

La Voix des Chênes Eichenblatt



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'aumônerie	10
Le mot du pasteur	12
Jeux	13
Le coin du lecteur	16
Clin d'œil	40
Ils nous ont quittés	51
Bienvenue aux nouveaux résidents	53
Ainsi qu'aux collaborateurs	60
La grande famille de la Résidence	64
Programme	65
Bienvenue à tous!	66
À votre service	67
Comité de rédaction	68



DIRECTION

Pension, soins et accompagnement

La Résidence des Chênes figure sur la liste des établissements médico-sociaux du district de la Sarine pour ses huitante-trois lits. A ce titre, elle est, d'une part, admise à pratiquer à la charge de l'assurance obligatoire des soins (AOS) et, d'autre part, elle bénéficie également de la reconnaissance de l'Etat qui ouvre le droit à un subventionnement des frais d'accompagnement par les pouvoirs publics en faveur de ses résidents.

Pour couvrir l'ensemble de ses dépenses, la Résidence des Chênes applique les tarifs promulgués par le canton de Fribourg, montants qu'elle facture, en principe, aux représentants administratifs des résidents. Il s'agit des frais de pension, de soins et d'accompagnement.

En 2023, le prix de la pension a été fixé à CHF 108,00, ce qui représente une augmentation de CHF 3,00 par rapport à 2022. Cette augmentation résulte, d'une part, de la forte inflation qui a marqué 2022 et, d'autre part, de l'augmentation des charges d'énergie largement supérieure à celle de l'inflation.

Les recettes de la pension permettent de financer l'ensemble des charges d'exploitation de la Résidence des Chênes, à savoir : les salaires du per-

sonnel de la cuisine et de la restauration, de la technique et de l'intendance ainsi que de l'administration, les denrées alimentaires, les charges ménagères (traitement du linge), l'entretien de l'immeuble, l'électricité et le chauffage, les frais de bureau et de véhicules, les frais d'animation, les primes d'assurances et diverses autres charges d'exploitation.

Les recettes de la pension ne couvrent pas les intérêts hypothécaires, ni les amortissements de l'immeuble et des investissements agréés par le réseau santé Sarine (RSS). En effet, ces « frais financiers » sont pris en charge par le RSS qui les refacture aux communes selon une péréquation tenant compte de leur capacité financière et de leur population. Ainsi, il appert que les résidents ne paient pas de loyer pour leur studio puisqu'il est intégralement financé par les communes du district de la Sarine.

Le coût global des soins a légèrement augmenté sans que, pour autant, les caisses maladies et les résidents en soient affectés. En effet, les assureurs maladie continuent à financer les soins à concurrence de CHF 9,60 par niveau de soins RAI et par jour et les résidents prennent toujours à leur charge le 20% de ce que paie leur caisse-maladie. Ce

sont donc uniquement le canton et les communes fribourgeoises qui assument l'augmentation du coût des soins en versant aux EMS la part du coût résiduel des soins.

Le coût de l'accompagnement n'a pas évolué entre 2022 et 2023; il se situe toujours à CHF 76,00 pour la gériatrie conventionnelle et à CHF 125,00 pour les unités spécialisées en démence (USD) comme notre Espace Oasis.

Chaque résidant est au bénéfice d'une subvention pour le coût résiduel des soins quels que soient ses revenus ou sa situation patrimoniale. La subvention pour les frais d'accompagnement dépend, quant à elle, de la situation financière de chaque résidant.

En 2022, les recettes des soins se sont montées à environ CHF 4 400 000,00. Sur ce montant global, CHF 2 110 000,00 étaient à la charge des assureurs maladie, CHF 420 000,00 à la charge des résidants et CHF 1 870 000,00 à la charge des cantons et des communes. Il faut relever que le canton verse le montant total aux EMS et en refacture le 55% aux communes. Pour les frais d'accompagnement, en 2022, nous avons facturé CHF 2 500 000,00, somme dont le canton et les communes ont pris en charge CHF 1 280 000,00

et les résidants CHF 1 220 000,00. Il sied de relever que la majorité des résidants perçoit des prestations complémentaires pour financer les coûts de pension, de soins et d'accompagnement qui leur sont facturés.

Les recettes des soins et de l'accompagnement servent à financer les salaires et les charges sociales du personnel des soins et de l'animation mais aussi la formation, le développement de la qualité, les frais liés au COVID (jusqu'au 31 décembre 2022) ainsi que les indemnités de nuit et des dimanches et jours fériés.

Grâce à la participation financière de la collectivité publique et des assureurs maladie, chaque habitant de notre canton peut ainsi, si sa santé l'exige, entrer dans un EMS reconnu et bénéficier d'une prise en charge de qualité quelle que soit sa situation financière ou patrimoniale.

Patrice Buchs

LE MOT DE L'INFIRMIER-CHEF

Chat GPT, une évolution pour les soins ?

Depuis quelques semaines, nous entendons beaucoup parler de Chat GPT. De quoi s'agit-il ? A la Résidence, nous avons bien sûr nos chats Cuquette et Bricelet, mais pas de chat GPT.

Pour vous éclairer, voici une petite explication :

Chat GPT est un outil informatique qui utilise l'intelligence artificielle pour répondre à n'importe quelle demande. Il suffit de se connecter à un ordinateur, de taper l'adresse : <https://chat.openai.com/chat> et de poser la question qui nous trotte dans la tête. Par exemple, je pose à l'outil la question suivante : « Qui est le syndic de la ville de Fribourg ? ». Voici sa réponse : « Le syndic de la ville de Fribourg pour la période 2021-2022 est monsieur Thierry Steiert ». Jusqu'ici, rien de magique. Posons-lui une question plus difficile : Qui était syndic de la ville de Fribourg en 1850 ? Réponse de l'ordinateur : « Le syndic de Fribourg était monsieur Emile Abdühl. » Et là, je bondis de mon siège, je hurle au scandale ! Comme tout le monde le sait, le syndic de Fribourg à cette époque était monsieur Jean-Augustin Cuony, mon arrière-arrière-arrière grand-père. Bon, il est vrai qu'il était radical... comme quoi, on ne choisit pas sa famille ! Monsieur Abdühl était sans doute syndic de Fribourg en

Brisgau à cette époque. L'intelligence artificielle possède, à mon avis, les connaissances géographiques d'un américain moyen et n'est pas toujours capable de faire la différence entre les pays européens.

A ce stade, je gagne à 1-0 contre l'intelligence artificielle. Passons à un thème plus complexe. Je lui pose la question suivante : « Est-ce qu'il y a une vie après la mort ? » Voici sa réponse :

« La question de savoir s'il y a une vie après la mort est un sujet complexe qui a été débattu pendant des siècles dans différentes cultures et religions. En tant que modèle de langage, je ne suis pas en mesure de fournir une réponse définitive à cette question car cela dépend des croyances personnelles de chaque individu. Certaines religions et croyances spirituelles soutiennent l'existence d'une vie après la mort, tandis que d'autres croient en la fin de la conscience à la mort physique. Dans l'état actuel des connaissances scientifiques, il n'y a pas de preuves concrètes de l'existence ou de l'inexistence d'une vie après la mort. »

Là, franchement, je ne fais pas mieux. L'intelligence artificielle ne me sera donc d'aucune aide pour les questions métaphysiques. Donc, je ne crois pas

que cet outil informatique nous soit d'un grand secours pour répondre à ces questions.

Je passe à un autre registre et je lui demande: « Raconte moi un witz. » Voici sa réponse:

« Bien sûr, voici une petite blague en allemand, appelée "witz": Warum war der Mathematikbuch traurig? Weil es viele Probleme hatte. »

Là, nous constatons que l'outil informatique n'a pas été codé par un Suisse Romand. Sinon, il m'aurait raconté un witz en français et il aurait su, du premier coup, que Jean-Augustin Cuony était syndic de Fribourg en 1850.

De nombreuses personnes craignent que l'intelligence artificielle les remplace dans leur profession. Pour les soins, je doute que cet outil nous soit d'un grand secours. Lorsque je lui demande: « Peux-tu répondre à la sonnette de la chambre 408 à ma place? », il me répond:

« En tant que modèle de langage, je ne suis pas physiquement présent à l'emplacement de la chambre 408 et je n'ai pas la capacité de répondre à une sonnette. Je suis simplement un programme informatique conçu pour fournir des

réponses à des questions générales. Si vous êtes à l'emplacement de la chambre 408, je vous suggère d'y répondre vous-même. »

Et là, je constate que, dans notre domaine, l'intelligence artificielle ne remplacera jamais la présence humaine. Les contacts, l'aide individualisée, le toucher, le regard ne disparaîtront jamais. Les soignants n'ont donc aucun souci à se faire. Par contre, lorsque je constate que l'outil informatique me dit de répondre moi-même à la sonnette, je me dis que je suis le seul, en tant qu'Infirmier-chef, que l'outil informatique pourrait remplacer un jour. Il est temps que je retourne un peu travailler dans les étages, moi!

Vincent Pfister



Qui est le directeur de la Résidence des Chênes, à Fribourg ?



Je suis désolé, mais en tant que modèle de langage, je ne dispose pas des informations les plus récentes sur la direction de la Résidence des Chênes à Fribourg. Si vous avez besoin de connaître le nom du directeur actuel, je vous suggère de consulter le site web de l'établissement ou de contacter directement la résidence pour obtenir cette information.



 Regenerate response

Send a message...



[ChatGPT Mar 14 Version](#). Free Research Preview. Our goal is to make AI systems more natural and safe to interact with. Your feedback will help us improve.

LE BILLET DE L'AUMÔNERIE

Lumineuse Chandeleur aux Chênes

Chants, pleurs, colle, sourires, Nutella saupoudré de paillettes, bouilles joufflues et têtes blanches, mains ridées, mains barbouillées : où trouver tout cela au même endroit ?

Le 5 février dernier, à la Résidence des Chênes, a eu lieu une rencontre inhabituelle, au milieu d'un alignement de poussettes et de déambulateurs. La Chandeleur, fête célébrant la présentation de Jésus au Temple par ses parents et marquée par leur rencontre avec le vieillard Syméon, a insufflé l'élan de cette visite de jeunes enfants, avec leurs familles, à des personnes âgées tout heureuses de les accueillir.

Tout a commencé par une courte catéchèse adressée aux 14 enfants du quartier venus pour cette occasion, sur le thème de la présentation de l'Enfant-Jésus au Temple. Le texte de l'évangile de Luc nous a offert la possibilité de méditer sur cette Chandeleur, Lumière révélée aux nations il y a 2000 ans, toujours brillante. Attentifs, réactifs, parfois remuants, les enfants ont su maintenir en éveil des personnes âgées parfois fatiguées en fin de journée. Après cela nous avons entonné, de tout notre cœur, le Cantique de Syméon, à reprendre, pourquoi pas chez soi, le soir au coucher.

Puis, place à l'appropriation de la Parole de Dieu par le travail manuel : comment repartir de cette rencontre avec quelque chose de concret ? L'idée d'un bricolage avec une bougie nous avait paru évidente. Sa mise en pratique, à savoir la décoration de verres contenant un lumignon, a été plus périlleuse... Des idées à fournir, du matériel à faire circuler, de la frustration parfois face au manque de temps ou à un résultat décevant... Tout cela fut vite dissipé par l'arrivée d'un appétissant plateau de crêpes artistiquement roulées et garnies !

Après la dégustation est venue l'heure de se dire au revoir, chacun repartant avec une mission : celle de prier pour la personne avec laquelle on avait échangé son « verre-lumière ». Chacun a pu ainsi apprendre à donner de son temps, de sa joie, de sa créativité et de son cœur, la prière faisant résonner et perdurer en nous cette rencontre entre générations.

**Geneviève Ignatovitch
et Louise Sauty de Chalon**





LE MOT DU PASTEUR

Auferstehung, Dreifaltigkeit und Osterhase

Der Osterhase ist halt doch ein christliches Symbol! Jedenfalls wurde er dazu gemacht. Aus dem « Wappentier » der germanischen Frühlingsgöttin Ostara ist eines unserer verbreitetsten Ostersymbole geworden. Man musste ein wenig nachhelfen. Man brachte die sprichwörtliche Fruchtbarkeit der Hasen in der Frühlingszeit mit der Auferstehung Jesu Christi in Verbindung. Dass mit dem « Dreihasen-Bild », das sich in der mittelalterlichen christlichen Kunst verbreitete dann auch noch die Dreifaltigkeit darstellen konnte, verhalf dem Osterhasen endgültig zu seinem Patz in unserer Osterkultur.



