



# LA GAZETTE DES BUDZONS

Édition automne

Novembre 2023

N°3



## ÉDITORIAL

### Les Terres de Nuvilly

*Photo réalisée par  
Air Production Sarl*

#### TEAM GAZETTE

À cette entrée dans les saisons froides, l'envie nous prend de ralentir et de nous imprégner de l'air du temps, de savourer les bienfaits d'une terre qui nous est précieuse, tout en feuilletant la Gazette des Budzons.

La tasse fumante d'un savant assemblage de plantes, je me tourne vers le Petit Moulin et son jardin extraordinaire, source sans fin de savoirs et d'apprentissages botaniques, tandis que de joyeux aboiements voisins me rappellent la candeur et la simplicité de la vie. Oui, entre équinoxe et solstice, l'heure est aux rituels et à la gratitude. En nous installant ici au dernier mois de 2012, nous ouvrons une page nouvelle de notre vie, et comme nous fimes bien : quel accueil chaleureux, authentique et généreux nous ont réservé les bonnes âmes de Nuvilly ! Les liens forts qui se sont tissés perdurent aujourd'hui, et c'est un ravissement. Ce petit village calme et si bien décrit par Cyril, on y revient, oui, car on s'y ressource et il regorge de talents et de savoir-faire, dont certains, justement, illuminent ce troisième numéro. À vous de les découvrir, et l'envie vous prendra, qui sait, de composer la prochaine édition !

Marianne Radja Colomb

## SOMMAIRE

Informations communales	2
Les petits Budzons	8
Les sociétés villageoises	13
Jeux et recettes	21
Portraits villageois	30
Découverte d'un quartier	45
Senior +	46
Gazette d'antan	51

# Informations communales



## CHIFFRES INTÉRESSANTS AU 31.10.2023:

Nombre d'habitants : **493**

Nombre de mouvements (ar-  
rivées / départs) du  
30.04.2023 au 30.10.2023 : **41**

Nombre d'habitants de moins  
de 18 ans : **133**

Nombre d'habitants de 18  
ans et plus : **360**

Nombre de chiens : **57**

## BUREAU COMMUNAL

### Adresse

Grand Route 42  
1485 Nuvilly

### Horaires

 sous réserve

Lundi 18h00 à 19h00  
Samedi 09h00 à 10h00

### Mail

[administration@nuvilly.ch](mailto:administration@nuvilly.ch)

## VACANCES

L'administration communale sera fermée du lundi  
25 décembre 2023 au vendredi 5 janvier 2024.

## ASSEMBLEE COMMUNALE

L'assemblée communale aura lieu le jeudi 21 décembre  
à 20h au Brocafé.



## DÉCHETTERIE DE NUVILLY :

### Horaires

Mercredi 18h30 à 19h30  
Samedi 10h00 à 12h00

# NOUVEAU SITE INTERNET DE LA COMMUNE



La Commune de Nuvilly a dernièrement travaillé en collaboration avec la société hemmer.ch SA, afin de mettre au goût du jour son site internet, de le rendre plus intuitif et mieux structuré. Il regroupe de nombreuses informations, n'hésitez pas à le consulter !

Onglet pour retourner à la page d'accueil

Rubriques générales

The screenshot shows the website's navigation bar with the following elements:

- Logo of the Commune de Nuvilly
- Menu items: Administration & Autorités, Impôts & Taxes, Formation & École, Vie en Nuvilly, culture & loisirs, Santé & Social, Construction & Environnement
- Buttons: La Commune, Contact

The main content area features an aerial view of the village with a text box stating: "Notre commune compte 490 habitants au 30 septembre 2022. Nuvilly mesure 4 km<sup>2</sup> dont 7,5 % de cette superficie représente les surfaces d'habitat ou d'infrastructure, 74,6 % les surfaces agricoles, 18,1 % les surfaces boisées (source: OFD)."

Below the image, there is a section titled "La commune de Nuvilly" with a brief description and a "En savoir plus" button. To the right, a vertical list of quick links includes: Règlements et formulaires, Déchetterie, Gazette des Budozas, Numéro d'urgence, and Contrôle des habitants. A bracket on the right side of the page groups these links under the text "Liens rapides dont celui des gazettes".

Les actualités

The screenshot displays the "Les actualités de la commune" section. It features three news items:

- SENIOR + PASSEPORT - LOISIR - 2023** (dated 04.10.2023): "Création de cartes de NoB".
- SENIOR + OCTOBRE** (dated 01.10.2023): "Fondus et après-midi récréatif".
- EMS BROYE : Bâtir l'avenir** (dated 02.09.2023): "Présentation des 7 projets de construction d'EMS dans la Broye fribourgeoise".

Each item includes a "En savoir plus" button. Below the news items is a section titled "Mise à l'enquête en cours" with the text "Aucune actualité disponible". A bracket on the right side of the page groups this section under the text "Les mises à l'enquêtes".

# RÉNOVER SON BÂTIMENT

Le 19 septembre dernier, s'est déroulé à Montet, la séance d'information pour les propriétaires de bien(s) immobilier(s) au sujet du Programme Bâtiments Fribourg. Cette séance, très appréciée des citoyens, a permis de mieux comprendre les démarches à effectuer dans le cadre d'une rénovation, les subventions pouvant être accordées, comment remplacer son système de chauffage actuel et tout ceci au travers d'exemples concrets.

La Commune de Nuvilly tient à remercier Energie-FR qui a organisé cette séance en collaboration avec le Service de l'énergie et la Commune de Les Montets.

The flyer is titled 'Rénover son bâtiment' and is organized by Energie-FR in collaboration with the Service de l'énergie and the communes of the canton de Fribourg. It features several logos at the top, including Energie-FR and various municipal coats of arms. The main text describes the event as an information session for property owners regarding the Fribourg Buildings Program. It lists the date and time as 'Mardi 19 septembre 2023, 19h30 - 21h00' at the 'Administration communale "Les Montets"'. A list of topics to be discussed includes 'Démarche pour la rénovation', 'Quelles subventions?', 'Remplacement d'un chauffage : questions essentielles', and 'Apéro-discussion : échanges avec les experts'. The speakers listed are André Lehmann, Effiteam SARL, Rolf Boschung, and Chuard SA. The event is free of charge and does not require registration. Contact information for more details is provided as 'admin@les-montets.ch'. At the bottom, there is a logo for 'Le Programme Bâtiments Fribourg' and the website 'www.leprogrammebâtiments-fr.ch'.

Le Service de l'énergie, que nous remercions, nous a volontiers transmis un article résumant les démarches essentielles lors d'une rénovation, ainsi que les bonnes raisons de le faire.

## RÉNOVER

Un pari gagnant pour l'environnement, votre confort et votre budget

**Les assainissements énergétiques ne servent pas seulement l'environnement : les propriétaires et les locataires profitent de plus faibles coûts énergétiques et frais d'exploitation. Le bien immobilier conserve sa valeur et le confort d'habitation augmente dans un bâtiment modernisé. Par ailleurs, grâce aux subventions et aux économies fiscales, l'investissement s'avère vite rentable.**

### Rénover : la marche à suivre en six étapes

#### 1. Réaliser un audit énergétique

En plus d'un diagnostic énergétique complet, le certificat CECB Plus fournit des recommandations sur la meilleure façon de rénover son bâtiment, ainsi qu'une estimation des coûts et des subventions. Il constitue une aide précieuse à la décision et permet de définir le cadre de votre projet. Pour le réaliser, choisissez un expert CECB : [www.cecb.ch](http://www.cecb.ch)

**Astuce :** choisir un expert basé à proximité du bâtiment à analyser. Demandez une offre à deux ou trois experts avant de faire votre choix.

### LES BONNES RAISONS DE RÉNOVER

#### Economie d'énergie

Des travaux de rénovation peuvent amener à une réduction de plus de 50 % de votre facture d'énergie.

#### Confort de vie

En rénovant votre habitation, vous agissez directement sur votre confort et votre qualité de vie. Vous en aurez fini avec les ponts de froid et les courants d'air.

## 2. Demander des offres

Sur la base de l'audit réalisé, demandez des offres à des professionnels du bâtiment. Assurez-vous que le matériel utilisé bénéficie d'un certificat de qualité.

**Astuce** : demandez une offre et des références à plusieurs entreprises et comparez les devis. Pour faciliter la démarche, faites-vous accompagner par un professionnel : architecte, expert CECB ou autre.

## 3. Faire la demande de subvention

Remplissez les formulaires de demande de subvention (online uniquement) en vous faisant aider, au besoin, par l'expert CECB® qui a réalisé votre audit ou un autre professionnel du bâtiment. N'oubliez pas d'y joindre les annexes requises. [www.fr.ch/sde/subventions](http://www.fr.ch/sde/subventions)

## 4. Attendre la décision d'octroi

Impérativement attendre la décision de subvention émise par le Service de l'énergie (SdE) pour commencer les travaux.

## 5. Lancer les travaux

Une fois la décision du SdE communiquée, faites exécuter les travaux et assurez-vous de leur conformité au devis et aux conditions d'octroi des subventions.

**Astuce** : vous pouvez vous faire aider par un architecte ou un professionnel du bâtiment pour le suivi du projet.

## 6. Annoncer la fin des travaux

Informez le SdE de la fin des travaux au moyen du formulaire spécifique (online uniquement). [www.leprogrammebatiments.ch](http://www.leprogrammebatiments.ch).

Joignez-y les annexes mentionnées sur la promesse de subvention. Une fois le dossier vérifié, la subvention vous est versée.

**Astuce** : les travaux de rénovation énergétique sont déductibles des impôts. Renseignez-vous auprès du Service cantonal des contributions, Section estimation des immeubles. [www.fr.ch/scc](http://www.fr.ch/scc)

05.03.2023/Service de l'énergie du canton de Fribourg.

## Empreinte écologique

La rénovation de votre bien immobilier contribue activement à la réduction des émissions de CO<sub>2</sub>. Aujourd'hui, 46 % de toute l'énergie consommée en Suisse est engloutie par le domaine du bâtiment.

## Valorisation

En rénovant votre bien, vous le valorisez et en gardez durablement l'attractivité sur le marché immobilier. Les travaux de rénovation énergétique sont par ailleurs déductibles des impôts.



Découvrez une vidéo explicative sur le site de l'Etat de Fribourg sous la section « Service de l'énergie »

# Morina Peinture

Sàrl



Depuis 1993

- Revêtement façade **NUVILLY**
- 079 790 37 36 - 079 230 70 12**

## Coiffure New Look

*Sarah Roulet*

026/665.19.29

sarah-newlook@bluewin.ch

Grand-Route 42  
1485 nuvilly

# Les Saveurs de la Ferme



FAMILLE TRACHSEL CH-1485 NUVILLY TEL 076 816 02 39

Pour la fête de Noël  
dans notre Self:

- Paniers garnis
- Divers cadeaux à offrir
- Décorations de Noël artisanales



Tous les jeudis soirs

## Pizzas

sur place ou  
à l'emporter !

### Restaurant BroCafé

Helena & Rui Lucas

Grand-Route 37

1485 Nuvilly

Tel. 026/665.10.34



## Félicitations

### Naissance

Félicitations aux heureux parents des Mini-Budzons de cette Gazette

Naissances du 30 avril 2023  
au 31 octobre 2023

♥ **Alix Tissot**, née le 21 juin 2023, fille de Mélody Tissot et Stéphane Burgy.

♥ **Charline Rossier**, née le 22 juin 2023, fille de Fabienne Frauenknecht et Gaël Rossier.

*« L'air de Nuvilly doit avoir de très bonnes vertus pour le sommeil des bébés...du moins pour notre petite Charline qui a, pour notre plus grand bonheur, tout de suite fait ses nuits dès son retour de la maternité ! »*



♥ **Mia Losey**, née le 13 septembre 2023 à 12h31, petite sœur de Lou, fille de Laëtitia Racine et Valentin Losey.

♥ **Valentin Bühlmann**, né le 10 octobre 2023, fils de Margaux et Jean-Denis Bühlmann.

*« Après avoir attendu plusieurs années aussi bien la venue de ce bébé que l'opportunité de déménager, c'est avec beaucoup de joie que nous avons accueilli Valentin le 10 octobre et déménagé 3 semaines plus tard... Challenge sportif qui nous laissera de beaux souvenirs pour ce mois d'octobre 2023 intense, mais qui nous a offert tout ce qu'on espérait. »*



♥ **Lara Morina**, née le 16 octobre 2023, fille de Agnesa et Fidan Morina.



## Le p'tit Moulin

- Atelier de jeux, nature, jardin pour les 2-4 ans
- Activités spéciales



L'association du P'tit Moulin organise des après-midis spéciaux avec des thèmes variés.

Cet automne, 18 enfants ont participé à la création de feuilles en béton ou de porte-crayons. Les enfants ont eu beaucoup de plaisir à pouvoir employer la perceuse avec l'aide d'un adulte.

Pour l'année 2024, les dates sont d'ores et déjà fixées. Les thèmes pouvant changer, nous vous invitons à nous suivre sur notre page Facebook ou sur notre site.

Nous sommes à disposition pour vous renseigner à l'adresse électronique suivante : [petitmoulin@bluewin.ch](mailto:petitmoulin@bluewin.ch).



Les inscriptions sont déjà ouvertes par mail ([petitmoulin@bluewin.ch](mailto:petitmoulin@bluewin.ch)). Les informations vous parviendront au fur et à mesure. Merci d'effectuer votre paiement dès réception de la facture pour valider votre participation. Les enfants apportent leur gourde nominative.

## NOS SPÉCIAUX D'ICI JUIN 2024

10.01 - Spécial cuisine

31.01 - Décoration hivernale

21.02 - Bonhomme hiver et sa mise à feu

13.03 - Spécial Pâques

24.04 - Spécial Printemps

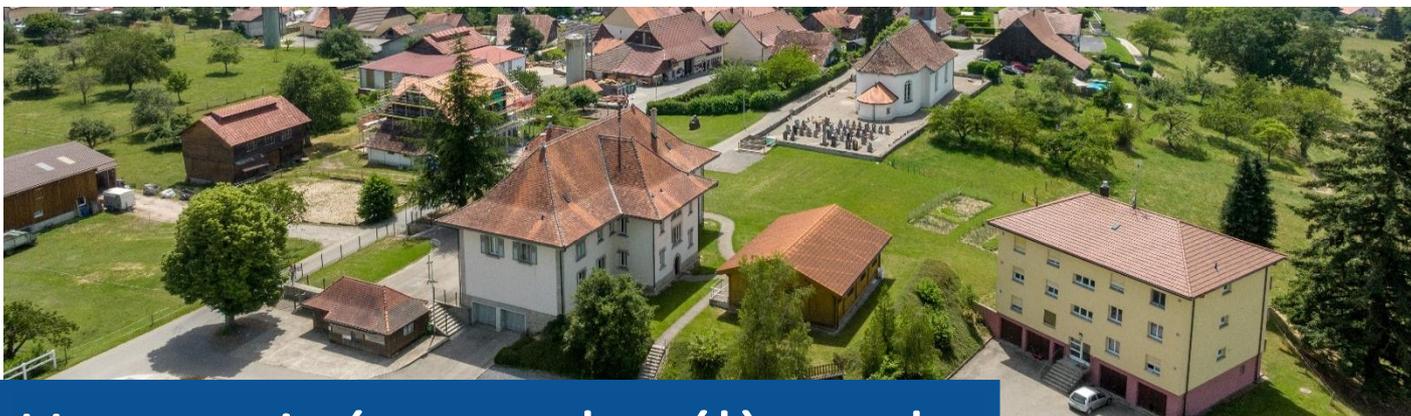
15.05 - Fabrication fusée à eau



Sous réserve de modification du thème.

