# LE JOURNAL D'INFORMA-TIONS

N° 30 DECEMBRE 2021 Les Bonnesfontaines
Résidence bourgeoisiale





# LE MOT DU DIRECTEUR

# ■ Liste du matériel de soins (LIMA)

Depuis octobre 2021, le Canton de Fribourg ne participe plus au coût du matériel de soins LIMA, soit la liste du matériel de soins admise par les caisses maladies. Le forfait de CHF 2.20 par résident et par jour n'est ainsi plus en vigueur. En lieu et place de cette méthode pratique et surtout économique, l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) demande que ce matériel soit facturé directement aux assurances pour chaque résident. Ce changement a pour conséquences une augmentation des coûts, il est attendu que les CHF 2.20 soient largement

dépassés. De plus, les Caisses maladies n'acceptent que les prix et maximums admis et publiés sur le site de l'OFSP, soit parfois en-dessous de ce dont les résident-e-s ont besoin. C'est la raison pour laquelle ces dernier-ère-s seront appelé-e-s à payer de leur poche tout dépassement. Dans de tels cas, un contact sera assuré avant toute dépense.

Ce changement entraîne aussi un surcroît de travail administratif. Les médecins établissent désormais des ordonnances médicales personnalisées qui n'étaient pas demandées jusqu'ici et des adaptations de logiciels ont dû être entreprises pour d'une part facturer aux assurances chaque matériel de chaque résident-e et d'autre part pour passer des commandes individualisées aux fournisseurs.

Ces contraintes ont nécessité de trouver un arrangement avec la pharmacienne de la maison, Mme Séverine Mettraux de la Pharmacie du Bourg, et de choisir un fournisseur de matériel d'incontinence dont le système de commande individualisé était performant.

Le système fonctionne donc depuis quelques semaines maintenant grâce à l'efficacité du personnel administratif et soignant. Toutefois, des questions restent ouvertes, notamment pour ce qui est du matériel non-LIMA qui doit être indemnisé comme coûts résiduels des soins à charge du Canton.

Le système de soins reste complexe. Fort heureusement, par le dialogue et l'engagement commun, les différents partenaires arrivent à trouver des solutions.

Cependant, loin de ces préoccupations bien matérielles, il est surtout l'heure de penser aux fêtes de fin d'année. Alors : que votre Noël soit joyeux et que l'Année nouvelle vous réserve plein de beaux et bons moments de vie!

Ch. Morard

# DES EVENE-MENTS A VENIR

# ■ Vendredi 24 décembre 2021 dès 11h30

Fête et repas de Noël

# ■ Vendredi 31 décembre 2021 à 15h15

Fête du Nouvel-An

# ■ Jeudi 6 janvier 2022 à 15h15

Fête des Rois

# ■ Mercredi 9 et jeudi 10 février 2022 toute la journée

Mercredi réception d'habits, jeudi vide-dressing

# ■ Tous les lundis à 10h00 et à 10h30

Pliage du linge ou épluchage de légumes / En mouvement

### ■ Tous les lundis à 15h30

A tour de rôle, gym, jeux d'adresse et prévention des chutes

### ■ Tous les mardis à 10h00

Groupe de marche

### ■ Tous les mardis à 18h45

Animation du soir

# ■ Tous les mercredis, jeudis et vendredis à 10h00

Ateliers Mobilité

# ■ Tous les jeudis à 10h00 et à 14h00

Chants avec la chorale

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

Film ou animations diverses



# NOUVELLES RESIDENTES ET NOU-VEAUX RESI-DENTS



**Mme Ana-Maria Nemeth** Née le 26 juillet 1936

Mme Ana-Maria Nemeth est née en 1936 en Espagne à San Martin de Pusa, un petit village près de Tolède dans la région de Castille-la-Manche dans une fratrie de 4 enfants. Elle a tout d'abord suivi ses écoles primaires à Tolède, puis a effectué ses écoles secondaires à Madrid. Par la suite, elle a travaillé à l'épicerie familiale.

Lors de vacances à Almeria avec sa cousine en 1961, elle fait la connaissance de celui qui deviendra, deux ans plus tard, son mari, M. Nemeth, un hongrois vivant en Suisse. En 1962, Madame décide de le rejoindre en Suisse. Plus tard, le couple donne naissance à

une fille et un garçon. À Fribourg, elle trouve une place de maman de jour. Elle travaille ensuite au sein de la fabrique de carton Vuille dans le quartier du Jura et également dans une fabrique de biscuits, au magasin Knopf, ainsi que dans un kiosque. Après quelques déménagements, la famille s'établit finalement dans le quartier du Jura. Durant son temps libre, Madame aime beaucoup se promener dans la nature, cuisiner, mais aussi chanter et s'occuper de sa fille et son fils. Fin septembre 2021, Madame est finalement admise aux Bonnesfontaines. proche de son ancien domicile. Nous lui souhaitons la bienvenue!