Lebensfreude

Unsere Sehnsucht nach Wärme und Licht findet dich, Auferstandener Jesus, neues Leben, das uns anspricht, unbegreiflich, dein Versprechen, deine Zusage, Wahrheit so begegnest du uns, Christus, und lässt dich finden so lädst du uns ein zur Lebensfreude.

Urs Schmidli

Quelle : (www.badische-zeitung.de)



JEUX

Les œufs de Pâques

Retrouvez les 17 œufs de Pâques qui se cachent dans tout le journal.



JEUX

Mots cachés en Allemand

DURSTIG

ENGEL



FESTLAND

FLINK

GAMMA

INSTINKT

LARVE

MAEDCHEN

MAGNET

~~VOGEL~~

~~WALES~~

~~WINZIG~~

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

Mémoire, quand tu nous accompagnes !

Hier – Aujourd’hui – Demain

« Bonjour, comment allez-vous ? », « C’est une belle journée qui s’annonce. Avez-vous bien dormi ? Voilà des questions qui peuvent paraître banales et simples mais auxquelles, pour certaines personnes, apporter une réponse est très difficile, voire impossible. Savoir qui l’on est, où l’on vit... voilà des repères élémentaires qui peuvent presque devenir des sommets inatteignables, noyés dans un épais brouillard.

« Triste record : atteint par Alzheimer à 19 ans » : tel était le titre d’un article paru dans la presse au matin du 21 février 2023 et relatant le fait que des médecins de Pékin avaient diagnostiqué une maladie d’Alzheimer chez un jeune homme de 19 ans. Dans le langage courant, on emploie l’expression « avoir une mémoire d’éléphant ». Effectivement, les éléphants « sont réputés pour leur excellente mémoire. » L’une des hypothèses concernant la cause de ce phénomène peut se résumer ainsi : « c’est parce qu’ils désirent retrouver une source d’eau en cas de sécheresse que cela est nécessaire ».

Mais qu’est-ce donc que la mémoire ? Selon le dictionnaire médical, la mémoire, c’est la faculté qu’a le cer-

veau de conserver une trace de l’expérience passée et de la faire revenir à la conscience.

Cependant, il arrive que cette faculté soit altérée. Cela entraîne, pour les personnes concernées, des conséquences dans la vie de tous les jours en provoquant divers troubles, notamment dans la maladie d’Alzheimer... « un mal qui vole les cœurs, les âmes et les souvenirs. » (Nicholas Sparks).

Un autre aspect de la mémoire est formulé ainsi par Henning Mankell dans son roman *Le Chinois* : « La mémoire est comme une vitre. La personne qui a disparu est toujours là, toute proche, mais hors d’atteinte ».

Les personnes concernées et quelques aspects de leur vécu

Selon les estimations d’« Alzheimer Europe », 150 000 personnes étaient atteintes de démence en Suisse, entre 2015 et 2020. La même source précise qu’il y a environ 30 000 nouveaux cas par an. Les individus concernés doivent affronter des problèmes liés à la mémoire à différents niveaux. Ces difficultés ont également un impact sur la famille et les proches. La mémoire étant altérée, c’est la personnalité dans sa globalité qui est aussi touchée.

Certaines études ont cherché à comprendre comment la personne touchée perçoit sa maladie dans cette phase de grande difficulté. Dans ce petit article, j'ai trouvé intéressant de citer quelques témoignages des personnes qui ont été interrogées et qui ont partagé leur vécu face à la perte progressive des facultés de leur mémoire. Une personne exprime ce qui suit : « La perte de la conscience de ses troubles, de la conscience de soi, renvoie implicitement à la disparition de l'état d'humanité. La conscience s'impose comme le garant du statut d'être humain ».

La personne atteinte de la maladie, exprime également l'idée de folie ou le sentiment de ne plus être dans la réalité, de devenir hors norme, d'être désaxée. L'une des personnes déclare : « J'ai l'impression de ne plus faire la part du rêve et de la réalité ». Les récits rapportés par la personne malade précisent que « la peur que les autres ressentent fasse à la maladie est vécue par le malade comme une forme d'exclusion ».

Après avoir échoué à un calcul simple, un ancien mathématicien, très sévèrement atteint, s'interroge sur le sens de son existence : « y a-t-il une vie sans savoir ? »

Accompagner – Comprendre – Soigner

Être avec une personne dont la mémoire fléchit constitue un exercice avec de multiples facettes comprenant l'envie d'aider, de favoriser les capacités et les ressources résiduelles dans le respect de l'identité propre de la personne.

Aider et accompagner ces personnes au quotidien exige davantage qu'une compréhension fine de cette problématique de santé. Par ailleurs, dans de telles circonstances, les attitudes telles que l'empathie, la considération positive, le respect du rythme tiennent une place primordiale.

L'apport de chaque partenaire, soignant et famille, constitue un socle solide sur lequel le projet d'accompagnement doit se construire. Pour ma part, je reste convaincu que l'indispensable compréhension de cette problématique constitue, pour chacun, un apport permettant d'aller de l'avant dans une approche qui accorde une place centrale à la personne touchée.

Certes, accompagner et soigner au quotidien une personne atteinte dans sa mémoire ne peut supprimer des déficits permanents. Cependant, cette

LE COIN DU LECTEUR

manière de « prendre soin » constitue aussi une chance, une plus-value et un renforcement des valeurs. C'est une corde de plus à l'arc d'une approche censée garantir le respect d'un impératif fondamental d'une société dite civilisée : le respect de la dignité humaine.

Eraste Ndayishimiye, Espace Oasis

Source : (Pourquoi l'éléphant est symbole de porte-bonheur ? (monde-elephant.com).

(Sources : Agnès Michon, Marcela Gargiulo ; Corinne Rozotte, clinique de psychiatrie gériatrique, Hôpitaux universitaires de Genève.

- Psychologie & Neuropsychiatrie du vieillissement. Volume 1, Numéro 1, 7-13, mars 2003, Revue thématique 3 ; Qu'est-ce que la démence).



Partage de poèmes

J'aime les très vieux assis à la fenêtre
Qui regardent en souriant le ciel perclus
de nuages
Et la lumière qui boîte dans les rues de
l'hiver.

J'aime leur visage aux mille rides,
Qui sont la mémoire de mille vies,
Qui font une vie d'homme.

J'aime la main très vieille qui caresse en
tremblant

Le front de l'enfant,
Comme l'arbre penché effleure de ses
branches

La clarté d'une rivière.

J'aime chez les vieux leur geste fragile
et lent

Qui tient chaque instant de la vie
Comme une tasse de porcelaine,
Comme nous devrions faire nous aussi
A chaque instant
Avec la vie.

Jean-Pierre Simeon



Le temps passe sans que personne
Ne lui demande de passer.
On croit que ce qu'il préfère,
Ce sont les siècles, les millénaires.
Mais quand le temps
S'abandonne un instant,
Quand le temps prend son temps,
On rêve d'en prendre un peu,
Il arrive qu'il dise, à toute vitesse,
Comme un enfant qui court,
En retard pour l'école :
«Pour moi qui suis le temps,
Qui vais de par le monde,
Rien n'est plus beau
Qu'une seconde...»

Carl Norac

LE COIN DU LECTEUR



Commentaire de Carmen sur ces poèmes qu'elle a voulu partager avec nous :

La vie passe vite.

Le temps, d'un soupir, celui qui était enfant est devenu adulte.

Le temps nous file entre les doigts mais les bons moments restent gravés dans la mémoire.

Les souvenirs des moments heureux nous rendent nostalgiques quand nous y pensons.

J'ai l'impression que le monde tourne plus vite et que la nuit tombe alors qu'il fait déjà jour, mais peu importe, ce qui compte, c'est qu'un jour, dans l'apaisement, nous puissions nous souvenir des moments heureux qu'un jour le temps a emportés, alors que le temps s'est arrêté.

Carmen Silva, Espace Prairie

Sources : (<https://nature-et-poésie.fr/portfolio/beaux-poèmes/#&gid=1&pid=7>)

(<https://nature-et-poésie.fr/portfolio/beaux-poèmes/#&gid=1&pid=19>)



Êtes-vous « luno-sensible » ?

Nombreux sont ceux qui ne connaissent pas l'expression « luno-sensible ». C'est pourquoi, l'article de ce jour va traiter de ce sujet. À l'approche de la pleine lune, certaines personnes se sentent plus fatiguées et irritables et peut-être que c'est votre cas. Ce phénomène est justement appelé la luno-sensibilité.



Durant la pleine lune, le rayonnement de la lune est plus intense. Cette phase lunaire a lieu lorsque le soleil, la terre et la lune sont presque alignés. Durant cette phase, la lune se lève quand le soleil se couche et elle se couche lorsque le soleil se lève.

Paul Ferris, auteur du « Guide de la lune 2021 », explique que le phénomène de l'attraction de la lune par la terre et de la terre par la lune implique que la lune a une action sur l'ensemble des êtres vivants et non vivants de notre planète. Pour l'auteur en question, il est normal que les mouvements de la lune aient une influence sur le comportement et l'humeur. Il souligne le fait que, durant la pleine lune, on recense davantage d'agressivité, de bagarres, d'accidents et de tremblements de terre.



La pleine lune aurait dès lors une influence sur notre comportement, notre sommeil et notre humeur. Le manque de sommeil ou l'insomnie favorise un état de stress et une plus grande

LE COIN DU LECTEUR

difficulté de la gestion du stress. Le sommeil peut aussi s'avérer être agité et, par conséquent, non-reposant. Certaines personnes émettent également l'hypothèse que cela pourrait être à l'origine de certaines crises d'angoisses. Outre les conséquences mentionnées de la pleine lune, celle-ci aurait la réputation de booster la libido. Selon des recherches, les soirs de pleine lune, nos sentiments sont décuplés : on est soit davantage amoureux soit enclin aux disputes conjugales. Durant ces soirées, comme les ressentis de l'humain sont décuplés, ce dernier ferait plus de rencontres amoureuses et davantage l'amour. En effet, les soirs de pleine lune, on boit davantage d'alcool et, avec la désinhibition qui en résulte, on prend plus de risques et on devient plus entreprenant.

Paul Ferris explique qu'il ne faut pas chercher à lutter contre les effets de la lune. Cela est complètement inutile. Cependant, si l'on constate que l'on est luno-sensible, l'auteur en question préconise, durant les pleines lunes, de s'accorder du temps, de l'attention et d'entreprendre des activités qui contribuent à notre bien-être.

Afin de vous préparer aux prochaines pleines lunes, voici le calendrier lunaire 2023 :

MOIS Pleine Lune	DATE Pleine Lune	HEURE (de Paris) Pleine Lune	SIGNE ASTROLOGIQUE Pleine Lune	DISTANCE Terre-Lune
Pleine lune JANVIER 2023	7 janvier 2023	00:09	Cancer ☾	405 824 km
Pleine lune	5 février 2023	18:36	Libra ♎	406 240 km

Nergiz Atac, Équipe Forêt

Sources : (Effets de la pleine lune sur l'humeur : êtes-vous "luno-sensible" ? Disponible sur : <https://sante.journaldesfemmes.fr/fiches-psycho-psychiatrie/2717809-effets-de-la-pleine-lune-sur-l-humeur-etes-vous-luno-sensible/>, consulté le 1^{er} mars 2023.

Figure 1, disponible sur : <https://www.elle.fr/Astrologie/Dossier-Astro/La-pleine-lune-influence-t-elle-notre-sommeil-3899472>, consulté le 1^{er} mars 2023. Figure 2, disponible sur : <https://www.futura-sciences.com/sante/actualites/enfant-lune-influence-notre-sommeil-62469/>, consulté le 1^{er} mars 2023. Figure 3, disponible sur <https://www.pleine-lune.org/telechargements/calendrier-pleines-lunes-2023.pdf>, consulté le 1^{er} mars 2023.)

