

# LE JOURNAL D'INFORMA- TIONS

N° 51  
JUN 2025

Les Bonnesfontaines  
Résidence bourgeoise



## LE MOT DU DIRECTEUR

### ■ CLOWNS RELATIONNELS

- Une résidente des Bonnesfontaines: « Il paraît que des clowns viendront visiter les résidents des Bonnesfontaines tout prochainement ».
- Un résident : « Des clowns, c'est vraiment pas sérieux ! »

Oui, oui, c'est tout à fait sérieux ! Ce sont des clowns dits relationnels qui viendront rendre visite aux résidents qui le souhaitent dans le but d'entrer en relation avec eux, de faire ressortir le positif de la vie quotidienne, d'apporter de la joie de vivre et de l'humour. **L'objectif recherché au final est d'améliorer le bien-**

**être général des résidents et donc aussi des professionnels travaillant dans la maison.** Les interventions, proposées une fois par mois, sont gratuites et ont lieu en chambre. Elles seront préparées en collaboration avec le personnel soignant des différents espaces de soins. Ces clowns relationnels se sont formés durant un an auprès de l'Association Auguste à Estavayer-le-Lac. Ils sont parfaitement bilingues et portent pour noms : Lisa (animatrice aux Bonnesfontaines), Dominic ou Sabine.

Cette mesure s'inscrit dans un cadre plus général voulu par l'Institution. **Il s'agit d'une part d'apporter de bons moments de vie et de joie** qui complètent les très nombreuses animations, fêtes, rencontres musicales et gastronomiques déjà organisées dans la Résidence. **Il s'agit d'autre part de recourir à une approche non médicamenteuse de prise en soins et d'accompagnement en EMS**, comme l'aromathérapie - depuis un an mainte-

nant - ou encore à l'art-thérapie pratiquée par une personne spécialisée dans le domaine.

Nous nous réjouissons de proposer cette nouvelle prestation aux résidents des Bonnesfontaines et **nous ne manquons pas de dresser un bilan** avec les clowns, les équipes soignantes et d'animation et les résidents eux-mêmes d'ici la fin de l'année.

- La résidente des Bonnesfontaines : « J'espère alors que ces clowns sont drôles, bien costumés et marrants ! »
- Le résident : « Et bien moi, je veux bien les voir s'ils m'aident à positiver aussi mon parcours de vie ici aux Bonnesfontaines ! »

Tout en attendant ces rencontres joyeuses et comiques, je vous souhaite, chère lectrice et cher lecteur du journal d'informations, un tout bel été et de très bonnes vacances.

Christian Morard

# DES EVENEMENTS A VENIR

## Grillades 2025, en soirée

Mardi 24 juin 2025, Espace Poya

Mardi 1er juillet 2025, Espace Guintzet

Mardi 8 juillet 2025, Espace Lorette



## Jeudi 31 juillet 2025 à 15h15

Loto du 1er août



## Vendredi 1er août 2025 dès 10h30

Apéritif du 1er août avec concert de cors des alpes et lanceur de drapeau, suivi du repas en musique



## Vendredi 15 août 2025 à 10h15

Messe de l'Assomption

## Mardi 26 août 2025 à 15h00

Séance Vie du Résident

## Mardi 2 septembre 2025 à 15h15

Présentation du Brésil par M. Zberg

## Mercredi 3 et jeudi 4 septembre 2025

Grillades à Gumefens



## Tous les lundis à 10h, 15h 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 10h

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 : épiluchage 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

Une banque pour tous.  
Eine Bank für alle.

