

**COMPAGNON DU
MOIS
MARS 2024**

Rose d'Automne



Sommaire

- Édito p. 3
- Activités du mois p. 4 – 8
- Fête et patrimoine p. 9 – 11
- Bien-être et mouvement p. 12 – 13
- Comme à la maison p. 14 – 15
- Vie sociale/intergénérationnelle p. 16
- Texte Café souvenirs p. 17
- Rubrique saison p. 18 – 20
- Vie des résidents p. 21 – 23
- Vie spirituelle p. 24
- Hommages p. 25 – 27
- Jeux p. 28 – 35
- Rétrospectives p. 36 – 43

Comité de rédaction : service d'animation

Édito

Chères résidentes et chers résidents,

Le mois de mars arrive avec une multitude d'activités passionnantes qui raviront nos cœurs et égayeront nos journées.

Tout d'abord, nous aurons une sortie à la chocolaterie, où nous pourrons déguster de délicieuses douceurs et nous laisser emporter par la magie du chocolat.

Ensuite, nous aurons la traditionnelle soupe de carême, un moment de partage et de solidarité où nous pourrons déguster une soupe.


Le goûter des anniversaires sera également un moment spécial, où nous célébrerons les anniversaires des natifs du mois de mars en partageant des gâteaux et des sourires.

Et bien sûr, ne manquez pas notre séance de loto, où nous pourrons tenter notre chance et remporter de superbes prix !

Enfin, pour clôturer le mois en beauté et débiter le mois d'avril nous organiserons une chasse aux œufs de Pâques, remplie de joie et de surprises.

Nous espérons que ces activités vous apporteront de la joie, des moments précieux et des souvenirs inoubliables. Profitez pleinement de ce mois de mars à la Rose d'Automne.

Activités du mois

Animations du 1 ^{er} mars au 3 mars 2024		
Jour	Matin	Après-midi
Vendredi 1	10h15 Flash infos Salle d'animation 11h30 Soupe de Carême Salle à manger	15h00 Mandalas Salle d'animation
Samedi 2	BON WEEK-END A TOUTES ET TOUS	
Dimanche 3	10h00 Messe Chapelle	

Activités du mois

Animations du 4 au 10 mars 2024		
Jour	Matin	Après-midi
Lundi 4	Bonne matinée	14h45 Mini-shop Salle d'animation
Mardi 5	10h15 Tricot et mandalas Salle d'animation	15h00 Décorations de saison Salle d'animation
Mercredi 6	Bonne matinée	15h00 Jeux de société Salle d'animation
Jeudi 7	10h15 Jeux de réflexion Salle d'animation	13h00 Sortie à la chocolaterie de Broc Broc <i>Selon inscription</i> 15h00 Gymnastique Salle d'animation
Vendredi 8	10h15 Flash infos Salle d'animation 11h30 Soupe de Carême Salle à manger	15h00 Jeux de quilles Salle d'animation
Samedi 9	BON WEEK-END A TOUTES ET TOUS	
Dimanche 10	10h00 Messe Chapelle	

Activités du mois

Animations du 11 au 17 mars 2024		
Jour	Matin	Après-midi
Lundi 11	Bonne journée	
Mardi 12	10h15 Ecoute musicale Salle d'animation	15h00 Décorations de saison Salle d'animation
Mercredi 13	Bonne matinée	15h00 Jeux de société Salle d'animation
Jeudi 14	10h15 En vidéo Salle d'animation	14h30 Loto Salle d'animation Home de la Sarine <i>Selon inscription</i>
Vendredi 15	10h15 Flash infos Salle d'animation 11h30 Soupe de Carême Salle à manger	15h00 Film Salle d'animation
Samedi 16	BON WEEK-END A TOUTES ET TOUS	
Dimanche 17	10h00 Messe Chapelle	

Activités du mois

Animations du 18 au 24 mars 2024		
Jour	Matin	Après-midi
Lundi 18	Bonne matinée	14h45 Mini-shop Salle d'animation
Mardi 19	10h15 Tricot et mandalas Salle d'animation	15h00 Décorations de saison Salle d'animation
Mercredi 20	Bonne matinée	15h00 Jeux de société Salle d'animation
Jeudi 21	10h15 Jeux de réflexion Salle d'animation	15h00 Gymnastique Salle d'animation
Vendredi 22	10h15 Flash infos Salle d'animation 11h30 Soupe de Carême Salle à manger	15h00 Création de bracelet Salle d'animation
Samedi 23	BON WEEK-END A TOUTES ET TOUS	
Dimanche 24	10h00 Messe Chapelle	

Activités du mois

Animations du 25 au 31 mars 2024		
Jour	Matin	Après-midi
Lundi 25	Bonne journée	
Mardi 26	10h15 Ecoute musicale Salle d'animation	15h00 Décorations de saison Salle d'animation
Mercredi 27	Bonne matinée	15h00 Jeux de société Salle d'animation
Judi 28	10h15 En vidéo Salle d'animation	15h00 Gymnastique Salle d'animation
Vendredi 29	Vendredi Saint	
Samedi 30	BON WEEK-END A TOUTES ET TOUS	
Dimanche 31	10h00 Messe Chapelle	

Fête et patrimoine

Soupe de Carême



Chères résidentes, chers résidents,

Nous vous convions à venir célébrer les soupes de Carême en notre compagnie.

