

LE JOURNAL D'INFORMA- TIONS

N° 56
AVRIL 2026

Les Bonnesfontaines
Résidence bourgeoise



LE MOT DU DIRECTEUR

■ AU REVOIR ET GRAND MERCI MONSIEUR LE PRÉSIDENT ET MONSIEUR LE VICE-PRÉSIDENT

La législature 2021-2026 aura été bien remplie. Un travail conséquent a été accompli au service du résident, du personnel ainsi que pour l'amélioration de l'infrastructure.

Parmi les nombreuses réalisations, il est possible de citer la signature de la charte de la gastronomie collective, l'aromathérapie et l'installation de rideaux de nuit dans les chambres. La cuisine a été renouvelée, le central téléphonique a été remplacé, une timbreuse et des caméras de surveillance ont été installées. Un plan de mobilité durable a été mis en

œuvre et des horaires de soins ont été revus. Enfin, des réflexions stratégiques ont été abordées pour définir des pistes d'évolution et assurer la viabilité financière de la Résidence bourgeoise. La clef de voûte de la législature a été sans conteste la réalisation d'un avant-projet d'agrandissement du bâtiment des Bonnesfontaines qui a abouti à l'accord préalable de la CODEMS et à l'**obtention du permis de construire le 18 septembre 2025. Ce très bon bilan d'activités quinquennal n'aurait pas pu être mené à bien sans un Conseil des Bonnesfontaines engagé et disponible.** Aussi, au nom des résidents et de tout le personnel de la Résidence, nous aimerions adresser ici notre gratitude aux membres de ce Conseil: M. Thierry Steiert, président et M. Jean-Luc Bettin, vice-président, Mme Marie-Claire Rey-Baeriswyl, Mme Véronique Bakajika et M. André Schoenenweid, membres. Grâce à votre appui, à vos conseils et à votre écoute, Les

Bonnesfontaines auront réalisé de belles choses ces cinq dernières années. **Nous aimerions remercier tout particulièrement deux personnes qui quittent le Conseil des Bonnesfontaines en cette fin avril 2026. M. Thierry Steiert après cinq années de présidence et M. Jean-Luc Bettin qui aura œuvré durant 20 ans, de 2006 à 2026, d'abord comme membre, puis comme vice-président du Conseil des Bonnesfontaines.**

Alors, nous vous disons, Messieurs, **un tout grand merci.** Merci pour votre soutien, pour votre humanité, pour vos décisions marquées par votre détermination à améliorer le service aux résidents, à créer des conditions de travail favorables et à faire évoluer l'Institution dans la modernité, dans les règles et le respect des conventions. Nous regrettons vivement votre départ du Conseil tout en vous disant notre profonde reconnaissance pour tout ce que vous avez réalisé pour la Résidence bourgeoise.

Christian Morard

Extrait du discours de M. Jean-Luc Bettin à l'occasion du repas de départ de M. Thierry Steiert:

Monsieur le Président,
Cher Thierry,
Souvenez-vous. Avril 2021.
Vous preniez les rênes des Affaires bourgeoises, succédant à votre collègue, Antoinette de Weck. Heureuse nouvelle ! Les Bonnesfontaines auront à compter de ce printemps 2021 l'honneur – rare pour ne pas dire unique – d'être présidées pour cinq ans par le Syndic titulaire de la Ville de Fribourg.

[...]
Sous votre présidence, toujours respectueuse des avis et opinions, le Conseil des Bonnesfontaines et ses membres – Mme Marie-Claire Rey-Baeriswyl, Mme Véronique Bakajika Kabasu, M. André Schoenenweid et votre serviteur – eurent à aborder de nombreux sujets qui sont autant de reflets de la diversité des thèmes et compétences que cette maison se doit de bénéficier. Notre Conseil put échanger dans la confiance mutuelle et la sérénité en s'appuyant sur l'expertise technique de notre directeur, M. Christian Morard, et des cadres, Mme Biljana Langura, infirmière-chef, Mme Laetitia Descloux, intendante, et Mme Anne-Claude Jaccottet, responsable de l'administration.

[...]

Concrétisations

Sous votre impulsion et grâce à votre engagement, trois chantiers majeurs ont connu une avancée décisive au cours des cinq années écoulées :

lées :

La cuisine, rénovée et optimisée en 2025 dans le cadre d'un projet d'envergure, d'un coût de 380'000 francs ; la brigade de cuisine dispose désormais des outils nécessaires pour faire valoir son savoir-faire et régaler nos résidents tout au long de l'année ; L'installation en 2024 de LED dans l'ensemble des locaux. [...]

L'agrandissement des Bonnesfontaines, comprenant notamment la création d'une unité de vie psychogériatrique, à destination des personnes atteintes dans leur santé mentale. Ce projet stratégique est d'une importance capitale tant pour la collectivité que pour notre institution qui verra ainsi sa capacité être portée à un optimum. [...]

