

LE JOURNAL D'INFORMA- TIONS

N° 23
OCTOBRE 2020

Les Bonnesfontaines
Résidence bourgeoisiale



LE MOT DU DIRECTEUR

■ A MESSIEURS LES MINISTRES RIEDO ET HETZEL

En pleine deuxième vague de coronavirus, toutes les équipes de tous les services des Bonnesfontaines se concentrent sur leur travail avec une mission claire : **protéger les résident-e-s et se protéger de la contamination**. Hélas, certaines personnes ont contracté le virus. Espérons que toutes et tous puissent guérir rapidement!

Parmi les personnes mobilisées dans cette crise, il en est deux qui méritent en particulier gratitude et admiration :

le Dr Roger Riedo et le Dr Jacob Hetzel. **Leur engagement et leur dévouement sont remarquables, à toutes heures de la journée et sept jours sur sept**. Forts de leur compétence et leur expérience, « nos » médecins prennent les mesures efficaces et adéquates.

Des soins complexes prodigués à la personne âgée, de la vision globale qu'ils nécessitent et de la précision indispensable des décisions et du suivi, **la contribution des médecins de la Résidence bourgeoisiale est largement appréciée et donne confiance à toutes et à tous** : aux résident-e-s, aux collaborateur-trice-s, à la direction, au Conseil des Bonnesfontaines. Et les médecins eux-mêmes font confiance aux équipes de soins notamment dans l'analyse de situation et dans la prise en soins infirmière.

Alors que la crise bat son plein, cette collaboration et cette coordination des ac-

tions sont simplement formidables et surtout gages d'efficacité et, nous le croyons, de réussite.

L'engagement des deux médecins répondants des Bonnesfontaines est salué également pour leurs compétences humaines. Avec patience, humour, douceur et empathie, les soins médicaux n'ont que plus de réussite.

Dans son serment du IV^{ème} siècle avant Jésus-Christ, Hippocrate parle du médecin dans l'exercice de son « ministère ».

Alors Messieurs les Ministres, le personnel et les résident-e-s des Bonnesfontaines vous applaudissent et vous disent d'ores et déjà un tout grand MERCI.

Christian Morard

DES EVENEMENTS A VENIR

Situation actuelle (28.10.2020)

La situation évolue à tout instant. Il devient difficile de communiquer chaque changement. Le Service du médecin cantonal a ordonné la consignation en chambre. Des tests sont effectués.

A ce jour, cinq résident-e-s et un membre du personnel sont infectés. Nous ne manquons

pas de personnel, mais nous accepterions avec plaisir l'aide de bénévoles pour servir les repas, par exemple. Merci de vous annoncer à info@lesbonnesfontaines.ch.

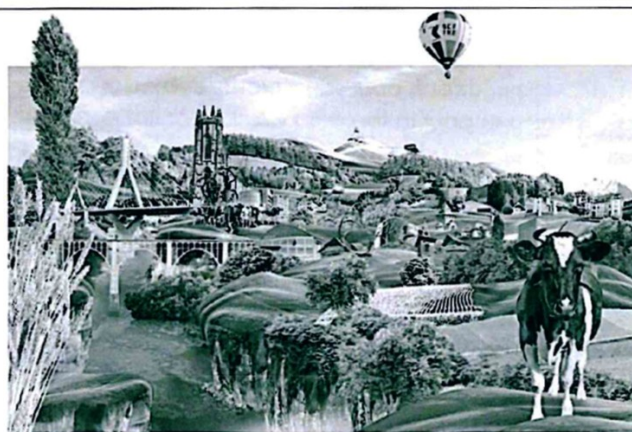
Le service d'animation s'active pour être présent auprès de personnes qui en ont le plus besoin. Chaque résident-e et les proches peuvent aussi solliciter une réunion par skype à animation@lesbonnesfontaines.ch.

La messe du Père Josse sera diffusée chaque semaine par le canal télévisé interne.

