

# À CHAQUE SEMAINE SON HISTOIRE

# L'ACCENT

## DE LA RÉSIDENCE SAINT-MARTIN

DU 23 AU 29 MARS 2026

N°13

COMMUNICATIONS .....2

MENUS DE FÊTES.....3

CONTES ET LÉGENDES .....4-6

JEU .....7-8

SOUVENIRS.....9-11

CINÉMA.....12

CINÉMA-DOCUMENTAIRE.....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

---

Mercredi 25 mars

M. Georges GRAND  
Résident à l'unité Phoenix

### CHEZ LE PERSONNEL

---

Mercredi 25 mars

Mme Jacqueline CHAMMARTIN

Mercredi 25 mars

Mme Leticia TILVE SIMAL

Jeu-di 26 mars

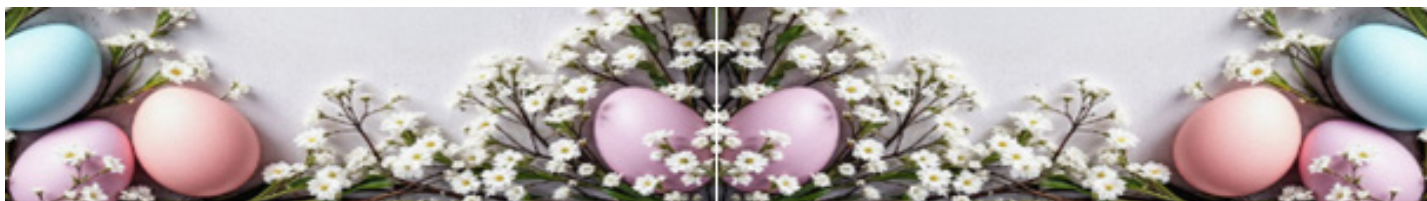
Mme Vanessa BAUDOIS

Samedi 28 mars

Mme Christel BARMAVERAIN



# MENUS DE FÊTES



## DIMANCHE DE PAQUES - 5 AVRIL 2026

Tartare de thon et crème au wasabi  
Brioche et saladine

\* \* \*

Roastbeef à l'anglaise, sauce corsée au Saint-Emilion  
Pommes Saint-Florentin  
Fagots de légumes au jambon cru

\* \* \*

Jalousie aux pommes et rhubarbe  
Glace artisanale au caramel Salidou

CHF 46.-

## LUNDI DE PAQUES - 6 AVRIL 2026

Fiorelli à l'ail des ours  
Sur lit d'asperges vertes

\* \* \*

Filet mignon de porc aux morilles  
Gnocchi alla romana  
Brocoli mimosa sur une purée de carottes

\* \* \*

Panna cotta et salpicon de fraises  
Tuile aux amandes

CHF 44.--

Afin de faciliter l'organisation de ces repas de fêtes, nous vous prions de nous communiquer vos réservations en téléphonant au **026 477 61 31** jusqu'au 30 mars 2026.

Nous nous efforcerons, dans la mesure de nos disponibilités, de répondre à vos souhaits. Merci de votre compréhension et à bientôt !

BONNES FÊTES À TOUTES ET À TOUS !

## LE CHÊNE DE KERNISCOB

J'aimerais tant manger une crêpe avec du chocolat, mais je n'ai pas le sou.

C'était le chêne le plus vieux, le plus majestueux de cette forêt, tronc énorme, branches immenses... et souvent un petit garçon du village d'à côté venait jouer au pied de cet arbre, son arbre.

Les années passèrent. Pierrick, c'était son nom venait souvent se confier au pied de ce chêne si important. Ses joies, ses peines, surtout ses peines.

Un jour Pierrick se rendit au pied de son arbre.

Frou frou frou faisait le bruit de ses pas dans les feuilles mortes.

Pierrick avait l'air boudeur,

- « Oh la ! mon gars , ça n'a pas l'air d'aller. Pourquoi ce visage sombre demanda l'arbre bienveillant ».

- « J'aimerais tant manger une crêpe

avec du chocolat, mais je n'ai pas le sou ».

- « Cueille mes fruits. Ces glands, porte les au fermier. Il les donnera aux cochons et en échange il te donnera bien une pièce... de quoi t'acheter une crêpe ».

- C'est ce que Pierrick fit et c'est ce qui se produisit.

Le temps passa et le chêne vit un adolescent aux yeux rêveurs s'approcher.

Frou, frou, frou... à n'en pas douter, c'était Pierrick. Ses pas, il les reconnaissait.

Pierrick enlaça l'énorme tronc, posa sa joue.

- « Hé, mon ami que t'arrive - t- il ? demanda le chêne.

- « J'aime une fille. Je suis amoureux » Et Pierrick sortit de sa poche un canif pour graver le prénom de sa bien aimée.

