



Bulletin de EMS Résidence Grande Fontaine

- Édition du 25 nov. 2025 -



Mot d'accueil

Après un automne ensoleillé et relativement chaud, voici l'arrivée de l'hiver et de ses grands frimas.

Nous nous réjouissons des fêtes de fin d'années à venir et à partager en votre compagnie.

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

Mot du directeur

Bonjour à toutes et à tous,

Le mois de novembre poursuit sa course, avec cette atmosphère apaisée qui précède doucement les fêtes de fin d'année. Il marque aussi pour la Résidence Grande-Fontaine un moment important que nous venons tout juste de vivre.

Le 15 novembre, les portes ouvertes consacrées aux fouilles archéologiques ont rencontré un vif intérêt. Plusieurs articles dans la presse régionale, un reportage de Radio Chablais et une mise en avant sur le site du Canton de Vaud ont permis de partager largement la découverte d'une structure antique d'une ampleur remarquable. Ces éclairages médiatiques ont mis en valeur la richesse historique de notre site et la rigueur du travail mené par les équipes d'archéologues. Les fouilles suivent désormais leur cours dans un cadre parfaitement maîtrisé, sans impact sur le calendrier global : l'ouverture de notre nouveau bâtiment reste pleinement confirmée pour le début de l'année 2028.

Dans la continuité de cette dynamique, notre calendrier s'enrichit d'un rendez-vous très attendu : le marché de Noël, qui se tiendra les 6 et 7 décembre prochains. Cet événement est devenu un moment phare pour notre Résidence. Il permet de mettre en lumière les talents internes, les créations artisanales, les saveurs de saison et la créativité de nos équipes, le tout dans une ambiance chaleureuse et familiale. Ce marché n'est pas seulement festif ; il rassemble, il relie, et il offre à nos résident-e-s comme à nos collaboratrices et collaborateurs un espace vivant où se mêlent tradition, solidarité et partage.

À mesure que décembre approche, nos pensées se tournent vers les fêtes de Noël et de Nouvel An. Elles apportent chaque année leur lot de traditions, de retrouvailles et de chaleur humaine. Elles rappellent aussi la force de la solidarité, l'importance de l'attention à l'autre et la nécessité de soutenir celles et ceux qui traversent une période plus fragile. Dans nos murs, cette saison a toujours une dimension particulière : elle nous invite à cultiver la douceur, à veiller sur nos résident-e-s et à prendre soin les un-e-s des autres. En cette fin d'année, je souhaite à chacune et chacun de trouver un espace de calme, de réconfort et d'harmonie. Que le passage de cette période festive soit pour vous apaisant, lumineux et porteur de chaleur humaine.



A la découverte des oranges à Tahiti

L'orange est arrivée en 1777 à Tahiti par le Capitaine James Cook, un explorateur britannique.

C'est un symbole culturel fort dans la Vallée de la Punaruu à Punaauia.

En juillet, il y a la fête de l'orange à Punaauia, les hommes partent dans la montagne et courent des dizaines de kilomètres pour amener le plus d'oranges dans la vallée pour les vendre.

Lors, de la fête, il y a plusieurs concours par exemple, la plus grande orange, ou le trajet le plus rapide.

La saison de l'orange est de fin juin à début août.

Madame Michaud

Quiz d'octobre

1) Qui chantait « la bonne du curé »

- Annie Cordy
- Dorothee
- Nana Mouskouri

2) À quel fruit correspond la Louise Bonne

- la poire
- la pomme
- le raisin

3) Grèce : quelle île ne lui appartient pas

- Mikonos
- Zante
- Zlarin

4) La capitale du Groenland

- Narsaq
- Nuuk
- Helsinki

5) Qui découvre la loi de la gravitation

- Albert Einstein
- Isaac Newton
- Blaise Pascal

6) Quel phénomène naturel est appelé Lise

- la coulée de lave
- la vague scélérate
- les sables mouvants

Expressions

- 1) Une bête de _____
- 2) Comme on fait son lit, on se _____
- 3) Faire couler beaucoup _____
- 4) Filer _____
- 5) Être _____
- 6) Être d'un calme _____

Sudoku facile

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

Jeux sudoku



Vie de la maison: 1 octobre: Fête de la personne âgée

Pour la Journée internationale des personnes âgées, nous remercions Monsieur Michel pour son discours. Nous remercions également la cuisine pour son menu gastronomique, qui a aiguisé nos papilles.



