

LE JOURNAL D'INFORMA- TIONS

N° 54
DECEMBRE 2025

Les Bonnesfontaines
Résidence bourgeoisiale



Douces fêtes !

LE MOT DU DIRECTEUR

■ NOUVEAU CENTRAL TÉ- LÉPHONIQUE 3CX

L'ancien central téléphonique AASTRA installé lors de la reconstruction du bâtiment des Bonnesfontaines aura servi durant près de 15 ans sans faille, sa fiabilité aura été largement prouvée. Toutefois, ce système devenait obsolète et les pièces de rechanges n'étaient plus fournies. Il a donc fallu faire appel à un ingénieur en électricité pour obtenir une proposition d'amélioration. Aussi, le choix s'est porté sur le système de téléphonie IP 3CX qui est utilisé dans les EMS d'aujourd'hui. Cette solution dite VoIP (Voice Over Internet Protocol) désigne une technologie qui

permet de téléphoner via Internet. Dans un premier temps, il a fallu vérifier la bonne diffusion du wifi dans toutes les parties de la maison, même les plus reculées, pour s'assurer que les communications puissent fonctionner parfaitement. Aujourd'hui tous les espaces de la maison possèdent une bonne couverture wifi. Le système d'appel infirmier lié à l'ancien central devait ensuite être changé. En conséquence, une quarantaine de smartphones et une douzaine de téléphones fixes ont été acquis pour remplacer les appareils DECT devenus inutilisables.



L'appel infirmier repose désormais sur le 3CX et un nouveau logiciel de traçabilité des appels. Enfin, ces travaux ont nécessité une coordination parfaite entre différents pro-

fessionnels en lien avec l'informatique : l'ingénieur Christian Risse, l'entreprise de téléphonie Mollet-Lauper, l'entreprise de maintenance informatique EVOK et la société spécialiste de l'appel infirmier ETRINEX. En complément, les Bonnesfontaines ont acquis un logiciel de gestion de smartphones qu'il a fallu apprendre à maîtriser. Le basculement de l'ancien au nouveau système a eu lieu le 10 décembre 2025 sans encombre. Certes, il faudra encore du temps pour se familiariser avec ces nouveaux appareils, mais la maison est maintenant à niveau pour quelques années. Un coup de chapeau aux entreprises qui ont œuvré pour ce projet et merci à la CODEMS qui a financé ces travaux. Enfin, merci à vous toutes et à vous tous qui, dans la maison, avez contribué à faciliter l'instauration de ce nouveau central.

En vous souhaitant à vous toutes et vous tous de très joyeuses fêtes de fin d'année.

Christian Morard

DES EVENEMENTS A VENIR

Dimanche 21 décembre 2025 à 15h30

Les Moments musicaux de Madeleine, concert piano-chant

Mercredi 24 décembre 2025 dès 11h30

Repas et fête de Noël des Bonnesfontaines



Jeudi 25 décembre 2025 à 16h00

Messe de Noël

Mercredi 31 décembre 2025 à 15h15

Thé dansant du Nouvel-An avec l'Orchestre JMNJ



Jeudi 1er janvier 2026 à 16h00

Messe de la Solennité de Marie Mère de Dieu

Mardi 6 janvier 2026 à 15h15

Fête des Rois



Mercredi 21 janvier 2026 à 10h15

Célébration œcuménique



Dimanche 25 janvier 2026 à 15h15

Concert du duo les ChriChri

Lundi 2 février 2026 dès 14h30

Goûter de la Chandeleur à la cafétéria



Mardi 17 février 2026 à 15h15

Thé dansant du Mardi-Gras



Tous les lundis à 10h00, 15h00 et à 15h45

Pliage du linge / Prière pour la paix dans le monde / À tour de rôle, gym, jeux d'adresse, yoga sur chaise et prévention des chutes