Au nom de la commission, je tiens à exprimer ma gratitude à la Bourgeoisie, en sa qualité de propriétaire, pour avoir acquiescé à ce projet et à son financement, permettant l'obtention en septembre 2025 d'un permis de construire et l'ouverture du chantier, dès mars prochain. Cette réalisation, une fois accomplie, marquera une amélioration significative de la prise en charge des personnes âgées en souffrance psychique dans le district de la Sarine. [...]

Célébrations

En juin 2024, l'EMS les Bonnesfontaines a célébré le 50^{ème} anniversaire de sa fondation avec ses résidentes et résidents et leurs familles, avec ses collaboratrices et collaborateurs, ainsi qu'avec

la population du quartier. [...]

Équilibre

À rebours des temps actuels et nonobstant les sensibilités politiques, la mandature écoulée aura été, sous votre impulsion, celle d'une recherche accrue d'équilibre – [...] entre, d'une part, l'aspiration à dépenser pour toujours améliorer l'existant et progresser et, d'autre part, le souci de préserver les finances pour garantir une exploitation à long terme. Équilibre entre, d'une part, les aspirations personnelles des collaboratrices et collaborateurs et, d'autre part, la nécessité de garantir des soins et prestations de qualité au quotidien à 87 personnes fragiles et de répondre aux exigences de 87 familles souvent préoccupées, parfois inquiètes. [...]

Il nous faut en cette soirée d'un printemps frémillant, mes collègues et moi, prendre congé, non sans regret. Après quinze ans au sein de l'exécutif de notre ville – dont dix en tant que Syndic – et après de nombreuses batailles menées – et souvent gagnées – en faveur de la qualité de vie des habitants de notre cité, voici venue l'heure pour vous d'ouvrir une nouvelle étape de votre vie. Quelles que soient vos aspirations futures, nous vous souhaitons un temps plus paisible, entouré de vos proches et en pleine santé, agrémenté par vos activités préférées, parmi lesquelles pourraient bien figurer de longues balades en vélo. Merci encore Thierry et bon vent à toi !

Jean-Luc Bettin, le 25 II 2026

DES EVENEMENTS A VENIR

Samedi 2 mai 2026 à 16h00

Messe du souvenir avec Michel Simonet

Mardi 5 mai 2026 à 15h00

Concert de M. Hemmer et de son ami M. Corpataux



Du 18 au 22 mai 2026

Vacances des résidents à Walchwil

Dimanche 24 mai 2026 à 15h15

Animation musicale avec Styves

Jeudi 4 juin 2026 à 7h00 et à 10h15

Diane par l'Union Instrumentale, suivie de la messe de la Fête-Dieu



Mercredi 17 juin 2026 à 15h30

Concert de l'Orchestre de chambre du Mouvement des Aînés



Jeudi 18 juin 2026 à 18h45

Spectacle de danse par les élèves de la section danse du conservatoire



Grillades 2026 dès 17h30

Lorette: mardi 23 juin 2026
Poya: mardi 30 juin 2026
Guintzet: mardi 7 juillet 2026

Mardi 23 juin 2026 à 19h15

Spectacle de danse orientale



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 dès 9h30

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 14h30

Jeux de cartes



Tous les mercredis et samedis

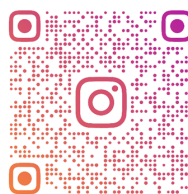
Messe du mercredi à 10h15
Messe du samedi à 16h00

Tous les dimanches à 15h15

Animations selon la météo / séance cinéma

Réseaux sociaux

Rejoignez-nous sur Instagram et Facebook !



LES.BONNESFONTAINES



Les Bonnesfontaines

LA CONSTRUCTION



Le début des travaux d'agrandissement

C'est le 18 mars 2026 que le chantier a véritablement commencé avec l'installation de barrières de sécurité. Le but étant de sécuriser le secteur et débiter les travaux de démolition de la partie lingerie et déchetterie.

Un trax impressionnant a été amené par l'entreprise Fracheboud. Il a permis de « croquer »

véritablement le béton, de démolir, de trier les matériaux. Le défi étant de ne toucher ni à la structure du bâtiment restant, ni au tunnel qui relie l'EMS au Foyer des Bonnesfontaines.

Ces travaux de démolition sont maintenant terminés pour ce qui est du rez-de-chaussée inférieur et supérieur. Place maintenant aux travaux de creuse et de gros œuvre.