Prix membre 31.75 CHF, non membre 36.75 CHF

Horaire 13h30 - 17h



# Une matinée avec les élèves de Nuvilly à la découverte des instruments de musique

Photo réalisée par Air Production Sàrl

Le lundi 25 septembre, les classes de 3ème et 4ème année de Nuvilly se sont rendues à Estavayer pour une matinée de découverte des instruments de musique, sur une initiative du Conservatoire de Fribourg. Découvrez le résumé de cette visite.

## LES INSTRUMENTS A VENT

Pour commencer, nous avons découvert le petit frère de la trompette : le cornet. Avant d'essayer de souffler dedans pour produire un son, nous avons dû nous entraîner en faisant vibrer nos lèvres comme une abeille en vol. On a bien rigolé !



La clarinette nous a impressionnés avec ses 7 parties à assembler et les 42 notes que le musicien a jouées d'une traite pour nous montrer la tessiture de son instrument. Nous avons aussi appris qu'elle pesait presque un kilo et qu'elle était fabriquée en bois noir.

Le saxophoniste est venu avec plusieurs instruments de la même famille. Le saxophone soprano, le soprano et le saxophone alto qui est le plus répandu. Nous avons écouté un air de jazz très entraînant, on a pu danser et se trémousser, c'était amusant !

## LES INSTRUMENTS A CORDES

Les violonistes nous ont accueillis en duo. C'était chouette d'entendre la professeure et son élève. La gamme au violon, ça n'est pas si facile, il faut déplacer rapidement ses doigts sur les 4 cordes. Il faut beaucoup s'entraîner pour y arriver sans se tromper.





Au piano, nous avons vu comment on pouvait rendre une mélodie plus vivante. D'abord, le pianiste a ajouté des notes pour compléter la mélodie, et ensuite des accords. C'était émouvant d'entendre le mélange de toutes ces notes, et nous avons reconnu quelques airs.

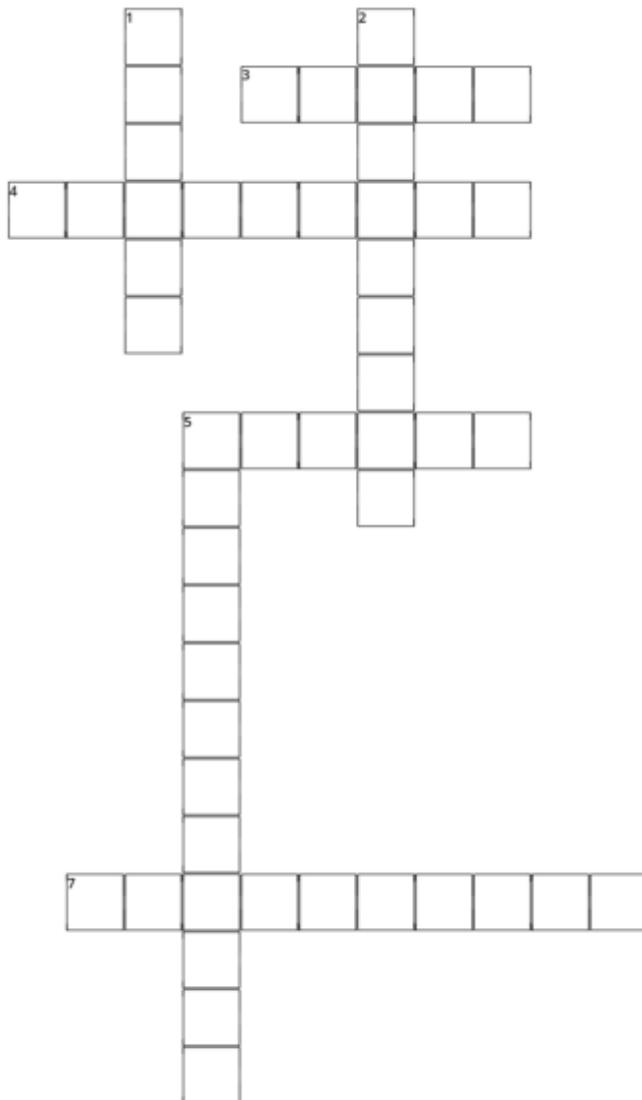
## LES INSTRUMENTS A PERCUSSION

Dans la famille des percussions, nous avons entendu la caisse claire. Elle se joue avec deux baguettes, et pour nous entraîner nous avons tapé sur nos cuisses. Ça n'est pas évident, car ce sont les poignets qui doivent bouger et pas les coudes ni les bras !

Le xylophone est impressionnant avec ses gros tuyaux qui font résonner les notes. On peut en jouer avec 2 mailloches et même 4 !

Et maintenant, c'est à vous de jouer ! Saurez-vous retrouver chaque instrument ?

### Les instruments de musique



#### Horizontal :

- 3. Il peut jouer des accords.
- 4. On se sert de mailloches pour en jouer.
- 5. C'est le petit frère de la trompette.
- 7. Elle se compose de 7 pièces.

#### Vertical :

- 1. Il possède 4 cordes en métal.
- 2. Il est parfait pour jouer un air de jazz.
- 6. Il faut bouger ses poignets pour en jouer.



Peinture réalisée par Alexandra Noël

## LA JEUNESSE

### La course

Dans le décor ensoleillé de Chypre, la Jeunesse de Nuvilly s'est créé des souvenirs inoubliables, entre activités palpitantes en plein air et nuits enflammées. Laissez-nous vous emmener à travers les moments marquants de notre voyage à Ayia Napa, où l'exploration, la fête et les amitiés se sont entrelacées pour former une aventure épique.

Nous avons pris notre envol pour une escapade inoubliable à Chypre, dans l'excitation de ce voyage de Jeunesse attendu depuis 5 ans. Notre groupe de 14 membres s'est réuni pour ce voyage, où 6 d'entre nous découvraient pour la première fois cette expérience.

Le départ de Nuvilly a marqué le début de notre périple, prenant le car à 9 heures en direction de l'aéroport de Zurich, d'où nous avons décollé à 15 heures. Après une journée de voyage, nous sommes arrivés à notre hôtel vers 20h30. La chaleur et l'humidité de cette première soirée ont annoncé le ton des 6 prochains jours à venir, promettant des aventures sous un soleil brûlant.



Nos journées étaient réservées à la mer et aux bars environnants, où l'ombre et les boissons fraîches étaient nos alliées contre la chaleur.

Le soir, Ayia Napa dévoilait un visage différent, avec des rues vibrantes et des oiseaux de nuit en quête de plaisir. Parmi les endroits préférés, le « ZicZac Bar », un coin de Suisse dans cette destination exotique, est devenu notre repaire pour des nuits animées. Nous avons croisé les Jeunesses de Massonnens, de Daillens et de Delley-Portalban avec qui nous avons partagé quelques moments lors de nos soirées.

Le jeudi a été marqué par la visite de la splendide plage de Nissy, un paradis de sable doré et d'une eau turquoise. Nous avons dû prendre le bus pour nous y rendre et une fois arrivés sur place, nous avons mangé un snack avant de nous rafraîchir dans la mer. La journée à Nissy Beach s'est terminée dans un bar avant un retour en taxi jusqu'à notre hôtel.

Le vendredi après-midi, la mer Méditerranée est devenue notre piste de danse lors d'une Boat Party. La musique résonnait alors que nous sautions depuis le bateau pour découvrir les eaux cristallines qui entourent l'île.

Le samedi, nous avons opté pour l'aventure terrestre en partant pour une excursion de 3 heures en quads, guidés par un expert local. Les sentiers sablonneux ont révélé les trésors cachés de la côte et de la campagne entourant Ayia Napa, offrant des panoramas à couper le souffle. Les chemins escarpés et la chaleur ardente ont été tempérés par une baignade rafraîchissante en mer en cours de route.



Bien entendu, notre traditionnelle soirée « chemise-robe » n'a pas été omise dimanche soir, avec le repas offert par la Jeunesse.



Et comme lors de nos derniers voyages, certains membres ont saisi l'occasion pour se faire percer ou tatouer, immortalisant ainsi nos aventures sur notre peau.

À bientôt !

## La Bénichon

Comme chaque année, nous avons eu le plaisir d'organiser notre traditionnelle Bénichon les 10, 12 et 16 septembre derniers.



Tout commence une dizaine de jours après notre retour de Ayia Napa. Tous les soirs, depuis le 26 août, les membres se réunissent pour ranger, nettoyer et mettre en place le hangar et ses alentours afin qu'il soit prêt pour vous accueillir.

Les samedis, une pause montage s'impose pour laisser place à la tournée de Bénichon. Pour ceux qui ne connaissent pas, laissez-nous vous éclairer un peu. Les deux samedis qui précèdent le dimanche de Bénichon, la Jeunesse grimpe sur son char et part sillonner les rues de Nuvilly. Le but de cette tournée est de se retrouver entre villageois pour passer un moment convivial, en discutant autour d'un petit verre que nous vous offrons.

Boire c'est cool, mais il ne faut pas oublier de manger pour tenir toute la journée, nous direz-vous. Pas de panique ! Bertrand et Lucia Pury se sont occupés de nous offrir un repas des plus copieux pour notre 2e samedi de tournée. Alors merci à vous !



Le jeudi 31 août, nous avons eu droit à un coup de main des plus précieux. Grâce au projet Senior Plus, une dizaine de Budzons sont venus nous aider à confectionner les fleurs en papier. Eh non, vous ne rêvez pas : les hommes aussi ont fait des fleurs ! Bon, ils se sont quand même très vite levés quand nous leurs avons dit qu'ils pouvaient aller monter le pont de danse s'ils le voulaient.

Grâce à vous, nous avons passé la barre des 300 personnes pour le menu du dimanche ! Alors un immense merci à vous toutes et tous qui êtes venus manger le jambon et/ou quelques raclettes, et boire un verre ou deux. Merci également aux joueurs et joueuses de pétanque pour votre participation. Pour terminer, un tout grand merci à nos sponsors, ainsi qu'à tous nos renforts (parents, copines, amis, anciens membres, etc.) pour votre aide, votre soutien, votre motivation et votre dévouement qui sont toujours les bienvenus à certains moments de la fête.



Nous vous disons à l'année prochaine pour une Bénichon encore plus folle !

Mais avant ça, n'oubliez pas notre match aux cartes au printemps prochain.

# FC NUVILLY

Chers supportrices et supporters,

La saison 2023-2024 a débuté avec le même contingent que l'année précédente, mais une ambition s'est installée : celle d'atteindre le haut du classement.

Ce qui est pour l'instant chose faite ! Nous allons tenir ce rythme jusqu'à la fin de la saison, en grande partie grâce à vous et à votre énorme soutien autour du terrain ! Nous vous en remercions !

De plus, nous nous sommes qualifiés en quart de finale de la Coupe fribourgeoise 5ème League avec des matchs qui ont dépassé ce niveau-là.

Pourquoi pas essayer d'aller encore plus loin dans cette compétition annexe.

Le tirage et match des quarts de finale se déroulera au printemps 2024.

Grâce à vous, au comité, à la commune et à l'équipe, Nuvilly s'est fait une réputation footballistique très positive. Énormément de monde se retrouve tous les week-ends et certain soir en semaine autour du terrain des Ouches.

Cette année, nous remercions le généreux soutien de GABARITS-VISION SA en tant que sponsor de nos nouveaux équipements.

Grâce à sa contribution, chaque joueur a pu acquérir de magnifiques trainings et sacs.

Nous remercions également DOMINO-SPORT avec qui nous sommes sous contrat pour bénéficier de divers rabais sur du matériel et des équipements.

Merci à toutes et à tous. À bientôt autour du terrain !

**VIVE LE FC NUVILLY !**

PS : N'hésitez pas à scanner ce code QR, afin de rejoindre notre groupe WhatsApp pour recevoir les informations du club.



# AMICALE DES OUVRIERS

Le Groupement des Ouvriers a été constitué le 7 février 1967. Il regroupait des ouvriers et des salariés de Nuvilly et n'avait aucun but syndical ni politique. Ses objectifs étaient de favoriser une bonne entente entre tous les ouvriers de la commune. La cotisation annuelle était fixée à 10 francs. Les membres absents et non excusés lors de l'assemblée annuelle devaient s'acquitter d'une amende de 5 francs.

Le premier comité était composé de Gabriel Ding, président, Gilles Monnerat, vice-président, Jean Gabaz, caissier, François Bezat, secrétaire. Marc Broye était vérificateur.



*Photo 1 En souvenir de la sortie des ouvriers à Paris en 1984*

Les premiers membres étaient : André Bezat, Jean Bondallaz, Jacques Bondallaz, Jean-Michel Bondallaz, André Bondallaz, Charles d'Ernest Broye, Conrad Broye, Michel d'Émile Broye, Jean Broye, Pierre Broye, Germain Broye, Édouard Brodard, René Cornu, Charles Cornu, Michel Cornu, Conrad Ding, Jean-Marc Ding, Léon Ding, Joseph Ding, Léon Gabaz, Marcel Gagnaux, Conrad Monnerat, Jean-Marie Monnerat, Emmanuel Moulet, Louis Rey et Meinrad Volery.

Aujourd'hui, le Groupement s'est transformé en une Amicale. Même si l'objectif initial de favoriser une bonne entente persiste, l'Amicale ne compte plus seulement des ouvriers, mais également des patrons et des retraités. De plus, de nombreux membres habitent désormais en dehors des limites de la commune, voire du canton. La cotisation annuelle a également considérablement évolué, celle-ci servant à financer des repas et des sorties récréatives. La dernière en date a eu lieu en septembre dernier en Roumanie.

En effet, l'Amicale s'est rendue à Bucarest où nous avons séjourné dans un premier temps, dans une ancienne banque transformée en un magnifique hôtel.

Nous avons visité le Parlement, l'ancienne résidence de la famille Ceausescu, goûté à la gastronomie locale, et découvert la vie nocturne de la capitale.

Le troisième jour, nous avons quitté la grande ville pour nous rendre à la campagne, notamment pour une dégustation d'excellents vins à la cave Lacerta.



