école. (Nastasia)

- C'est une des meilleures activités de l'année, car entrer en contact avec des gens âgés me plaît.

(Thomas)

- J'ai adoré parler avec des personnes âgées. Je voyais dans leur regard que ça leur faisait plaisir et qu'ils ressentent de l'émotion.

(Drita)

Quel a été pour toi le moment le plus fort, le plus intéressant ? Pourquoi ?

- Lorsque nous étions tous réunis. Nous avons pu faire mieux connaissance, savoir ce qu'ils pensent de nous et comment ils vivaient à notre âge. (Ana)

- Le moment de la discussion.

C'était très intéressant d'apprendre comment les personnes âgées vivent le monde d'aujourd'hui. (Luca)

- Mon moment préféré a été lorsque nous nous sommes assis par terre devant les personnes âgées. Nous avons pu poser des questions à des gens qui ont beaucoup plus d'expériences que nous.

(Pranhavi)

A vous, Mesdames les résidentes, nous vous souhaitons une très cordiale bienvenue aux Bonnesfontaines.

Renouvellerai-tu cette expérience ? Oui – non. Justifie ta réponse.

- Oui, c'est important d'avoir des contacts avec toutes sortes de générations.

(Aurela)

- Oui, j'ai vraiment aimé entrer en contact avec d'autres gens et sortir de la routine scolaire. (Donia)

- Oui, suite à cette expérience, je me suis inscrite comme bénévole dans un home. (Inès)

- Oui, car les auditeurs étaient vraiment adorables et gentils. (Joséphine)

- Oui ; personnellement, je préfère discuter avec des personnes âgées : elles nous montrent l'exemple et ça leur fait plaisir. (Drita)

- Oui, ça m'a beaucoup plu de pouvoir lire des histoires aux personnes âgées.

(Hoshang)

■ EN PHOTOS QUELQUES BONS MOMENTS PASSÉS ENSEMBLE DURANT CES DERNIERS MOIS

A l'occasion de la semaine mondiale du développement durable, un vide grenier a été organisé...



...ainsi que la plantation de framboisiers au jardin. Les résidents ont eu la joie d'y travailler accompagnés d'enfants de la Crèche de l'Arche.



Une jolie promenade en calèches lors de la sortie à l'Auberson dans le Jura vaudois que toutes et tous ont beaucoup appréciée.



Chacun a dû être rassuré, le voyage s'est parfaitement bien déroulé.

L'ambiance était joyeuse dans la calèche.



Le vernissage de l'exposition de peinture de Mme Edmée Blattmann a été organisé à la résidence.



Comme lors de chaque événement important, la chorale des Bonnesfontaines a entonné quelques jolis chants de circonstance.

L'exposition de cette artiste intitulée « Les couleurs de mon monde » est visible jusqu'au 5 octobre 2017 aux Bonnesfontaines.





Rencontre intergénérationnelle avec les bébés de la crèche de l'Arche : c'est toujours un moment de bonheur pour tous.



■ RETOUR DU PRINTEMPS

Des résidents et résidentes ont composé un joli texte sur le thème du printemps lors de l'atelier d'écriture « Plaisir des mots ».

Le voici :



Au printemps...

C'est la nature qui se réveille, avec parfois le retour de quelques flocons de neige.

Certains oiseaux reviennent du sud, font leur nid, et on peut entendre leurs gazouillis.

Les jours se rallongent, on est moins pressé de rejoindre son lit.

Les enfants s'amusez dehors. Ils sautent à la corde, jouent à cache-cache ou encore font des pâtés de sable.

On est plus gai parce que le soleil réchauffe la nature et que de petites fleurs égayent les prés.

On attend plus que le retour de l'été...

Ont participé à l'écriture de ce beau texte :

Mesdames Cornélia Rossier, Cécile Rossier, Hedwige Clerc, Berthe Kolly, Marguerite Marro, Danielle Egger, Anne-Marie Vipret

Messieurs Henri Wicht, Jean-Pierre Bückelmann, Daniel Gugler

■ LA PLEUREUSE

Sculpture de Franziska Koch, la Pleureuse à Fribourg, à la Rue de Romont... Sous un manteau encapuchonné...



Vêtue d'un manteau encapuchonné
La pleureuse inconnue
Donne libre cours à son chagrin ...

Ses pleurs silencieux
Interrogent et troublent
Le cœur des passants
Etonnés de sa solitude.

Seul le gel de l'hiver
En brodant son secret
Emprisonne ses larmes
D'où sourd le mystère
Du soir au matin.