**Rendez-vous les vendredis :
1, 8, 15 et 22 mars 2024 en salle à manger**

Cette année, les dons que vous ferez iront à la Fondation Théodora.



Inscription auprès de l'animation

Fête et patrimoine

Loto



34,... 56,... 89,... 3... CARTON !

L'équipe d'animation a le plaisir de vous inviter au loto
du jeudi 14 mars 2024.

qui se déroulera de **15h00 à 16h30 à la salle d'animation.**

Chiffres porte-bonheur, trèfles à quatre feuilles, fers à cheval, pièces de monnaie ou encore pattes de lapin...

Prenez votre gri-gri favori et venez nombreux tenter votre chance et espérer décrocher un magnifique lot !

Portes ouvertes dès 14h30



2.- la volante

Inscription auprès de l'animation

Fête et patrimoine

Chasse aux œufs

Chères résidentes, chers résidents,

Vous êtes tous invités à participer à une chasse aux œufs à vos étages respectifs.

Rejoignez-nous pour une aventure remplie de surprises.

Des œufs en chocolat seront cachés à votre étage, et à la fin, nous nous retrouverons au rez-de-chaussée pour un goûter.

Apportez votre bonne humeur et votre appétit !

**Rendez-vous le mardi 2 avril 2024 à 14h30
à votre étage respectif**



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 8 mars 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 28 mars 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 4 MARS

LUNDI 18 MARS

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 4 mars 2024	Mercredi 6 mars 2024



Vie sociale et intergénérationnelle

Sortie à la chocolaterie de Broc

Chères résidentes, chers résidents,

L'animation a le plaisir de vous inviter à venir faire une sortie à la chocolaterie de Broc !

**Cette sortie aura lieu le jeudi 7 mars 2024.
Rendez-vous à la rotonde, départ à 13h30.**



2 places sont disponibles,
merci de vous inscrire
auprès de l'animation.

Texte Café souvenirs



Café souvenirs du 12 février 2024 - Home de la Sarine

Quel était mon premier travail ? Comment je l'ai trouvé ?

Texte composé par : Jeanine, Marguerite, Micheline, Irma, Clothilde, Emmanuel, Thérèse et Hélène.

Ambiance de travail des années 60 et 70

*Machine à écrire
Blocs notes à sténo
Stencil
Pattes d'éléphant
Ou jupes obligatoires
Chaînes de montage
Téléphones noirs à cadran
Horaires stricts
Collègues sympas
Et tant d'autres choses...*



Thème de notre prochain café-souvenirs du 26 février :

Communions, mariages et autres cérémonies : coutumes vestimentaires et culinaires, savoir-vivre et savoir-être, savoir-fêter (chants...etc.)

Rubrique saison

Fruits et légumes du mois de mars



Rubrique saison

La criorhine flavicaude
L'insecte du mois de mars

Qui suis-je?

La criorhine flavicaude ressemble beaucoup à un bourdon, notamment le bourdon des pierres. Comme beaucoup d'autres criorhines sa coloration peut varier, notamment au niveau de son derrière qui peut être plus clair voire blanc. La larve de cette espèce se développe dans les souches ou à la base de troncs dans des cavités humides de bois pourri, l'espèce dépend donc de la présence d'arbres dépérissant pour survivre. L'adulte, ailé, fréquente la plupart du temps le sommet des arbres, mais descend aussi pour inspecter les cavités des troncs et souches. Si vous voulez l'observer, c'est en forêt que vous devrez chercher !



<http://sapoll.eu/insecte-mois-de-mars-criorhine-flavicaude/>

Quand m'observer ?

La criorhine flavicaude commence à voler dès la mi-mars, si les conditions le permettent, jusqu'à la mi-mai. L'espèce est encore assez méconnue et peu observée du fait de sa précocité. Sa ressemblance avec le bourdon des pierres n'arrange rien, même les amateurs avertis se font parfois avoir !

Rubrique saison

Changement horaire 2024 : de l'hiver à l'été



pourquoi le changement d'heure existe-t-il ?

