

COMPAGNON DU  
MOIS  
FEVRIER 2024

Rose d'Automne



# Sommaire

- Édito p. 3
- Activités du mois p. 4 – 8
- Fête et patrimoine p. 9
- Bien-être et mouvement p. 10 – 11
- Comme à la maison p. 12 – 13
- Vie sociale/intergénérationnelle p. 14
- Expression de soi et créativité p. 15
- Texte Café souvenirs p. 16 – 17
- Rubrique saison p. 18 – 20
- Vie des résidents p. 21 – 24
- Vie spirituelle p. 25
- Hommages p. 26 – 31
- Jeux p. 32 – 38
- Rétrospectives p. 39 – 51

Comité de rédaction : service d'animation

# Édito

Chères résidentes et chers résidents,

En ce mois de février, l'hiver s'est installé, et avec lui, une ambiance particulière empreinte de douceur et de festivités.

Suite à la fête des Rois, nous entamons maintenant la période de Carnaval accompagnée de ces succulentes fondues. Unissons nos joies en partageant un moment convivial qui saura réjouir vos papilles.

Embarquons ensemble dans la créativité printanière en poursuivant la confection de nos décorations, apportant des touches colorées du printemps à venir.

Pour clore le mois en beauté, nous célébrerons les anniversaires du mois le 29 février.

Nous nous réjouissons de partager ces moments avec vous !

L'équipe de l'animation



# Activités du mois

## Animations du 1<sup>er</sup> au 4 février 2024

Jour	Matin	Après-midi
Jeudi <b>1</b>	10h15 En vidéo Salle d'animation	15h00 Gymnastique Salle d'animation
Vendredi <b>2</b>	10h15 Flash infos Salle d'animation	15h00 Film Salle d'animation
Samedi <b>3</b>	<b>BON WEEK-END A TOUTES ET TOUS</b> 	
Dimanche <b>4</b>		



# Activités du mois

## Animations du 5 au 11 février 2024

Jour	Matin	Après-midi
Lundi 5	BONNE MATINEE	14h45 Mini-shop Salle d'animation
Mardi 6	10h15 Tricot et mandalas Salle d'animation	15h00 Décorations de saison Salle d'animation
Mercredi 7	BONNE MATINEE	15h00 Jeux de société Salle d'animation
Judi 8	10h15 Jeux de réflexion Salle d'animation	15h00 Gymnastique Salle d'animation
Vendredi 9	10h15 Flash infos Salle d'animation	15h00 Jeux de quilles Salle d'animation
Samedi 10	BON WEEK-END A TOUT ES ET TOUS 	
Dimanche 11		

# Activités du mois

Animations du 12 au 18 février 2024		
Jour	Matin	Après-midi
Lundi <b>12</b>	<b>BONNE JOURNEE</b>	
Mardi <b>13</b>	10h15 Ecoute musicale Salle d'animation	15h00 Décorations de saison Salle d'animation
Mercredi <b>14</b>	<b>BONNE MATINEE</b>	15h00 Jeux de société Salle d'animation
Jeudi <b>15</b>	10h15 En vidéo Salle d'animation 11h15 Fondue Carnaval Salle à manger	15h00 Gymnastique Salle d'animation
Vendredi <b>16</b>	10h15 Flash infos Salle d'animation	15h00 Quiz Salle d'animation
Samedi <b>17</b>	<b>BON WEEK-END A TOUTES ET TOUS</b>	
Dimanche <b>18</b>		

# Activités du mois

Animations du 19 au 25 février 2024		
Jour	Matin	Après-midi
Lundi <b>19</b>	<b>BONNE MATINEE</b>	14h45 Mini-shop Salle d'animation
Mardi <b>20</b>	10h15 Tricot et mandalas Salle d'animation	15h00 Décorations de saison Salle d'animation
Mercredi <b>21</b>	<b>BONNE MATINEE</b>	15h00 Jeux de société Salle d'animation
Jeudi <b>22</b>	10h15 Jeux de réflexion Salle d'animation	15h00 Gymnastique Salle d'animation
Vendredi <b>23</b>	10h15 Flash infos Salle d'animation	15h00 Jeux de grilles Salle d'animation
Samedi <b>24</b>	<b>BON WEEK-END A TOUTES ET TOUS</b> 	
Dimanche <b>25</b>		



# Activités du mois

## Animations du 26 au 29 février 2024

Jour	Matin	Après-midi
Lundi <b>26</b>	<b>BONNE JOURNEE</b>	
Mardi <b>27</b>	10h15 Ecoute musicale Salle d'animation	15h00 Décorations de saison Salle d'animation
Mercredi <b>28</b>	<b>BONNE MATINEE</b>	15h00 Jeux de société Salle d'animation
Jeudi <b>29</b>	10h15 En vidéo Salle d'animation	15h00 Goûter des anniversaires Home de la Sarine

# Fête et patrimoine

## Fondue Carnaval



Le temps est frais et les fêtes de fin d'années sont passées. Il est temps de lancer les fondues, mais pas des fondues comme les autres !

Cette année, nous fêterons Carnaval en même temps que nous dégusterons une excellente fondue !