L'art d'accompagner...

Un suivi en soins palliatifs favorise les relations privilégiées entre le patient, les proches, la famille et les professionnels de santé. L'accompagnement valorise les capacités de l'accompagné, aide à créer un environnement sécurisant facilitant la mise en place de la relation d'aide et une prise en charge des symptômes, physiques et psychiques, plus rapide et efficace. En visant l'amélioration de la qualité de vie de la personne, les soins palliatifs apportent du confort mais aussi du réconfort dans les moments d'angoisses face à l'évolution d'une maladie. En pratiquant une écoute active, accompagnant et accompagné, peuvent trouver ensemble des moyens de soulagement de toute douleur. Être conscient que la qualité de vie influence directement sur notre humeur et notre bonheur est, pour moi, le point de départ de ce lien avec les soins palliatifs.

Mettre en place un soutien global, une observation régulière, empathique et respectueuse permet peu à peu de capter des émotions qui mènent à comprendre les principaux besoins fondamentaux de l'accompagné. En se basant sur la pyramide de Maslow (elle a pour rôle de hiérarchiser les besoins des individus. Cinq besoins y sont recensés : les besoins physiologiques, le besoin de sécurité, le besoin d'appartenance, le besoin d'estime et le besoin d'accom-

plissement), nous pouvons améliorer notre observation, notre perception et notre communication lors de la prise en charge de la personne.

En s'appuyant sur l'écoute active, en utilisant la reformulation et des questions ouvertes, on peut proposer à l'accompagné des moyens physiologiques (des changements de position, massages avec des huiles essentielles, lavettes chaudes sur des zones de tensions, bains de pieds, entre autres...) ainsi que des moyens psychologiques avec des moments de partages, d'écoute, de rires et de relaxation qui peuvent permettre d'éviter ou de retarder le besoin immédiat de produits pharmaceutiques...

Un partage et un échange constant avec l'équipe de soignants et de diplômés permet une évaluation, un suivi et une prise en charge des douleurs physiques et psychiques plus efficace. Un accompagnement réalisé en équipe favorise le maintien de l'autonomie et renforce l'indépendance du résidant. L'une des missions du soignant en soins palliatifs est sans doute de faciliter l'échange entre l'accompagné, la famille et l'équipe de soins pour apporter de la motivation et de la sérénité face aux changements, à une nouvelle avancée de la maladie ou une modification du cadre clinique.

LE COIN DU LECTEUR

La mission d'accompagnement implique de s'engager avec l'autre, de contribuer à son bien-être et recevoir l'épanouissement que ce moment nous apporte. Elle permet également de renforcer notre définition de la compassion en observant que celle-ci se vit simplement dans l'acte de rester présent, sans jugements et sans avis. Durant l'accompagnement on se doit d'être au service d'une même éthique, celle de respecter la personne qu'on accompagne et la qualité du temps qui lui reste à vivre en lui offrant des soins affectifs, une écoute ouverte et loyale pour que la personne puisse être présente à son cheminement.

Le temps est-il un frein aux soins palliatifs ? En effet, le soignant est fréquemment en lutte contre le temps. Il a souvent l'idée que le soin est prioritaire face à l'accompagnement, et que ce dernier vient après, dans un temps sans temps. Il est essentiel de se rendre compte qu'on peut soigner en restant technique, mais qu'on ne peut pas accompagner par la technique. « Être là », simplement être présent à l'autre, lui offrir notre présence entière, notre disponibilité et notre attention, pourraient nous permettre d'observer des changements dans le bien-être tant physique que psychique de l'accompagné. Un geste, une présence calme et contenante dépassent toutes les limites de temps que l'on peut s'imposer.

Il nous faut apprendre à gérer le temps d'une journée de travail et être attentif aux besoins de la personne pour adapter au mieux nos actes de soins. Trouver une juste distance professionnelle dans notre engagement, s'éloigner des pressions et distractions externes pour pouvoir « être », sont des défis, parfois des difficultés, rencontrés au cours de l'accompagnement en soins palliatifs.

Aborder le thème de la mort avec le résidant peut être reçu avec appréhension mais, en respectant les craintes et les silences, le thème peut devenir, au fil des échanges, plus légers et peut donner lieu à des partages plus profonds. Quant à l'échange au sein d'une équipe, il n'est pas rare de constater que la mort reste un sujet délicat à aborder. Certains mécanismes de défense (être dans le faire, identification projective, l'évitement, les attitudes faussement rassurantes, la banalisation) peuvent être observés au cours d'un décès ou lors d'un contact avec un deuil. Des moments d'échange au sein d'une équipe peuvent permettre d'exprimer des ressentis ou de partager des expériences vécues afin de mieux appréhender ce type de situation.

Le tabou est encore loin d'être levé mais je ressens qu'un espace de discussion et d'intérêt au sujet des soins palliatifs

s'est ouvert au sein, non seulement de mon équipe, mais aussi de l'institution.

« La dignité est inhérente à la personne humaine et est inaliénable. Elle ne dépend pas de son état physique ou moral, ni de sa situation sociale. Dans certaines circonstances particulièrement difficiles, la personne malade peut éprouver un sentiment de dégradation,

voire de déchéance et douter de sa propre dignité. Les conditions de vie et de soins qui lui sont alors proposées, le regard de l'autre, sont essentiels pour respecter sa dignité, pour la confirmer. »

Alexandra Condesso, Espace Montagne

Source : (Extrait Déclaration des droits de l'homme, 1948)



LE COIN DU LECTEUR

L'Albanie en été côté plages

Cap sur la Riviera, l'un des joyaux les mieux gardés de l'Adriatique

Avec ses eaux turquoise, ses plages blanches, ses villages perchés et son soleil constant, la côte sud-ouest de l'Albanie abrite parmi les plus belles plages de la péninsule balkanique.

Soyons honnêtes. Que connaît-on de l'Albanie ? Sa dictature communiste, ses vieilles Mercedes, ses bunkers et peut-être l'écrivain génial Ismail Kadaré, c'est à peu près tout. Son héritage hellénique ? On le connaît peu. Son passé ottoman ? On l'ignore. L'Albanie, c'est pourtant ça, plus de 2000 ans d'histoire, une culture propre, des cités antiques et des paysages variés. Au nord, ses montagnes et ses vallées profondes. Au centre, ses villes classées. À l'ouest, sa capitale bouillonnante, Tirana. Au sud, sa côte et ses plages, la région la plus touristique du pays.

L'Albanie est l'un des joyaux les mieux gardés de l'Adriatique. Passez Vlora et voyez la mer Ionienne découper la côte. Sous vos yeux, de petites baies, des eaux turquoise et des villages perchés. Non, ce n'est pas la Grèce mais bien la Riviera albanaise, 100 km de littoral, des criques cachées et des sites archéologiques. Les Grecs, les Romains et les Byzantins s'y étaient

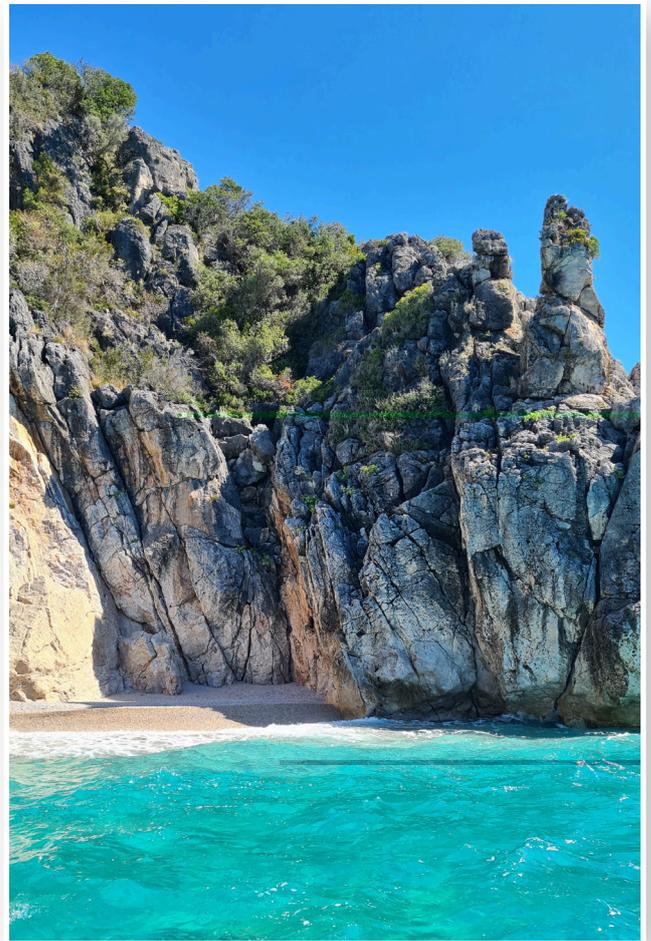
établis. Les touristes y viennent désormais se baigner.



Dhërmi, perle de la mer ionienne

La « perle du littoral ». C'est comme ça qu'on la surnomme. On comprend : une eau claire, des plages de galets et des bars quasi dans l'eau. Dhërmi est l'une des stations balnéaires les plus fré-

quentées de la côte. Elle a pour elle des infrastructures de qualité et un environnement de rêve. Autre avantage, la plage est longue.



Le canyon de Gjipe et sa plage cachée

Elle est un peu à l'écart, discrète, moins fréquentée. On y accède après 25 minutes de marche. Ici, pas de club bruyant ni d'ambiance de fête, juste quelques parasols et un petit bar. La plage de Gjipe est l'une des plus belles d'Albanie. 400 mètres de galets, une eau limpide et des falaises autour. Idéale pour se baigner, farnienter et se balader. La paroi rocheuse est percée par un canyon, impressionnant.

LE COIN DU LECTEUR



Saranda, sa baie et ses environs

Soyons clairs. Saranda est la ville la plus touristique du pays : 17 000 habitants, un port de plaisance, des immeubles et une baie bétonnée. On y vient surtout pour profiter de la plage, des infrastructures et des trajets pour l'île grecque de Corfou. Conseil : privilégiez les alentours. D'abord, foncez à la source de l'œil bleu, à une vingtaine de kilomètres. Sur place, une eau d'un bleu vert éclatant surgit à la surface. Avant, l'endroit était réservé aux cadres du parti communiste. Depuis la chute du régime, les touristes affluent. Privilégiez une visite le matin. Sur la route du retour, arrêtez-vous au monastère Saint-Nicolas de Mesopotam, l'une des plus grandes églises byzantines des Balkans, avec ses murs de 10 m et ses quatre coupes. Pour finir, montez jusqu'au château de Lëküres, forteresse ottomane construite pour contrôler la région. Sur place, la vue s'étire sur Saranda, Corfou, l'arrière-pays et le site de Butrint.





Gjirokastra, la belle ottomane

De loin, elle semble un peu sévère, morne, éteinte. Les maisons s'empilent, on les voit grises, comme la citadelle tout en haut, forte et austère. Une fois à l'intérieur, changement d'impression. Des façades blanches, des ruelles pavées, des habitants chaleureux, des cafés animés, une vraie vie de village et une mosquée qu'il faut visiter. Gjirokastra est considérée comme la plus belle ville d'Albanie. C'est surtout un exemple de ville ottomane préservée. Certaines habitations ressemblent à des forts : pas de fenêtre au rez-de-chaussée et des meurtrières au premier étage. Ce sont des kullë, des maisons à tourelle, réservées aux cadres de l'administration ottomane.



Diana Profesori, Espace Glacier

Source : (Le Figaro, le 12/02/2023)

Photos : (LP 2019)

LE COIN DU LECTEUR

Des goûts, des saveurs et des odeurs...

Depuis ma tendre enfance, j'ai souvent changé certaines de mes façons de faire, tant dans mes habitudes familiales que professionnelles, et aussi dans mes habitudes alimentaires. Seules quelques certitudes ont gardé leurs propres places. Le souvenir des goûts et des odeurs...

