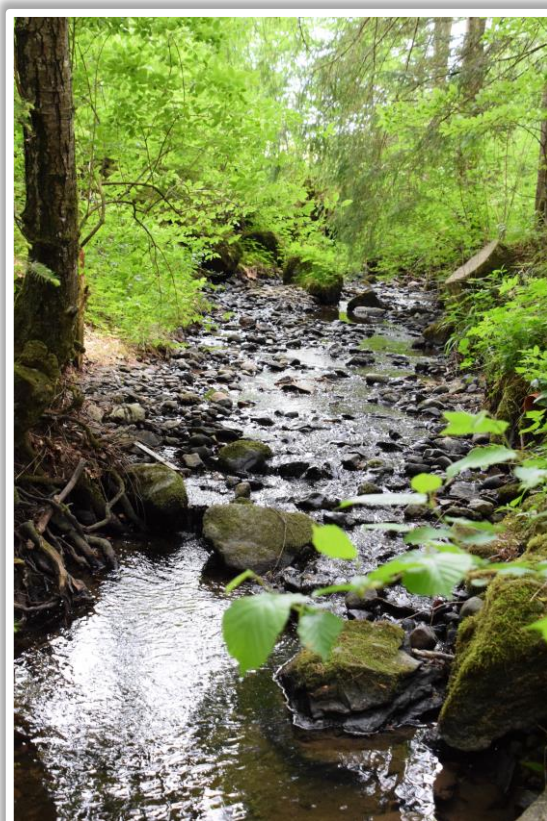


Bulletin communal d'informations

COMMUNE LE FLON



Edition de juin 2021



AU FIL DU FLON

* * * *

A MEDITER



L'AVEUGLE
et
LE PUBLICITAIRE

Un jour, un non-voyant était assis sur les marches d'un bâtiment avec un chapeau à ses pieds et un morceau de carton portant l'inscription :

- "Je suis aveugle, aidez-moi, s'il vous plaît".

Un publicitaire qui passa près de lui remarqua qu'il n'y avait que quelques pièces dans son chapeau...

Il prit son morceau de carton, le retourna, et y écrivit une autre phrase.

En fin de journée, il revint près de l'aveugle : son chapeau était plein de monnaie et même de billets.

Le non-voyant reconnut le pas de l'homme et lui demanda :

- "Grâce à ce que vous avez écrit tout à l'heure, je reçois bien plus qu'avant... mais qu'avez-vous donc écrit ?"

Le publicitaire répondit :

- "Rien qui ne soit vrai. J'ai seulement réécrit ta phrase d'une autre manière".
Il sourit et s'en alla.

Le non-voyant ne sut jamais que sur son carton, il était écrit :

- "Aujourd'hui, c'est le printemps, et moi je ne peux pas le voir..."



Vacances

L'Administration communale sera fermée durant 15 jours pour les vacances d'été, soit

du 01 août 2021
au 15 août 2021 y compris

Nous serons de retour le lundi 16 août 2021,
dès 09 h 00.

A ne pas oublier avant la fermeture du Bureau communal

- ✓ **CARTES DU COMPACTEUR** : à faire charger
- ✓ **CARTES D'IDENTITE** : pendant la fermeture de l'Administration communale, il y a toujours la possibilité de passer directement au Service des passeports, à Granges-Paccot, Rte d'Englisberg 11, pour commander vos documents ; merci de penser à téléphoner avant pour prendre rendez-vous : 026 305.15.26

Nonagénaire

En ce 02 février 2021, Mme Lucie Dévaud née Vial a fêté ses 90 printemps.

En raison du Coronavirus, le Conseil communal lui a présenté ses bons vœux au nom de la Commune et de ses habitants en lui faisant parvenir des fleurs et un cadeau.

Nous lui souhaitons le meilleur.



Votations ou élections - Rappel

- ✓ Signer impérativement le certificat de capacité
- ✓ Insérer dans l'enveloppe le certificat de capacité de façon à ce que l'on puisse voir la signature
- ✓ Affranchir l'enveloppe si le retour se fait via les services postaux

MERCI DE VOTRE PRECIEUSE COLLABORATION.

AVS - Obligation de cotiser

QUI DOIT COTISER :

Toutes les personnes qui exercent en Suisse une activité lucrative dépendante ou indépendante ou qui y ont leur domicile civil sont tenues de payer des cotisations AVS/AI/APG.

En 2021, ce sont les personnes actives nées en 2003 qui entrent dans le cercle des cotisants. Les personnes sans activités lucratives sont tenues de payer les cotisations dès le 1er janvier qui suit leur 20e anniversaire.

IMPORTANT :

Les lacunes de cotisations peuvent entraîner une réduction des rentes.

Ainsi,

- les indépendants
- les bénéficiaires de retraite anticipée
- les chômeurs en fin de droit
- les étudiants
- les personnes sans activité lucrative
- les personnes en incapacité de travail de longue durée
- les invalides qui n'exercent pas d'activité lucrative

doivent s'annoncer sans tarder à la caisse cantonale de compensation de leur domicile, afin de payer des cotisations AVS/AI/APG et de bénéficier, le moment venu, d'une rente AVS ou AI complète.

Il en va de même pour les personnes non actives dont le conjoint exerce une activité lucrative au sens de l'AVS et ne verse pas au moins CHF 956.00 de cotisations par année.





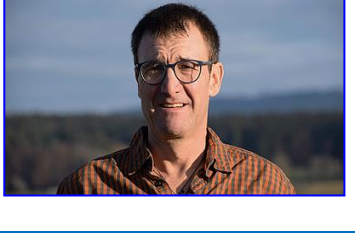
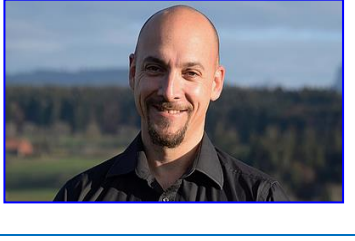

Vous trouverez toutes les informations sur le site de la Caisse de compensation du Canton de Fribourg : www.caisseavs.fr



Factures communales

Merci de penser à conserver les documents-factures dans vos dossiers pour compléter vos déclarations d'impôts ; en effet c'est régulièrement que l'on nous demande des duplicatas de factures. Dorénavant nous facturerons des frais.

LEGISLATURE 2021 - 2026 : VOTRE CONSEIL COMMUNAL

		<u>Dicastères</u>	<u>Suppléant/e/s</u>
	<p>BONGARD Jean-Claude</p> <p>SYNDIC</p> <p>jean-claude.bongard@leflon.ch</p>	<p>Finances, Administration générale, Personnel, Informatique et Internet</p>	<p>Cardinaux Maude</p>
	<p>CARDINAUX Maude</p> <p>VICE-SYNDIQUE</p> <p>maude.cardinaux@leflon.ch</p>	<p>Ecole, Structures d'accueil extrascolaire, Animation Jeunesse Veveyse, Culture et loisirs</p>	<p>Dougoud Claudia</p>
	<p>CARDINAUX Christian</p> <p>CONSEILLER COMMUNAL</p> <p>christian.cardinaux@leflon.ch</p>	<p>Constructions, Energie, Transports</p>	<p>Fragnière Ludovic</p>
	<p>DOUGOUD Claudia</p> <p>CONSEILLERE COMMUNALE</p> <p>claudia.dougoud@leflon.ch</p>	<p>Santé, Social, Bibliothèque, Structures d'accueil de la petite enfance</p>	<p>Bongard Jean-Claude</p>
	<p>FAVRE Nicolas</p> <p>CONSEILLER COMMUNAL</p> <p>nicolas.favre@leflon.ch</p>	<p>Eau potable, Epuration, Déchetterie</p>	<p>Gillard Jean</p>
	<p>FRAGNIERE Ludovic</p> <p>CONSEILLER COMMUNAL</p> <p>ludovic.fragniere@leflon.ch</p>	<p>Routes, Aménagement, Tir</p>	<p>Cardinaux Christian</p>
	<p>GILLARD Jean</p> <p>CONSEILLER COMMUNAL</p> <p>jean.gillard@leflon.ch</p>	<p>Bâtiments, Forêts, Agriculture, CSPI, PC, Cimetière</p>	<p>Favre Nicolas</p>

