

# 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

<b>Mot de la Direction</b>	Page 5
<b>Mot de l'Aumônerie</b>	Page 7
<b>Bienvenue</b>	Page 9
<b>Anniversaires</b>	Page 11
<b>Carnaval aux Grèves</b>	Page 14
<b>L'avenir des Grèves du Lac</b>	Page 18
<b>Le coin des Gourmands</b>	Page 22
<b>La vie cachée des Grèves</b>	Page 24
<b>Défilé de Mode</b>	Page 25
<b>Infos-Agenda</b>	Page 30
<b>Pour les méninges</b>	Page 33
<b>Au revoir et Bienvenue</b>	Page 35
<b>Ils nous ont quittés</b>	Page 36
<b>Impressum</b>	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 bâtiment 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 devons 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 devons 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 drone. 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 1<sup>ère</sup> s'écroule, tandis que la 2<sup>ème</sup> 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'Évangile, 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

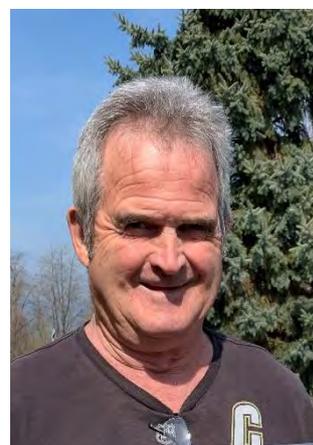


Madame  
Magdalena Birchler  
Le 18 février



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...





# 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 :

## 1<sup>ère</sup> 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 : 1<sup>er</sup> 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

## Préparation :

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



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

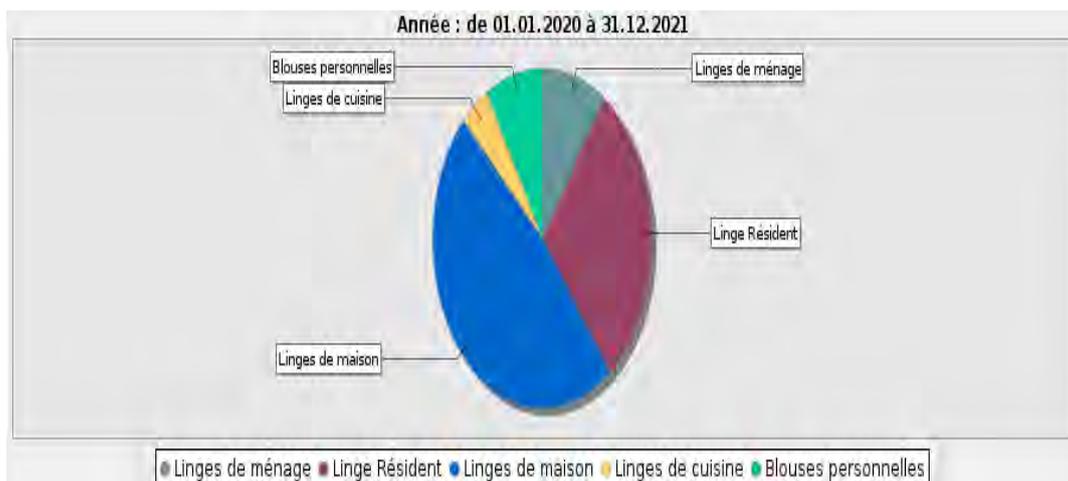
## La buanderie et ses « secrets » :

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	<ul style="list-style-type: none"><li>• Atelier Formacube</li></ul>
Mardi	10h15 15h30	<ul style="list-style-type: none"><li>• Atelier Bien-être</li><li>• Chant</li></ul>
Mercredi	10h15 16h00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Atelier mémoire</li><li>• Culte tous les 1ers Mercredis</li><li>• Messe tous les 3<sup>èmes</sup> Mercredis</li><li>• Récitation du Chapelet les 2<sup>èmes</sup> et 4<sup>èmes</sup> du mois</li></ul>
Judi	10h15	<ul style="list-style-type: none"><li>• Atelier créatif</li><li>• Atelier cuisine avec repas</li></ul>
Vendredi	10h15 15h45	<ul style="list-style-type: none"><li>• Atelier floral</li><li>• Atelier Smoothies 1<sup>er</sup> du mois</li><li>• Mouvements en douceur les 2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup></li></ul>
Samedi	11h00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apéro en musique</li></ul>
Dimanche	10h45	<ul style="list-style-type: none"><li>• Retransmission de la Messe à la TV</li></ul>

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

# Avril 2021

<u>Jour</u>	<u>Date</u>	<u>Evénements</u>
Vendredi	2	<ul style="list-style-type: none"><li>• Teinture des œufs</li></ul>
Dimanche	4	<ul style="list-style-type: none"><li>• Animation Musicale</li><li>• Anniversaire Mme Mugny</li></ul>
Mardi	13	<ul style="list-style-type: none"><li>• Anniversaire Mme Guinnard</li></ul>
Mercredi	14	<ul style="list-style-type: none"><li>• Célébration œcuménique</li></ul>
Jeudi	22	<ul style="list-style-type: none"><li>• Visite de l'Aumônière</li></ul>