<https://alarmmeteo.ch/blog/changement-horaire.html>

Les débuts de l'heure d'hiver et d'été remontent à la Première Guerre mondiale. Dès 1916, l'heure d'été a été introduite en Europe pour la première fois. Elle était basée sur l'idée de pouvoir économiser l'énergie en temps de guerre et en cas de pénurie de charbon et de pétrole. Avec les longues heures d'ensoleillement le soir, il fallait moins de charbon pour le chauffage ou de pétrole pour les lampes. Cependant, ces premières tentatives n'ont été inversées que trois ans plus tard. Pendant la Seconde Guerre mondiale, l'heure d'été est revenue. Il a été réintroduit par de nombreuses nations européennes. Entre 1941 et 1942, la Suisse a également introduit pour la première fois l'heure d'été. C'était aussi dans l'idée d'économiser l'énergie. Deux ans plus tard, cette expérimentation a été annulée au motif que les économies escomptées étaient trop faibles. Après la fin de la Seconde Guerre mondiale, l'heure d'été a également été abolie par la plupart des nations européennes.

Passage à l'heure d'été en Suisse

De 1976 à 1980, de nombreux pays d'Europe ont ramené l'heure d'été. L'idée était que l'heure supplémentaire de soleil en soirée signifiait qu'il fallait moins de lumière et donc moins d'électricité. La population suisse s'est d'abord opposée à l'introduction de l'heure d'été. En 1978, l'heure d'été a été rejetée par l'électorat. Mais en 1981, le Conseil fédéral l'a emporté et l'heure d'été a également été introduite en Suisse. L'argument principal du Conseil fédéral était qu'une réglementation uniforme faciliterait le fonctionnement du marché intérieur européen.