Menu gastronomique:

Crème de potimaron et son feuilleté
aux épices

Pâté de cerf au marrons et sa
sauce aux airelles

Caille rôtie farcie au foie gras et
épinard

Spätzli dorés

Pâtisson et choux de Bruxelles

Chocolat cœur de caramel et
croquant noisette



1er octobre: Bal avec Claire de Lune

Pour digérer, nous avons dansé.
Merci, Claire de Lune, pour ses jolies mélodies.



Discours de Monsieur Michel

Bonjour,

Souvent certaines résidentes et résidents m'interpelle pour me demander une copie de mes discours car il faut bien l'avouer parfois on ne les entend pas clairement. Alors je me permets de glisser ici l'allocution du 1er octobre dernier :

Mot pour la Journée de la personne âgée

Chères résidentes, chers résidents,

Aujourd'hui, nous avons le plaisir de célébrer ensemble la Journée de la personne âgée. Cette journée a été créée en 1990 par les Nations Unies pour rappeler l'importance de la place des aîné.e.s dans la société et prendre conscience du vieillissement de la population. Elle existe afin de reconnaître vos parcours de vie, vos souvenirs, vos savoirs et la transmission que vous offrez aux générations plus jeunes. Elle rappelle aussi que le vieillissement n'est pas seulement un défi, mais une véritable richesse pour l'ensemble de la communauté.

Pour marquer cette occasion, notre équipe de cuisine a préparé un menu gastronomique aux saveurs de l'automne et de la chasse. Les couleurs et les parfums de saison viendront enchanter nos assiettes et créer un moment festif, comme une invitation à savourer ensemble la beauté de cette période de l'année.

En ce jour particulier, nous voulons simplement vous dire merci. Merci d'être là, merci de partager vos histoires et vos sourires qui rendent cette maison vivante et chaleureuse.

Je vous souhaite à toutes et tous une belle fête, et surtout un très bon appétit !



Dégustation de fromage

Nous avons pu déguster une palette de fromages, allant des plus doux aux plus corsés.



Sortie Giannada

Nous avons pu admirer les œuvres de deux grands peintres, Rembrandt et Van Gogh, qui ont des styles de peinture différents.





Sortie Free hugs

Nous avons été à la gare de Bex, où nous avons échangé beaucoup de câlins et de surprises... même avec un policier.







Sortie parapente aux Diablerets avec "Bol d'air"

« Mardi 7 octobre, Superbe journée départ pour les Diablerets ! Pique-nique au terrain des sports. Montée en voiture à Marnex et voilà Nous décollons. C'était un peu Rock'n'roll et très impressionnant. Une fois dans les airs de magnifiques couleurs. Trop court ! Ça fait envie de remonter ! Nous étions en charmante compagnie ! Une belle ambiance et des moments inoubliables. Merci à tous ! » **Madame Rosmarie Zaccabri**



« Je riais toute seule en me disant qu'il fallait être un peu fou pour faire cela... Mais j'avais envie de le faire quand même ! Je n'ai pas eu peur. Dans les airs c'est vraiment super ! J'ai eu énormément de plaisir. Je me suis dit après tout, même en arrivant à 94 ans on peut vivre encore de belles choses ! »

Madame Claudine Guillod



Brisolée

La brisolée est toujours appréciée et les décorations de tables étaient agréables à regarder.



X



Tournoi de pétanque

Seconde édition du tournoi de pétanque de la Résidence avec une belle participation.



Et un duo de vainqueurs souriants !



Préparation pour la choucroute

Pour commencer il faut râper les choux. Ensuite il faut assaisonner (sel, poivre, épices). Il faut ensuite couvrir le tout d'une planche et d'une grosse pierre et fermer le tonneau.

Nous avons eu le plaisir de réaliser la choucroute que nous dégusterons tout bientôt. Cette activité était très conviviale.