## LE CHÊNE DE KERNISCOB

Le chêne partagea le bonheur de Pierrick et tendit son écorce la plus tendre; bientôt, un joli cœur fut gravé avec deux lettres qui s'enlaçaient: le P de Pierrick et le S de Soizic.

Les années passèrent et le chêne vit un homme s'approcher. Les années passèrent et le chêne vit un homme s'approcher.

Frou, frou, frou.

- «Oh! ce pas je le reconnais!». Qu'est ce qui t'amène ici, demanda le chêne».

- « Je voudrais tant voyager de par le monde, mais je n'ai pas de bateau».

- «Coupe mes branches et tu pourras construire ton bateau».

C'est ce que Pierrick fit et il découvrit de nombreux pays.

Le temps passa et le chêne de Kerniscob entendit quelqu'un s'approcher.

Frou, frou, frou; à la démarche le chêne reconnut Pierrick.

- «Qu'est ce qui t'amène ici? »  
« Je vais me marier mais je n' ai pas de maison à offrir.»

«Scie mon tronc et tu auras des planches pour bâtir ta maison.»

C' est ce que Pierrick fit et bientôt une belle maison se dressait à l' orée de la forêt.

Le temps passa et l' arbre qui n'était plus qu'une souche vit un vieux pêcheur s'approcher, à petits pas, s' appuyant sur une canne.

Frou,frou toc,  
Frou,frou toc,

Le chêne comprit que c'était Pierrick.

«Petit grand père, qu'est ce qui t'arrive ?»

- « Ah, je n' ai plus beaucoup de force et j'ai besoin de me reposer.»

-«Assieds-toi sur moi!»

# LE CHÊNE DE KERNISCOB

Péniblement, Pierrick s'assit sur la souche. Il repensa alors aux bons moments de sa vie: les les crêpes au chocolat, son premier amour, son bateau, sa maison encore bien solide...ferma les yeux et s'endormit près de son ami, son chêne, pour l'éternité.



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 SUDOKU

Pour résoudre un jeu SUDOKU, il suffit de connaître une seule règle toute simple :

Remplir les cases de façon à ce que chacune des 9 colonnes, des 9 rangées et chacun des 9 carrés de 3 x 3 cases contiennent tous les chiffres de 1 à 9. Et voilà, c'est tout ! A présent que vous connaissez la règle, tous à vos stylos...

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

# SUDOKU, SOLUTION

4	5	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	8	1	2	<b>9</b>
<b>9</b>	<b>1</b>	3	4	2	<b>5</b>	6	7	<b>8</b>
<b>2</b>	<b>6</b>	8	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	5	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>8</b>	<b>7</b>	4	<b>1</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	5	2
<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	5	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
6	9	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	3	<b>4</b>	<b>1</b>
<b>1</b>	<b>3</b>	2	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>9</b>	7	<b>8</b>	<b>6</b>
<b>7</b>	8	6	<b>3</b>	1	2	4	<b>9</b>	<b>5</b>
<b>5</b>	4	9	8	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	1	3

SOUVENIRS

# LOTO POUR SOUTENIR L'ASSOCIATION TOGO-SUISSE



# SOIRÉE MOULES FRITES



SOUVENIRS

# SOIRÉE MOULES FRITES



Plus de photos sur notre instagram @residence\_stmartin

## «PRETTY WOMAN»



**Lundi**  
**23 mars**  
**à 14h30**  
**à la salle**  
**Grande Ourse**  
**Durée 1h59**

Edward Lewis, un homme d'affaires désabusé qui porte avec une suprême élégance ses cheveux gris et ses yeux tristes, s'occupe du rachat d'entreprises en faillite et de leur revente. De passage à Los Angeles, il quitte une soirée mondaine où il s'ennuie à mourir et se perd dans un quartier chaud en se rendant à son hôtel. Il fait alors la connaissance de Vivian, une jeune et ravissante prostituée qui opère sur Hollywood Boulevard.

---

CINÉMA-DOCUMENTAIRE

# «BIENVENUE SUR L'ÎLE DES LOUPS»



**Jeudi**

**26 mars**

**à 10h30**

**à la salle**

**Grande Ourse**

**Durée 41 min**

**Episode 2 : Eté**

L'été venu, les habitants de l'île se disputent des ressources de plus en plus rares. Mais quand Cedar approche la tanière de la femelle alpha, l'incroyable se produit.