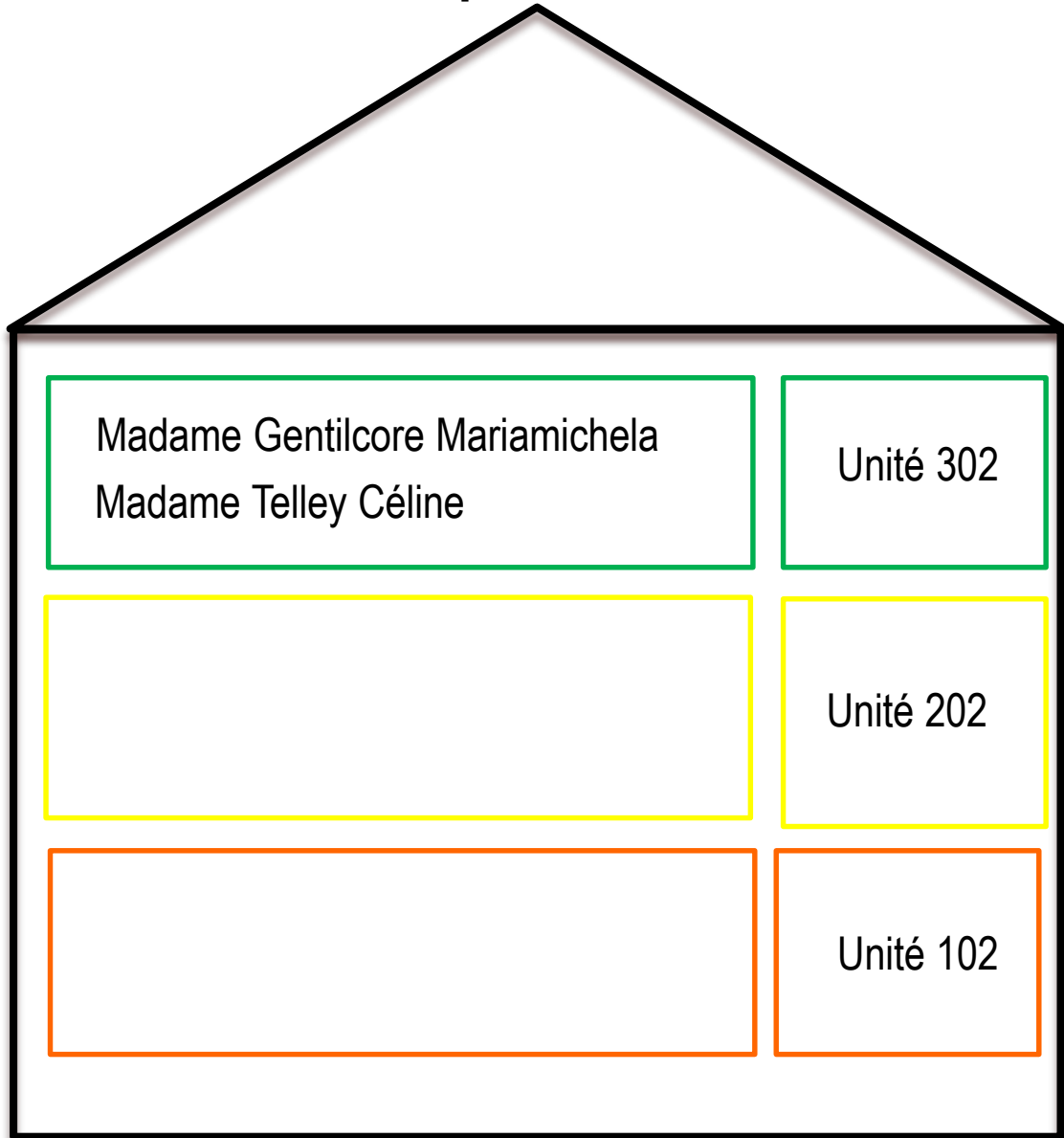


Passage à l'heure d'été

31.03.2024

Vie des résidents

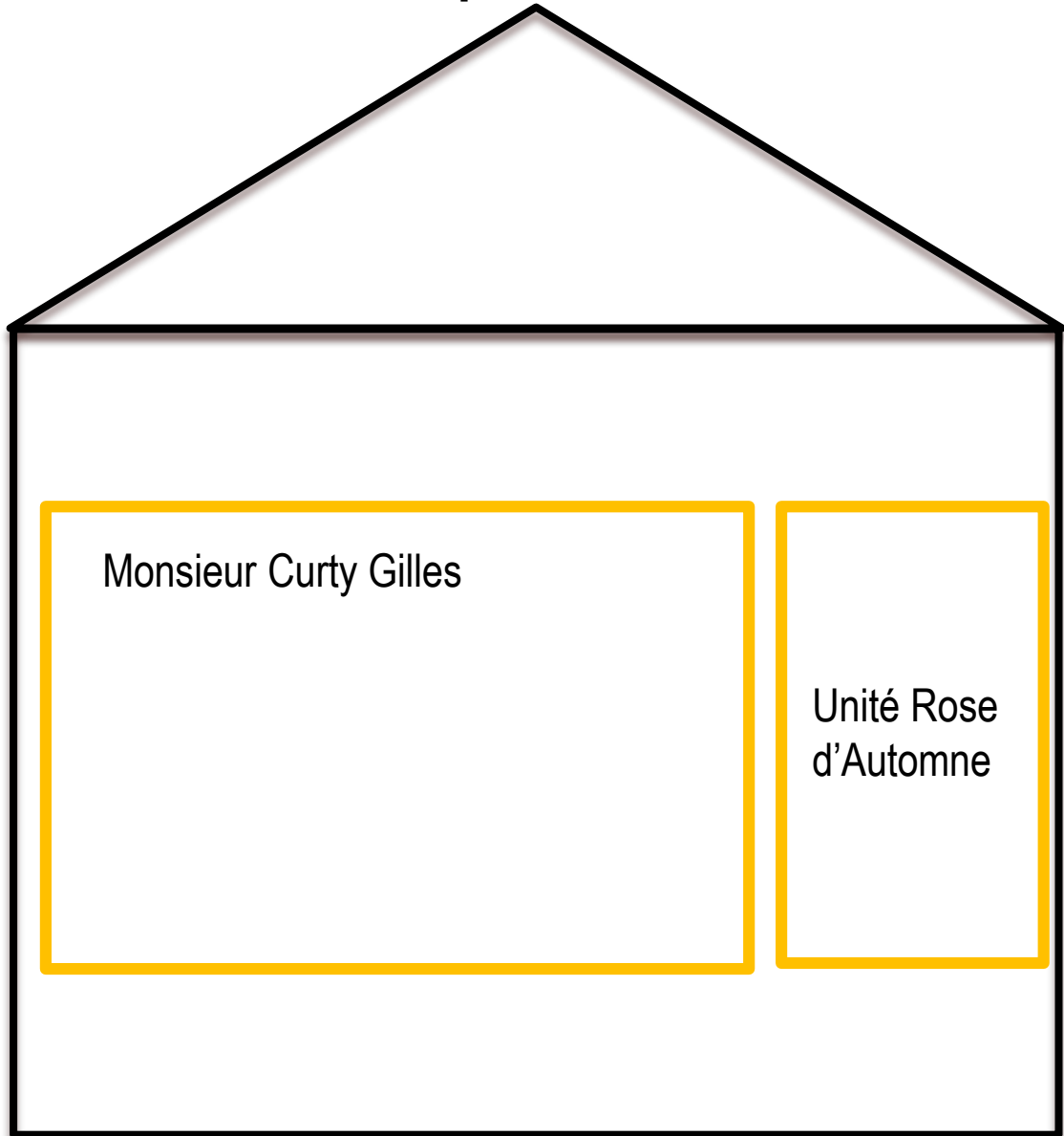
Au sein du Home médicalisé de la Sarine,
nous avons le plaisir d'accueillir:



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 mars, nous souhaitons un joyeux anniversaire à nos chères résidentes et chers résidents :

Monsieur Tinguely Francis, 10 mars, 2^{ème} étage

Aeby Marie-Louise, 11 mars, 1^{er} étage

Nord Cornelia, 18 mars, 1^{er} étage

Briod Pierre-Edouard, 20 mars, 1^{er} étage

Steiner Imelda, 29 mars, 1^{er} étage



Vie spirituelle



Vie Spirituelle

En 2024



Pâques sera fêté le dimanche 31 mars.