*Photo 2 Gérard, le doyen de l'amicale en pleine forme*



Ensuite, nous nous sommes dirigés vers la région de Sinaia avant d'arriver à Breaza, une petite ville plus au nord, où nous avons passé une soirée inoubliable. Nous avons été accueillis de manière généreuse chez Dan, un ami de Julien et Alina Crausaz. Un repas traditionnel préparé par la famille et les amis de Dan, animé par un berger et un accordéoniste, le tout accompagné de « pálinka », la liqueur locale. Ce fut un voyage haut en couleur, rempli de découvertes qui restera longtemps gravé dans nos mémoires. Bravo à Alina et Julien pour l'organisation de ce voyage.

Vive l'amitié, vive les ouvriers de Nuvilly !

*Photo 3 Préparation de la polenta en musique*



*Photo 4 L'amicale, version 2023 : François Michel Monnerat, Gérard Bangerter, Patrick Monnerat, Antoine Castella (caissier), Francis Gagnaux, Afrim Morina (vice-président), André Dubrit, Raphaël Monnerat (président), Jean-François Demierre, Julien Crausaz, Jean-Michel Bondallaz, Daniel Monnerat, Patrice Bondallaz, Christophe Bondallaz, Dominique Cornu.*

## TELETHON

36<sup>ème</sup> Téléthon Suisse

**Nuvilly**  
Samedi 9 décembre 2023

**Nouveauté 2023: livres pour enfant et stylo Caran D'Ache**



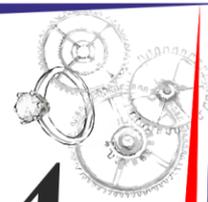
**De 11h00 à 17h00**  
**Salle du restaurant BroCafé**

Venez déguster nos traditionnelles fondues et vols-au-vent en faveur du Téléthon Suisse.



Vous y trouverez également de toutes bonnes pâtisseries faites généreusement par les dames de notre village.

La section locale des sapeurs-pompiers et les membres de l'amicale pompiers se réjouissent de vous rencontrer et vous remercient d'avance pour votre précieux soutien.



# *Félix* EMERY SA

**Horlogerie - Bijouterie - Etain - Coupes -  
Boutique Cadeaux - Atelier Gravure**

Rue Savoie 2 - PAYERNE Tél. + Fax 026/660 26 87  
e-mail: [felixemerysa@bluewin.ch](mailto:felixemerysa@bluewin.ch)  : felixemerysa



**[www.felixemerysa.ch](http://www.felixemerysa.ch)**

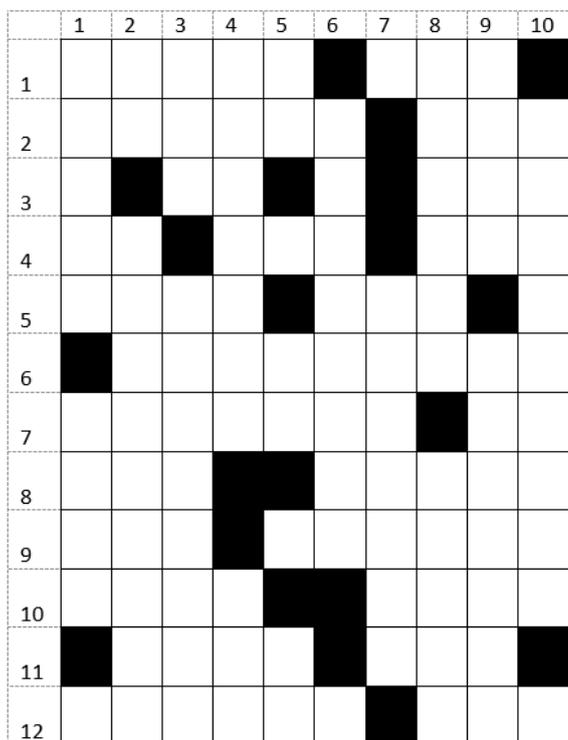
FAMILLE RAPIN



**LE MARÉCHAL**

  
GRANGES-MARNAND

## Mots croisés de Sylviane Badoud



### Horizontalement

1. Il n'est pas chouette – Société de radio diffusion
2. Ajusta – Masse de pierre
3. Elu du jour – Grecque
4. En début d'après-midi – Pronom – Sa propre personne
5. Les romans de son club furent célèbres – Jeune homme
6. Fermées la nuit
7. Les paresseux détestent leur sonnerie – Participe gai
8. Dominique ou Maurice – Perle éphémère
9. Habille – Son fond ne vaut pas grand-chose
10. Matériel informatique – Transformé
11. Fête chez les jeunes – Saison
12. Il fut attendu durant des siècles - Cardinal

### Verticalement

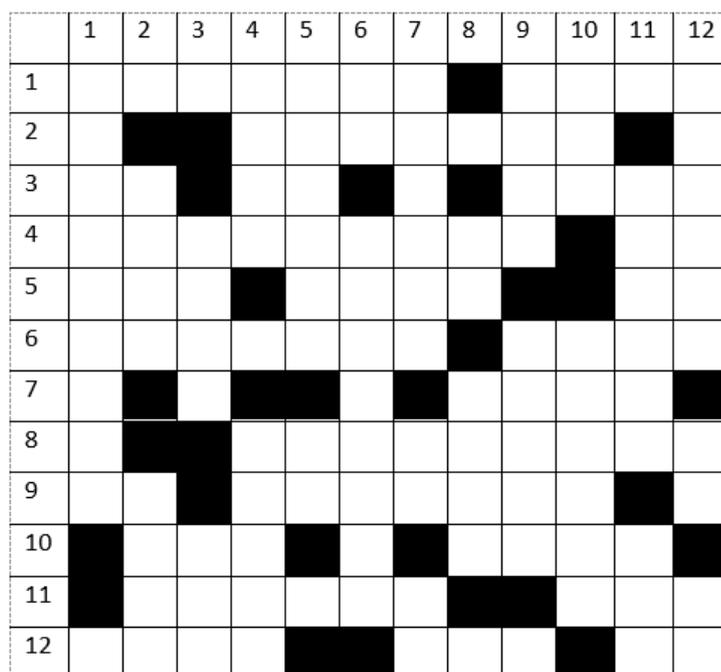
1. Filet de repos – Berge
2. Pensée phonétique – Vieille concierge
3. Résille – Elles s'en vont et reviennent sans cesse
4. A base de lentilles – A payer
5. Do – 3,14 – Le faire c'est dédaigner
6. Harcelé
7. Sans moyen
8. Celui de Rackam le Rouge était dans la Licorne – Elle est chaussée avec des bretelles
9. On pouvait y gagner un jambon – Ils s'isolent
10. En bout de courses

### Horizontalement

1. Le drapeau de notre commune en compte 3 – Son lait n'est pas pour beurre
2. Il sera roi
3. Pensée phonétique – Œuf d'outre-Rhin – Odeur de cervidé
4. Boulevard des allongés – Exclamation
5. Il a écrit « Le nom de la rose » - C'est mieux si on est sur sa même longueur – Article défini
6. Air tendre et sentimental – C'est l'ultime battement de cloches
7. Spécialité de Grand Corps malade
8. Elle dirige notre commune depuis belle lurette
9. Un bout de slip – Petites bêtes bien de chez nous
10. Fête islamiste – Il adore l'informatique
11. Rue de Nuvilly – Doux logis
12. Son chèque est sans provision – Bien là – Petit cube

### Verticalement

1. Autrefois, notre village en comptait trois
2. On y trouve des infos – Local du chimiste
3. Surnom de Piaf – Trois chez Jules César
4. A creuser si nécessaire – Ils gonflent sous l'effort
5. Alliage malléable – Comme un ange
6. Participe passé – Il détruisit 24 bâtiments de Nuvilly au 17ème siècle
7. Surexcitée – Un diminutif de easy – Lettre grecque
8. Après do – Brume sur le Big Ben
9. Faîte – Cette « Petite » murmure au plus bas de notre village
10. Elle protège les droits de l'homme – Sifflement sur scène
11. Tranche italienne – Enfant d'Outre-Manche
12. Là où se trouve notre terrain de foot – Avant l'année – Protection contre les piqûres



# Solutions des jeux de la dernière gazette

## Mots croisés (printemps 23)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	E	S	P	A	G	N	O	L	E	T	T	E
2	T	A	I	G	A		P	I		A	A	R
3	R	I	P	E	Z		E	M	B	R	U	N
4	E	T	E		E	R	R	E	R	A		I
5			A	C	T	U	A		O	M	S	
6		F	U	I	T	E		D	C	A		F
7	M	E			E	S	T				N	A
8	O	R	A	N					F	R	O	C
9	U			E	G	L	I	S	E		U	E
10	L	U	T	I	N		L	U		N	E	T
11	I		E	G	O		E	N	F	A	N	T
12	N		R	E	U	S	S	I	R		T	E

## Horizontalement

1. Elle ferme les fenêtres à Madrid
2. Bois à la russe – 3,14 – Berne dort dans son méandre
3. Dérapez – Bruine de mer
4. Saison – Se promènera sans but
5. Se réalisa – Elle promeut la santé sur terre
6. De gaz ou d'infos, elle peut avoir de grandes conséquences – Défense anti-aérienne
7. Pronom personnel – Point du levant – Mot d'enfant
8. Ville portuaire algérienne – Pantalon (familier)
9. Celle de Nuvilly est de style baroque – Elle a 27 états
10. Petit fabricant de jouets – Bouquiné – Lieu pour surfer
11. Le « je » du psy – Fils ou fille
12. Arriver à ses fins – Pronom personnel

## Verticalement

1. ... ou ne pas ..., telle est la question – Le petit de Nuvilly ne moude pas de grain
2. Est au courant – Il va repasser
3. Flûte à blablas – Trois fois
4. Grand pour le centenaire – Ici – Eternelle en hauteur
5. Vous l'avez sous les yeux – Ongulé africain
6. Chez nous, elles peuvent être de La Palud ou du Coutset
7. Bouffe chez Offenbach – De maîtres ou d'araignées
8. Rabote – Antilope de Zanzibar
9. On y mange d'excellentes pizzas le jeudi soir – Sur nos plaques
10. Spécialité grecque ou turque – Conclusion boudeuse
11. Lettre grecque - Attachent
12. Peintre suisse – Partie de boules

## Anagrammes :

Retraite – Cinéma – Cidre – Résistance – Reconstruire - Tirage

## Sudoku

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

1sudoku.com

Sudoku - Moyen - n° 227868

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

1sudoku.com

Sudoku - Expert - n° 421355

# Lotos des villages voisins

## AGENDA 2023 - 2024

26 nov.	Tir	Montet
3 déc.	Gym dame	Aumont
10 déc.	Chœur-Mixte	Montet
17 déc.	Jeunesse / Œuvre de bienfaisance / Moto-club / Amicale des pompiers d'Aumont	Aumont
28 déc.	Ecoles	Montet
7 jan.	Chœur-Mixte	Aumont
14 jan.	Amicale Villageoise	Montet
21 jan.	Jeunesse / Œuvre de bienfaisance / Moto-club / Amicale des pompiers d'Aumont	Aumont
4 fév.	Jeunesse Montet-Frasses	Montet
11 fév.	Ecoles	Aumont
18 fév.	Groupeement féminin	Montet
25 fév.	Jeunesse / Œuvre de bienfaisance / Moto-club / Amicale des pompiers d'Aumont	Aumont
3 mar.	Chœur-Mixte	Montet
10 mar.	FC Cugy / Montet / Aumont / Murist	Aumont
24 mar.	Amicale Villageoise	Montet
7 avr.	U.S.L	Montet
14 avr.	Skater-Hockey	Montet
21 avr.	Tir	Aumont
5 mai	Ecoles	Aumont

Début des lotos : à 19h30.

**Les USL vous souhaitent la bienvenue et bonne chance !**

Transactions Immobilières  
Achat - Vente - Conseils



**Hubert BUGNON & Juliette CURRAT-GAGNAUX**

BUGNON Immobilier Sàrl  
Rue de Lausanne 26  
1530 Payerne

026 660 70 72  
office@immobilier-broye.ch  
www.immobilier-broye.ch

Élevage Simmental



Élevage Black Angus



Vente à la ferme : œufs, lait, pommes-de-terres, jus de pommes, fruits et légumes de saison.

Viande de Black Angus (carton dès 10kg) sur réservation au 079 129 92 89.



Famille Christinaz



## VENTE DE BOIS A NUVELLY

**Bois de feu 100% hêtre**

Dimension 25, 33, 50 ou 100 [cm]

**Copeaux de bois au détail**  
Pour chauffage ou jardin



**Marcel Losey**

Route de la Palud 48, 1485 Nuvelly

**+41 78 755 34 79**

Livraison à domicile

# Recette à partager

## Saint-Nicolas, une recette bonhomme en pain d'épice !

Qui n'aime pas préparer de bons biscuits durant la période de l'Avent ? L'odeur enivrante des épices, du miel qui se répand dans notre maison. À déguster en gourmandise, à partager autour d'un bon thé chaud ou encore à offrir à votre entourage... Voici une recette simple que j'adore faire avec mes fils.



Cette recette est pour 14 biscuits

Préparation : 20 minutes / Cuisson : 15 minutes



### Les ingrédients

120g de beurre

80g de sucre en poudre

100g de miel (acacia par exemple ou celui de votre choix)

1 gros œuf

300g de farine

1 cuillère à café de levure chimique

1 cuillère à café d'épices pour pain d'épices

Sucre glace et colorants alimentaires pour les décorations ou des stylos prêts à l'emploi (dans les grands magasins), Smarties, etc, ce qui vous fait plaisir pour décorer les petits bonshommes.

### La préparation des bonshommes

1. Dans un saladier, mélangez le beurre mou (le sortir du frigo 30min auparavant) avec le sucre et le miel jusqu'à former une masse homogène (comme une pommade)
2. Ajoutez l'œuf et mélangez
3. Tamisez la farine, la levure et le mélange d'épices. Ensuite, incorporez-les au mélange de beurre à l'aide d'une cuillère en bois (robot ou batteur électrique à votre convenance)
4. Filmez la pâte et laissez-la reposer 30 minutes au frigo. Elle sera plus facile à travailler



5. Étalez la pâte sur un plan de travail enfariné sur une épaisseur d'un demi-centimètre
6. Munissez-vous d'un emporte-pièce bonhomme et découpez vos biscuits
7. Faites-les cuire 10-15 minutes dans un four préchauffé à 180°C. Les biscuits sont encore souples à la sortie du four, c'est normal. Ils vont durcir en se refroidissant.
8. Une fois refroidis, laissez votre créativité libre de décorer les bonshommes comme vous le souhaitez

RECETTE DE CELINE GROLHIER,  
REALISEE PAR TIMOTHE GROLHIER

# AVENT NUVELLY

Comme chaque année à cette période, petits et grands se retrouvent pour finir l'année en beauté !

Aussi, nous vous proposons, à nouveau, de décorer une fenêtre ou une partie de votre logement, visible depuis l'extérieur, du 1<sup>er</sup> au 23 décembre.

