

La Voix des Chênes Eichenblatt



Journal de la Résidence des Chênes
Automne 2021

Résidence des Chênes

Route de la Singine 2 – 1700 Fribourg

Tél. 026 484 88 00



residence@chenes.ch – www.chenes.ch

TABLE DES MATIÈRES

Direction	5
Le mot de l'infirmier-chef	7
Le billet de l'aumônier	9
Le mot du pasteur	13
Jeux	14
Le coin du lecteur	15
Clin d'œil	28
Les lauriers du cœur	40
Ils nous ont quittés	41
Arc-en-ciel	42
La grande famille de la Résidence	47
Programme	48
La Voix des Chênes (Abonnement)	49
Bienvenue à tous!	50
À votre service	51
Comité de rédaction	52



RÉSIDENTS
DES CHÊNES
Logements pour
personnes
âgées

DIRECTION

La Résidence des Chênes : un nouvel écrin pour nos résidants

Depuis le mois de janvier 2021, tous les résidants qui demeurent à la route de la Singine 2 vivent dans des chambres entièrement rénovées. Les neuf résidants qui habitent dans les appartements de la Route de la Singine 4 emménageront, en principe, au courant du mois de novembre 2021 dans le bâtiment principal. Par la suite, nous accueillerons quinze nouveaux résidants qui occuperont les chambres disponibles. Durant ce dernier trimestre, nous terminerons la rénovation de la partie ouest des quatre étages et celle du rez-de-chaussée.

L'ouverture de la partie ouest du bâtiment nous permettra, outre six chambres supplémentaires par Espace, de disposer des locaux communs. Désormais, nous pourrons prendre possession des salles à manger des étages et, par conséquent, nous pourrons affecter les « séjours » des Espaces non plus aux repas mais aux rencontres.

Chaque étage sera aménagé de façon similaire, sauf le premier, étant donné que celui-ci ne comptera que quatorze résidants. Durant les prochains mois, de nouveaux meubles nous seront livrés. Le mobilier qui sera installé dans les étages sera neuf, en majeure partie. Si tout va bien, nous disposerons déjà des nouvelles tables au début du mois de

novembre 2021. Ce mobilier sera notamment visible dans les salles à manger et dans les différents « séjours » que j'évoquais au paragraphe précédent.

A chaque étage, l'un de ces séjours verra naître une bibliothèque, un autre un coin TV et, finalement, un lieu de rencontre dans lequel seront mis à disposition des jeux afin que les résidants puissent y jouer entre eux ou avec leurs proches. C'est à l'extrême ouest que sera installée la nouvelle salle à manger. Nous y jouirons d'une vue magnifique sur la ville de Fribourg et le Moléson depuis une loggia équipée de chaises et de canapés.

Entre autres salles d'activités, une salle de fitness sera installée au quatrième étage. Ce local sera équipé des appareils nécessaires à la réalisation du projet élaboré par les responsables du secteur socio-culturel en collaboration avec l'un de nos physiothérapeutes. Ces derniers pourront également exercer une partie de leurs activités dans ce local.

L'une des deux salles communes du troisième étage servira de salle de conférence alors que l'autre sera mise à la disposition des collaboratrices et collaborateurs de la Résidence des

Chênes. C'est la commission du personnel qui se chargera d'aménager ce local en fonction des désirs des collaboratrices et des collaborateurs de notre institution.

Au deuxième étage sera aménagée une salle d'audio-visuel permettant de projeter des films sur grand écran ou d'écouter de la musique en haute fidélité.

Enfin, au premier étage sera construit un atelier qui vous offrira la possibilité de réaliser des œuvres en tout genre pour conférer à votre chambre une originalité unique.

A l'intérieur, il ne restera plus qu'à terminer le rez-de-chaussée central. Il s'agit de la réception, de cinq bureaux, de deux salles de conférence et du salon de coiffure. En principe, ces derniers locaux seront opérationnels à partir du 1^{er} trimestre 2022. Entre temps, notre coiffeuse travaillera dans un local provisoire.

En ce qui concerne les aménagements extérieurs, la partie nord (parking) devrait être achevée cette année encore. La partie sud, quant à elle, devrait être utilisable à partir de la fin du printemps 2022.

Nous apercevons désormais, toutes et tous, la fin des travaux qui nous ont accompagnés au cours de ces trois dernières années. Durant cette période, chacune et chacun d'entre vous, résidents et collaborateurs, avez fait preuve d'une vaillance exceptionnelle. Le résultat obtenu en valait la peine. Nous disposerons à la fin des travaux d'un magnifique écrin dont la beauté dépasse largement ce que l'on avait osé imaginer.

Je vous remercie toutes et tous, résidents et collaborateurs, pour votre bienveillance car, je le sais ... cela n'a pas été simple tous les jours !

Patrice Buchs

LE MOT DE L'INFIRMIER-CHEF

L'initiative pour des soins infirmiers forts : Après les applaudissements, des ACTES !

Le monde professionnel infirmier et plus généralement toutes les soignantes se sont mobilisés de manière admirable durant la pandémie que nous traversons. Nous nous souvenons tous des applaudissements du printemps 2020 mais, aujourd'hui, les applaudissements ne suffisent plus ; il faut des actes !



Le 27 novembre prochain, la population suisse est appelée à se prononcer sur l'initiative « Pour des soins infirmiers forts ». Cette initiative a été lancée par l'Association suisse des infirmières (ASI), avec le soutien de nombreuses associations professionnelles, comme la FMH, la Ligue suisse contre le cancer ou encore Alzheimer suisse ainsi que la plupart des associations luttant pour l'amélioration de la condition féminine en Suisse.

La pénurie d'infirmières est déjà une réalité en Suisse. A la Résidence des Chênes, nous faisons déjà régulièrement appel à des infirmières venant de

l'étranger, principalement de France et du Portugal. Ceci amène une richesse et une diversité dans notre institution mais il est tout de même inquiétant que la Suisse, pays parmi les plus aisés du monde, ne se donne pas les moyens de former suffisamment de personnel qualifié pour assurer les soins de ses aînés.

Pourquoi une telle pénurie ?

Tout d'abord, nous ne formons pas assez de jeunes infirmières. Le rapport 2016 sur les soins d'OdaSanté et de la Conférence des directeurs de la santé a montré que le personnel formé en HES couvre seulement 43% des besoins futurs. La Suisse aura besoin de 65 000 soignants supplémentaires d'ici 2030.

Il ne suffit cependant pas de former du personnel. Il est urgent de créer les conditions cadres pour que le personnel infirmier reste dans la profession. Or, il appert que près de la moitié du personnel infirmier quitte la profession au cours de sa vie, dont un tiers avant l'âge de 35 ans. A la Résidence des Chênes, nous avons la chance de pouvoir compter sur de jeunes collaboratrices motivées. Mettons tout en place pour qu'elles ne perdent pas le goût de leur profession !

Quelles sont les solutions proposées par l'initiative ?

L'initiative prévoit de donner plus d'autonomie aux infirmières afin qu'elles puissent réaliser leurs tâches sans devoir constamment en référer au médecin. L'initiative prévoit en effet, sous certaines conditions et dans un cadre bien défini, que les infirmières puissent effectuer et prescrire des prestations de soins typiquement infirmières, comme la prescription de bas de compression, sans devoir impérativement passer par la signature du médecin.

