

LE JOURNAL D'INFORMA- TIONS

N° 26
AVRIL 2021

Les Bonnesfontaines
Résidence bourgeoise



Mme Antoinette de Weck, présidente

LE MOT DU DIRECTEUR

■ 2016-2021 : UNE MANDAT- TURE QUI A TENU TOUTES SES PROMESSES

Les 5 ans écoulés auront été intenses aux Bonnesfontaines qui n'ont cessé d'améliorer les prestations aux résident-e-s, d'offrir des formations au personnel et d'investir dans le matériel et la mise en valeur du bâtiment.

Il faut évoquer en particulier l'obtention du Certificat Palliative gériatrie qui font des Bonnesfontaines une des premières institutions à se spécialiser dans ce domaine clef de la prise en soin de la personne âgée. La réalisation d'une salle de sport favorisant la mobilité a été aussi un point fort de la législature.

De nombreuses formations ont été dispensées, il est possible d'évoquer les cours de psychogériatrie et la méthode de la validation de Naomi Feil qui ont eu été très appréciés. Le règlement sur les risques psychosociaux est venu améliorer la politique du personnel en lui donnant des outils pour un accompagnement en cas de difficultés.

De nombreux matériels ont été acquis comme par exemple de nouveaux lits, un four à cuisson lente, une table à repasser professionnelle, un appareil de désinfection, des élévateurs ou encore un nouveau bus facilitant le travail de chacune et chacun.

Un nouvel aménagement de l'entrée et la magnifique Fontaine de la Vie mettent en valeur le bâtiment rénové en 2011 alors que l'événement marquant de 2020 aura été l'agrandissement de la salle à manger, un investissement de quelque CHF 500'000.00, inaugurée par M. le Préfet de la Sarine, Carl-Alex Ridoré.

L'année 2020 aura été marquée bien sûr par la gestion de la pandémie avec les travaux de la Cellule de crises, son lot de mesures sanitaires, les confinements, les réorganisations

incessantes des services de soins, de nettoyage de restauration, d'animation. Une année que d'aucuns n'oublieront jamais.

Ce très bon bilan d'activités n'aurait jamais pu être mené à bien sans un Conseil des Bonnesfontaines décideur, engagé et aidant.

Aussi, au nom des résidents et de tout le personnel des Bonnesfontaines, un immense merci est adressé à Mme la Présidente du Conseil Bonnesfontaines, Antoinette de Weck, M. Jean-Luc Bettin vice-président, Mme Marie-Claire Rey-Baeriswyl, André Schoenenweid et Michel Studer (jusqu'en 2019) et Mme Véronique Bakajika (2021), membres.

Grâce à votre appui, à vos conseils et à votre écoute, Les Bonnesfontaines auront réalisé de très belles choses ces cinq dernières années pour la plus grande satisfaction des résident-e-s et du personnel.

Cette législature aura été une belle réussite. Nous en garderons d'ores et déjà un excellent souvenir.

Ch. Morard

Extrait de l'allocution de M. Jean-Luc Bettin, vice-président du Conseil des Bonnesfontaines à l'occasion du départ de Mme Antoinette de Weck, Présidente 2016–2021, le 10 mars 2021

Madame la Présidente,
Chère Antoinette,
Voilà cinq ans, vous preniez la tête du Conseil des Bonnesfontaines. Vos qualités humaines, votre expérience de vie et votre intérêt de longue date pour la politique de la personne âgée vous prédisposaient à cette place. Sous votre conduite volontaire mais respectueuse d'avis parfois divergents, nous, membres de la commission – Mme Marie-Claire Rey-Baeriswyl, M. André Schoenenweid – M. Michel Studer (durant les 3 ½ premières années) et Mme Véronique Bakajika (depuis ce jour) et moi – avons pu débattre dans la sérénité et de manière constructive de sujets variés, reflet de la diversité des thèmes qu'un EMS doit aborder au quotidien et des compétences que cette maison se doit d'avoir. Nous eûmes également le loisir de mieux vous connaître à l'occasion des moments de convivialité qui suivaient nos séances. Notre conseil a ainsi tantôt été force de propositions, conseiller de notre directeur et – c'est tout de même sa mission première – organe de décision. (...)