**Rendez-vous le 15 février 2024 à la salle à manger dès 11h15 pour le repas.**



# Bien-être et mouvement

## Réflexologie plantaire



Mais en fait ... qu'est-ce que la réflexologie ?

Un massage des zones réflexes sur les pieds permettant de soutenir les mécanismes d'auto-guérison du corps et de réduire le stress et l'anxiété, de calmer les douleurs musculaires, de soulager les troubles digestifs et de renforcer le système immunitaire par un drainage lymphatique et une élimination des toxines du corps, une stimulation de la circulation sanguine et une détente du système nerveux. La réflexologie aide à rétablir l'équilibre dans le corps.

**Le vendredi 9 février 2024**  
**pour un rendez-vous individuel en chambre**

**Sur inscription auprès de l'animation**



# Bien-être et mouvement

## Massage



Libérez votre corps de ses tensions et offrez à votre esprit un moment de relaxation. Le massage est connu pour ses nombreux bienfaits : évacuation du stress, favorisation de la circulation sanguine, régulation du système digestif et combat de la dépression.

Cette technique atténue également les douleurs musculaires, les migraines et les troubles du système nerveux lors d'une pratique régulière.

Les massages relaxants peuvent être effectués à l'aide d'huiles de sésame et d'arnica mélangées à des huiles essentielles apaisantes et anti-inflammatoires.

**Le jeudi 22 février 2024  
pour un rendez-vous individuel en chambre**

**Sur inscription auprès de l'animation**

# Comme à la maison

## Mini-shop

### Produits cosmétiques et d'hygiène corporelle



L'institution met à disposition une gamme de produits cosmétiques et d'hygiène de dépannage afin de simplifier vos achats.

Vous n'avez pas besoin de monnaie car votre achat est enregistré par l'équipe d'animation et vous est ensuite facturé.

Nous sommes à votre disposition pour toute question et nous vous souhaitons confort et satisfaction lors de l'usage de ces produits.

**Vous pourrez vous rendre en salle d'animation**

**Les lundis après-midi de 14h45 à 15h15**

**LUNDI 5 FEVRIER**

**LUNDI 19 FEVRIER**

**Au plaisir de vous servir ! Votre équipe d'animation.**

(Au vu de la hausse des prix de la Migros, nous vous annonçons que les prix du mini-shop ont changé.)

# Comme à la maison

**Jour de courses par l'animation,  
2024**



En cas d'indisponibilité des familles,  
l'animation fait les courses tous les mois.  
Merci d'avertir le personnel soignant de ce  
dont vous avez besoin.

Dates :

Avertir les soins jusqu'au lundi 8h	Courses
Lundi 5 février 2024	Mercredi 7 février 2024





# Vie sociale et intergénérationnelle

## Goûter des anniversaires

Afin de célébrer l'anniversaire des natifs du mois de février, l'après-midi sera accompagnée en musique par Monsieur Patrice Bugnon pour vous faire danser et chanter. Les natifs du mois ont la possibilité d'inviter 2 personnes (amis, membres de votre famille ou résidents).



**Le jeudi 29 février 2024 au rez-de-chaussée du  
Home de la Sarine de 15h00 à 16h30**

**Départ de la rotonde à 14h30**

# Expression de soi et créativité

## Tricot et mandalas



Chères résidentes, chers résidents,

Nous vous proposons de venir laisser parler votre imagination en tricotant ou en coloriant.

Rendez-vous les **mardis 6 et 20 février 2024 de 10h15 à 11h15.**



# Texte Café souvenirs

*Café souvenirs du 15 janvier 2024 - Home de la Sarine*

## ***Boîte à surprises***

*Textes composés par : Marie-Thérèse, Marguerite, Micheline, Irma, Clothilde, Jeanine, Delfin, Azra et Hélène.*

*Aujourd'hui nous accompagne, invisible et chaleureuse, Jeanine. Delfin m'apprend qu'elle s'en est allée, en paix, le lendemain de notre dernier café souvenirs de décembre. Nous lui dédions celui-ci, à elle qui aimait tant ces moments de partage.*

*Notre texte du jour :*

### ***Boîte aux surprises***

#### ***Grâce aux objets***

#### ***Notre esprit vagabonde***

***Un petit tour au restaurant du château d'Ependes***

***Un bois où l'on construisait des cabanes***

***Une cour de récréation où l'on jouait avec des boutons suspendus à des fils***

***L'éclat des pièces de cuivre qui n'étaient pas des batz<sup>1</sup>***

***Nos cadeaux de trois fois rien***

***Nos bijoux d'or et d'argent***

***Puis, un bout d'écorce en main***

***Nous partons à la cueillette des champignons***

***Sans avoir à marcher***

***Et avec un coquillage***

***Nous nous retrouvons endormies sur la plage***

***A rêver à toutes sortes de recettes de moules***

***Que nous avons dégustées dans des pays divers et variés***

---

<sup>1</sup> Le Batz est une pièce de monnaie frappée dans certains cantons suisses et certaines régions du sud de l'Allemagne entre la fin du 15<sup>ème</sup> siècle et le milieu du 19<sup>ème</sup> siècle

