

À CHAQUE SEMAINE SON HISTOIRE

L'ACCENT

DE LA RÉSIDENCE SAINT-MARTIN

DU 2 au 8 DECEMBRE 2024

N°49

COMMUNICATIONS	2
JEU	3
CONNAISSANCES	4-5
HISTOIRE ET RÉCIT	6-7
JEU	8
CULTURE GÉNÉRALE	9
CONCERT	10
SORTIE	11
SOUVENIRS	12-13
PROGRAMME D'ANIMATIONS ...	14
PROGRAMME D'ANIMATIONS ...	15
MENUS DE LA SEMAINE	16



Suivez-nous sur Instagram!

MEILLEURS VŒUX POUR VOTRE ANNIVERSAIRE !

CHEZ LES RÉSIDENTS

Lundi 2 décembre Mme Marie-Josée LITZISTORF
à l'unité Centaure

Dimanche 8 décembre Mme Colette GLORIEUX
à l'unité Pégase

CHEZ LE PERSONNEL

Lundi 2 décembre Mme Lynn DUBEY

Lundi 2 décembre Madame Séverine SCHMITT

Vendredi 6 décembre Madame Emma SAVARY

Samedi 7 décembre M. Davide BELLAVIA

SUDOKU TAKARI

						32
	9					29
		3		1	4	29
2		9	3		1	27
	4	8			5	33
3		7		8	2	30
21	39	30	37	32	21	

Chaque carré 3x3 contient tous les chiffres de 1 à 9.

Les lignes et les colonnes contiennent des séries de 6 chiffres compris entre 1 et 9, sans répétition d'un même chiffre.

Complétez les cases vides pour que la somme des chiffres de chaque ligne et de chaque colonne soit égale au nombre inscrit en marge

FORMATION DE LA NEIGE ET DES FLOCONS

La neige est de l'eau congelée qui tombe en flocons blancs légers. Elle se forme lorsqu'il fait froid, plus précisément en dessous de 0 °C. La présence d'impuretés et de poussières est absolument nécessaire à la formation de ces petites étoiles brillantes. La neige est une forme réduite d'énergie, ce qui fait l'ajustement assez spécial de molécules d'eau dans une structure cristalline.

L'évolution de la structure de ces petits cristaux brillants est aussi liée à la façon dont les molécules d'eau s'emmaillent à la surface. Les molécules s'accrochent avec plus de facilité sur les angles d'un cristal. Les arrêtes d'un prisme hexagonal ont alors tendance à se développer plus vite que les faces plates du flocon. Ces minuscules flocons d'eau ne sont visibles qu'avec une loupe ou un microscope.



D'OÙ VIENT LA COULEUR BLANCHE DE LA NEIGE ?

Sous faible épaisseur, l'eau et la glace sont des substances transparentes, mais on peut les voir car ces substances réfléchissent la lumière et la couleur. L'accumulation des flocons n'est pas compacte, la lumière les éclairant traverse les cristaux translucides puis est réfléchi par les couches séquentielles de flocons. Comme toutes les couleurs sont réfléchies, on voit du blanc. C'est là que se met en place le prisme de réfraction.



LA BRISE

La brise se lève.

Il lui reste encore une pince de bois entre les lèvres, quand se lève la brise.

Elle pense : «?Une fois encore le vent arrive au moment où j'étends les draps.?»

Elle imagine alors que Dieu, maître du vaste monde, confie à des chérubins la manœuvre des vents. Certains, par étourderie, ou par de curieuses facéties, lâchent sur la vie terrestre des tempêtes féroces. D'autres, plus attentifs aux nécessités humaines, brassent les aires de battage et font grincer les moulins pour que soient mises en sacs les dernières récoltes. Par le souffle des montagnes, ils peuvent aussi apaiser les étés les plus torrides. Plus simplement, ils sèchent le linge qui pend près des maisons.