Durant la période de l'avent, chaque soir un autre Budzon accueillera ses concitoyens, selon un programme à définir selon les inscriptions.

Chacun sera le bienvenu, que vous connaissiez l'hôte ou que vous veniez justement pour faire connaissance !

Le but n'est pas de nourrir ses invités mais juste de les accueillir en toute simplicité.

Si vous souhaitez uniquement un apéro sans décoration d'une fenêtre ou l'inverse vous souhaitez décorer une fenêtre sans recevoir des Budzons faites-nous signe. C'est avec plaisir que nous vous mettrions également sur le calendrier d'avent.

Toute personne motivée peut nous contacter pour recevoir des informations complémentaires.

D'ores et déjà, un grand MERCI à chaque personne qui participera d'une manière ou d'une autre à cette manifestation. Nous vous confirmons que le calendrier se déroulera dans tous les cas.

La liste avec date et adresse sera affichée à la commune dès le 27 novembre 2023.

Céline Jaccoud  
Route de la Palud 9  
1485 Nuvilly  
078 617 48 50

Margrit Jutzi  
Chemin des Batailles 29  
1485 Nuvilly  
079 699 09 71

**\*\*\*\*\* Inscription jusqu'au 24.11.2023\*\*\*\*\***

**Je veux bien décorer une fenêtre**

**Nom :**

**Prénom :**

**Rue :**

**Téléphone :**

**Peu m'importe la date**

**Les dates suivantes me conviendraient :**

## Le solstice d'hiver... ou la plus longue nuit

Le solstice d'hiver, début de l'hiver astronomique, est un moment spécial du cycle annuel pour de nombreuses cultures, même à l'époque néolithique. Il aura lieu cette année le 22 décembre, à 3h27.

Tout comme les saisons, les dates des solstices d'hiver et d'été sont inversées pour les hémisphères nord et sud. C'est l'époque de l'année où le soleil est le plus éloigné de l'équateur et paraît stationnaire pendant quelques jours. Les solstices correspondent à la durée maximale ou minimale du jour (entre le 20 et le 22 juin et entre le 20 et le 22 décembre). Ils sont la source de nombreuses célébrations, fêtes païennes ou fêtes religieuses dans différentes cultures au cours de l'Histoire.

Ce premier jour de l'hiver est associé à un jour férié dans un certain nombre de cultures, par exemple les Saturnales romaines, Hanoucca dans la religion juive, Kwanzaa pour certains Afro-Américains, Diwali dans le monde indien ou Noël, ancienne fête païenne assimilée par la religion chrétienne. En Égypte, on célèbre le retour du dieu soleil Râ. Les croyances celtiques appellent aussi le solstice « Litha » qui se réfère au jour où les mages récoltent des herbes dites magiques, accompagné d'un hommage à la nature. Les célébrations des solstices correspondent à des fêtes religieuses importantes dans les mouvements druidiques et wiccans. Chez les Celtes, la mythologie veut que le Roi Houx, symbolisant la mort, laisse sa place au Roi Chêne, synonyme de renaissance et de vie, d'où la tradition de la couronne de houx accrochée dans le foyer en rappel de la fin de la saison morte. De même, on faisait brûler dans l'âtre une bûche de chêne durant la nuit du solstice pour appeler au retour de la chaleur et de la lumière. Chez les Romains, en hommage à Saturne, dieu du temps et de l'agriculture, on célébrait un moment de partage durant lequel les barrières sociales entre maîtres et esclaves disparaissaient. Dans la tradition nordique, la fête de Yule, était donnée en faveur du dieu Odin, faite d'offrandes d'animaux, de festins, de feux de joie et célébrée durant douze jours.

De tous côtés, il s'agit d'un moment symbolique où les jours sont amenés à grandir. La vie et les corps prennent un temps de repos nécessaire, une forme d'hibernation heureuse remplie de l'espoir des beaux jours. C'est une période de cocooning, d'invitation à prendre soin de soi et de ceux que l'on aime pour mieux éclore au printemps. Nous nous acheminons tout doucement vers le retour du soleil, de la lumière et de la nature, période mêlée d'hibernation et d'espoir.

Pour chasser l'obscurité, chacun est invité à faire entrer chaleur et lumière dans son foyer par la présence de feux de cheminée ou de bougies. Enfin, l'arbre de Yule, ancêtre de notre sapin de Noël, est décoré de guirlandes naturelles, d'oranges, de pommes de pin. Une symbolique destinée à faire perdurer la vie durant une saison dure et froide. Dans toutes les traditions, il s'agit d'un moment de joie, de partage et de chaleur humaine. Lors de ce sabbat, comme pour notre Noël, on boit, on chante, on offre des cadeaux, on passe du temps avec les siens. L'heure est à la générosité, au pardon et à la renaissance.

On profite de ces célébrations pour un moment d'introspection et on choisit de ne faire renaître que ce qui nous apporte du bonheur ! C'est un moment parfait pour faire le bilan de l'année écoulée et poser ses intentions pour l'année nouvelle !

Beaucoup de similarités avec notre Noël, dont le sens profond a souvent disparu sous la forme...

« L'âme de l'hiver dévoile nos paysages intérieurs. Rêvons les yeux ouverts de ce que nous souhaitons pour nous-mêmes. Un temps nous est offert pour créer notre devenir. Qu'il soit sacré, dans cette douce reliance à l'esprit de l'hiver. »

### **Rituels bienfaisants pour votre fête du solstice :**

- Se regrouper autour d'un feu. Brûler une bûche de chêne. On peut la décorer, seul ou en famille, et y graver nos souhaits, nos intentions ou un mantra et la laisser brûler toute la nuit. Le lendemain, répandre les cendres autour de sa maison en guise de protection. Si l'on n'a pas de cheminée ou de feu à l'extérieur, on peut creuser la bûche, y planter des bougies qu'on laissera brûler... Les intentions peuvent être « gravées » sur du papier aussi !
- Décorer un arbre à l'extérieur, avec des symboles d'astres (lune, soleil, étoiles), pour représenter les âmes des personnes décédées au cours de l'année et en guise d'offrandes aux diverses divinités.
- Préparer chez soi, à l'intérieur ou à l'extérieur, un espace sacré, un petit autel où vous placerez des bougies et autres objets rappelant la fête de Yule : du gui, du houx, des branches de sapin, des pommes de pin, des bâtons de cannelle et de jolies pierres semi-précieuses (cristal de roche pour amplifier les énergies de l'hiver, obsidienne apportant courage et lumière dans la saison sombre, œil de tigre associé au plexus solaire,...). Laissez libre cours à votre imagination et à votre intuition ! L'idée est de garder cet autel en place durant douze jours à partir du solstice.
- Pour purifier et harmoniser les énergies d'un lieu ou de soi-même, on peut faire brûler un bâton de sauge et diffuser la fumée autour de son corps. On peut préparer son propre bâton de fumigation avec des branches de sapin, genièvre et romarin.
- Boire des tisanes à base d'épices ou prendre des « bains sacrés » (en y ajoutant des sels, huiles essentielles, fleurs ou feuilles d'herbes médicinales).

**A vous tous, joyeux solstice !**

FRANCINE FOURNIER-A.



Av23

Peinture réalisée par Alexandra Noël

## À la rencontre de ...

Il a un joli nom, chantant et rafraîchissant, mon voisin d'en face : **FONTAINE... Jacques** de son prénom, comme celui qui sonnait les matines de notre enfance ou comme saint Jacques le Majeur, surnommé par Jésus « fils du Tonnerre » pour son caractère passionné et à qui des milliers de pèlerins vont encore aujourd'hui rendre visite au bout du chemin de Compostelle.

Celui que je vous présente ici, il en a aussi, des passions ! Surtout celle des plantes et de la vie, à l'image de l'Association « Plantes et Vie » qu'il crée en 2008.

Mais que je vous raconte un peu son histoire...

Il grandit dans la Broye entre Fétigny, Cousset et Domdidier. Après un début d'apprentissage comme laborant en chimie, il voyage en Inde à plusieurs reprises et y apprend à jouer du tabla, instrument de percussion qu'il pratique encore actuellement. Il passe plusieurs saisons à l'alpage où il se familiarise avec les plantes sauvages et travaille ensuite durant cinq ans comme représentant en produits biologiques et naturels. Puis il entame une formation de naturopathe. En 1989, il épouse Marie-Claude et ils deviennent parents d'un garçon et d'une fille.

À trente-trois ans, Jacques s'inscrit dans une Haute Ecole d'infirmier en psychiatrie où il développe sa sensibilité aux autres et apprend à sonder les profondeurs de l'âme humaine. Il travaillera dans ce domaine jusqu'à sa retraite, qu'il vient de prendre joyeusement !

Mais surtout, durant ces trente dernières années, il poursuit son histoire d'amour avec les plantes et crée jour après jour un jardin extraordinaire, qui compte aujourd'hui 900 espèces ! Jacques connaît chacune d'entre elles et met tout son cœur à produire cette biodiversité, petits fruits ou plantes médicinales, en respectant les rythmes et les possibilités de la nature. Il peut vous recevoir dans son petit cabinet où il pratique la réflexologie pieds-visage-oreilles, prodiguer des conseils personnalisés pour une alimentation saine et où il concocte sur mesure des tisanes et plantes adaptées à tous vos besoins. Jacques peut également guider tous ceux qui s'intéressent à la permaculture, dans un esprit de plus en plus orienté vers l'échange.

J'ai pris beaucoup de plaisir à mieux découvrir l'homme et la richesse de ses connaissances. Ne vous privez donc pas de consulter ce « sorcier » du village et de visiter son magnifique jardin au Petit Moulin (sur demande au 079 470 98 21) !

FRANCINE FOURNIER-A.

# Interview de Louise Meier

## Championne cycliste en herbe

### Peux-tu te présenter en quelques mots ?

Je m'appelle Louise, j'ai bientôt 7 ans et j'habite à Nuvilly depuis l'âge de 2 ans. Lors de l'interview cet après-midi, elle est entourée de sa maman Wendy et de son petit frère Justin.

### Comment t'es-tu intéressée au monde du vélo ? D'ailleurs, qui t'a appris à en faire et à quel âge ?

Je pratique ce sport depuis mon plus jeune âge par une immersion familiale. Mes premiers souvenirs sont ceux où j'accompagnais mon papa aux courses de vélo. Avec lui, j'ai appris progressivement sur ma draisienne, puis sur mon vélo avec les petites roues et finalement sur mon grand vélo.

### Depuis quand fais-tu des courses ?

Ma première expérience fut lors d'une course du Cyclocross de Payerne en 2021. Sa maman explique alors qu'elles étaient allées rejoindre Marc, le papa, qui travaillait à cette course. Ils avaient pris la draisienne ce jour-là. Un ami leur a posé la question si Louise participait à la course. Ce qui n'était pas prévu. Louise a été d'accord de la faire et a adoré... tout est parti de cette expérience ! Elle n'avait pas encore 5 ans !

### Est-ce que tu fais partie d'un club ?

Oui, j'ai commencé l'initiation au vélo avec Kids Bike Horizon où j'ai appris un peu plus à faire les choses, on a fait plutôt des balades, mais également des courses. Mon papa est membre du Vélo Club Payerne, mais il faut avoir 7 ans pour commencer. En plus mon copain/voisin y va aussi. J'ai rejoint le vélo-club de Payerne il y a quelques mois, où je peux y développer des aspects plus techniques de mon sport.

### Qu'est-ce que tu aimes le plus dans la pratique de ce sport ?

J'aime ça ! J'aime faire du vélo et des courses pour cette sensation de vitesse. J'aime également pour la richesse de possibilités que je peux faire avec mon vélo : de la course, des obstacles, des escaliers, des rampes ou encore des sauts. On n'a jamais fini de découvrir de nouvelles possibilités avec son vélo.

### Y a-t-il des athlètes de VTT que tu admires ou qui t'inspirent ?

Depuis toute petite, je regarde et suis la cycliste suisse Jolanda Neff dans son parcours. Elle est championne du monde et a obtenu notamment la médaille d'or aux JO d'été en 2020.

J'ai eu la chance de participer à un entraînement donné par elle, et participer à une course où j'ai fait troisième. Je me réjouissais beaucoup et quand je l'ai vue pour la première fois en vrai, j'ai eu de la peine à la reconnaître quand elle a retiré son casque.

### Qui t'accompagne souvent lorsque tu participes à une course ?

Quand je vais faire une course, je suis accompagnée de ma famille, notamment par ma maman, mon papa, mon frère, mes grands-parents ou autres membres de ma famille.

### Quel est le vélo que tu utilises pour les courses ? Est-ce qu'il est spécial ?

Je viens de changer de vélo en cours de saison, car au vu des courses de plus en plus techniques et des terrains exigeants, j'ai maintenant un VTT muni de suspensions. De plus, la prochaine étape sera d'ajouter des « clips » de vélo. Il s'agit de la pédale que l'on croche à la chaussure pour me permettre d'être plus à l'aise dans la course et de ne pas perdre le contact avec le vélo lors de bosses ou de sauts.



**Est-ce que tu t'entraînes souvent pour être une championne de VTT ?**

Je fais partie de deux clubs de VTT, je participe à des camps comme le dernier que j'ai fait au "Swiss Bike Park" à Berne, cet été. Et également simplement en balade avec ma famille. Mais je fais aussi d'autres sports comme du ski, du tennis et parfois je fais des exercices de renforcement musculaire et de coordination.

**Est-ce que tu as déjà gagné des médailles ou des trophées en VTT ?**

*Une intense joie se dessine sur son visage et montre une bibliothèque où l'on peut voir des coupes et Louise parle de son tiroir magique rempli de médailles, de cadeaux et de gains. Une jolie collection de médailles !* La course que j'ai préféré réaliser est celle de la Tsarmê Bike à Charmey, tant pour le parcours que pour la médaille. Et cette année, j'ai reçu une coupe pour ma 3<sup>ème</sup> place.

**Comment te prépares-tu avant une compétition de VTT, as-tu une routine, des porte-bonheurs ?**

Je ne fais rien de spécial. Tout dépend de l'heure de la course, je mange du muesli le matin ou des pâtes. Pas quelque chose de trop lourd. J'apprécie spécialement certains de mes gants à porter pour la course. Avant le départ, je bois un coup d'eau et je passe aux toilettes (*rires autour de la table*).

**Comment te sens-tu lors d'une compétition ? As-tu le soutien d'un(e) camarade de championnat ?**

Parfois pendant la course, en plus si elle est difficile, si j'ai mal quelque part ou si je tombe et que j'ai plein de bleus, je me dis « Louise, tu peux le faire » ou des trucs comme ça. Je tiens et à la fin de la course je lâche !