Pour obtenir des renseignements auprès des services de soins, veuillez s'il vous plaît appeler dans l'après-midi. Les visites restent possibles pour

toute personne alitée ou en fin de vie.

Toute l'Institution reste mobilisée pour atteindre l'objectif de passer cette crise au mieux.



Une banque pour tous.
Eine Bank für alle.



Banque Cantonale de Fribourg
Freiburger Kantonalbank

semplice aperto - einfach öffnen

NOUVELLES RESIDENTES ET NOU- VEAUX RESI- DENTS



**Bienvenue à
Mme Eliane Dupraz**
Née le 6 mars 1940

■ Mme Eliane Dupraz voit le jour à Fribourg. Elle habite dans le quartier du Schönberg avec ses parents. Son papa, M. Severino Lepori, est originaire du Tessin et sa maman, Mme Rose Doffet, vient de Fribourg.

Lors de son apprentissage de coiffeuse à Fribourg, elle rencontre son futur mari, M. Roland Dupraz - résident également des Bonnesfontaines depuis plus de 3 ans - qui suit un apprentissage de technicien-dentiste à Pérolles.

Leur mariage est célébré à la cathédrale St-Nicolas. Les époux donnent naissance à

deux enfants, une fille prénommée Marie-France, qui malheureusement décède il y a 20 ans, et un fils Pierre-Alain. Ils ont la grande joie d'être grands-parents de deux petits-enfants, Mélinda et Emerique.

Mme Dupraz exerce sa profession de coiffeuse durant plusieurs années, à l'Hôpital Cantonal ou dans d'autres salons de coiffure à Fribourg ou à Berne. Elle achète son propre salon pour messieurs sis aux Grand-Places à Fribourg qu'elle gère durant quelques années, avant une reconversion dans sa vie professionnelle comme employée de commerce dans l'entreprise « Meubles Deillon » pendant 2 ans.

Mme Dupraz aime chanter, et voyager. Elle fait longtemps partie du Chœur mixte de Saint-Jean. Sa santé s'étant péjorée, c'est tout naturellement qu'elle décide de venir vivre avec son époux aux Bonnesfontaines.

**Nous vous souhaitons une
très cordiale bienvenue aux
Bonnesfontaines.**



**Bienvenue à
M. Paul Kolly**
Né le 6 mars 1936

■ C'est à Fribourg, dans le quartier de l'Auge, que naît M. Paul Kolly au sein d'une fratrie de 9 enfants. Par la suite, il part en Valais pour travailler dans un élevage de poules puis revient dans le canton de Fribourg pour effectuer une formation de boucher au sein de l'entreprise Micarna à Courtepin. Il y travaille jusqu'à sa retraite.

M. Kolly est papa de deux filles et un garçon et a la joie d'être plusieurs fois grand-papa.

Il se qualifie comme quelqu'un de plutôt solitaire, il apprécie la nature et la musique folklorique. Il réside aux Bonnesfontaines depuis le 5 octobre et a le plaisir d'y côtoyer son frère aîné, M. Pierre Kolly, qui y vit depuis plus de 3 ans.

LES ANIMATIONS À LA RÉSIDENCE

Grillades au bord du Lac de la Gruyère à Gumefens

C'est sous un beau soleil de fin août et dans un cadre enchanteur que les résidentes et résidents ont eu le grand plaisir de participer aux grillades organisées par le service d'animation au bord du lac à Gumefens.



De délicieuses grillades, un bain dans les eaux douces du lac ou un moment de douceur sur un banc, en voilà une belle journée d'été!

Merci aux bénévoles qui ont aidé à organiser ces belles journées : Maguy, Nicole, Marguerite, Antoine et André.





Préparation de bricelets et de pains d'anis

Tradition oblige et surtout bénichon oblige, au début du mois de septembre, c'est le retour de la fabrication des bricelets et autres pains d'anis.