L'initiative prévoit aussi d'augmenter les places dans les hautes écoles de soins et de rémunérer les étudiantes de manière correcte afin qu'elles puissent subvenir à leurs besoins durant leur formation. Ceci permettrait à des personnes plus âgées comme, par exemple, une ASSC disposant de quelques années d'expérience, de rejoindre la profession.

L'initiative demande enfin que les prestations infirmières soient mieux reconnues dans les différentes grilles tarifaires afin que les tarifs de soins couvrent réellement les besoins.

Pourtant, l'initiative ne résout pas tous les problèmes. Nous avons aussi la res-

ponsabilité, en tant qu'employeur, de créer un cadre de travail propice à nos collaboratrices, notamment en permettant de concilier au mieux vie de famille et vie professionnelle.

Quel impact aurait l'initiative pour nos Résidents ?

L'étude INTERCARE a démontré que 42% des hospitalisations des résidents sont évitables grâce à un meilleur suivi au sein de l'établissement. En Suisse, ces hospitalisations évitables ont généré un coût supplémentaire de 100 millions de francs. Plusieurs de nos résidents ont malheureusement dû effectuer un séjour à l'hôpital et cela reste souvent un mauvais souvenir pour eux. Une meilleure reconnaissance de la profession d'infirmière a donc un impact direct sur la qualité de vie de nos résidents et sur leur santé.

Nous avons la chance, à la Résidence, de pouvoir compter sur des professionnelles dévouées et compétentes. A nous tous maintenant de leur témoigner notre soutien en allant voter le 28 novembre prochain !

Vincent Pfister

Source : Argumentaire du comité d'initiative : pour-des-soins-infirmiers-forts.ch

LE BILLET DE L'AUMÔNIER

L'équipe d'aumônerie de la Résidence des Chênes

Chères Résidentes,
Chers Résidents,

L'été touche à sa fin et, en ce début d'année pastorale, nous espérons que la pandémie ne sera bientôt plus qu'un mauvais souvenir. Ces derniers mois furent difficiles pour nous tous et nous n'avons pas pu vous rencontrer aussi souvent que nous le désirions.

Mais voilà : nous sommes de retour !

Nous constituons une équipe d'accompagnateurs et d'accompagnatrices qui, au nom de leur foi en Jésus-Christ, viennent à la rencontre de toutes celles et ceux d'entre vous qui le désirent.

Nous sommes là pour vous écouter, pour parler avec vous, pour partager des moments de joie mais aussi des moments plus difficiles, notamment ceux que vous vivez actuellement.

Avec le grand âge, les obligations et les activités quotidiennes ayant diminué, le temps nous est donné. Prenons ensemble un peu de ce temps pour chercher, retrouver, situer la place de Dieu dans notre vie. Il nous attend ! Il nous aime !

Parmi celles et ceux qui viennent à la Résidence les jeudis après-midis dans

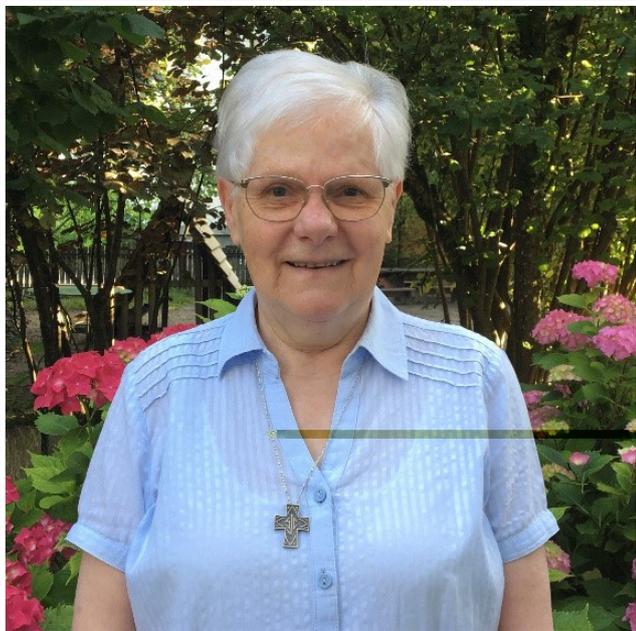
le cadre des visites pastorales ou les samedis matin pour la messe, vous retrouverez des visages connus. Vous découvrirez aussi de nouvelles personnes qui ont rejoint notre équipe au cours de ces derniers mois.

Je vous propose, au fil des prochaines éditions de ce journal, une brève présentation des membres de notre équipe de la Pastorale de la Santé afin que nos rencontres soient moins anonymes et plus fraternelles.

Votre aumônière, Marlena Schouwey



Sœur Cécile SCHMID



Je suis une sœur de St. Joseph de Cluny, une congrégation missionnaire. J'ai passé 25 ans en Afrique, au Sénégal, et 30 ans en Bretagne.

Après mon retour en Suisse à la fin 2018, à la demande de la Pastorale de la Santé, j'ai rejoint le groupe des visiteuses bénévoles de la Résidence des Chênes en 2019 tout en suivant une formation à l'accompagnement des personnes âgées ou malades.

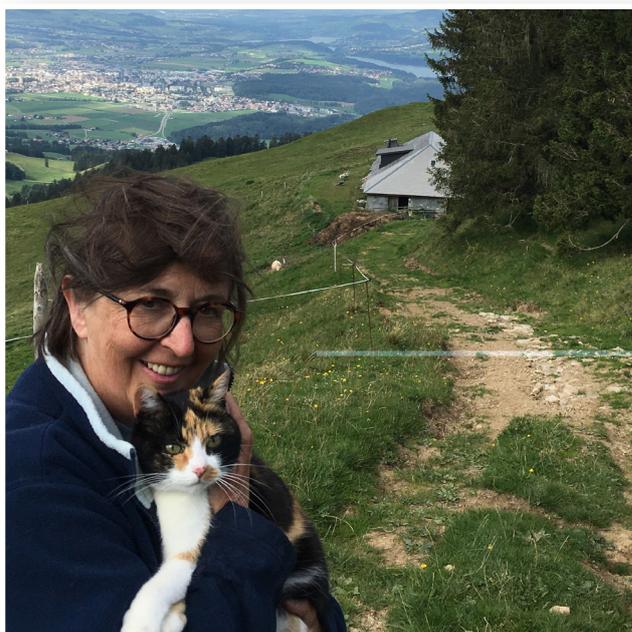
Quelle joie de vous rencontrer chaque semaine, de vous connaître, de partager vos joies, vos peines, vos désirs... et d'établir des relations d'amitié! Malheureusement, la pandémie est arrivée et nous a tous et toutes privés de visites.

Ce fut une période bien difficile pour vous, chères Résidentes et chers Résidents, mais aussi pour nous, les bénévoles.

Mais voilà, une nouvelle étape s'ouvre devant nous! Je suis heureuse de pouvoir vous retrouver pour les visites tant attendues et bienfaitantes, pour vous comme pour moi. Merci également au personnel toujours si accueillant et prévenant!

Sœur Cécile Schmid

Anne OBERLIN



J'aime la vie. La vie sous toutes ses formes. Celle qu'on voit et celle qu'on devine au fond du cœur de chacun... Je suis mariée et je vis à Fribourg, à l'ombre de la cathédrale. J'ai 62 ans, deux enfants, un chat.