NOUVELLES RESIDENTES ET NOU- VEAUX RESI- DENTS



Bienvenue à

Madame Yvette Perler

Née le 25.08.1941

■ Frau Yvette Perler wurde am 25. August 1941 in Plaffeien in eine grosse Bauernfamilie mit zehn Kindern geboren. Wie es zu dieser Zeit oft üblich war, musste jedes Familienmitglied bei den Arbeiten auf dem Hof mithelfen. So lernte Yvette schon früh den Wert von Arbeit und gegenseitiger Hilfe kennen. Sie absolvierte ihre gesamte obligatorische Schulzeit in Plaffeien, wo sie zusammen mit ihren Geschwistern aufwuchs. Leider hatte sie nicht die Möglichkeit, eine Lehre zu absolvieren, fand jedoch rasch ihren Weg in der Gastronomie. Ihr ganzes Leben arbeitete sie als Serviertochter, einen Beruf, den sie mit Freude und grossem Engagement ausübte.

Sie begann ihre Tätigkeit in der Unterstadt, arbeitete danach im Café du Tilleul, später im Café des Sports und anschliessend in Bourguillon. Dort lernte sie ihre Chefin, Frau Hedy Neuhaus, kennen, zu der sie ein Vertrauensverhältnis entwickelte. Yvette folgte ihr später in die verschiedenen Betriebe, die sie führte, und blieb ihr dabei als treue Serviertochter erhalten. Im Alter von etwa 21 Jahren lernte Yvette ihren zukünftigen Ehemann Richard kennen, einen auf Lastwagen spezialisierten Mechaniker. Das Paar liess sich in Givisiez nieder und gründete eine Familie. Aus ihrer Ehe gingen zwei Söhne hervor: Yvar, geboren 1966, und Gallus, geboren 1968. In den ersten Jahren stellte Yvette ihr Berufsleben zurück, um sich um ihre Kinder zu kümmern. Als diese älter wurden, nahm sie ihre Tätigkeit wieder in Teilzeit auf. Während der Wintermonate half Yvette auch in der Skilift-Buvette Rohr am Schwarzsee aus. Diese familiäre Buvette war ein gemütlischer Ort, an dem sie besonders an den Wochenenden zusammen mit ihrem Mann arbeitete. In der Küche wurden einfache, aber geschätzte Gerichte serviert, wie Fondue, Pommes-Frites oder Wienerli. Im Laufe der Jahre zog das Ehepaar mehrmals um: zuerst in die Stadt an die Route de Villars, dann an die Route de Champriond und schliesslich nach Route du Grand-Torry, wo sie siebzehn Jahre lang wohnten. Im Jahr 2011, nach dem Tod ihres Mannes, lebte Frau Perler noch 9 Jahre in der gemein-

samen Wohnung, ehe Sie sich im Jahr 2020 entschied in die Seniorenwohnung an der Route des Bonnesfontaines zu ziehen. Dort lebte sie während fünf Jahren, bevor sie ins Pflegeheim Bonnesfontaines einzog. Während ihres ganzen Lebens unternahm Frau Perler sehr gerne Wanderungen in den Bergen, besonders in der Region Schwarzsee, die sie sehr gut kennt. Sie hatte auch grosse Freude daran, sich um ihren Enkel Fabian zu kümmern. Reisen gehörten hingegen weniger zu ihren Interessen. Tatsächlich war sie nie länger als zwei Nächte von zu Hause weg. Während ungefähr fünf Jahren war sie Mitglied bei Fides, einem Turn- und Sportverein in Freiburg. Sie schätzt die einfachen Freuden des Lebens: tanzen gehen, Volksmusik hören, für ihre Liebsten kochen, einen Kaffee mit Freundinnen trinken, am See spazieren gehen oder eine Runde Jass spielen. Wir heissen Frau Perler herzlich willkommen und hoffen, dass sie sich bei uns wohlfühlen wird.



Bienvenue à

Madame Ruth Ducrest

Née le 01.01.1928

■ Le nouvel-an 1928 a vu naître Mme Ruth Murri, dans la difficile période de l'entre-deux-guerres. Elle est la quatrième enfant d'une famille de la capitale bernoise. Son père Godfried était palefrenier dans la cavalerie de l'Armée suisse. C'était un bon vivant apprécié pour sa voix de yodleur et ses plaisanteries. Sa mère Margrit devait travailler pour nouer les deux bouts. Après l'école primaire Mme Ducrest entre à l'école secondaire. A cette époque peu de jeunes ont accès à l'enseignement secondaire, car il faut gagner sa vie rapidement. Mme Ducrest apprécie cette période scolaire. Elle y apprend beaucoup, du point de vue des connaissances, mais aussi du point de vue social. L'église protestante est présente dans son parcours de vie. Elle cite parfois un pasteur bienveillant qui disait avoir un cœur tellement grand qu'il y avait de la place pour tous les jeunes qu'il accompagnait dans le chemi-