Marie Madeleine que l'on voit sur cette icône voudrait retenir Jésus.

Mais il lui dit :

« Ne me retiens pas...

Va trouver mes frères pour leur dire
que je monte

vers mon Père et votre Père,
vers mon Dieu et votre Dieu.

Marie Madeleine s'en va donc annoncer aux disciples :

« J'ai vu le Seigneur ! »

A vous qui habitez cette maison,
Jésus Ressuscité
souhaite manifester sa présence.

Ce serait merveilleux,
si vous pouviez aussi dire :

« J'ai vu le Seigneur ! »



*Alors préparons-nous,
en ouvrant nos cœurs à ceux qui vivent avec nous.*

*« Ce que vous faites au plus petit,
c'est à moi que vous le faites. »
nous dit Jésus.*

Bonne route vers Pâques !

André Duruz

Hommage

Monsieur Guisolan Norbert
(16.10.1941 – 25.01.2024)



Norbert était un agriculteur passionné. Il aimait ses champs, son bétail et la forêt. Tenant le domaine familial à Noréaz, il transforma l'ancienne ferme et fit éclore un superbe outil de travail qui fut malheureusement entièrement détruit par la foudre. Ayant fondé une famille avec sa regrettée épouse Marguerite, devant cette fatalité, il fut contraint de changer de cap

En 1984, après avoir vécu sur le nouveau domaine à Montagny-les-Monts, il construisit une villa sur l'emplacement de son ancienne ferme détruite et se tourna vers un autre métier jusqu'à sa retraite. Norbert appréciait particulièrement les repas en famille, les balades en forêt et le jass entre amis.

Malheureusement, en décembre 2022, sa santé s'est détériorée le contraignant à entrer au Home médicalisé de la Sarine. Malgré cela, Norbert continuait de tirer du plaisir de ses visites à la ferme, observant avec un œil attentif l'exploitation agricole d'un cousin qu'il voyait depuis la baie vitrée de sa chambre.

L'état de santé de Norbert se détériorant, il est entré à Villa Saint François le 19 janvier pour passer des examens médicaux. Très rapidement, sa santé s'est détériorée et Norbert nous a quitté jeudi 25 janvier 2024 à l'âge de 82 ans.



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

Hommage



Madame Chessex Joséphine
(21.01.1930 – 15.02.2024)



Madame Chessex,

Nous nous rappellerons de ces
longues heures de discussions
en chambre avec toujours un
mot pour rire et bien sûr vos
chocolats « Mon Chéri »