Tous les mardis à 10h00

Groupe de marche et échanges autour de l'actualité

Un soir par semaine à 17h30 ou à 18h45

Repas de groupe / Animation du soir

Tous les mercredis, jeudis et vendredis à 10h00

Ateliers mobilité

Tous les jeudis à 10h15

Chants avec la chorale

Tous les jeudis à 14h00

Sortie en bus, destinations diverses

Tous les vendredis à 10h00

A tour de rôle : épluchage de légumes, atelier créatif et sortie bons marcheurs

Tous les vendredis à 14h30

Jeux de cartes

Tous les mercredis et samedis

Messe du mercredi à 10h15
Messe du samedi à 16h00

Tous les dimanches à 15h15

Animations selon la météo / séance cinéma

LA CONS- TRUCTION



Nouveau bâtiment vu depuis la Fondation Fribourg pour la Jeunesse

INVITATION AUX PROCHES ET VOISINS

Madame, Monsieur,
Chers Voisins, Chers répondants,

La Bourgeoisie de la Ville de Fribourg a obtenu le permis de construire pour la réalisation de 24 nouvelles chambres en prolongement du bâtiment existant de la Résidence bourgeoisiale située à la Route des Bonnesfontaines 24. Cette extension permettra de réaliser une unité de vie protégée, une unité conventionnelle ainsi que des

locaux dévolus notamment au personnel et à la lingerie.

Pour en parler, nous avons le plaisir de vous inviter à une présentation du projet **le 22 janvier 2026 à 17h30** à la Résidence bourgeoisiale, route des Bonnesfontaines 24 à Fribourg.

Les représentants du bureau d'architecture Ayer Pitteloud, de la Bourgeoisie et de l'EMS seront présents pour l'occasion.

Un apéritif sera servi à l'issue de la réunion.

Pour des raisons d'organisation, merci de bien vouloir annoncer votre présence par mail à info@lesbonnesfontaines.ch ou par téléphone au 026 460 12 33, jusqu'au 19 janvier 2026.

Avec nos salutations les meilleures et en vous souhaitant une Bonne Année 2026.

Le Service de la Bourgeoisie
et la direction des Bonnesfontaines

Auriez-vous une ou plusieurs places de parc disponibles ?

En raison des installations du chantier, de nombreuses places de parc seront indisponibles durant 2 ans.

Nous recherchons donc des possibilités de parage à proximité de l'EMS. Merci de bien vouloir l'annoncer à l'accueil ou par mail à info@lesbonnesfontaines.ch.

NOUVELLES RESIDENTES ET NOU- VEAUX RESI- DENTS



Bienvenue à
Madame Marcelle Eggertswyler

Née le 27.10.1930

Mme Marcelle Eggertswyler est née le 27 octobre 1930 à Belfaux. Elle est la deuxième enfant d'une fratrie de cinq. Son frère aîné, Robert, décède alors qu'il est encore bébé. Après la naissance de Marcelle, ses parents, Marie-Louise et Fernand, ont des jumeaux, Claude et Gérald, puis Georges, qui disparaît lui aussi en bas âge. Marcelle grandit à Belfaux, où elle effectue toute sa scolarité. Elle garde de son enfance un souvenir heureux et empreint de tendresse. Elle évoque avec émotion son père, homme aux multiples talents, doté d'un don rare pour le chant, la composition et le récit. Chaque soir, il chantait une

chanson à ses enfants pour les accompagner vers le sommeil. Ce rituel chaleureux demeure l'un des souvenirs les plus précieux de Marcelle. Ses parents, d'abord instituteur et couturière, reprennent par la suite le commerce des XIII Cantons à Belfaux. En grandissant, Marcelle leur prête volontiers main-forte. Durant la Seconde Guerre mondiale (1939–1945), période marquée par le rationnement, de nombreux militaires fréquentent le restaurant familial. Soucieux de protéger leur fille adolescente, ses parents décident alors de l'envoyer en pensionnat à Estavayer-le-Lac afin qu'elle puisse poursuivre sa scolarité en toute sécurité. Dès l'adolescence, Marcelle nourrit le rêve de voyager et de devenir interprète. Elle part en Angleterre pour perfectionner ses connaissances linguistiques, travaillant au sein d'une famille. Dotée de grandes facilités pour les langues, elle maîtrise le français, l'allemand, l'italien et l'anglais. Ces compétences lui seront précieuses tout au long de sa vie. La Russie la fascine également, notamment pour la beauté et la musicalité de sa langue. À l'âge de 19 ans, son parcours prend un tournant décisif avec le décès de son père. Deux ou trois ans auparavant, ses parents avaient déménagé pour reprendre le café-restaurant Le Romand à Fribourg. Animée par un profond sens du devoir, Marcelle renonce alors à ses projets de voyage afin de rejoindre sa mère et de l'aider à gérer l'établisse-