 Banque Cantonale de Fribourg  
Freiburger Kantonalbank

bcf.ch  
fkb.ch

simplement ouvert - einfach offener

## NOUVELLES RESIDENTES ET NOU- VEAUX RESI- DENTS



**Bienvenue à**

**Madame Ida Ragosta Foti**

Née le 02.05.1936

■ Mme Ida Ragosta Foti est née en 1936, cadette d'une grande fratrie issue d'un mariage recomposé. Elle partage un lien particulièrement fort avec son unique frère du même nid, Carmine. Très jeune, Ida est marquée par les épreuves de la guerre, notamment par le décès de son demi-frère Giovanni et de son père Andrea en 1944. Ces pertes précoces font disparaître rapidement l'insouciance de l'enfance. Elle se retrouve souvent livrée à elle-même, ou bien à devoir s'occuper des enfants de ses demi-sœurs déjà mères. À l'adolescence, elle entame un apprentissage de couturière,

métier qu'elle exercera une grande partie de sa vie. En 1961, elle choisit de rejoindre son frère en Suisse, à Fribourg. C'est à la messe qu'elle rencontre Vincenzo Foti, qui deviendra son époux en 1966. De leur union naît Vincenza en 1967, puis Giovanna en 1973. Mme Ragosta Foti travaille alors dans plusieurs boutiques de la rue de Lausanne à Fribourg, en tant que couturière retoucheuse. Elle installe également un atelier dans leur appartement situé au numéro 44 de cette même rue. Elle partage son temps entre une vie professionnelle intense et une vie familiale bien remplie. Lorsqu'elle a du temps libre, elle aime faire les courses, aller au marché, se balader dans la nature pour y cueillir des herbes comestibles ou jardiner avec son mari. Elle affectionne tout particulièrement les pique-niques au bord de la Sarine. Elle aime aussi participer à des voyages organisés en car, le plus souvent avec ses amies. En 1981, la famille emménage à l'avenue Général-Guisan à Fribourg, où Mme Ragosta Foti vivra de nombreuses années, jusqu'à son entrée à la résidence. Elle est une grand-maman aimante et fière de ses quatre petits-enfants : Noémie (née en 1990), Jasmine (1991), Raphaël (2001) et Gaïa (2006). Le décès de son mari en 2002 marque le début d'un long deuil, durant lequel elle s'accroche à ses proches et à ses souvenirs. Une fois retraitée, elle prend davantage de temps pour elle, tout en restant très attachée à ses habi-

tudes et à sa famille. Aujourd'hui, la Résidence des Bonnesfontaines est heureuse d'accueillir Mme Ragosta Foti parmi ses nouveaux résidents. Toute l'équipe et les pensionnaires lui souhaitent la bienvenue et se réjouissent de partager avec elle ce nouveau chapitre de sa vie, riche de rencontres et de sérénité.



**Bienvenue à**

**Madame Cécile Maradan**

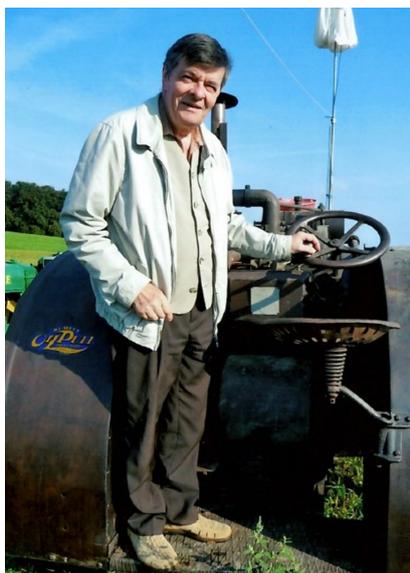
Née le 15.04.1935

■ Mme Cécile Maradan, née Schaffer, voit le jour à Guin le 15 avril 1935 dans une famille de 5 enfants, dont 2 filles. Son papa est enseignant à l'école primaire et sa maman femme de ménage. Mme Maradan suit l'école primaire à Guin et secondaire à Gambach. Par la suite elle travaille dans la vente dans une pharmacie, puis dans une confiserie. C'est là qu'elle rencontre son mari Edgar Maradan. Elle a 19 ans lorsqu'ils se marient et ont ensuite le bonheur d'accueillir deux enfants, Edgar et Jacques. Ensemble, Monsieur et Madame Maradan tiennent pendant