Anne Oberlin

Michelle MARUCCI



Chères toutes et chers tous,
Je m'appelle Michelle Marucci , je suis veuve, à la retraite depuis 2013. Mes deux enfants ont quitté le nid depuis longtemps et mes petits-fils sont maintenant de jeunes gens. Pour me sentir utile et donner un autre sens à ma vie, j'ai suivi une formation pour apporter la communion. Voilà pourquoi j'ai le grand plaisir de vous rencontrer une fois par mois afin d'animer la messe, souvent par le chant, car je fais partie du chœur mixte paroissial St-Paul, sans oublier d'apporter la communion aux personnes alitées. Voilà ma façon d'aider mon prochain avec joie ! A bientôt !

Michelle Marucci

Anna MARTI



J'ai travaillé pendant près de trente ans comme assistante pastorale dans le service ecclésial. Parmi mes tâches figuraient aussi les prières, les visites et l'accompagnement de nos proches âgés. Je me réjouis de reprendre ce service après ma retraite, en tant que bénévole au sein de l'équipe pastorale de la Résidence des Chênes. Native du canton de Berne, je suis disponible pour rencontrer en priorité les personnes de langue allemande.

Anna Marti

Sœur Bibiane CATTIN

Originaire des Franches-Montagnes, je suis religieuse, membre de la Congrégation des Sœurs Missionnaires de Notre-Dame d'Afrique. J'ai vécu en Afrique, en Guinée – Conakry et au Congo RDC durant près de 35 ans. Je suis assistante sociale de profession. C'est avec joie que je vous rencontre à la Résidence des Chênes.

Sœur Bibiane Cattin



Les prochaines présentations suivront.



LE MOT DU PASTEUR

Der verkleidete Engel

Ein Kloster hatte grosse Nachwuchsprobleme. Die wenigen Mönche, die noch darin lebten, wiesen sich dafür gegenseitig die Schuld zu. Da suchte der Abt des Klosters einen weisen Eremiten auf und fragte ihn um Rat.

«Ist unsere Gemeinschaft wegen unserer Sünden in einen solchen Niedergang geraten?»

«Ja», sagte der Einsiedler, »die Sünde der Unwissenheit ist daran schuld. Ihr wisst nämlich nicht, dass einer von euch eigentlich ein verkleideter Engel ist.»

Als nun der Abt seinen Mitbrüdern diese Kunde brachte, fing ein grosses Raunen und Raten an: «Ist es wohl der Bruder Koch? Der Bruder Gärtner vielleicht? Oder einer der Schreiberlinge?»

Von diesem Tag an begegneten die Klosterleute einander mit Wohlwollen und Ehrfurcht, denn keiner konnte ja wissen, ob der andere vielleicht der verkleidete Engel sein könnte.

Das Kloster blühte wieder auf und zog Menschen von weitherum an, die Teil dieser Gemeinschaft werden wollten.

Wer von Ihnen ist wohl ein verkleideter Engel? Wohl niemand würde das von sich behaupten. Aber wir alle können

Menschen sein, die unseren Nächsten so begegnen, als könnten sie vielleicht Engel sein: Von Gott in diese Welt geschickt, zu uns, in unsere Gemeinschaft.

Eigentlich trifft das ja auch für alle Menschen zu. Gott schickt sie ins Leben, vielleicht in unsere Nähe, vielleicht mit einer Aufgabe, vielleicht gerade, um uns etwas Gutes zu tun. Wenn wir einander im täglichen Zusammenleben so begegnen, öffnen wir unser Herz für Wertschätzung und Dankbarkeit. Wir gehen mit guten Erwartungen aufeinander zu, wir freuen uns an der gemeinsamen Zeit, wir können uns gegenseitig trösten und uns Mut machen.

Vielleicht sind wir in diesem Sinne ja doch alle ein wenig Engel und gleichzeitig von Engeln umgeben; jeden Tag und an jedem Ort. Es liegt an uns, einander so zu sehen.

Pfarrer Urs Schmidli

JEUX

Le repas de Bénichon

J	A	M	B	O	N	S	B	I	N	C	H	M	P
T	L	G	P	C	H	O	R	Z	A	R	Q	O	J
Y	V	O	H	U	K	K	I	F	X	E	C	U	L
D	H	H	A	C	I	Q	C	R	N	M	H	T	V
S	M	P	G	H	F	O	E	C	H	E	O	A	O
A	E	A	N	A	K	K	L	U	A	X	U	R	Q
U	P	T	F	U	X	U	E	O	P	H	X	D	T
N	J	E	Y										
Z	H	G	K										
Z	Y	I	N										
V	Z	G	M										
G	P	V	F										
E	T	S	W										
O	U	P	E										
C	J	A	A	L	J	N	J						
I	N	T	U	E	E	B	L						
S	C	E	R	A	N	I	S						
S	U	L	O	L	F	B	N						
O	E	X	I	N	S	U	X						
N	C	G	R	S	C	R	O						
Z	Y	D	E	A	B	W	P						

- | | |
|-----------|----------|
| AGNEAU | ANIS |
| BRICELET | CHOUX |
| CREME | CROQUET |
| CUCHAULE | CUQUETTE |
| HARICOT | JAMBON |
| MERINGUE | MOUTARDE |
| PATATE | POIRE |
| SAUCISSON | SOUPE |

LE COIN DU LECTEUR

Vive la Nati!

Cette année 2021 a été marquée par le Championnat d'Europe de football 2020. Les amateurs et amatrices de foot ont eu peur que l'évènement soit une nouvelle fois reporté en raison du Covid-19 comme l'année dernière. Fort heureusement, nous avons pu suivre les matchs dans une ambiance festive tout en respectant les restrictions sanitaires. L'Italie a été le grand vainqueur de cette Coupe d'Europe!

Cependant, notre équipe nationale suisse de football (la Nati) nous a fait

rêver par ses exploits tout au long de cette coupe. Elle nous a offert un spectacle unique, plein de suspens, notamment contre l'équipe de France!

Malgré la fin de la Coupe, continuons de jouer... Le jeu suivant fait appel à vos connaissances sur la Nati. Je vous invite à marquer... euh... à souligner les bonnes réponses! Bon match à vous!

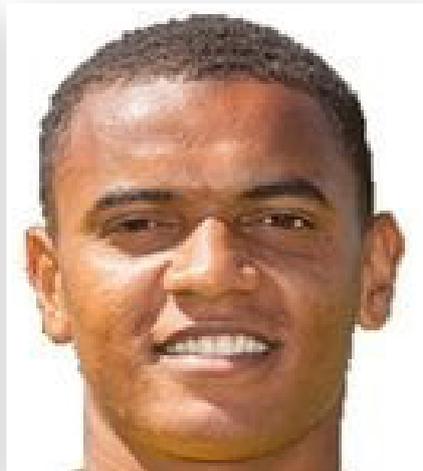
Nergiz Atac, Equipe Morphéa

Jeu

1. Je mesure 181 cm, je pèse 78 kg. Je joue du pied gauche et je suis défenseur. Mon maillot porte le numéro 13. Qui suis-je?