Pâtisserie

Nous avons fabriqué des crinckles. Ce sont des petits biscuits ronds.



Tarte kiwi, mangue et noix de coco

Attention, la pâte brisée est très difficile à travailler et il faut la laisser reposer durant une nuit avant de l'abaisser et d'ajouter les fruits. Tous les retours étaient très positifs, notamment ceux des familles présentes lors de la présentation de la méthode Montessori.



X



Maquette Poya

Nous avons réalisé une Poya avec Julien et Paul. Nous avons fait des montgolfière, peint les maisons, les églises, les chamois, les bouquetins. C'était une super activité.



X



X



Vous pouvez la découvrir à l'entrée de l'EMS.



Sortie cirque Knie

Des gymnastes, des danseurs, la belle musique du cirque, les chevaux. Nous avons même eu l'occasion de prendre une photo avec Chanel Marie Knie, la dernière fille de la dynastie Knie qui a fait une représentation avec les chevaux.



Concert de la chorale Le Lien d'Aigle

Merci à la chorale pour leur venue. Leur prestation a été bien applaudie et très appréciée.

Ils nous ont permis de chanter tous ensemble quelques chants bien connus de tous.



Atelier musique dans les salons

La musique est le langage du cœur.....et bon pour le morale.

Les bienfaits de la musique sont scientifiquement prouvés. En chantant ou écoutant des mélodies du passé, des souvenirs heureux sont ravivés et font briller les yeux.

Ils ont le rythme dans le sang ! A l'aide des claves, les résidents peuvent participer activement aux ateliers de musique en battant les différents rythmes (valse, marches...).





Dégustation de miel

Nous avons particulièrement apprécié le miel de Lavande de Provence mais nous avons aussi aimé le miel du Jura et le miel de sapin. C'était très intéressant et très bon sur des petits crackers. Nous avons également discuté des bienfaits du miel et du monde des abeilles et des ruches.



Formacube

Mais qu'est-ce que ce nom barbare? Le Formacube est une méthode ludique et variée de formation et de coaching composé de cubes de couleur et de 2 types de connecteurs qui offrent un choix illimité de combinaisons.

Ce jeu permet de faire travailler cerveau en faisant appel à la partie gauche et droite de ce dernier ainsi qu'à la vision 3D.

En résumé c'est un jeu de casse-tête qui permet de faire fonctionner les neurones.

Pour les personnes intéressées, vous trouverez plus d'information sous <https://www.formacube.ch/>



Groupe de marche

Ces groupes de marche sont extraordinaires. Soit lorsqu'on va ailleurs en prenant le bus, soit lorsque l'on fait le tour du quartier.

C'est notre banc pour la pause. On s'arrête à chaque fois pour boire un peu d'eau car c'est important de s'hydrater.

