Numéro 13 | Printemps 2021

FONDATION JEANNE MILLIOUD

LES GRÈVES DU LAC

La Gazette

L'avenir aux Grèves du Lac

Carnaval p. 14-17	Les travaux p. 18-21	Le coin des Gourmands p. 22-23
Carnaval aux Grèves	**Illustrations des travaux**	**Les asperges**

Sommaire

Mot de la Direction	Page 5
Mot de l'Aumônerie	Page 7
Bienvenue	Page 9
Anniversaires	Page 11
Carnaval aux Grèves	Page 14
L'avenir des Grèves du Lac	Page 18
Le coin des Gourmands	Page 22
La vie cachée des Grèves	Page 24
Défilé de Mode	Page 25
Infos-Agenda	Page 30
Pour les méninges	Page 33
Au revoir et Bienvenue	Page 35
Ils nous ont quittés	Page 36
Impressum	Page 37

Mot de la Direction

L'avenir aux Grèves du Lac

Je pourrais dire « l'avenir aux Grèves du Lac » mais je préfère parler de l'année 2021 – 2022, l'année de concrétisation de projets.

Ci-dessous, les objectifs de notre projet d'agrandissement à 50 lits :

1. Moderniser L'EMS Les Grèves du Lac en tenant compte des normes en vigueur notamment au niveau de la téléphonie, du système de sécurité « Gate », de l'appel malade, de la salle de bien-être et des chambres individuelles.
2. Mettre à disposition des collaborateurs un cadre de travail moderne respectant toutes les normes en vigueur.
3. Répondre à une forte augmentation de demandes d'admission de personnes atteintes de démence ou de psychiatrie de l'âge avancé dans le canton suite au vieillissement de la population, et ce, plus particulièrement dans le district de la Broye.

Les travaux d'agrandissement ont commencé le 17 août 2020. Les travaux avancent selon le planning prévu. Nous pouvons dire que nous avons eu de la chance avec la météo.

La fin de la première étape est prévue pour fin septembre 2021. Afin de libérer les containers qui font actuellement office de buanderie, de vestiaires, d'atelier de maintenance, les locaux cités seront prêts à être exploités dans le nouveau batîment d'ici le 15 mai 2021. Les chambres, le salon de coiffure, la salle de bien-être, la nouvelle cuisine, la réception, la pharmacie seront livrés à fin septembre 2021.

Suite à un taux d'occupation qui frôle le 100% et ce, malgré le COVID 19, nous pouvons envisager l'avenir avec optimisme.

Toutefois, nous devrons négocier durement avec le Réseau de Santé Social de la Broye Fribourgeoise « RSSBF » afin d'ouvrir les 12 lits supplémentaires dès octobre 2021 et 4 autres lits additionnels en mars 2022 car il y a pour l'instant une vingtaine de lits libres dans les trois EMS du RSSBF du district de la Broye. Pour cela, nous devrons mettre en avant nos spécificités, c'est-à-dire la prise en charge de personnes atteintes de démence, de la psychiatrie de l'âge avancé et de troubles cognitifs liés à des accidents.

Je me réjouis déjà de la réalisation de la première étape de ce projet d'agrandissement, de pouvoir y accueillir les nouveaux résidents, d'exploiter les nouvelles chambres individuelles et les nouveaux locaux.

Afin d'immortaliser chaque étape de l'évolution du chantier, nous prenons des photos au fur à mesure ainsi que des vidéos à l'aide d'un drône. Le but final serait de faire un montage photos et vidéos de chaque projet réalisé depuis le début d'activité de l'EMS et ainsi mettre en évidence l'apport des différents directeurs et directrices de l'EMS Les Grèves du Lac depuis sa création.

Je souhaite un printemps ensoleillé à toutes et tous.

Mot de l'Aumônerie

Quelles fondations ?

Vous connaissez peut-être cette histoire que Jésus raconte : celle de 2 maisons.

