



La Source de la Grande-Fontaine

- Édition du 11 juin 2025 -



Mot d'accueil

En mai, que de nouvelles fleurs s'épanouissent.
Photo de couverture par Monsieur Daniel Plumettaz.

Les membres du comité: Madame Yvette Roux, Madame Josiane Girod,
Madame Marie-Thérèse Michaud et Monsieur Daniel Plumettaz.

Mot du directeur

Chères Familles, chères Résidentes, chers Résidents, chères et chers Collègues,

Le mois de mai nous offre une belle continuité dans l'élan du printemps, entre nature en pleine floraison, projets en mouvement et moments de joie partagés.

Les beaux jours nous ont permis de renouer avec des plaisirs simples mais si précieux : **une journée pêche**, organisée dans la convivialité, a permis à plusieurs résident.e.s de retrouver le calme et la beauté des bords de l'eau – et parfois même le frisson d'une prise inattendue ! Et parce que le plaisir ne s'arrête pas là, **les poissons pêchés ont ensuite été préparés et dégustés à la Résidence Grande-Fontaine**, dans une ambiance chaleureuse et gourmande, pour le plus grand bonheur de toutes et tous.

Le **sport**, lui aussi, a trouvé sa place dans notre quotidien. Que ce soit lors des séances d'activités physiques adaptées, au jardin ou en salle, ou lors de balades plus dynamiques, le mouvement reste au cœur de notre approche du bien-être. L'envie de bouger, chacun et chacune à son rythme, témoigne d'un esprit vivant et d'une belle énergie collective.

Le printemps, avec ses couleurs et ses parfums, a continué de nous accompagner à travers les promenades, les moments en terrasse, les échanges intergénérationnels, et les instants de partage tout simplement. Notre résidence s'anime pleinement dans cette saison du renouveau.

Mais le **clou de ce mois de mai**, c'est sans conteste **la soirée disco organisée à l'EMS d'Aigle**, à laquelle nos résident.e.s ont été chaleureusement convié.e.s. Costumes scintillants, musique entraînante, ambiance festive : cette soirée fut un vrai succès, rassemblant résident.e.s et collaborateurs.trices dans une atmosphère joyeuse et légère. Merci à nos collègues de l'EMS d'Aigle pour cette magnifique organisation !

L'été approche à grands pas, et avec lui, encore de nombreux projets à venir. Ensemble, continuons à faire de chaque mois un chapitre vivant et vibrant de la vie en résidence.

Thierry Michel, Directeur

A la découverte de la chanson du mois de Mai

Mon gentil mois de mai, je te demande que les arbres soient à nouveau verts,
au ruisseau de faire refleurir les violettes.

Nous voudrions pouvoir nous promener à nouveau, que toutes les fleurs
fleurissent pour que les enfants puissent chanter sur le chemin et, que le
mois de mai apporte les chants des oiseaux, ceux du rossignol et du coucou.
Merci à mai qui donne du bonheur et de la joie.

Madame MICHAUD

Expressions

- 1) S'entendre comme _____ et chat
- 2) Avoir d'autres chats à _____
- 3) La nuit, tous les chats sont _____
- 4) Faire une _____ de chat
- 5) Courir comme un chat _____
- 6) Une chatte n'y retrouverait pas ses _____

Quiz de Mai

1) Quelle est la capitale de l'Écosse ?

- Edimbourg
- Glasgow
- Oxford

2) Dans quelle montagne se déroulent les aventures de Heidi ?

- les Alpes suisses
- les Alpes autrichiennes
- les Alpes françaises

3) Le Doryphore mange quelle plante ?

- les feuilles de chêne
- les feuilles de vigne
- les pommes de terre

4) La capitale des Pays-Bas (Hollande) ?

- Copenhague
- Oslo
- Amsterdam

5) Combien de couleurs comporte un arc-en-ciel ?

- 6
- 7
- 8

6) Sur quel lac est située la ville de Thonon-les-Bains ?

- Le lac du Bourget
- Le lac Léman
- Le lac d'Annecy

Sudoku

facile

		1	3	8	4		6	
3	5			9	2	8		1
			7					
1	8		2	4		5		7
9	7		8		5	2	1	6
6	2			7	9		8	3
8		6	5		3	9	7	
5		2			7	1		8
7	3	9	4	1			5	



Vie de la maison: Monsieur Linder et Ottavio

Départ pour la balade.



Vélo tandem

Pédaler c'est la santé.





Vernissage de Jonathan Chanton

Nous remercions Jonathan pour ses magnifiques photos.

Venez découvrir les photos jusqu'à fin juin.