LEGISLATURE 2021 - 2026 :

LES COMMISSIONS COMMUNALES

COMMISSION FINANCIERE

- Aebischer Claudine

- Falcy Pascal

- Levrat Corinne

- Maillard Cédric

- Picasso Marco

COMMISSION DES NATURALISATIONS

- Cardinaux Ana

- Demont Cécile

- Dougoud Claudia, Conseillère communale

- Gremaud Jacques

- Monney Bernard

COMMISSION D'AMENAGEMENT et D'URBANISME

- Broillet Stéphane

- Gachoud Frédéric

- Tardy Jean-Luc

- Fragnière Ludovic, Conseiller communal, Président

- Bongard Jean-Claude, Syndic

COMMISSION DE L'ENERGIE

- Dewarrat Thierry

- Favaretto Raffael

- Levrat Marc

- Medana Schlageter Clotilde

- Cardinaux Christian, Conseiller communal,
Président

- Gillard Jean, Conseiller communal

COMMISSION DES CONSTRUCTIONS

- Aebischer Christian

- Champerlin Frédéric

- Dougoud Serge

- Fragnière Marc

- Cardinaux Christian, Conseiller communal
Président

Cadastre du bruit des routes cantonales

Par la présente, nous vous informons que le Service des ponts et chaussées (SPC) de l'Etat de Fribourg est compétent pour établir le cadastre de bruit des routes cantonales et d'en assurer sa mise à jour. De plus, il planifie et réalise l'assainissement du bruit des routes cantonales.

Afin d'assumer ces tâches, le SPC va procéder ces prochains mois à l'étude du cadastre de bruit, et si nécessaire à l'étude d'assainissement du bruit, sur les routes cantonales sises sur le territoire de la Commune de Le Flon, ceci en parallèle au projet de réaménagement routier de la traversée de Bouloz.

A cet effet, nous vous informons que les collaborateurs d'un bureau d'acousticiens mandaté par le SPC procéderont à différents relevés le long des routes cantonales « Route de Bulle, Route de Moudon, Route d'Oron, Route de Romont » situées dans les localités de Bouloz, Pont et Porsel, lesquels nécessiteront d'éventuelles interventions à l'intérieur des bâtiments exposés au bruit routier (vérification des locaux à usage sensible au bruit, relevés de bruit, ...).

Si l'étude d'assainissement du bruit s'avère nécessaire, d'éventuels mandataires techniques (géomètres, ingénieurs civils, urbanistes) pourraient être appelés à collaborer avec le bureau d'acousticiens afin de prévoir des mesures constructives soumises à l'enquête publique.

A propos du bruit...

Il est recommandé de cesser les activités bruyantes de

- ☞ de 12 h 00 à 13 h 00
de 21 h 00 à 07 h 00
- ☞ le samedi avant 09 h 00
et après 20 h 00
- ☞ aucune activité le dimanche
et les jours fériés légaux

Ceci afin de préserver la tranquillité publique ainsi les bonnes relations de voisinage. Merci de votre collaboration.



Les déchets

Bords de routes : de plus en plus souvent nous constatons que les bords de routes sont jonchés de déchets, que ce soit sur les prés, sur les trottoirs et même sur les bords des quartiers.

Ce phénomène n'est pas seulement dû aux piétons négligents qui abandonnent leurs déchets en chemin mais surtout aux automobilistes et à leurs accompagnants qui lancent par la fenêtre du véhicule les déchets.

C'est une situation triste en cette période où le plus grand nombre manifeste pour une planète propre. Il faut se rappeler que la propreté commence d'abord chez nous, dans le petit coin de terre où nous habitons tous. **MERCI.**



Un mot d'ordre :

OÙ QUE NOUS SOYONS A L'EXTERIEUR, RAPPORTONS NOS DECHETS A LA MAISON et EVACUONS-LES VIA LA DECHETTERIE.



Déchets encore...

PAS DE DECHETS DANS VOTRE FOURNEAU !

Nous souhaitons rappeler une directive importante d'ENERGIE-BOIS SUISSE, à savoir :

la combustion de déchets en tout genre est **interdite** que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur.

Celui qui gère ses déchets par le feu, nuit gravement à l'environnement, à ses voisins et à lui-même !

Ces pratiques illégales provoquent **une pollution de l'air et du sol.**

En outre, la combustion d'ordures **endommage** les poêles, cheminées et fourneaux.

MERCI DE PRENDRE GARDE A CES INFORMATIONS IMPORTANTES.

Bouloz, arrêt de bus Essert, ligne de bus no 472

Plusieurs habitants nous ont fait part de leur inquiétude quant à la création d'une plateforme pour l'arrêt de bus « Essert » sur la route de Romont à Bouloz.

C'est le Service des ponts et chaussées, Fribourg (SPC), qui était le maître d'ouvrage et qui a pris en compte les conditions de sécurité. Quoi qu'il en soit, cela nous permet d'avoir un arrêt de bus plus conforme pour les usagers. De plus, nous avons obtenu de reculer le panneau indicateur 50 km/h à l'heure en direction de Romont ; ainsi l'arrêt de bus se situe maintenant dans cette zone.

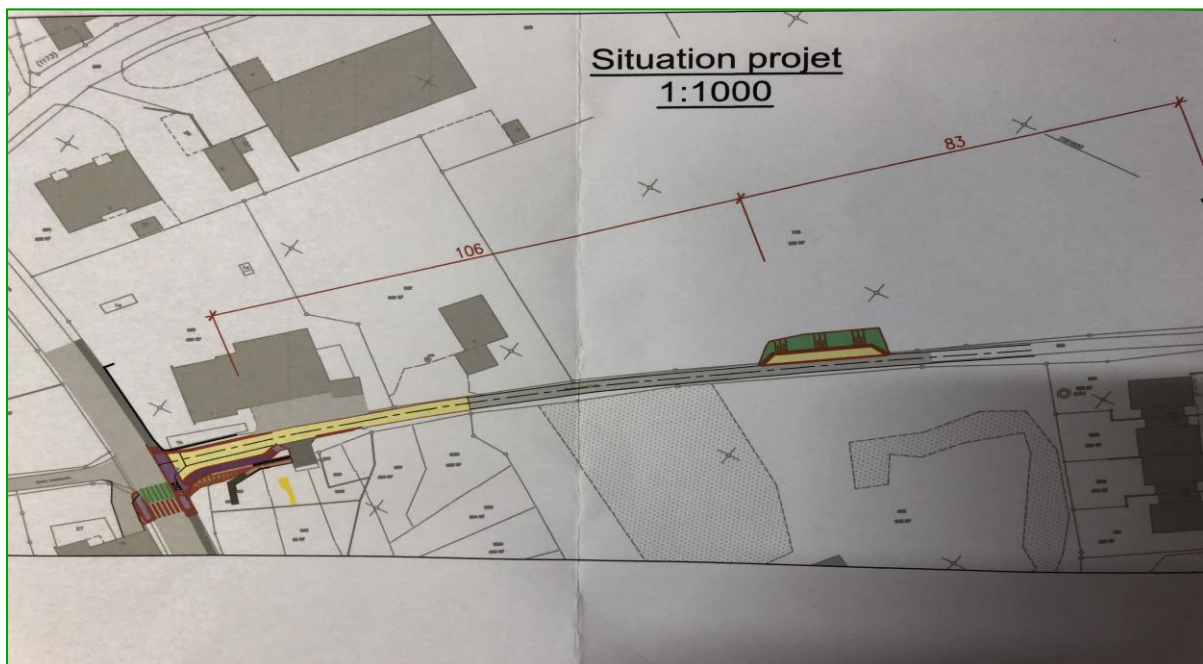
Bouloz, dossier VALTRALOC

L'arrêt de bus précité est provisoire car il s'insère dans l'étude Valtraloc que nous menons conjointement avec le SPC. Quelques dates estimées :

- *préparation dossier mise à l'enquête publique : janvier 2022*
- *mise à l'enquête publique : avril 2022*
- *début des travaux : mars 2023*
- *fin des travaux : avril 2024*

Carrefour de la route de Champ Diguez à Porsel

Ce carrefour va être réaménagé dans le courant de cette année 2021 ; une place d'évitement sera créée ultérieurement. Vous en avez un aperçu sur le plan ci-dessous.