L'une est construite sur le sable, l'autre sur le roc. Apparemment, ces 2 maisons sont semblables. Et pourtant, viennent la tempête, le vent et la pluie, la 1ère s'écroule, tandis que la 2ème tient bon.

Qu'est-ce qui fait la différence ? Les fondations !

Pour qu'une maison soit solide, il faut de bonnes fondations. C'est d'ailleurs par-là que commence la construction.

Jésus raconte cette histoire (une parabole) pour parler de nous.

Car il y a une construction qui dure toute la vie : c'est celle de nous-mêmes. A l'image d'une maison, nous construisons nos vies ; de la naissance à la mort, l'être humain est une immense construction qui n'est jamais finie. Celle-ci concerne notre être physique, mais surtout notre vie intérieure, le sens que nous donnons à nos existences à travers les événements et les choix que nous faisons, les valeurs ou la foi qui sont les nôtres.

Dans nos vies aussi, il y a parfois des tempêtes : la maladie, la souffrance morale, le deuil, une séparation… Et parfois, nous nous écroulons, puis nous nous relevons et la vie continue. Les obstacles font partie de l'existence. Qu'est-ce qui nous permet de tenir bon ? De nous relever ou de rester debout ? Qu'est-ce qui fonde nos vies ?

Selon l'Evangile, celui qui écoute la Parole de Dieu et la met en pratique, celui-là bâtit sur le roc et tient bon même dans les coups durs de la vie.

Par cette histoire, Jésus nous invite à réfléchir sur les fondements de nos vies.

Il nous interpelle pour que sa Parole n'entre pas dans une oreille pour en ressortir par l'autre, mais que sa Parole engendre une nouvelle manière de vivre et nous transforme en profondeur. Cela aussi, c'est le chemin de toute une vie.

« *Celui qui écoute ce que je viens de dire et le met en pratique sera comme un homme avisé qui a bâti sa maison sur le roc. La pluie est tombée, les torrents ont débordé, la tempête s'est abattue sur cette maison, mais elle ne s'est pas écroulée, car ses fondations avaient été posées sur le roc.*

Mais celui qui écoute mes paroles et ne les met pas en pratique sera comme un homme insensé qui a bâti sa maison sur le sable. La pluie est tombée, les torrents ont débordé, la tempête s'est abattue sur cette maison et elle s'est écroulée : sa ruine a été totale » (Matthieu 7, 24-27).

Pour l'aumônerie, Liliane Himbaza

Bienvenue

La direction et les membres du personnel ont eu la joie d'accueillir les nouveaux résidents.

Nous leur souhaitons d'agréables moments au sein des Grèves du Lac.

Madame
Christiane Bach
27.11.2020

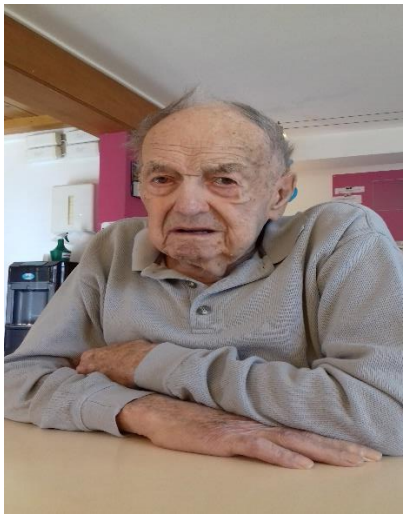
Madame
Béatrice Niclass
Le 4.12.2020

Bienvenue

La direction et les membres du personnel ont eu la joie d'accueillir les nouveaux résidents.

Nous leurs souhaitons d'agréables moments au sein des Grèves du Lac.