Recette de la moutarde de Bénichon

de Mme Sara Bulliard, résidente, qui nous a quittés sereinement le 19 octobre

« ... cette recette, je l'ai reçue de ma belle-mère... et je l'ai faite chaque année pour ma famille » explique Mme Bulliard.

En voici la préparation :

1. Cuire dans une casserole pendant une heure les ingrédients suivants et ensuite les laisser refroidir :

1 l d'eau / 15g de cannelle en bâton / 30 g d'anis étoilé / 5 clous de girofle / 250 g de sucre candi / 250 g de sucre en poudre.

2. Tremper et laisser pendant une heure les ingrédients sui-



vants :

40 g de farine de moutarde / 2,5 dl de vin blanc.

3. Enlever les épices de l'eau et faire bouillir dans la casserole. Ensuite ajouter les ingrédients suivants en remuant toujours le contenu et cuire pendant 10 minutes jusqu'à que le contenu devienne épais :

200 g de farine / 300 g de vin cuit / 500 g de mélasse.

4. Ajouter dans la casserole en remuant le mélange de la farine de moutarde et le vin blanc, laisser cuire encore 10 minutes.

Journée internationale de la personne âgée

Le 1^{er} octobre a lieu la journée internationale de la personne âgée. Cette année de pandémie, cette manifestation s'est déroulée à la résidence et l'animation de la journée a été effectuée par les résidentes et résidents eux-mêmes.



A l'entrée de la grande salle, M. Pierre Kolly et M. Jean-Pierre Hayoz se sont occupés de l'accueil et de la désinfection des mains.

Mmes Sonia Mottas et Anne-Marie Vipret ont, quant à elles, servi les boissons et collation.

M. Fernand Gerbex a écrit un magnifique discours (ci-dessous) et c'est Mme Estelle Sonnenwyl qui l'a lu.

Les photos ont été réalisés par Mme Christiane Kurt.

Une présentation de mélodies d'autrefois a été faite par M. Michel Studer et une projec-



tion d'images commentée par Mme Lucienne Paulin et Solange Chassot.



Voici en exclusivité le discours écrit par M. Gerbex : « C'est en 1990 que l'Assemblée générale des Nations Unies à New-York décide la création d'une journée internationale pour les personnes âgées. Cette journée est célébrée pour la première fois le 1^{er} octobre 1991. Depuis lors, c'est-à-dire depuis 30 ans, elle a lieu chaque année le 1^{er} jour du mois d'octobre dans le monde entier.

Cette journée a pour but, notamment, la sensibilisation du public aux problèmes du vieillissement et de la maltraitance. C'est aussi l'occasion



de relever la contribution que les personnes âgées apportent à la société.

La Suisse dans laquelle nous vivons ne s'est pas faite d'un coup. C'est un jour de reconnaissance adressée aux générations qui nous ont précé-

dés et légué le beau pays que nous avons la chance d'habiter. Selon Kofi Annan, ancien secrétaire général de l'ONU : « Nous sommes actuellement les témoins d'une révolution silencieuse ». Il disait encore : « Durant la deuxième moitié du vingtième siècle, l'espérance de vie a augmenté de vingt ans. Dans les trente prochaines années, un tiers de la population des pays développés aura plus de 60 ans, dont 10% sera âgé de plus de 80 ans. ».

Il est évident qu'une telle évolution aura des conséquences économiques, sociales, culturelles et morales. Nous sommes arrivés aujourd'hui dans ce futur dont parlait Kofi Annan. Les plus de 60 ans, riches en connaissances et en expérience de vie, ont un rôle à jouer dans notre société, surtout si les décisions à prendre les concernent.