Concert de piano avec Monsieur Kövesi

Un magnifique concert de piano, du classique à la variété.

Nous remercions Monsieur Kövesi pour ce beau concert et les commentaires de présentations de ces diverses musiques.



Jardinage

La saison vigneronne a commencé.

Pour information le jardin est déplacé devant la résidence à cause des prochains travaux.



Chorale du Muguet

La chaleur des chansons italiennes, toujours entraînantes. Des petites scénettes ont accompagné cette belle soirée. Grand merci à la chorale du Muguet et à l'Aurore d'Antagnes.



Sortie pêche

Nous sommes partis sous la pluie aux alentours de 10h. Puis le soleil est arrivé.

Nous avons pu pêcher quelques truites... accompagnés des veaux de la race d'Hérens. Pour finir, nous avons dégusté les truites avec plaisir à la résidence.









Art floral

Décoration florale pour la journée de la Fête des mères.





"La Suisse bouge": danse assise

Lors de la semaine la Suisse bouge, nous avons invité des personnes de l'extérieur ainsi que des enfants à se joindre à nous pour récolter des minutes pour la commune.



Visite de Loca et Décibel dans les quartiers

Surprise, nous avons pu revoir Décibel accompagné de Loca.





Pétanque

Par une belle journée ensoleillée mais fraîche, la semaine de la Suisse bouge continue avec la pétanque.

Y ont participé dix résident.e.s, quatre bénéficiaires du CAT, cinq enfants et trois personnes du personnel. Moment de partage et de rire.



Soirée disco à la Résidence d'Aigle

Une soirée entraînante et pleine de lumière. Ca nous a fait revivre notre jeunesse. Nous remercions la Résidence d'Aigle pour son invitation à ce moment convivial.



Atelier préparation de l'apéritif

De bonnes petites pizzas pour un apéritif d'accueil.



Visite de Moonlight la petite jument de poche

Nous pouvons raconter des secrets à Moonlight.





Portrait de Mihrije: Mon travail à la résidence

Je suis arrivée en octobre 2001 comme aide-soignante.

J'ai eu trois directeurs, quatre infirmier(e)s chefs.

J'ai travaillé dans divers services, durant des années.

En 2015, j'ai fait la formation d'assistante en soins et santé, ensuite, il y a eu la formation de formatrice en entreprise.

Aujourd'hui, je suis responsable des apprenti(e)s et des formateurs.

J'ai eu deux charmants garçons.

Mihrije



"De Venise à Ollon" par Flavio Stevanato

" À Mirano, de six à huit ans

Ça devait être en 1950 que maman avait estimé préférable et possible d'installer sa petite famille à Mirano, province de Venise. Nous habitions dans un appartement de location au 1er étage avec vue sur la place du marché et un magasin de fruits et légumes. À proximité une église avec un clocher séparé selon le style local comme à Venise mais en plus

petit: le dimanche nous avions droit à un concert de cloches assourdissant. Ce que je me souviens très bien est que j'étais le « chouchou » de ma maîtresse car j'étais obéissant et j'aimais étudier.

Le temps passé à Mirano m'a laissé de très bons souvenirs:

l'école, les copains, les sorties avec mon grand-père au bistrot ou chez ses copains à la campagne, les vacances chez la grand-mère paternelle dans une ferme à la campagne typique de la plaine du Pô; sauter par-dessus des canaux et tomber dedans, les poules qui mangeaient les miettes au sol à la cuisine, les matelas remplis de feuilles de maïs séchées ; quels souvenirs !

Ou la deuxième année, les vacances dans les montagnes, les Dolomites, à « Fiera di Primiero », dans un camp de vacances des « Focolarini » organisation fondée puis gérée mondialement par zio Angelo avec Chiara Lubich.

Mais maman estima après environ 18 mois, que la vie était quand même préférable en Suisse, car elle n'avait probablement pas réussi à trouver une place de travail stable dans la région. Les remplacements comme vendeuse dans le magasin de fruits et légumes, où on l'appelait la « Sguissera » (Suisse) et les revenus du grand-père n'étaient pas suffisants pour nourrir toute la famille, et nous retournâmes à Caccio, Brissago."

Arrivées & anniversaires

Les résidents et résidentes qui vont fêter leur anniversaire prochainement:

Erratum : Madame Rappaz Colette Rose Marguerite, le 9 juin

Madame Pittier Andrée, le 18 juillet

Madame Fontannaz Vilma, le 20 juillet

Monsieur Luc Pierre-Alain, le 24 juillet

Bienvenue à :

Madame Decorzent Marie-Louise, au quartier de la Tour

Madame Rouge- Bocherens Liliane, au quartier du Soleil

Madame Moesching- Meylan Eliane, au quartier du Verger

"Merci "aux membres du personnel ayant terminé leur activité

Monsieur Eyob Tedros en tant qu'aide de cuisine fin de CDD au 21 mai 2025.