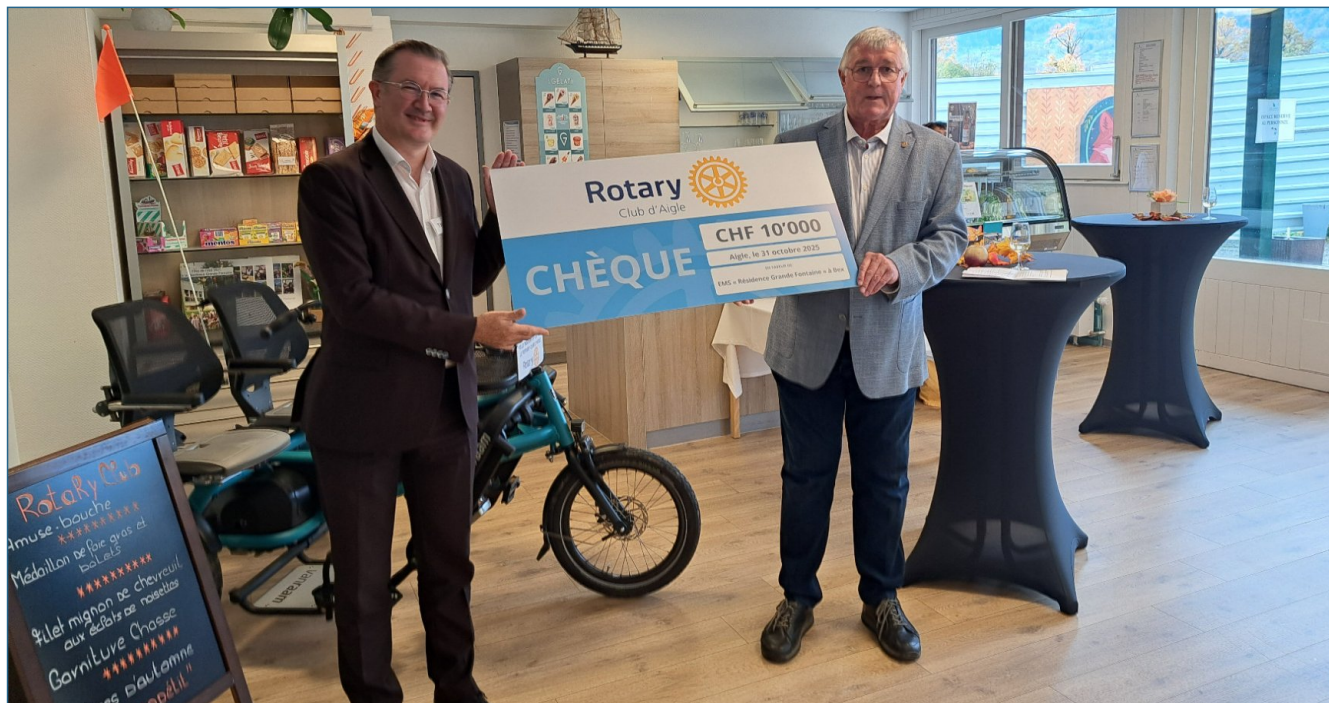
La marche, c'est bon pour le moral et pour la santé.



Jass

C'est un joli passe-temps que de jouer aux cartes. Surtout à l'arrivée de l'automne.

Nous sommes toujours à la recherche de bénévole pour cette activité (en plus de ceux déjà présents).



Don du Rotary Club d'Aigle

La Résidence a eu le plaisir d'accueillir récemment les membres du Rotary Club d'Aigle lors d'un repas convivial organisé en leur honneur. Ce moment a été marqué par un geste particulièrement généreux : la remise d'un chèque de CHF 10'000.– destiné à l'acquisition du nouveau vélo adapté pour nos résident-e-s.

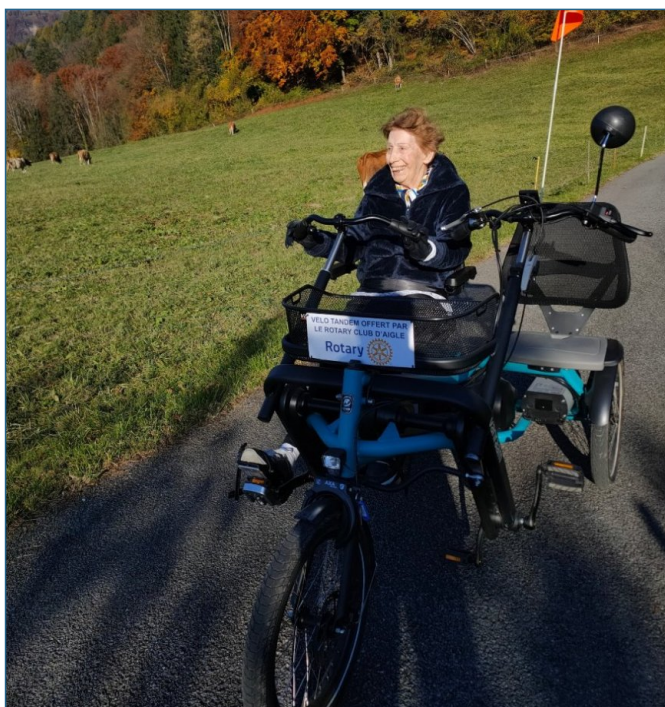
Ce don permettra de renforcer la mobilité douce au sein de notre établissement et d'offrir aux personnes qui nous sont confiées une activité à la fois stimulante, sécurisée et porteuse de bien-être. L'engagement du Rotary en faveur de la qualité de vie des aîné-e-s s'inscrit pleinement dans notre vision d'un accompagnement innovant, ouvert et dynamique.