*Sa maman précise que Louise, et c'est ce qui est magnifique chez elle, a toujours le sourire et de la joie à la fin de la course, qu'importe si la compétition a été facile ou difficile, qu'elle soit sur le podium ou non. J'ai ma super grande copine Ophélie avec qui je m'entends bien. On fait plutôt du « coincide-coince ». Elles ne se considèrent pas rivales, bien au contraire, elles courent dans la même catégorie et ceci est une belle école de vie relève sa maman.*

**Pour clôturer la saison du championnat fribourgeois, il me semble qu'il va y avoir une remise des prix. Peux-tu m'en parler ?**

Ce week-end (*début octobre*), j'ai fait 4<sup>ème</sup> lors de la dernière course comptant pour le championnat fribourgeois VTT.

*Sa maman explique qu'il y a différents circuits ou championnats. Il y a le championnat fribourgeois d'une part et aussi la West Bike Cup qui est dans toute la Romandie. Louise a suivi les parcours de la coupe fribourgeoise et de la West Bike Cup.*

Selon le résultat des courses on obtient plus ou moins de points pour le classement général. Il y a des courses qui conviennent plus que d'autres et il faut apprendre qu'on ne peut pas toujours être tout devant. *En fin de saison, Louise a participé pour la première fois à une coupe suisse du côté de Gstaad.*

C'était une très bonne expérience.

*En fin d'année, Louise sera à l'honneur pour participer à deux cérémonies.*

Je suis sur le podium !

C'est avec un magique sourire aux lèvres que Louise parle de sa 3<sup>ème</sup> place de la coupe fribourgeoise, mais pas seulement, car elle a aussi fini 3<sup>ème</sup> du classement général de la West Bike Cup. À ces cérémonies, elle se trouve en catégorie « soft » qui regroupe les jeunes cyclistes nées en 2015-2016. L'année prochaine elle sera encore une année en « soft », puis elle changera de catégorie en grandissant... À suivre !

**Qu'est-ce que tu préfères après une balade en VTT ?**

Après une balade en famille, j'aime bien rentrer chez moi. Je vais dans mon jardin faire une roue, des jeux ou je fais des bricolages dans la maison.

*Sa maman confie qu'elle aime bien rester dans sa bulle après une balade ou une course.*

**Quels sont tes endroits préférés pour faire du VTT dans notre village ?**

J'aime tout particulièrement me rendre en vélo dans les hauts de Nuvilly vers la cabane des Budzons et aussi vers le canapé forestier à Aumont.

**Quels conseils aurais-tu pour d'autres enfants qui aimeraient commencer le VTT ?**

Déjà commencer lentement. Débuter en apprivoisant et en maîtrisant son vélo avant d'aller plus loin. Il faut déjà que tu t'habitues à ta première course

et tu regardes comment cela se passe. Une fois que tu as compris comment on fait, c'est bon tu peux aller un peu plus vite ! Mais aussi de prendre du plaisir et de faire attention aux autres en les respectant durant les courses. Être fair-play!

CELINE GROLHIER



*Pâtisserie & Traiteur*

*Pour tous vos évènements:  
Anniversaire, mariage, baptême, communion  
etc...*

*Buffet ou simple apéro en famille ou entre  
amis*

*Retrouvez-moi sur instagram  
mi\_sucre\_emmy\_sale*

*ou par email  
misucreemmysale@gmail.com*



*Devis gratuit*



## Portrait d'Alexandra Noël



Tout d'abord, bonjour aux lecteurs de la Gazette.

Pour ceux qui ne me connaissent pas, je me présente : je m'appelle Alexandra Noël, j'ai 33 ans et j'habite à Nuvilly depuis toujours. J'ai une passion pour l'art en général, mais je touche plutôt aux arts plastiques comme le dessin, la peinture, les techniques mixtes et parfois un peu de sculpture.

Ma passion me vient du fait que quand j'étais enfant, je voulais devenir bijoutière pour réaliser la palme d'or à Cannes (*un de mes rêves qui ne se réalisera pas*), mais surtout parce que mes grands-parents avaient un magasin d'horlogerie-bijouterie à Payerne. (*Félix Emery SA où je travaille actuellement en réparant les bijoux des clients*). Du coup, il fallait aimer dessiner pour réaliser un bijou. Et je pense que j'ai aussi un peu hérité de cette passion, car la sœur de ma grand-maman fait aussi de la peinture. Je peux dire que cette passion me suit depuis toujours.

Au gymnase, j'avais choisi la voie où je pouvais avoir le plus possible d'heures en art plastique en option. Six heures de dessins par semaine, le rêve ! C'était tout ce que j'adorais. À côté, je prenais encore des cours de dessin chez une très gentille dame à Payerne, vers l'hôpital. Elle avait fait les Beaux-Arts. Elle m'a appris différentes techniques, sauf la peinture à l'huile. J'ai suivi ses cours pendant 2 ans environ. Depuis, je n'ai pas repris de cours, je me considère comme une artiste autodidacte. Je trouve qu'on apprend surtout en faisant et en essayant. C'est important de créer avec ses mains, ça vide l'esprit et permet de penser à autre chose qu'à ses problèmes. On se concentre sur l'œuvre qu'on réalise et on essaie d'y mettre un peu de son âme.



Peinture acrylique sur toile, format 100x130cm



Peinture acrylique sur toile  
avec relief serviette en papier,  
format 70x50cm

Dans les prochains paragraphes, je vais vous expliquer un peu comment je procède pour la création et aussi les différentes techniques que j'utilise.

Quand je commence un projet, j'ai d'abord une idée et après, je cherche une photo, la plupart du temps, si je fais une œuvre réaliste. Si c'est une illustration pour les enfants, par exemple, je fais un dessin préliminaire avant de commencer à le dessiner sur une toile. Pour avoir des idées, je regarde pas mal de comptes sur les réseaux sociaux d'autres artistes ou aussi sur Internet je cherche avec des mots-clés. Parfois ça me donne des nouvelles idées de créations, mais aussi quand je regarde la nature et le monde qui m'entoure.

Ensuite, une fois que j'ai trouvé une photo qui me plaît, je la reporte sur un papier adapté à la peinture à l'eau pour l'aquarelle et la gouache ou sur un papier plus fin si c'est un dessin au pastel. Si je réalise une toile, j'utilise de la peinture acrylique (*qui est une peinture à l'eau*) et parfois pour faire du relief j'utilise des médiums ou des serviettes en papier suivant ce que je souhaite avoir comme effet. J'ai aussi réalisé une toile avec du papier mâché et des plumes. J'aime bien mélanger différentes matières. Parfois, les toiles que je réalise sont des commandes, dans ce cas c'est le client qui me fournit la photo qu'il souhaite avoir sur la toile. En général, une fois le dessin ou la peinture finie, j'attends quelques jours pour voir si je dois le retoucher ou si ça me convient en l'état. Je peins aussi de temps en temps sur des panneaux en bois. Par exemple, lors d'une commande pour un poulailler ou pour la Jeunesse, (*quand j'en faisais partie*), installés devant le tracteur lors du cortège du Giron (*de 2009-2019*). Maintenant, ils sont affichés durant la Bénichon. J'en ai aussi fait 2 pour les 50 ans du FC (*affichés dans la buvette*).



*Peinture acrylique sur toile avec relief serviette en papier et tissu, format 90x60cm*



*Tableau format 40x50cm. Technique utilisée découpage de différents papiers, arrière-plan crayon aquarellable et peinture acrylique.*

La peinture et le dessin sont les techniques que j'utilise le plus. Rien qu'avec la peinture acrylique, j'ai une vingtaine de pinceaux différents, des spatules, ~60 tubes de différentes couleurs et j'ai toujours une dizaine de toiles neutres en attente d'une inspiration future.

Les réalisations qui suivent sont des techniques comportant moins de pièces qu'en peinture.

Il y a la technique de découpe de papier façon mandala avec du papier de riz teinté en-dessous et du papier plus épais en couleur qui sont collés. Il y a aussi la linogravure pour imprimer sur du papier ou personnaliser des meubles. Il suffit de graver un dessin dans du lino, ensuite de passer de la peinture dessus et de l'imprimer sur le support qu'on souhaite. C'est comme un tampon.

Je crée aussi divers objets de décoration en bois, tels que pendules et miroirs, ou encore une Inalpe pour habiller un escalier.

Pour ce type d'objets, je réalise d'abord le dessin sur l'ordinateur et après je découpe le tout dans du bois de 2 ou 5 mm à l'aide d'une machine laser. C'est celle que nous utilisons au magasin familial pour faire de la gravure sur divers articles. Ensuite, je peins les différents éléments découpés et je les assemble.



*Inalpe valaisanne en bois, longueur d'une ligne ~3m*



*Le miroir central mesure ~30cm de diam. Le tour est en bois et peinture acrylique*

J'ai aussi fait de la sculpture à une période chez Sylvia Volery à Aumont. Elle donne des cours de poterie, où vous pouvez réaliser ce que vous souhaitez. Pour ma part, j'avais créé une crèche géante qui est installée sur le toit du couvert à voiture de notre maison. Elle est allumée durant les fêtes de fin d'année, le soir. J'ai également d'autres œuvres comme des éléphants, des chats, des pères Noël. Il m'est aussi arrivé de toucher un peu à l'impression 3D.



*Crèche géante, 12 personnages de ~70cm*

Le temps de réalisation dépend du type de projet. Un dessin à l'aquarelle comme ceux dans la Gazette prend en moyenne 4-5 après-midi, et une peinture peut me prendre une semaine à plusieurs mois selon le format. Pour la linogravure et la découpe de papier ou de bois, c'est plusieurs semaines de travail. Le plus long a été pour mon projet de crèche géante en sculpture, cela m'a pris plusieurs mois pour la réaliser. Actuellement, je travaille sur la maquette d'une maison qui me prendra aussi plusieurs mois.

Et ce n'est pas tout : j'ai aussi une autre corde à mon arc artistique. Sur demande, je réalise des flyers, librettos, bâches, autocollants, etc. Tout ce qui peut être considéré comme de la pub. Car, au travail, j'aide ma maman à refaire des logos, des images, des dessins qui seront ensuite gravés. C'est comme ça que j'ai commencé à savoir utiliser différents programmes de dessin sur ordinateur. Alors de fil en aiguille, après quelques demandes d'amis, je me suis mise à la création de publicité.

Donc si vous le souhaitez, je serais ravie de pouvoir vous aider à réaliser votre idée. Pour me contacter ou juste voir ce que je fais, n'hésitez pas à aller consulter la page suivante :



**@alexnoelartiste.**

J'espère que cet article vous aura permis d'en savoir un peu plus sur moi et surtout sur ma passion pour l'art.

En attendant, bonne suite de lecture à tous les Budzons et au plaisir de vous rencontrer ou de vous revoir.

## Interview de Pacôme Radja

### Mon année linguistique à Saint-Gall

#### Peux-tu te présenter en quelques mots ?

Je m'appelle Pacôme, ce n'est pas un prénom très commun, on fait avec 😊. J'ai 15 ans et je vis à Nuvilly depuis une dizaine d'années. Je joue du cornet et je fais du sport, notamment dans l'équipe de foot du club Team Verdières. Et comme tous les jeunes, je passe pas mal de temps sur mon tél ! (rires) J'ai terminé ma scolarité obligatoire en juin, et depuis la mi-août, j'ai débuté mon année linguistique à Saint-Gall.

#### Comment cette année linguistique s'est-elle dessinée dans ton cursus post-école obligatoire ?

J'ai quasiment fait toute ma scolarité dans le cercle scolaire des Montets. À partir de la première année du CO, il a fallu penser à la suite. Moi, je ne me projetais pas. Continuer au gymnase ? L'école n'est pas forcément mon truc et d'un autre côté, je n'ai pas encore d'idée de métier. Par conséquent, ni l'apprentissage ni le GYB n'étaient des projets adaptés pour moi.

À la base, je me voyais bien faire une année en Angleterre, vu mon intérêt pour l'anglais. Puis, ma maman m'a parlé de cette école Ortega, et dit qu'il serait préférable de bien apprendre une langue nationale en premier lieu.

#### Comment l'école Ortega fonctionne-t-elle ?

Il s'agit d'une école privée qui propose une formule «job-collège». Cette école te trouve une famille chez laquelle tu vas travailler en semaine tout en suivant des cours de langue. Il est également possible de suivre les cours à temps plein. En outre, cette école propose une scolarité obligatoire privée pour les habitants suisses et étrangers.

#### C'est quoi, une «année intermédiaire Job-Collège» ?

C'est une formule de formation qui allie l'association du travail en immersion et de l'apprentissage de l'allemand en école. Il y a trois axes de travail possibles : à la ferme, avec les enfants ou dans la restauration. J'ai choisi d'aller à la ferme.

#### Pourquoi as-tu choisi de travailler dans une ferme ?

Quand j'étais petit, et comme tous les enfants d'ici, j'adorais la ferme. J'avais un petit tracteur en jouet, c'était le feu ! De temps en temps, je vais aider des amis agriculteurs et donc c'est un milieu qui me parle un peu plus. J'avais effectué un stage l'année passée dans la restauration, et ça a été l'enfer. C'est très exigeant comme milieu et les horaires ne sont pas simples. Et je ne

suis pas spécialement fan des enfants non plus.

#### Qu'est-ce que tu préfères et qu'est-ce que tu aimes le moins dans ton travail ? Et à l'école ?

J'aime les heures de pause ! C'est un sacré changement de rythme par rapport à la vie d'étudiant au CO. Ce qui est vraiment très difficile pour moi, ce sont les horaires longs de l'après-midi allant de 14h à 19h30 minimum. J'aime également les activités techniques de la ferme.

Ce que j'aime le moins, ce sont donc les horaires longs. Suite à une mauvaise expérience avec un taureau il y a peu de temps, je n'aime plus trop cette promiscuité avec le bétail. Étonnamment, j'aime aller à l'école et retrouver mes potes. C'est bien une première !

#### Si tu le pouvais, que changerais-tu dans ton quotidien ?

Actuellement avec les horaires que j'ai, je demanderais de pouvoir commencer une heure plus tôt le matin pour avoir une plus grande pause à midi. J'en ai parlé à la famille. De toute façon, je projette de changer de ferme. Ce n'est pas à cause de la famille, mais de cet incident avec le taureau qui m'a chargé.

#### Comment décrirais-tu tes rapports avec ta famille d'accueil ?

Je dirais plutôt bien, ils sont à l'écoute et depuis 13 ans qu'ils hébergent des jeunes au pair, ils ont l'habitude.

Je me sens libre de pouvoir parler si quelque chose ne va pas et ils vont regarder ce qu'ils peuvent faire pour améliorer la situation. Les conditions de travail sont bonnes et j'ai une chambre individuelle.

### **Quelles activités as-tu l'occasion de pratiquer en dehors de la ferme et de l'école ?**

Euh...aucune. Disons que souvent, après les cours, je vais un peu traîner avec mes potes dans Saint-Gall. Mes journées se résument à me réveiller, aller au boulot, me reposer durant ma pause de midi. Idem en soirée, je ne sors pas, je suis juste claqué !

