

# À CHAQUE SEMAINE SON HISTOIRE

# L'ACCENT

## DE LA RÉSIDENCE SAINT-MARTIN

DU 18 AU 24 MAI 2026

N°21



COMMUNICATIONS .....	2
JEU .....	3-4
HISTOIRE .....	5-6
JEU .....	7
SOUVENIRS .....	8-10
CONCERT .....	11
SORTIE-VISITE .....	12
CINÉMA .....	13
PROGRAMME D'ANIMATIONS ..	14-15
MENUS DE LA SEMAINE .....	16



Suivez nous sur Instagram!

## MEILLEURS VŒUX POUR VOTRE ANNIVERSAIRE !

### CHEZ LES RÉSIDENTS

---

*LE GÂTEAU RESTE AU FRAIS !*



### CHEZ LE PERSONNEL

---

Mardi 19 mai

Mme Zoé HUGUENOT

Mercredi 20 mai

M. Tyron Dany GFELLER

Jeudi 21 mai

Mme Filomena BARBOSA GOMES RUIVO

Jeudi 21 mai

Mme Sylvie GABRIEL MARCHON

Dimanche 24 mai

Mme Fatma MAMOUNI

### BIENVENUE

---

Le mercredi 13 mai, nous avons eu la joie d'accueillir M. Jean-Paul Mettraux de Neyruz, ainsi que M. Robert Bongard d'Épendes à l'unité Andromède.

Nous leur souhaitons à tous deux un agréable séjour au sein de notre établissement.



# MOT MYSTÉRIEUX

Petits concombres conservés dans du vinaigre, comme les malossols dans la cuisine slave :



AGGLUTINER  
AJUSTABLE  
ANXIEUX  
AVACHIE  
BULLER  
CASSOLETTE  
CHIENNE  
CLAIRON  
CONCEDEE  
CONTRARIEE  
CONVEXE  
CRANE  
DECOUPEE

DENI  
ECROULE  
EMBRUME  
ESSE  
FELE  
FORMAT  
FRANCHI  
LAIDE  
LASCIVITE  
LICHETTE  
LOGEUR  
MALFAITEUR  
MENTIR

OMBILIC  
ONZE  
OURSIN  
PALI  
PARE  
PSYCHO  
QUETEUSE  
RANCARD  
REINTEGREE  
ROMANCE  
ROULEAU  
SAILLIE  
SAMBA

SENIOR  
SOUHAITE  
SUPERBE  
TONDEUSE  
TOQUEE  
TRICEPS  
USER  
VIROLOGIE  
VISIBLE  
ZIGUE

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

# 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...

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

## CHANCE OU MALCHANCE ?

Dans un village, un homme très pauvre possédait un cheval d'une rare beauté.

Il était si magnifique que tous les riches marchands et puissants seigneurs de passage se proposaient de lui acheter dès qu'ils l'apercevaient. Mais le vieil homme refusait toujours. Cet animal est pour moi comme un ami, disait-il. Vendriez-vous un ami ? Mais un beau matin, le vieillard découvrit que son cheval avait disparu.

Les villageois, goguenards, lui dirent tous : On te l'avait bien dit ! tu n'avais qu'à le vendre quand on te le proposait. Maintenant, on te l'a volé... quelle malchance. À toutes ces lamentations et railleries le vieil homme apportait invariablement la même réponse : chance ou malchance, qui peut le dire ? Les moqueries reprenaient alors de plus belle.

Mais 15 jours plus tard, le cheval revint avec une horde de chevaux sauvages.

S'étant échappé, il avait séduit quelque belle jument et rentrait maintenant avec le reste de la horde. Quelle chance ! dirent les villageois. Mais le vieillard ne montrait aucun enthousiasme débordant, conservant son habituelle bonne humeur : chance ou malchance, qui peut le dire ? Ses voisins ne pouvaient s'empêcher d'y voir ici une ingratitude devant la bonne fortune apportée par les dieux.