Cimetière de Porsel - Installation d'un jardin du souvenir



La demande récurrente de plusieurs habitants a pu se concrétiser en ce mois de mai 2021 puisqu'un jardin du souvenir a été installé dans notre cimetière.



Nous avons également profité de poser deux éléments décoratifs sur le 3^{ème} columbarium car il n'en avait pas encore. Voici une photo.

PROJET PERSEIDES



REDECOUVRONS LA NUIT...

Chaque année, dans la nuit du 12 au 13 août, la pluie d'étoiles filantes des Perséides atteint son apogée. On parle de 200 étoiles filantes à l'heure. Idéal pour faire des vœux ou simplement s'émerveiller.

Malheureusement, notre éclairage artificiel nous masque ce spectacle. La Voie lactée est à peine visible, la plupart des étoiles invisibles.

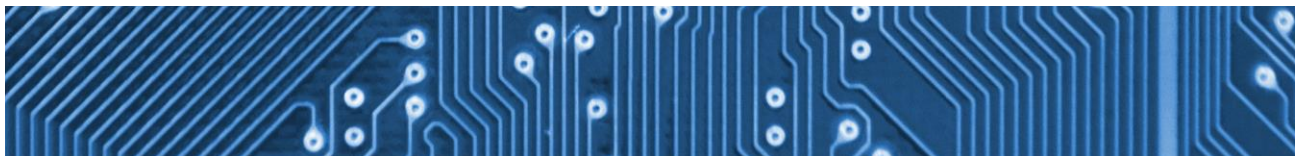
Il est temps de redécouvrir le monde nocturne, car la nuit est belle et pleine de couleurs.

Cette année (2021), ce sont 498 communes qui ont été invitées à participer au projet, réparties sur quatre cantons : Vaud, Neuchâtel, Fribourg et Valais.

<https://projet-perseides.org/>

**Notre Commune répondra présente en éteignant tout l'éclairage public
et une soirée étoiles sera certainement prévue.**

Informations suivront en temps voulu.

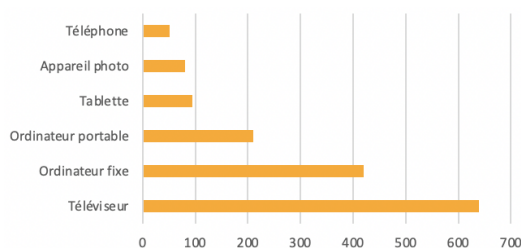


Le numérique contribue au réchauffement climatique

Loin d'être immatériel, le secteur numérique représente 4% des émissions totales de gaz à effet de serre mondiales.

Il est constitué d'ordinateurs, écrans, smartphones, de millions de kilomètres de câbles en cuivre et de fibres optiques, de milliers de centres informatiques, de milliards de chargeurs de téléphones, etc.

Émissions moyennes en kg de CO_{2e}/article neuf



=> Doubler la durée de vie de ses équipements réduira de moitié leurs impacts climatiques liés à la fabrication.

Emails

Envoyer un email n'est pas une action anodine, une bonne gestion de sa boîte de réception permet de réduire considérablement son empreinte carbone.

15'000 km

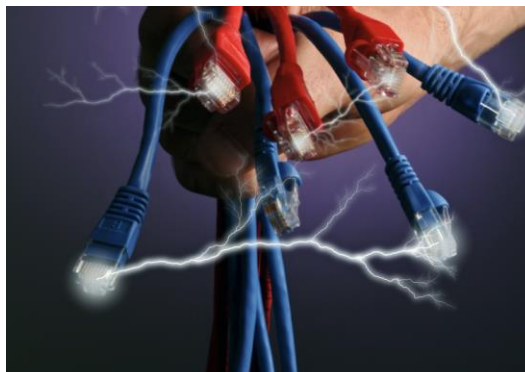
C'est la distance moyenne parcourue par une donnée avant d'atteindre son destinataire.

10 grammes

Un email stocké équivaut à 10 g de CO_{2e} par an. C'est autant d'émissions de CO_{2e} qu'un sac plastique.

J'agis pour réduire mes émissions:

- **Pour googler, j'utilise des mots clés pertinents.** Une recherche Google émet environ 10 g de CO_{2e}: 73 kg d'émissions en moyenne par personne et par an.
- **Je surfe sur le wifi autant que possible.** La 4G consomme 23 fois plus d'énergie que le wifi.
- **Je réduis la qualité des vidéos en l'adaptant à la taille de mon écran.** Les vidéos en ligne sont responsables d'1% des émissions mondiales.
- **Je fais un usage approprié de la vidéo lors de mes rendez-vous en ligne.** 1 minute de visioconférence émet 1 g de CO_{2e} par personne.
- **Je sélectionne rigoureusement mes destinataires.** Multiplier par 10 le nombre de destinataires d'un email multiplie son impact par 4.
- **J'éteins ma box internet lorsque je n'en ai pas besoin.** Une box internet consomme entre 150 et 300 kWh par an, c'est autant qu'un réfrigérateur.



Comment être responsable avec ses emails ?

Je suis l'expéditeur	Je suis le destinataire
J'évite de diffuser à large échelle des pièces jointes en hébergeant les documents sur des serveurs locaux (cf. dépôt sur l'extranet avec lien dans l'email, utilisation de plateformes telles que www.swisstransfer.com)	Je me désabonne des newsletters qui ne m'intéressent plus (cf. se désabonner en bas des emails, Cleanfox)
Je supprime les images et logos d'entreprises ou en allège le poids	Je vérifie et vide mes boîtes spams et promotion
J'évite de faire suivre tout l'historique de chaque email	Je n'imprime plus les emails que je reçois
Marketing: j'affine mes ciblages et n'envoie qu'aux personnes intéressées par le sujet	Je nettoie ma messagerie régulièrement en supprimant les emails inutiles

Les associations regroupées au sein des Ligues de santé du canton de Fribourg assurent, sur mandat de l'Etat, des prestations médico-sociales, de soutien et de prévention en faveur des malades concernés et leurs proches, à domicile ou dans les lieux de consultations à Fribourg, Bulle, Châtel-St-Denis, Cugy, Guin et Morat.