**Mme Denise Helfer**Née le 26 octobre 1931

Mme Denise Helfer est née en 1931 à Rueyres-les-Prés, dans une fratrie de 17 enfants. C'est à Misery qu'elle passe son enfance et fait toutes ses écoles. Par la suite, elle réalise un ap-

prentissage de couturière à Fribourg où elle travaille durant quelques années. C'est au bal qu'elle rencontre celui qui allait devenir son mari. Le couple s'installe à Givisiez. Son mari Alfred y fonde l'entreprise A. Helfer SA, spécialisée dans le bâtiment. Denise Helfer s'occupe de l'administration de l'entreprise; elle est une aide précieuse pour son mari et le développement de la société familiale. Dans le même temps, ils ont la joie d'élever 2 enfants, Eric et Sylvia. Le couple déménage plus tard à Villars-sur-Glâne, puis à Fribourg. Son mari travaille jusqu'à ses 94 ans. Aujourd'hui c'est leur fils qui a repris la direction de l'entreprise. Le décès de son mari à la fin septembre 2021 a rendu le quotidien plus difficile à domicile; c'est pourquoi elle entre à la résidence des Bonnesfontaines en octobre. Bienvenue Mme Helfer!



(Histoire de vie dans le prochain journal)



**Mme Anne-Marie Wicht**Née le 12 mars 1934

Mme Anne-Marie Wicht est née en mars 1934 à la Tour-de-Trême dans une fratrie de 4 enfants. À l'âge de 15 ans, elle part en Suisse allemande, à Zürich en tant que fille au pair. Là-bas, elle s'occupe d'un petit garçon prénommé Eric. De retour en Suisse romande, elle travaille à Charmey en tant que sommelière, à Fribourg au restaurant San-Marco anciennement Bel-Air), puis à la laiterie de Pérolles qui s'appelait « Laiterie Moderne ». Enfin elle travaille durant 25 ans, jusqu'à sa retraite, au rayon fleurs de la Migros des Grand-Places.

En 1955, elle se marie avec M. Henri Wicht qu'elle connaissait depuis son plus jeune âge, car ils étaient voisins à la Tour-de-Trême. Ensemble, ils ont une fille Corinne et 2 petits-enfants. Ils habitent durant 50 ans à Grand-Torry. Durant son temps libre, elle aime beaucoup cuisiner des plats salés et marcher avec trois amies. Après une mauvaise chute à domicile, Madame entre aux Bonnesfontaines au

mois de novembre. C'est une dame déjà connue à la résidence puisqu'en 2017, elle venait régulièrement rendre visite à son mari qui résidait ici. Nous lui souhaitons la bienvenue!



**Mme Marie-Louise Brülhart** Née le 27 octobre 1945

Brülhart, née Liechti est la ca-

Mme Marie-Louise

dette d'une famille de 4 enfants et grandit à Courgevaux. A l'issue de sa scolarité, elle fait l'école ménagère à Courtepin. Elle enchaîne avec une activité de pompiste dans un garage de la région pendant quelques années. Elle est ensuite embauchée à l'usine Saia à Morat où elle rencontre son mari. Ils s'installent alors à Fribourg. De cette union va naître Béatrice à qui elle consacre son temps pendant de nombreuses années. Excellente cuisinière et ménagère, elle est passionnée de tricot. Elle aime jouer aux cartes et les voyages en train ou en car. Elle reprend plus tard une activité professionnelle en tant

que caissière dans un grand

magasin de la place, activité qu'elle conserve jusqu'à sa retraite. Elle reprend alors de plus belle ses nombreux voyages. Des ennuis de santé l'incitent en 2021 à intégrer la résidence des Bonnesfontaines. Malgré un peu d'appréhension, elle y voit un bon moyen de parer à la solitude. Bienvenue Mme Brülhart!