# Texte Café souvenirs

Et le livre dont nous avons lu des extraits : Misericordia, Lidia Jorge, Métailié, 2023



*Au Portugal, une vieille dame, résidente d'une maison de retraite, enregistre son journal, condensé incroyable de force vitale, de dérision, de révolte, d'attention aux autres et de foi dans la vie.*

*Ce récit, à la fois brutal et plein d'espoir, ironique et aimable, mélange de larmes et de rire, intègre la fulgurance des existences croisées et se transforme en un témoignage admirable sur la condition humaine. Un livre sur l'immortalité de l'espoir, sur une femme exceptionnelle jusqu'au bout.*

Et le conseil de lecture d'Irma, **Le Vieux qui ne voulait pas fêter son anniversaire**, Jonas Jonasson, Pocket.

*Alors que tous dans la maison de dignement son centième anniversaire, pince-fesses, décide de fuguer.*



*retraite s'apprêtent à célébrer Allan Karlsson, qui déteste ce genre de*

**Thème de notre prochain café-souvenirs : le 29 janvier, nous nous souviendrons de nos pères ou de nos absences de pères et des personnes par qui nous avons été influencé.es.**

# Rubrique saison

4 février

Journée mondiale de  
lutte contre le cancer

Chaque année le 4 février, pour la Journée mondiale contre le cancer, l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) et le Centre international de Recherche sur le Cancer (CIRC) soutiennent l'Union internationale contre le cancer (UICC) pour promouvoir les moyens de faire reculer la charge de morbidité imputable à cette maladie.

De nombreux cancers peuvent être prévenus en évitant les principaux facteurs de risque, comme le tabagisme. Un nombre significatif de cancers peuvent être soignés par la chirurgie, la radiothérapie et la chimiothérapie surtout s'ils sont détectés suffisamment tôt.



Cancer est un terme général appliqué à un grand groupe de maladies qui peuvent toucher n'importe quelle partie de l'organisme. L'une de ses caractéristiques est la prolifération rapide de cellules anormales qui peuvent essaimer dans d'autres organes, formant ce qu'on appelle des métastases.

# Rubrique saison

4 février

Journée mondiale de  
lutte contre le cancer



Le cancer est une cause majeure de mortalité dans le monde, responsable de 8,2 millions de décès par an. Cependant, nous savons que plus du tiers de ces décès peut être évité et que, détectés suffisamment tôt, de nombreux cancers peuvent être guéris. Le cancer ne connaît pas de frontière et il nous affecte tous, ou nous affectera, de façon directe ou indirecte au cours de notre vie.

Sous le slogan « Nous pouvons, je peux », la Journée internationale du cancer 2016-2018 a étudié comment chacun, en groupe ou individuellement, peut prendre part à la réduction du fardeau mondial du cancer.



<https://www.un.org/fr/events/cancerday/>



# Rubrique saison

27 février

Journée internationale  
de l'ours polaire



La Journée internationale de l'ours polaire est un événement annuel célébré tous les 27 février pour coïncider avec la période où les mamans et les oursons polaires dorment dans leurs tanières, et pour sensibiliser à l'état de conservation de l'ours polaire.

La Journée internationale de l'ours polaire est organisée par Polar Bears International pour sensibiliser à l'impact du réchauffement climatique et de la réduction de la banquise sur les populations d'ours polaires. La journée encourage les gens à trouver des moyens de réduire leur émission de carbone, par exemple en baissant leur thermostat ou en conduisant moins. La journée a également été mise à profit pour encourager l'installation d'une isolation éco-énergétique dans les maisons.