Ligue fribourgeoise contre le cancer

- Conseil et soutien psychosocial aux personnes malades et à leurs proches
- Soutien à la réinsertion professionnelle (job-coaching)
- Activités d'information et de prévention
- Registre des tumeurs : récolte et enregistrement de tous les cas de cancers du canton, analyse statistique

026 426 02 90 – info@liguecancer-fr.ch – www.liguecancer-fr.ch



Dépistage du cancer Fribourg

- Mammographie de dépistage pour toutes les femmes dès 50 ans
- Dépistage du cancer du côlon pour les femmes et les hommes dès 50 ans
- Informations sur la prévention et le dépistage du cancer du sein et du côlon

026 425 54 00 – depistage@liguessante-fr.ch – www.liguecancer-fr.ch



Equipe mobile de soins palliatifs Voltigo

- Soins palliatifs spécialisés
- Conseil, soutien et orientation pour les personnes concernées par une situation de maladie grave
- Formation de professionnels et de bénévoles

026 426 00 00 – voltigo@liguessante-fr.ch – www.liguecancer-fr.ch



diabètefribourg

- Consultations infirmières spécialisées en diabétologie pour enfants et adultes
- Soins spécifiques de pieds de diabétiques
- Consultations diététiques
- Vente de matériel
- Formation de professionnels des domaines scolaires et de la santé
- Activités d'information et de prévention

026 426 02 80 – info@diabetefribourg.ch – www.diabetefribourg.ch



Ligue pulmonaire fribourgeoise

- Consultations infirmières, conseils et soutien psychosocial pour les personnes souffrant de maladies respiratoires
- Location et vente d'appareils respiratoires
- Dépistage de la tuberculose et enquêtes d'entourage
- Activités d'information et de prévention

026 426 02 70 – info@liguepulmonaire-fr.ch – www.liguepulmonaire-fr.ch



PEPS Fribourg – Prévention et promotion de la santé

- CIPRET : Aide à l'arrêt du tabac et campagnes de prévention
- Santé en entreprise : prévention et promotion de la santé sur le lieu de travail
- Activités de promotion de la santé et de prévention des maladies respiratoires, cancer et diabète

026 425 54 10 – info@peps.ch – www.peps-fr.ch

Février 2021

REDÉCOUVREZ NOS ACTIVITÉS SPORT ET FORMATION A L'EXTÉRIEUR MARS 2021

NEW

$$14 + 1 = 15$$

- + Des activités outdoor 14+1 (14 participants + 1 monitrice/moniteur)
 - > Gym outdoor
 - > Nordic Walking
 - > Balades : durée 45 – 60 minutes

NEW

Soutien pour
l'inscription au
vaccin COVID



Gym à la télé: sur la chaîne La Télé
Vaud Fribourg du lundi au vendredi
à 9h et 11h, sur Canal Alpha (Jura)
du lundi au vendredi à 10h

NEW

« En parler » lors
d'un entretien
téléphonique

- + L'Office fédéral des assurances sociales subventionne ce cours parce qu'il aide particulièrement à lutter contre les atteintes liées à l'âge.

INFOS ET INSCRIPTIONS

www.fr.prosenectute.ch
PRO SENECTUTE FRIBOURG
Passage du Cardinal 18
1700 Fribourg

sportetformation@fr.prosenectute.ch
026 347 12 40
026 347 12 93
(n° direct sport, formation et loisirs)



« Le voyage est la seule chose que l'on achète et qui nous rend plus riche » (Auteur inconnu)

Merci de votre attention. Le Secrétariat communal reste, bien entendu, volontiers à disposition pour toutes questions ou renseignements. ☺

Les 3 Collaboratrices : Francine, Josiane, Murielle

BONNES VACANCES

Restez attentifs et prenez soin de vous.



**Place maintenant à la partie NEWS
préparée par Mme Sylvie Chaperon
qui nous fait le plaisir de nous livrer ses textes
pour la première fois.**



SYLVIE CHAPERON

Née le 6 avril 1965

- ❖ Formatrice d'adultes spécialisée dans l'aide à l'emploi
- ❖ Consultante en marketing et communication d'entreprise
- ❖ Conseillère en image personnelle

Chères lectrices, chers lecteurs,

C'est avec enthousiasme que j'ai pris la fonction de nouvelle rédactrice du Bulletin Communal d'Information. Dans cette édition, vous allez découvrir cinq reportages.

Le Flon, petite commune mais avec de grandes personnalités !

Effectivement, lors de mes interviews, je fus conquise par les valeurs et l'humanité de ces femmes et de ces hommes, qui pour certain.es, ont fait le choix de se tourner vers un chemin professionnel qui leur ressemble. D'une passion, ces personnes en ont fait un métier, donnant ainsi un tout autre sens à leur vie. Je ne peux que leur donner raison, ayant moi-même fait ce choix. Je souhaite que ces moments de lecture vous apportent un nouveau regard et pourquoi pas, vous prouvent que vivre ses rêves est une réalité.

Avec mes meilleures salutations.

Sylvie Chaperon



Mon petit village au creux du Flon

Je ne suis pas d'ici, mais pas de très loin non plus, j'ai juste changé de vallon. Avec mon vélo, je ne m'étais jamais aventurée au-delà du Château d'Oron, suivant sagement la route qui menait à l'école de Chesalles. De là-haut, on y voyait bien un petit village niché entre les collines, mais il était en terres fribourgeoises, alors...

Alors les années ont passé et il est vrai que les garçons fribourgeois faisaient fi des frontières. Leurs vélos-moteur maquillés, dévalaient à tout vent les chemins escarpés pour rencontrer de charmantes jeunes filles vaudoises. C'est de là qu'est née une passion, cette même passion qui m'a conduite au-delà du Château, en terres fribourgeoises.

Dès lors, nous y avons construit notre foyer, notre famille et de belles amitiés. On dit que pour découvrir un pays, il faut le visiter à pied. Accompagnée de mon fidèle petit compagnon à 4 pattes, nous avons parcouru tous les chemins, toutes les forêts, traversé tous les ruisseaux, toutes les prairies. Je n'ai jamais éprouvé de lassitude tant le paysage est varié, chaque détour offrant une surprise. J'ai rencontré des gens d'ici et d'ailleurs, des champignonneurs, des couples se tenant enlacés sur un banc, des enfants qui jouaient avec les feuilles d'automne, des vaches, curieuses, s'approchant pour regarder ce petit animal qui ne ressemblait en rien à leurs congénères. L'un à côté de l'autre, nous nous sommes souvent assis au pied d'un sapin, contemplant le Moléson, si majestueux, tantôt teinté de gris, de vert, ou de blanc au gré des saisons.

Nous avons traversé les forêts alentours à pas de loup pour ne pas déranger le merle chantant ses plus belles mélodies à sa promise... Pour ne pas déranger l'élégant chevreuil qui cherchait encore son âme-sœur... Pour ne pas déranger l'abeille, occupée à récolter le pollen au cœur d'une fleur. Après ces promenades enchantées, nous rentrions au chaud, lui dans son panier, moi avec une tasse de thé. Depuis, les enfants ont bien grandi, ils sont partis tout comme notre petit Nini... Mais il me reste de merveilleux souvenirs et encore un bel avenir avec ce garçon, devenu un homme, un mari, un père, dans notre petit village niché au creux du Flon.

Sylvie Chaperon



PARTEZ À L'AVENTURE AVEC MARGINAL...

...et Alain Francey

Mon reportage dans le magasin de sport et cycles Marginal à Oron-la-Ville m'a permis de faire la connaissance d'Alain Francey et de ses employés. Son épouse Rachel le seconde au quotidien. Chacun a un rôle bien défini et d'emblée on est dirigé vers le ou la spécialiste selon ses besoins. Chez Marginal, il y règne une belle énergie et beaucoup de passion. C'est ce qui rend ce lieu si accueillant.



Ce ne sont pas moins de 5 sports différents avec toutes leurs spécificités qui y sont représentés. Que vous ayez envie de marcher – rouler – glisser, tout est possible !! De plus un service de location pour les skis permet de s'équiper pour la saison. Alain Francey a ouvert les portes de Marginal en 1998 avec un succès grandissant. Tout au long des saisons, vous trouverez les articles adéquats pour réaliser des activités en plein-air. Sortez, bougez et partez à l'aventure !!