# LES ANIMATIONS À LA RÉSIDENCE

### Atelier fabrication de chocolat en Basse-Ville

En novembre dernier, nous nous sommes immergées dans l'univers du chocolat à la chocolaterie « Fleur de Cacao » en Basse-Ville de Fribourg et sommes devenues de vrais maîtres chocolatières. Nous avons réalisé nos propres plaques de chocolat au lait que nous avons pu décorer au gré de nos envies. Spéculos, bricelets, caramels, marshmallow et M&M's étaient à notre disposition. La gérante nous a donné de nombreuses informations intéressantes sur l'origine, l'histoire et la fabrication du chocolat. Comme le dit si bien le dicton « tout travail mérite salaire », nous avons été récompensées par de délicieuses truffes et amandes au chocolat. L'après-midi s'est terminée par un petit café partagé juste à côté, au Soleil Blanc.











### ■ Match de hockey Fribourg Gottéron – Zürich Lions

« Un jour à l'improviste, je suis tombé amoureux.

Mon cœur s'est mis à battre pour le HCFG.

Allez Fribourg, allez, allez !!! »

Le lundi 29 novembre 2021 nous avons eu la chance d'être conviés par une compagnie d'assurance pour assister au match de hockey de notre équipe favorite, Fribourg Gottéron. C'est donc avec trois résidents originaires de la Basse-Ville et une grande supportrice que nous nous sommes rendus à la toute nouvelle BCF Arena, anciennement appelée la patinoire Saint-Léonard. Arrivés devant l'antre des Dragons, nous avons admiré ce nouveau bâtiment d'une grande envergure. Puis, nous avons pu déguster de délicieuses planchettes de viandes froides et une bonne fondue moitié-moitié au restaurant « Le Gottéron ». À 19h45, bien installés dans les gradins, nous étions prêts pour le match. Les chants des supporters résonnaient dans l'arène. 8'017 spectateurs (sur 9'000 places disponibles) ont pu assister à la victoire des Dragons qui se sont imposés 4 à 3 aux tirs au but. Hop Gottéron! Espérons qu'il puisse gagner le titre cette

année!



M. Hugo Jeckelmann, ancien joueur de la patinoire des Augustins et du HC Lugano

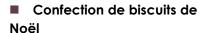






### ■ Fête de la Saint-Nicolas

Le 6 décembre, la venue de Saint-Nicolas était attendue, comme de coutume. C'est sans son fidèle Balou, que le patron de la ville de Fribourg a fait une halte à la résidence, pour la plus grande joie de nos aînés. La montée est rude pour venir à la colline du Torry! Et cette année, son âne était bien las et devait se reposer! C'est donc accompagné et aidé par ses deux Pères Fouettard que St-Nicolas est arrivé avec sa hotte bien remplie. Sachets de friandises et paroles d'encouragement ont ravis le cœur des résidents, qui ont entonné quelques chants répétés exprès pour cette occasion. Merci St-Nicolas et à l'année prochaine...avec Balou!



De bonnes odeurs régnaient ces derniers temps à la résidence. Entre les biscuits de Noël et les biscômes pour la Saint-Nicolas, les résidents n'ont pas chômé! Milanais, biscuits au chocolat et autres croissants à la vanille,...de quoi mettre l'eau à la bouche.

Envie de déguster ? Les sachets de biscuits sont en vente à la cafétéria!













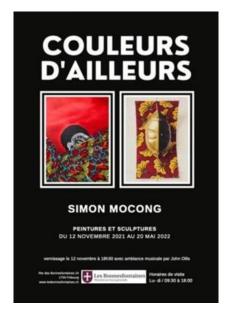
### Vernissage de l'exposition « Couleurs d'ailleurs »

Vendredi 12 novembre, c'est avec grand plaisir que la chorale des Bonnesfontaines a chanté lors du vernissage de l'exposition de peinture de M. Simon Mocong « Couleurs d'ailleurs ». Les résidents s'étaient entraînés soigneusement afin d'interpréter un « Morokeni », chant traditionnel de salutations en kwangali, afin de rendre hommage aux origines africaines du nouvel exposant. Une résidente s'était même exercée dans sa chambre afin d'accompagner la chorale au djembé. M. John Ollis et son acolyte ont également ambiancé une bonne partie de la soirée, au son de la guitare et de la basse et de chansons diverses.

Les œuvres de M. Simon Mocong peuvent être admirées jusqu'au 20 mai 2022 au rezde-chaussée de la résidence. Ses cartes de vœux en tissudont une partie est exposée dans la vitrine de l'entréessont également à vendre.