Dans vos fonctions de directrice des affaires bourgeoises de la ville de Fribourg, vous avez su concrétiser le projet d'appartements protégés à destination – au moins partielle – de seniors cherchant un cadre de vie mieux adapté. Cette réalisation, à proximité immédiate de la résidence, était souhaitée par notre conseil depuis plusieurs années. Elle est le fruit d'une vision stratégique judicieuse devant à terme permettre aux Bonnesfontaines de

proposer son offre de prestations au-delà de ses murs.

Enfin, l'histoire retiendra que c'est sous votre présidence, chère Antoinette, que les Bonnesfontaines ont obtenu divers labels (...). Ces distinctions, loin d'être anecdotiques, sont autant de reconnaissances du travail acharné quotidiennement accompli par environ 140 collaboratrices et collaborateurs au service de 87 résidentes et résidents.

Solide bilan, Mme la Présidente, encore renforcé par votre engagement au sein de la cellule de crise des Bonnesfontaines durant une grande partie de l'année écoulée. En cette période inédite, vous avez contribué à ce que les Bonnesfontaines répondent efficacement aux urgences et – ce qui fut le cas – limitent autant que possible les dégâts humains d'une crise sanitaire qui nous prit par surprise. Vous avez pleinement tenu votre rôle durant cette période troublée et plus encore au début de cette année, en

donnant une impulsion bienvenue et nécessaire à la campagne de vaccination dans la maison.

En ce mois de mars, il nous faut, mes collègues et moi, prendre congé, non sans regrets, mais en gardant chacune et chacun un souvenir de notre collaboration. Pour ma part, je garderai l'exemple que vous donniez, une fois l'an, lors des rencontres avec les membres de la Commission du personnel. J'ai été particulièrement touché par votre capacité à écouter, à compatir et à rassurer, sans fausses promesses.

Après dix années au sein de l'exécutif de notre ville, voici bientôt venu l'heure d'ouvrir une nouvelle étape de votre vie. Nous vous la souhaitons pleinement conforme à vos attentes, avec du temps à consacrer à votre époux Bruno et vos filles Clémence et Joséphine. Et surtout, chère Antoinette, puissiez-vous demeurer en bonne santé !
Avec notre gratitude !



De gauche à droite:
Mme Marie-Claire Rey-Baeriswyl, M. André Schönenweid, Mme Antoinette de Weck, M. Jean-Luc Bettin et Mme Véronique Bakajika

DES EVENEMENTS A VENIR

Samedi 1er mai 2021 à 16h

Messe du Souvenir : en mémoire des résidentes et résidents décédés depuis octobre 2020.

■ Mardi 4 mai 2021 à 15h

Défilé de mode

■ Vendredi 7 mai 2021 à 14h

Comité « Vie du Résident » avec la collaboration de plusieurs résidentes et résidents, de quelques familles ou proches et du personnel responsable des services

■ Lundi 21 juin 2021 à 15h15

Concert de la Fête de la musique, avec Laure Betris

■ Vendredi 25 juin 2021

Vernissage de l'exposition de

peinture de M. Hasan Akin et des créations « audio décoratives » de la Société El Audio.

■ Mardis 29 juin, 6 et 13 juillet 2021

Grillades par espace de soins (Poya le 13.07, Lorette le 06.07 et Guintzet le 29.06)

■ Le mercredi 12 mai 2021 à 16h, le samedi 22 mai 2021 à 16h et le jeudi 3 juin 2021 à 10h15

Messes des jours de Fêtes : Ascension, Pentecôte et Fête-Dieu

NOUVELLES RESIDENTES ET NOUVEAUX RESIDENTS

■ Mme Madame Bluette Messerli, de son nom de jeune fille Chanson, naît à Rolle. Elle est l'aînée d'une famille de 3 enfants.