nement religieux. A la fin de l'école, on lui propose de passer une année en Suisse romande pour apprendre le français. Elle trouve une place dans une famille au nom accueillant : Bonjour. En plus du français, elle y apprend toutes les tâches de la maison et du jardin. De retour, elle fait un apprentissage de vendeuse dans un magasin de la chaîne Mercure en ville de Berne où elle peut faire valoir ses connaissances linguistiques. Puis elle enchaîne avec une formation à la poste où elle rencontre son futur mari. Mme Ducrest est passionnée par le sport et serait bien vue enseignante de sport; mais comme beaucoup en cette période, elle n'en a pas les moyens. Sa bonne forme cependant lui permettra de vivre activement jusqu'à son entrée à la résidence. Une photo de 1953 immortalise son mariage, modeste mais digne. La vie du jeune couple se poursuit à Davos où Henri, son mari, travaille à la poste du village. Trois enfants naissent, une fille puis deux garçons. La famille revient ensuite vivre à Fribourg en 1961, d'abord dans un appartement du quartier de la Vignettaz, puis dès 1963 à la route des Pervenches 4 dans le quartier du Jura où elle deviendra la doyenne. Elle reste mère au foyer pendant les années scolaires de ses enfants, les soutenant dans les devoirs avec une compétence toute particulière en français. Les enfants s'émançant les uns après les autres, elle reprend un poste d'auxiliaire à la poste principale de

Fribourg, dans le service dit des chèques. Elle est appréciée pour sa rigueur et sa détermination à trouver les erreurs comptables lorsque les comptes mensuels laissent apparaître des différences ! Le couple agrmente sa vie sociale de rencontres au restaurant avec son frère, ses sœurs, sa belle-sœur et des amis. Mme Ducrest a le sens des relations et, durant toute sa vie, elle se fait des amis auxquels elle reste toujours fidèle. A la retraite de son mari, cette faculté lui a été précieuse lorsque le couple décide de louer à l'année un appartement en Auvergne dans un village peu connu du nom de Jose. Ils souhaitent ainsi rester proches de leur fille et de leurs trois premiers petits-enfants qui ont déménagé en France. Comme des saisonniers, ils y passent deux mois au printemps et deux autres en automne, jusqu'au jour où le voyage devenant trop pénible pour leur âge, ils décident de ne plus faire ces longs déplacements en train. En 2013, Mme Ducrest perd son mari. Elle poursuit sa vie avec ses habitudes, faites de rencontres avec les amis de toujours mais aussi de rencontres fortuites. Toujours à pied ou en bus TPF, elle privilégie cependant l'abonnement mensuel, car « on ne sait jamais ce que réserve le mois prochain » ! Les amis du quartier sont partis en EMS ou déçédés, mais elle tisse quelques nouvelles relations durant ces dernières années, au fil de ses promenades quotidiennes et de ses déplacements en bus. Les fidèles des

appels téléphoniques se font plus rares et le quotidien l'occupe avec régularité. Et puis un AVC l'a conduite à la résidence des Bonnesfontaines où elle retrouve sa voisine et amie de palier avec qui elle a partagé chaque jeudi le repas de midi pendant de nombreuses années. Aujourd'hui une dernière page de sa vie s'écrit dans un lieu où le confort et les soins nécessaires à son nouvel état se prodiguent chaque jour dans la bienveillance du personnel. Bienvenue Mme Ducrest !



Bienvenue à

Madame Thérèse Etienne

Née le 10.02.1936

■ Mme Thérèse Etienne, née Hasler, est aujourd'hui âgée de 90 ans. Thérèse voit le jour à Villarimboud, dans une famille de paysans. Elle grandit entourée de ses sept frères et sœurs, dans un contexte où la vie est marquée par les contraintes du travail agricole et une certaine précarité. À cette époque, les contrats étant de courte durée, sa famille est amenée à déménager fréquemment. Ainsi, Mme Etienne passe par Orsonnens,

puis Sâles dans le district de la Sarine, avant de s'installer à Wallenried, où elle commence sa scolarité. De cette période, Mme Etienne garde notamment le souvenir attendrissant de son grand frère qui la portait sur ses épaules pour l'emmener à l'école. Par la suite, la famille retourne à Villarimboud. Elle poursuit alors sa formation à l'école ménagère de Villaz-Saint-Pierre. Mme Etienne explique qu'elle a appris beaucoup de choses « sur le tas » et qu'elle a mené une vie simple, qu'elle qualifie de plus ou moins heureuse. Son existence n'a pas été sans difficultés. Thérèse évoque des années dures, marquées par un travail important et peu de répit. De plus, elle a souffert presque toute sa vie de terribles migraines, héritées de sa mère, qui ont grandement affecté son quotidien malgré les nombreux traitements essayés sans succès. C'est dans un train, à Rosé, que Thérèse rencontre son futur mari, Joseph. Cette rencontre n'est pas due au hasard, mais à une initiative de sa sœur, alors sommelière à Rosé, qui organise leur rapprochement. Joseph travaille comme postier à Serrières, dans le canton de Neuchâtel. À cette époque, le métier de postier permet encore de prendre un petit peu de temps pour discuter avec les gens. De nos jours, tout le monde est pressé. Le couple se marie à la chapelle de Bourguillon, lors d'une cérémonie double puisque le frère de Mme Etienne se marie également ce jour-là. Thérèse est alors âgée de 24 ans. En