### Souper russe

Au mois de novembre plusieurs résidents de Bonnesfontaines ont fait connaissance d'une autre culture, en goûtant les spécialités de la Russie. Une vraie Sibérienne, Arina, apprentie ASE en dernière année, a préparé avec l'aide de Mme Vipret la « vraie » salade russe qui s'appelle « Olivier » et qui fait partie du repas traditionnel de Nouvel-An en Russie. Les raviolis russes « pelmenis », la diversité des boissons et autres desserts typiques ont apporté de nouvelles sensations gustatives. Les convives ont également découvert des musiques, des chants et même des danses russes. C'est ainsi que les invités ont voyagé, le temps d'une soirée.







### Sortie au Mac Donald's

Qui a dit que le fast-food américain est réservé aux jeunes ?

Une froide journée ensoleillée de décembre, un groupe de résidents avec une âme d'enfant et l'envie de la découverte, et nous voilà partis au Mac Donald's de la Tour-de-Trême!

Hamburgers, frites, sauces, Coca, chaussons aux pommes... de quoi se régaler et préparer l'estomac aux fêtes de fin d'année. Le régime ? C'est pour 2022...

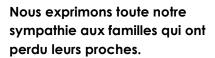




# HOMMAGE AUX RESIDENTES ET RESIDENTS DECEDES



■ Mme Marie Rossier nous a quitté sereinement le 30 octobre 2021, entourée de l'affection de ses proches. Elle avait 95 ans et résidait aux Bonnesfontaines depuis plus de 11 ans.







• Mme Elisabeth Del Soldato s'en est allée tranquillement le 10 novembre 2021, entourée de la bienveillance de sa famille. Elle allait fêter ses 96 ans et séjournait aux Bonnesfontaines depuis plus de 3 ans.



■ M. Pascal Crausaz est décédé le 24 novembre 2021 entouré de l'amour de ses proches. Il était âgé de 97 ans et séjournait aux Bonnesfontaines depuis 1 année.



Même s'il me faut lâcher ta main

Sans pouvoir te dire « à demain »

Rien ne défera jamais nos liens

Même s'il me faut aller plus Ioin

Couper les ponts, changer de train

L'amour est plus fort que le chagrin.

L'amour qui fait battre nos cœurs

Va sublimer cette douleur, Transformer le plomb en or ! Tu as tant de belles choses à vivre encore.

Tu verras au bout du tunnel Se dessiner un arc-en-ciel Et refleurir les lilas.

Tu as tant de belles choses devant toi.

Même si je veille d'une autre rive,

Quoi que tu fasses, quoi qu'il t'arrive,

Je serai avec toi comme autrefois.

Françoise Hardy «Tant de belles choses »

# LES NOUVELLES DU PERSONNEL

# ■ NOUVEAU PERSONNEL

Mme Maria Goretti Goncalves Pinto Gomes, infirmière à l'Espace Poya

Mme Teresa Marques, ICUS à l'Espace Guintzet

Mme Marina Filipa Monteiro Teixeira, ICUS à l'Espace Poya

Mme Syzana Xhaferi, aide-infirmière à l'espace Guintzet

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

### ■ PERSONNEL SORTANT

Mme Lorielle Hounga Mme Anaïs Künzli M. Joao Leite Soares Mme Marthe Sanaila

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

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

# La chèvre de Noël, d'après un conte scandinave

Il était une fois... car c'est ainsi que commencent tous les contes, avec ces mots maaiques annonciateurs d'histoires extraordinaires qui portent en elles cette part de merveilleux qui fait rêver petits et grands. Donc, il était une fois, dans un froid pays du Nord, une jolie maison de bois ou habitaient Johan et Christina. En cette veille de Noël, la neige tombait abondamment. Les deux enfants, le nez collé à la fenêtre, semblaient scruter la nuit quand, tout à coup, ils entendirent cogner fortement à la porte. Ils se précipitèrent pour ouvrir et s'écrièrent, fous de joie : «C'est la Chèvre de Noël!»

### La Chèvre de Noël?

En effet, sur le seuil se tenait une jolie chèvre blanche aux sabots luisants et qui venait, selon une vieille coutume scandinave, leur apporter des cadeaux. Elle s'excusa d'être en retard parce qu'elle avait dû aller distribuer une partie de leurs jouets à de pauvres orphelins. Les deux enfants se mirent à pleurer et à crier en lui disant que les cadeaux étaient pour eux, pas pour les autres.