ment. Elle effectue ensuite l'école hôtelière, puis reprend la gestion de l'hôtel Terminus, près de la gare. Sa maman ayant construit l'hôtel Elite, situé à la rue du Criblet, Marcelle collaborera également durant son parcours avec elle et assurera la gestion de l'hôtel, tandis que sa mère s'occupe du café-bar-restaurant. De nature plutôt réservée, Marcelle se souvient qu'après le décès de son papa, sa maman lui demandait d'aller saluer les clients, une tâche qui ne lui convenait guère. Elle trouve en revanche son épousissement dans la gestion hôtelière, domaine dans lequel elle excelle. L'hôtellerie sera le fil conducteur de toute sa carrière, nourrie par son sens du contact, son énergie et son goût pour les rencontres. Grande voyageuse dans l'âme, Marcelle a toujours aimé découvrir le monde et entretenir des amitiés à l'étranger. À l'âge de 78 ans, elle a le bonheur de rencontrer Casimir. Avec lui, elle découvre le plaisir des marches en montagne. Ensemble ils auront la joie de partager de nombreuses et belles aventures. Sur le plan sentimental, Marcelle a failli se marier dans sa jeunesse, mais des différences confessionnelles — lui protestant, elle catholique — ont empêché cette union. Les animaux (chiens, chats et ânes entre autres) l'ont accompagnée tout au long de sa vie. Le chant, la musique, en particulier la musique classique, les jeux de cartes, la cuisine et les moments de convivialité ont toujours occupé une place importante

dans son quotidien. Sociable et généreuse, Marcelle a la chance d'être entourée de nombreux amis fidèles. Tout récemment, elle a choisi, non sans émotion, de rejoindre l'établissement des Bonnes-fontaines. Cette nouvelle étape de vie, délicate mais nécessaire, elle l'aborde progressivement avec sa discrétion et son élégance naturelles. Nous lui souhaitons que cette nouvelle page soit douce, sereine et riche de beaux instants.



Bienvenue à
Madame Martha Favre
Née le 18.01.1939



Bienvenue à
Madame Jacqueline Siffert
Née le 06.11.1937



Bienvenue à
Monsieur Jean-Marie Gillon
Né le 08.06.1940



Décembre

Il neige incessamment, il neige jour et nuit.
Le mont est blanc, le val est blanc, la plaine est blanche.
Tout s'efface, tout sombre et tout s'évanouit
Sous les flots de l'immense et muette avalanche.
Il neige jour et nuit, il neige incessamment ;
Le lourd linceul mouvant s'épaissit d'heure en heure.
(...)
Dans leurs longs traîneaux bruts, les rudes paysans
Vont charroyant le bois qui doit flamber dans l'âtre.
À la ville, parmi les cris et les sanglots
Du nordet secouant des parcs les froids branchages,
Des rayons de l'aurore aux ombres du soir clos,
Tintent les grelots d'or des pompeux équipages.
Le grand flambeau du jour hâtivement s'éteint.
Qu'importe ! Sous nos toits abonde la lumière,
Et la Gaîté bruit et court,
comme un lutin,
Du log house fumeux à la villa princière.
L'Espoir fallacieux sourit à des milliers ;
Et, bercés par des chants d'anges ou de sirènes,
En songe les enfants déjà dans leurs souliers
Voient le bon Santa Claus déposer leurs étrennes.
Et puis, pour saluer, narguant l'hiver cruel,
Dans l'an neuf qui s'avance, un bonheur qu'il espère,
Sous le rayonnement de l'arbre de Noël,
Près du feu pétillant, chacun lève son verre.