Bonjour Alain, merci de me recevoir et me permettre de découvrir votre activité professionnelle.

On vous connaît grâce à votre commerce mais tous nos lecteurs ne savent peut-être pas que vous habitez dans notre commune, avec votre famille, depuis de nombreuses années.



Marginal, quelle est l'origine de ce nom ?

Avant d'ouvrir à Oron, Antoine Jaquier avait un magasin de cycles à Prez-vers-Siviriez. En nous établissant à Oron, nous avons gardé le même nom : Marginal vient de l'idée " qui est dans la marge " C'est à cet endroit que l'on retrouve les remarques les plus pertinentes ! C'est aussi sortir du cadre, se faire sa propre opinion.

Parmi tous les sports représentés chez Marginal, y en a-t-il un que vous privilégiez ?

Oui mais en fait il y en a deux : Si en hiver je pratique le Telemark, le reste de l'année je fais du VTT et du Gravel-Bike. Lorsque j'ai le temps, j'aime partir en randonnée à vélo. L'arrivée des vélos électriques a ouvert de nouveaux horizons. Mon plaisir est de découvrir en E-Bike une région que je ne connais pas.

Comment est né le souhait d'ouvrir un magasin de sport ?

L'idée de reprendre un magasin de sport vient d'un rêve ou plutôt de plusieurs rêves, je me souviens en avoir rêvé plusieurs nuits d'affilée. Le désir d'arrêter mon ancien travail et ses horaires irréguliers et l'idée d'un nouveau défi ont fait le reste. Nous ne voulions pas faire du multisports mais privilégier certaines activités et en faire notre spécialité. Le fait d'avoir un atelier de réparation permet après l'achat d'avoir un bon suivi du matériel tout comme répondre aux attentes et aux besoins de notre clientèle.

Concernant le VTT, de plus en plus de personnes utilisent ces vélos aussi bien sur la route qu'en forêt, qu'en est-t-il du respect de la faune et de la flore ?

Il est vrai que depuis l'apparition des VTT et notamment des vélos électriques il est beaucoup plus aisé de pratiquer cette activité. Il existe de plus en plus de parcours balisés à cet effet. Cependant il est important de sensibiliser ce public à respecter certaines règles afin de préserver la nature et ses habitants. Depuis la Covid, un grand nombre de personnes viennent faire du vélo à la campagne. Je donne régulièrement des conseils à ce sujet lors des sorties organisées les mercredis. Nous avons la chance d'avoir des paysages fantastiques. Les parcourir en VTT- vélo traditionnels ou électriques procure de magnifiques sensations de liberté, mais il faut limiter notre impact sur la faune et la flore.

Comment choisissez-vous vos marques ?

La relation et l'éthique des fournisseurs sont primordiales. Avec l'expérience, il y a des marques que l'on favorise. Je me rends également dans les manifestations organisées pour les professionnels. On a la possibilité d'essayer le matériel et les équipements. Cependant je privilégie de plus en plus des marques suisses qui sont d'une grande qualité, de plus ils ont opté pour des prix concurrentiels.

Que recherchent les personnes qui viennent acheter du matériel de sport chez vous ?

Hormis le choix du sport et tous les conseils que l'on donne pour une pratique dans des conditions optimales, les personnes ressentent le besoin d'appartenir à une communauté en quelques sortes. Faire des sorties, qu'elles soient en vélo, à ski ou en raquettes, le fait d'être en groupe et partager des moments uniques, amplifie le plaisir de faire une activité sportive.



A l'heure où l'on parle beaucoup de recyclage, qu'en est-il des articles de sport comme par exemple les skis et les vélos ?

Les marques font des efforts dans ce sens. Les vélos sont recyclables en grande partie. Pour ce qui est des skis, les matériaux qui composent ceux-ci posent encore des problèmes.



Expliquez-nous en quoi consiste la pratique du Telemark ?

C'est une façon très spécifique de skier. Les premiers écrits sur ce sport datent des années 1800. On doit son nom au district de Telemark en Norvège. L'histoire raconte que c'est un menuisier Sondre Auversen (plus connu sous le nom de Norheim) habitant en montagne qui, pour rejoindre la plaine, s'est fabriqué des skis dont la particularité se trouve dans les fixations ne retenant que l'avant du pied, laissant les talons libres comme pour le ski de fond actuel. C'est très physique car on doit plier presque totalement un des genoux à chaque changement de direction....



Le skieur s'aide soit d'une longue perche appelée Alpenstock (ou encore pachon) soit de bâtons plus conventionnels. Le résultat, lorsqu'on maîtrise cette technique, est de développer des sensations extraordinaires ! D'ailleurs ceux qui ont adopté cette manière de skier disent : **Talons libres-Esprit libre** !! J'ai pratiqué le ski de piste traditionnel pendant longtemps mais depuis que j'applique les principes du Telemark je suis devenu un vrai adepte de cette discipline.

Je vous invite à regarder les vidéos sur notre site internet. (Voir liens en fin d'article).

Qu'est-ce-qui vous rend heureux dans votre travail ?

Le fait de travailler avec une équipe soudée et passionnée donne envie de se lever chaque matin pour accomplir la journée, cela même avec les aléas de la vie. D'autre part la relation établie avec mes clients me procure beaucoup de plaisir. Les sorties organisées sont aussi une manière de partager avec eux une passion commune. Le dernier point est bien entendu de proposer des équipements et du matériel de sport de qualité. Tout cela contribue à obtenir un résultat optimal qui pour moi est existentiel.

Travailler dans le respect de mes valeurs m'a permis de développer une activité professionnelle passionnante.

Nous voilà arrivés au terme de ce reportage qui sans aucun doute nous donne l'envie irrésistible de nous rendre chez Marginal, profiter de vos conseils et partir à l'aventure dans notre magnifique pays. Vous l'avez compris :

Avec Marginal c'est idéal !!

INFORMATION

Les sorties VTT du **mercredi** sont ouvertes à tous dès **18 ans et gratuites**. VTT et E-VTT confondus, le but est de se faire plaisir avec une équipe sympa. Le départ est donné à **18h30 au magasin**. Le niveau est adapté en fonction des personnes présentes. Informations et Inscription pour les sorties VTT – Vélo dans le groupe WhatsApp, par téléphone et au magasin.

Marginal Sport & Cycles
Rte de Lausanne 37
1610 Oron-la-Ville
Tél. 021 907 73 03

Horaires d'ouverture :

Dimanche et lundi : Fermé
Mardi à vendredi : 9 h – 12 h / 14 h – 18 h 30
Samedi : 9 h – 15 h

www.marginal-sport.ch

Instagram : marginal sport

postmaster@marginal-sport.ch

Facebook : Marginal Sport & Cycles

De nombreux parcours-rando VTT / vélo sont à votre disposition à l'Office du tourisme à Châtel-St-Denis et sur le blog du site internet de Marginal.



BONNE ROUTE À TOUTES ET TOUS

MÉTALARTISTE PPP

Avec Philippe Perroud sculpteur

Philippe Perroud est établi depuis de nombreuses années à Pont-Veveyse avec sa famille. L'acquisition de cette ancienne ferme datant de 1850 lui a permis d'aménager un atelier où travail professionnel et artistique se côtoient au quotidien.



Son ouverture d'esprit, sa sensibilité et sa force tranquille font de lui une personne aux multiples talents. En dehors de son travail de menuisier-ébéniste, il exerce sa passion en créant des sculptures plus extraordinaires les unes que les autres. Je découvre également que Philippe Perroud est un excellent musicien, chanteur et auteur-compositeur-interprète. Le saxophone, la guitare et l'harmonica n'ont plus de secret pour lui. Son père lui a transmis le goût du travail bien fait et son grand-père, celui de la musique.