Je me souviens du temps de l'école lorsque, avec ma sœur et mon frère, nous étions conviés à partager notre repas de midi autour de la table de ma grand-maman. Quel bonheur d'entrer dans sa cuisine ! Une odeur de plats cuisinés depuis très tôt le matin qui se répandait dans la pièce et, pour suivre, son dessert unique, « l'omelette aux pommes, crème vanille ». La perfection, agrémentée d'un peu trop d'œufs, d'un peu trop de crème et d'un peu trop de beurre... Mais qu'est-ce que c'était bon !

Mon rôle, à la Résidence des Chênes, est de maintenir l'équilibre entre chaque plat, tout en proposant des repas adaptés aux besoins des résidents. Cet exercice de jonglage, nous mène, mon équipe et moi, à trouver de nouvelles idées et à inventer de nouvelles recettes, sans oublier pour autant les envies de nos convives. Des envies qui sont parfois, et même souvent, liées aux souvenirs.

Eh oui ! Un bon foie gras lors des fêtes de fin d'année, une dégustation d'huîtres font partie des attentes de certains alors que d'autres se réjouissent d'une saucisse de veau grillée accompagnée de röstis maison ou de voir, dans leur assiette, une délicieuse langue de bœuf aux câpres.

L'idée de pouvoir apporter à chacun un moment de plaisir fait de notre profession un art. Mais attention, le plaisir ne fait pas toujours bon ménage avec une bonne santé ! Réaliser des plats équilibrés consiste justement à savoir trouver la bonne dose au bon moment. Trop de beurre n'est pas bon pour notre santé mais, pas assez, c'est moins bon pour notre palais ! Beaucoup de crème dans nos desserts, c'est meilleur, mais notre corps nous remerciera d'y échapper parfois ! L'importance de ces saveurs passe non seulement par la quantité et par la qualité des produits mais aussi par leur texture et leur cuisson : un jour grillé, un jour poché, un autre jour gratiné ou encore mijoté. Ces éléments contribuent à la création de cet équilibre.

De nos jours, nous devons également faire face à de nouvelles tendances concernant les orientations alimentaires comme, par exemple, les régimes végétariens ou végan mais aussi tenir compte

des intolérances et allergies dont la liste fait actuellement partie de la législation sur les denrées alimentaires.

Ces quelques aspects et bien d'autres que je n'ai pas cités ajoutent à nos tâches quotidiennes des exigences techniques auxquelles nous devons prêter une grande attention mais je suis intimement convaincu qu'ils n'ôteront jamais sa dimension artistique à cette profession de cuisinier, ni l'envie de rappeler, comme les repas de ma grand-maman, le souvenir du goût, des saveurs et des odeurs que nous avons connus tout au long de notre vie.

A sein de la cuisine de la Résidence, nos premiers objectifs sont d'apporter du plaisir à chacun à travers l'alimentation et d'être à l'écoute des désirs. En tenant compte de l'évolution de notre profession, nous accordons une grande importance à l'amélioration en continu comme, par exemple, en collaboration avec les soignants, la mise en place prochaine de formations ou plutôt de « conseils » afin de garantir, dans les salles à manger, un service de qualité jusque dans les assiettes.

Nicolas Richoz,
Responsable Secteur Restauration



LE COIN DU LECTEUR

Les 100 ans de Madame Marie-Jeanne DUBAS

Marie-Jeanne Cuony naquit le 6 avril 1923 à Fribourg, à la Rue de Lausanne. Alors qu'elle était âgée de deux ans, ses parents emménagèrent à l'Avenue de la Gare où son père, Jean-Auguste Cuony, tenait la pharmacie située à l'angle des Grand-Places, pharmacie qu'il avait héritée de ses parents. Sa mère, Odette Milhau, avait quitté son Midi natal pour suivre deux de ses sœurs au Pensionnat Sainte-Ursule, cela après la promulgation en 1905 de la Loi concernant la séparation de l'Eglise et de l'Etat en France. En 1928 naquit ensuite Geneviève, sœur cadette de Marie-Jeanne.

C'est dans les classes de Sainte-Ursule, où enseignait l'une de ses tantes maternelles, que Marie-Jeanne Cuony fit, avec intérêt et plaisir, son école primaire. Puis elle fréquenta, quasiment à l'autre bout de la ville, l'Académie Sainte-Croix où elle obtint, en 1942, le baccalauréat latin-sciences. Après cela, suivant l'exemple de ses père et grand-père, elle effectua ses études de pharmacienne aux universités de Fribourg puis de Berne.

C'est à cette époque qu'elle fit la connaissance d'un jeune médecin bullois, Jean Dubas, qui avait pris pension pour quelques semaines chez la tante paternelle de Marie-Jeanne Cuony à

l'Avenue de la Gare. Le mariage eut lieu quelques années plus tard, le temps que chacun des époux ait terminé ses études, en décembre 1948, en la chapelle des Ursulines.

Comme il était d'usage en ce temps-là, dès l'année suivante, la jeune épouse suivit son mari à Genève où il avait été nommé chef de clinique en chirurgie et urologie à l'Hôpital Universitaire. C'est donc dans cette ville que naquirent leur fils Michel et leur fille Mireille. En 1954, ce fut le retour dans le canton de Fribourg, à Bulle, après la nomination de son mari à la direction de l'Hôpital de district de Riaz. C'est là que naquit leur troisième enfant, leur fille Françoise. Durant ces années, la famille, l'éducation des enfants et les tâches du ménage occupèrent Marie-Jeanne Dubas à plein temps.

La situation changea au début de l'année 1959 lorsque son père décéda brusquement et qu'elle dut prendre en charge la pharmacie. Ce fut une période intense et difficile car il fallait gérer les finances et la comptabilité, activité que Marie-Jeanne Dubas n'avait pas pratiquée jusqu'alors, sans compter les constants déplacements entre Bulle et Fribourg. Un gérant, puis une gérante, vinrent tenir la pharmacie au quotidien, ce qui allégea sa tâche.

En 1968, nouveau bouleversement lorsque son mari quitta l'hôpital de Riaz et que la famille vint s'établir à Fribourg. Les enfants étant déjà indépendants, Marie-Jeanne Dubas put reprendre la direction de la pharmacie, cumulant vie familiale et professionnelle. Comme elle le formule dans un article de 1969 : « Pourquoi parle-t-on de la femme qui « travaille » uniquement lorsqu'elle exerce un métier ou une profession en dehors de ses occupations de mère et d'épouse ? Est-ce à dire que celle qui se dépense pour sa famille, étant tour à tour cuisinière, éducatrice, ménagère, infirmière, lingère, nurse, économiste, hôtesse, animatrice, etc., etc., ne jouit que de loisirs et que sa situation n'importe pas à la société ? ... La tâche de la mère de famille est essentiellement l'amour qui ne se mesure ni en heures ni en monnaie et qui ne calcule ni son dévouement ni son ingéniosité à rendre son entourage heureux. » (Sempervivum, Académie Sainte-Croix, Fribourg 1969).

Ces années, qui précédèrent l'adoption du droit de vote pour les femmes en 1971, furent aussi celles de la défense de la place des femmes dans la société. Marie-Jeanne Dubas se mit au service de diverses organisations : le Club Soroptimiste international de Fribourg dont elle fut membre fondatrice en 1969 puis présidente de 1977 à 1979,

le Centre de liaison des associations féminines fondé en 1973 et intégré aujourd'hui à Espace Femmes, le Club Inner Wheel. Vint également le temps des engagements politiques : Conseil général de la Ville de Fribourg de 1974 à 1991, Grand Conseil de 1977 à 1981, candidature au Conseil communal et vice-présidence du Parti radical-démocratique fribourgeois en 1982, parti auquel appartenait déjà son arrière-grand-père, Jean-Augustin Cuony, syndic de Fribourg de 1848 à 1857. C'est en ces termes qu'en 1981, Marie-Jeanne Dubas résumait l'évolution de la place de la femme dans la société : « La femme est entrée dans la vie publique, a pris part aux assemblées politiques, la femme a eu son mot à dire et a été écoutée lors de la discussion de nombreux problèmes, mais les femmes ont également participé à l'évolution et à la transformation de la mentalité... Si le travail professionnel lui permet de s'affirmer en dehors de la famille, il est aussi une revalorisation de la femme aux yeux de ses proches. Mais ce n'est pas du jour au lendemain qu'un mari accepte de considérer sa femme comme un être à part entière, pouvant avoir une opinion sur d'autres sujets que celui du ménage ou de l'éducation des enfants, et qu'il accepte cette opinion. Il faut avoir de la diplomatie, parfois, pour entendre démolir un avis que l'on vient d'exprimer

LE COIN DU LECTEUR

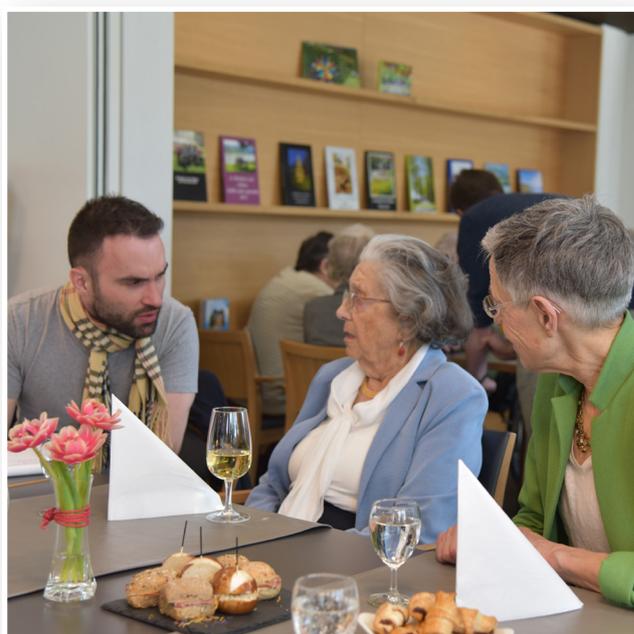
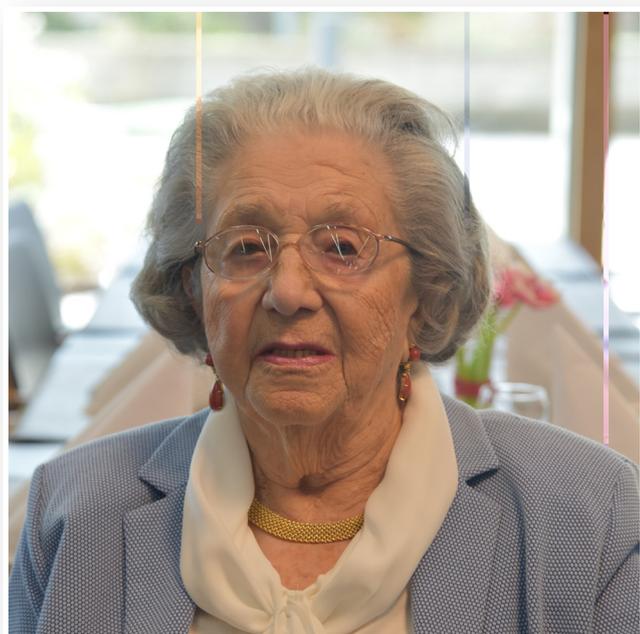
et qui, quelques jours plus tard, vous est présenté comme la meilleure solution, mais bien entendu, trouvée par un tiers.» (Eve chez elle, Société des gaziers de la Suisse romande, Lausanne avril 1981).

L'âge avançant, vint le temps de se retirer successivement de certaines activités et d'en entreprendre d'autres. Après la vente de sa pharmacie en 1988, Marie-Jeanne Dubas y fit encore des remplacements. Elle organisa et prit en charge le tri de médicaments partiellement inutilisés pour les envoyer en Afrique, par exemple à l'hôpital de Monvu en République démocratique du Congo où œuvrait un missionnaire fribourgeois, le père Claude Maillard. Elle exerça également la fonction d'experte aux examens des étudiants en pharmacie. Pendant des années, elle tint le piano à l'Orchestre de chambre du Mouvement des Aînés, orchestre dont

elle fut membre fondatrice. Cet ensemble musical jouait, et joue toujours, sous le nom de « Movimento », dans des établissements pour personnes âgées. Les amies, en bonne ou moins bonne santé, les clubs-services ainsi que les parties de bridge occupaient une partie de son temps.