Les milieux de la prévoyance sociale doivent planifier le proche avenir pour être en mesure de fournir à nos aînés une vie décente et digne dans un cadre agréable. Bonne fête à tous et vive les personnes âgées ! »



La Fête de la Courge

Covid oblige, la fête de l'automne réunissant les proches, les résidents, le personnel, n'a pas pu avoir lieu cette année. Elle a été remplacée par la fête de la Courge, uniquement pour les résidentes et résidents, le vendredi 16 octobre 2020. Elle fut haute en couleurs par la réalisation effectuée par les résidents de plusieurs courges décoratives et par les chansons de Arina, apprentie en animation.

Deux concours ont été organisés, en voici les résultats :

1. Trouver le nombre exact de courges dans un vase : M. Paul Kolly a été le seul à trouver le nombre exact, soit 73 courges.

2. Election de la plus belle courge; voici les résultats des votes :

1^{ère} : Mme Emma Baeriswyl : la courge au chapeau fleuri

2^{ème} : Mme Estelle Sonnenwyl : le hérisson-courge

3^{ème} : Mme Danielle Egger : la courge à bigoudis



Préparation du gâteau pour la fête des anniversaires du mois

Chaque mois, un délicieux gâteau est préparé par les résidentes et résidents. Il est dégusté par l'ensemble des personnes nées durant le mois en question. En septembre, c'était une Forêt Noire.



Et voici le résultat ! Hum!

Ah les lotos !

Ce sont des moments intenses, toujours bien sûr avec l'espoir de gagner. Mais même sans gagner, l'attrait de ce jeu de société très prisé est indéniable et permet ensemble de passer un très bon moment de convivialité.



Un mot du Docteur Roger Riedo

Texte écrit par Dr Riedo à l'attention des familles des résidents en juin 2020.

« Chères Familles des résidents,
Mesdames, Messieurs,

Je disais à cette occasion que le confinement nous a obligés à concilier COEUR et RAISON. OUI, il nous faut du COEUR pour accepter ce que la RAISON a dû accepter comme recommandations, comme restrictions.

Et toutes les personnes gravitant autour des résidents l'ont fait merveilleusement de façon efficace, sécurisante et rassurante. C'est encore pour moi le moment de leur redire toute ma reconnaissance et mon admiration.

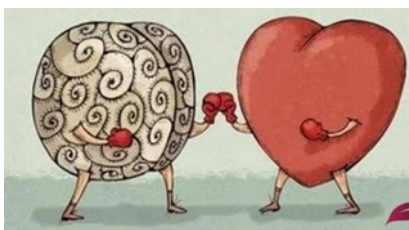
Maintenant, alors que le virus malheureusement rôde encore, c'est à vous, Chères Familles des résidents, Mesdames, Messieurs, de continuer à concilier COEUR et RAISON, d'abord pour vous protéger vous, mais aussi pour répondre aux souhaits répétés par nos résident(e)s qui placent la sécurité en premier avant la liberté.

Alors, vous toutes et tous, continuez à avoir une "attitude réfléchie", suivant avec RAISON les recommandations pour vous protéger, pour protéger celles et ceux qui sont chers à votre COEUR.

Je vous en remercie ...

Bonne semaine à toutes et tous en profitant du SOLEIL dont je vous partage le BON-HEUR

Avec mes plus cordiales salutations estivales. »



« La raison et le coeur »

La peur, par Khalil Gibran

« On dit qu'avant d'entrer dans la mer une rivière tremble de peur. Elle regarde en arrière le chemin qu'elle a parcouru, depuis les sommets des montagnes, la longue route sinueuse qui traverse des forêts et des villages Et devant elle, elle voit un océan si vaste, qu'y pénétrer ne paraît rien d'autre que devoir disparaître à jamais. Mais il n'y a pas d'autre moyen.

La rivière ne peut pas revenir en arrière.

Personne ne peut revenir en arrière.

Revenir en arrière est impossible dans l'existence.

La rivière a besoin de prendre le risque d'entrer dans l'océan parce que c'est alors seulement que la peur disparaîtra, parce que c'est là que la rivière saura qu'il ne s'agit pas de disparaître dans l'océan, mais de devenir océan ».



