



La Source de la Grande- Fontaine

- Édition du 14 août 2024 -



Mot d'accueil

Enfin, le soleil est arrivé! Il est dans nos cœurs.
Que ces fleurs vous apportent de la bonne humeur.

Photo de couverture par Monsieur Daniel Plumettaz

Mot du directeur

Chères Résidentes, Chers Résidents, Chères Familles,
À l'heure où j'écris ces lignes, nous sommes sous une chaleur harassante, signe d'un été bien installé. Le mois d'août est là, et avec lui, une ambiance vibrante et festive s'empare de notre résidence. J'ai le plaisir de vous présenter ce nouveau numéro, riche en activités et découvertes.

L'esprit sportif en plein essor

Les exploits "olympiques" des athlètes nous inspirent et nous rappellent l'importance de la persévérance, du courage et de l'esprit d'équipe. Nous vous invitons à suivre les différentes épreuves, à partager vos impressions et à encourager ensemble nos favoris. Ces moments sont l'occasion de créer des liens et de partager des émotions fortes. C'est dans cette perspectives que les résidentes et résidents ont participé à de nombreuses activités sportives.

La magie du chant

Le chant occupe une place spéciale dans notre résidence. Il apporte joie et réconfort, et c'est avec grand plaisir que nous continuons nos séances de chorale. Chanter ensemble permet de tisser des liens et de vivre des moments de complicité. Chanteur confirmé ou amateur enthousiaste, rejoignez nous pour partager ces instants musicaux qui illuminent notre quotidien.

Nos amis les animaux

Les animaux tiennent également une place importante dans nos cœurs. Les visites régulières de nos amis à quatre pattes apportent douceur et apaisement. Leur présence bienveillante est une source de bonheur et de sérénité pour tous. N'hésitez pas à participer aux moments de partage avec eux, ils sont toujours empreints de tendresse et de joie.

Découvertes culinaires

La cuisine est un autre pilier de notre vie à la Résidence Grande-Fontaine. En ce mois de juillet, nous mettons à l'honneur les saveurs estivales. Ce sont les résidentes qui ont participé à la création d'un risotto et qui vous en offrent la recette.

Retour sur une soirée de fête

Nous avons récemment célébré une fête mémorable, rythmée par les sons entraînants de la fanfare, les mélodies harmonieuses de notre chorale et les délices d'une raclette conviviale. Les sourires étaient sur tous les visages, et les moments de partage ont été nombreux. Nous vous invitons à revivre ces instants à travers les photos et articles. Cette fête restera gravée dans nos mémoires comme un témoignage de la joie et de l'esprit de communauté qui règnent à la Résidence Grande-Fontaine.

Je vous souhaite un mois d'août plein de belles découvertes, de moments de partage et de sérénité. Profitons de cet été pour créer ensemble des souvenirs précieux!

Thierry Michel, directeur



A la découverte de Frenières

Sur la route qui conduit de Bex au Plans, ce petit hameau de Frenières a quelque chose d'unique.

Par son aspect patrimonial, ses chalets en bois plusieurs fois centenaires, sont magnifiquement conservés.

Le Muveran dominant Frenières et, à ses pieds l'Avançon de Nant qui coule entre rochers et forêts donnent une grande sérénité et une joie de vivre.

Le surnom des habitants est « Trifiens » qui signifie « boulotteurs de pommes de terre ».

Sur un magnifique chalet est clouée une patte d'ours comme symbole, ce chalet a été classé comme monument historique en 1960.
Madame MICHAUD

Sources : livre de la Commune de Bex

Quiz de juillet

1) Comment appelle-t-on un terrain de tennis

- un parcours
- un court
- une pelouse

2) Quel est le plus grand monument du monde

- le Taj Mahal
- la Grande muraille de Chine
- la Tour Eiffel

3) Quelle chaîne de montagne sépare la France de l'Italie

- les Pyrénées
- les Vosges
- les Alpes

4) Comment se nomme le volcan de Sicile

- le Stromboli
- l'Etna
- le Vésuve

5) Avec des « SI » quelle ville mettrait-on en bouteille

- New York
- Paris
- Londres

6) Autre nom de l'arbre à bouteille

- l'Abura
- le Baobab
- l'Okoumé

Expressions

- 1) Mettre le doigt dans l' _____
- 2) Perdre la _____
- 3) Le complexe d' _____
- 4) L'erreur est _____
- 6) Mettre en _____
- 7) Se regarder le _____