Après le décès de son mari à la fin mars 2003, elle resta encore quelques années dans la maison familiale qui contenait les livres, tableaux et objets d'art destinés au Fonds Jean et Marie-Jeanne Dubas-Cuony des Archives de la Ville de Fribourg. Puis elle s'installa à nouveau au centre de la ville, dans un petit appartement. Ses forces ayant décliné, elle trouva un environnement adapté à la Résidence des Chênes en décembre 2018.

Michel Dubas





LE COIN DU LECTEUR

Camping de mère en filles...

Depuis l'époque où j'étais encore un nourrisson, mes vacances d'été se passent au bord de la mer. Mais pas de n'importe quelle manière: en camping-car!

Le camping est synonyme de liberté, de nature, de partage, d'entraide, de jeux, d'apéros pour certains et de tant d'autres choses... Le campeur a la joie de vivre, et de vivre de manière simple!

Lorsque je revis en pensée mes séjours d'enfance en camping, d'innombrables moments magiques refont surface. Alors, je me suis évidemment dit qu'il fallait à tout prix que je transmette cette passion à mes enfants plus tard.

Aujourd'hui, c'est chose faite! Mes deux filles ont déjà pu expérimenter les vacances en caravane, au bord de divers lacs de notre magnifique pays.

Je dois tout de même vous avouer que j'ai la chance d'avoir un mari qui apprécie également ce type de vacances, sans quoi je n'aurais forcément pas pu transmettre cette flamme à mes enfants

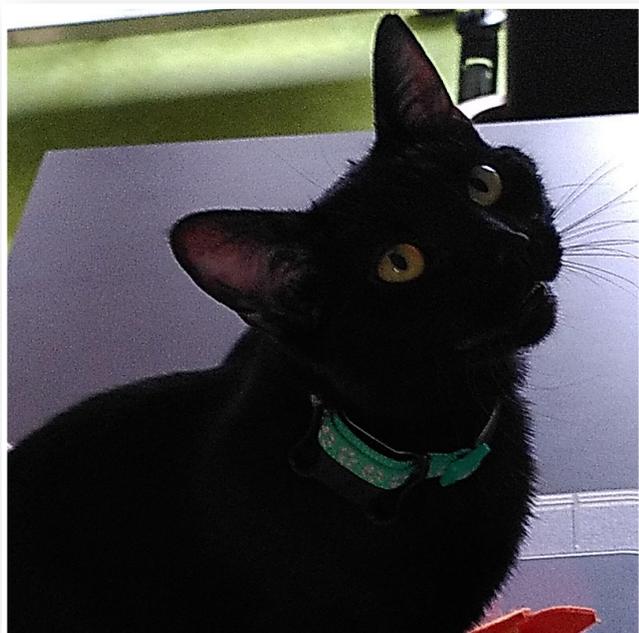
Désormais, il nous reste encore une étape à franchir: passer la frontière pour nous rendre au bord de la mer... Peut-être aurons-nous l'occasion de le faire cet été? Je vous le dirai.



Dans tous les cas, ce n'est que le début d'une longue aventure de famille de campeurs!

Rachel Sedmig, Secteur Socioculturel

Cuquette fait des kilomètres



Ce mardi, nous découvrons, avec un étonnement relatif, que notre chère Cuquette s'était déjà débarrassée du collier GPS dont nous l'avions équipée.

« Qu'est-ce qu'un collier GPS ? » me direz-vous !

- Eh bien, c'est un collier muni d'une puce électronique permettant de tracer ce collier... et donc le chat qui va avec ! Ainsi, si Cuquette ou son frère Bricelet, bien que moins curieux que sa sœur, venait à disparaître, nous pourrions les retrouver grâce à leurs colliers reliés à une application installée sur nos iPad.

C'est donc grâce à ce système de violation de la vie privée de nos félins que

nous avons pu retrouver le collier de Cuquette, ce mardi.

Et, accrochez-vous bien... il se trouvait dans le quartier de Gambach ! Après avoir imaginé quelques instants Cuquette effectuer 3 km d'exploration en ville de Fribourg, nous avons contacté l'institution située précisément à l'adresse indiquée par l'application liée au collier.

Quelle ne fut pas la surprise de l'une de ses employées lorsqu'elle réalisa que le bruit de grelot l'ayant accompagnée durant tout son trajet à vélo depuis sa maison située dans le quartier du Schönberg provenait, en fait, du grelot d'un collier de chat coincé dans sa roue !

Et, pendant tout ce temps, Cuquette se prélassait avec insouciance, étalée de tout son long sur un bureau de la Résidence.

Espérons que le système GPS du collier ne serve pas seulement à le retrouver mais surtout à retrouver, au besoin, sa propriétaire !

Camille Schorderet,
Co-responsable Secteur Socioculturel



LE COIN DU LECTEUR

Participation de la Résidence aux 12 heures de l'Auge !

A vos agendas !

Cette année, le samedi 17 juin précisément, nous participerons à la traditionnelle et légendaire course des 12 heures de l'Auge !

Il s'agit d'une course humoristique en tandem qui dure toute la journée, durant 12 heures, comme l'indique son nom.

Chers Résidants, vous pourrez passer nous rendre visite de 10 h 00 à 17 h 30, afin de pédaler sur les vélos d'apparte-

ment présents à notre stand et partager un repas et/ou un verre. Quant aux collaborateurs et leurs proches, ainsi que les proches des résidants, vous pourrez venir pédaler un, deux ou trois tours sur le tandem de la Résidence, sur notre stand ouvert du matin jusqu'au soir !

Qu'un EMS participe de la sorte à cette fête est une grande première ! Nous nous réjouissons beaucoup de vous voir nombreux sur notre stand pour participer et/ou encourager les résidants et les sportifs et boire un verre avec nous.



Description présente sur le site internet des 12 heures de l'Auge :

«La course des 12 heures de l'Auge voit s'affronter à travers la Vieille Ville des tandems humoristiques mus à la force du mollet.

Ces véhicules ont pour point commun d'avoir 2 roues et 2 pédaliers au minimum, le reste étant laissé à la fantaisie des équipes. Les courses ont ainsi vu des lits à baldaquins dépasser des pots de fleurs à roulettes, eux-mêmes talonnant un sous-marin russe !

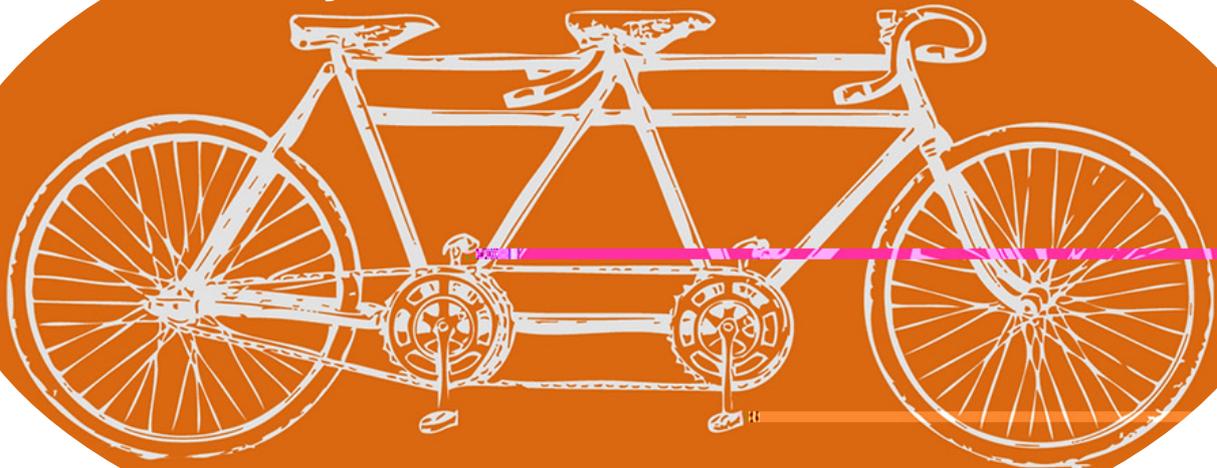
Bien plus qu'une épreuve sportive, les 12 heures de l'Auge sont le pendant estival du célèbre carnaval de l'Auge.

La course débute à 10 h 00, se termine à 22 h 00, suivie par une disco en plein air. La course est populaire : elle est ouverte aux participant-es de tout le canton et au-delà et n'est pas réservée aux sportifs. Le nombre d'équipiers est libre et ceux-ci peuvent se relayer sur les tandems à leur guise.

Chaque équipe se voit attribuer un emplacement où aménager son stand.»

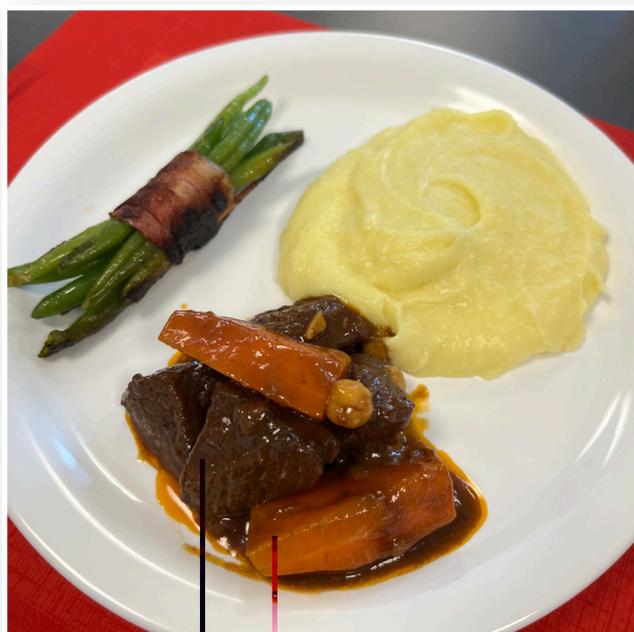
Camille Schorderet,
Co-responsable Secteur socioculturel

17 juin 2023 de 10h. à 22h.

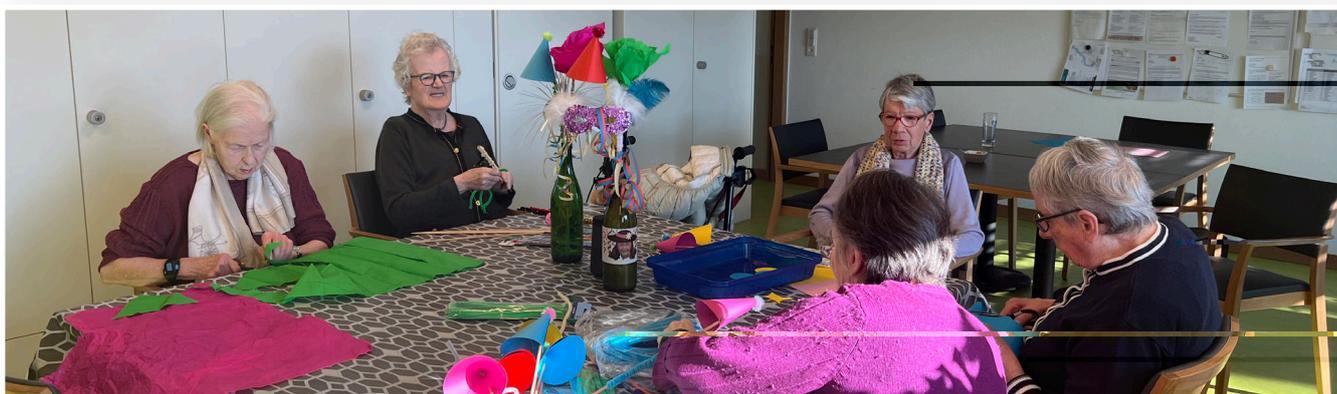
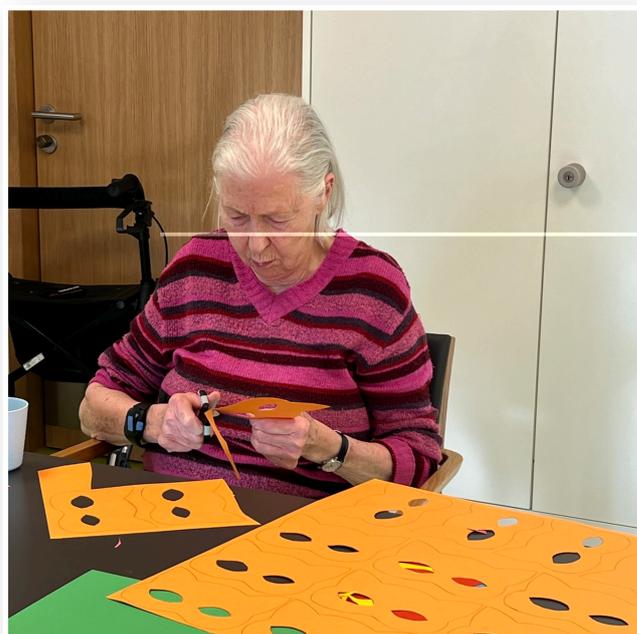
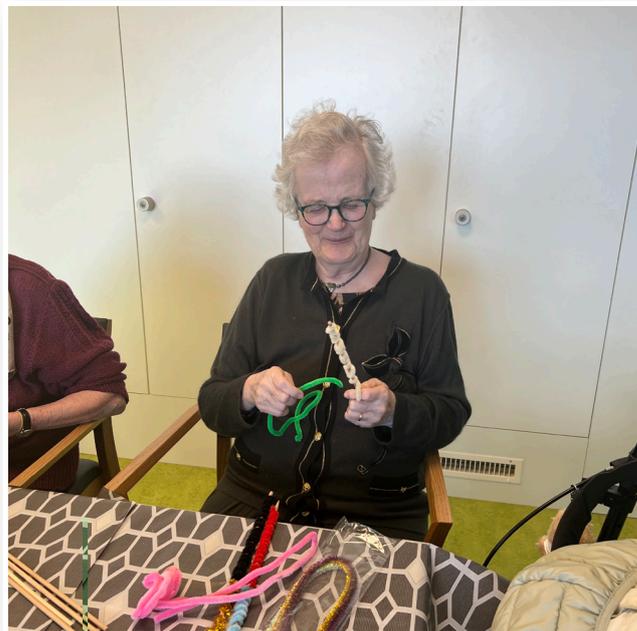