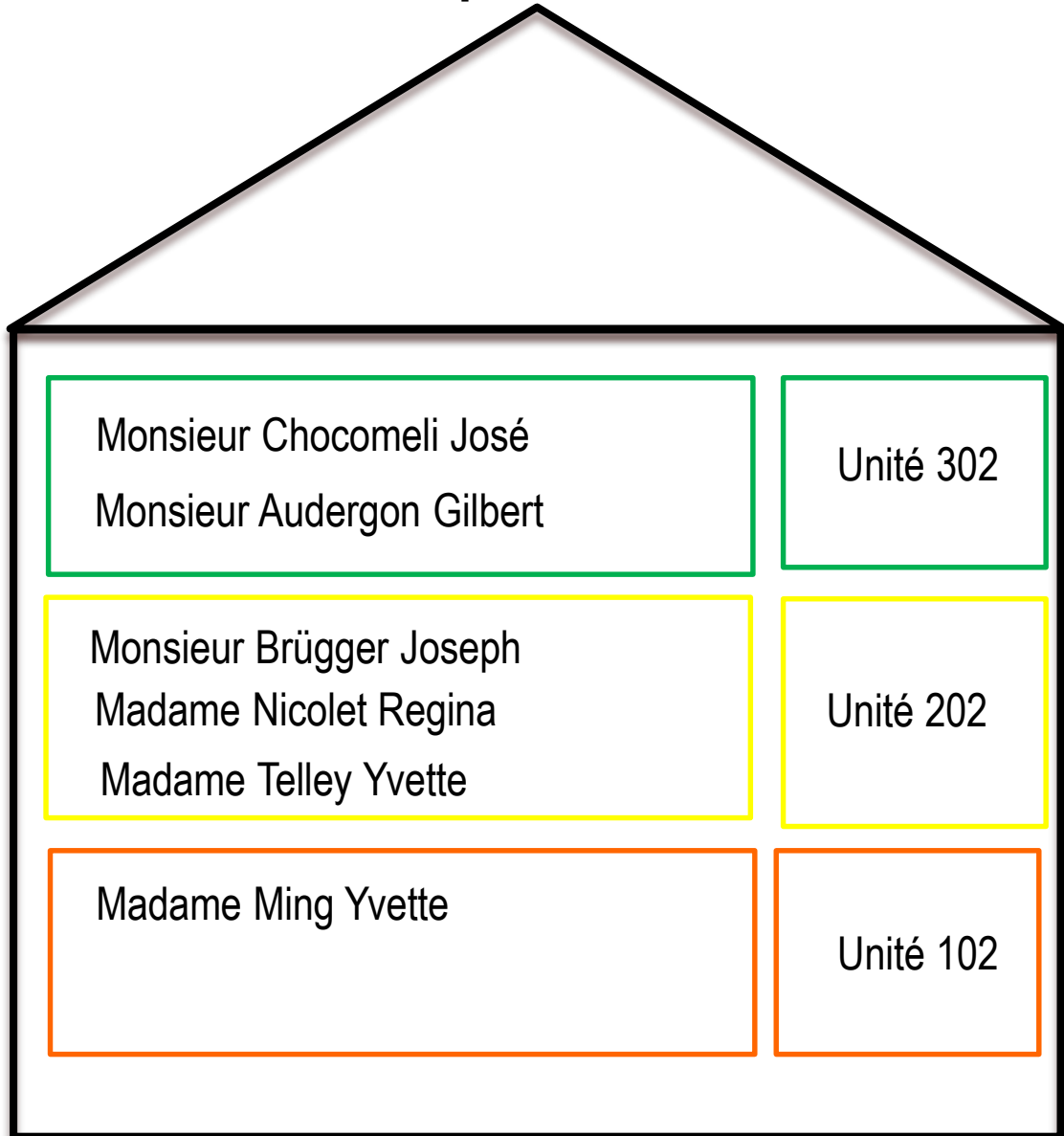
De nombreux zoos utilisent la journée pour éduquer sur la conservation des ours polaires et pour encourager la visite d'expositions sur les ours polaires



[https://fr.wikipedia.org/wiki/Jour\\_n%C3%A9e\\_internationale\\_de\\_l%27ours\\_polaire](https://fr.wikipedia.org/wiki/Jour_n%C3%A9e_internationale_de_l%27ours_polaire)

# Vie des résidents

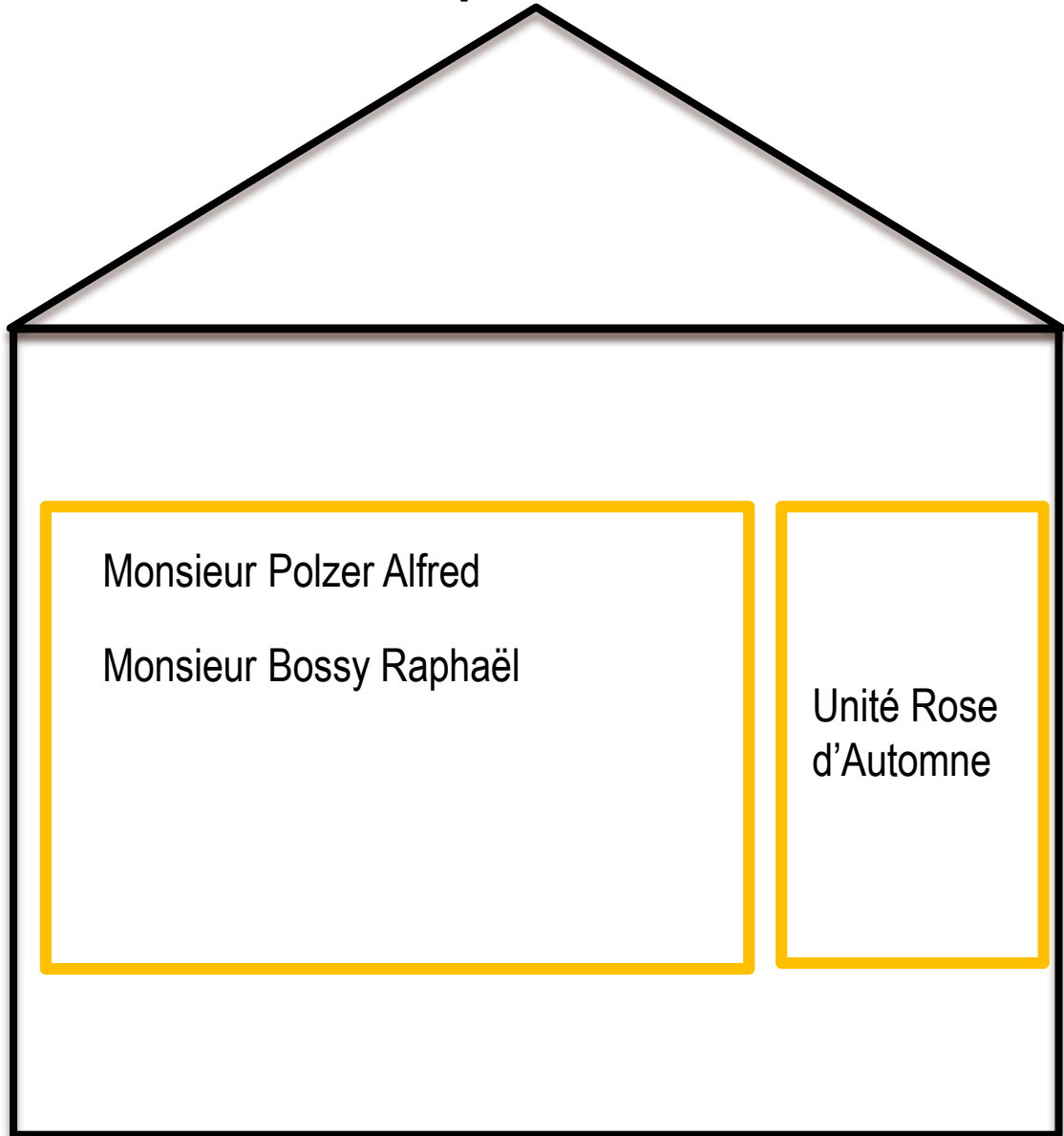
**Au sein du Home médicalisé de la Sarine,  
nous avons le plaisir d'accueillir:**