Ricardo Ivan Rodriguez Araya



Manuel Akanji



Granit Xhaka

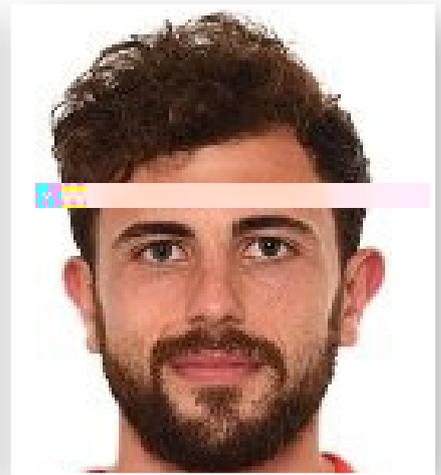
2. Je joue actuellement pour le club Arsenal FC. Je suis âgé de 28 ans. Mon poste de joueur : Milieu. Mon frère est également footballeur professionnel dans l'équipe nationale d'Albanie. Mon pied le plus habile au jeu est le pied gauche. Qui suis-je ?



Granit Xhaka



Xherdan Shaqiri



Admir Mehmedi

3. Je joue actuellement pour le club de l'Olympique Lyonnais. Je suis né au Kosovo. Mon premier contrat professionnel fut conclu avec le FC Bâle. Ma taille de 169 cm ne m'empêche pas d'être l'un des joueurs les plus rapides de l'équipe. Qui suis-je ?



Xherdan Shaqiri



Steven Zuber

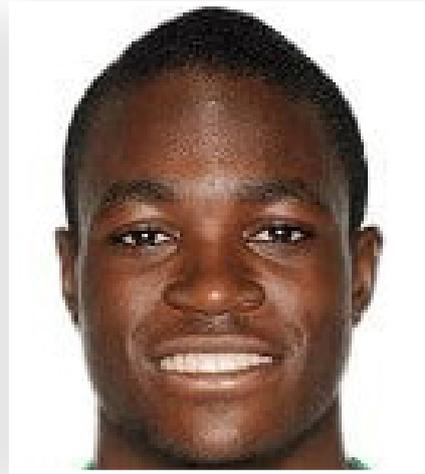


Denis Zakaria

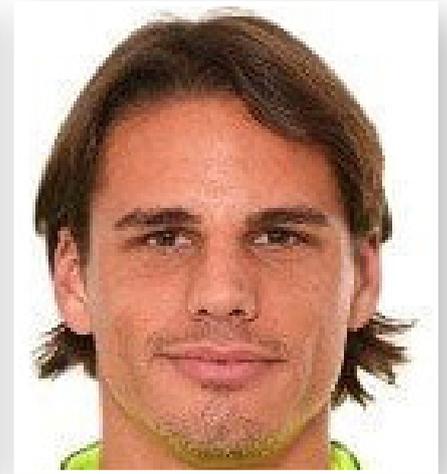
4. Héroïque contre l'équipe de France et d'Espagne, j'ai marqué ce championnat d'Europe 2021. La presse m'a nommé « gardien surnaturel ». Qui suis-je ?



Gregor Kobel

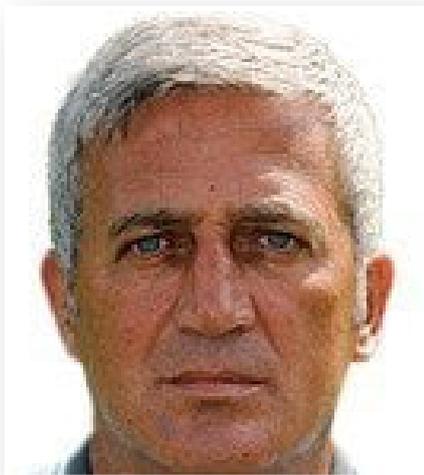


Yvon Mvogo



Yann Sommer

5. Né à Sarajevo, j'étais un footballeur croate de Bosnie-Herzégovine. Ayant reçu la nationalité suisse, je suis devenu entraîneur de football. J'ai occupé le poste de sélectionneur de l'équipe nationale suisse. Qui suis-je ?



Vladimir Petkovic



Zinedine Zidane



Didier Deschamps

6. D'origine bosnienne, je suis né le 22 février 1992 à Sursee, en Suisse. Je suis un footballeur suisse et j'occupe actuellement le poste d'attaquant au Benfica Lisbonne. Qui suis-je ?



Labinot Profesori



Agron Rahimi



Haris Seferović

Merci pour votre participation !



Réponses :

- | | |
|---------------------------------|----------------------|
| 1. Ricardo Ivan Rodriguez Araya | 4. Yann Sommer |
| 2. Granit Xhaka | 5. Vladimir Petković |
| 3. Xherdan Shaqiri | 6. Haris Seferović |

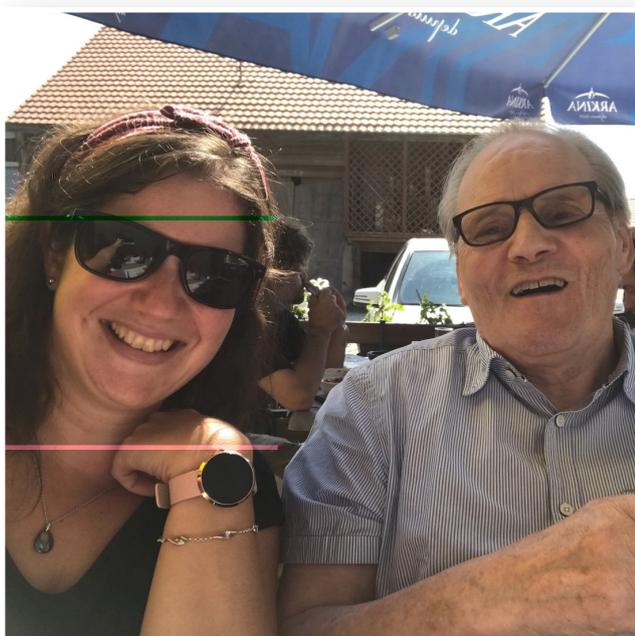
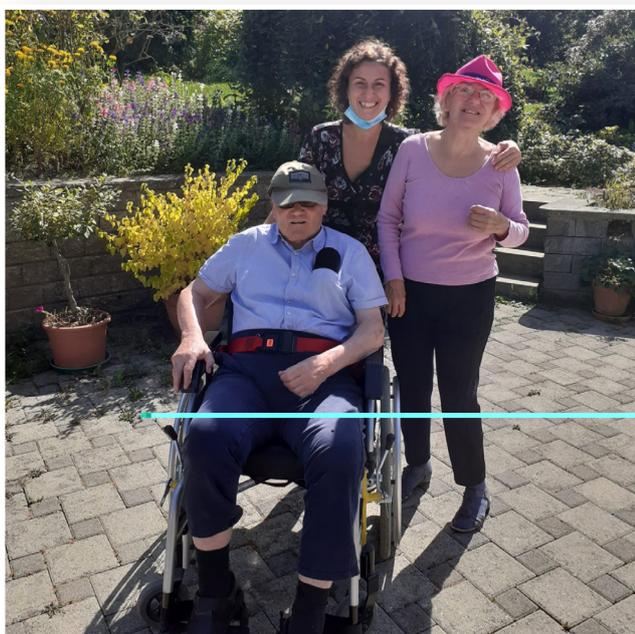
Sortie avec Madame Meuwly et Monsieur Krebs

Nous avons passé une magnifique journée, en compagnie de Madame Meuwly et de Monsieur Krebs. Après avoir partagé un bon moment autour d'une pizza, à Chénens, nous avons pris la direction d'Estévenens pour y visiter le Jardin de la Passion. Nous avons été chaleureusement accueillis par les propriétaires

des lieux qui nous ont aidés et guidés au début de notre visite.