CLIN D'ŒIL

Atelier cuisine



Atelier créatif



CLIN D'ŒIL

Brunch



Jeux d'adresse



CLIN D'ŒIL

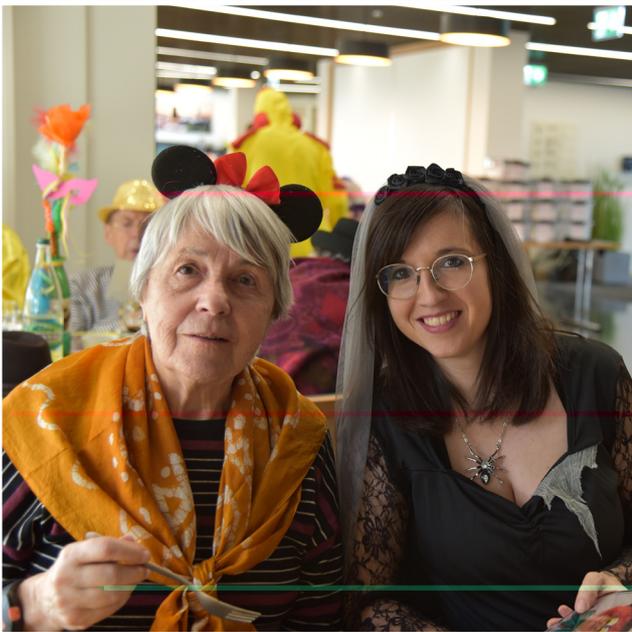
Chant



Chant avec l'Espace Oasis

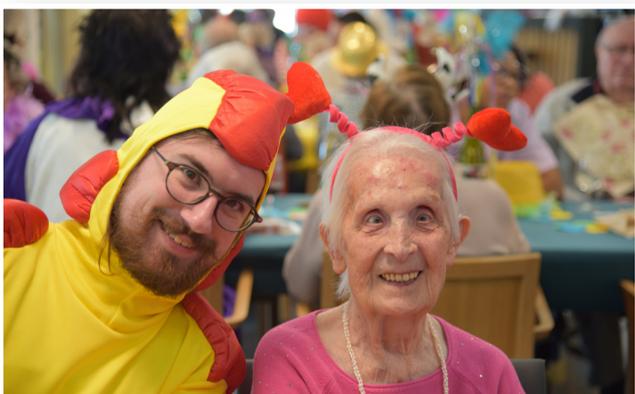
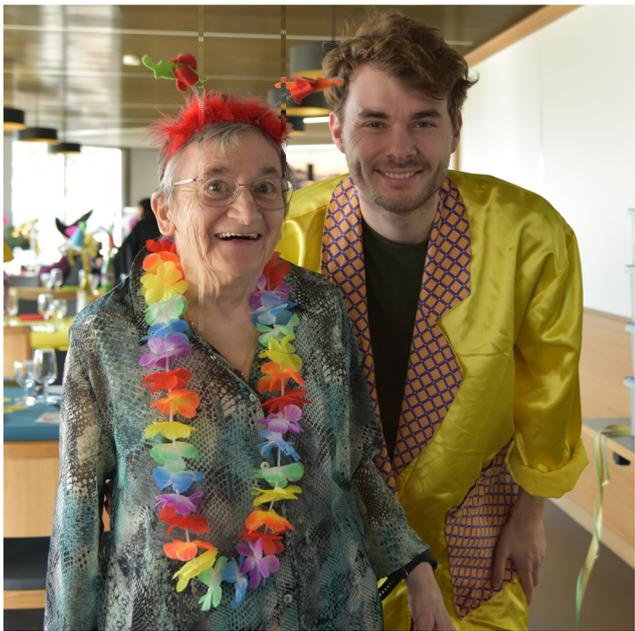


Carnaval

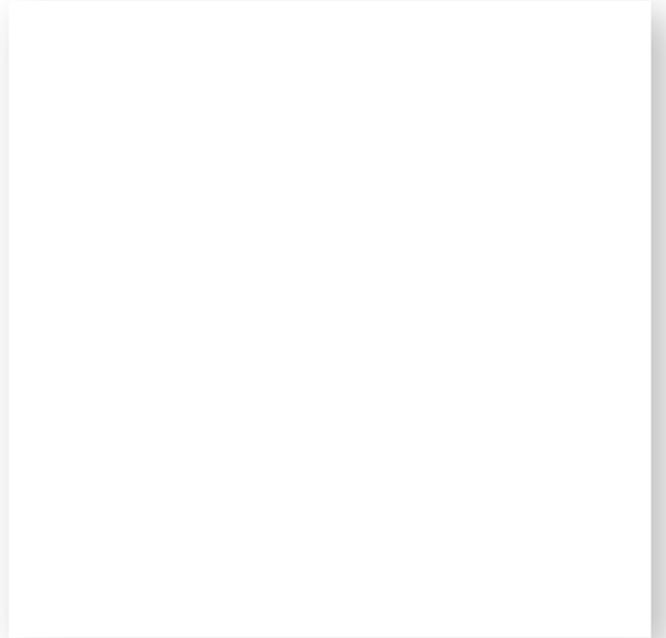


CLIN D'ŒIL

Carnaval (suite)



Repas à thème « Fondue »



CLIN D'ŒIL

Repas de la Saint-Valentin



Repas de la Saint-Valentin (suite)



Thé dansant au Pafuet



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.

Monsieur Herbert MEYER



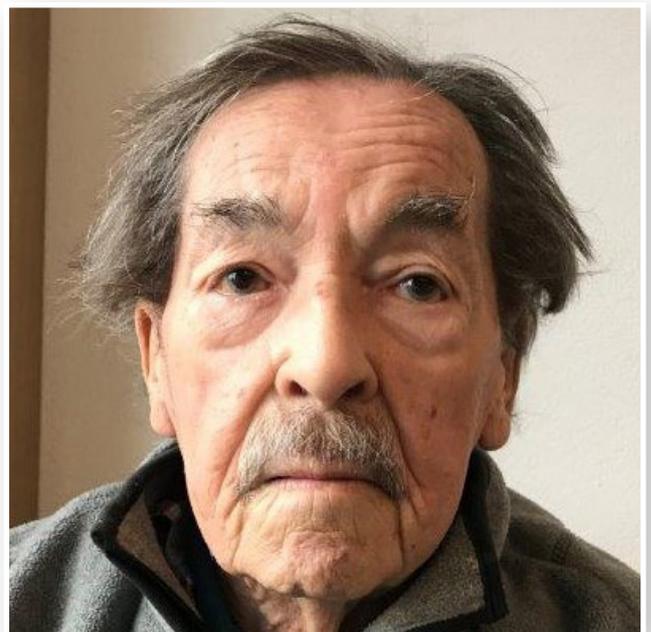
Madame Thérèse GRAND



Madame Edith ZWICK

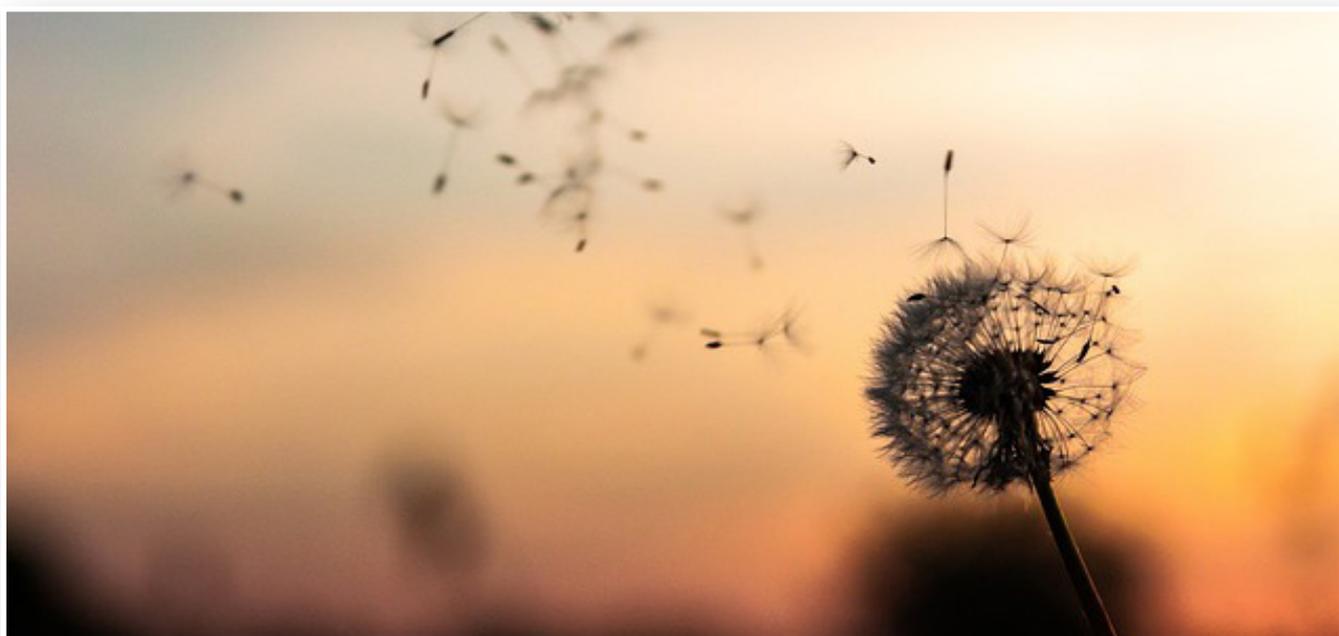


Monsieur Jean-Claude BAERISWYL



ILS NOUS ONT QUITTÉS

Madame Lucette THÉVOZ



BIENVENUE AUX NOUVEAUX RÉSIDANTS

Madame Marie-Claire VLAHOVIC-BERNET

Aînée de 4 enfants (2 garçons et 2 filles), Marie-Claire est née le 28 juin 1946 à Estavayer-le-Lac. Elle y a suivi sa scolarité et a pris, en plus, des cours de danse classique et de piano. Elle a obtenu son diplôme de commerce à l'Institut du Sacré-Cœur et a travaillé à la Banque Cantonale, à Estavayer puis à Fribourg. En effet, la famille y a déménagé en 1965. Quel changement! En 1967, elle passe une année en Angleterre comme fille au pair. De retour en Suisse, elle a vite trouvé un emploi chez Polysar International à Fribourg où elle fut très appréciée pour ses compétences et sa rigueur dans son travail.