Madame
Marie Guinnard
Le 22.12.2020



Monsieur
Gérard Gagnaux
Le 19.02.2021

Anniversaires

Madame
Christiane Bach
Le 2 Janvier

Madame
Yvonne Riedo
Le 5 janvier

Monsieur
Irenée Progin
Le 13 janvier

Anniversaires

Madame
Madeleine Baudin
Le 4 février

Monsieur
Joseph Jorand
Le 9 mars

Monsieur
François Roth
Le 19 mars

Monsieur
Michel Remy
Le 13 février

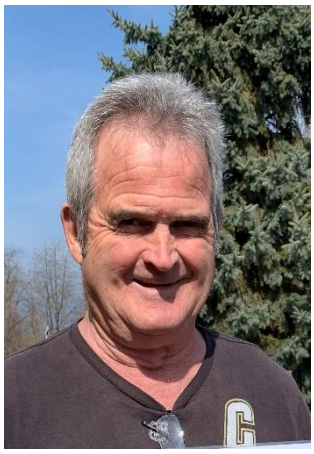
Madame
Anne-Marie Thierrin
Le 16 février

Anniversaires

Madame
Magdalena Birchler
Le 18 février

Monsieur
Joseph Niclass
Le 2 mars

Monsieur
Jean-Louis Chuard
Le 6 mars



Carnaval aux Grèves

Le retour de la joie et de la bonne humeur :

Carnaval

Aux Grèves du Lac, nous avons passé deux jours incroyables en compagnie d'Enzo et de sa musique. Les résidents ont beaucoup apprécié le retour à la vie d'avant la Covid.

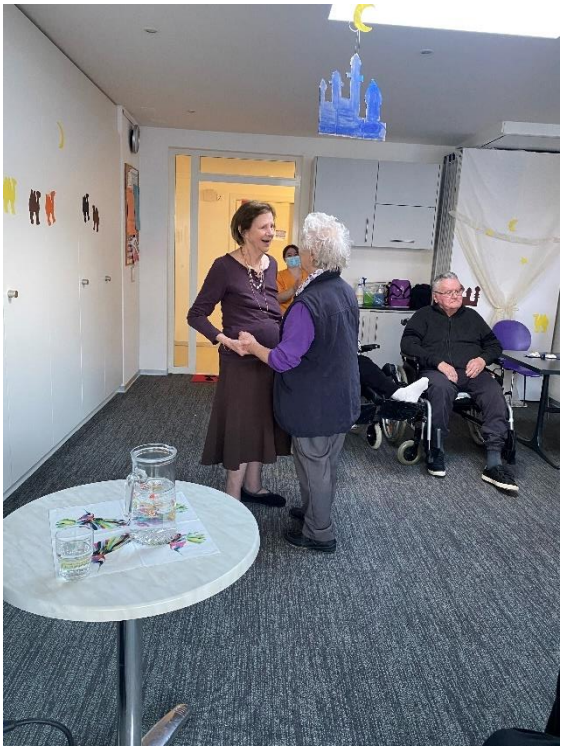
Durant ces deux beaux jours d'animation, les soignants se sont déguisés et l'ambiance de carnaval a été au rendez-vous aux Grèves. Les résidents eux aussi déguisés se sont remémorés de beaux souvenirs.

Lors du Thé Dansant « **Mille et une nuit** » avec Enzo, les résidents accompagnés des soignants se sont laissés emporter en chantant et en dansant par les airs entraînants de la belle musique.

Je remercie les résidents et le personnel d'avoir amené de la joie et de l'ambiance aux Grèves du Lac durant ces festivités !

Mathilde, Animatrice

Voici quelques photos de ces belles journées…



Et ça continue…

Bonne journée

Bonne journée

L'avenir des Grèves du Lac

L'EMS les Grèves du Lac a commencé à se transformer le 17 août 2020, voici quelques grands moments saisis pour illustrer le changement et l'avancement au fil du temps :