William Chapman

LES ANIMATIONS À LA RÉSIDENCE

■ Sortie au Cirque Knie

Le 2 novembre dernier, nous avons eu le plaisir d'accompagner les résidents au célèbre Cirque Knie qui s'était installé à la place de la Poya. Nous avons admiré de magnifiques numéros équestres, des jongleurs impressionnantes, des artistes de gymnastique et d'équilibre qui nous ont tenus en haleine... Un spectacle

haut en couleurs qui a émerveillé petits et grands. Et pour couronner le tout, la représentation a été animée par Marie-Thérèse Porchet. Ce fut un dimanche après-midi rempli d'humour, de joie et d'émotions !



■ Match de Fribourg Gottéron

Le mardi 12 novembre 2025, nos deux supportrices de Fribourg-Gottéron, Mme Marie-Ange Minder et Mme Christiane Baeriswyl, ont eu la chance d'assister à un match contre Ajoie. C'était l'occasion d'inviter notre ancien civiliste jurassien, Nicola Rossé. La belle victoire de Fribourg, 5 à 1, n'a pas dé moralisé notre Ajoulot, qui a profité de la super ambiance de la BCF Arena et des retrouvailles. Nous avons pu lui rappeler que... ICI, C'EST FRIBOURG !



■ Miam, la brisolée !

Les 13 et 14 novembre 2025, les résidents ont profité d'un dîner spécial Brisolée, organisé à la salle d'animation. L'atmosphère était chaleureuse et festive dès le début du repas. Le menu proposait, selon la tradition, des marrons chauds, du fromage et de la charcuterie, préparés et présentés avec soin par la cuisine



des Bonnesfontaines.

Un moment particulièrement apprécié a été la préparation des marrons chauds sur place par Yul, dont le geste a suscité curiosité et échanges parmi les résidents.



ment. De plus, la présence du jeune Léo, venu pour la journée Futur en tous genres a été très appréciée par les résidents.

Un grand merci à Christiane Baeriswyl pour les délicieux gâteaux offerts pour l'occasion.

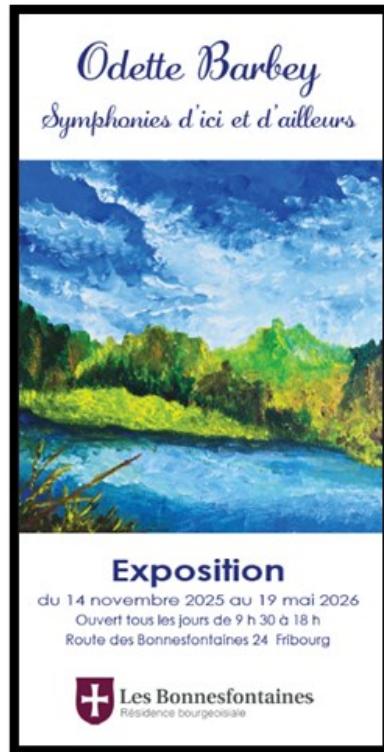


Après le repas, chacun s'est laissé porter par un temps de chants partagés avec enthousiasme, renforçant la bonne humeur de ce mo-

■ Vernissage de l'exposition « Symphonies d'ici et d'ailleurs »

Le vernissage de la nouvelle exposition de tableaux s'est tenu le vendredi 14 novembre en présence de l'artiste. La chorale des Bonnesfontaines a eu le plaisir d'ouvrir la soirée en chansons, offrant un joyeux moment au public. La soirée s'est poursuivie autour d'un apéritif auquel chacun était convié. Un grand merci à Arina Meier et à son ami Kevin, guitariste, qui ont eux aussi enchanté l'assistance en interprétant plusieurs chansons reprises en chœur par le public.

L'exposition *Symphonies d'ici et d'ailleurs* de Madame Odette Barbey est ouverte au public jusqu'au 19 mai 2026. À découvrir absolument !