1960, le couple s'installe à Serrières avec leur première fille, Marianne, âgée alors de quelques mois. La famille s'agrandit ensuite avec la naissance de Jacqueline en 1963, année marquée aussi par le décès de la maman de Thérèse à seulement 57 ans, puis la naissance de Françoise en 1966. En 1972, la famille déménage dans le quartier de Beaumont, où le couple reprend une activité de conciergerie que Thérèse exerce pendant 26 ans. Elle a toujours su se débrouiller seule, assumant de nombreuses responsabilités au quotidien. Les premières vacances familiales ont lieu en 1968, dans un petit chalet situé en altitude entre Charmey et Jaun, dans le but de soulager l'asthme de leur troisième fille. Les voyages restent toutefois rares, son mari n'aimant pas particulièrement partir, hormis quelques séjours en Valais. En 1992, Thérèse perd son mari. Malgré cette épreuve, elle continue à faire face avec courage et autonomie. Elle consacre alors davantage de temps à des activités qui lui tiennent à cœur, notamment le gobelin, une forme de broderie qu'elle apprécie particulièrement. Plusieurs de ses réalisations ornent encore les murs de sa chambre aujourd'hui. Elle aime également cuisiner et recevoir sa famille. Thérèse garde un souvenir précieux de son appartement de Beaumont, situé au septième étage, d'où elle pouvait admirer les montagnes et les paysages environnants. Elle appréciait particulièrement passer du temps sur son bal-

con, qu'elle embellissait avec soin grâce à de magnifiques géraniums, admirés de tous. Aujourd'hui, Thérèse profite des moments simples de la vie : sortir avec ses filles, aller manger à l'extérieur, se promener, échanger avec les personnes qu'elle rencontre ou encore écouter de la musique qu'elle aime. Ces petits plaisirs lui suffisent pleinement. Elle compte également six petits-enfants et 4 arrière-petits-enfants, qui participent à la richesse de sa vie familiale. Thérèse a encore la chance d'avoir deux sœurs en vie, âgées de 94 et 89 ans, qui résident à Estavayer-le-Lac. Nous souhaitons la bienvenue à Mme Etienne aux Bonnesfontaines et espérons qu'elle puisse y vivre encore de nombreux moments heureux et paisibles.



Bienvenue à

Madame Germaine Jutzet

Née le 05.01.1926

■ Mme Germaine Jutzet est née le 5 janvier 1926 à la Clinique Cécile à Lausanne. Elle passe ses premières années à Treyvaux. C'est là qu'elle commence sa scolarité, avant qu'elle ne déménage

à Rue, où elle termine ses années d'école primaire. Sa famille tenait la poste du village de Rue. Très tôt, Mme Jutzet doit mettre la main à la pâte et aider à la distribution du courrier. Malheureusement, cette réalité ne lui permet pas de poursuivre des études secondaires, mais elle développe très jeune un sens des responsabilités et du travail bien fait. Les années passent, et c'est lors d'une bénichon entre amies à Guin que Mme Jutzet rencontre celui qui deviendra son mari, Conrad. Le courant passe immédiatement entre eux, et leur histoire d'amour se construit et ils se marient en 1951. De leur union naissent quatre enfants : trois garçons, dont des jumeaux, et une fille. La famille s'installe dans une jolie maison située au chemin des Lilas à Fribourg, où Germaine met son travail de côté pour pouvoir pleinement s'occuper de ses enfants et de son mari. Conrad exerce le métier de chauffeur. Il part de temps en temps en voyage avec ses contemporains. Lorsqu'une destination lui plaît particulièrement, il n'hésite pas à y retourner avec son épouse, sans les enfants qui ont bien grandi. Ensemble, ils découvrent notamment le Portugal, l'Espagne et d'autres horizons qui marquent leurs souvenirs de couple. Mme Jutzet, quant à elle, n'a jamais passé le permis de conduire, une nécessité qui ne s'est jamais imposée puisqu'elle avait "un chauffeur à la maison", comme elle aime le dire. En 2006, elle perd son mari des suites d'un cancer. Après ce deuil, elle

quitte la maison familiale pour s'installer dans un appartement proche de la piscine du Levant, où elle poursuit sa vie de manière plus tranquille et autonome. Toujours très sociable, Germaine s'occupe en jouant à des jeux de société, notamment le Rummikub et le Jass avec ses amies fidèles. Elle entretient également une vie sociale active. Depuis son enfance à Treyvaux, où elle chantait déjà dans une chorale, elle garde ce goût pour la musique et a rejoint à nouveau une chorale à Fribourg. Avec son groupe d'amies, elles faisaient un tournoi et se retrouvaient chacune à leur domicile à tour de rôle, pour jouer aux cartes. Cent ans de vie ne peuvent évidemment se résumer facilement ! Nous lui souhaitons une très cordiale bienvenue aux Bonnesfontaines.