1ère étape : Août 2020-Février 2021

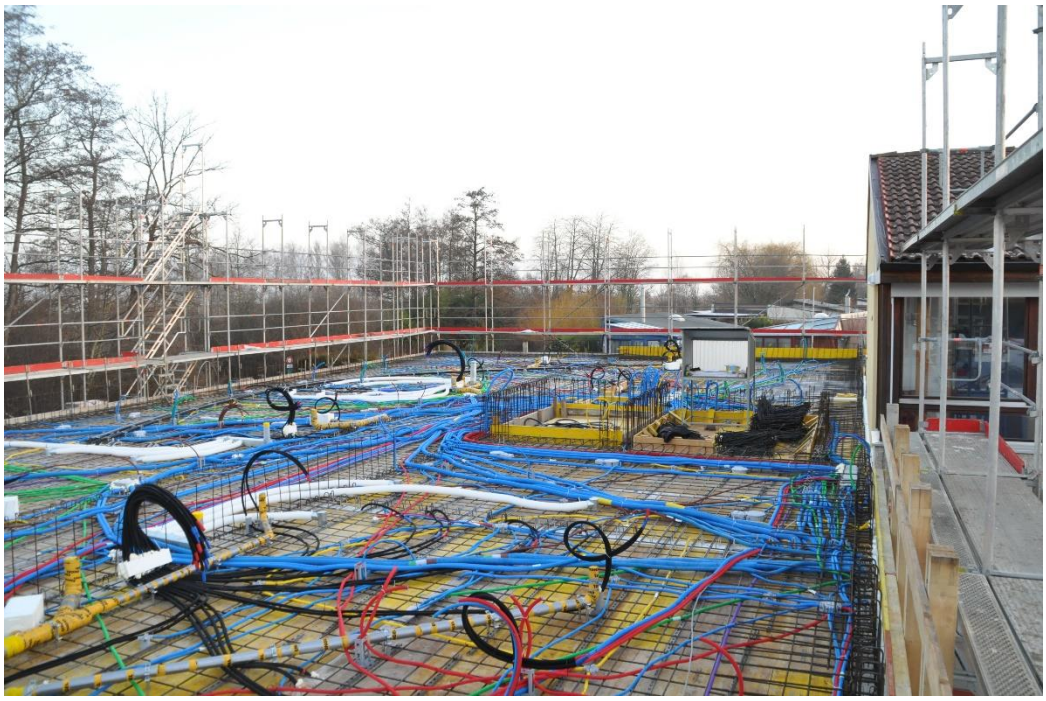
Construction des vestiaires, buanderie.

Démolition du bâtiment annexes

Exercice réel à quatre pattes

Ça y'est ça pousse !

Les Lego s'assemblent !



A chacun sa couleur

Avant : Octobre 2020

Présent : 1er Mars 2021

Merci à David pour ces photos, nous prenons rendez-vous avec vous lors de la prochaine édition de la Gazette afin de vous partager l'avancement des travaux.

Le coin des Gourmands

Les asperges

Minute Jardinage :

L'asperge préfère les terres sablonneuses, mais se contentera de tous les sols à la condition qu'ils soient bien drainés.
Elle déteste avoir les pieds mouillés, principale cause de la pourriture des griffes.
Tout près de chez nous, nous trouvons de grandes cultures au Vully et dans le Seeland.

Les Bienfaits :

Elles sont diurétiques
Elles sont très nutritives
Elles sont antioxydantes
Elles sont laxatives
Elles agissent comme antidépresseur
Elles aident à maigrir
Elles sont laxatives
Elles sont recommandées pour les os

Recette de Risotto aux asperges

Pour 5 personnes il faut :

625 g d'asperges vertes parées

1¼ oignon haché

1,25 gousse d'ail pressée

Beurre pour faire suer

375 g de riz à risotto

1,25 dl de vin blanc

1,1 l de bouillon ou de fond de légumes

94 g de Sbrinz AOP râpé

1,25 dl de crème

2½ - 3¾ Cs de cerfeuil finement ciselé

Sel, poivre

Préparation :