# PROGRAMME D'ANIMATIONS

## ACTIVITES COMMUNES

DATE	HEURE	ACTIVITÉ
<b>LUNDI</b>		
23 mars	10h30	Chant (salle Grande Ourse)
	14h00	Sortie-achats à Avry-Centre (inscription auprès du personnel soignant)
	14h30	Cinéma «Pretty woman» (salle Grande Ourse)
	16h30	Chapelet (salle animation-cuisine)
<b>MARDI</b>		
24 mars	10h30	Atelier «préparation de légumes» (salle animation-cuisine)
	10h45	Fitness
	12h00	Dîner-fondue à la Brasserie pour l'unité Orion, (possibilité pour les résidents des autres unités de s'inscrire auprès du personnel soignant)
	14h50	Piscine groupe 1 (inscription auprès du personnel soignant)
	15h50	Piscine groupe 2 (inscription auprès du personnel soignant)
15h30	Atelier «confection de feuilletés» (salle animation cuisine)	
<b>MERCREDI</b>		
25 mars	10h00	Sortie-verrée au tea-room à Cottens (inscription auprès du personnel soignant )
	10h30	Danse assise (salle Grande Ourse)
	15h00	Loto, frs 2.- le carton (salle Grande Ourse)
	19h00	Soirée bistrot (à la Brasserie)
<b>JEUDI</b>		
26 mars	10h15	Atelier «préparation de légumes» (salle animation-cuisine)
	10h30	Cinéma-documentaire « Bienvenue sur l'île des loups» épisode 2 (salle Grande ourse)
	12h00	Dîner-fondue à la Brasserie pour l'unité Andromède, (possibilité pour les résidents des autres unités de s'inscrire auprès du personnel soignant)
	14h00	Sortie-verrée au «Bistro d'Ogoz» à Vuisternens-en-Ogoz (inscription auprès du personnel soignant)
	15h00	Atelier «Parlons Patois» (salle animation-cuisine)
<b> VENDREDI</b>		
27 mars	10h15	Messe (salle Grande Ourse)
	10h45	Fitness
	14h00	Sortie-verrée au tea-room «L'espace gourmand» à Villars-sous-Mont (inscription auprès du personnel soignant)
	15h00	Gymnastique (salle Grande Ourse)

# PROGRAMME D'ANIMATIONS

## ACTIVITÉS PAR UNITÉ

DATE	HEURE	ACTIVITÉ
<b>CENTAURE</b>		
Lundi 23 mars	16h45	Apéritif avec l'animation
Vendredi 27 mars	11h00	Soins esthétiques
<b>PÉGASE</b>		
Lundi 23 mars	10h00	Soins esthétiques
<b>PERSÉE</b>		
Lundi 23 mars	11h00	Soins esthétiques
<b>LYRE</b>		
Mercredi 25 mars	11h00	Jeux de société
<b>ANDROMÈDE</b>		
Jeudi 26 mars	12h00	Dîner-Fondue à la Brasserie
<b>PHOENIX</b>		
Mercredi 25 mars	10h00	Jeux de société
<b>ORION</b>		
Mardi 24 mars	12h00	Dîner-fondue à la Brasserie
Vendredi 27 mars	10h00	Soins esthétiques

# MENUS DE LA SEMAINE



## MIDI

## SOIR

lundi 23	Potage santé Escalope de poulet panée Pâtes au beurre Petits pois glacés Yoghourt aux fruits «laiterie d'Autigny	Potage du jour Croissant au jambon* Salade mêlée
mardi 24	Potage aux pois jaunes Friture de poisson Pommes nature aux fines-herbes Carottes à l'ail Pavé aux trois chocolats*	Potage du jour Choix de pâtes farcies* Salade verte
mercredi 25	Consommé* aux croûtons Jambon, lard et saucisse Pommes au bouillon Choucroute Pomme au four	Potage du jour Galette de légumes* Salade assortie
jeudi 26	Potage parmentier Ragoût de porc à la moutarde Polenta à la sauge Poireau gratiné Fruit	Potage du jour Risotto aux champignons Salade verte
vendredi 27	Potage aux légumes Rôti haché fribourgeois Spaetzli maison Chou-fleur polonaise Flan au caramel*	Potage du jour Roesti* pizza au jambon Salade de racine rouge
samedi 28	Crème de tomates Emincé de foie de génisse Autre viande Pâtes au beurre Choux rouges braisés Poire au vin rouge	Potage du jour Tomme Moléson à l'ail des ours Gruyère AOP «laiterie d'Onnens» Pommes en robe
dimanche 29	Saladine de magret de canard aux agrumes Boeuf braisé aux cornes d'abondance Pommes sautées Jardinière de légumes Eclair mocca	Potage du jour Gâteau aux fruits

Provenance viandes / poissons / crustacés

BOEUF : SUISSE PORC : SUISSE POULET : UE

«L'astérisque (\*) signifie que le plat ne répond pas aux exigences du Label Fait Maison»

labelfaitmaison.ch