«?Je demanderai à Jim si c'est pareil au mouillage ? Si dans le calme de la rade, la brise attend qu'ils déploient

les voiles pour les pousser au large?? »

Elle accroche sa dernière pince à la cordelette, et tandis qu'elle renoue le tablier dans son dos, le vent, en plaquant le drap contre son corps façonne une statue de toile. Il étreint tant son corps que le moulage paraît un nu. Piqué à la pointe des seins, le linge tendu agite des turbulences aux contours de sa silhouette, entre ses cuisses. À coup sûr, si le révérend Princecoat venait à passer à ce moment précis, la vue de ce moulage fortuit ferait retentir un redoutable sermon à la chaire de son temple intérieur.

Comme à chaque fois que l'on annonce l'arrivée proche du «?Land on the sea?», sur lequel Jim Mordley embarque pour de longues campagnes de pêche, elle lave les draps.

Tôt dans la matinée, à la faveur d'une promesse d'embellie, elle

LA BRISE (SUITE)

a fait bouillir la lessiveuse en fer crayeux.

Alors que mollement perçaient les dernières bulles dans la crème blanchâtre, et que les braises au-dessous se poudraient de cendre, à nouveau elle a plongé l'écope métallique dans la réserve à charbon et en a déversé le contenu dans le fourneau. Puis elle a soufflé dessus par saccades nerveuses.

C'est bien la première fois qu'elle répétait cette opération.

Son mari allait revenir d'une absence de trois semaines, et, après un repas agrémenté de pain croustillant, après un bain d'eau douce et tiède, il fallait qu'il pût se coucher dans des draps secs, propres et parfumés aux senteurs de la lande.

C'est bien la première fois qu'elle reprenait cette étape de la lessive. Voulait-elle dépurifier une matière impalpable... une ombre à sa conscience??



SOLUTIONS DU SUDOKU TAKARI

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

Si vous désirez faire un don à la résidence, vous pouvez désormais le faire avec Twint en scannant le QR code suivant.



Payez facilement avec TWINT



Scannez le code QR avec l'app TWINT.



Saisissez le montant total et confirmez le paiement.

Merci de votre générosité

LE SAVIEZ-VOUS

Nature

Les Alpes continuent de grandir - Les montagnes Alpines, qui traversent la Suisse, grandissent d'environ 1 millimètre par an, un mouvement dû à la collision continue des plaques tectoniques européenne et africaine.

Santé

La musique diminue l'anxiété - Écouter de la musique peut diminuer significativement les niveaux de l'hormone de stress cortisol, contribuant ainsi à réduire l'anxiété.

Corps humain

Le corps humain contient de l'or - Il y a environ 0,2 milligrammes d'or dans le corps humain, la plupart étant dans notre sang.

Technologie

Internet des objets (IoT) en santé - L'Internet des objets, qui connecte des appareils quotidiens à Internet, est de plus en plus utilisé dans le domaine médical. Par exemple, des bracelets connectés peuvent surveiller en continu le rythme cardiaque ou le niveau de glucose sans intervention manuelle.

CONCERT

LES CONCERTS DU COEUR TEST



Cordascopia

Chloé Burlet violon
Zoltán Kisák guitare

Lundi 2 décembre 2024
15:00

Résidence St-Martin,
Cottens

Concert donné dans le cadre des Concerts du Cœur
www.lesconcertsducoeur.ch

CONFECTION DE BOUGIES



Judi
5 décembre
à 13h45
à Fribourg

Nous avons le plaisir de vous proposer un atelier « confection de bougies artisanales » organisé par l'association REPER.

Venez découvrir les techniques de la fabrication en laissant libre cours à votre créativité et repartir avec votre propre réalisation. La première bougie vous est offerte.