### **Comment trouves-tu la ville de Saint-Gall ? Que fais-tu quand tu « traînes » avec les potes ?**

C'est vraiment une super ville et très jolie. L'architecture des bâtiments y est trop belle. Traîner ? C'est un peu : tu achètes un truc à boire, tu marches dans les rues avec les copains, tu parles de tout et de rien, tu passes devant des boutiques de fringue et tu juges les trucs trop moches ! (rires)

### **Spécialité culinaire de Saint-Gall ?**

Aaah ben... des patates ! Ce qui est désagréable là-bas et qui me change de mon quotidien chez moi, c'est la nourriture. Le soir, la famille propose souvent un menu café complet. Tu manges des tartines, du fromage et un chocolat chaud. Les pâtes, le régime

de Suisse romande, me manquent 😊.

### **Est-ce que tu rentres chez toi de temps en temps ?**

Alors oui, il faut bien quand même ! Comme il faut 4h de train par trajet, je ne rentre pas chaque week-end. Pour limiter les déplacements, je reste un week-end à la ferme de sorte que celui d'après je peux être quatre jours à la maison.

Avec certains potes de l'école, nous prenons le train depuis Saint-Gall, et nous passons plusieurs heures ensemble. *Tu fais quoi durant les trajets ?* Rien ! On discute, on rigole beaucoup, on regarde défiler le paysage, tout nostalgique ? Sinon, je lis ou j'écoute de la musique.

### **Qu'est ce qui te manque le plus en Suisse allemande ?**

Mon lit et mon frigo ! Je rentre chez moi et je me couche directement. Mes parents sont contents de me voir, il n'y a pas trop d'embrouilles et moi je suis content de rentrer. Voyant moins ma famille, je trouve que les relations sont plus intenses. Et je retrouve ma cafetière et mon vélo. C'est bon ! Ma famille, mes amis et mes habitudes me manquent. Mon quotidien est bouleversé et de reprendre mes habitudes, d'être chez moi me fait du bien.

### **As-tu une ou deux anecdotes à raconter ?**

La première positive : lors de la première semaine d'intégration qui a pour but de

réunir les élèves et de briser la glace, on a passé toute la semaine à l'école. Le premier jour, on est allés manger dans une auberge de jeunesse, en bus. C'était un jour où il pleuvait beaucoup d'ailleurs. Puis, pour rejoindre l'école, on était toute la classe dans le bus, mais on ne se connaissait pas encore vraiment. Avec trois autres jeunes, on a vu un endroit qui ressemblait à la gare où on devait descendre, alors on est sortis du bus. Mais personne d'autre n'en est descendu et on a vu le bus repartir. Les gars ce n'est pas le bon arrêt ! On a tracé comme des fous sur un bon kilomètre. À l'arrivée à l'école, la professeure était étonnée de notre retard. Un gros moment de rires.

Une moins sympathique : tous les jours, à la ferme, on doit amener les buffles et les vaches dans un parc depuis l'étable et les ramener le soir. Ce jour-là, c'était le premier jour où une bufflonne était en chaleur. Par conséquent, le taureau Kelvin était très agité et compétitif. J'ai ouvert la ficelle du parc, et cette bufflonne tout devant a tracé jusqu'à l'étable. Le reste du troupeau a progressé gentiment. Tout se déroulait bien. Tout à coup, plus aucune bête n'avancait dans l'étable et j'ai vu le taureau qui revenait en sens inverse. Faut savoir que j'ai une phobie des taureaux depuis petit. En temps normal, ces animaux se tiennent à distance de cette ficelle, cela les encadre. Je suis passé dessous

et je me suis écarté à quatre mètres. J'ai vu que le tableau continuait dans ma direction. Kelvin a passé la tête sous la corde et là, il y a eu un instant de flottement.

Puis, il a senti que la ficelle ne l'électrocutait pas. Et là, il a démarré, un truc de maldade ! J'ai hurlé et j'ai détalé à toutes jambes sur des mètres.

Mon record de zéro à cent ! Heureusement, j'ai pu me faufiler dans une cache.

CELINE GROLHIER

## Interview des entraîneurs de football des Juniors D de Team Verdières b, Laurent Baeriswyl & Christophe Kottelat

### Comment avez-vous commencé à entraîner votre équipe de football de la Team Verdières ?

Christophe : À ce moment-là, l'équipe n'avait pas d'entraîneur et nous nous sommes proposés. Il y avait nos enfants dedans. Donc, soit l'équipe n'avait pas d'entraîneur, soit on s'y mettait. Étant donné que nous étions déjà les deux tout le temps présents, à tous les entraînements, ainsi que pour les matchs, cette décision était comme une évidence.

### Vous êtes deux entraîneurs, avez-vous des rôles spécifiques dans la gestion et l'encadrement de l'équipe ?

Christophe : Oui, cela s'est fait tout seul. Initialement, Laurent tu es plus dans l'esprit du jeu et au niveau technique. Et je suis davantage orienté sur le côté organisationnel. J'ai pris aussi une partie de l'entraînement pour que l'équipe n'ait pas qu'un seul interlocuteur. Quand les enfants me disent : es-tu aussi entraîneur ? Alors effectivement, oui ! (rires)

Laurent : Christophe a pris le gardien sous son aile en lui proposant un entraînement spécifique.

### Combien de temps votre poste prend-il en moyenne par semaine ?

Laurent : Il est clair qu'il y a déjà le temps effectif sur le terrain lors des entraînements les mardis et jeudis, et les matchs du samedi qui représente 4h30 par semaine. Il y a aussi la préparation du coaching de l'entraînement pour Christophe. Moi, je me pose 1000 questions sur les formations et les joueurs, ce que l'on peut améliorer ou changer.

Christophe : Cela prend mine de rien pas mal de temps, bien 1-2h de plus par semaine pour chacun de nous, soit environ 8h en moyenne que nous consacrons pour notre équipe de niveau D.

### Quand vous étiez joueur, quel fut votre dernier poste sur le terrain et avec quel numéro sur le maillot ?

Christophe : Numéro 2, arrière droit au FC de Hauterive NE. Puis j'ai joué comme milieu de terrain au club de vétérans de Petite Glâne. Quant au numéro, je ne me souviens plus. Numéro magique !

Laurent : Actuellement en poste de défenseur central avec le numéro 13 au club des vétérans de Petite Glâne.

### Est-ce qu'il y a une figure du foot qui a eu un impact significatif ou influencé votre parcours footballistique ?

Laurent : Ronald Koeman, footballeur international néerlandais, qui jouait à Barcelone à l'époque. Il a marqué le goal de la victoire du FC Barcelone en ligue des champions sur



un coup franc extraordinaire. Il ne se plaignait jamais, il était un guerrier et pas de triche. Il donnait tout. Il jouait derrière et mettait des coups francs de fou.

Christophe : Steven Gerrard, footballeur anglais qui a évolué en quasi-totalité dans son club formateur de Liverpool. Milieu de terrain, vision du jeu, référence sur le terrain. C'était un gars qui n'ouvrait pas la bouche et qui aidait son équipe à jouer.

### **Faites-vous personnellement de l'entraînement physique, solo, entre amis, en équipe ?**

Laurent : Je m'entraîne 1x/semaine avec l'équipe des vétérans de Petite Glâne. J'y suis retourné la première fois la semaine passée depuis mon retour maladie. Quel bien ça m'a fait !

Christophe : À la maison avec un sac de frappe.

### **Question des parents : selon vous quel est le meilleur repas avant un match ?**

Christophe : Je pense que cela reste des pâtes, mais pas avec une sauce trop riche, pas trop lourd non plus, sinon tu cours à quatre pattes.

Laurent : Un McDo. À chaque fois qu'ils ont mangé un hamburger, ils étaient bien après, ce n'est pas trop lourd et ils n'ont jamais vomi sur le terrain... *(rire général !)*

### **Quels sont les aspects les plus gratifiants de votre rôle en tant qu'entraîneurs des jeunes joueurs ?**

Laurent : Pour moi, ce qui est gratifiant ce sont les sourires, tu sais, des enfants qui sont contents quand ils viennent au foot et qu'ils sont satisfaits de ce qu'ils font.

Christophe : Par exemple, quand un jeune fait une belle action et voit que c'est bien, tu lui dis bravo. Ce jeune se retourne vers toi, il est presque gêné quand tu lui dis bravo et qu'il se sent valorisé et ainsi, voir son sourire s'afficher sur son visage. Mais aussi, des joueurs qui vont comprendre des consignes directives, que c'est pour l'équipe et ils le font. Une belle valeur de cohésion de groupe, de faire des actions pour la réussite de l'équipe.

### **Y a-t-il des valeurs spécifiques que vous voudriez que les enfants retiennent de leur expérience avec vous comme coach ?**

Christophe et Laurent : Les valeurs qu'on souhaite leur transmettre sont le respect, le fair-play, la joie et le plaisir. Qu'ils viennent aux entraînements également pour s'y amuser, de conserver cette notion de plaisir. Finalement, quand on voit qu'ils ne s'amuse pas après un match, nous sommes tout aussi déçus qu'eux.

### **Avez-vous une devise pour maintenir la motivation de l'équipe ?**

Christophe : On essaie, même quand on a perdu un match, de les réunir à la fin pour leur en faire sortir les attitudes et les compétences positives. Et on finit avec le cri de l'équipe pour rester dans une attitude positive. En effet, ce n'est pas toujours facile de leur faire relever la tête après une défaite.

### **Quelle est votre meilleure anecdote, ou moment mémorable, en tant qu'entraîneur ?**

Laurent : Il y a deux semaines, avec le premier but de Théo Vioget et le premier de sa carrière. Cette action que personne n'attendait, car venant d'un jeune en pleine progression, cela a été juste incroyable. On a vu un énorme sourire sur son visage et toute l'équipe était tellement heureuse pour lui. Juste magnifique !

### **Avez-vous des projets/objectifs/événements spéciaux prévus pour l'équipe à l'avenir ?**

Christophe : La Champions League ! Mais... on a encore un peu de temps devant nous. Ce que l'on recherche, ce sont des petites satisfactions et non finir premier du classement.

Laurent : La suite est de les faire grandir.

## Un mot pour définir votre ressenti d'accompagner ces jeunes ?

Laurent : Je suis comme un maître d'apprentissage, les faire assimiler des nouveautés et les accompagner.

Christophe : Dévouement/passion, être présent pour eux.

CELINE GROLHIER



Leur équipe au dernier tournoi Sekulic cet été à Avenches

## Interview des Juniors D de Team Verdières

Le 20 septembre 2023, pour ne pas les appeler « les mamans supportrices et taxis », les membres de la Team Gazette ont rencontré les juniors D, habitant Nuvilly et évoluant dans les équipes Team Verdières et Team Verdières b.

Tous s'entraînent les mardis et jeudis, soit à Aumont, soit sur le terrain communal, le « Stade des Ouches » pour la Team Verdières B. Les coachs de Team Verdières sont Flavio Soares et Dany Santos, tandis que l'autre équipe est entraînée par Laurent Baeriswyl, ancien footballeur de Nuvilly, et Christophe Kottelat, un autre papa de joueur, habitant Aumont.

Ces 2 équipes, jouant 3 x 25 minutes, ne se sont affrontées qu'à une seule reprise durant ce premier tour, tel un derby entre copains. Aussi, toutes deux ont migré dans les stades de Cudrefin, Estavayer, Cheiry, Grandcour, St-Aubin, Avenches, Montagny et Montbrelloz.

Cherchant encore leurs marques parfois, et jouant régulièrement contre des jeunes bien plus âgés qu'eux, ces équipes en devenir sont, à la fin de ce premier tour, classées un peu trop bas au goût des joueurs, des coachs et de tous leurs supporters.

Découvrez l'interview de nos petits footeux de 10 ans : Théo Vioget, Marius Radja, Benjamin Grolhier, Enzo et Liam Baeriswyl.

### Qu'est-ce qui t'a donné envie de pratiquer ce sport ?

Benjamin : Le foot c'est cool, on peut affronter tout le monde, on peut marquer des buts, c'est cool.

Marius : L'envie de faire du sport avec mes copains d'école.

Enzo : Mon papa aime bien le foot, mes amis aussi, alors j'ai suivi. Mon papa joue toujours au foot et c'est aussi mon entraîneur.

Liam : Mon papa faisait du foot à Nuvilly, et moi je voulais trop commencer, alors j'ai « meulé » et on m'a inscrit. J'ai trop adoré ça et j'ai continué jusqu'en D.

Théo : J'aime le foot depuis tout petit, c'est un jeu d'équipe !

### **Quel est ton poste sur le terrain ? et lequel souhaiterais-tu également occuper ?**

Benjamin : Milieu droit et cela me convient.

Marius : Défenseur droit. Être au poste de gardien me plairait aussi bien.

Liam : Je suis défenseur milieu. J'ai déjà essayé attaquant, mais ça me plaît moins, parce que tu as moins de travail, tu dois toujours sprinter, c'est énervant. Tandis que défenseur, tu fais le travail avec l'équipe, c'est mieux, tu construis.

Enzo : Je suis attaquant, avec Pablo, Djan, Théo... et j'aime beaucoup être attaquant. Mais je serai peut-être milieu dans le prochain match. J'aime bien aussi, parce qu'on est quatre et que je joue avec Djan, mon pote. En plus, on est de la même taille et on joue souvent au foot ensemble à la récré.

Théo : Je suis attaquant depuis toujours, j'aime cela !

### **Quels sacrifices serais-tu prêt à faire pour progresser dans ce sport ? Et jusqu'à quel niveau ?**

Marius : Pour suivre ma passion et être professionnel, je pourrais par exemple partir dans un autre pays.

Benjamin : J'ai envie de donner ma vie pour le foot et j'ai envie d'aller jusqu'en professionnel.

### **Dans ton équipe, te sens-tu plutôt leader ou suiveur ?**

Benjamin : Je suis un peu leader, mais je suis aussi Nathan, notre capitaine.

Marius : Pareil, mais plus suiveur, je suis motivé.

### **Quelle figure maîtrises-tu le mieux ?**

Liam : C'est les passes, c'est très utile à mon poste. Le petit pont, par exemple, je sais faire, mais ce n'est pas très utile à mon poste.

Benjamin : Le ciseau, tu te mets en l'air et tu shootes avec le pied, mais je ne l'ai encore pas vraiment testé en match. Pour l'instant, je n'écarte pas encore assez les pieds.

Marius : Celle de l'arc-en-ciel, mais j'ai encore un sacré travail.

Enzo : Ce n'est pas vraiment une figure, mais je sais bien contrôler les ballons qui arrivent en l'air, et mon papa dit que je protège bien le ballon. Sinon, je pense que c'est la talonnade que je fais bien.