Trouver le pluriel

- 1) Corbillard
- 2) Banal
- 3) Bijou
- 4) Canal
- 5) Festival
- 6) Journal
- 7) Chacal
- 8) Corail
- 9) Tuyau
- 10) Eventail



Vie dans la maison: Groupe de marche

Nous prenons l'air en faisant une marche matinale.



Vélo tandem

Se maintenir en forme en pédalant.





Pique nique de la Tour au Domaine du Rhône

Le pique-nique traditionnel à eu lieu cette année au Domaine du Rhône.



Nous avons eu le plaisir de caresser les chevaux et les poneys.





Chant sous les arbres

Chanter ensemble des chants populaires sous les arbres, nous rafraîchit.



Jardinage dans le parc

Tous le monde prend soin de la terre de notre potager.





Peinture sur la soie

Un exemple de nouvelles décorations pour les foulards de soie.



90 ans de Madame Pittier Andrée

Bon anniversaire à Madame Pittier entourée par sa famille.



Sortie à la Pelouse

Chères soeurs, merci pour votre accueil chaleureux.



Les visites de Loca

Malgré ce temps de chien... nous avons toujours du plaisir à accueillir Loca!





Recette du risotto au safran de Madame Rosina

Pour un bon risotto, il faut bien choisir son riz. Un Vialone fera parfaitement l'affaire.

Pour 4 personnes :

- émincer un 1/2 oignon et le faire revenir dans de l'huile d'olive (ici nous avons décidé de le faire dans un caquelon à fondue, mais c'est aussi possible dans une cocotte en fonte)
- ajouter le riz et le faire revenir jusqu'à ce qu'il devienne transparent
- ajouter ensuite petit à petit environ 1 litre de bouillon de poule pour que le riz soit à peine couvert. Remuer régulièrement
- ajouter 2 petits sachets de safran
- lorsque le risotto est cuit, ajouter une cuillère à café de beurre et du parmesan
- servir et déguster en bonne compagnie



Café-rencontre

Ce moment d'échange exceptionnel entre résident.e.s nous permet de faire mieux connaissance avec les personnes qui nous entourent.



Grüezi mitenand

Wier hei e ganz schöna Namittag g'ha zäme mit zä Dütsch- Schwizere. Es isch e luschtigä Momänt g'si und wier hei üs glehrt käne. D'Zit isch vel z'schnäll verbi gange.

Rosemarie Zaccabri



Soirée raclette sur la terrasse

Nous avons eu le plaisir de souper dehors par ce beau temps. L'animation musicale était variée : une chorale et un sextet !

La décoration florale a été réalisée en papier crépon avec le savoir-faire de Carmen.

Un remerciement pour toutes les personnes qui ont participé à l'organisation. Nous avons admiré la mise en place et le travail que peut comporter un tel évènement.



Le « boy's band », une fanfare bas-valaisanne de 6 jeunes du valais était très jazzy !



La mythique chorale du "Muguet" des Dévens !



Joyeux anniversaire Monsieur Luc!



Le fromage du laitier de Bex était excellent ainsi que les racleurs.



Santé! Tchin-Tchin! Prost! Cheers!
Salute!





Ouverture des JO

Nous avons eu l'occasion d'assister au cortège de l'ouverture des jeux. Le cortège des athlètes se déroulait en bateau sur la Seine, tout en découvrant les bâtiments principaux de Paris la ville lumière.



Portrait d'André

Je m'appelle André, j'ai 36 ans, d'origine portugaise, je suis arrivé en Suisse à l'âge de 16 ans.

J'aime faire de la marche en montagne en famille, des jeux vidéo, je suis passionné de films.