Nous vous souhaitons un bon
dernier chemin

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

Jeux

Sudoku

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

Jeux

Solution sudoku

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

Jeux

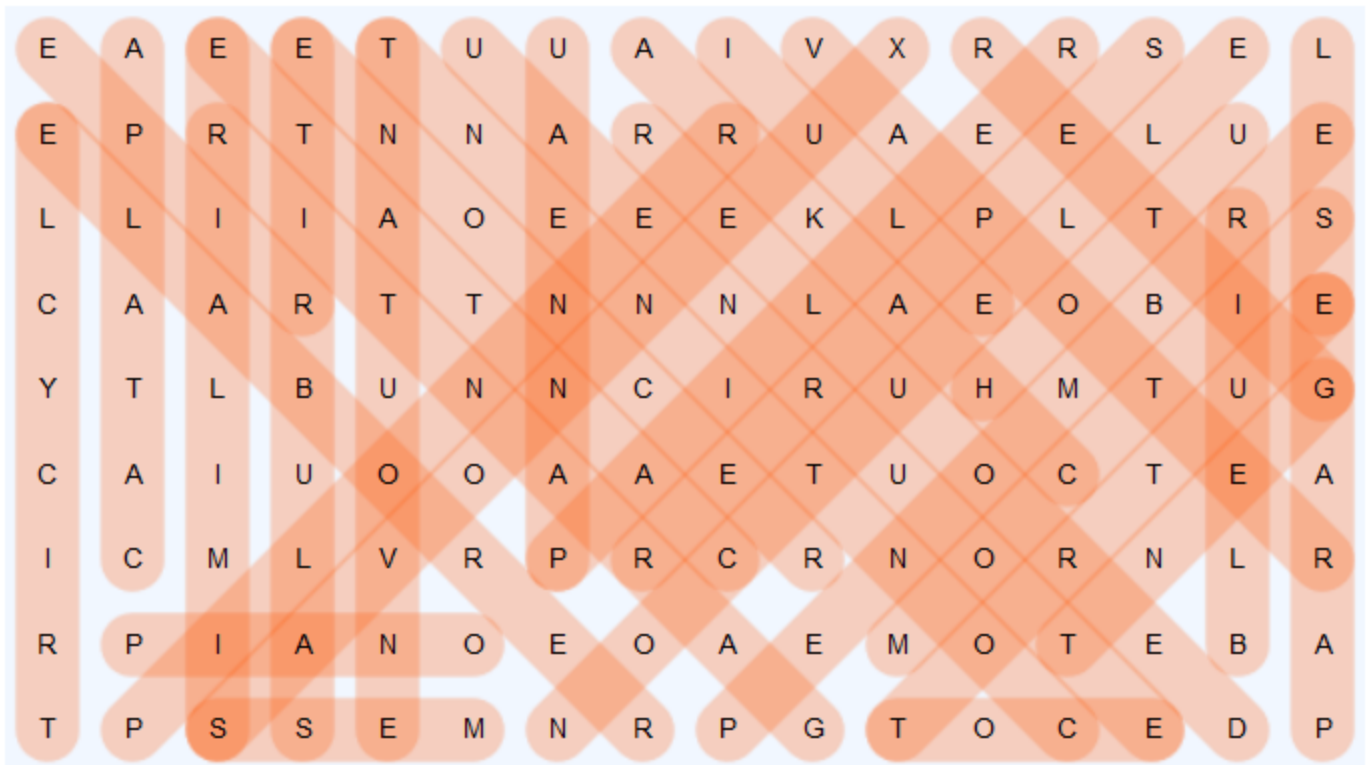
Mots mêlés

BLEUIR CANTATE CATALPA
CHAKRA CONTINENT
DEROULER ECOT ELABORER
ENONCER ENVOUTANT
ETOURNEAU GARANTIR GENT
GITER HOTU IULE LESE
MESS NOCTUELLE PAILLER
PANNEAU PARAGE PENOMBRE
PIANO PILONNER RIPE
SALUBRITE SAVONNEUX
SEPARER SIMILAIRE SITCOM
TORTUE TRICYCLE VAPOTER

E	A	E	E	T	U	U	A	I	V	X	R	R	S	E	L
E	P	R	T	N	N	A	R	R	U	A	E	E	L	U	E
L	L	I	I	A	O	E	E	E	K	L	P	L	T	R	S
C	A	A	R	T	T	N	N	N	L	A	E	O	B	I	E
Y	T	L	B	U	N	N	C	I	R	U	H	M	T	U	G
C	A	I	U	O	O	A	A	E	T	U	O	C	T	E	A
I	C	M	L	V	R	P	R	C	R	N	O	R	N	L	R
R	P	I	A	N	O	E	O	A	E	M	O	T	E	B	A
T	P	S	S	E	M	N	R	P	G	T	O	C	E	D	P