Madame Elisabeth Bonvin en tant qu'auxiliaire de santé veilleuse au 31 mai 2025.

Madame Clara Fauchère en tant qu'employée de salle fin de CDD au 31 mai 2025.

"Bienvenue" aux nouveaux membres du personnel

Monsieur Aymard Kellout en tant qu'auxiliaire de santé au hameau de la Violette dès le 1er mai 2025.

Madame Anabela Gomes Venade en tant qu'auxiliaire de santé de nuit en CDD dès le 12 mai jusqu'au 30 septembre 2025.

Madame Anabel Sframeli en tant qu'auxiliaire de santé dans le cadre de sa formation Héviva en CDD dès le 12 mai jusqu'au 11 novembre 2025.

Citation et blague

CITATIONS

1. Le bonheur, c'est reconnaître que le négatif existe, mais décider de ne pas lui ouvrir la porte.
2. Sourire, c'est rajeunir de 10 ans. S'attrister, c'est se faire des cheveux blancs

BLAGUE

Un coq revient du marché avec un œuf d'Autruche, il s'empresse de le montrer aux poules

"Mesdames, je ne voudrais pas être désobligeant mais vous avez vu ce que fait la concurrence?".



Boutique de vêtements & défilé

26 juin 2025

Sur inscription 024 463 91 68

Résidence Grande-Fontaine

Place du Village 10h - 17h:

essayage et vente

Grand défilé à 15 h

Vêtements

Dames taille 34 à 60

Messieurs taille S à 4XL

Les représentant.e.s administratifs ont reçu un formulaire pour les détails.

Merci de votre aide.



Agenda pour les résidentes et résidents

Mardi 17 juin à 13h30: Sortie Ciné Grain de sel "Les barbares" à Bex (selon liste)

Mercredi 18 juin à 15h00: Concert du "chœur mixte des aînés de Martigny et environs " à la salle à manger

Jeudi 19 juin dès 10h00 : Sortie Pique-Nique à la maison de la Châtaigne avec les résidents du Rosier

Mardi 24 juin à 11h45 : Repas des anniversaires du mois de juin au café-restaurant

Mardi 24 juin à 13h30 : Sortie achat (selon liste)

Jeudi 26 juin : Journée avec la Boutique « Pour toi & moi ». Défilé de Mode à 15h00 sur la terrasse

Jeudi 3 juillet dès 17h45: soirée à thème sur l'Afrique



Agenda pour les familles

Mercredi 18 juin à 15h00: Concert du "chœur mixte des aînés de Martigny et environs" à la salle à manger

Jeudi 26 juin : Journée avec la Boutique « Pour toi & moi ». Défilé de Mode à 15h00 sur la terrasse

Jeudi 3 juillet à 17h45: soirée à thème Afrique (sur inscription au café restaurant au plus tard pour le 24 juin au 024/463.91.66



Soirée Afrique 3 juillet à 17h45 ouverte aux familles et proches

Un repas et des animations sur le thème de l'AFRIQUE

Pour les familles et les proches:
veuillez réserver avant le 24 juin
auprès du café restaurant

024 463 91 66

Bouillon de poule aux épices

Poulet aux cacahuètes

à la camerounaise

Manioc vapeur

Salade est-africaine Tanzanie

Banane et crème au tapioca

CHF 26.- menu

CHF 22 .- sans dessert

Réponses du quiz

1) Edimbourg

Cette ville est située sur une colline, c'est une cité médiévale, le château la domine.

C'est la terre de nombreux écrivains.

Le loch Ness est un magnifique lac, sa légende dit qu'il y a eu un monstre.

Il y a une distillerie de Whisky d'une excellente qualité.

Le haggis est un plat traditionnel constitué d'une panse de brebis farcie.

2) Les Alpes suisses

Heidi est une petite fille qui vit avec son grand-père dans un alpage au-dessus de Maienfeld dans le canton des grisons.

Heidi est heureuse, entourée de belles montagnes, de ses chèvres, de Pierre le chevrier quelle accompagne sur les sommets parmi de magnifiques fleurs.

3) La pomme-de-terre

Le doryphore est un insecte aux élytres jaunes rayés de noir, il est originaire du Mexique.

Il hiberne en profondeur dans le sol.