Lorsqu'elle a 2 ans, la famille déménage à Dardagny près de Genève. À ses 14 ans, de retour à Rolle, elle finit ses écoles obligatoires ainsi que son école ménagère. Ensuite, elle débute un apprentissage de secrétaire d'atelier chez Roch à Rolle.

A 20 ans, elle rencontre son futur mari, M. Bernard Messerli d'Ecuvillens qui fait un remplacement à la poste de



**Bienvenue à
Mme Bluette Messerli**

Rolle. Ils se marient 4 ans plus tard. À la fin de son apprentissage, elle est engagée dans la même entreprise, Maison Roch à Rolle, en qualité de secrétaire.

Plus tard, le couple s'établit à Lausanne dans le quartier d'Ouchy car M. Messerli trouve du travail dans la capitale vaudoise. Mme Messerli quant à elle est engagée en

tant qu'hôtesse d'accueil dans une bijouterie de luxe jusqu'à sa retraite à l'âge de 55 ans.

En 1992, le couple déménage dans le canton de Fribourg, d'abord à Planafaye puis dans le quartier du Jura à Fribourg. le couple fait souvent des randonnées en montagne. Malheureusement, son époux décède une année plus tard.

Mme Messerli apprécie énormément la natation, d'ailleurs elle s'ennuie de son lac Léman adoré. Elle est passionnée de jardinage et surtout de fleurs. Cuisiner des plats salés est aussi une activité qu'elle affectionne. Côté musique, elle écoute des opérettes et de la musique folklorique.

Elle entre aux Bonnesfontaines le 4 mars 2021, car c'est devenu difficile physiquement pour elle à domicile. Nous lui souhaitons la bienvenue!



**Bienvenue à
Mme Marie-Louise Castella**

■ Mme Marie-Louise Castella de son nom de jeune fille Ducry, voit le jour à Dom-pierre, dans la Broye fribourgeoise. Elle est l'aînée d'une famille de 5 enfants. Après ses écoles obligatoires, elle a envie d'apprendre l'allemand. C'est la raison pour laquelle elle s'installe environ 10 ans à Zürich. En 1951, elle se marie avec M. Antoine Castella, qu'elle a rencontré à ses 15 ans. De cette union naissent 3 garçons. Elle a le bonheur d'être 5 fois grand-maman.

Mme Castella travaille de nombreuses années en tant qu'aide-soignante à l'Hôpital cantonal de Fribourg avant de prendre sa retraite. Durant son temps libre, elle est très active. Elle fait beaucoup de randonnées en montagne avec son mari ainsi que du ski de fond. Elle chante avec le Chœur des Aînés de Ste-Thérèse, elle tricote avec plaisir. Elle apprécie aussi la lecture.

En 2009, elle a le chagrin de perdre son mari. Avant d'entrer aux Bonnesfontaines, Mme Castella habite tout près, dans le quartier du Jura.

Bienvenue Mme Castella aux Bonnesfontaines!



**Bienvenue à
Mme Marie-Rose Costantini**
Née le 19 septembre 1935

■ Mme Marie-Rose Costantini naît à Fribourg. C'est aux Ursulines qu'elle fait sa scolarité obligatoire.

Par la suite, elle rencontre son futur mari qui travaille comme marchand chez Dupraz meubles, à Fribourg. Ils se marient en 1954. De cette union naît un fils, Guy, à qui ils doivent déjà dire au revoir à l'âge de 9 mois, des suites de complications lors de sa naissance.

Mme Costantini travaille comme serveuse dans un bar à Fribourg, le Fudji, puis comme vendeuse aux Grands-Magasins l'EPA. Elle s'occupe aussi pendant

quelques temps d'enfants handicapés dans un hôpital. C'est comme vendeuse à la caisse de la piscine de la Motte l'été et à la patinoire l'hiver, que bon nombre de personnes peuvent la côtoyer, pendant 20 ans.