Couper les pointes des asperges (8-10 cm), détailler le reste en petits dés, réserver.
Cuire les pointes al dente 3-5 min à l'eau bouillante salée.
Rincer à l'eau froide, couper en 2 et réserver à couvert.
Risotto : faire revenir l'oignon et l'ail dans le beurre. Ajouter les dés d'asperges, étuver brièvement.
Verser le riz, poursuivre la cuisson, mouiller avec le vin, réduire.
Ajouter progressivement le bouillon de manière que les grains soient toujours recouverts de liquide.
Cuire al dente 18-20 min en remuant fréquemment.
Incorporer le Sbrinz, la crème et le cerfeuil. Saler, poivrer.
Coiffer d'asperges, chauffer brièvement sans cuire.
Répartir dans des assiettes creuses chaudes, décorer, servir immédiatement.
Bon appétit…

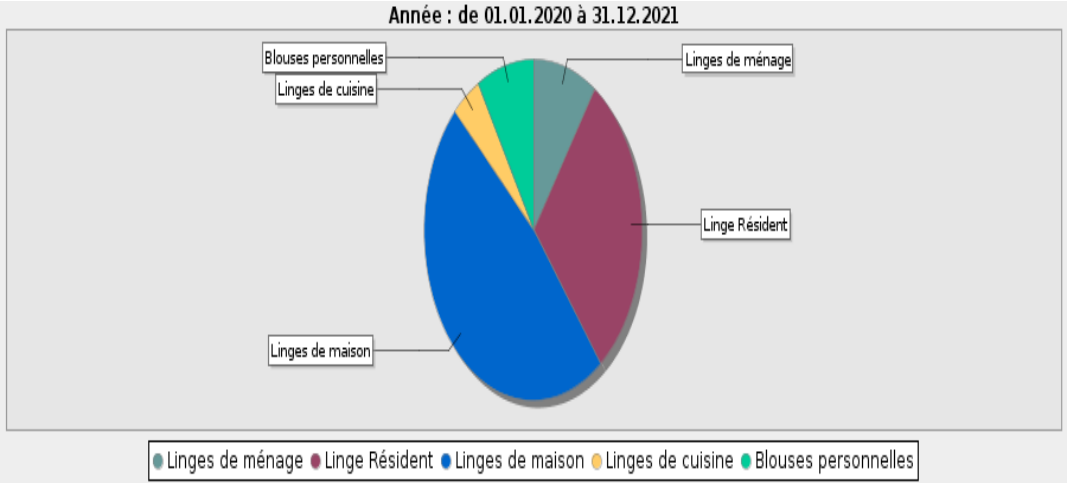
La vie cachée des Grèves

La buanderie et ses « secrets » :

Petite question ?

Savez-vous combien de Kg de linge en moyenne sont lavés par nos dames de la buanderie ?

- Linges des résidents : 15500 Kg
- Blouses du personnel : 4830 Kg
- Linges maison : 25300 Kg
- Linges de cuisines et ménage : 7370 Kg



Réponse : 53 tonnes

Défilé de Mode du 20 Mars

Magali, de la boutique Toi et Moi à Yverdon est venue le samedi 20 mars pour nous présenter la collection printanière afin que les résidents puissent choisir et trouver leur bonheur. Lors de cette journée, les résidents et les soignants ont joué le jeu en défilant. Voici quelques photos…

Les coulisses du défilé…

Qui a dit que la mode n'était réservée que pour les dames ?

Nos modèles et leurs accompagnantes en plein défilé…

Nos belles Dames en plein défilé…

Infos- Agenda

Programme de l'animation

JOURS	HEURES	ACTIVITES
Lundi	10h15	• Atelier Formacube
Mardi	10h15 15h30	• Atelier Bien-être • Chant
Mercredi	10h15 16h00	• Atelier mémoire • Culte tous les 1ers Mercredis • Messe tous les 3èmes Mercredis • Récitation du Chapelet les 2èmes et 4èmes du mois
Jeudi	10h15	• Atelier créatif • Atelier cuisine avec repas
Vendredi	10h15 15h45	• Atelier floral • Atelier Smoothies 1er du mois • Mouvements en douceur les 2ème et 4ème
Samedi	11h00	• Apéro en musique
Dimanche	10h45	• Retransmission de la Messe à la TV