■ Vide-dressing

Le mardi 25 novembre dernier, nous avons organisé un grand vide-dressing à la Résidence, un événement très attendu qui a rencontré un bel engouement. Afin de permettre à un maximum de personnes d'en profiter, le vide-dressing s'est finalement prolongé sur trois jours. Une belle occasion pour tous de dénicher des vêtements à tout petits prix, tout en participant à une initiative solidaire. Effectivement, les invendus seront

offerts aux personnes dans le besoin. Nous tenons à adresser un grand merci aux résidents, aux visiteurs extérieurs ainsi qu'à toutes les personnes qui ont généreusement fait don de vêtements. Grâce à votre mobilisation, vos dons et votre enthousiasme, ce projet a pu voir le jour et se dérouler dans une ambiance des plus sympathiques. Nous espérons que cet événement vous a plu et qu'il aura permis de créer de jolis moments de partage !



■ Saint-Nicolas fait briller les yeux des résidents des Bonnesfontaines

Comme chaque année en ce début décembre, Saint-Nicolas est venu rendre visite aux résidents des Bonnesfontaines, apportant avec lui joie et émerveillement. Les enfants de la crèche Croqu'Lune avaient fait également le déplacement pour partager ce moment magique. À 15h30 précises, une clochette retentit et une voix solennelle résonna : « Place au Grand Saint Nicolas ! » Oui, c'était bien lui ! Accompagné de deux Pères Fouettards, qui se révéleront être le civiliste Iré-

née et M. Michel Conus, résident de l'espace Poya, Saint-Nicolas fit son entrée majestueuse. Mais derrière le noble vêtement du saint patron de Fribourg... qui se cachait donc ? Le mystère reste entier. Après avoir écouté quelques chants entonnés par les enfants mais aussi les résidents, le Saint patron de Fribourg prononça son discours annuel, riche de chaleur, de bons conseils et de remerciements à tout le personnel. Puis vint le moment tant attendu de la distribution

des sachets, préparés avec soin dès le matin par de petits lutins... eux aussi résidents ! Chaque présent était accompagné d'une caresse, d'un mot d'encouragement, et parfois d'un regard rempli de larmes, évoquant tant de souvenirs d'antan. Un instant d'émotion et de bonheur que personne ne voudrait manquer. Les sourires illuminant les visages et les yeux brillants de bonheur resteront gravés dans les mémoires. À l'année prochaine, Saint Nicolas !



■ Concert d'Alain Morisod

Le jeudi 11 décembre, cinq résidents ont eu la chance d'assister au concert d'Alain Morisod & Sweet People à la salle communale de Cugy. Le concert a débuté à 20h00 et s'est terminé à 23h00, offrant une très belle soirée musicale. Les résidents ont pu écouter de grands classiques du répertoire des Sweet People, tels que *Les Moulins de Mykonos*, mais aussi des chansons plus lyriques comme *Caruso*

ou *Vivo per lei*, sans oublier quelques titres du groupe Queen. Autant dire que le programme était très varié et qu'il y en avait pour tous les goûts.



Ce fut un super moment, riche en émotions et en souvenirs, très apprécié par tous les participants.

■ Soirée des Rencontres de l'Avent aux Bonnesfontaines

La traditionnelle soirée des Rencontres de l'Avent s'est tenue le 12 décembre aux Bonnesfontaines, rassemblant résidents, familles et amis dans une ambiance annonçant les fêtes. De nombreux curieux ont été attirés par les effluves gourmandes de la soupe de chalet qui mijotait tranquillement dans le grand chaudron. Le Chœur d'enfants Les Baladins, composé d'une quarantaine d'enfants venant de Dompierre, Russy, Léchelles, Domdidier et d'ailleurs, a offert un moment d'enchantedement et de joie aux résidents. Les enfants ont

présenté un joli concert de circonstance, mêlant chants en français et en anglais, pour le plus grand plaisir de l'auditoire.

Les papilles n'ont pas été en reste : soupe de chalet, vin chaud, ramequins au fromage et tartelettes au vin cuit ont ravi les participants. Environ 70 personnes s'étaient inscrites à cette édition des Rencontres de l'Avent, témoignant de l'attachement de tous à ce moment de partage et de festivité au cœur de l'hiver. Un merci tout particulier à nos bénévoles, sans qui cet évènement ne pourrait pas avoir lieu.