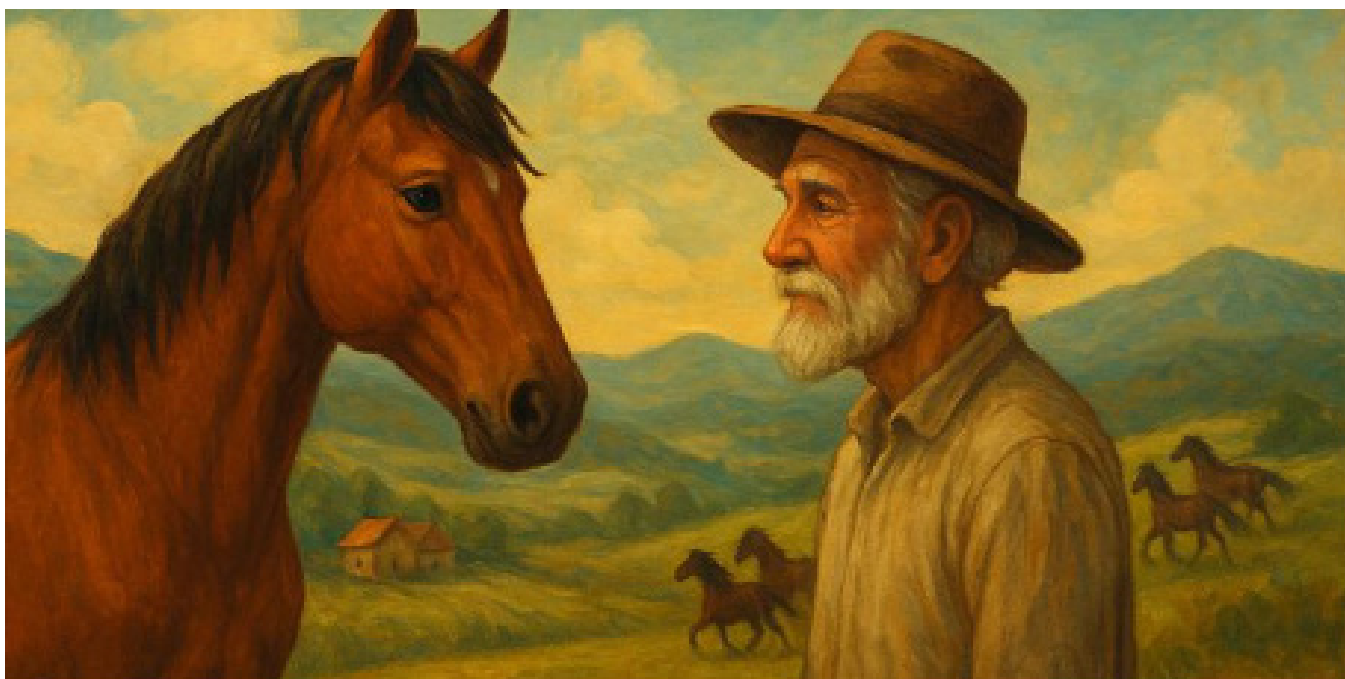
Le vieil homme et son fils voulurent dresser les chevaux pour les vendre ensuite aux riches du Royaume. Mais quelques semaines plus tard, le fils chuta d'un hongre et se brisa la jambe. Selon le guérisseur du village, il en gardera pour la vie une légère claudication. Ses amis le plainquirent alors de plus belle. Quelle malchance ! Sans ton fils, tu ne pourras dresser les chevaux pour les vendre ! Toi qui es si pauvre... À son habitude, le vieil homme répondit alors : chance ou malchance, qui peut le dire ?

## CHANCE OU MALCHANCE ?

Seulement trois jours après la blessure, les soldats du roi prirent position dans le village et enrôlèrent de force tous les jeunes. Ils partaient pour une campagne lointaine, au-delà des montagnes qui bouchent l'horizon, faire la guerre à un autre peuple. Tous durent suivre la troupe, sauf le fils qui ne pouvait marcher avec sa jambe brisée. Pleurant de désespoir, tous les villageois prirent le vieil homme à parti : ton fils reste avec toi alors que les nôtres vont certainement mourir à la guerre. On peut dire que la chance te sourit à toi qui garde ton fils unique !

Vous savez ce que le vieillard a répondu ?