La chèvre blanche, déçue par leur égoïsme, décida de leur donner une leçon : elle inclina sa petite barbiche trois fois et les enfants se retrouvèrent dans un traîneau filant à toute allure dans la nuit. Ils avaient froid et suppliaient d'arrêter le traîneau qui stoppa brutalement devant une grotte. Johan prit sa sœur par la main et ils y entrèrent mais il faisait très noir. Apeurés, ils

regardaient autour d'eux et ils finirent par distinguer des petits personnages qui chantaient « Vive notre roi, car grâce à lui, la nuit va régner sur la terre pour toujours! ».

### C'est l'Étoile de Noël, celle qui annonce la naissance de l'Enfant.

Les trolls, ces vilains petits lutins, entouraient un minuscule vieillard qui demanda si la nuit était enfin complète, ce à quoi les guetteurs répondirent: «Tout est noir sur la terre, ô roi, mais dans le ciel pointe une lueur qui grandit, qui grandit. C'est une grande étoile qui illumine toute la terre et qui fait disparaître la nuit!» À ces mots, les enfants crièrent de joie en disant : « C'est l'étoile de Noël, celle qui annonce la naissance de l'Enfant Jésus!» et les trolls, dépités, disparurent au plus profond de la grotte. Quand les enfants se réveillèrent, ils furent surpris de se retrouver au pied du sapin, croyant qu'ils n'avaient fait qu'un mauvais rêve. Tous les cadeaux étaient là et quelle ne fut la surprise des parents quand Johan et Christina leur annoncèrent qu'ils avaient décidé de partager leurs jouets avec tous les enfants pauvres de leur village.

...Et tout là-haut, tout là-haut, la jolie petite chèvre blanche souriait en secouant sa barbichette!



## LA PAROLE EST À VOUS

### La dernière homélie du Père Mayoraz pour l'Avent 2021

Père Mayoraz, qui a régulièrement écrit l'homélie lors des messes à la résidence, nous a permis de publier sa dernière homélie ci-dessous. Si son état de santé le permet, il va concélébrer avec son confrère Père Jose.

« Oui un enfant nous es né, un fils nous a été donné » (Isaïe 9,5).

Cet enfant qui a été donné au monde c'est Jésus, le Fils de Dieu. Jésus nous a montré le monde de la fraternité, de la charité, de l'amour même des ennemis. C'est ce monde -là que Dieu veut, en Jésus. Et la bonne semence a été jetée dans nos cœurs par Jésus lui-même, et elle lève sûrement. Et aujourd'hui l'Eglise au nom de Jésus, continue de semer la même parole de vie. Ainsi, jusqu'à la fin des temps, dans le champ du Royaume de Dieu, la semence de la résurrection est jetée et elle pousse. Nous-même nous sommes transformés en Jésus et nous devenons meilleurs. Oui chaque jour nous pouvons être transformés en Jésus. Chaque jour nous pouvons grandir dans la foi, l'espérance et la charité. Mais soyons lucides : dans le champ du monde et dans notre propre cœur, la semence du mal a aussi été semée. Ainsi, pour chacun de nous, il y a la mauvaise surprise de l'ivraie qui pousse aussi et qui risque d'étouffer le blé. Jésus lui-même est combattu, ignoré. Dans notre propre cœur se glissent souvent le doute, le découragement, le manque de générosité.



L'enseignement que Jésus nous donne avec la parabole du semeur, est que la bonne semence elle-même doit grandir, toujours plus vigoureuse, à tel point que l'ivraie n'aura plus d'emprise. Plus notre foi et notre amour pour Jésus s'affermissent, moins le mal aura d'emprise sur nous. Faisons grandir dans notre cœur les sentiments de charité, de douceur, d'humilité, de pardon mutuel, et essayons

d'y extirper tout sentiment de rancœur, de jalousie, d'orgueil, de mépris des autres. Ce sont les sentiments de Jésus lui-même qui doivent habiter nos cœurs comme il nous l'a demandé lui-même. « Apprenez de moi, que je suis doux et humble de cœur. »

Tout cela exprime la croissance de notre foi et de notre amour pour donner une place toujours plus grande à Jésus dans notre vie. Amen.

# Abonnement électronique au journal d'informations

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

### www.lesbonnesfontaines.ch



### Les Bonnesfontaines Résidence bourgeoisiale

Rte des Bonnesfontaines 24 CH – 1700 Fribourg Tél. 026 / 460 12 33

www.lesbonnesfontaines.ch info@lesbonnesfontaines.ch

### **IMPRESSUM**