Très active, Mme Costantini est également professeur de gym à la Satus. Elle aime l'opéra et jouer aux cartes. Très manuelle, elle fait aussi de la couture et des arrangements floraux. Excellente cuisinière, elle est une spécialiste des confitures.

Il y a 17 ans, elle a la tristesse de perdre sa sœur jumelle Yvonne qui résidait, elle aussi, aux Bonnesfontaines. Régulièrement, elle reçoit la visite de sa petite-nièce qui est proche d'elle.

Veuve, Mme Costantini vit seule à son domicile avant d'être hospitalisée et ensuite d'être accueillie aux Bonnesfontaines. Nous lui souhaitons la bienvenue.

LES ANIMATIONS À LA RÉSIDENCE

Ateliers floral

Le printemps est de retour et avec lui, le plaisir de redécouvrir les belles couleurs des fleurs.

Les résidentes et résidents ont réalisé des compositions florales raffinées, en collaboration avec Hertig Fleurs qui met son savoir faire et le matériel au service des amateurs et amatrices d'art floral.

Chacune et chacun peut ainsi exprimer sa créativité et sa singularité à travers cette activité qui fait travailler la motricité fine.



Accompagnement individuel

Mme Liliane Guala a tricoté une couverture en ayant appris une nouvelle technique : le tricot sans aiguille, uniquement avec les mains et en utilisant de la laine géante. Ainsi, en quelques jours, elle a pu tricoter une grande couverture de plus d'un mètre. Elle dit que grâce à cette technique elle a pu à nouveau s'adonner à son passe-temps favori. Mme Guala dit être maintenant prête pour en faire une production intensive!



Atelier : les mandalas



Reconnus pour offrir divers effets thérapeutiques, les mandalas permettent de se recentrer, de vivre plus dans le moment présent, de réduire le stress et les angoisses. Cette activité est fortement appréciée des résidents qui profitent des bienfaits du dessin. Peu importe que l'on soit débutant ou déjà un créateur expérimenté, ces moments permettent de trouver l'équilibre nécessaire entre le mental et la matière, tout en créant.



Sortie à l'Espace Tinguely

Les sorties sont importantes dans la vie de la résidence. Elles rompent la monotonie du quotidien et permettent de tisser des liens entre les résidents, mais aussi elles donnent l'occasion de partager de nouvelles expériences et de stimuler la curiosité. Les musées étant ré-ouverts depuis le 1er mars,



Ce fut l'opportunité d'aller découvrir les œuvres et la créativité de deux artistes : Jean Tinguely et Niki de St-Phalle. Un lieu inédit et rarement visité, pourtant si proche de nous, qui en a laissé plus d'un songeur. Mais en tous les cas, une escapade bienvenue

Soupe de Carême

Chaque année, les résidents avaient plaisir à se rendre au centre paroissial, afin de partager un moment de convivialité, tout en dégustant une soupe préparée par des bénévoles. Cependant, la situation actuelle nous en empêche, pour la 2^{ème} année consécutive. Aussi, l'équipe d'animation est allée chercher la soupe à la paroisse de Saint-Pierre qui a pu être servie et savourée aux Bonnesfontaines. Quelques résidents

ont pu prendre part à ce moment de partage. Les quêtes proposées durant le repas et la messe du samedi, ont permis de récolter CHF 140.- qui ont été remis à la Paroisse pour l'action de Carême qui soutient un projet en Haïti pour la plantation d'arbres effectuée par les habitants.

Remerciements de l'équipe des soupes, Agnès Jubin, membre bénévole dans l'équipe pastorale de l'UP Saint-Joseph:

« Un grand merci pour la grande

générosité des personnes qui ont contribué à l'action de ce carême. Cet argent vaut de « l'or » car il est donné avec le cœur par des personnes aux revenus certainement modestes, et le montant est fantastique. Notre équipe a préparé la soupe avec joie et elle en est récompensée. Nous avons eu des résultats au-delà de nos espérances en cette période spéciale. Une fois encore des gestes du cœur. En vous souhaitant le meilleur et très volontiers à l'année prochaine si tout va bien. Nous vous recevrons avec joie dans la grande salle de Saint-Pierre !