*Chance ou malchance...*



JEU

# SOLUTIONS

SUDOKU

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

MOT MYSTÉRIEUX

C O R N I C H O N S

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

# LA SELLERIE FONDERIE ROULIN



# LA SELLERIE FONDERIE ROULIN



Plus de photos sur notre instagram @residence\_stmartin

# SPECTACLE DE MAGIE



CONCERT

# «LES PORNOGRAPHES»



## Les Pornographes

*Brassens, chanson française*

Greg Pittet guitare  
Alice Richtarch chant  
Raphael Gunti guitare basse

mardi 19 mai 2026  
10:30  
Résidence St-Martin,  
Cottens

Concert donné dans le cadre des *Concerts du Cœur*  
[www.lesconcertsducoeur.ch](http://www.lesconcertsducoeur.ch)

Soutiens:



Beisheim Stiftung

ERNST GÖHNER  
STIFTUNG



Fondation  
Vincent Merkle

MIGROS  
Pour-cent culturel



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG  
[www.fr.ch](http://www.fr.ch)

les concerts du  
**:coeur**  
fribourgeois

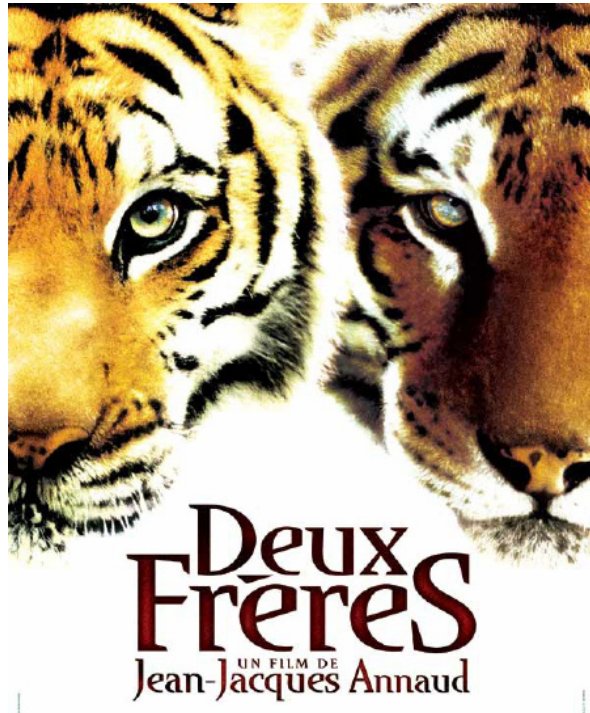
# LA FERME PÉDAGOGIQUE



**Mardi**  
**19 mai**  
**à 14h00**  
**à Grenilles**

Durant la visite de «la ferme pédagogique de la Goletta» de Mme Céline Berset à Grenilles, vous aurez l'occasion de découvrir des lapins, des chèvres naines, des moutons, des poneys, des oies, des canards, des poules et des cochons d'Inde. Selon les animaux, vous pourrez les toucher et les nourrir en entrant dans leurs parcs.

## «DEUX FRÈRES»



**Mardi**  
**19 mai**  
**à 15h00**  
**à la salle**  
**Grande Ourse**  
**Durée 1h50**

Nés au coeur de la jungle, deux petits tigres grandissent sous le regard bienveillant de leurs parents. Mais leur destin bascule par la faute des hommes.

L'un se retrouve vedette de cirque sous le nom de Koumal. L'autre est baptisé Sangha par le fils d'un administrateur colonial qui en fait son animal de compagnie...

# PROGRAMME D'ANIMATIONS

## ACTIVITÉS COMMUNES

DATE	HEURE	ACTIVITÉ
<b>LUNDI</b>		
18 mai	10h30	Chant (salle Grande Ourse)
	10h45	Fitness
	15h00	Atelier «Peinture» (salle animation-cuisine)
<b>MARDI</b>		
19 mai	10h30	Concert du trio «Les Pornographes» (salle Grande Ourse)
	10h45	Fitness
	14h00	Sortie-visite de «la ferme pédagogique» à Grenilles (inscription auprès du personnel soignant)
	14h50	Piscine groupe 1 (inscription auprès du personnel soignant)
	15h50	Piscine groupe 2 (inscription auprès du personnel soignant)
	15h00	Cinéma «Deux frères» (salle Grande Ourse)
<b>MERCREDI</b>		
20 mai	10h00	Sortie-verrée au tea-room à Cottens (inscription auprès du personnel soignant)
	10h30	Danse assise (salle Grande Ourse)
	10h45	Fitness
	15h00	Jeux de société (salle animation-cuisine)
<b>JEUDI</b>		
21 mai	10h30	Atelier «préparation de légumes» (salle animation-cuisine)
	10h45	Fitness
	15h00	Loto (salle Grande Ourse)
	19h00	Soirée bistrot (à la Brasserie)
<b>VENDREDI</b>		
22 mai	10h00	Sortie-verrée au restaurant «La Chaumière» à Neyruz (inscription auprès du personnel soignant)
	10h15	Messe (salle Grande Ourse)
	14h45	Atelier «confection de biscuits» (salle animation-cuisine)