### **Enzo, peux-tu décrire une talonnade pour nos lectrices et lecteurs de la Gazette ?**

Tu as le pied sur le ballon, tu le fais glisser derrière ton autre pied, et après tu le pousses derrière, c'est une sorte de dribble. Ou bien tu as les crochets : tu passes le pied par-dessus le ballon, tu arrêtes juste le ballon et le défenseur va continuer à courir, et toi tu peux repartir. J'ai marqué deux buts face à Estavayer grâce à ça !

### **Quel est ton meilleur souvenir de match ?**

Enzo : Dans un tournoi en salle, j'ai dribblé quatre personnes et j'ai marqué un petit pont. Après ça, la Team AFF m'a demandé mon numéro, mais ils ne m'ont pas rappelé... Une autre fois, j'ai tiré depuis les 16 mètres et j'ai mis une pleine lucarne, ça c'était cool !

Marius : Lors du tournoi Sekulic de cette année, j'ai marqué le but du match et j'étais en défense.

Benjamin : Être dans l'équipe d'Antoine, l'équipe la plus puissante du championnat, avec Tiago.

Liam : Une fois, j'étais attaquant et j'avais marqué 11 buts ! Une autre fois, une saison après, j'ai marqué 3 buts : un depuis le milieu de terrain, un en talonnade, et un en aile de pigeon !

### **Qu'est-ce que tu préfères lors des entraînements ?**

Théo : C'est les tirs au but, cela permet d'entraîner le gardien et d'améliorer toute l'équipe

Benjamin : Le jeu « couleurs » et le petit match à la fin.

Marius : j'aime les nouveautés, apprendre de nouvelles techniques, faire des jeux.

### Dans quelle équipe rêves-tu de jouer ?

Benjamin : Manchester City ou United, en Angleterre, juste.

Théo : Je n'ai pas de préférence tant que je joue dans une équipe.

Liam : Mon équipe préférée, c'est Manchester United, actuellement, mais ça peut changer...

Marius : Dans le club du Manchester United. Aussi dans l'équipe nationale suisse ou croate.

### Quel est ton joueur professionnel préféré ?

Benjamin : Messi, Rashford, mais Enzo va dire la même chose 😊

Marius : Luka Modric

Liam : Sancho, milieu gauche ou aussi Wan-Bissaka, Martinez... ! Je les ai déjà vus jouer en Angleterre.

Enzo : J'en ai plein ! Mon joueur préféré-pré-féré, c'est Marcus Rashford qui joue à Manchester, numéro 10. Il est rapide, il sait bien dribbler. Je suis allé le voir jouer en Angleterre, c'était mon rêve.

Théo : Cristiano Ronaldo.

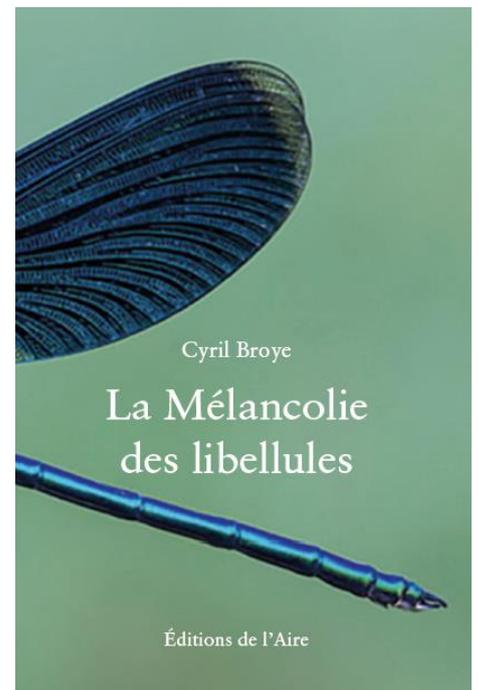
TEAM GAZETTE

## Cyril Broye, son premier roman

L'histoire derrière « La Mélancolie des Libellules » est un voyage personnel et créatif qui a débuté sur mon petit bureau, dans ma petite chambre, sur les hauteurs de notre petit village bien-aimé, Nuvilly.

En tant qu'enfant du village, je ne cache pas que ma relation avec le lieu-dit a connu des hauts et des bas, des contradictions et une forme de dualité émotionnelle qui a incontestablement participé à la création du moi écrivain. Né en 1997, Broye originaire de Nuvilly, j'y vis depuis 2006 au Chemin des Batailles. C'est là-bas que j'ai commencé à écrire mes premiers poèmes, à 14 ans. Des batailles justement, j'en ai mené lorsque je me collais des heures derrière la fenêtre de ma chambre, mélancolique et rêveur, à m'imaginer explorer les étendues vertes qui coulaient de toute part, et les contrées qui se cachaient derrière cette prison naturelle dans laquelle reposait notre beau village. Parfois souffrant du calme sourd de la commune, j'ai toujours ressenti ce besoin de fuguer, de voir « autre chose », de vivre « autre chose » et de découvrir de nouvelles sensations, d'où mes voyages en Océanie, en Amérique et en Europe (notamment à Paris où j'ai écrit une partie de mon livre).

Pourtant, à chaque fois que je me trouvais entouré par l'agitation des grandes villes et l'effervescence de la vie moderne comme je l'ai tant souhaité, il y avait cet appel irrésistible qui résonnait en moi, un doux murmure de tranquillité qui me rappelait auprès de mon petit village, là-bas, loin des néons brillants et du tumulte des rues animées. Certes, parfois je m'y ennuie, mais, là-bas, l'air est différent, pur et vivifiant, imprégné du parfum



des champs, des arbres, et du calme qui règne en maître, seulement perturbé par le chant des oiseaux, des grenouilles et des vaches.

Je vous explique cela, car cette dualité qui m'habite depuis toujours est très importante pour moi et pour mon processus de création. C'est le berceau même de la « Mélancolie des libellules », un doux mélange cru de réflexions personnelles, d'histoire contemporaine, et de questions existentielles.

Lorsque j'ai décidé d'en écrire les premiers mots, je ne pensais pas écrire pour publier, mais pour avancer. Avancer dans la quête d'un sens à découvrir, à travers peut-être une introspection qui, à ma façon, passait par l'écrit. Le premier passage que j'ai posé (p.50-53 du livre) fut pour moi le plus intense, reflétant un mélange de désirs et d'urgence, explorant les thèmes indissociables de l'amour et la mort. Lorsque j'ai écrit ce texte, au tournant de l'année 2020, mon inspiration fut portée par un tableau peint par la mère de mon meilleur ami, qui me l'offrit pour l'aide apportée lors de leur déménagement. Sur cette œuvre authentique est représentée une femme nue, de dos, rouge sang, tenant dans ses mains un voile rouge aux petits motifs blancs. C'est quelques jours après, une fois cloué au mur de ma chambre, que l'inspiration vint me frapper, me questionnant sur ce que cette femme mystérieuse pouvait bien représenter. Pourquoi me tournait-elle le dos ? Pourquoi ses longs cheveux rouge sang ?

C'est pour vous dire que cela représente bien plus qu'un simple roman à mes yeux. Après quelques semaines sans retoucher au passage, vacant à mes occupations, rédigeant d'autres petits textes, je m'y suis replongé un soir d'automne, renouant avec l'inspiration et me laissant guider par mes pensées. C'est ainsi que, petit à petit, m'est venu l'idée de créer une histoire parallèle entre, dans un premier temps, James, jeune peintre nostalgique vivant à la Belle époque parisienne, et Oscar, jeune étudiant suisse ressentant le besoin de fuir un mal inconnu.

Le tableau devint l'œuvre mystérieuse de James, et au passage le fil rouge tant physique qu'allégorique d'une histoire qui allait finalement se dérouler en quatre parties, désirant plus que tout inclure des lieux qui, telle une prémonition, étaient sur le point de devenir significatifs dans ma vie : James en 1897 à Paris, Alba en 1913 à Vienne, Liokha en 1931 à Leningrad et Oscar en 2022 à Payerne, Lausanne et Fribourg. Quatre personnages dans quatre lieux différents. D'ailleurs, vous remarquerez que le chiffre « 4 » est très présent dans le roman, tout comme les champs lexicaux de l'étang – représentant ici à la fois une échappatoire, une source d'énergie contenue, une nature de soi connue et canalisée, mais aussi un système fermé, marécageux, sombre et stagnant - et de la libellule - la conscience de soi, l'éphémère, la liberté, la marginalité, et la transformation.

L'histoire se divise en quatre ailes, chacune représentant à la fois une étape de vie de la libellule et un état mental qui, une fois assemblées, représentent toute l'étendue de la mélancolie dégagée par le tableau de James. Je vous invite donc à le lire si vous êtes piqué de curiosité par les sujets qui touchent au sens de la vie, à la sensibilité masculine, à l'autodestruction, ainsi qu'à la culpabilité qui peut en suivre et qui nous enferme dans le cercle vicieux qu'est la quête constante d'une identité. En espérant bien évidemment que vous ne vous enliserez pas dans les profondeurs opaques de votre propre étang, mais qu'au contraire, vous puissiez y percevoir la beauté et la tranquillité de votre âme à travers son reflet.

Finalement, je tiens à remercier tout particulièrement mes proches ainsi que Michel Moret, responsable des Éditions de l'Aire, un homme généreux, passionné, une source d'inspiration qui m'a donné l'opportunité de réaliser l'un de mes rêves.

Et si jamais il est disponible sur commande sur le site : <https://www.editions-aire.ch/magasin/> et depuis novembre en librairie.

CYRIL BROYE

# Découverte de deux quartiers

## Chemin des Clous et Route de l'Aclex

**Famille TRACHSEL** N° 11

D'où on vient ? **Navilly**

Dans le quartier depuis ? **2007**

<b>REGULA</b> 22.02.1979 Horticultrice, animatrice groupe de jeux / hobby : plantes, fleurs, sport	<b>CHRISTOPH</b> 04.12.1979 Agriculteur hobby : ski, politique	
<b>JESSICA</b> 16.08.2007 Fille au pair hobby : ski, sport, cuisine	<b>AMANDA</b> 19.04.2008 10H hobby : travail à la ferme, ski	<b>LIONEL</b> 07.09.2010 9H hobby : ski, lire BD
<b>Grizette</b> Chat, 3 ans	<b>Vaches laitières</b> 0 à 11 ans Holstein	<b>Porcs</b> 0 à 6 ans Grand porc blanc

Notre devise : Prendre chaque jour tel qu'il est et en tirer le meilleur parti.

**Famille BORNAND**

D'où on vient ? **NEUCHÂTEL**

Dans le quartier depuis ? **1998**

<b>CATHERINE</b> 01.02.1961 Éducatrice Hobbys : équitation	<b>SURYA</b> 05.04.2004 Classe : Université Hobbys : équitation	
<b>VANILLE</b> Age : 12 ans CHAT	<b>CONCOEUR</b> Age : 10 ans CHEVAL	<b>JIMMY</b> Age : 11 ans CHIEN

Notre devise : Le Positif attire le Positif !

**Famille LAGONA** N° 10

D'où on vient ? **Cossonay**

Dans le quartier depuis ? **2020**

<b>INGRID</b> 28.01.1955 Secrétaire retraitée Hobbys : marche, mots croisés, lecture, voyages	<b>GIOVANNI</b> 18.06.1951 Électricien retraité Hobbys : bricolage, motos, voyages-camping	
<b>BETTY</b> Age : 5 ans Shitsu	<b>JO</b> Age : 5 ans Shitsu	<b>Notre devise :</b> Profiter de la retraite, sans stress !

**Famille RAPIN** N° 1

D'où on vient ? **vd / Thaïlande**

Dans le quartier depuis ? **2015**

<b>AMANDINE</b> 10.02.1983 Educ enfance, coach sportive en formation, commerciale Hobbys : Gymnastique, randonnée	<b>GRÉGORY</b> 16.01.1984 Fromager Hobbys : Randonnée
<b>LOWAN</b> 02.08.2018 Classe : 1H Hobbys : jouer avec ses voitures	<b>Notre devise :</b> Le bonheur n'est pas d'avoir ce que l'on désire, mais d'apprécier ce que l'on a.

**Famille CORNU** N° 12

D'où on vient ? **Broye et Jura**

Dans le quartier depuis ? **20 ANS**

<b>MARIE-HÉLÈNE</b> 1976 Planificatrice production opérationnelle CFF Hobbys : tout ce qui est en relation avec la nature	<b>DOMINIQUE</b> 1969 Planificateur chantier CFF	
<b>AUDE</b> 2005 hobby : Musique	<b>ROMAIN</b> 2008 hobby : FOOT	<b>Notre devise :</b> CARPE DIEM
<b>NIOCHI</b> Age : 12 ans CHAT	<b>YOYO</b> Age : 13 ans CHAT	<b>PLUME</b> Age : 11 ans CHAT

**Famille SANTOS MATEUS** N° 2A

D'où on vient ? **Moudon/Combremont**

Dans le quartier depuis ? **2015**

<b>BEBIANA</b> 22.08.1991 Coiffeuse	<b>RICARDO</b> 18.09.1989 Contremaître	
<b>TIAGO</b> 28.04.2011 8H hobby : FOOT	<b>HUGO</b> 08.02.2014 6H hobby : FOOT	
<b>Nayla</b> 2 ans Pincher nain	<b>Kyara</b> 1 an Pincher nain	<b>Rex</b> 4 ans Husky

Notre devise : Je ne perds jamais, soit je gagne, soit j'apprends



## Passeport-loisirs des seniors

### À VOS AGENDAS !

Le dîner des aînés organisé par l'USL aura lieu le dimanche :  
**17 décembre 2023.**

### AIDE À LA DÉCHETTERIE

« Vous avez besoin d'une aide pour la déchetterie ? Vous ne pouvez pas vous déplacer ? »

Nous vous proposons notre aide pour les déchets ménagers courants **tous les 1<sup>ers</sup> mercredis** du mois, contactez-nous au **079 683 24 11 (Helena Lucas)** jusqu'au samedi précédent et nous organiserons une aide pour vous.

Les activités proposées aux seniors rencontrent toujours beaucoup de succès et nous nous réjouissons de vous dévoiler le nouveau programme 2024. Avant cela, faisons vite une petite rétrospective de cette deuxième partie de l'année.

En juin, un petit groupe s'est rencontré dans le magnifique jardin botanique au P'tit Moulin pour repiquer et repoter les semis avec les enfants de la structure d'accueil. Ils ont eu beaucoup de plaisir à partager ce moment ensemble.

En juillet, une sortie au frais en forêt a permis aux seniors de se ressourcer avec la nature. Ils ont profité de ce moment pour faire quelques œuvres personnelles en nature (land art).



En août, les seniors sont allés donner un précieux coup de main à la Jeunesse de Nuvilly pour les décorations et les montages de notre incontournable fête de la Bénichon.



En septembre, le groupe de parole a vécu un moment très intense.

En octobre, nous nous sommes rencontrés autour d'une fondue suivie d'un après-midi récréatif, certains au chibre, d'autres au UNO ou encore au jeu de l'échelle.

En novembre a eu lieu l'activité carte de Noël. La créativité était au rendez-vous pour créer ces cartes personnalisées qui feront des heureux aux fêtes de fin d'année.