Bienvenue à

Madame Ginette Mettraux-Pache

Née le 08.07.1943

(Histoire de vie dans le prochain journal)

LES ANIMATIONS À LA RÉSIDENCE

■ Sortie sur les pistes de ski

Depuis le début de l'année, notre partenariat avec la fondation Just for Smile a permis d'offrir aux résidents des moments inoubliables au milieu des montagnes grâce à trois sorties organisées à Leysin et à Villars par le biais de l'association « Go Tandem ». Chaque journée débutait dès 8h30 au départ de la résidence afin d'être sur les pistes à 10h00.



Accompagnées de deux pilotes de tandem, les participantes étaient réparties en deux groupes : pendant que les unes profitaient des joies de la glisse, les autres savouraient un bon café en terrasse, toujours sous un soleil radieux ! Les rôles s'inversaient ensuite, permettant à chacune de vivre pleinement



l'expérience. Tous se sont retrouvés au bas des pistes pour le dîner, avant de laisser la possibilité aux plus motivées de retourner skier l'après-midi.



Ces sorties, entièrement féminines, ont rassemblé au total dix participantes sur l'ensemble des journées. Anne-Marie, Cécile, Marcelle, Marie-Ange, Christiane, Sonia, Geneviève, Elisabeth et Jeanine. Que des retours positifs : certaines ont découvert le ski pour la première fois, tandis que d'autres ont retrouvé avec plaisir des sensations déjà connues. Alors que la saison hivernale touche à sa



fin et que la neige laisse place aux beaux jours, notre partenariat avec Just for Smile se poursuit. De nouvelles activités sont d'ores et déjà prévues pour la belle saison, avec notamment de la voile, de la réalité virtuelle, du karting ou encore des randonnées en joëlette.



Et pour le ski ? Rendez-vous en fin d'année... en espérant que la neige soit au rendez-vous !

■ Un atelier de Pâques pour petits et grands

Un atelier de décoration d'œufs de Pâques a récemment réuni petits et grands aux Bonnesfontaines. Ouvert aussi bien aux petits-enfants des résidents qu'aux enfants du personnel, cet événement a rencontré un franc succès. Les enfants s'en sont donné à cœur joie pour décorer un œuf en chocolat, une petite plaque mais aussi une sucette

en chocolat, laissant parler toute leur créativité. Entre mini marshmallows, sucre glace coloré, chocolat blanc fondu et petites perles multicolores, chacun a pu personnaliser sa création selon ses envies.

Le sous-chef de cuisine, Anass, a pris beaucoup de plaisir à organiser cet atelier. Il a également partagé avec enthousiasme quelques explications sur l'origine du chocolat et la transformation du ca-



cao. Tous sont repartis avec leur œuf décoré et emballé, fiers de leur réalisation et le sourire aux lèvres.



■ Une sortie au FIFF

Plusieurs résidents ont récemment eu l'opportunité de se rendre au FIFF (Festival International du Film de Fribourg) pour assister à une séance originale consacrée à huit courts métrages. Ces réalisations, mêlant documentaires et fictions, étaient toutes inspirées par un thème commun : le hockey sur glace. Ces films

sont issus du concours « Une Histoire de Fribourg : Terre de hockey sur glace », lancé à l'échelle cantonale dans le but d'enrichir le patrimoine audiovisuel de la région. Les lauréats ont ainsi proposé des regards variés, sensibles ou surprenants, mettant en lumière la place du hockey dans la culture locale. À l'issue de la projection, Mme



Minder et Mme Mottas, ainsi que M. Vieli, ont aimablement accepté de répondre aux questions des journalistes du festival, offrant un éclairage complémentaire sur leur démarche et leur expérience. Vous pouvez retrouver cet interview via le lien suivant :

<https://www.instagram.com/reel/DWTeptRjkO0/?igsh=MTMxZDYzMnpnaWR4cg>



■ Atelier de peinture avec Odette Barbey

L'exposante actuelle, Mme Odette Barbey, a animé aux Bonnesfontaines un atelier de peinture à l'aquarelle. Dans une ambiance inspirante,



quelques participantes ont pu s'initier ou se perfectionner à cette technique délicate. Grâce aux conseils avisés et à



l'expertise de Mme Barbey, chacun a pu explorer les subtilités de l'aquarelle, notamment dans la réalisation de fleurs. Un moment de partage artistique enrichissant, qui a permis à tous de repartir avec

de jolies créations et de nouvelles connaissances.

■ Au Stadttheater de Berne

Le dimanche 22 mars 2026, nous avons quitté notre quotidien pour plonger dans l'univers d'un concert symphonique au Stadttheater à Berne. La salle, petite et intime, était meublée de sièges rouges profonds et de grands



lustres scintillants comme des étoiles au ciel.