Nous avons ensuite apprécié de passer un moment au calme, sur un banc, en admirant la vue magnifique qui s'offrait à nous.

Aline et Sophie, Espace Oasis



Les soirées estivales 2021 de l'espace Oasis

Pour profiter de l'été et pour marquer la saison estivale, des soirées à thème sont organisées les dimanches des mois de juillet et août par les soignants et les soignantes. Chacun, chacune peut choisir, selon son envie, le repas et l'animation de la soirée et, pour conserver un petit souvenir de ces beaux moments, chaque soignant concerné en rédige un petit résumé.

Soirée estivale du 20 juin

Cette année, pour notre soirée du 20 juin, nous avons choisi comme thème « le barbecue ». Pour cela, nous avons dû dépoussiérer le grill électrique de l'espace Oasis qui avait pris ses quartiers d'hiver au sous-sol depuis de très longs mois.



Nous, qui désirions souper dehors, sous un beau soleil, en respirant les délicieux effluves de la viande en train de griller... avons dû revoir nos plans car la pluie s'est insidieusement invitée à notre soirée. C'est donc abrités sous un petit couvert de toit en laissant une porte entr'ouverte que nous avons préparé ces grillades alors qu'à l'intérieur, un petit apéro avec du Rimus nous réchauffait le cœur avant la dégustation de notre repas estival !

Cathia et Mélanie, Espace Oasis

Soirée estivale du 4 juillet

Ayant décidé de réaliser une soirée à thème, nous avons opté pour une « soirée bosniaque ». Mon collègue Alexis et moi-même, avons concocté un petit apéro « tomates, mozzarella et cornichons » accompagné de deux grandes pitas, l'une aux pommes de terre et l'autre au fromage, pitas que j'ai confectionnées moi-même à la maison avant de les cuire à l'Oasis en compagnie de nos résidents.

Quelques résidents nous ont aidés pour la préparation et la mise en place des petites assiettes. Nous avons passé un agréable moment en découvrant et savourant un met que nos résidents ne connaissaient pas, comme certains de

nos collègues, d'ailleurs! Mais, le plus important fut de nous retrouver tous réunis à une même table pour discuter, rigoler et, en fin de soirée, chanter joyeusement ensemble!

Azra et Alexis, Espace Oasis



Soirée estivale du 18 juillet

Nous avons eu l'idée de saisir l'occasion des soirées estivales pour profiter d'organiser une soirée « Hot-dog, frites ». Les résidents ont vivement apprécié le repas et le personnel soignant n'ayant pas résisté à la tentation de piquer des frites dans les assiettes des résidents, nous avons évidemment assisté une joyeuse et sympathique guerre!



La soirée s'est poursuivie par des danses endiablées auxquelles tout le monde participa, grâce à l'ingénieuse chorégraphie de Nicolas: « Petit pas, petit pas, petit pas »...

Ezgi et Nicolas, Espace Oasis

Soirée estivale du 25 juillet

Quelle chance! Enfin un dimanche où le soleil est de la partie...

Sur un air de musique brésilienne, nous installons les résidents au jardin pour notre soirée estivale sur le thème de « la bonne humeur »! Pour l'apéro, nous avons servi un cocktail rafraichissant et dégusté la délicieuse tortilla de Barbara avec quelques crudités de saison.



Soirée estivale du 8 août

Pour notre soirée estivale du dimanche 8 août, nous avons eu droit à une météo changeante, oscillant entre nuages et timides rayons de soleil.

Nous sommes donc restés à l'intérieur et, pour avoir quand même du soleil, nous avons choisi l'Italie pour thème. A l'apéro, nous avons servi des crudités aux couleurs italiennes et des boissons sans alcool.

Nous remercions une fois encore l'équipe de cuisine pour les belles salades et les excellents sandwiches qui ont fait le régal des résidents. Pour finir en beauté rien de meilleur que des coupes glacées!

Nous gardons de beaux souvenirs des moments qui ont illuminé la soirée, comme les petites anecdotes si joliment contées en patois par Monsieur Oberson, les mélodies bien de chez nous fredonnées par Monsieur Schouwey et Madame Durret, pour le plus grand plaisir de la tablée. Ces instants furent empreints de joie et d'émotion. Merci pour ces beaux moments de partage!

Barbara et Nadia, Espace Oasis



Les résidents se sont ensuite régalés d'une délicieuse pizza préparée par l'équipe de la cuisine. Enfin, cerise sur le gâteau pour le dessert: une tartelette à la vanille décorée de framboises et de myrtilles!

Le repas baigna dans une chaleureuse ambiance musicale italienne. Cette soirée conviviale a offert aux résidants un agréable moment d'évasion et fut très appréciée de tous.

Sophie et Brigitte, Espace Oasis

Soirée estivale du 29 août

Pour ma soirée estivale, j'ai mis une nappe blanche parsemée de petites fleurs pour égayer la table.



J'avais commandé un assortiment de canapés accompagnés de salade de tomates et mozzarella.

Pour l'apéro, j'ai servi des petites choses à grignoter sans oublier les chips que nos résidants apprécient toujours.

Mes collègues et certains résidants ont animé la soirée qui s'est déroulée dans une atmosphère cordiale. Chacun s'est réjoui de ce moment de détente et d'amitié.

Sama, Espace Oasis



À la rencontre de Monsieur Jean-Paul Chablais



C'est à l'occasion d'une soirée estivale au restaurant Da Vinci, le 2 août dernier, que j'ai eu l'occasion de faire plus ample connaissance avec Monsieur Jean Paul-Chablais, résidant de l'Espace Prairie depuis 2020.

Architecte, peintre et photographe passionné, Monsieur Chablais a de nombreux talents mais il reste très modeste et discret.

Lorsque j'ai présenté à son épouse les diverses propositions d'activités que j'avais préparées pour les soirées esti-



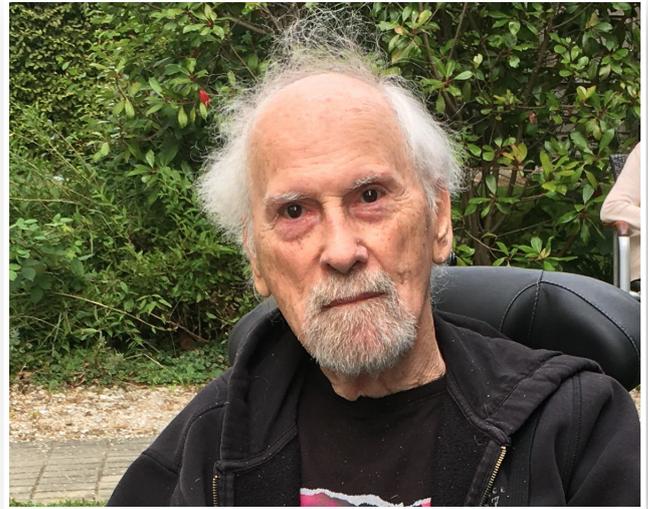
vales, j'ai vu ses yeux briller au moment où j'ai évoqué la possibilité d'aller manger une pizza en famille, au restaurant.

J'ai alors appris que Monsieur Chablais allait souvent avec sa fille Maud et sa femme Yvonne dans le restaurant où nous pensions passer la soirée pour y déguster sa pizza préférée, la « quatre fromages » habituellement accompagnée d'un vin rouge tessinois.