Elle se marie avec Dragan en 1971 et la famille s'agrandit avec la naissance de Géraldine avant de déménager au Montenegro en été 1976, au bord de l'Adriatique. Marie-Claire revenait cependant chaque année à Fribourg pour effectuer des remplacements en qualité de secrétaire chez Polysar.

En 1998, elle revient en Suisse où elle travaillera jusqu'à sa retraite, pour la maison Bayer.

Ses activités de loisirs sont la marche dans la nature, le tricot (chaussettes), la lecture, et le bénévolat (Frutil, la Filature).



Marie-Claire séjournait souvent en Valais, chez sa fille. Elle a eu le plaisir de voir grandir ses 2 petites-filles Mila et Sonja.

Entrée à la Résidence des Chênes en automne 2022, à l'Espace Forêt, Marie-Claire y apprécie particulièrement les activités d'animation proposées.

Géraldine Duc

BIENVENUE AUX NOUVEAUX RÉSIDANTS

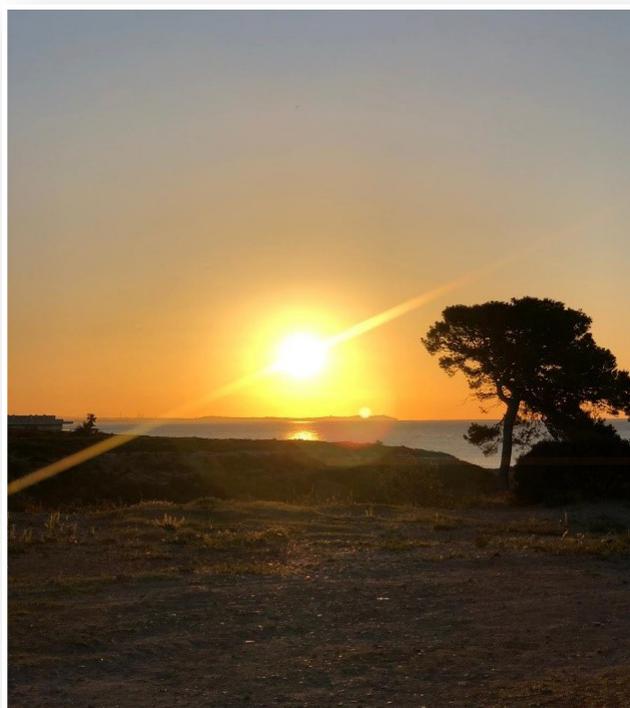
Monsieur Max SOMMER

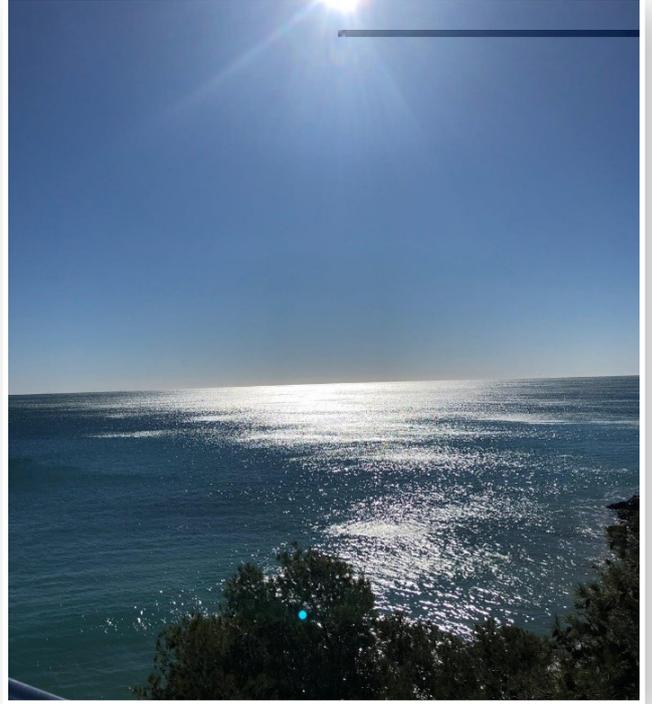
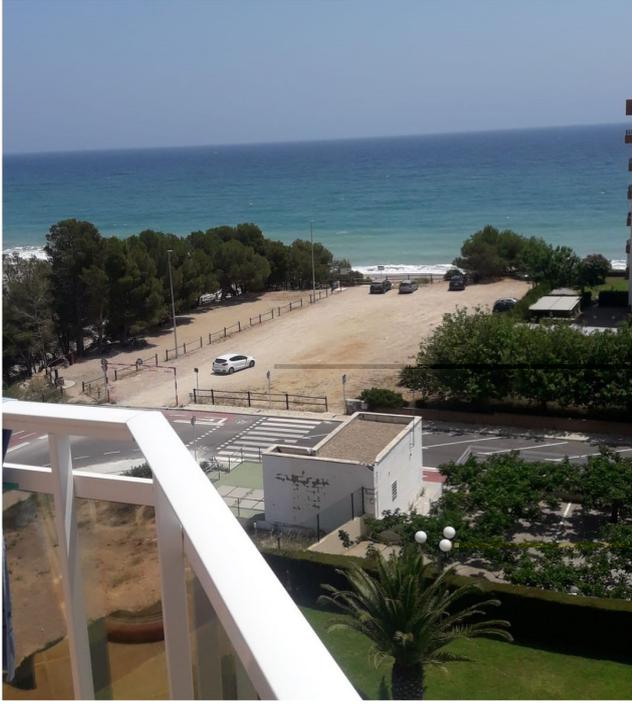
Monsieur Max Sommer est né le 25 juin 1945 à Fribourg, en Basse-Ville. Il a travaillé en qualité de machiniste et de grutier dans différents domaines professionnels, allant du secteur industriel à celui de la construction. Monsieur Sommer fut un grand voyageur. Il a visité plusieurs pays européens, entre autres l'Allemagne, l'Autriche, l'Italie. Il s'est également rendu en Asie, notamment en Chine. A l'âge de la retraite il commence une nouvelle aventure en partant en Espagne où il réside durant 11 ans au bord de la mer, heureux de vivre dans un environnement magnifique en appréciant les traditions et la gastronomie régionales.

De retour en Suisse, Monsieur Sommer nous a rejoints à la Résidence des Chênes le 2 février 2023.

Soyez le bienvenu parmi nous, cher Monsieur Sommer, cher Monsieur Max (comme vous souhaitez être appelé)!

Claudia Faria, Espace Glacier





BIENVENUE AUX NOUVEAUX RÉSIDANTS

Madame Gabrielle SIMONET

Madame Gabrielle Simonet, née le 26 février 1944 est entrée à l'Espace Oasis le 21 décembre 2022.

Madame Gabrielle Simonet est née dans le district du Lac. Elle a passé son enfance à Sugiez, entourée de ses parents, de son frère et de ses sœurs.

Au cours de sa vie, elle a travaillé dans différents hôpitaux en qualité d'infirmière en pédiatrie. Elle appréciait les randonnées en montagne, les jeux de société, la lecture, le cinéma, les concerts de musique et les spectacles.



***Gilberte Simonet,
sœur de Madame Simonet***



Herr Heinz SIEGRIST

Heinz Siegrist, mein Vater, ist 1939 im Kanton Luzern geboren, wo er auch die obligatorische Schulzeit und die Lehre als Fotolaborant absolvierte. In Luzern begegnete er auch seiner grossen Liebe, Marie-Louise (Marlyse). Das Paar zog 1965 nach der Heirat nach Fribourg. Mein Vater arbeitete in Marly in der Firma Ciba Geigy, später Ifford. Meine Eltern bekamen einen Sohn und eine Tochter.

Mein Vater ist ein Familienmensch und geniesst es im Kreise seiner Liebsten Geburtstage, Weihnachten und andere Feste zu feiern. Zusammen mit seiner Ehefrau übernahm er oft und gerne den Hütedienst seiner 6 Enkelkinder. Wandern, Velo fahren, fernsehen, jassen, Zug und Schiff fahren gehörten stets zu seinen Lieblingsbeschäftigungen. Bis im November letzten Jahres drehten meine Eltern, wenn immer möglich, eine Runde im Kleinschönberg.

Ein schlimmer Sturz führte dazu, dass mein Vater ins Pflegeheim übersiedeln musste. Am 5. Januar wurden er und seine Angehörigen sehr herzlich in der Résidence des Chênes empfangen.

Mein Vater hat sich inzwischen recht gut im Heim eingelebt und seine Familie ist



überzeugt, dass er hier vom Personal liebevoll umsorgt wird. Wir wünschen ihm, dass er noch lange viele schöne Momente erlebt und noch lange zu einem Spässchen aufgelegt ist.

Isabelle Kulli-Siegrist

BIENVENUE AUX NOUVEAUX RÉSIDANTS

Monsieur Jean-Paul AEBISCHER

Jean-Paul est né le 20 septembre 1936, un dimanche de Jeûne Fédéral, dans la maison située sous le pont de Zaehringen. Il était le dernier d'une famille de six enfants, une tribu de garçons ! Son unique sœur était l'aînée de la fratrie.

La famille a déménagé à la place du Petit-Saint-Jean où Jean-Paul a fréquenté l'école enfantine et l'école primaire. Elle s'est ensuite installée à Beaugard, au chemin Monséjour. Ce changement de domicile représenta une ascension sociale et le « voyou de la Basse » dut s'intégrer avec énergie à son nouvel environnement. Les années suivantes, jusqu'à la fin de la scolarité obligatoire, furent libres et heureuses.

Il fallait apprendre un métier. Lequel ? Par bonheur, Jean-Paul fut rapidement admis, comme apprenti cartonier lithographe, à la CAFAG SA. Il avait alors 15 ans. Il est resté dans cette entreprise, est devenu chef modéliste et a pris sa retraite 50 ans plus tard. Il a toujours aimé son métier et s'y sentait très à l'aise et heureux.

En dehors de son travail, Jean-Paul avait plusieurs passions.

D'abord l'athlétisme, qu'il a abandonné ensuite pour la musique. Doté d'une très belle voix de ténor, harmonieuse et puissante, Jean-Paul a suivi de nombreux cours de chant au Conservatoire de Fribourg et s'est produit, pendant des dizaines d'années, en qualité de soliste à travers la Suisse. Il considérait cette activité artistique comme une seconde profession.

Son autre passion était la peinture. Tout jeune, il peignait déjà. Par la suite, il a délaissé ce passe-temps avant de le reprendre vers l'âge de 50 ans. Pour son huitième anniversaire, nous avons organisé une grande exposition qui fut, pour notre plus grand plaisir, couronnée de succès.

Venue à Fribourg pour perfectionner mon français en 1959, j'y ai fait la connaissance de Jean-Paul. Nous nous sommes mariés en 1964, en l'église des Capucins. Nous avons eu 2 enfants, Solveig et Valentin et 5 petits-enfants, Mathilde, Benjamin et Léonard, Maëva et Ève.

Nous célébrerons bientôt nos 59 ans de mariage.