Jeux

Solution mots mêlés



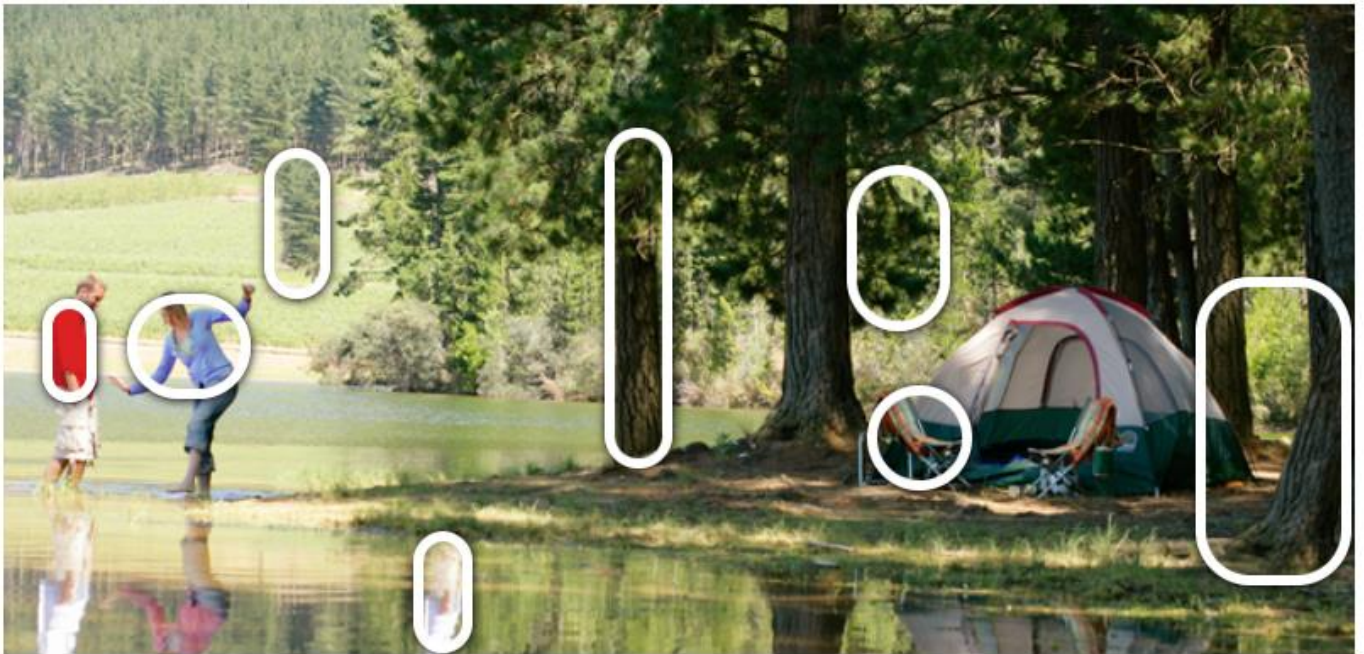
Jeux

Jeux des 8 différences



Jeux

Solution des 8 différences



Jeux

Mots fléchés

INACTIVE	VIEILLE VOITURE	CENTRÉ	DÉTÉ- NANT DIS- POSANT DE	PRÉLÈVE DE L'EAU	ELLE RONGE LA LAINE
ADVER- SAIRES	RAPIDITÉ	BOÎTE À BUL- LETINS	CRI DE JOIE	BORDURE DE BOIS	PONTS ÉTROITS
			BIEN À TOI		
BUREAU					
BOUT D'UNE CUISSÉ DE POULET			QUELLE- ENTÊTÉE CELLE-LÀ!		
ALLER AUX URNES			ACCESSOI- RES DE GOLFEUR		FILET D'EAU DANS LE PRÉ
HOMME FAMILIER					
				FIN D'IN- FINITIF	
				L'ÉPOUSE DU FILS	
D'UNE GRANDE PRÉCISION	EXPÉDIE- RAS UN MESSAGE				
				AVION DE CON- CEPTION LÉGÈRE	PETITE ÉTENDUE D'EAU STAG- NANTE
ARRIVÉ À LA MA- TERNITÉ					
POSTE À IMAGES					
	DISQUE DE GRUYÈRE	FEMME DE RAJAH	BOX À LOUER	MESURES DE BIÈRE	IL DONNE LE TON
CONSER- VER EN ENTREPÔT		EXPRES- SION COR- PORELLE	ENNUYER, IMPOR- TUNER		MOT DE CA- PRICIEUX
MODÉRER L'ARDEUR					
				NEZ PO- PULAIRE	
				ANCIEN NAVIRE À VOILES	
HER- BIVORE					
À NETTOYER					
			MER QUI ACCUEILLE DE NOM- BREUX TOURISTES		
DEVANT UN VERBE PRONO- MINAL		TRÈS RAPIDES			