Je prends soin de Monsieur Chablais depuis son arrivée à la Résidence des Chênes mais ce moment convivial passé avec lui, son épouse, sa fille et son beau-fils constitua une occasion privilégiée de découvrir de nouveaux aspects de sa vie. J'ai appris que Monsieur Chablais avait été un grand voyageur, qu'il avait séjourné trois ans en Australie dans le cadre de son travail. J'ai aussi découvert ses goûts musicaux et son sens de l'humour.

Nous sommes très reconnaissants envers la famille de Monsieur Chablais qui l'entoure avec chaleur et dévouement.

Inês Ladeira, Espace Prairie



Le produit multi-usage ultime : le bicarbonate de soude

Alors que je mélangeais les ingrédients nécessaires à la fabrication des crêpes pour faire plaisir à mes neveux, je me suis rendu compte que la boîte contenant l'ingrédient le plus important était presque vide. Ma première réaction fut de le noter en tête de liste de mes prochains achats pour être sûre de ne pas l'oublier. Mais pourquoi est-il aussi important, ce fameux bicarbonate de soude ?

Depuis quelque temps, nous voulons respecter davantage la nature en utilisant des produits plus écologiques et, en cherchant bien, nous pouvons redécouvrir que certaines substances ont des propriétés bien plus polyvalentes que celles qui figurent sur leur emballage, qu'elles peuvent aussi être moins chères et, de plus, très efficaces. Dans l'Égypte ancienne, les gens utilisaient le natron (mélange de carbonate de sodium et de bicarbonate de sodium, qui apparaissait lors de l'évaporation d'un lac salé) pour l'hygiène personnelle, pour embaumer les morts et aussi comme savon pour laver les tissus. Par la suite, c'est le carbonate de sodium qui fut utilisé comme élément important dans l'industrie du papier, du savon, des tissus et du verre.

En 1846, des boulangers de New-York, constatent que le carbonate de sodium

ajouté au lait a un effet de levure grâce à l'action du gaz carbonique qui se libère. Grâce à leur curiosité et leurs expériences, ils arrivent à obtenir le bicarbonate de sodium. C'est finalement le chimiste Ernst Solvay qui met en place une procédure industrielle simple, économique et plus écologique pour la fabrication du bicarbonate de soude. Grâce à ses propriétés biodégradables, désinfectantes et non-toxiques, on peut considérer cette substance comme un produit polyvalent susceptible d'être utilisé par tout le monde.

Chez moi, cet ingrédient ne se trouve pas qu'à la cuisine ! On le rencontre aussi à la salle de bain, à la buanderie, de temps en temps dans ma pharmacie et aussi dans ma trousse de premiers secours.

Voici quelques utilisations du bicarbonate de soude :

A la cuisine, on peut l'utiliser pour nettoyer les appareils électroménagers, pour faire briller les verres, l'argenterie et les casseroles, sans oublier le lavage des fruits et légumes pour en éliminer les restes de pesticides.

Avec ce produit, la salle de bain devient toute brillante, la chambre à coucher peut être ravivée en nettoyant et désos-

dorisant moquette et matelas et le salon peut être rafraîchi en nettoyant tapis et canapés.

A la buanderie ce produit peut être utilisé pour renforcer l'efficacité des détergents de lessive liquides, pour éliminer les odeurs des tissus et pour l'entretien de la machine à laver.

Au jardin, le bicarbonate de soude constitue un fongicide efficace et un produit peu onéreux contre les parasites et les mauvaises herbes, contre les fourmis ou pour le nettoyage des meubles de jardin.

Dans le domaine de la santé, le champ d'application de ce produit est vaste : soins de bouche, remède contre les boutons de fièvre, les brûlures d'estomac, les remontées acides et les indigestions, contre le mal de gorge et les maux de tête. Le bicarbonate de soude peut aussi être utilisé pour la toilette intime. Il est efficace en cas de démangeaisons de la peau, de coups de soleil et de piqûres d'insectes. On peut l'employer pour lutter contre les verrues, les mycoses et les eczémas. Il a aussi sa place parmi les produits de soins cosmétiques pour nettoyer la peau en profondeur, préparer un bain relaxant, comme déodorant, pour rendre les cheveux brillants et pour faciliter le rasage.

L'emploi du bicarbonate de soude est surtout répandu dans le domaine culinaire. On peut l'utiliser pour faire lever les pâtes des gâteaux et biscuits, pour accélérer la cuisson des légumineuses et garder aux légumes leur couleur verte, pour mieux faire monter les blancs en neige, rendre les omelettes plus moelleuses ou les jus de fruits gazeux, améliorer la digestibilité des pois chiches, réduire l'acidité de certaines confitures et sauces...

Bref, le bicarbonate de soude est véritablement une « bonne à tout faire » !