J'aime beaucoup bricoler, les travaux manuels me plaisent beaucoup.

À l'âge de 18 ans, j'ai commencé à travailler sur les chantiers, puis en 2022 suite à un problème de santé, j'ai dû m'orienter sur un autre métier.

Après quelques stages, j'ai choisis agent d'exploitation pour un apprentissage de trois ans à la Résidence Grande Fontaine à Bex.

André



Interview de Madame Josiane Girod au salon de coiffure de la Résidence Grande-Fontaine

« Avec Corinne, on se donne rendez-vous tous les deux mois. D'habitude je n'oublie pas mais aujourd'hui Poupette m'a distraite car elle est venue dans ma chambre. J'ai complètement zappé. Corinne a demandé à Muriel (des soins) de venir me rappeler mon rendez-vous.

On est bien coiffée, c'est moderne ! J'aime être coiffée en pétard, c'est-à-dire un léger coiffage, facile, avec les mains. La première fois, il y a trois ans, c'était bien coiffé mais c'était complètement dégagé autour de l'oreille. On en a discuté et la fois d'après on a fait plus long. Depuis c'est toujours parfait. Les cheveux plus courts c'est mieux quand on a les cheveux blancs. Comme j'ai pas les cheveux bouclés, j'aime mieux quand c'est plus court. Corinne fait la coupe que j'aime, on ne change pas parce que je l'aime bien. C'est assez long alors cela ne fait pas garçon. Je me sens jolie, je me sens bien. Et je peux repasser pour les retouches.

J'apprécie que le salon de coiffure soit dans la maison, sinon je devrais demander que quelqu'un m'amène, alors c'est bien. C'est un vrai salon de coiffure avec tout l'équipement. On se croit pas dans un EMS. C'est important de se sentir chez le coiffeur.

Cela m'apporte un bien être. C'est un moment agréable. Avec Corinne on papote, on fait une soupe, un mélange, on se raconte des petits secrets. C'est sympathique. C'est un moment très convivial.

Ça tombe bien, mon prochain rendez-vous en octobre ce sera la veille de mon anniversaire ! »



Présentation des aumônières : Accompagnante spirituelle – Aumônière catholique

Je m'appelle Michèle Mayoraz et j'habite dans une petite maison au cœur des vignes dans le Valais central.

Je suis la maman de deux garçons qui sont à présent des hommes.

Mon parcours d'accompagnante spirituelle a débuté il y a pas mal d'années.

Mais c'est depuis le 1er mai dernier que j'exerce avec joie cette activité sur l'entier de mon temps de travail.

Ce que j'aime :

M'assembler un moment avec une personne, accueillir son histoire de vie, écouter les joies et les peines qui la traversent, entendre son essentiel d'aujourd'hui, partager des rires, des larmes, des choses plus ou moins sérieuses, peut-être prier avec elle, ...

Être là, juste un moment, rien que pour elle – pour vous – en toute simplicité.

Surtout nous rencontrer au-delà des mots, par le regard, par un geste, dans le silence ...

Car « L'Essentiel est invisible pour les yeux »

Au plaisir de vous rencontrer !

Michèle



Accompagnante spirituelle – Aumônière protestante

Bonjour à chacune et à chacun. Je m'appelle Céline Chabloz et je me réjouis de vous rencontrer tous très prochainement lors d'un culte, d'un repas partagé ou encore d'un partage plus personnel.

Je viens d'un petit village de montagne, Château-d'Oex. Sur la photo, derrière moi, vous pouvez apercevoir un petit bout du charmant chalet d'alpage dans lequel je vis.

Mon parcours en tant qu'accompagnante spirituelle a débuté il y a quelques années, et depuis, mon cœur m'a guidé chaque jour afin de trouver ma place dans ce si beau métier. Je me réjouis profondément de chacun des échanges que nous pourrons vivre ensemble.

Je suis quelqu'un qui aime la vie, la nature, la musique et la rencontre. L'écoute est primordiale pour moi, elle permet alors l'inattendu.

A très bientôt avec joie.