Saluez très chaleureusement les personnes des Bonnesfontaines et souhaitez-leur la santé et une belle qualité de vie. Nous les aimons beaucoup car elles ont contribué à la construction de notre existence avec globalement de beaux résultats. »



La fête du printemps



Le printemps est de retour et avec lui les beaux jours. C'est le moment de sortir les drapeaux de la résidence et de mettre en marche la fontaine restée silencieuse tout l'hiver. Mais aussi l'occasion de se retrouver tous ensemble, après une longue période de séparation.

Jeudi 1^{er} avril, au son des trompettes de Bruno et ses camarades, ce sont Mesdames Kurth, Mottas, Genoud et Paulin qui, à la force de leurs bras, ont hissé les drapeaux, sous les regards attentifs des autres résidents venus assister à l'évènement. Un discours du directeur et un apéritif ont permis de clore ce beau moment, dans la bonne humeur.

Le soleil était même au rendez-vous, et ça, ce n'est pas un poisson d'avril !



Un beau dimanche de Pâques

Dimanche et lundi de Pâques, quelques résidents et proches en nombre restreint du fait de la situation sanitaire ont partagé un repas de fête en cafétéria. Des moments précieux durant une période compliquée pour tous.

Dimanche de Pâques, un accordéoniste-concertiste, M. Augustinas Rakauskas, a animé le repas de l'ensemble des résidents. Lundi, c'est l'apprentie ASE, Arina Meyer, qui a enchanté les différents espaces de repas, de sa voix mélodieuse à sonorité slave.

Voir tous ces sourires a fait du bien à tout le monde !



HOMMAGE AUX RESIDENTES ET RESI- DENTS DECEDES



■ **Mme Dafina Milanovic** s'en est allée sereinement le 12 mars 2021 à l'âge de 91 ans, entourée de l'affection des siens.

Elle était entrée aux Bonnesfontaines il y a un peu plus de deux ans.



■ **Mme Sophie Schultheiss** est décédée paisiblement le 10 avril 2021, entourée de l'affection de sa famille. Elle allait fêter prochainement ses 93 ans.

Elle résidait aux Bonnesfontaines depuis plus de 8 ans.



■ **Mme Emma Behnke** nous a quittés doucement le 28 février 2021 dans sa 90ème année, accompagnée de la bienveillance du personnel de soins.

Elle était résidente des Bonnesfontaines depuis 4 1/2 ans.



■ **Mme Elisabeth Aeby** est partie paisiblement le 7 avril 2021, entourée de l'affection de sa famille et de la présence du personnel soignant.

Elle était dans sa 96ème année et vivait aux Bonnesfontaines depuis 4 ans.



■ **Mme Edith Hayoz** est décédée à l'hôpital le 13 avril 2021 à 93 ans, entourée de l'affection de sa famille.

Elle était entrée à la résidence le 16 avril 2019.



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

LES NOUVELLES DU PERSONNEL

■ NOUVEAU PERSONNEL

M. Ludovic Déglise, collaborateur administratif

M. Guillaume Angéloz, infirmier chef d'unité de soins (ICUS), espace Lorette

Mme Williane Murisier, aide-infirmière, espace Lorette

Mme Sylvie Borja, infirmière, espace Lorette

Mme Mariana Brito de Azevedo, infirmière, espace Guintzet

Nous leur souhaitons la bienvenue aux Bonnesfontaines et sommes heureux de les compter parmi les collaboratrices et collaborateurs.

■ NAISSANCE

Nous félicitons notre collègue, Mme Michèle Amombo, pour la naissance de sa petite Angelina-Victoria, née le 4 mars 2021.

Nous souhaitons au nouveau bébé nos meilleurs vœux de bonheur et santé tout au long de sa vie.

■ PERSONNEL SORTANT

Mme Roxanne Berset

Mme Safak Sinaci

Mme Alessandra Ponce

Nous les remercions pour leur dévouement auprès des personnes résidentes et pour l'institution.