20 ans la boulangerie du funiculaire à côté du Café du même nom. La boulangerie leur demande beaucoup de travail et leur laisse peu de temps. Mme Maradan n'aura pas l'occasion de partir souvent en vacances, mais elle aime se souvenir de la fois où, en famille, ils sont allés camper au bord de la Méditerranée en France. Lors de sa retraite, Mme Maradan commence la natation, loisir pour lequel elle se rend à la piscine de la Motta. Après le décès de son mari, elle partage sa vie avec un autre compagnon pendant 9 ans. Elle a aussi la joie d'accueillir 6 petits-enfants, tous de son fils Jacques. À cause de ses problèmes de vue, Mme Maradan s'installe dans les appartements protégés durant 4 ans et demi avant d'entrer aux Bonnesfontaines où nous avons le plaisir de l'accueillir. Bienvenue Mme Maradan !



**Bienvenue à**  
**Madame Françoise Robatel**  
Née le 28.03.1948



**Bienvenue à**  
**Monsieur Martin Robatel**  
Né le 29.07.1945

Nous souhaitons la bienvenue à Mme Françoise Robatel et à son époux M. Martin Robatel, qui ont eu la joie de pouvoir entrer ensemble aux Bonnesfontaines, à 5 jours d'intervalle.



**Bienvenue à**  
**Madame Françoise Marti**  
Née le 21.07.1949

(Histoire de vie dans le prochain journal)



**Poème d'été:**

Par les soirs bleus d'été, j'irai dans les sentiers,  
Picoté par les blés, fouler l'herbe menue :  
Rêveur, j'en sentirai la fraîcheur à mes pieds.  
Je laisserai le vent baigner ma tête nue.  
Je ne parlerai pas, je ne penserai rien :  
Mais l'amour infini me montera dans l'âme,  
Et j'irai loin, bien loin, comme un bohémien,  
Par la Nature, – heureux comme avec une femme.

*Arthur Rimbaud*  
*Sensation*

# LES ANIMATIONS À LA RÉSIDENCE

## ■ Sortie à Aquatis à Lausanne

Judi 15 mai dernier, les 7 résidents en vacances à Rolle avaient prévu de visiter l'aquarium vivarium Aquatis à Lausanne. Aussi, nous avons organisé la même sortie pour un autre groupe de résidents, dans le but de se réunir à l'issue de la visite. Ce fut l'occasion de papoter des dernières



nouvelles, avant le retour des vacanciers prévu le lendemain. La découverte de l'aquarium a été source d'étonnement et d'émerveil-

lement pour nos visiteurs, qui n'ont pas craint de poser devant le bassin des requins !

## ■ Grue'Zik 2025, la Fête cantonale des musiques fribourgeoises

Le dernier week-end de mai, nous sommes allés à la Fête cantonale des musiques à Bulle. L'ambiance était festive et chaleureuse ! Vendredi, nous avons commencé les festivités avec une délicieuse assiette fribourgeoise lors du repas des aînés. L'ambiance champêtre était assurée par trois musiciens. Arina les a même rejoints pour partager une chanson que tout le monde connaît... Étoile des neiges !! Ce fut une magnifique journée en excellente compagnie ! Dimanche, nous embarquons à nouveau dans notre super bus pour nous rendre au Restaurant de L'Hôtel de Ville à Bulle. Après un bon et copieux repas, il était temps d'assister au cortège dans la Grand-Rue. Surprise :

nous avons même pu découvrir Yul brièvement interviewé au Journal de la RTS de 19h30 du soir !

Un grand merci à toutes celles et ceux qui ont participé à ces belles escapades musicales !



■ **Vacances des résidents du 12 au 16 mai 2025**

Quelle belle escapade que cette semaine de vacances à Rolle avec nos résidents au mois de mai dernier ! Entre moments gourmands, découvertes culturelles et instants de détente, chaque jour a apporté son lot de moments inoubliables.