En décembre aura lieu une chouette activité avec les écoliers de Nuvilly ; La conception de biscuits de Noël.

Une journée culinaire et récréative qui permettra de tisser des liens avec les écoliers.

L'atelier « Bien-Être » qui a été énormément apprécié en ce début d'année continue d'être proposé presque mensuellement. Tout le monde est le bienvenu. Les participants profitent souvent de cette occasion pour partager un souper convivial au Brocafé.

## À VOS AGENDAS ATELIER BIEN-ÊTRE

Auto-massages et méditation, Qi Gong et Tai-Chi, relaxation, danse

À 17h à la salle du bistrot, les jeudis :

7 décembre 2023

18 janvier 2024

15 février 2024

14 mars 2024

11 avril 2024

16 mai 2024

13 juin 2024

12 septembre 2024

10 octobre 2024

14 novembre 2024

12 décembre 2024

Une participation de CHF 5.- est demandée pour la location de la salle.

## AGENDA DES SENIORS 2024

Et voilà, la commission Seniors + a le plaisir de dévoiler le programme 2024, en avant-première pour la Gazette. Nous espérons que celui-ci vous plaira et que vous participerez activement à ces activités.

Les informations détaillées seront mentionnées dans l'agenda annuel 2024 que vous recevrez dans le courant du mois de décembre.

Certaines activités demanderont une inscription préalable, afin d'organiser au mieux la rencontre. Merci de vous référer à l'agenda 2024.

Toute personne souhaitant mettre à disposition un savoir, une compétence ou simplement un peu de temps pour les seniors du village peut contacter Carole Angéloz au 079 725 70 90.



PASSEPORT LOISIRS

SENIORS +

AGENDA 2024

### CINEMA – PIZZA

Visionnage d'un film gratuitement, suivi d'un buffet de pizza au prix de CHF 12.-.

**Vendredi 19 janvier**

17h30-20h30

Salle du bistrot

### BAL DE CARNAVAL

C'est la fête à Nuvilly ! Retrouvez vos 20 ans et venez danser et vous amuser à ce bal costumé (ou pas) des seniors. Un orchestre animera la soirée pour plus de folie !

**Vendredi 16 février**

Dès 19h

Salle du bistrot

<b>APRÈS-MIDI RÉCRÉATIF</b>	Passez un moment récréatif et sympathique avec les écoliers de Nuvilly. Jeux d'antan et jeux nouveaux, lesquels seront les meilleurs jeux ?	<b>Mardi 19 mars</b> 10h15 – 11h50 Ecole de Nuvilly
<b>MATCH AUX CARTES</b>	La Jeunesse de Nuvilly organise un match aux cartes ouvert à tout public durant le mois d'avril. Une publicité avec informations et date suivra.	<b>Un jour d'avril</b>
<b>RALLYE DECOUVERTE</b>	Ce n'est pas une course ! Mais un joli parcours en voiture dans nos villages environnants avec des énigmes simples à résoudre. Le rallye se fera en petit groupe et est accessible à tous.	<b>Dimanche 24 mai</b> 13h30 Au Brocafé
<b>DÉCOUVERTE ET VISITE DU JARDIN BOTANIQUE PLANTES&amp;VIE AVEC APÉRITIF DE PLANTES SAUVAGES</b>	Echange et visite commentée du Jardin 1h30, les enfants de l'accueil préparent un apéritif issu d'une cueillette de plantes sauvages / fleurs comestibles, tisane fraîche, dégustation ensemble.	<b>Jeudi 27 juin</b> <b>9h - 12h</b>  Au P'tit Moulin
<b>BALADE A PIED ET SAUCISSON A LA BRAISE</b>	Chouette soirée à la cabane des Budzons pour déguster de bons saucissons à la braise.	<b>Vendredi 5 juillet</b> <b>Dès 18h</b> Cabane des Budzons
<b>DECORATION ET MONTAGE POUR LA BENICHON</b>	Venez aider la Jeunesse de Nuvilly à préparer les décorations et /ou faire les montages.	<b>Jeudi 29 août</b> <b>Dès 18h30</b> Place de fête
<b>SORTIE DES SENIORS</b>	Des informations détaillées vous seront transmises par courrier séparé durant le courant de l'été.	<b>Jeudi 19 septembre</b>
<b>BALADE ET DECOUVERTE DES CHAMPIGNONS</b>	Balade découverte des champignons accompagnée du président de mycobroye, Monsieur Cédric Dupont.	<b>Date en octobre à reconfirmer</b> Cabane des Budzons
<b>RENCONTRE NOSTALGIQUE</b>	Prenez vos plus vieux albums, afin de revivre des moments nostalgiques du passé dans notre beau village.	<b>Jeudi 7 novembre</b> <b>Dès 18h30</b> Salle du bistrot
<b>SOIREE CONTES ET VIN CHAUD</b>	Découvrez la talentueuse Budzonne, Sylvie Mallard, qui vous fera voyager avec ses contes.	<b>Date en décembre à reconfirmer</b> Salle du bistrot

### On vieillit bien dans la Broye

#### Cugy – Une matinée consacrée à comment bien vieillir dans la Broye a été organisée par le Réseau Santé Social de la Broye fribourgeoise



« Une belle affluence », note avec satisfaction la directrice générale adjointe Maryline Moulin du Réseau Santé Social de la Broye fribourgeoise (RSSBF). Samedi 23 septembre dernier, ce sont 14 conférences qui ont été proposées lors d'une matinée d'informations et d'échanges autour de la thématique « Bien vieillir dans la Broye ». Au Cycle d'Orientation de Cugy, chaque conférence a été suivie avec attention, en moyenne une cinquantaine de personnes. *J'entre en EMS, est-ce qu'on va me*

*prendre toute ma fortune* exposée par le notaire François Uldry, *Mieux vivre avec une maladie chronique* présentée par les Ligues de santé, *Pour vos déplacements, les bénévoles sont à votre service* proposée par PassePartout Broye ou encore *Qui peut prendre une décision pour moi si je n'en suis pas capable* expliquée par ProSenectute faisaient entre autres partie des conférences.

### Transmettre les informations : essentiel

Lorsqu'on prend de l'âge, il y a parfois des éléments qui nous échappent, il faut en être conscient. Mais il y en a d'autres sur lesquels nous pouvons agir, pour autant qu'on ait l'information et le soutien. C'était justement l'un des buts de cette matinée Bien vieillir : mise en lumière des différentes activités pour les seniors et des services pour leurs proches qui sont nombreux dans la Broye et le canton de Fribourg. « *Les Broyardes et Broyards ont été contents de savoir toutes les possibilités qui existent dans la région. Les échanges ont été constructifs, les informations riches et instructives* », relève Maryline Moulin. « *Nous constatons qu'il est essentiel de veiller à les mettre à disposition de la population broyarde* », ajoute-t-elle. Comment rendre encore plus visible les services et offres existants ? C'est l'une des missions du RSSBF qui va se pencher sur la question. Brochures dans les cabinets médicaux, publicité dans les médias, documents sur les réseaux sociaux, partenariats avec des communes font partie des idées.

### Les deux nouveaux EMS expliqués

Autre événement de cette matinée : les projets des deux nouveaux EMS dans la Broye fribourgeoise, présentés par Catherine Plüss, présidente de la Commission de bâtisse, par Nicolas Kilchoer, préfet de la Broye fribourgeoise et Maryline Moulin, directrice générale adjointe du RSSBF.

L'un sera réalisé à Estavayer-le-Lac et l'autre à Domdidier. La population broyarde vient d'accepter le 12 novembre dernier le crédit d'engagement de 74 millions de francs. « *Cela a permis aux participants de bien comprendre toutes les différentes étapes qui mèneront à la réalisation de ces deux ouvrages importants pour les seniors* », relevait la directrice générale adjointe. Elle souligne que les chambres à un lit et l'offre augmentée de l'accueil de jour seront notamment les grands plus de ces deux nouveaux projets. Rappelons que la nécessité de construire deux nouveaux EMS dans la Broye fribourgeoise découle du besoin d'augmenter la capacité d'accueil selon la planification cantonale des soins de longue durée qui tient compte de l'évolution démographique.



## Réduction cantonale des primes d'assurance-maladie

### Pour plus d'informations

Pour plus amples informations et pour toutes questions concernant la réduction cantonale des primes de l'assurance-maladie ou les autres services de Pro Senectute Fribourg, n'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou à vous rendre directement à notre réception

#### Téléphone et Fax :

Tél. 026 347 12 40

Fax. 026 347 12 41

Heures d'ouverture de notre réception

Du lundi au vendredi :

8.30 - 11.30 / 13.30 - 16.30

Pro Senectute Fribourg  
Passage du Cardinal 18  
1700 Fribourg  
info@fr.prosenectute.ch

**PRO  
SENECTUTE**  
PLUS FORTS ENSEMBLE

### RÉDUCTION CANTONALE DES PRIMES DE L'ASSURANCE-MALADIE

L'État accorde des subsides destinés à la réduction des primes d'assurance-maladie. Ces subsides sont octroyés selon les dispositions de la loi du 24 novembre 1995 d'application de la loi fédérale sur l'assurance-maladie et de l'ordonnance du Conseil d'État du 8 novembre 2011 concernant la réduction des primes d'assurance-maladie.

Elle est destinée à faciliter le paiement des cotisations à l'assurance-maladie obligatoire, et s'adresse non seulement aux personnes âgées, mais à toute la population.

Le calcul de l'aide repose sur l'avis de taxation fiscale du canton de Fribourg de la période fiscale qui précède de 2 ans l'année pour laquelle le droit à la réduction des primes est examiné.

L'aide est calculée en % de la prime moyenne cantonale pour l'assurance obligatoire des soins (AOS), **soit en 2023 CHF 522. — pour la zone 1 (district de la Sarine et Ville de Fribourg) et CHF 477. — pour la zone 2 (reste du canton)**, et peut s'élever entre 1 et 65%, selon le revenu déterminant.

### QUAND ET OÙ DÉPOSER LA DEMANDE ?

La demande peut être déposée au plus tard le 31 août de l'année en cours auprès de la Caisse cantonale de compensation du canton de Fribourg (qui met à disposition les formulaires), accompagnée des documents nécessaires pour l'examen du droit.

### DÉBUT DU DROIT À LA RÉDUCTION DES PRIMES

Le droit à la réduction naît au plus tôt le premier jour du mois au cours duquel la demande est déposée auprès de la Caisse cantonale de compensation du canton de Fribourg.

## Pro Senectute vous aide à remplir vos impôts !

**PRO  
SENECTUTE**

Cette offre s'adresse **aux personnes dès 60 ans** domiciliées dans le canton de Fribourg, avec une déclaration **d'impôts dite simple** (pas d'immobilier secondaire, pas de portefeuille de titres, pas de frais effectifs).

Remplir sa déclaration d'impôts est souvent synonyme de stress et s'apparente plus à une corvée qu'à autre chose. Si vous ne savez pas quelles déductions appliquer ou avez simplement peur d'en oublier, le service de déclaration d'impôts est là pour vous !

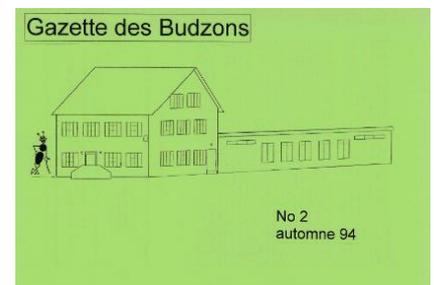
Pro Senectute vous offre la possibilité depuis plusieurs années de faire remplir votre déclaration d'impôts avec un•e bénévole expérimenté•e. Vous ne souhaitez pas ou ne pouvez pas vous déplacer dans nos bureaux ? Pas de soucis ! Nous avons des bénévoles qui se déplacent aussi à votre domicile.

Pour l'année 2024, ce service aura lieu **du 29 janvier 2024 au 30 avril 2024**.

La prise de rendez-vous se fera **dès le 15 janvier 2024 uniquement** par téléphone au **026 347 12 92** ou **026 347 12 40**.

## Gazette d'antan

Article repris de la gazette des Budzons, no 2, automne 94.



- Voici les courses qui se sont déroulées en 1994 A NOTRE CONNAISSANCE :
  - A Pâques, la société de Jeunesse se rendait à Rhodes en Grèce. Ca rôde !
  - Avant les grandes vacances, les élèves des classes de Vesin et de Nuvilly (1ère, 4ième et 5ième année) coiffés de chapeaux pointus se sont rendus avec leurs responsables au zoo du cirque Knie à Rapperswil. L'école enfantine s'est rendue à Grandson après une balade en bateau. Les élèves de 2ième et 3ième se sont rendus à Champ-Pittet.
  - Les 25 et 26 juin, c'était au tour des Pompiers de prendre le départ, pour leur 6ème course surprise qui les a emmenés au Tessin cette fois-ci. A signaler qu'un participant a oublié son sac de voyage à Nuvilly!!!
  - Du 8 au 10 juillet, le chœur-mixte s'est rendu en Valais pour une sortie de détente et de chant qui s'est révélée être un enchantement.

- Le 19 juillet dernier, les Dames de Nuvilly et Combremont visitaient l'Île Mainau et les chutes du Rhin puis soupaient à Combremont-le-Grand où les rejoignaient les personnes qui n'avaient pu participer à la course.
- Le 10 août 1994 se déroulait la course des servants de messe à Réclère dans le Jura (Ajoie) pour la visite de ses grottes et de son parc de dinosaures.

## Prochaine édition en juin

Vous aussi vous aimeriez participer ? Vous pratiquez un hobby, une activité manuelle, artistique ou sportive que vous aimeriez présenter ? Vous aimeriez partager une recette, un voyage, une coutume, une anecdote ou un événement à venir ?

N'hésitez plus et envoyez-nous un mail à l'adresse :

**juliette.gagnaux@nuvilly.ch**

ou contactez Juliette Currat-Gagnaux  
par téléphone au **079 726 35 07**.

Nous serions heureux d'ajouter votre article  
dans la prochaine gazette.

**Les 2 premières Gazettes et celle-ci sont dès à présent disponibles sur le nouveau site internet de la Commune : <https://nuvilly.ch>**

**Vous avez un talent de graphiste ou vous aimez l'écriture, vous avez du temps à accorder à la Gazette ? Nous avons besoin de vous dans la Team Gazette pour nous épauler dans la réalisation des prochaines éditions !**

**On compte sur vous !**

## Publicité

Pour tous les commerçants, entrepreneurs et artisans, locaux ou ayant un lien avec le village, souhaitant soutenir le journal, vous pouvez insérer une publicité :

Logo (format classique 85 x 55 mm) : dès CHF 30.-

Publicité d'une ½ page A4 : dès CHF 50.-

Les personnes intéressées peuvent s'adresser directement à Juliette Currat-Gagnaux au numéro mentionné ci-dessus.