Bonjour Philippe, merci de me recevoir et permettre aux habitants de notre commune de découvrir votre art.

Vous souvenez-vous de votre première sculpture ?

Oui très bien ! Dans l'idée de débarrasser la grange, je me suis mis à jeter par une ouverture tout ce qui encombrait les lieux. A un moment donné, j'ai regardé en contrebas et suis saisi par ce que je vois : en tombant au sol, les différents objets formaient une sorte d'oiseau !! je me suis empressé de descendre et souder cette forme. Voilà, ma première création a pris vie ce jour-là.



Où trouvez-vous l'inspiration pour vos créations ?

Essentiellement dans la nature. J'observe tout ce qui m'entoure et m'en inspire. Il m'arrive aussi d'avoir des flashes, comme cette fois où je tenais deux agates dans les mains. Celles-ci m'ont fait penser aux yeux d'un crocodile. La plupart du temps je commence par la tête et le reste suis. Toutefois je suis également inspiré par les objets qui me sont confiés.



Comment trouvez-vous tous ces couverts et autres pièces pour la création de vos œuvres ?

Maintenant que je suis connu, j'ai plus de facilité à trouver des éléments. Au début je faisais beaucoup de km pour des pièces sans véritable intérêt. Actuellement, les responsables des déchetteries, les privés, Coup de Pouce, les moulins agricoles etc me contactent et me fournissent la majorité des pièces utiles à mes créations. Boulons, rondelles, services de table, scies et godets cohabitent dans mon atelier.

Combien d'œuvres avez-vous réalisé à ce jour ?

J'ai commencé en 2009. Depuis, je comptabilise plus de 200 sculptures.

Y-a-t-il une sculpture qui vous laisse un souvenir particulier ?

Oui, nous avons un petit arbre dans notre jardin et j'y étais attaché. Il y a six ans, violemment balayé par le vent, il s'est déraciné. Je l'ai ramassé, mis à l'abris et je l'ai laissé bien sécher. En 2018, j'ai été contacté pour une exposition au Sentier situé à la Vallée de Joux. Je devais proposer un projet original sur le thème **Nature et Industrie**. C'est là que j'ai eu l'idée d'habiller mon arbre de différentes pièces métalliques afin de lui offrir une seconde vie. Le revoir debout en ayant retrouvé sa fière allure m'a réjoui. Exposé durant tout l'été 2020 au bout du lac de Joux, mon petit arbre avait soudainement pris une grande notoriété.



Longueur : 2,30 m (2,90)
Largeur : 1,30 m
Hauteur : 0,35 m
Poids : env. 60 kg

Quelle sculpture vous a demandé le plus grand nombre de pièces ?

Sans conteste, c'est le crocodile. Pas moins de 5'000 pièces ont été nécessaires à sa réalisation. Mais en fait, cela ne dépend pas toujours de la grandeur de l'objet mais plutôt de la taille des pièces pour réaliser celui-ci. Par exemple le chien a nécessité plus de 3'000 pièces.



Est-ce difficile de vous séparer de vos œuvres lorsqu'elles trouvent un nouvel acquéreur ?

Oui !! Même vendues, elles restent à jamais mes créations. Dans la mesure du possible, j'essaye de les garder un certain temps avant de m'en séparer. Comme s'il fallait qu'elles prennent une certaine maturité avant de partir vivre ailleurs...

(.L'émotion se lit dans ses yeux)

Votre technique a-t-elle évolué avec le temps ?

Oui forcément, avec l'expérience, j'ai affiné le choix des matériaux. Mes gestes et la technique d'assemblage se sont améliorés.

Comment signez-vous vos sculptures ?

Dans chacune d'elles se « cache » PPP pour Philippe Perroud Pont



Vous êtes un artiste connu en suisse. Exposez-vous aussi à l'étranger ?

En suisse, j'ai participé à un peu plus de **70 expositions** dont certaines plus connues comme La Fête du Blé à Echallens ou l'exposition Tinguely à Thierrens

La difficulté d'exposer à l'étranger est principalement due à la grandeur de mes oeuvres et les coûts du transport. En effet, il incombe à l'exposant de prendre en charge les divers frais liés aux déplacements.

Néanmoins j'ai quand même participé à deux grandes expositions à **Paris**. La première en 2012 au Carrousel du Louvre et la seconde en 2013 au Salon d'Art à Saint-Germain-Lès-Corbeil.

Vous êtes menuisier de métier, pourquoi aimez-vous aussi travailler le métal ?

Le bois et le métal sont diamétralement opposés.

Quand on travaille le bois, on part d'une masse dont on enlève la matière pour obtenir l'objet souhaité. Avec le métal, on part de zéro et on construit au fur et à mesure l'objet souhaité.

Une sculpture en bois est moins adaptée à une exposition extérieure. Celle en métal est plus résistante.



Créez-vous aussi des sculptures sur demande ?

En principe non, il est difficile de réaliser les souhaits de quelqu'un car le résultat final n'est jamais à l'image de ce qu'il avait en tête. La plupart du temps les personnes trouvent ce qu'elles cherchent parmi mes nombreuses créations.

Lorsque l'on acquiert une sculpture, comment l'entretenir ?

Avant de quitter l'atelier, mes sculptures sont recouvertes successivement de **10 couches** de vernis de protection. En principe, si elle reste à l'intérieur, cela ne demande pas d'entretien. Il en va autrement si elles sont exposées à l'extérieur. Dans ce cas, il faut renouveler le vernis tous les deux ans afin d'éviter que la rouille ne s'installe.

Vivez-vous de votre art ?

Non, dans mon cas, c'est mon métier de menuisier-ébéniste qui est la principale source de mes revenus.

Que rêvez-vous de réaliser dans l'avenir ?

Je n'ai pas de projet défini. Je me laisse inspirer ou influencer par les événements ou les sentiments.

Merci Philippe de nous faire découvrir vos magnifiques sculptures. De plus vous offrez à nos lecteurs la possibilité de venir admirer ce monde fantastique !

Après une matinée avec notre célèbre artiste, je m'en retourne à la maison, la tête pleine d'images de gentils monstres et d'animaux incroyablement réalistes.



Philippe Perroud
Rte du Riondalet 33
1699 Pont-Veveyse
Tél. 079 206 42 77

Philippe.perroud@bluewin.ch

www.pppsculpteur.tumblr.com

fr-fr.facebook.com/philippe.perroud.5



COMMUNIQUER DIFFÉREMMENT, EST-CE POSSIBLE ?

Rencontre avec Moniq Clerc

De nos jours la communication n'a jamais été aussi intense, cependant, il est surprenant de constater que nous nous sommes isolés les uns des autres. Les conversations sont remplacées par des messages sans aucune émotion. Nous avons perdu l'essentiel : les liens qui nous rattachent les uns aux autres. Et qu'en est-il de la communication avec les personnes qui ne sont plus de ce monde ? Il aura fallu des siècles pour que cela se démocratise, permettant aujourd'hui à toutes et tous de parler ouvertement de ce sujet.



DE QUOI PARLE-T-ON ?

Moniq Clerc est une femme moderne et joyeuse qui exerce depuis plus de 25 ans la médiumnité. Elle s'est fait la garante de transmettre une attitude éthique face aux divers abus dans cette « profession ». Je suis dans le questionnement et me demande si je suis capable de comprendre et accepter son univers. Très vite, je réalise qu'elle ne cherche pas à me convaincre, mais à partager son savoir et sa passion. Moniq me délivre son message : rendre attentifs les gens qu'ils doivent vivre leur vie et non pas seulement la traverser. Que la médiumnité ne sert pas à lire l'avenir mais, à le construire. La vie comme la mort sont des étapes que l'on peut transformer et expérimenter en lieu d'apprentissage. Cependant, elle met en garde sur le fait qu'en aucun cas, on ne doit remettre sa vie entre les mains d'un ou d'une médium. Cette démarche se fait dans le respect, l'amour et l'intelligence spirituelle.