Katalina Roos, Espace Glacier

Source: Wikipedia



CLIN D'ŒIL

Fête nationale



Sorties



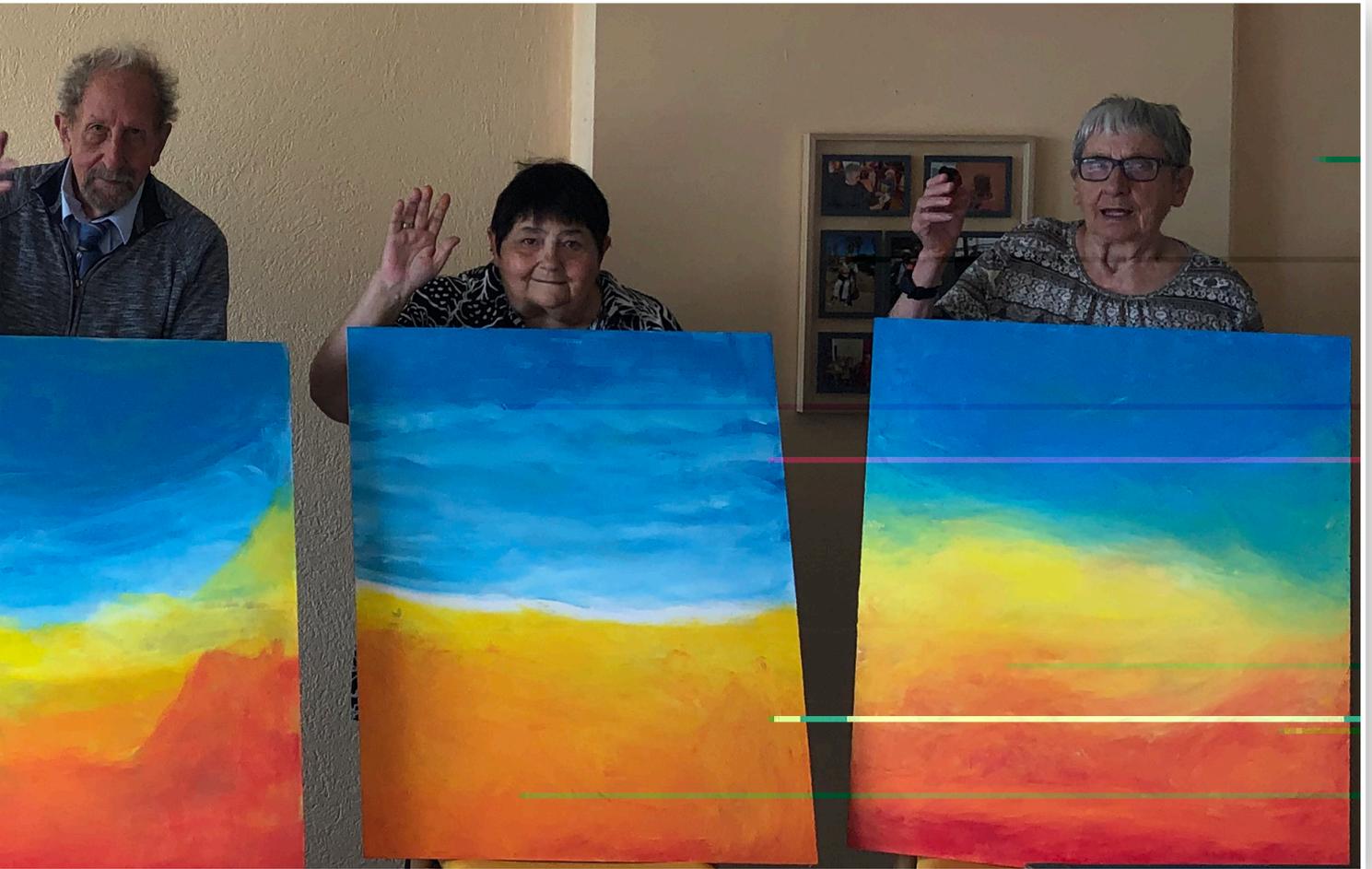
Soirée estivale



Création de tableaux pour la journée AFIPA

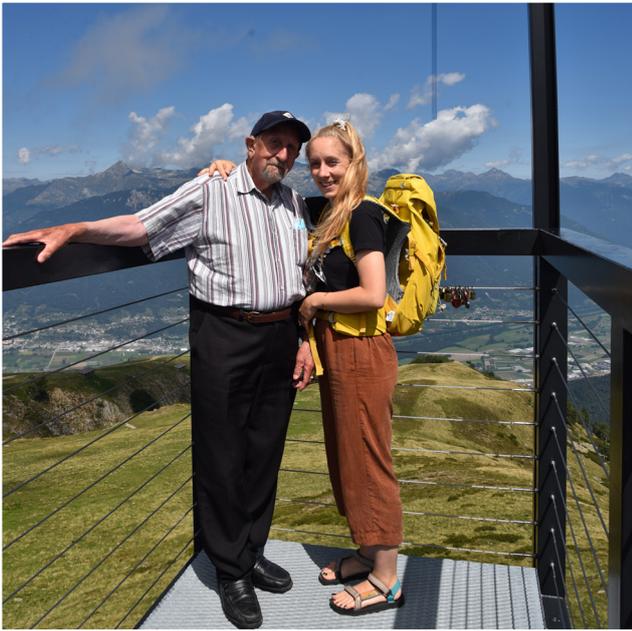


Soirée estivale



Vacances à Magliaso





Vacances à Magliaso suite





Sortie en moto avec l'Asso 484





Sortie en moto avec l'Asso 484 suite





LES LAURIERS DU CŒUR

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

Merci

- aux Bolzes venus partager un moment avec leurs amis de « la Basse » autour d'un apéritif à l'occasion de la journée de la personne âgée.
- à l'association « L'ASSO 484 » pour la merveilleuse journée passée avec vous, sur vos motos, à sillonner les routes de la région.



ILS NOUS ONT QUITTÉS

Nous adressons nos sincères condoléances et notre profonde sympathie aux familles qui ont perdu leur proche.

Nous gardons un souvenir affectueux de leur présence à la Résidence des Chênes.

Madame Elisabeth GLAUSER



Madame Gisèle REYNAUD



Monsieur Arturo FEIJOO



Madame Marcelle WYSS



ARC-EN-CIEL

Bienvenue aux nouveaux résidents

Madame Denise ZUMWALD

Madame Denise Zumwald est née le 23 septembre 1949 à Courtion. Elle est la troisième d'une fratrie de quatre enfants, trois filles et un garçon. Volontariste et aimant la compétition, elle a effectué un brillant parcours scolaire avant d'avoir une vie professionnelle bien remplie et couronnée de succès. Elle a assumé la responsabilité d'une équipe de 25 personnes au siège bullois de PostFinance.

Polyglotte, Madame Zumwald parle couramment quatre langues, le français, l'allemand, l'anglais et le suisse-allemand. Elle a aussi de bonnes notions d'espagnol.

Durant ses loisirs, Madame Zumwald a pratiqué plusieurs sports, notamment le ski, le vélo et la natation. Elle est aussi une cuisinière hors pair.

Elle a eu le bonheur d'épouser Marcel Zumwald en 1972. Ils n'ont pas eu d'enfant. Avec son époux, elle a sillonné de nombreux pays dans le monde entier et le couple Zumwald a souvent passé 6 mois par an dans sa maison en Espagne.

Nous avons eu le plaisir d'accueillir Madame Denise Zumwald parmi nous,



le 7 mai 2021. Nous lui présentons nos vœux chaleureux de bienvenue à la Résidence des Chênes et nous lui souhaitons un agréable séjour parmi nous.

**Patrick Aebischer et Aline Meuwly,
Espace Oasis**

Madame Jacqueline VILLARS

Cadette d'une fratrie de 11 enfants, Madame Jacqueline Villars est née le 21 juin 1939. Elle a passé sa jeunesse à Porrentruy, dans la grande maison familiale.

Après avoir déménagé à Fribourg, Madame Villars s'est installée au Schoenberg, à la route des Vieux-Chênes où elle a vécu durant 42 ans. Elle est devenue une figure bien connue des habitants de ce quartier.

Le visage de Madame Villars nous est familier car sa maman a résidé chez nous dans les années 90. Après le décès de sa maman, Madame Villars est régulièrement venue nous rendre visite. Profondément croyante et très présente aux célébrations religieuses à l'église St-Paul du Schoenberg, Madame Villars est heureuse de retrouver des membres de sa communauté paroissiale lors de nos messes hebdomadaires.

Le 19 août dernier, Madame Jacqueline Villars s'est installée chez nous, à la chambre 216.

Avec toute l'équipe de l'Espace Forêt, nous lui souhaitons une très cordiale bienvenue et de belles années parmi nous.

Kizuangi Delphine, Espace Forêt



ainsi qu'aux collaborateurs

Madame Nurten DOGAN

Bonjour à vous toutes et à vous tous !

Je m'appelle Nurten Dogan et je suis très contente de faire partie de l'équipe de l'Espace Forêt depuis le mois d'avril 2021.

D'origine turque, je vis en Suisse depuis 2006 et je suis l'heureuse maman de trois magnifiques enfants. Après plusieurs années d'activité dans le domaine du nettoyage, j'ai décidé, en 2020, d'orienter ma vie professionnelle vers le domaine de la santé. J'ai alors effectué ma formation d'auxiliaire de santé CRS et j'ai obtenu mon certificat avec succès.

Je me réjouis d'avoir la possibilité d'appliquer mes connaissances professionnelles et de pouvoir les améliorer au sein de la Résidence des Chênes.

À cette occasion, je vous remercie toutes et tous, membres du personnel et résidants, pour l'accueil chaleureux que vous m'avez réservé.

Avec mes cordiales salutations.

Nurten Dogan, Espace Forêt



Madame Azra BECIC

Bonjour à vous toutes et à vous tous !