HOMMAGE AUX RESIDENTES ET RESI- DENTS DECEDES



■ **Mme Yvonne Aeby** s'en est allée sereinement le 30 septembre 2020, entourée de l'amour des siens et accompagnée du personnel de soins. Elle était dans sa 92ème année et résidait aux Bonnesfontaines depuis presque 6 ans.



■ **Mme Marguerite Roulin** s'est endormie paisiblement dans la nuit du 29 octobre 2020, dans l'amour de sa famille. Elle était résidente des Bonnesfontaines depuis 10 mois et était âgée de 82 ans.



■ **Mme Clara Vorlet** est partie paisiblement le 18 septembre 2020, entourée de l'amour de sa famille et de la présence bienveillante du personnel soignant. Elle avait 95 ans et habitait à la résidence depuis 13 années.



■ **Mme Sara Bulliard** nous a quittés paisiblement dans la nuit du 19 octobre 2020, la veille de ses 85 ans, dans l'affection de sa famille et avec l'accompagnement du personnel soignant de veilles. Elle vivait à la résidence depuis presque 9 mois.

Nous exprimons toute notre sympathie aux familles qui ont perdu leurs proches.



LES NOUVELLES DU PERSONNEL

■ NOUVEAU PERSONNEL

Mme Jessie Dialundama,
aide-infirmière

Mme Soumaya Kenis,
aide-infirmière

M. João Paulo Leite
Soares, aide-soignant

Nous leur souhaitons la
bienvenue aux Bonnes-
fontaines et sommes heu-
reux de les compter par-
mi les collaboratrices et
collaborateurs.

■ PERSONNEL SORTANT

Mme Alexandra Spühler

Mme Natalia Jan du Chêne

Nous les remercions pour leur
dévouement auprès des per-
sonnes résidentes et pour l'ins-
titution.

Nous formulons tous nos meil-
leurs vœux pour leur avenir
professionnel et privé.



■ **Mme Emilie Groux,**
adjointe de l'intendante

Bonjour à tous,
Lors de mon arrivée il y a
quelque temps déjà, Nicole
m'a demandé d'écrire un
mot afin de me présenter. Je
vous avoue que je suis plus à
l'aise de vive voix, mais je
vais faire de mon mieux.
Allons-y.
Je m'appelle Emilie, j'ai 30
ans et je suis née dans la ré-
gion d'Yverdon. A la sortie de
l'école obligatoire je me suis
orientée vers un CFC de Ges-
tionnaire en Intendance. J'ai
effectué mon apprentissage
à l'Hôpital Intercantonal de la
Broye.

Par la suite j'ai travaillé pour
les garderies de la ville de
Morges. Passionnée de cui-
sine depuis toujours, j'ai effec-
tué un CFC de cuisinière pour
lequel j'ai été formée en res-
taurant semi-gastronomique
et dans un EMS de la région
de la côte.

A la suite de cette formation
j'ai repris mon travail de Ges-
tionnaire en Intendance dans
deux EMS vaudois différents et
assuré la fonction de Gouver-
nante pour un Centre de San-
té à Estavayer-Le-Lac.
La suite de mon parcours

m'amène ici, aux Bonnesfon-
taines, au poste d'adjointe de
l'intendante.

La cuisine, ne faisant plus par-
tie de ma vie professionnelle,
a « déménagé » dans ma vie
privée. Je la pratique avec
toujours autant d'idées et de
passion, mais à la maison.
J'accueille régulièrement
beaucoup de monde chez
moi. J'aime ces moments de
partage et de convivialité.
Vous l'avez compris je suis une
bonne vivante. Mais il faut gar-
der l'équilibre tout de même.
C'est pour cela que je pra-
tique régulièrement le vélo et
aussi parfois le yoga, quand la
météo me pousse à rester à
l'intérieur.