## PROGRAMME D'ANIMATIONS

**ACTIVITÉS PAR UNITÉ**

DATE	HEURE	ACTIVITÉ
<b>CENTAURE</b>		
Lundi 18 mai	16h45	Apéritif avec l'animation
Mardi 19 mai	10h30	Jeux de société
Mercredi 20 mai	14h15	Balade
<b>PÉGASE</b>		
Lundi 18 mai	16h45	Apéritif avec l'animation
Mercredi 20 mai	14h15	Balade
Jeudi 21 mai	10h15	Soins esthétiques
<b>PERSÉE</b>		
Lundi 18 mai	15h00	Jeux de société
	17h30	Souper-crêpes
Mercredi 20 mai	15h15	Balade
Jeudi 21 mai	11h15	Soins esthétiques
<b>LYRE</b>		
Mardi 19 mai	17h00	Apéritif avec l'animation
Mercredi 20 mai	15h15	Balade
Vendredi 22 mai	14h00	Balade
<b>ANDROMÈDE</b>		
Lundi 18 mai	14h00	Balade
Mercredi 20 mai	14h00	Balade
Vendredi 22 mai	16h45	Apéritif avec l'animation
<b>PHOENIX</b>		
Lundi 18 mai	14h00	Balade
Mercredi 20 mai	10h15	Soins esthétiques
	14h00	Balade
<b>ORION</b>		
Mardi 19 mai	14h00	Balade
Mercredi 20 mai	10h15	Soins esthétiques
	14h00	Balade
Vendredi 22 mai	16h45	Apéritif avec l'animation

# MENUS DE LA SEMAINE



## MIDI

## SOIR

	MIDI	SOIR
<b>lundi</b> <b>18</b>	Crème de légumes Steak de cuisse de poulet Pâtes au beurre Epinards braisés à l'ail Pâtisserie*	Potage du jour Salade de cervelas Salade assortie
<b>mardi</b> <b>19</b>	Crème de fenouil Grenadin de porc aux champignons Pommes rissolées Poireaux gratinés Crème pralinée	Potage du jour Omelette aux légumes Salade verte
<b>mercredi</b> <b>20</b>	Crème de tomates Poisson «selon arrivage» Pommes nature aux fines-herbes Brocolis aux amandes Fruit	Potage du jour Choix de pâtes farcies* Salade verte
<b>jeudi</b> <b>21</b>	Crème de fenouil Saucisse de veau lyonnaise Polenta au parmesan Tomates au four Cheese Cake au citron*	Potage du jour Jalousie à la viande Salade de racine rouge
<b>vendredi</b> <b>22</b>	Potage à l'orge perlé Quiche au fromage Salade assortie Compote de pommes et rhubarbe	Potage du jour Asperges vertes en vinaigrette et jambon cru Pommes en robe
<b>samedi</b> <b>23</b>	Consommé au porto Poitrine de dinde à l'estragon Riz créole Carottes glacées aux échalotes Tartelette* aux fraises	Potage du jour Gâteau aux pommes
<b>dimanche</b> <b>24</b>	Terrine à l'ail des ours*, salade printanière Filet de porc à l'orange et poivre de Guinée Pommes Lyonnaise Chou chinois braisé Chou à la crème (crème pâtissière*)	Potage du jour Spaghetti au beurre Sauce napolitaine Salade verte

Provenance viandes / poissons / crustacés

PORC : SUISSE POULET : SUISSE VEAU : SUISSE

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

labelfaitmaison.ch

L'ACCENT N°21 - SEMAINE DU 18 AU 24 MAI 2026

RÉSIDENCE SAINT-MARTIN