Lundi, nous avons quitté la Résidence pour nous rendre à l'Hostellerie du Château pour un délicieux repas. La météo, capricieuse ce jour-là, nous a ramenés à la maison l'après-midi, mais cela n'a en rien entamé notre bonne humeur.



Mardi, le soleil a fait son grand retour, juste à temps pour une dégustation de vins suivie de la visite du Château de Crans et de sa cave pour les plus motivés.



Un cadre exceptionnel, avec une vue imprenable sur le lac et les Alpes, un vrai tableau vivant !



Mercredi matin, place au calme à la maison, avant de prendre le large au départ de Coppet pour une croisière avec la CGN jusqu'au célèbre jet d'eau de Genève.





En chemin vers la Résidence, nous avons fait une halte à Montreux pour savourer de bons filets de perches au restaurant « Le Pavois ».

Au retour, nous avons savouré une petite glace bien méritée à la buvette du port de Coppet.



Le soir, bonne humeur et rires garantis avec notre crêpes party, qui a ravi jeunes et moins jeunes.

Jeudi, Cybille nous a régales avec un brunch maison : pancakes, plateau de fruits, œufs... de quoi avoir l'estomac bien rempli avant la visite d'Aquatis à Lausanne, véritable plongée dans le monde sous-marin.



Pour la dernière soirée, nous avons partagé une grillade sur la magnifique terrasse de notre logement, clôturant la journée dans la bonne humeur.

Enfin, vendredi matin, nous avons gentiment fait nos bagages et profité une dernière fois de la magnifique vue sur le lac Léman.

Puis, direction Les Bonnesfontaines, le cœur plein de souvenirs... et ravis de l'accueil réservé aux vacanciers.



Merci à tous pour ces beaux moments partagés !

### ■ Visite attendrissante à l'Oasis des Vétérans

Un petit groupe de résidents s'est rendu à Vulruz pour découvrir les chiens de l'Oasis des Vétérans. Ce refuge offre un foyer chaleureux à des chiens âgés ou souffrant de problèmes de santé, leur permettant de vivre leurs vieux jours dans la sérénité et l'affection. Malgré leurs fragilités, ces adorables compagnons à quatre pattes se sont laissés caresser, d'autres se sont approchés timidement, mais tous ont su faire fondre les cœurs. Après cette visite pleine d'émotion, nous avons poursuivi notre après-midi au tea-room « Chez Nathalie » à

Riaz. Autour d'un bon café et de savoureuses pâtisseries, chacun a profité d'un moment de détente. Nous n'étions d'ailleurs pas les seuls à apprécier les douceurs sucrées : quelques oiseaux très

audacieux n'ont pas hésité à venir picorer directement dans les assiettes, au plus grand amusement des résidents ! Une sortie simple, enrichissante et pleine de sourires.



### ■ Jardinage thérapeutique et sensoriel

Avec le retour des beaux jours, il est temps d'arracher les mauvaises herbes, de planter fleurs et herbes aromatiques, ou encore de repoter quelques pots fatigués. Mais pour les personnes âgées, jardiner, c'est bien plus qu'un loisir : c'est un moyen de stimuler les sens, la

mémoire et la motricité, tout en renouant avec la nature. Le jardin devient un lieu d'éveil et de bien-être. À travers des gestes simples – arroser, sentir, observer, trier – chacun agit à son rythme, avec du matériel adapté, dans une ambiance bienveillante. Véritable bulle de sérénité, le jardin favorise aussi le lien social. Jardiner ensemble,

c'est partager un moment de plaisir, d'échange... et de vie.



## ■ La fête des Bonnesfontaines

Le 15 juin dernier, notre fête des familles s'est déroulée dans une ambiance 100 % western ! Malgré quelques gouttes de pluie dans l'après-midi, la magie a opéré tout au long de la journée grâce à des décors magnifiques et une foule d'activités qui ont ravi petits et grands : grimages et jeux avec les poneys, taureau mécanique, tir à l'arc, lancer de fer à cheval... tout y était !