HOMMAGE AUX RESIDENTS DECEDES



■ **M. René Hermann Guiso-Ian** s'en est allé le 27 octobre 2025 entouré de l'affection de ses proches. Il était âgé de 73 ans et résidait aux Bonnesfontaines depuis 1 année.



■ **M. Martin Robatel** est décédé le 31 octobre 2025 entouré de l'amour de sa famille, à l'âge de 80 ans. Il était entré à la Résidence il y a 4 mois. Nous présentons toutes notre sympathie à son épouse Françoise, également résidente.



■ **Mme Yvonne Greca** s'en est allée le 25 novembre 2025 entourée de l'amour de ses proches, à l'âge de 89 ans. Elle habitait aux Bonnesfontaines depuis plus de 7 ans. Nous présentons toute notre sympathie en particulier à sa sœur, Mme Marie Kilchoer, résidente des Bonnesfontaines.



■ **M. Paul Buchs** nous a quittés le 16 novembre 2025 entouré de l'amour de son épouse et de ses proches. Il avait 82 ans et séjournait aux Bonnesfontaines depuis 8 mois.



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

LES NOUVELLES DU PERSONNEL

■ NOUVEAU PERSONNEL

Mme Yerusalem Gebrezigabiher, aide-infirmière à l'espace Quintzett

Mme Agnese Hajrizaj, employée en cafétéria

Nous leur souhaitons la bienvenue aux Bonnes- fontaines et sommes heureux de les compter parmi les collaboratrices et collaborateurs de la Résidence bourgeoisiale.

LES SUGGESTIONS EN CAFETERIA

Jusqu'au 6 mars 2026

Fondue moitié-moitié

(peut être servie avec des pommes de terre supplément CHF 1.-)

Dessert du jour

CHF 11.20 (personnel)

CHF 17.30 (visiteurs)

MENUS DE NOËL

MERCREDI 24 DÉCEMBRE

POTAGE
Bisque d'écrevisses

ENTRÉE
Mille-feuille de betterave
Fromage frais aux herbes

PLAT PRINCIPAL
Carré de veau basse température,
sauce forestière
Gratin dauphinois
Duo de carottes et navets

DESSERT
Bûche de Noël,
crème au beurre moka

JEUDI 25 DÉCEMBRE

POTAGE
Velouté de potimarron
aux éclats de châtaignes

ENTRÉE
Tartare de saumon fumé
Pommes vertes et crème légère au raitort

PLAT PRINCIPAL
Suprême de volaille farci aux petits légumes
Trio de tagliatelle au beurre
Mini fenouil glacé

DESSERT
Pavé au chocolat et fève tonka

VENDREDI 26 DÉCEMBRE

POTAGE
Crème de céleri aux arômes de truffe

ENTRÉE
Salade de magret fumé
vinaigrette aux noix
et miel de Fribourg

PLAT PRINCIPAL
Filet mignon de porc, jus corsé
Pommes Williams
Mitonnée de légumes d'hiver

DESSERT
Crème brûlée parfumée à la mandarine

MENU COMPLET : CHF 46.00
MENU SANS POTAGE : CHF 40.00
MENU ENFANT (JUSQU'À 12 ANS) : CHF 31.00

Merci de réserver votre table par téléphone au 026/460 14 45 ou en cafétéria le plus tôt possible car les places sont limitées.
Horaire d'ouverture (lundi au dimanche) : 11h00 - 17h45

■ PERSONNEL SORTANT

Mme Anoah da Silva Tia- go

M. André Malta Marques

Mme Mariana Vilao Brito de Azevedo

Nous les remercions pour leur travail et pour leur dévouement auprès des personnes résidentes et pour l'institution. Nous formulons tous nos meilleurs vœux pour leur avenir professionnel et privé.