Sur scène, la flûte traversière, le violon, la clarinette, la basse et une chanteuse à la voix douce tissaient des notes qui semblaient flotter et dan-

ser autour de nous. Le répertoire mêlait la musique traditionnelle suisse-allemande à des balades plus connues, dont des airs d'Édith Piaf: chaque morceau, dans un silence émerveillé, semblait hypnotiser l'assemblée. Quand la dernière note s'est éteinte, nous avons retrouvé le monde réel autour d'un repas partagé au local de l'animation, mais dans nos têtes, la musique continuait de jouer, douce et persistante. C'était un beau dimanche bercé par de la musique réconfortante.

■ La fête du printemps à la Résidence

Comme chaque année, la traditionnelle fête du printemps nous a rassemblés à l'extérieur pour accueillir la nouvelle saison. Cet événement marque symboliquement le retour des beaux jours. Nous remercions Mme ASES, Mme Schorderet et Mme Mottas d'avoir accepté de lever les drapeaux. La chorale, fièrement dirigée par Yul, a égayé cette fête avec plusieurs chants traditionnels. Monsieur Morard, directeur, a également pris la parole pour un discours, rappelant l'importance de ces moments de rassemblement et les valeurs qui nous unissent au quotidien. Il a demandé aussi « patience et prudence » durant les travaux. La cérémonie s'est conclue par la mise en marche de la Fontaine de la Vie. Un grand merci à toutes celles et ceux qui ont participé à cette belle fête.



HOMMAGE AUX RESIDENTS DECEDES



■ **Mme Gisèle Ransinangue** est décédée le 19 mars 2026, accompagnée de l'affection de son époux. Elle était âgée de 86 ans et séjournait aux Bonnesfontaines depuis 3 ans.



■ **M. Francis Robert Dumas** nous a quittés à l'âge de 90 ans, le 25 mars 2026, entouré de l'amour de sa famille. Il était entré aux Bonnesfontaines il y a une année et demie.



■ **Mme Denise Gobet** est décédée le 15 avril 2026, entourée de l'affection du personnel soignant. Elle était âgée de 80 ans et habitait aux Bonnesfontaines depuis 15 ans.

Je suis debout au bord de la
plage.

Un voilier passe dans la brise
du matin,

et part vers l'océan.

Il est la beauté, il est la vie.

Je le regarde jusqu'à ce qu'il
disparaisse à l'horizon.

Quelqu'un à mon côté dit :

« il est parti ! »

Parti vers où ?

Parti de mon regard, c'est
tout !

Son mât est toujours aussi
haut,

sa coque a toujours la force
de porter

sa charge humaine.

Sa disparition totale de ma
vue est en moi,

pas en lui.

Et juste au moment où quel-
qu'un près de moi

dit : « il est parti ! »

il en est d'autres qui le

voyant poindre à l'horizon

et venir vers eux s'exclament
avec joie :

« Le voilà ! »

C'est ça la mort !

Il n'y a pas de morts.

Il y a des vivants sur les deux
rives.

Poème de William Blake

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



LES NOU- VELLES DU PERSONNEL

■ NOUVEAU PERSON- NEL

Mme Emilia Antunes
Freixo, infirmière à l'es-
pace Guintzet

M. Etienne Barras, civiliste

Mme Barbara Brügger,
aide-infirmière à l'espace
Lorette

Mme Helena de Castro
Quintas, aide-infirmière à
l'espace Lorette

Mme Soraia Lopes Mon-
teiro, infirmière à l'espace
Poya

Mme Léa Martins da Sil-
va, ASSC à l'espace
Guintzet

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

■ PERSONNEL SOR- TANT

Mme Lence Kitanov

Nous la remercions pour
son travail et son dévoue-
ment auprès des per-
sonnes résidentes et pour
l'institution. Nous formu-
lons tous nos meilleurs
vœux pour son avenir
professionnel et privé.

LES SUGGES- TIONS EN CAFETERIA

Du 4 au 22 mai 2026

Salade de pousses
d'épinards

Deux tartines printanières

Dessert du jour

CHF 11.50 (personnel)

CHF 13.50 (visiteurs)



Du 4 au 26 juin 2026

Salade du jour

Rosbif froid, sauce tartare

Frites

Dessert du jour

CHF 17.00 (personnel)

CHF 22.50 (visiteurs)



LA PAROLE EST A VOUS

■ LE MONDE ACTUEL ET NOUS: ENTRE IN- QUIETUDES ET ESPOIR

Dans le cadre du groupe de partage « Papillon », les résidents ont été invités à réfléchir au thème « Le monde actuel et nous ».

Pour ouvrir la discussion, une question simple mais forte a été posée : « Quand vous entendez le mot anxigène, qu'est-ce qui vous vient spontanément à l'esprit ? »

Les réponses ont rapidement fait émerger des préoccupations profondes : « Qu'est-ce qui va nous arriver ? », « De l'angoisse », « Les guerres », « La violence ».