**Nous leur souhaitons la bienvenue !**

# Vie des résidents

**Au sein du Home médicalisé de la Sarine,  
nous avons le plaisir d'accueillir:**



**Nous leur souhaitons la bienvenue !**

# Vie des résidents

En ce mois de février, nous souhaitons un joyeux anniversaire à nos chères résidentes et chers résidents :

Madame Chatton Claudette le 3 février (unité 1)

Madame Johal Thérèse le 11 février (unité 3)

Madame Schmutz Denise le 13 février (unité 3)

Monsieur Bossy Raphaël le 17 février (unité RDA)

Madame Chenaux Frieda le 27 février (unité 1)



# Vie des résidents

## Elle a déménagé

Madame Jacomelli Emélie de la Rose d'Automne.





# Vie spirituelle

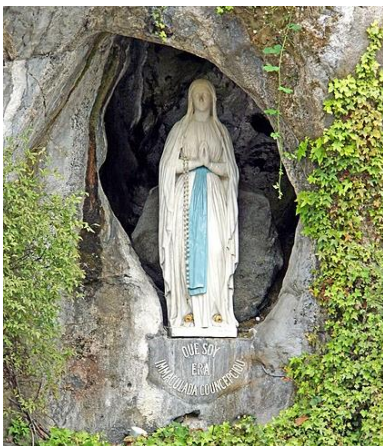


Le 11 février 1858, Bernadette Soubirous se rend au **rocher de Massabielle**, au bord du Gave, à Lourdes, pour y ramasser du bois mort. C'est là que Bernadette entend « comme un coup de vent ». Elle voit alors dans le rocher une Dame, c'est la première **apparition**.

17 autres suivront, jusqu'au 16 juillet 1858.



Depuis 166 ans, de nombreux pèlerins et visiteurs se recueillent chaque année dans le Sanctuaire Notre-Dame de Lourdes. Ils viennent chercher la force de vivre dans la foi les difficultés de la vie.



Nous pouvons en ce mois de février 2024 tourner notre regard vers la Vierge Marie. Qu'elle nous accompagne de sa tendresse maternelle et nous apprenne la compassion pour tous ceux qui souffrent.

*André Duruz*



# Hommage



Madame Donzallaz Jacqueline  
(07.02.1944 – 20.12.2023)



Madame Donzallaz,

Nous nous rappellerons de vous  
comme étant une personne  
pleine d'énergie, toujours prête  
à rendre service et toujours  
souriante.

Nous vous souhaitons bonne  
route pour ce dernier chemin.

Nous adressons toute notre sympathie à la famille et aux ami.e.s  
de Madame Donzallaz Jacqueline.

# Hommage



Madame Bronchi Jeanine  
(08.07.1937 – 21.12.2023)



Madame Bronchi,

Nous nous rappellerons de vous  
comme étant une personne  
motivée, toujours prête à venir  
en aide aux personnes qui vous  
entouraient. Vous étiez toujours  
souriante et enthousiaste.

Nous vous souhaitons bonne  
route pour ce dernier chemin.

Nous adressons toute notre sympathie à la famille et aux ami.e.s  
de Madame Bronchi Jeanine.