Céline



Prochainement nouvelle exposition de Monsieur Jonathan Chanton

La Résidence Grande-Fontaine se réjouit d'exposer du 6 septembre au 31 octobre les photographies de Monsieur Jonathan Chanton.

"A travers cette exposition je souhaite vous faire partager les richesses que la nature nous offre que ce soit un animal, une plante, un paysage ou tout simplement un lever ou un coucher de soleil à travers mon appareil photo.

Avant toute chose je me présente, je m'appelle Jonathan. J'ai 32 ans et je suis passionné par la nature, la randonnée et, bien sûr, la photographie. Habitant dans le Chablais qui est un lieu parfait pour mes diverses passions.

Je vous souhaite une agréable visite, pleines de surprises et de découvertes à travers mes photos."

Rendez-vous au "Rond point" le **6 septembre à 17h00** pour le vernissage en présence de l'artiste!

Arrivées & anniversaires

Les résidents et résidentes ayant fêté leur anniversaire au mois de juillet:

Madame Martin- Rieder Anne-Marie, le 8 juillet

Madame Pittier Andrée, le 18 juillet

Madame Fontannaz Vilma, le 20 juillet

Monsieur Luc Pierre-Alain, le 24 juillet

Bienvenue à :

Madame Sauge Danielle au quartier du Rubis

Monsieur Stevanato Flavio au quartier du Soleil

Madame Magnard Athanasiades Martine au quartier du Rubis

Madame Koehn Perla au quartier du Vergers

Monsieur Demelais Albert au quartier du Vergers

"Merci "aux membres du personnel ayant terminé leur activité

- Mme Annick Libotte en tant qu'auxiliaire de santé au hameau du Tournesol au 16 juillet.
- Mme Chloé Bruttin en tant qu'aide animatrice, fin de CDD au 31 juillet.
- Mme Clara Gavillot en tant que pooliste infirmière au 31 juillet.
- Mme Claudine Siffert en tant qu'infirmière clinicienne au 31 juillet.
- Mr Arif Delija en tant qu'apprenti employé d'exploitation, fin de CDD au 31 juillet.

"Bienvenue" aux nouveaux membres du personnel

- Mr Andreas Juvet en tant qu'apprenti cuisinier de 3ème année dès le 1er juillet.
- Mme Sarah Kankwende en tant qu'auxiliaire de santé au hameau du Tournesol dès le 1er juillet. Mme est engagée en CDD dans le cadre de sa formation Héviva pour une durée de 6 mois.
- Mme Assunta Leo en tant qu'auxiliaire de santé au hameau du Rosier dès le 22 juillet.
- Mr Tedros Eyob en tant qu'aide de cuisine dès le 22 juillet. Mr est engagé en CDD dans le cadre d'une mesure ProLog-Emploi pour une durée de 10 mois.

Samedi 24 août dès 11h30

Venez fêter l'été à la Résidence Grande Fontaine!

Merci de réserver avant le 16 août au 024 463 91 66

11h30 Accueil

12h Grillades, salades, glace

Prix hors boissons CHF 33.-

15h Activités dans le parc ombragé

17h Apéritif (offert) et concert de jazz.



Fête de l'été samedi 24 août dès 11h30

Nous nous réjouissons de passer cette journée en compagnie des familles et des proches.



Agenda pour les résidentes et résidents

Mercredi 21 août : apéritif de départ d'Hélène Denebourg, pasteure, sur la terrasse à 11h15

Samedi 24 août : Fête de l'été avec les familles

Jeudi 29 août : pique-nique du quartier du Rosier au Domaine du Rhône toute la journée

Mardi 3 septembre : tournoi de pétanque dans le parc

Mercredi 4 septembre : soirée à thème dès 17h45 avec le groupe folklorique du Cyclamen. Au menu : raclette

Vendredi 6 septembre : rencontre résidents- direction à la salle à manger à 15h00

Vendredi 6 septembre : vernissage de l'exposition photo de Jonathan Chanton au Rond-Point

Mercredi 11 septembre : concert de Gabrielle et Fernand « chansons d'hier et d'aujourd'hui » à 15h00 à la salle à manger