LOTO DES FAMILLES



SOUVENIRS

LOTO DES FAMILLES



Plus de photos sur notre instagram @residence_stmartin

PROGRAMME D'ANIMATIONS

ACTIVITÉS COMMUNES

DATE	HEURE	ACTIVITÉ
LUNDI		
2 décembre	10h30	Atelier «préparation de légumes» (salle animation-cuisine)
	15h00	Concert du duo Cordascopia «salle Grande Ourse)
MARDI		
3 décembre	10h00	Sortie-café au tea-room de Cottens (inscription auprès du personnel soignant)
	10h30	Danse assise (salle Grande Ourse)
	15h00	Atelier «cartes de Noël» (salle animation-cuisine)
MERCREDI		
4 décembre	10h15	Atelier cornets de St-Nicolas (salle animation-cuisine)
	14h00	Sortie-visite du Marché de Noël sur la Grand Rue de Bulle (inscription auprès du personnel soignant)
	14h15	Jeux de cartes avec les aînés de Cottens (à la Brasserie)
	15h00	Jeux de société (salle animation-cuisine)
JEUDI		
5 décembre	10h30	Concert d'Agatha Music (salle Grande Ourse)
	13h45	Sortie-confection de bougie à l'association Reper à Fribourg (inscription auprès du personnel soignant)
	14h50	Piscine - groupe 1 (inscription auprès du personnel soignant)
	15h50	Piscine - groupe 2 (inscription auprès du personnel soignant)
	15h00	Jeux de société (salle animation-cuisine)
VENDREDI		
6 décembre	10h15	Messe (salle Grande Ourse)
	10h45	Fitness
	15h00	Goûter de la St-Nicolas (salle Grande Ourse)

PROGRAMME D'ANIMATIONS

ACTIVITÉS PAR UNITÉS

DATE	HEURE	ACTIVITÉ
CENTAURE		
Lundi 2 décembre	16h30	Apéritif avec l'animation
PÉGASE		
Lundi 2 décembre	14h15	Soins esthétiques
Mardi 3 décembre	17h30	Soirée de l'Avent
PERSÉE		
Lundi 2 décembre	16h30	Apéritif avec l'animation
LYRE		
Lundi 2 décembre	14h00	Balade
ANDROMÈDE		
Mercredi 4 décembre	17h30	Soirée de l'Avent
PHOENIX		
Jeudi 5 décembre	17h30	Soirée de l'Avent
Vendredi 6 décembre	10h30	Soins esthétiques
ORION		
Jeudi 5 décembre	10h30	Soins esthétiques

MENUS DE LA SEMAINE

	MIDI	SOIR
lundi 2	Potage garbure Ragoût de dinde au gingembre et citronnelle Nouilles au beurre Petits pois et carottes Vermicelles	Potage du jour Délice au fromage Salade verte
mardi 3	Potage Esaü Emincé de Quorn Casimir Riz créole Salade assortie Crème Ovomaltine	Potage du jour Gâteau aux pruneaux
mercredi 4	Potage St-Germain Saucisse à rôtir Pommes purée Poireau à la crème Cake	Potage du jour Gnocchi parisienne Salade de racine rouge
jeudi 5	Crème de fenouil Cou de porc fumé Pommes nature aux fines-herbes Choucroute Fruit	Souper dans les unités Potage du jour Bircher muesli
vendredi 6	Potage paysanne Filet de sandre frit, sauce rémoulade Pâtes au beurre Haricots braisés Glace	Potage du jour Croissant au jambon Salade assortie
samedi 7	Consommé aux croûtons Boudin Autre viande Cornettes Compote de pommes Yoghourt aux fruits	Potage du jour Risotto à la courge Salade verte
dimanche 8	Jalousie aux légumes et champignons Daube de boeuf aux légumes Pommes rissolées au sésame Jardinière de légumes Bavarois à la pêche blanche	Potage du jour Fleur d'Hauterive Gruyère d'Onnens Ballon hôtel

Provenance viandes / poissons / crustacés
BOEUF : SUISSE DINDE : HU PORC : SUISSE
SANDRE : DE