Dans un défilé indifférent,
Au milieu des murmures
Ou des silences évocateurs,
Seuls les oiseaux alentours
Osent une approche volatile
Déposant leurs pépiements
Consolateurs dans l'espoir
De voir sur ses lèvres
Naître un sourire,
Si ce n'est du passant ...

Cécile Meyer-Gavillet

LES HOMMAGES AUX RÉSIDENTS

Nous exprimons toute notre sympathie aux familles qui ont perdu leur proche.



■ **Madame Bernadette Kaeslin** est décédée le 3 mai, entourée de l'affection de sa famille. Elle était entrée aux Bonnesfontaines en décembre 2016.



■ **Madame Marianne Roubaty** nous a quittés le 8 mai, entourée de l'affection de sa famille. Elle était résidente des Bonnesfontaines depuis plus de trois ans.

L'arbre et la graine

Quelqu'un meurt, et c'est comme des pas qui s'arrêtent.

Mais si c'était un départ pour un nouveau voyage ?

Quelqu'un meurt, et c'est comme un arbre qui tombe.

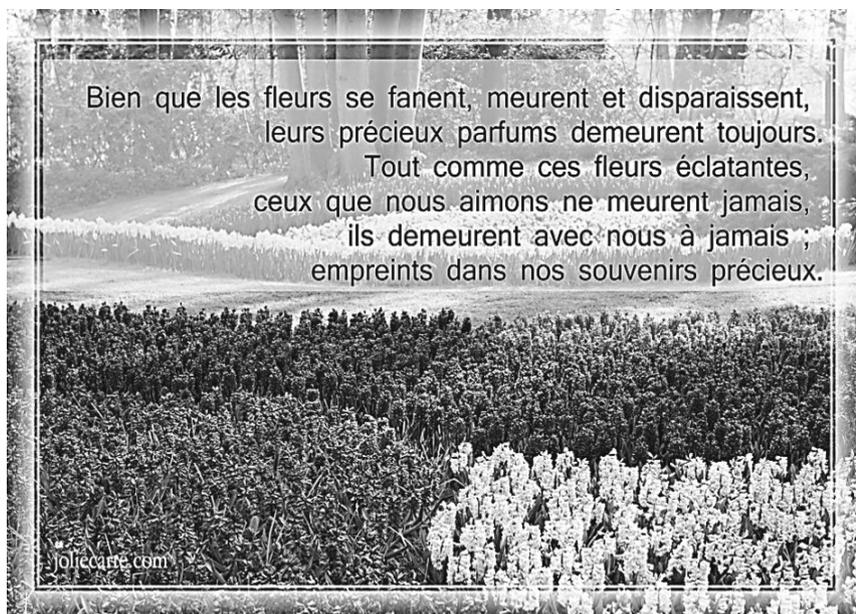
Mais si c'était une graine germant dans une terre nouvelle ?

Quelqu'un meurt, et c'est comme une porte qui claque.

Mais si c'était un passage s'ouvrant sur d'autres paysages ?

Quelqu'un meurt, et c'est comme un silence qui hurle.

Mais s'il nous aidait à entendre la fragile musique de la vie ?



LES NOUVELLES DU PERSONNEL

■ NOUVEAU PERSONNEL

Mme Helena Sofia Moreira
Pinto, infirmière

Mme Rachel Vonlanthen,
Animatrice, assistante socio-
éducatrice

Mme Margaux Eggertswyler,
aide-infirmière

Mme Güllü Caynak,
aide-infirmière

Mme Maria Bersier Monteiro,
aide-infirmière

Nous leur souhaitons plein suc-
cès dans leurs activités au sein
de la résidence et sommes
heureux de pouvoir les comp-
ter au nombre de nos colla-
borateurs.

■ DANS LE MÊME TEMPS, ONT QUITTÉ LA RÉSI- DENCE

- Mme Na Stefani
- Mme Estela dos Santos
- Mme Maroussia Dafflon

Nous les remercions pour leur
dévouement auprès des per-
sonnes âgées et formulons
tous nos meilleurs vœux pour
leur avenir professionnel et
privé.

■ VIVE LES VACANCES

Synonyme de voyage pour
certains, de repos absolu ou
encore de farniente pour
d'autres, les vacances sont
attendues avec impatience.

Quelques auteurs nous livrent
leurs définitions...