Bonjour Moniq, merci de m'accueillir dans votre jolie demeure. Quel est votre parcours et comment êtes-vous arrivée à la médiumnité ?

Je m'appelle Moniq Clerc, je suis... un Être Humain Heureux ! Je suis mariée à un homme merveilleux. Notre maison est posée sur une colline entourée d'une belle nature. Depuis ce magnifique coin de terre nous regardons le bonheur passer ! J'ai exercé durant 19 ans une activité de soins à domicile et d'accompagnement social. Parallèlement, je me suis formée dès 1991 à la Communication Non Violente (CNV) auprès de Marshall Rosenberg et ses collaborateurs. Par ailleurs, j'ai entrepris durant plusieurs années un travail de développement personnel, ce qui m'a permis aujourd'hui d'acquérir une meilleure qualité de vie.

En 1996 j'ai eu la chance de suivre l'enseignement de Mme Rita Earey, médium indépendante anglaise, reconnue internationalement. Notre collaboration s'est poursuivie pendant 20 ans et j'ai pu ainsi affiner mon travail de médium avec elle jusqu'à son départ pour l'autre monde. Son enseignement perdure chaque jour dans ma vie. Il m'a démontré l'importance de l'honnêteté envers soi-même et les autres. Pendant plus de 12 ans, j'ai en outre participé aux stages de l'Arthur Findlay College à Stansted en Angleterre. A noter, qu'en Angleterre la médiumnité est ouverte à tous et reconnue par l'état !

Depuis 2003, je transmets des enseignements à toutes les personnes qui souhaitent s'ouvrir à la médiumnité. Je propose également de découvrir les séances privées, les séances publiques et les conférences.

Je suis actuellement en formation pour apprendre à transmettre la méditation avec le philosophe Fabrice Midal. Dès 2022 je souhaite mettre en route à Porsel, des séances pour pratiquer la méditation.



Comment peut-on définir un ou une médium ?

J'utilise mes facultés psychiques pour être en lien avec la vie et l'âme de la personne. Le ou la médium est appelé.e à traduire l'énergie qui anime toutes vies, qu'elles soient végétales, animales, humaines ou sous forme de guides. Il existe différentes manières d'utiliser sa sensibilité en tant que médium : guérison psychique, l'au-delà, guidance etc. L'invisible utilise nos sens, nos connaissances et nos sentiments pour communiquer.

Pour moi il est primordial d'avoir une « posture » et une « attitude » juste dans la vie, être en accord avec ses choix et ses convictions. Il est très important de cultiver la bienveillance envers soi et les autres ainsi qu'une éthique humaine et respectueuse.



Avez-vous besoin d'un objet pour travailler ?

Non je n'ai besoin ni d'une « boule de cristal » ni d'un pendule ou autres. Je demande aux personnes qui s'adressent à moi de m'en dire le moins possible afin de ne pas être influencée. La pratique de la méditation m'apaise et me permet d'atteindre un certain niveau de conscience. J'ai appris à ouvrir une sorte de "sas énergétique" dans lequel les personnes, animaux décédés, les guides me communiquent des preuves de leur survie. Ils transmettent toujours des messages positifs pour nous accompagner. Je suis en quelque sorte un office de poste invisible qui délivre « un courrier » à son destinataire sur terre !



Qui peut devenir médium ?

La médiumnité est une faculté humaine, donc dans l'absolu tout le monde, mais... Pas tout le monde est fait pour être médium. Il ne s'agit pas d'un don ou d'un pouvoir mais bel est bien d'un apprentissage. Cela se travaille comme pour progresser dans un sport ou avec un instrument de musique. Il est primordial de toujours pratiquer dans un climat et dans un but de bienveillance. C'est en quelque sorte le langage du cœur.

En mars dernier l'émission de Temps Présent a permis à certaines personnes ayant vécu une expérience de mort imminente (EMI) de s'exprimer à ce sujet. Ce fut bouleversant de sincérité.

Comment définir ce monde invisible et qu'en pense l'Église ?

Je peux vous donner mon point de vue. Ceci est ma vision et chacun doit pouvoir conserver sa croyance, je ne voudrais blesser personne. Nous sommes tous différents et ne savons pas tout, alors autant partager nos façons de voir, avec respect. Selon la religion, la culture, l'éducation, les expériences, on met un autre nom pour une même forme. Pour simplifier, il faut s'imaginer une grande sphère où vivants et décédés se côtoient. De " l'autre côté" il n'y a plus de distinction de religion, de race, de sexe etc....

C'est un lieu d'amour, de lumière et de paix, sans barrière. Sauf... nos peurs, nos croyances et convictions négatives. Il m'arrive régulièrement de rencontrer des personnes liées à l'Église et/ou à différentes religions et croyances. Le dialogue est ouvert et dans le but d'obtenir aide et compréhension. D'autres personnes, avec ces mêmes croyances, m'ont condamnée. Nous sommes si différents qu'il n'est parfois pas possible d'accorder nos visions...



Dans cette démarche de communiquer avec les décédés, notre crainte est de les déranger dans leur repos éternel. Est-ce possible ?

Ils sont libres d'engager ou non une connexion avec les vivants. Ils aiment nous aider et passer des messages de paix et d'amour. Je n'ai jamais eu de personnes décédées qui m'ont dit avoir été dérangées. Bien au contraire, de transmettre leur pardon, leur bienveillance, leur amour est nécessaire pour eux. Souvent l'on me dit : *mais tu dois être épuisée de travailler avec les morts ? Ils peuvent te faire du mal, non ?*

JAMAIS je n'ai eu de problèmes avec l'au-delà, bien au contraire ! C'est un monde d'Amour et d'Intelligence, en travaillant sur ce niveau-là, je suis portée par cette énergie d'Amour. S'il y avait eu une seule once de danger, **JAMAIS** je ne serais allée dans cette voie. D'autant plus que je ne croyais pas du tout à la médiumnité, j'en avais même peur, je me disais : c'est des trucs de bonne femme... comme quoi, là-haut, ils ont eu de la patience avec moi !

Lorsque les personnes s'adressent à vous, que vous demandent-elles le plus souvent ?

Le plus souvent c'est donner des preuves que la vie continue après la mort, dire leur amour, demander pardon pour certaines de leurs attitudes lors de leur passage sur terre. C'est donner des nouvelles, dire qu'ils sont là encore et toujours, même si c'est différemment. J'aurais tellement de beaux exemples à vous partager, va falloir choisir ! J'ai travaillé pendant des années avec les Familles de Cœur de Bulle. Ces familles hélas se retrouvent parce qu'elles ont perdu un(e) enfant par suicide. Perdre un enfant est inhumain ! Par suicide en plus, tellement remuant, culpabilisant envers soi et douloureux face au regard de la société



Ces séances m'ont toujours profondément touchée. De savoir que son enfant va bien, qu'il est là, qu'il accompagne toujours ses proches. Ils sont joyeux, aimants si.. " vivants " ,au-delà de tout ! Voir les parents transformer leur douleur, donner du sens à cette épreuve est bouleversant pour moi.

Comment êtes-vous sûre que c'est la personne souhaitée qui rentre en communication avec vous ?

La personne décédée me donne des informations connues par la personne qui vient en séance. Il arrive aussi que des informations inconnues soient données, et qui sont justes, quand la personne vérifie celles-ci, ainsi il n'y a pas de confusion, je ne peux pas tricher ou inventer ces informations. Ce qui est magnifique c'est qu'à chaque fois, ce sont des messages d'amour ou/et une demande pour obtenir le pardon en rapport avec des événements survenus de son vivant. La personne qui souhaite obtenir une ou des réponses, repart avec ce cadeau qui parfois, permet de changer toute une vie.