## Mai 2020

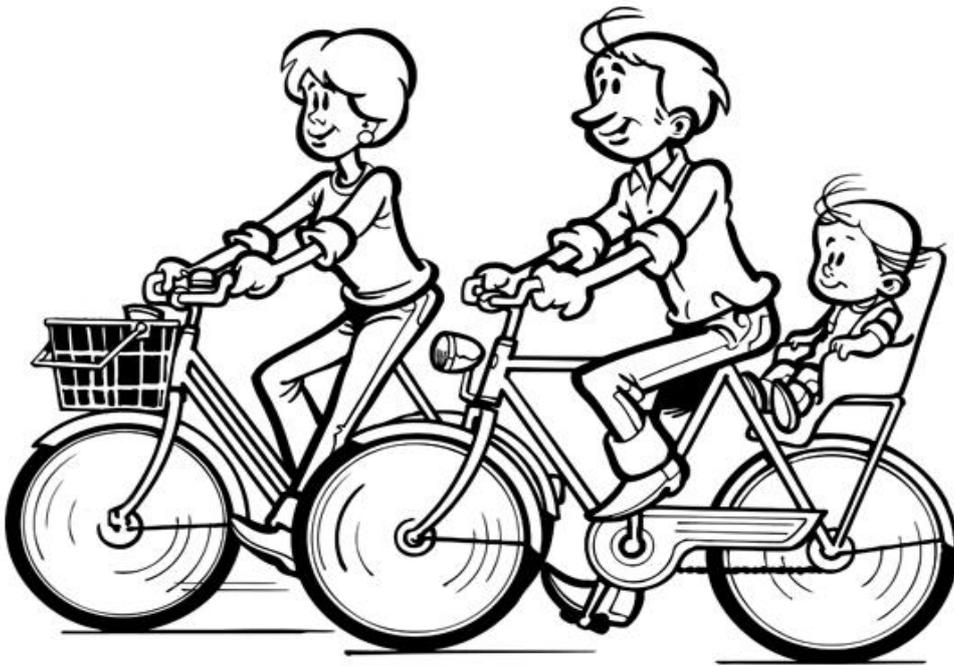
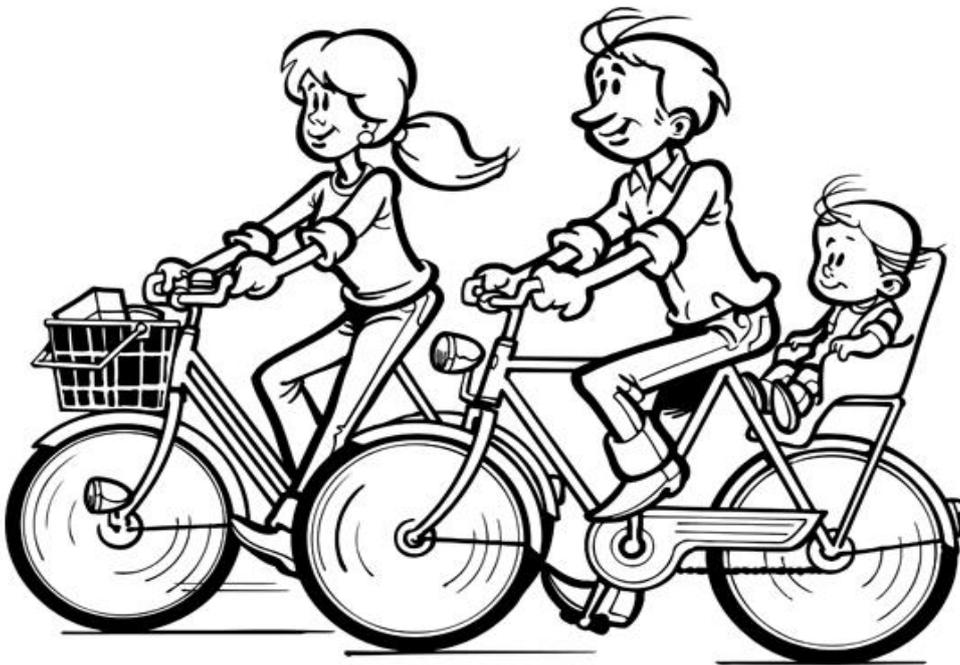
<u>Jour</u>	<u>Date</u>	<u>Evénements</u>
Mercredi	5	• Culte
Dimanche	9	• Fête des Mères
Mardi	11	• Visite de l'Aumônière
Lundi au Vendredi	17-21	• Vacances des Résidents
Mercredi	19	• Messe
Jeudi	20	• Visite de l'Aumônière

## Juin 2021

<u>Jour</u>	<u>Date</u>	<u>Evénements</u>
Mercredi	2	<ul style="list-style-type: none"><li>• Culte</li></ul>
Mardi	15	<ul style="list-style-type: none"><li>• Visite de l'Aumônière</li></ul>
Mardi	22	<ul style="list-style-type: none"><li>• Anniversaire Mme Theillard</li></ul>
Samedi	26	<ul style="list-style-type: none"><li>• Anniversaire Mme Fornerod</li></ul>
Dimanche	27	<ul style="list-style-type: none"><li>• Anniversaire Mme Rey</li></ul>
Mercredi	30	<ul style="list-style-type: none"><li>• Anniversaire Mme Gagnaux</li><li>• Groupe de parole</li></ul>

# 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...

Au revoir!

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

## Bienvenue



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 Kumpli 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 Lager, 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.