« Les vacances : des loisirs qui
se répètent »

« La meilleure condition de
travail, c'est les vacances ! »

« Mon éducation, je l'ai faite
pendant les vacances »

« Je pensais que les vacances
me viderait la tête. Mais non,
les vacances, ça ne vide
qu'une chose, le porte-
monnaie... »

« Le secret du succès est de
faire de ta vocation les va-
cances »

« On n'a jamais autant besoin
de vacances que lorsqu'on
en revient ... »

« Être en vacances, c'est
n'avoir rien à faire et avoir
toute la journée pour le faire »

**Bonnes vacances à tout
le personnel de la rési-
dence !**

■ QUELQUES CITA- TIONS SUR L'ÉTÉ

En été, l'éclat d'un jardin
est aussi féérique qu'un
feu d'artifice!

Un été sans fleurs, ni
abeilles et papillons s'ap-
pellerait l'hiver !

À septante ans
commence l'été indien
de la vie.

L'été se marque non moins
par ses mouches et mous-
tiques que par ses roses et
ses nuits d'étoiles...

Une parfaite journée d'été
est quand le soleil brille, le
vent souffle, les oiseaux
chantent, et la tondeuse à
gazon est cassée...

Chaque saison est la pen-
sée de celle qui la pré-
cède. L'été vérifie les
gestes du printemps.



LA PAROLE EST À VOUS

■ PROFESSION : GESTIONNAIRE EN INTENDANCE (GEI)

Le bonheur au travail rend-il heureux ? Ceux qui pensent que c'est impossible sont priés de ne pas déranger ceux qui essaient... Anonyme

Qu'arrive-t-il lorsqu'un travail est routinier ? Pour la majorité c'est l'ennui... Faites connaissance avec les principales activités et qualités du **GEI**, vous verrez que la routine ne fait pas partie de son quotidien :

Alimentation et restauration (aptitude à travailler en équipe)

- ✦ apprêter des mets simples, préparer diverses boissons, distribuer des repas,
- ✦ stocker les aliments en respectant les règles d'hygiène,
- ✦ nettoyer la vaisselle, les appareils, les ustensiles de cuisine.

Habitat et techniques de nettoyage (résistance physique)

- ✦ entretenir les plantes vertes et les fleurs coupées,
- ✦ aménager et décorer les locaux,
- ✦ choisir les produits de nettoyage en tenant compte des aspects économiques et écologiques,
- ✦ planifier les travaux de

nettoyage, entretenir les sanitaires, les chambres, la cuisine et les autres locaux,

- ✦ éliminer les déchets en appliquant les règles du recyclage.

Entretien du linge (hygiène et propreté)

- ✦ trier le linge en fonction de l'étiquetage,
- ✦ traiter le linge infectieux selon les normes en vigueur,
- ✦ choisir et doser les produits de lessive, laver, repasser, distribuer et ranger le linge,
- ✦ effectuer la remise en état des textiles abîmés.

Accueil et service (sens de l'accueil)

- ✦ accueillir les clients et répondre à leurs besoins,
- ✦ organiser des événements simples et en assurer la réalisation,
- ✦ préparer les locaux, dresser le couvert, décorer les tables, effectuer le service,
- ✦ prendre note des réclamations des clients et y donner suite.

Administration (esprit méthodique)

- ✦ Contrôler les livraisons, gérer les stocks, étudier les offres pour les produits et les marchandises,

- ✦ tenir des statistiques,
- ✦ rédiger les principaux documents administratifs (commandes, lettres, menus, etc.) à l'aide de logiciels courants.

Santé et domaine social (courtoisie et tact)

- ✦ aider les clients lors de leur arrivée (porter, défaire les valises, ranger, etc.),
- ✦ accompagner les personnes nécessitant des soins à l'intérieur de l'institution,
- ✦ rendre des services simples et adaptés aux circonstances.

De par toutes ces activités et qualités, le GEI est pourvoyeur de bonheur. Valoriser toutes ces compétences, c'est valoriser nos résidents, notre résidence et de ce fait, nous. Le GEI garantit le bien-être, la santé et la qualité de vie.

N'oubliez pas : Plus on est soudé et impliqué, plus on est heureux. La sensation d'ennui disparaît.

Aïcha Monnet, employée « heureuse » à la Résidence des Bonnesfontaines, se forme pour devenir GEI

Les Bonnesfontaines
Résidence bourgeoise
Rte des Bonnesfontaines 24
CH – 1700 Fribourg
Tél. 026 / 460 12 33

www.lesbonnesfontaines.ch
info@lesbonnesfontaines.ch

IMPRESSUM