Je tiens à vous remercier pour
votre accueil si chaleureux au
sein de cette belle maison,
pour vos beaux sourires et
votre dynamisme.

LA PAROLE EST À VOUS

■ EINE NEUE BESCHIEDENHEIT

Wir befinden uns in einer Krise! Sie hat einen Namen: Covid19-Pandemie. Für die meisten von uns hat sie ganz konkrete Auswirkungen. Einige sind selber von der Krankheit betroffen, andere von den eingeführten Massnahmen, viele von Sorge und Angst. Zwar haben wir uns schon in manchen Lebensbereichen an die neuen Regeln gewöhnt, aber die Bedrohung bleibt. Besonders schwierig: Diese Krise hat nicht wirklich ein Gesicht. Was uns bedroht ist nicht sichtbar. Ein winziger Virus, der über die Atemwege in uns eindringt, kann uns krank machen, sogar töten. Was für ein Sinn steckt da dahinter, wer oder was hat Schuld? Unsere Logik, die immer nach Gründen sucht, greift ins Leere.

Vielleicht ist und tut es ganz gut, uns dies einmal einzugestehen: Wir verstehen etwas nicht! Das kann uns bescheiden machen. Wir alle müssen uns diesem Virus unterordnen. Und wir müssen zugeben, dass wir froh sind, wenn wir heil davonkommen. Ja, diese Bescheidenheit ist eine Tugend, die wir immer wieder neu ent-

decken müssen. Jetzt haben wir wohl eine Gelegenheit dafür. Wir müssen dazu lernen. Das ist zwar herausfordernd, aber auch bereichernd. Viele versichern mir in letzter Zeit, dass sie neue Begegnungen und Entdeckungen machen. Das Corona-Virus eint uns. Wir sind alle gleich menschlich begrenzt in der Sorge, wegen dieser Krankheit. Hoffentlich öffnen wir uns mit dieser Erfahrung für eine neue Solidarität! Was mir besonders auffällt: Der politische Populismus unserer Tage wird entlarvt. Staatspräsidenten, die den Menschen mit einfachen Lösungen, Schuldzuweisungen und Verharmlosungen kommen, scheitern an der verantwortungsvollen Aufgabe der Pandemie-Bekämpfung. Schlimm für die betroffene Bevölkerung, aber hoffentlich auch ein Weckruf. Wem kann man wirklich vertrauen, welcher Führung, welchem Rat? Zur Glaubwürdigkeit gehört in dieser Zeit vor allem auch das Eingestehen von Verunsicherung, Schwäche, Verletzlichkeit. Mit markigen Sprüchen ist nichts erreicht, aber mit Vorsicht und Umsicht lassen sich die Gefahren eindämmen.

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

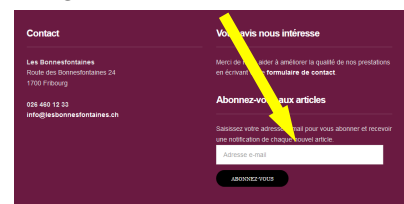
www.lesbonnesfontaines.ch
info@lesbonnesfontaines.ch

Die laute Logik der Mächtigen in unserer Welt wird wieder einmal auf den Kopf gestellt. Dies geschah auch vor 2000 Jahren, und bis heute immer wieder, durch die Verkündigung eines unscheinbaren Wanderpredigers aus Nazareth, Jesus. «Selig sind alle, die unter dieser heillosen Welt leiden – Gott wird ihrem Leid ein Ende machen.» (Matthäus 5,4) Wahre Stärke kommt aus dem Mut zur Bescheidenheit, aus der Bereitschaft Schwächen einzugestehen.

Pfr Urs Schmidli

Abonnement électronique au journal d'informations

Pour vous abonner au Journal d'informations, connectez-vous sur notre site **www.lesbonnesfontaines.ch** puis inscrivez votre adresse mail dans l'espace réservé à cet effet au bas de la Home page.



IMPRESSUM