Nous adressons à chacune et chacun des membres du Rotary Club d'Aigle nos remerciements les plus sincères pour leur soutien et pour l'attention portée à nos projets. Ce geste contribue à ouvrir de nouvelles perspectives pour nos résident-e-s et à nourrir une dynamique positive au sein de notre communauté.



Vélo Tandem

Quand on partait sur les chemins... Quand on partait de bon matin... A bicyclette



Vélo Tandem

...



Moonlight

Une petite coupe pour Moonlight



Moonlight

suivi d'une petite caresse



Moonlight

ou deux... ou trois ...



Moonlight

C'est toujours un plaisir d'accueillir cette mini jument à l'EMS. C'est la première fois qu'elle se rendait dans les étages et tout c'est très bien passé.



Cœur de France ou Prussien

À l'occasion des portes ouvertes archéologiques, les résidents ont mis la main à la pâte pour préparer quelques biscuits à l'attention du public.

Débat du moment, est-ce que ce sont des cœur de France ou des Prussiens ?



Une chose est sûre, c'est un travail de précision et de délicatesse.





Merci à nos bénévoles : des cœurs généreux au service de nos résidents

À La Résidence Grande-Fontaine, les journées sont rythmées par bien plus que les soins et les repas. Ce sont les sourires, les échanges chaleureux et les petits gestes attentionnés qui donnent vie à notre établissement. Et ces instants précieux, nous les devons aussi à nos **bénévoles**, que nous tenons à remercier du fond du cœur (y compris les 3 absents de la photo).

Qu'ils animent un atelier créatif, partagent un moment de lecture, accompagnent une sortie ou simplement offrent une oreille attentive, **nos bénévoles sont un maillon essentiel de notre quotidien**. Grâce à leur engagement, ils apportent joie, réconfort et lien social à nos résidents, souvent bien au-delà des mots.

Leur présence est une richesse inestimable. Ils rappellent que, même dans un monde parfois pressé, il y a encore des personnes qui donnent de leur temps, simplement pour le plaisir d'aider, d'écouter et de partager.

À vous, nos bénévoles : MERCI.

Mais notre belle aventure ne s'arrête pas là ! Nous avons toujours de la place pour de nouvelles personnes prêtes à offrir un peu de leur temps, selon leurs disponibilités et leurs envies. **Rejoindre notre équipe de bénévoles, c'est intégrer une communauté chaleureuse, faire des rencontres enrichissantes et vivre des moments de partage uniques.**

Vous aimez discuter, bricoler, jouer aux cartes, promener, chanter, ou juste être là ? Vous avez quelques heures à offrir par semaine ou par mois ? **Nous serions ravis de vous accueillir.**

Intéressé(e) ? N'hésitez pas à contacter Audrey Mayor (amayor@ems-chablais.ch ou au 024/468.80.06) pour en savoir plus. Une rencontre ne vous engage à rien... si ce n'est à découvrir un univers humain, touchant et profondément vivant.

Encore une fois, **merci à nos bénévoles actuels**, et bienvenue à celles et ceux qui choisiront peut-être de les rejoindre !



Visite du site archéologique

Visite privée pour les résidents. Quelle chance ! Les archéologues nous ont montré les découvertes qu'ils ont fait et nous avons pu leur poser des questions.



Nous avons eu le privilège de tenir dans nos mains certaines des découvertes du site. De la vaisselle d'époque et une pièce en cuivre bien conservée.



Portes-ouvertes archéologique ouverte au public

Le public bellerin était au rendez-vous le 15 novembre pour découvrir le site archéologique. De nombreuses personnes nous ont également questionnés sur le projet d'agrandissement.

Les biscuits confectionnés par les résidents ont rencontrés un grand succès tout comme les boissons proposées.



Fouilles archéologiques



Changement de fréquence dans les parutions du journal

La prochaine édition de la Source de la Grande-Fontaine vous parviendra dans le courant du mois de janvier. Dès à présent la fréquence de parution sera d'environ deux mois au lieu d'un.