Jeudi 12 septembre : pique-nique du Q. du Rubis au Domaine du Rhône toute la journée

Mardi 17 septembre : sortie CinéSénior à Bex à 13h30 (selon liste)

Jeudi 19 septembre : pique-nique du Q. du Soleil au Domaine du Rhône toute la journée

Vendredi 20 septembre : sortie petit-train dans les vignes à 15h00

Mardi 24 septembre : repas des anniversaires du mois de septembre au café-restaurant à 12h00

Mercredi 25 septembre : Concert de la chorale Le Fil d'Argent à la salle à manger à 15h00

Jeudi 26 : pique-nique du Q. du Verger au Domaine du Rhône

Dimanche 29 septembre : sortie à la Kermesse Catholique de Bex dès 10h30 (selon liste)



Agenda pour les familles

Samedi 24 août : Fête de l'été avec les familles

Mercredi 4 septembre : soirée à thème dès 17h45 avec le groupe folklorique du Cyclamen. Au menu : raclette

Vendredi 6 septembre : vernissage de l'exposition photo de Jonathan Chanton au Rond-Point

Mercredi 11 septembre : concert de Gabrielle et Fernand « chansons d'hier et d'aujourd'hui » à 15h00 à la salle à manger

Mercredi 25 septembre : Concert de la chorale Le Fil d'Argent à la salle à manger à 15h00

Inscription auprès de la cafétéria ou sur <https://ems-chablais.ch/bex/restaurant/>

Citations

1) Rêve ta vie en couleur
C'est le secret du bonheur !! Walt Disney

2) La sagesse est un réverbère qui illumine nos pas.
Sonia Lahsaini

Réponses du quiz

1) Le Court de tennis

Il y a quatre surfaces principales :

1) Gazon – 2) Moquettes - 3) Surfaces dures – 4) Terre battue.

2) La Grande Muraille de Chine

Est un ensemble de fortifications militaires.

C'est la plus longue construction au monde, elle a environ 6'700 km, hauteur 6 m.

Elle sépare la Chine de la Corée.

3) Les Alpes

Culminant à 4'806m au Mont Blanc, la Suisse partage les Alpes avec 7 pays :

1) L'Allemagne – 2) la France – 3) l'Italie – 4) le Liechtenstein – 5) l'Autriche – 6) la Slovénie – 7) Monaco.

Les Alpes sont une appellation gauloise désignant toutes les hautes montagnes.

La Chaîne des Alpes contient 128 pics de plus de 4'000 m.

4) L'Etna

Est l'un des volcans les plus actifs d'Europe.

Ce volcan se trouve sur l'île italienne de Sicile, il domine la ville de Catane.

Son altitude est d'environ 3'357 m.

Il a environ 600'000 ans.

5) Paris

Avec des « SI » on mettrait Paris en bouteille, cette expression sert à dénoncer des spéculations sans fondement.

6) Baobab

Il possède un système de racines pivotantes assez longues et, son écorce épaisse le protège des feux de brousses.

Il est considéré comme une plante complète.

Il a plusieurs appellations : 1) l'arbre de vie – 2) l'arbre à bouteille.

Son fruit est appelé « pain de singe ».

Il est le symbole de longévité et de résilience.

Réponses des expressions

- 1) Mettre le doigt dans l' **engrenage**
- 2) Perdre la **face**
- 3) Le complexe d'**Œdipe**
- 4) L'erreur est **humaine**
- 5) À pile ou **face**
- 6) Mettre en **boîte**
- 7) Se regarder le **nombril**

Réponses des pluriels

- 1) Corbillard **Corbillards**
- 2) Banal **Banals**
- 3) Bijou **Bijoux**
- 4) Canal **Canaux**
- 5) Festival **Festivals**
- 6) Journal **Journaux**
- 7) Chacal **Chacals**
- 8) Corail **Coraux**
- 9) Tuyau **Tuyaux**
- 10) Eventail **Eventails**

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. »

Source des images ou des textes

A la découverte de Frenière: livre de la commune de Bex