Nous formulons tous nos meilleurs vœux pour leur avenir professionnel et privé.

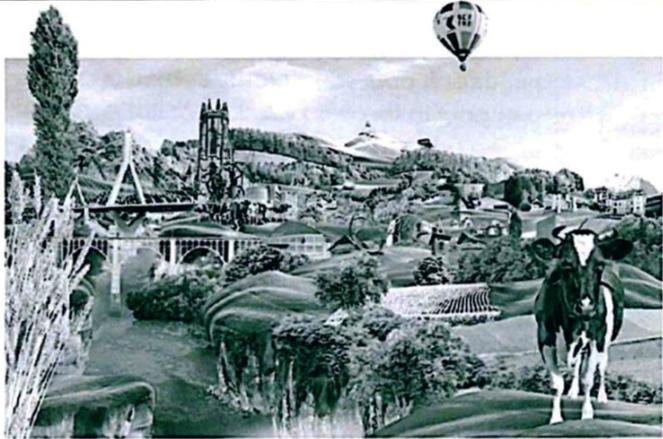
■ FORMATION DU PERSONNEL

En mars, le personnel soignant diplômé a suivi une formation sur les huiles essentielles, donnée par

Mme Véréne Marthe, aromathérapeute.

Cette formation a été très appréciée par tous-tes les parti-

cipant-e-s. Les huiles essentielles sont une aide précieuse pour les maux du quotidien des seniors... et du personnel. Chaque huile est en mesure de soigner ou soulager les différentes affections du corps et parfois de l'esprit.



Une banque pour tous.
Eine Bank für alle.

**Banque Cantonale de Fribourg
Freiburger Kantonalbank**
simplement ouvert - einfach offener

LA PAROLE EST À VOUS

■ JOURNAL DE VOYAGE

De M. Pierre Roulin, résident



Indonésie

En 1981, j'ai eu le plaisir de visiter ce beau pays et de voir entre autres la ville de Jogjakarta. Là, à 1300 mètres d'altitude, se trouve le volcan Merapi. J'ai été surpris d'y trouver une nature luxuriante et des palmiers de 30 mètres de haut. La coulée de lave la nuit était particulièrement impressionnante. Le contraste était saisissant entre cette lave incandescente orange et la nuit noire.

Quelques années plus tard, en 1984, j'ai fait une rencontre extraordinaire avec des orangs-outans en liberté

sur l'île de Sumatra. Dans la forêt tropicale d'un parc national, j'ai pu donner à manger à ces singes imposants. Pendant que nous donnions toutes sortes de fruits à ces



anthropoïdes d'environ 2 mètres, des gardiens veillaient à notre sécurité.

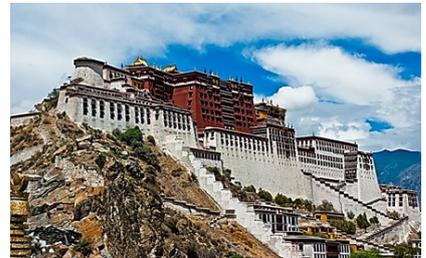
Tibet

En 1987, j'ai fait une autre voyage-aventure. Nous avons visité le palais du Dalai-Lama à Lhassa situé à une altitude de 3650 mètres. Le déplacement depuis Katmandu (altitude de 1340 mètres) jusqu'à Lhassa s'est fait dans des conditions spectaculaires. C'est un hélicoptère de marque PUMA d'une capacité de 15 places qui nous a amenés à ce palais.

Nous avons aussi découvert d'autres palais bouddhistes dans lesquels il y avait de nombreux singes qui se tenaient à l'affût des choses

brillantes. (*La monnaie locale était la roupie. 20 roupies étaient égales à 1 US Dollar*).

Vous pourrez découvrir la suite du journal de mes voyages dans un prochain numéro du journal.



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
Rte des Bonnesfontaines 24
1700 Fribourg

026 460 12 33
info@lesbonnesfontaines.ch

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

IMPRESSUM