La journée a été rythmée par la musique entraînante d'Alex Klein et de son groupe, qui ont mis une ambiance country inoubliable. Des tout jeunes enfants aux plus âgés, chacun y est allé de son pas de danse !



La troupe Just Dance nous a initiés avec enthousiasme à la danse country – et même la pluie n'a pas réussi à les arrêter !



Merci également à notre apprenti Arthur et son équipe de claquettistes qui nous ont offert de belles démonstrations de claquettes pleines d'énergie.



Pour finir, un immense merci à toutes les personnes qui ont contribué à faire de cette journée un moment si chaleureux et joyeux. On se réjouit déjà de tous vous retrouver l'année prochaine pour une

nouvelle édition... avec un tout nouveau thème !



## HOMMAGE AUX RESIDENTS DECEDES



■ **M. Jean Bulliard** s'en est allé le 22 mai 2025 entouré de l'amour de sa famille. Il venait de fêter ses 95 ans et était entré à la Résidence il y a 2 ans.

---



■ **Mme Denise Angéloz** est décédée le 30 mai 2025 entourée de l'affection des ses proches. Elle était dans sa 94ème année et vivait aux Bonnesfontaines depuis 2 ans.

---



■ **M. Vincenzo Pierri** s'en est allé le 16 juin 2025 entouré de l'amour de ses enfants, à l'âge de 95 ans. Il venait juste d'entrer à la Résidence quelques jours plus tôt

---



■ **Mme Madeleine Magnin** est décédée le 4 juin 2025, entourée de l'amour de ses enfants et de sa sœur. Elle avait 91 ans et était entrée aux Bonnesfontaines il y a 4 ans.

---



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

---

## LA PAROLE EST A VOUS

### ■ NOUVEAU PERSONNEL

M. Anass Alhmami, cuisinier  
Mme Cecilia Castillo, employé en cafétéria  
Mme Natalia Danilov, aide-infirmière à l'espace Lorette  
Mme Nenella Lonkonga, ASSC à l'espace Lorette  
Mme Lidia Sauterel, aide-infirmière à l'espace Guintzet

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

### ■ NOUVELLE PODOLOGUE

Nous avons le plaisir d'accueillir une nouvelle podologue en la personne de Mme Phedra Piantanida

Nous remercions très chaleureusement Lucille Gaudin qui a œuvré durant 6 ans aux Bonnesfontaines et qui a souhaité se rapprocher de son domicile gruérien.

### ■ PERSONNEL SORTANT

Mme Sandra Anastasio  
Mme Alma Ibishi  
Mme Sandra Juvet  
Mme Joëlle Prêtre  
Mme Conceição Virissimo  
Mme Warda Yousof

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.



### ■ DEPART EN RETRAITE

M. Thierry Hue va prendre une pré-retraite bien méritée le 31.07.2025. Il a œuvré durant plus de 16 ans aux fourneaux des Bonnesfontaines, tout d'abord comme cuisinier, puis dès 2012 en tant que sous-chef de cuisine. Nous tenons à le remercier pour les bons repas cuisinés durant toutes ces années et pour sa disponibilité, sa flexibilité et son engagement sans faille ! Nous lui souhaitons une retraite ensoleillée, heureuse et en santé.

## LES SUGGESTIONS EN CAFETERIA

Du 1er au 31 juillet 2025

La Parma  
Melon et jambon de  
Parme  
Dessert du jour

CHF 15.00 (personnel)  
CHF 19.00 (visiteurs)



Du 4 au 15 août 2025

Salade  
Tartare de bœuf,  
toasts et frites  
Dessert du jour

CHF 17.50 (personnel)  
CHF 22.00 (visiteurs)