Le programme présenté des mois à venir, peut être sujet à diverses modifications, surprises…

Avril 2021

Jour	Date	Evénements
Vendredi	2	• Teinture des œufs
Dimanche	4	• Animation Musicale • Anniversaire Mme Mugny
Mardi	13	• Anniversaire Mme Guinnard
Mercredi	14	• Célébration œcuménique
Jeudi	22	• Visite de l'Aumônière

Mai 2020

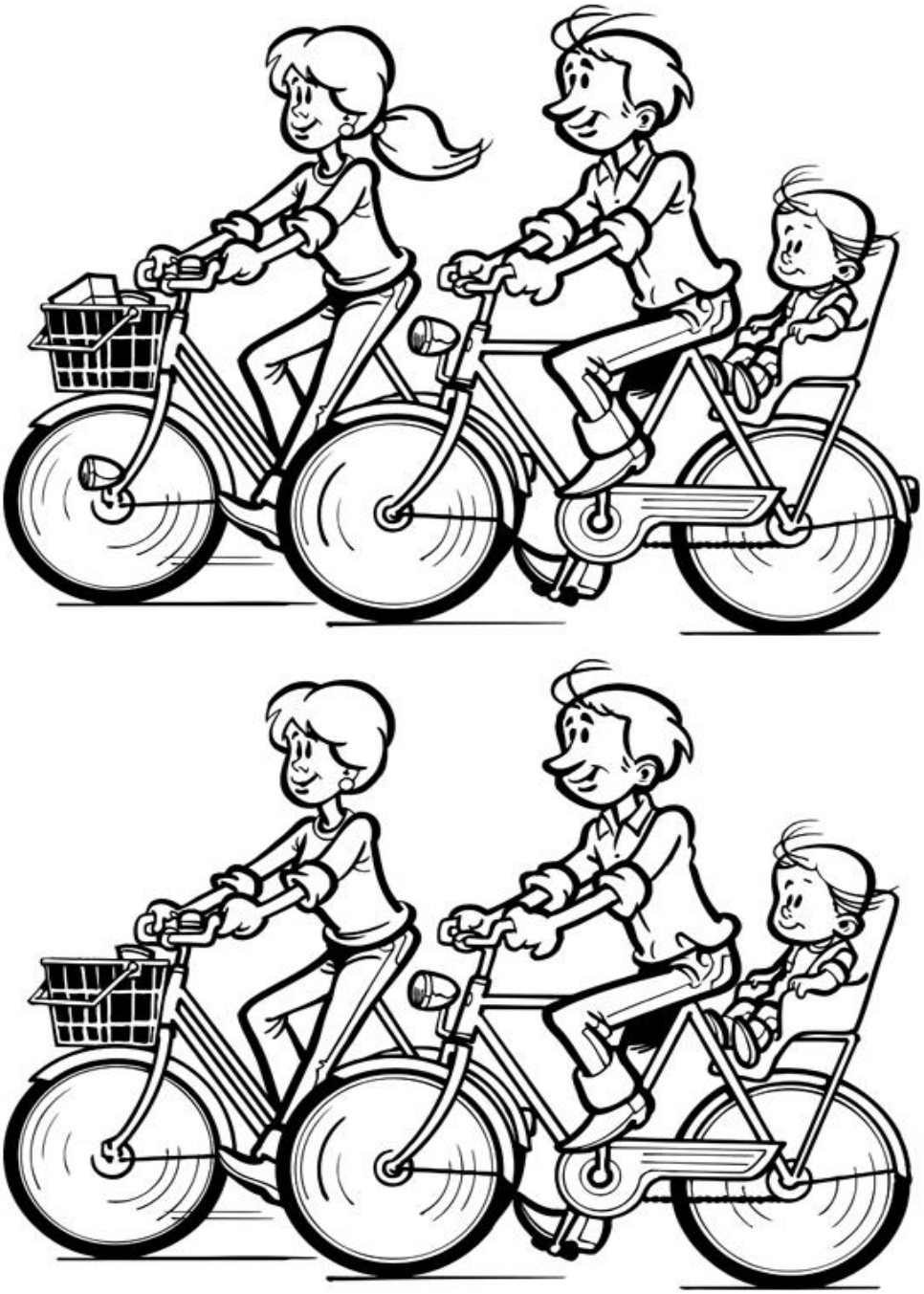
Jour	Date	Evénements
Mercredi	5	• Culte
Dimanche	9	• Fête des Mères
Mardi	11	• Visite de l'Aumônière
Lundi au Vendredi	17-21	• Vacances des Résidents
Mercredi	19	• Messe
Jeudi	20	• Visite de l'Aumonière