# Hommage



Monsieur Sciboz Jean-Paul  
(21.09.1948 – 28.12.2023)



Cher Monsieur Sciboz,

Nous nous souviendrons d'un monsieur doux et gentil, avec un intérêt particulier pour les moutons que vous avez eu l'occasion de garder dans votre jeunesse. Ces derniers, présents en peinture dans votre chambre, habillaient habilement la pièce, représentant votre affection pour ces animaux.

Nous vous souhaitons bonne route pour ce dernier chemin.

Nous adressons toute notre sympathie à la famille et aux ami.e.s de Monsieur Sciboz Jean-Paul.

# Hommage



Madame Grangier Gilberte  
(13.10.1939 – 07.01.2024)



Madame Grangier,

Nous nous rappellerons de vous  
comme étant une femme  
coquette et toujours sur son 31.  
Lors de vos participations aux  
animations, vous étiez toujours  
motivée et enthousiaste.

Nous vous souhaitons bonne  
route pour ce dernier chemin.

Nous adressons toute notre sympathie à la famille et aux ami.e.s  
de Madame Grangier Gilberte.

# Hommage



Madame Gauch Elsa  
(23.12.1932 – 11.01.2024)



Madame Gauch,

Nous vous souhaitons bonne  
route pour ce dernier chemin.

*« Il y a quelque chose de plus fort que la  
mort, c'est la présence des absents dans la  
mémoire des vivants. » Jean D'Ormesson*

Nous adressons toute notre sympathie à la famille et aux ami.e.s  
de Madame Gauch Elsa.



# Hommage



Monsieur Egger Charles  
(01.10.1944 – 12.01.2024)



Cher Monsieur Egger,

vous nous avez laissé un héritage précieux de joie accompagné de vos chants et danses qui resteront dans notre cœur.

Votre sourire rayonnant illuminait chaque pièce et réchauffait nos cœurs.

Votre sourire continuera de briller dans nos souvenirs les plus chers.

Nous vous souhaitons bonne route pour ce dernier chemin.

Nous adressons toute notre sympathie à la famille et aux ami.e.s de Monsieur Egger Charles.