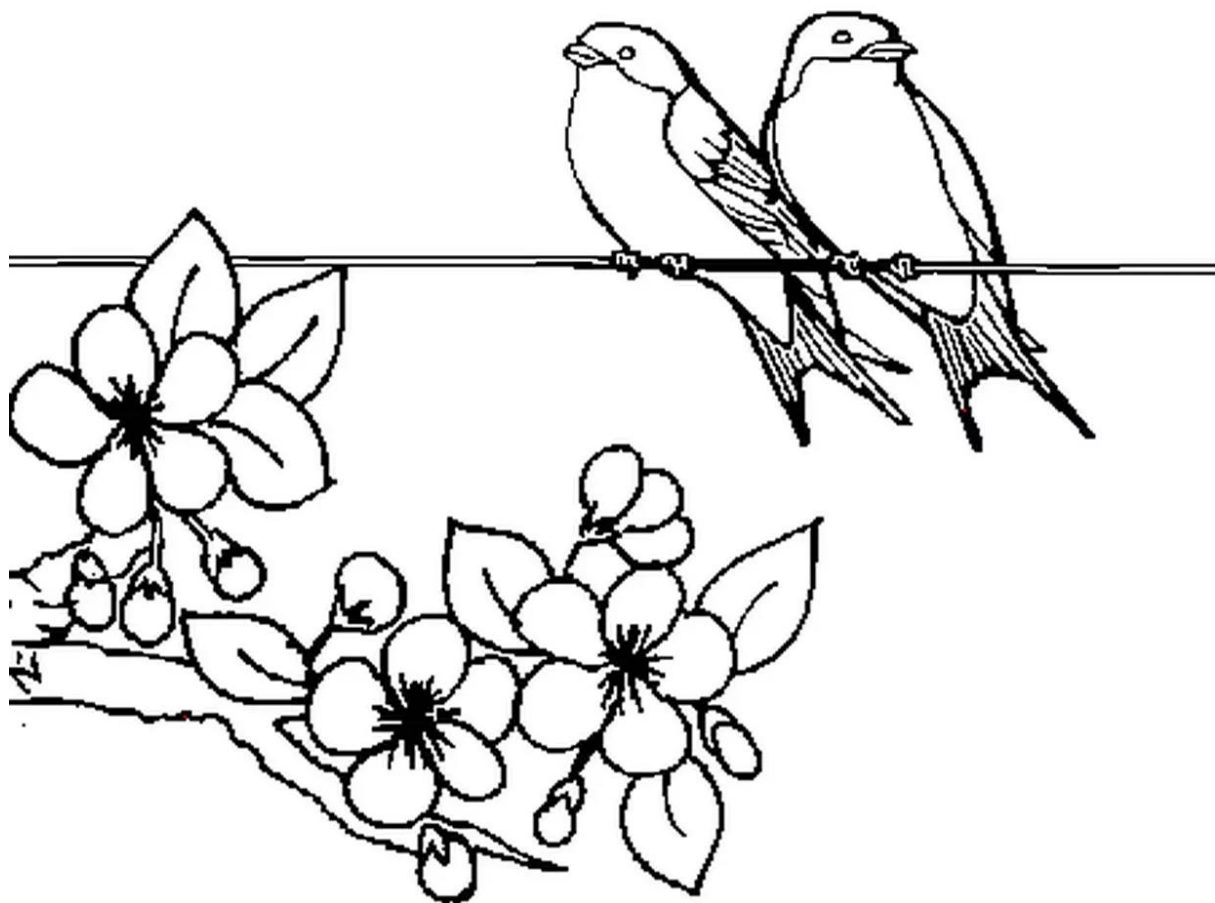
Jeux

Solution mots fléchés

INACTIVE ADVER- SAIRES	O	VIEILLE VOITURE RAPIDITÉ	T	CENTRÉ BOÎTE À BUL- LETINS	A	DÉTE- NANT DIS- POSANT DE	A	PRÉLÈVE DE L'EAU BORDURE DE BOIS	P	ELLE RONGÉ LA LAINE PONTES ÉTROITS	M
R	I	V	A	U	X	CRI DE JOIE BIEN À TOI	Y	O	U	P	I
BUREAU BOUT D'UNE CUISSÉ DE POULET	S	E	C	R	E	T	A	R	I	A	T
P	I	L	O	N	QUELLE- ENTÊTÉE CELLE-LÀ!	A	N	E	S	S	E
ALLER AUX URNES HOMME FAMILIER	V	O	T	E	R	ACCESSOI- RES DE GOLFEUR	T	E	E	S	FILET D'EAU DANS LE PRÉ
M	E	C						FIN D'IN- FINITIF	E	R	
D'UNE GRANDE PRÉCISION	EXPÉDIE- RAS UN MESSAGE	I						B	R	U	
N	E	T						AVION DE CON- CEPTION LÉGÈRE	E	PETITE ÉTENDUE D'EAU STAG- NANTE	
ARRIVÉ À LA MA- TERNITÉ POSTE À IMAGES	N	E						U	L	M	
T	V	DISQUE DE GRUYÈRE						FEMME DE RAJAH EXPRES- SION COR- PORELLE	R	BOX À LOUER ENNUYER, IMPOR- TUNER	G
CONSER- VER EN ENTREPÔT MODÉRER L'ARDEUR	E	M	M	A	G	A	S	I	N	E	R
F	R	E	I	N	E	R	NEZ PO- PULAIRE ANCIEN NAVIRE À VOILES	N	A	S	E
HER- BIVORE À NETTOYER	R	U	M	I	N	A	N	T			
S	A	L	E	MER QUI ACCUEILLE DE NOM- BREUX TOURISTES	E	G	E	E			
DEVANT UN VERBE PRONO- MINAL	S	E	TRÈS RAPIDES	B	R	E	F	S			

Jeux

Coloriage



Printemps

Rétrospective

Goûter des anniversaire du mois de Janvier



Rétrospective

Goûter des anniversaire du mois de Janvier



Rétrospective

Carnaval de la Rose d'Automne



Rétrospective

Carnaval de la Rose d'Automne



Rétrospective

Carnaval de la Rose d'Automne



Rétrospective

Carnaval du Home de la Sarine



Rétrospective

Carnaval du Home de la Sarine



Rétrospective

Carnaval du Home de la Sarine



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