Juin 2021

Jour	Date	Evénements
Mercredi	2	• Culte
Mardi	15	• Visite de l'Aumônière
Mardi	22	• Anniversaire Mme Theillard
Samedi	26	• Anniversaire Mme Fornerod
Dimanche	27	• Anniversaire Mme Rey
Mercredi	30	• Anniversaire Mme Gagnaux • Groupe de parole

Pour les méninges…

Jeu des 7 erreurs



Un peu d'humour et d'esprit…

"…Oin-Oin se présente au guichet d'une grande banque de Lausanne.
Avec un franc sourire, il demande à l'employé :
- Pardon, monsieur… Pourriez-vous me changer cet écu ?
L'employé prend l'écu, l'examine, puis regardant Oin-Oin bien en face :
- Mais il n'est pas bon, votre écu, c'est une pièce fausse !
- Je le sais bien, réplique Oin-Oin, c'est pourquoi je vous demande de la changer !

La mémoire qui flanche

La maîtresse de Toto l'interroge sur la dernière leçon de géographie : "Peux-tu me dire quels sont les pays frontaliers de la France, Toto ?"

Toto reste muet, la maîtresse le sermonne,

- Tu n'as toujours pas revu le cours de géographie !

Toto répond :

- Si, mais à force de me creuser la tête, j'ai un trou de mémoire !

Au revoir… et Bienvenue…

Dalia Ramos le 31.07.2020

Cécile Salerno le 31.07.2020

Deborah Leal Castanhera

le 31.08.2020

Isabelle Sansonnens le 30.09.2020

Isabelle Sansonnens le 30.09.2020

Chantal Bettex le 31.12.2020

Ecaterina Sanchez le 28.02.2021

Fausto Azzi le 27.08.2020

Valentin Zanini le 01.09.2020

Natacha Besson le 01.09.2020

Christophe Reber le 14.09.2020

Aïcha Bousshine le 01.10.2020

Laura Rapin le 06.11.2020

Eline Kummli le 01.03.2021

Ils nous ont quittés

Monsieur Claude Chuard le 20.08.2020

Monsieur Jean-Louis Juillerat le 16.11.2020

Madame Liliane Andrey dite "Lili" le 23.11.2020

Madame Suzanne Aviolat le 12.12.2020

Monsieur Robert Clerc le 11.02.2021

Le livre de la vie est le livre suprême qu'on ne peut ni fermer ni ouvrir à son choix. On voudrait revenir à la page que l'on aime, et la page du chagrin est déjà sous nos doigts. Sincères condoléances.

Les Grèves du Lac – Fondation Jeanne Milloud, Gletterens

« La Gazette » est le journal de L'EMS.

Parution :3x année

Coordination et mise en page :

Laurence Bonny, Auxiliaire Croix-Rouge

Maeva Gaud, Animatrice

Rédacteurs :

Cyril Marclen Mourgine, Directeur

Liliane Himabaza, Pasteur

David Lagger, Responsable Maintenance et Intendance

Mathilde Scherwey, Animatrice

Commission de relecture :

Cyril Marclen Mourgine, Directeur

Sonia Ribeiro Pinto, Infirmière-Cheffe

Francine Moro, Secrétaire

Nous les remercions pour leur participation à cette édition ainsi que tous les résidents et collaborateurs.