# Jeux

## Sudoku

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

# Jeux

## Solutions sudoku

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

# Jeux

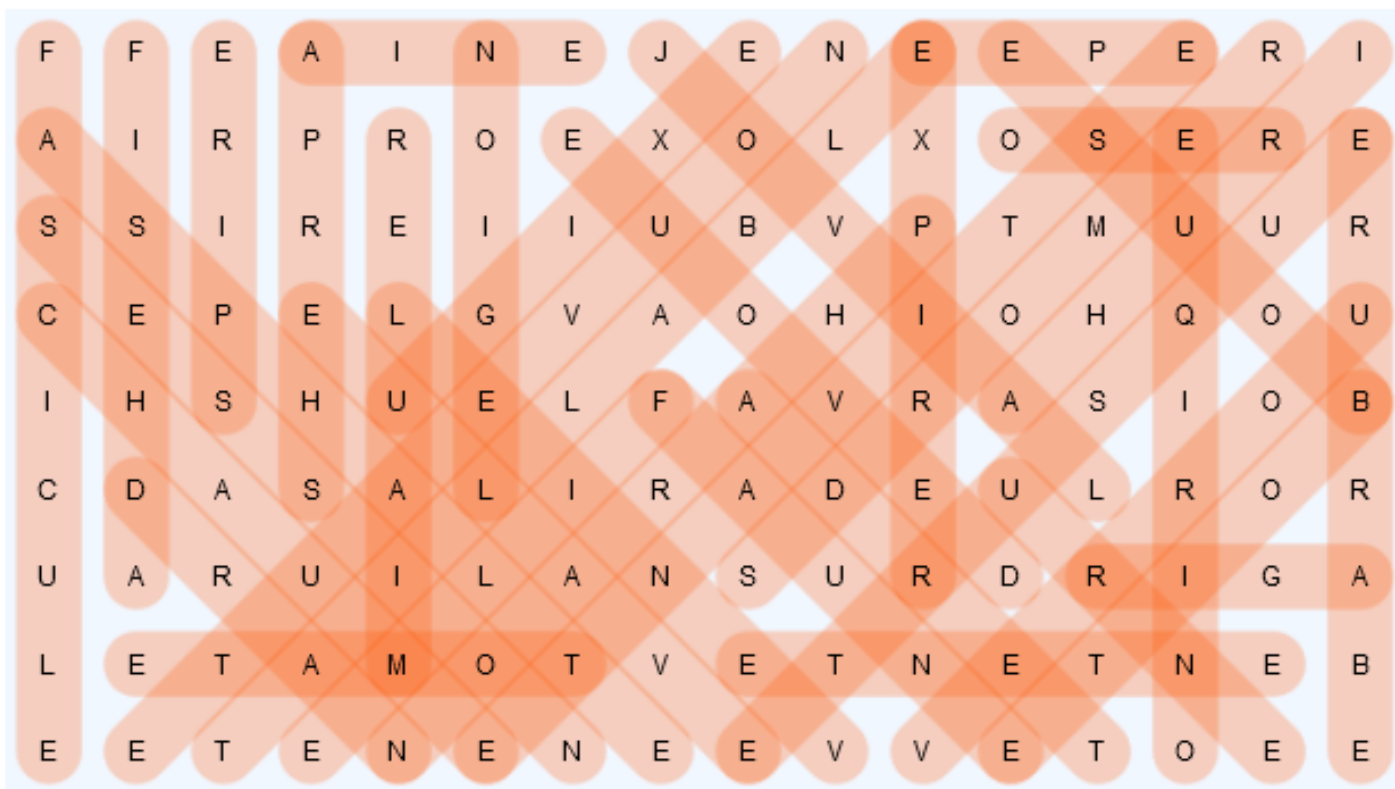
## Mots mêlés

ADHESIF ADRET AGIR AHURI  
AINE ASPHALTE BOITE  
BOUSE CHAUME DEVOUE  
EBARBURE ENTENTE EPEE  
ESTIVANTE ETRUSQUE EVALUE  
EXIGU EXPIRER FASCICULE  
FAUNE FILME JOVIAL LEGION  
MIAULER NARD NOUVEAUTE  
ONIRIQUE OSER PHARAON  
REMORDS SESSION SHERPA  
SPIRE TAILLABLE TOMATE  
URNE VENIEL VERROU

F	F	E	A	I	N	E	J	E	N	E	E	P	E	R	I
A	I	R	P	R	O	E	X	O	L	X	O	S	E	R	E
S	S	I	R	E	I	I	U	B	V	P	T	M	U	U	R
C	E	P	E	L	G	V	A	O	H	I	O	H	Q	O	U
I	H	S	H	U	E	L	F	A	V	R	A	S	I	O	B
C	D	A	S	A	L	I	R	A	D	E	U	L	R	O	R
U	A	R	U	I	L	A	N	S	U	R	D	R	I	G	A
L	E	T	A	M	O	T	V	E	T	N	E	T	N	E	B
E	E	T	E	N	E	N	E	E	V	V	E	T	O	E	E