Portrait de Julien Barrelet - Stagiaire à l'animation

J'ai fait des études de décorateur, ce qui m'a permis de construire des décors au **Grand Théâtre de l'opéra** de Genève, pour Verdi, Mozart, Rossini.

J'ai fabriqué des automates pour le musée de la boîte à musique à Sainte-Croix.

Mes grandes passions sont :

La musique – la peinture – les promenades dans la nature.

Julien Barrelet



De Venise à Ollon par Flavio Stevanato

Les études à Winterthur (1966 - 1969)

Comme j'ai mentionné plus haut les cours du soir pour la préparation à l'examen d'entrée au Technicum était très important et sélectif: pour 150 inscrits à l'examen seulement 50 étaient admis répartis dans deux classes parallèles de 25 étudiants.

Au début j'ai fait la navette entre la chambre située à Winterthur et ma chère épouse Münchenstein, puis pendant les vacances nous avons déménagé dans un studio à Winterthur. Pour les finances, j'ai obtenu une bourse d'études de la part de Geigy, le remboursement n'était pas nécessaire car ces montants étaient destinés aux collaborateurs et leurs enfants. Christiane travaillait à l'assurance vie « Winterthur » au secteur des caisses de retraite. En plus pour arrondir les fins de mois j'ai fait quelques semaines de stages pendant les vacances d'abord chez Geigy, puis chez Winterthur assurances et puis Sulzer.

J'ai suivi avec intérêt tous les cours et les connaissances acquises furent très utiles plus tard dans la pratique. La spécialisation était : la chimie physique, l'ordinateur et le textile. Je pouvais arborer le diplôme de : « Ingénieur Chimiste ETS » (école technique supérieure).



Anniversaires

Les résidents et résidentes qui vont fêter leur anniversaire prochainement:

Madame Borloz Daisy, le 9 décembre

Madame Favre Marie-Noëlle, le 22 décembre

Madame Rouge Liliane, le 27 décembre

Citation

1) L'amitié, ce n'est pas d'être avec ses amis quand ils ont raison, c'est d'être avec eux même quand ils ont tort. André Malraux

2) L'intelligence, c'est comme les parachutes, quand on en a pas, on s'écrase. Pierre Desproges



Marché de Noël

Notre traditionnelle marché de Noël se tiendra les 6 et 7 décembre prochain de 14h30 à 17h30.

Un courrier ou email d'invitation vous est parvenu mais comprend malheureusement une erreur au niveau des jours par quartier. Voici donc les informations correctes :

Pour accueillir tout le monde dans les meilleures conditions, voici les jours prévus pour chacun :

Les familles, proches, amis des résident.e.s des quartiers du **Verger, du Soleil et du Rosier: le samedi 6 décembre** de 14h30 à 17h30.

Les familles, proches, amis des résident.e.s des quartiers du **Rubis, de la Tour et du CAT,: le dimanche 7 décembre** de 14h30 à 17h30.

Nous remercions les personnes qui prendront le temps de nous informer le plus rapidement possible de leur venue ou absence. Différents moyens s'offrent à vous pour le faire :

Par téléphone au 024/463.91.91

Par email à bexreception@ems-chablais.ch (en indiquant le nom du Résident, de la Résidente, le nombre de visiteurs et le jour : 6 ou 7 décembre et vos coordonnées. Merci de votre aide)



Menu de Noël. Réservations jusqu'au 11 décembre.

servi le 25.12 à midi

**Pour les visiteurs: sur réservation auprès
du restaurant 021 963 91 66 avant le 11.12
dans la limite des places disponibles.**

Ce menu sera également proposé du 26.12 au 31.12
en plus du plat du jour et des suggestions hivernales.

Consommé au Porto
Pâté en croûte sur mesclun

Filet mignon de Porc
Sauce aux morilles
Pommes noisette
Fagots de haricots

Bûche nougatine et framboise
Biscuits de Noël

Menu complet CHF 39
Assiette CHF 25 CHF
Dessert CHF 6 CHF



Menu du Nouvel An. Réservations jusqu'au 11 décembre.

servi le 1er janvier à midi

**Pour les visiteurs: sur réservation auprès
du restaurant 021 963 91 66 avant le 11.12
dans la limite des places disponibles.**

Ce menu sera également proposé du 2.1 au 4.1
en plus du plat du jour et des suggestions hivernales.