Gertrud Thérèse Aebischer Sebald

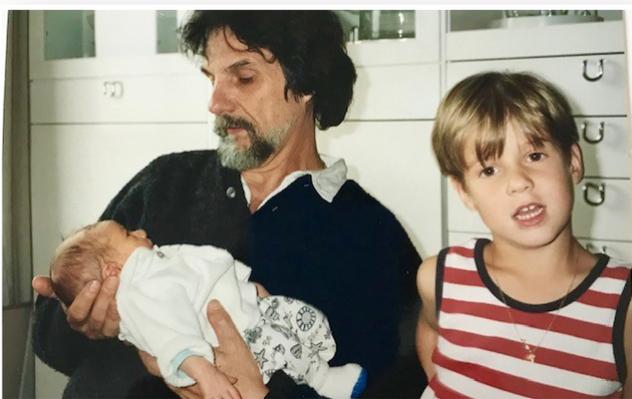
A ses 7 ans



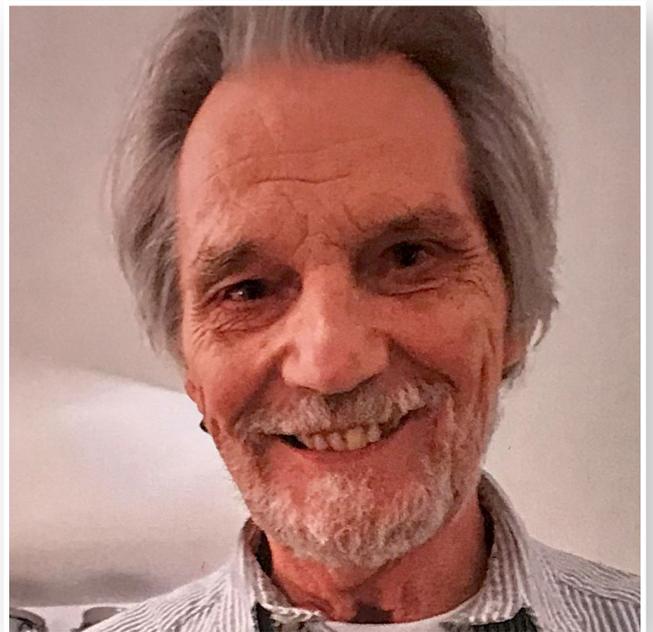
Il y a une année



A ses 70 ans



Maintenant



AINSI QU'AUX COLLABORATEURS

Madame Simona BOZHINOVA

Je m'appelle Simona Bozhinova, j'ai 18 ans et j'habite à Fribourg. Je suis d'origine macédonienne et je suis née à Strumica. Arrivée en Suisse à l'âge de 2 ans, j'ai commencé mon école primaire à la Villa-Thérèse et j'ai achevé ma scolarité obligatoire au CO du Belluard. J'ai commencé un apprentissage de coiffeuse que j'ai interrompu, après 2 années, pour réaliser mon rêve : travailler dans le domaine des soins.

Depuis ma petite enfance, je me suis découvert un grand intérêt pour les contacts humains. J'aime rendre service et prendre soin des personnes dans le besoin. C'est pour cette raison que j'ai choisi le métier d'aide infirmière. J'ai commencé à travailler le 16 janvier 2023 à l'Espace Glacier que je remercie de m'avoir aussi bien accueillie.



Simona Bozhinova, Espace Glacier



Monsieur Richard BASTIAN

Bonjour chères lectrices et chers lecteurs!

Vous m'aurez sûrement déjà vu dans les étages de notre Résidence.

Je m'appelle Richard Bastian, je suis âgé de 23 ans et d'origine 100% suisse depuis de multiples générations. Je suis né à Fribourg et j'habite, depuis ma venue au monde, dans ce quartier multi-culturel du Schœnberg.

J'ai un parcours professionnel très singulier. J'ai effectué toute ma scolarité primaire et secondaire en ville de Fribourg. A la fin de ma scolarité obligatoire, je ne souhaitais pas prendre la voie des études gymnasiales c'est pourquoi j'ai effectué un apprentissage d'employé de commerce dans une fiduciaire, avec une maturité professionnelle commerciale. A la fin de cette formation, j'ai intégré l'Ecole d'infirmiers et infirmières de Fribourg pour devenir ce que je suis aujourd'hui : un infirmier, votre infirmier.

A côté de ce métier que j'aime tant, je pratique beaucoup de sport individuellement et je suis également entraîneur des Juniors C au FC Etoile-Sport en vieille ville de Fribourg.



Je tiens à vous dire merci pour le temps que vous m'aurez accordé en lisant ce petit texte ainsi que pour le sourire que vous m'adressez chaque jour lorsque je viens prendre mon service.

Bonne journée à vous tous!

Richard Bastian
Infirmier Espace Montagne

AINSI QU'AUX COLLABORATEURS

Madame Cécile Cadeau

Voilà six mois que je vous ai rejoints au sein de la Résidence et je peux vous assurer que je ne regrette pas mon choix, même si celui-ci aura paru étonnant à certains, étant donné mon parcours. Quelques détails sur ma vie vous permettront de mieux comprendre ma situation. J'ai effectué mes études d'infirmière en France et, au début de ma formation, j'étais convaincue que je ferais carrière auprès des enfants en tant que puéricultrice. Mais lors de mon dernier stage, une fois le pied mis dans le secteur de la réanimation, je n'en suis plus repartie pendant les quinze années suivantes. J'ai donc débuté ma carrière d'infirmière en réanimation cardiaque et j'y suis restée huit années. Puis, il y a sept ans, nous avons fait le choix, avec mon époux et notre fille âgée alors de 2 ans, de démarrer une nouvelle vie en Suisse, attirés par les valeurs que nous offrait ce beau pays. J'ai ainsi continué mon métier d'infirmière aux soins intensifs à l'HFR avec une spécialisation d'infirmière experte en soins intensifs. L'aspect technique, l'urgence, la montée d'adrénaline provoquée par le fait d'être là où les personnes en avaient le plus besoin me satisfaisaient totalement.

Puis le COVID... Nous sommes tous d'accord que cette période nous a bouleversés et probablement changés, chacun et chacune ! Malgré tout, je tire, a posteriori,



beaucoup de conséquences positives de cette période car elle aura probablement été déterminante dans mon nouveau choix de carrière. Je souhaitais évoluer, avoir plus de responsabilités et partager mon expérience auprès d'une équipe. Ma famille s'étant agrandie avec l'arrivée de notre deuxième fille, je ressentais également le besoin d'être plus disponible pour ma famille. Je remercie la Résidence des Chênes, notamment M. Buchs et M. Pfister qui ne se sont pas arrêtés à mon CV très technique, de me faire confiance dans ce nouveau défi, celui d'ICUS au sein de l'Espace Montagne. Je remercie également l'ensemble du personnel qui m'a offert un accueil formidable.

Cécile Cadeau, Icus Espace Montagne

Madame Rina SYLEJMANI

Chères Résidentes,
Chers Résidents,

Je m'appelle Rina. Vous m'avez certainement déjà croisée et reconnue à mon sourire constant. Cela fait déjà trois ans que je me tiens à vos côtés pour vos petits soins. Tout a commencé le 1^{er} septembre 2019. J'ai alors commencé à travailler à l'Espace Montagne, avant les travaux de rénovation. Avec le temps, j'ai pu évoluer dans mon domaine professionnel. Je suis passée dans toutes les unités et j'ai également effectué quelques veilles chaque mois. Ces expériences m'ont apporté beaucoup de satisfactions. Depuis décembre 2022, je travaille à l'Espace Oasis, notre unité psychogériatrique. Au début, j'appréhendais un peu d'aborder ce secteur d'activité mais je fus très chaleureusement accueillie et mise au courant du service par l'équipe de l'Oasis que je remercie de tout cœur.



Rina Sylejmani, Espace Oasis

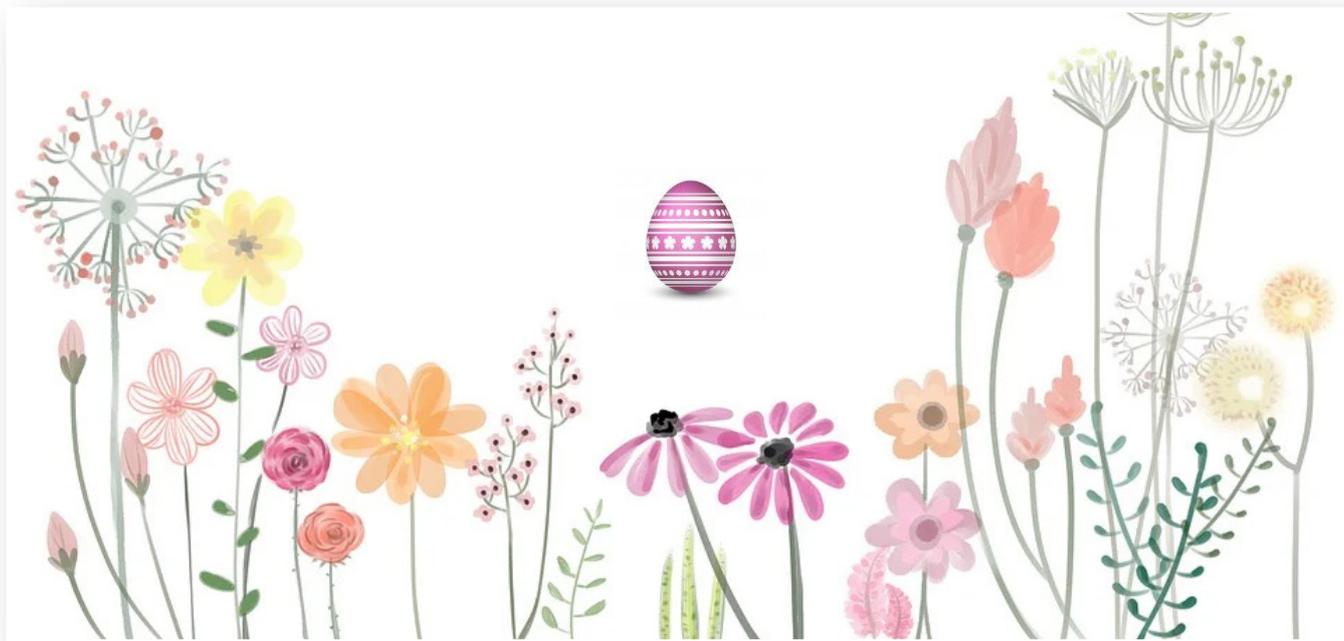
LA GRANDE FAMILLE DE LA RÉSIDENCE

Dit « bon vent » à

- Isa Monica MARQUES

Souhaite la bienvenue à

- Pedro Miguel TEIXEIRA MEIRELES



Félicitations pour la naissance de

- Elio fils de Loïse RUDOLF et son ami



PROGRAMME

proposé par le secteur socio-culturel

Période printemps 2023

DU 18 AU 21 AVRIL	REPAS À THÈME MOULES MARINIÈRES ET FRITES À L'AUBERGE
1^{ER} MAI	ANIMATION MUSICALE À L'OCCASION DU 1^{ER} MAI AVEC JOJO MUSIQUE
DU 2 AU 5 MAI	REPAS À THÈME ASPERGES À L'AUBERGE
9 MAI	PÈLERINAGE À NOTRE DAME DES MARCHES
14 MAI	FÊTE DES MÈRES
DU 2 AU 4 JUIN	INAUGURATION DE LA RÉSIDENCE DES CHÊNES
DU 13 AU 16 JUIN	REPAS À THÈME PAËLLA À L'AUBERGE
17 JUIN	PARTICIPATION AUX 12 HEURES DE L'AUGE



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 à la réception:
residence@chenes.ch

et

- par courriel au service socio-culturel:
animation@chenes.ch

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 mars
JOURNAL D'ÉTÉ	jusqu'au 10 juin
JOURNAL D'AUTOMNE	jusqu'au 10 septembre
JOURNAL D'HIVER	jusqu'au 10 décembre

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

Infirmiers(ères) ICUS

Espace Oasis M. Eraste Ndayishimiye

Espace Prairie M^{me} Jéssica Simões

Espace Forêt M. Labinot Profesori

Espace Montagne M^{me} Cécile Cadeau

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 Jindrich Strnad, Tél. 032 323 70 70

Aumôniers

M^{me} Marlena Schouwey, agente pastorale

M. Urs Schmidli, pasteur

Coiffeuse

M^{me} Claudine Albinati

Podologues

M^{me} Virginie Ruffieux

M^{me} Elodie Sciboz

Site

www.chenes.ch ou sur



COMITÉ DE RÉDACTION

Coordinatrice en chef

M^{me} Camille Schorderet

Coordinatrice-adjointe

M^{me} Brigitte Krattinger

Coordinateur (trices)

M^{me} Jéssica Simões

M. Labinot Profesori

M^{me} Marie-Christine Grand

M^{me} Claudia Da Silva Faria

M^{me} Nergiz Atac

M. Eraste Ndayishimiye

Mise en page

M^{me} Maryline Vonlanthen

M^{me} Claude-Hélène Kolly