Pour Thérèse, ces inquiétudes résonnent avec le passé : elle évoque la Seconde Guerre mondiale qu'elle a vécue enfant, rappelant que « l'histoire semble se répéter » avec des dirigeants actuels qu'elle perçoit comme dangereux et animés par des logiques de pouvoir et de richesse.

Cécile, quant à elle, exprime son angoisse face aux inégalités mondiales, notamment la faim dans le monde, soulignant le contraste entre abondance et extrême pauvreté.

À partir d'images choisies par Cécile, chacun a pu partager

son ressenti. Il ressort que les résidents cherchent à rester informés, notamment à travers le journal La Liberté et la télévision, la chaîne LCI étant largement plébiscitée pour la richesse de ses informations. Les échanges ont également mis en lumière différentes manières de faire face à l'anxiété liée à l'actualité.

Marie-Ange questionne une forme de repli qu'elle perçoit comme de l'indifférence, tandis qu'Élisabeth s'interroge : ce retrait ne serait-il pas aussi une manière de se protéger ? Certaines, comme Anne-Marie S., préfèrent effectivement « vivre dans leur bulle » pour préserver leur tranquillité. D'autres, comme Marguerite, choisissent de s'éloigner des informations anxigènes en se tournant vers la musique.

Des thématiques majeures ont été abordées, notamment les droits des femmes — avec un regard sur les évolutions en Europe comparées à d'autres régions du monde —, résumées par Marie-Ange à travers l'expression allemande « Kinder, Küche, Kirche », illustrant la place traditionnelle des femmes autrefois.

Le changement climatique et ses conséquences ont également suscité des inquiétudes, en particulier pour les générations futures.

Élisabeth évoque ses craintes pour ses petits-enfants face aux perspectives de réchauffement global d'ici 2050. Si la majorité estime être relativement à l'abri en Suisse aujourd'hui, la conscience d'un avenir incertain reste bien présente.

Une note d'optimisme a tou-

tefois émergé. Anne-Marie F. exprime sa confiance dans la capacité de l'humanité à trouver des solutions, comme cela a toujours été le cas. Le témoignage d'un stagiaire de 15 ans a également marqué le groupe : il rappelle que, malgré les conflits et les enjeux mondiaux, chacun peut agir à son échelle par des gestes simples, en apportant de l'attention et de la bienveillance autour de soi. Le groupe a ainsi exploré des pistes concrètes pour faire face à ce climat anxigène : échanger, créer du lien, prier, s'exprimer à travers des activités apaisantes comme le coloriage de mandalas, ou encore se tourner vers la musique.

Un moment symbolique fort a clôturé la rencontre : chacun a semé des « graines d'espoir » dans un pot commun, destinées à fleurir et à être plantées dans le jardin. Marcelle résume cette dynamique collective : aller vers les autres, partager ses préoccupations, et ne pas rester isolée. Marguerite souligne l'importance de la prière dans son cheminement vers plus de sérénité. En conclusion, cette rencontre a mis en évidence la diversité des ressentis et des stratégies face à un monde perçu comme incertain, mais aussi la capacité de chacun à trouver des ressources intérieures et collectives pour continuer à avancer avec espoir.

Comme le rappelait Albert Einstein : « Le monde ne sera pas détruit par ceux qui font le mal, mais par ceux qui les regardent sans rien faire ».

Chacun a pu repartir apaisé et satisfait de cet échange, avec un sentiment de bien-être partagé.
 Être ensemble, pouvoir s'exprimer et s'écouter, a permis de redonner de la force et d'encourager chacun à aller davantage vers les autres.
 Un grand merci à toutes les participantes ainsi qu'à Noé, stagiaire, pour la richesse de leurs partages.



De gauche à droite : Cécile, Elisabeth, Elvina, Anne-Marie F., Marie-Ange, Thérèse, Marcelle, Anne-Marie S. et Marguerite.

GENDARME A L'AUBE	CHAUDE DANS L'ARÈNE	TEXTILE ÉDENTÉ	LIMON	À DISPOSITION DE L'ARMÉE JEU
LIVRE PESANT D'OR			MESSAGE RADIO DIPLOME	
		IDIOT METTRE DE L'IODE		
PAPE INNOCENT GÉNIE			RICHESSSE DIVAGUER	
				EN PLEIN COEUR
HÉROS BIBLIQUE SOLDAT		FAUTE DE BALLE	SOUVERAIN TROIS SUISSES	
	FIN DU JOUR	LIPPES RÈGLE		
DÉCISION DE JUSTICE				ELLE CONNAÎT LA MUSIQUE
			VIVES EAUX	

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.

ABONNEZ-VOUS

Les Bonnesfontaines
Résidence bourgeoise
 Rte des Bonnesfontaines 24
 CH – 1700 Fribourg
 Tél. 026 / 460 12 33
www.lesbonnesfontaines.ch
info@lesbonnesfontaines.ch