Crème de petits pois et croûtons

Mousse de foie de volaille

Gelée au porto

Rôti de chapon farci

Jus corsé

Gaufre de pommes de terre

Mousse de carottes

Macaron au chocolat

Coulis framboise

Menu complet CHF 39

Assiette CHF 26

Dessert CHF 6



Agenda pour les résidentes et résidents

Samedi 6 décembre de 14h30 à 17h30 : marché de Noël pour les quartiers du Verger, du Soleil et du Rosier. Goûter de la St-Nicolas dans les salons pour le Rubis et la Tour.

Dimanche 7 décembre de 14h30 à 17h30 : marché de Noël pour les quartiers du Rubis et de la Tour et le CAT

Vendredi 12 décembre à 15h00 : Séance résidents-direction à la salle à manger

Mardi 16 décembre à 15h00 : Concert de la chorale du Bel Âge et du Fil d'Argent à la salle à manger

Mercredi 17 décembre : sortie au spectacle des enfants du Châtel (selon liste)

Vendredi 19 décembre à 15h00 : Loto de fin d'année en salle à manger

Vendredi 19 décembre à 17h00 : visite du père Noël de la commune dans les quartiers

Jeudi 25 décembre : Jour de Noël : repas de fête à midi, goûter et passage du Père Noël dans les salons l'après-midi

Jeudi 1er janvier à 16h00 : bal du Nouvel An en salle à manger



Agenda pour les familles

Samedi 6 décembre de 14h30 à 17h30 : marché de Noël pour les quartiers du Verger, du Soleil et du Rosier.

Dimanche 7 décembre de 14h30 à 17h30 : marché de Noël pour les quartiers du Rubis et de la Tour et le CAT

Mardi 16 décembre à 15h00 : Concert de la chorale du Bel et du Fil d'Argent à la salle à manger

Vendredi 19 décembre à 15h00 : Loto de fin d'année en salle à manger

Jeudi 1er janvier à 16h00 : bal du Nouvel An en salle à manger

Réponses du quiz

1) Annie Cordy

Est une chanteuse, meneuse de revue, actrice belge.

Elle donnait beaucoup de bonheur aux gens par son sourire et son dynamisme.

2) La poire

Cette poire verte se colore de rouge vif à sa maturité.

Très juteuse et bien sucrée, elle est excellente pour faire de la compote.

3) Zlarin

C'est une île de la Croatie.

L'île est inaccessible aux véhicules.

Il y a le musée du corail.

4) Nuuk

Capitale du Groenland.

Ses fjords sont connus pour ses chutes d'eau, ses baleines à bosses, ses icebergs, ses maisons aux couleurs vives.

Sa population sont les Inuits (Esquimaux).

5) Isaak Newton

il a découvert la gravitation universelle. Isaak Newton était couché sous un arbre et a reçu une pomme sur la tête s'est de là qu'est venu le nom de gravitation.

6) Les sables mouvants

C'est la danse permanente de l'eau, du sable et de l'argile que se forme les mythiques sables mouvants appelés aussi « Lise ».

Réponse des expressions

- 1) Une bête de **somme**
- 2) Comme on fait son lit, on se **couche**
- 3) Faire couler beaucoup **d'encre**
- 4) Filer **doux**
- 5) Être **médusé**
- 6) Être d'un calme **olympien**

Sudoku facile

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

Réponse jeu sudoku

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. Ne pas oubliez de nous mentionner les sources (livre, site internet)"

Source images et textes

jeu: <https://content.famileo.com/fr-fr/jeux-actus>

orange: https://www.tahiti-infos.com/Hommage-aux-cueilleurs-d-oranges_a172856.html

Image de Winterthur: https://www.winalist.fr/blog/suisse/suisse-alemanique/visiter-winterthur?srsId=AfmBOooDQYMgjLAbyht_HHhApxDc9ARF6sk_TPxm2wlgAVugf3YuZnP1