Je m'appelle Azra et certains d'entre vous me connaissent certainement depuis un bon moment déjà car j'ai effectué mes deux années d'apprentissage en tant qu'ASA à l'espace Oasis.

Je fus très heureuse d'avoir pu travailler dans cette unité où j'ai découvert le domaine de la psychogériatrie qui m'était totalement inconnu. J'y ai appris à exercer ma profession mais j'y fus aussi accueillie par des collègues et des résidants formidables avec lesquels j'ai vécu d'agréables moments et partagé de nombreuses occasions de franches rigolades. Mais ce n'est pas tout !

En effet, j'ai aussi passé quelque mois dans d'autres espaces, notamment l'Espace Glacier et l'Espace Montagne qui m'ont chaleureusement reçue, qui m'ont permis de me familiariser avec un environnement différent de celui de l'Oasis et de faire la connaissance de nombreux résidants.

Ayant achevé mon apprentissage, j'ai quitté l'Espace Oasis avec regret pour rejoindre une autre unité dans les étages : l'Espace Montagne où, durant mon apprentissage, j'avais déjà rem-



placé certains collègues. J'ai passé de bons moments avec eux qui m'ont accueillie cordialement.

Très contente de pouvoir continuer à travailler au sein de la Résidence, je me réjouis de parcourir un bon bout de chemin avec vous.

A bientôt !

Azra Becic, Espace Montagne

Madame Céline BARRAS

Bonjour à vous toutes et à vous tous !

Je m'appelle Céline Barras, j'ai 22 ans et je suis originaire de Châtel-sur-Montsalvens. Je suis entrée à la Résidence des Chênes le 1^{er} août 2021 en qualité d'apprentie dans l'équipe d'animation.

J'ai effectué ma scolarité à l'école primaire de Lossy puis au Cycle d'orientation de Jolimont à Fribourg. Après une année de stage, j'ai fait un apprentissage de 3 ans à la Résidence Saint-Martin à Cottens.

Après avoir obtenu mon diplôme d'assistante en soins et santé communautaire en 2018, j'ai travaillé durant deux ans à l'HFR de Riaz dans les services de chirurgie et d'orthopédie. Par la suite, j'ai rejoint le service de Chirurgie-ORL de l'HFR de Fribourg où je suis restée une année.



J'ai toujours eu un petit côté créatif et une envie d'apprendre et c'est pour cela que je me fixe un nouvel objectif : devenir animatrice.

En ce qui concerne mes loisirs, je fais partie de la fanfare « La Lyre de Belfaux » où je joue actuellement du cornet mais mon instrument de prédilection est la flûte traversière. J'aime aussi le chant et la lecture.

Je me réjouis de faire plus ample connaissance avec vous et de vivre de bons moments en votre compagnie !

Céline Barras, Socio-culturel

LA GRANDE FAMILLE DE LA RÉSIDENCE

Dit « bon vent » à

- Marie VERVOORT
- Corentin MAILLARD
- Steven BAPST
- Marisa NASCIMENTO
- Théo BOSSENS
- Maude RIEDER

Souhaite la bienvenue à

- Céline BARRAS
- Francisca DE OLIVEIRA FERREIRA MARTINS
- Mona REUSS
- ALexandra GABRIEL CONDESSO
- Nurten DOGAN

Changement de fonction

- Azra BECIC
ASA

Félicitations à

- Rachel SEDMIG et son mari, pour la naissance de leur fille Agathe, le 29 septembre 2021
- nos trois apprentis qui ont réussi leur formation à la Résidence des Chênes!
Merci à toutes les personnes qui se sont engagées dans le suivi de nos apprenants !

Marie VERVOORT
CFC d' ASSC

Steven BAPST
CFC de cuisinier avec
Maturité professionnelle

Azra BECIC
AFP d' ASA



PROGRAMME

proposé par le secteur socio-culturel

Période du 1^{er} octobre au 15 décembre 2021

JEUDI 14 OCTOBRE ET DIMANCHE 17 OCTOBRE	REPAS À THÈME : « CHASSE »
DU 15 AU 19 NOVEMBRE	SEMAINE « RACLETTE »
VENDREDI 3 DÉCEMBRE	GOÛTER ET VISITE DE SAINT-NICOLAS



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 à l'adresse suivante:

Résidence des Chênes, Route de la Singine 2, 1700 Fribourg



NOM:

PRÉNOM:

ADRESSE:

CODE POSTALE ET LOCALITÉ:

N° DE TÉLÉPHONE:

Oui je désire un abonnement annuel à CHF 30.–

Oui je désire un abonnement annuel (soutien) à CHF 50.–

Cochez ce qui vous convient. Merci

DATE:

SIGNATURE:

BIENVENUE À TOUS!

Cela nous intéresse!

Chers Résidants,
Chères Familles,
Chers Amis,
Chers 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 une 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 :
residence@chenes.ch
- de main à main, en remettant votre texte au service socioculturel
- par courrier postal envoyé à la Résidence des Chênes,
Administration,
Route de la Singine 2, 1700 Fribourg

Voici les délais de remise des textes et photos à respecter pour qu'ils puissent paraître dans le journal de la maison:

JOURNAL DE PRINTEMPS	jusqu'au 10 février
JOURNAL D'ÉTÉ	jusqu'au 10 mai
JOURNAL D'AUTOMNE	jusqu'au 10 août
JOURNAL D'HIVER	jusqu'au 10 novembre

À VOTRE SERVICE

Direction

M. Patrice Buchs

Administration générale

M^{me} Maryline Vonlanthen

Administration résidants

M^{me} Cristina Jonin

Comptabilité

M^{me} Barbara Roulin

Ressources humaines

M^{me} Christine Papaux

Soins

M. Vincent Pfister

Responsable qualité

M^{me} Sophie Berteaux

Socioculturel

M^{me} Brigitte Krattinger

M^{me} Camille Schorderet

Restauration

M. Nicolas Richoz

Technique, intendance

M. Pascal Piller

Infirmier(ères) ICUS

Espace Oasis M. Vincent Pfister

Espace Prairie M^{me} Jéssica Simoes

Espace Forêt M. Labinot Profesori

Espace Montagne M^{me} Francisca

De Oliveira Ferreira Martins

Espace Glacier M^{me} Türkan Cindoruk

Equipe Morphea, M. Labinot Profesori

Médecins

D^r Jean-Luc Barbey, Tél. 026 470 40 60

D^r Mihaela Ionescu, Tél. 026 470 40 60

D^r Benoît Gummy, Tél. 026 323 27 37

D^r Jindrich Strnad, Tél. 032 323 70 70

Aumôniers

M. Dominique Rimaz, Prêtre

M. Urs Schmidli, Pasteur

Coiffeuse

M^{me} Claudine Albinati

Podologues

M^{me} Virginie Ruffieux

M^{me} Elodie Sciboz

Site

www.chenes.ch ou sur



f

COMITÉ DE RÉDACTION

Coordinatrice en chef

M^{me} Camille Schorderet

Coordinatrice-adjointe

M^{me} Brigitte Krattinger

Coordinatrices

M^{me} Delphine Kizuangi

M^{me} Claudia Da Silva Faria

M^{me} Marie-Christine Grand

M^{me} Brigitte Berger

M^{me} Nergiz Atac

Mise en page

M^{me} Maryline Vonlanthen

M^{me} Claude-Hélène Kolly