Réservations par téléphone

**entre 11h00 et 17h45  
(le jour même jusqu' à 10h15)  
au 026/460 14 45**

## LA PAROLE EST A VOUS

### ■ HONNEUR A NOTRE BENEVOLE

**Voici Christine Ravaz, bénévole aux Bonnesfontaines**



Je suis née le 29 avril 1965 à Quimper, en Finistère, au cœur de la Bretagne. Mariée, maman de deux garçons, cela fait maintenant 30 ans que je vis en Suisse. Mon parcours professionnel a débuté en France, après une formation à l'école hôtelière de Quimper. Le contact humain a toujours été important pour moi, c'est pourquoi j'ai choisi cette voie. J'ai travaillé dans de grands hôtels, où j'occupais le poste de chef de rang. Puis un jour, j'ai eu envie de changement. J'ai décidé de partir faire une saison dans un restaurant gastronomique en Valais. C'est là que j'ai rencontré mon mari, alors étudiant à l'EPFL et client du restaurant. À la fin de mon contrat, je suis retournée en France. Mais notre histoire n'était pas terminée : mon mari me manquait, et lui aussi s'ennuyait de moi. Il m'a proposé de revenir en Suisse. C'est ainsi que j'ai trouvé

un poste de fille au pair à Lausanne, dans une famille d'origine roumaine et irlandaise. J'y suis restée deux ans et demi. Par la suite, j'ai suivi mon mari dans ses différents déplacements professionnels : Zurich, Lucerne, Bâle, puis finalement la Broye. Depuis une quinzaine d'années, nous sommes installés dans le canton de Fribourg. Pendant cette période, je me suis consacrée à ma famille. J'ai beaucoup bricolé, un loisir que j'aime profondément. Nos fils sont nés : Maël en 1997 puis Noam en 2000. En parallèle, j'ai fait du bénévolat, notamment dans un centre d'accueil pour enfants en placement temporaire. J'ai aussi été catéchiste pendant deux ans. Nous sommes maintenant installés au Petit Schoenberg. J'y ai été bénévole comme conductrice du bus scolaire pour Tavel durant deux ans. J'ai ensuite commencé à participer aux marchés de Noël du Collège Saint-Michel avec ma marque artisanale, "Au Fil de l'Eau". Je crée des anges, des tableaux, des lampes en bois flotté, ainsi que de la poterie. Le bricolage est bien plus qu'un passe-temps pour moi, c'est une véritable passion. Depuis huit ans, je suis également engagée au sein des RFI comme famille d'accueil et chauffeuse. Je suis aujourd'hui responsable du « Dîner chez l'habitant », une belle initiative favorisant les rencontres et les échanges. Une activité dans laquelle je m'épanouis pleinement. Un jour, lors d'une Trocante (échange de vêtements, bijoux, chaussures), j'ai rencontré Anne-Claude, du

secrétariat. Elle m'a parlé de l'EMS des Bonnesfontaines, qui recherchait des bénévoles pour accompagner les résidents. Après un entretien avec le directeur, j'ai commencé à m'y investir auprès de deux résidentes. Aujourd'hui encore, je participe à diverses activités en soutien à l'équipe d'animation, notamment en cuisine, en bricolage... et surtout en préparant mes célèbres crêpes au caramel au beurre salé, clin d'œil à mes origines bretonnes. Ce que j'aime particulièrement aux Bonnesfontaines, c'est la simplicité et l'authenticité des personnes âgées. Il n'y a pas de jugement, juste de beaux échanges, des souvenirs partagés. Je m'entends de plus très bien avec l'équipe d'animation, dynamique et motivée.

### Abonnement électronique au journal d'informations

Pour vous abonner au Journal d'informations, connectez-vous sur notre site

**[www.lesbonnesfontaines.ch](http://www.lesbonnesfontaines.ch)**

puis inscrivez votre adresse mail dans l'espace réservé à cet effet au bas de la home page.



### Les Bonnesfontaines Résidence bourgeoise

Rte des Bonnesfontaines 24  
CH – 1700 Fribourg  
Tél. 026 / 460 12 33  
[www.lesbonnesfontaines.ch](http://www.lesbonnesfontaines.ch)  
[info@lesbonnesfontaines.ch](mailto:info@lesbonnesfontaines.ch)

## IMPRESSUM