*
Joyeuses
Fêtes
*

MENUS DU NOUVEL AN

MERCREDI 31 DÉCEMBRE

POTAGE
Velouté de topinambours
et huile de sésame

ENTRÉE
Duo de poissons marinés
à l'aneth et citron vert

PLAT PRINCIPAL
Filet de bœuf basse température,
sauce au vin rouge
Pommes duchesse
Fondue de poireaux

DESSERT
Opéra

JEUDI 1ER JANVIER

POTAGE
Velouté de champignons des bois

ENTRÉE
Salade de crevettes et mangue,
vinaigrette acidulée

PLAT PRINCIPAL
Pavé de saumon en croûte d'herbes
Risotto crémeux
Ratatouille d'hiver

DESSERT
Bavarois à la vanille et coulis exotique

MENU COMPLET : CHF 46.00
MENU SANS POTAGE : CHF 40.00
MENU ENFANT (JUSQU'À 12 ANS) : CHF 31.00

Merci de réserver votre table par téléphone au 026/460 14 45 ou en cafétéria le plus tôt possible car les places sont limitées.
Horaire d'ouverture (lundi au dimanche) : 11h00 - 17h45

LA PAROLE EST A VOUS

■ Groupe de parole

« Papillon »

Lors d'une discussion au sein du groupe de parole « Papillon », animée entre résidents, plusieurs réflexions profondes ont émergé autour d'un grand thème : **le pouvoir.**

Pour **Élisabeth**, « la musique est la langue des émotions » : elle touche l'âme, influence l'humeur, et peut redonner du courage à ceux qui traversent des moments difficiles. Tout comme la peinture, elle illustre la force de l'art, ce moyen universel d'expression et de partage.

Le groupe a ensuite abordé le thème du **pouvoir**. Elisabeth a partagé cette idée : « Le pouvoir est irritant quand c'est celui des autres, mais agréable quand c'est le sien ». Selon elle, le plus important n'est pas d'avoir du pouvoir, mais d'en faire un usage juste. Le pouvoir fondé sur l'amour serait, selon les participants, bien plus durable que celui basé sur la peur.

Les résidents ont cité plusieurs formes de pouvoir : celui de **changer les choses**, de **répandre la paix**, ou encore le **pouvoir spirituel**, incarné par des figures comme **Mère Teresa, Gandhi ou Jésus-Christ**, qui ont agi sans richesse ma-

térielle.

Interrogés sur le pouvoir qu'ils possèdent eux-mêmes, les résidents ont exprimé des réponses touchantes : « Apporter quelque chose aux autres, c'est un pouvoir », dit Anne-Marie. « Le pouvoir de penser ce que je veux, même si je ne peux pas toujours faire ce que je veux », ajoute Cécile.

Pour Élisabeth, son pouvoir réside dans la bienveillance : « Ma voisine me considère comme un ange gardien ». Philippe évoque son passé d'éducateur social, où il exerçait un pouvoir positif par l'écoute et l'accompagnement.

Enfin, tous s'accordent à dire que le **pouvoir collectif** — celui de réfléchir ensemble, de rester solidaires et tolérants — est une force essentielle. Être écouté, échanger et participer à un groupe donne confiance en soi, un pouvoir intime mais réel. Se sentir écouté permet de faire avancer les choses ; c'est aussi une forme de pouvoir, souligne Marie-Ange.

« Chaque personne possède un pouvoir en elle », poursuit Cécile. « Celui de ne pas se disputer avec les autres, de rester solidaire. Même si, à l'intérieur de nous, certaines choses peuvent nous énervier, il est possible de garder cette maîtrise. »

Thérèse conclut sur ces belles paroles : « Il est essentiel de maîtriser notre pouvoir, que ce soit dans notre vie personnelle ou en société. Il ne s'agit pas de l'imposer, mais de penser aux autres. »

Ce fut un bel échange sur la puissance de l'art, de l'amour et du collectif.



Abonnement électronique au journal d'informations

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

Contact

Les Bonnesfontaines
Route des Bonnesfontaines 24
1700 Fribourg
026 460 12 33
info@lesbonnesfontaines.ch

Votre avis nous intéresse

Merci de nous aider à améliorer la qualité de nos prestations en écrivant via le formulaire de contact

Abonnez-vous aux articles

Saisissez votre adresse e-mail pour vous abonner et recevoir une notification de chaque nouvel article

Adresser à:

ABONNEZ-VOUS

A yellow arrow points to the "ABONNEZ-VOUS" button.

IMPRESSION