# Jeux

## Solutions mots mêlés



# Jeux

## Jeux des 8 différences





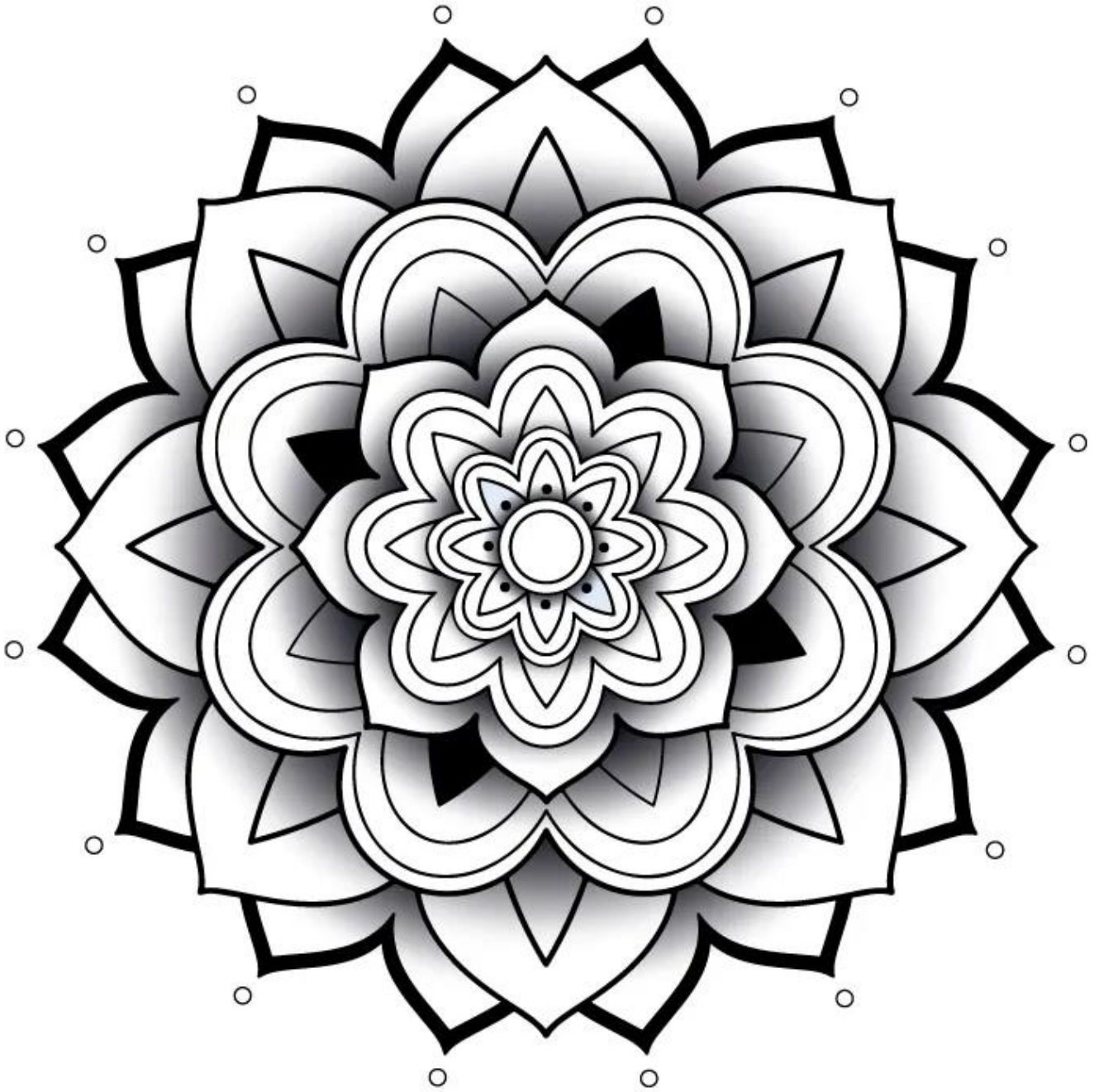
# Jeux

## Solution des 8 différences





# Jeux



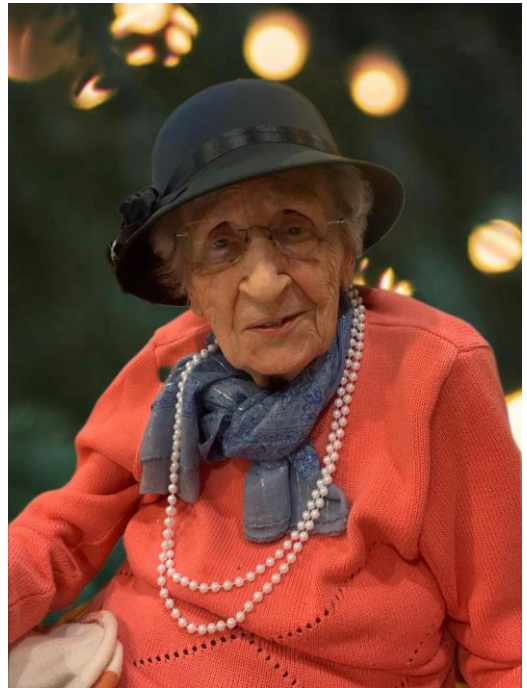
# Rétrospective

Nouvel An 2023



# Rétrospective

Nouvel An 2023





# Rétrospective

Nouvel An 2023



# Rétrospective

Nouvel An 2023





# Rétrospective

Nouvel An 2023



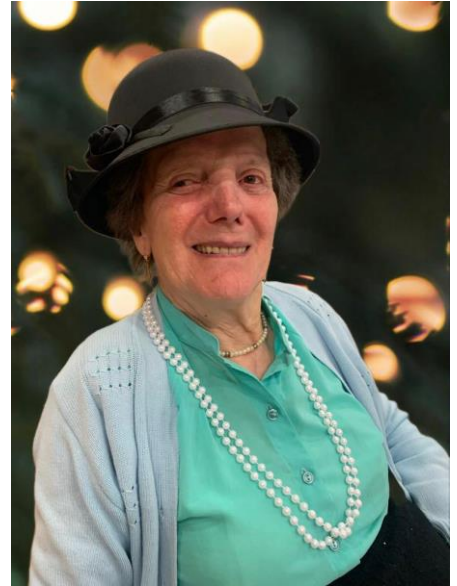
# Rétrospective

Nouvel An 2023



# Rétrospective

Nouvel An 2023



# Rétrospective

Nouvel An 2023





# Rétrospective

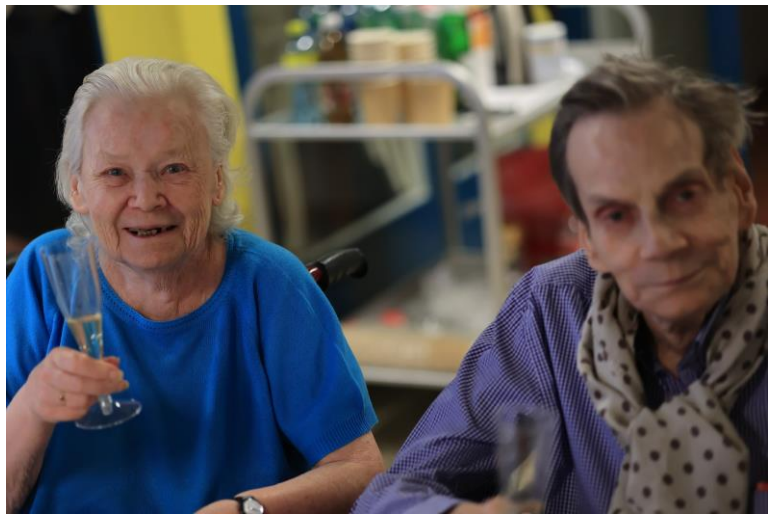
Nouvel An 2023





# Rétrospective

Nouvel An



# Rétrospective

Nouvel An





# Rétrospective

## Nos Reines et notre Roi 2024



# Rétrospective

## Nos Reines et notre Roi 2024





**Nous vous souhaitons  
un joyeux mois de février !**