4) Amsterdam

Capitale des Pays-Bas (Hollande).

Il y a beaucoup de canaux.

Ses maisons sont étroites à pignons (murs extérieurs).

Il y a la maison d'Anne Frank qui a écrit son journal.

La langue est le néerlandais.

La monnaie est l'euro.

5) Sept couleurs

Un arc-en-ciel est un phénomène optique.

Il se compose de sept couleurs : rouge, orange, jaune, vert, bleu, indigo, violet.

Il se produit quand il pleut en même temps que le soleil rayonne.

6) Le lac Léman

Sa profondeur est de 310 m.

Sa surface est de 580,1 km.

Le Rhône (fleuve), se jette dans ce lac.

Les plus gros poissons du lac sont le silure et le brochet.

Une petite histoire du chansonnier Jean Villard Gilles

Deux Suisses allemands font une course de montagne qui les mène en Suisse romande, et en chemin, se trouvent à la Pinte à Yverne, devant trois déçus. Dans le feu de l'action, ils engagent la conversation avec les gens du coin. Le plus courageux, prenant courage grâce à son Yverne leur dit, avec un accent à couper au couteau.

"On est venu jusqu'ici, mais alors vraiment, on est déçus, parce que, des quatres mille, chez nous, on en a, le Weisshorn, le Matterhorn, le Rimfishhorn, l'Obergabelhorn, l'Allalinhorn..., ça c'est de la montagne, ça c'est du quatre mille!

Ca a jeté un froid glacial...

Mais soudain au fond de la salle, un vigneron du coin répond, avec son bon accent vaudois: "Eh bien, savez-vous, Monsieur..., ici on n'en n'a qu'un seul de ces "horn", il s'appelle tout simplement l'Yverne,... mais il est encore bien plus dangereux !

Réponses des expressions

- 1) S'entendre comme **chien** et chat
- 2) Avoir d'autres chats à **fouetter**
- 3) La nuit, tous les chats sont **gris**
- 4) Faire une **toilette** de chat
- 5) Courir comme un chat **maigre**
- 6) Une chatte n'y retrouverait pas ses **petits**

Sudoku

facile

2	9	1	3	8	4	7	6	5
3	5	7	6	9	2	8	4	1
4	6	8	7	5	1	3	2	9
1	8	3	2	4	6	5	9	7
9	7	4	8	3	5	2	1	6
6	2	5	1	7	9	4	8	3
8	1	6	5	2	3	9	7	4
5	4	2	9	6	7	1	3	8
7	3	9	4	1	8	6	5	2

Recherche témoignages

"Le comité du journal de maison est à la recherche de témoignages en tous genres : anecdotes de vie, recettes de cuisine, trucs et astuces, poésies, blagues, légendes, récits de voyages... Merci de vous annoncer auprès du comité. Au plaisir de vous rencontrer! Le comité du journal de maison La Source de la Grande-Fontaine. N'oublier pas de nous mentionner les sources (livre, site internet)"

Source images et textes

Texte:

Une petite histoire du chansonnier Jean Villard Gilles: Histoires de Gilles aux éditions Bastian

Image:



Dans les coulisses de... la buanderie

Madame Josiane Girod est allée trouver Dulce à la buanderie pour découvrir comment ça marche!

Comment cela se passe pour l'entretien des habits ?

- A chaque nouvelle arrivée, tous les habits sont rafraîchis et marqués avec des étiquettes thermocollantes. Une fois que le marquage a été effectué, nous rangeons tout soigneusement dans l'armoire de la chambre.

Combien de fois le linge est-il "mis au sale"?

- L'équipe soignante s'occupe de mettre les habits des résidentes et résidents "au sale". Les collègues de l'équipe d'entretien et de la buanderie récupèrent le linge sale trois fois par jour dans chaque quartier. Ensuite, nous nous occupons de trier, laver, sécher et repasser avant de livrer à nouveau le linge propre.

Comment fait-on pour le linge délicat?

- Nous vous assurons que les machines professionnelles et le programme de lavage sont adaptés à chaque type de linge, même les plus délicats.

Combien de temps faut-il pour récupérer les habits?

- Tous les jours, nous livrons une partie des habits lavés et repassés et au plus tard le mercredi après-midi, nous livrons la totalité des habits. Le cycle est donc d'une semaine au maximum mais le plus souvent c'est bien plus rapide.

Voulez-vous encore ajouter quelque chose?

- Oui, que si les résidentes et résident ou leurs familles ont des questions ou des propositions à nous faire, de ne pas hésiter à venir trouver les "dames de la buanderie" qui répondront volontiers.