La médiumnité est un sujet tellement vaste qu'il est impossible d'en faire le tour ici. C'est pourquoi si vous le souhaitez, elle se fera un plaisir de répondre à vos questions. Moniq enseigne la médiumnité sous forme de cours, de conférences et séances publiques.

INFORMATIONS

Moniq Clerc
Ch. Bipra 10
1699 Porsel

www.lavoixdelame.ch
Facebook [lavoixdelame](#)

Tél. 021 909 41 24 lundi – mardi – mercredi de 10 h 00 à 13 h 00

Voici quelques ouvrages sélectionnés pour aller plus loin :

- **Au fil des fleurs, des pierres et de la terre** de Marion Morel Pache. Marion a perdu sa fille Caroline par suicide, un témoignage lumineux écrit avec le cœur ! Contact : 078 828 35 14
- **Soigner les vivants et parler aux morts** de Favre Brigitte
- **La mort est un nouveau soleil**, d'Élisabeth Kübler-Ross
- **Journaux de La Voix de l'Âme**, édités par Moniq Clerc. Ils sont téléchargeables gratuitement sur mon site Internet

LA VOIX DES ANIMAUX

Avec Nathalie Vannay

Ma rencontre avec Nathalie Vannay m'a permis de réaliser qu'il existe une autre forme de dialogue avec nos petits compagnons. Elle est leur Porte-Parole.



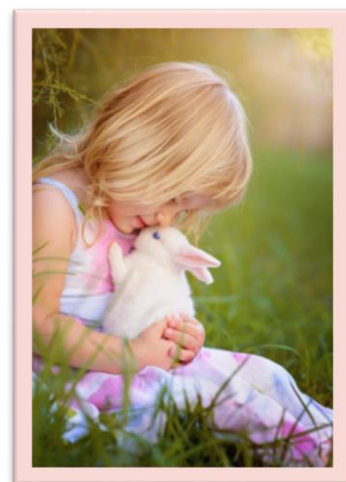
Dans mon précédent reportage, je vous ai fait découvrir une communication différente avec les humains d'ici et d'ailleurs. Actuellement la communication animale a trouvé toute sa place dans notre existence. Je ne pouvais pas parler de l'un sans parler de l'autre tant ces deux sujets sont liés.

En ces temps difficiles avec le Covid bien des éléments de notre vie ont été chamboulés. Cela a eu pour effet de nous donner envie de nous rapprocher de la nature et introduire au sein de nos foyers une compagnie animale. Mais savons-nous vraiment les comprendre ? Dans l'ensemble, lorsque Médor ou Minou cohabite avec nous, nous développons une certaine manière de communiquer avec eux et nous sommes assez fiers de décoder une partie de leurs demandes et de leurs expressions. Au-delà de ça, quand son animal change de comportement, exprime un mal être sans raison apparente, nous sommes démunis face à ces situations.

Bonjour Nathalie, merci de m'accueillir dans votre cabinet.

Qu'est-ce-qui vous a amené dans cette voie ?

Depuis mon jeune âge j'ai la faculté " d'entendre les animaux " D'ailleurs je pensais que tout le monde en était capable ! J'ai compris plus tard que ce n'était pas le cas. J'ai eu une vie professionnelle normale mais avec le temps je me suis rendu compte qu'il y avait un manque ; que ce mode de vie ne me correspondait plus. J'ai pris un temps de réflexion. J'avais besoin de me reconnecter à cet Univers où le temps et l'espace ont une autre dimension.



Peut-on se former et en faire sa profession ?



Oui, effectivement, j'ai fait plusieurs formations en communication animale, soins énergétiques, connaissances et compositions d'élixirs de Fleurs de Bach. Celles-ci sont utilisées tant pour le traitement physique que psychique. Les soins sont prodigués à mon cabinet, au domicile du client ou à distance. Cela fonctionne tant avec les animaux qu'avec les humains. Chacun de nous a la faculté d'apprendre et développer la communication animale. Cependant, le milieu dans lequel on a grandi a son importance. Un environnement dans la nature et en contact avec les animaux favorise les liens.

Qu'apportez-vous de différent par rapport à un vétérinaire ou à un médecin ?

Tant chez l'homme que chez l'animal, quand l'âme et le psychisme vont mal cela finit toujours par se traduire en maux physiques. Le médecin ou le vétérinaire soignent ces derniers mais si le fond du problème n'est pas résolu, ces pathologies vont refaire surface tôt ou tard. Les soins énergétiques accompagnés de Fleurs de Bach contribuent à nettoyer et rééquilibrer le tout.



A la base vous avez commencé à prodiguer vos soins aux animaux. Pour quelle raison les proposez-vous aussi aux humains ?

Dans le cadre des soins aux animaux, je me suis aperçue que dans le 90% des cas, le problème vient de l'humain. Une prise en charge de l'un et l'autre permet à l'animal d'éviter d'absorber le mal-être de son maître. En effet, nos petits compagnons ont une grande sensibilité et peuvent également développer des troubles du comportement. Dans tous les cas mes consultations permettent de retrouver équilibre et confort de vie avec nos petites boules de poils.



Pouvez-vous nous expliquer comment vous procédez pour entrer en communication avec eux ?

C'est un peu comme avec les anciennes radios de nos grands-parents, il faut chercher la bonne fréquence. Mais c'est surtout un langage du cœur, intuitif avec de bonnes énergies et une intention positive. Cette communication est faite d'échanges et de bienveillance. Chacun amène quelque chose à l'autre.

Comment l'animal ressent-il qu'on s'adresse à lui ?

Ils ont la faculté de percevoir ces messages naturellement et son aussi capable de nous transmettre ce dont ils ont besoin.

Merci Nathalie de nous avoir ouvert votre porte et votre cœur.

Pour aller plus loin voici une sélection d'ouvrages.

- ❖ L'effet Mowgli Collection Fonction psi
- ❖ Communiquer avec les animaux Laila Del Monte Edition Vega
- ❖ Humains : Les 5 blessures de Lise Bourbeau

Nathalie Vannay
1699 Pont-Veveyse
Tél. 079 778 57 10
info@bienetreanimaux.ch
www.bienetreanimaux.ch
Facebook : bienetreanimaux.ch

Communication animale
Soins énergétiques
Soins Nahii
Kinésiologie
Fleurs de Bach
Massages



L'ARBRE À SAVON

Avec Gaëtan Matthey

Combien de fois suis-je passée devant cette ravissante maison en me promenant sans imaginer tous les trésors qu'elle renfermait. Pour commencer, la jolie famille de Gaëtan Matthey, composée de ses deux enfants et de son épouse. Ils ont toujours vécu entre Fiaugères et St-Martin mais en changeant quelques fois de maison. Jusqu'à leur coup de cœur pour cette charmante demeure, restée inhabitée pendant 18 ans. Après d'important travaux elle est devenue un lieu d'habitation, de joie de vivre et abrite depuis 2016 une savonnerie.



Bonjour Gaëtan, merci de m'accueillir et me faire découvrir votre activité.

Comment est née votre passion pour les savons ?

Lors de mes vacances en Ardèche, j'ai acheté des savons sur les marchés. J'ai trouvé tellement formidable de revenir à une manière de laver sans nuire à la nature d'une part et d'autre part de découvrir les bienfaits sur la peau que je me suis promis en rentrant d'étudier cela de plus près. Je me suis procuré un livre exceptionnel qui m'a permis de démarrer des fabrications simples pour ma propre famille. De fil en aiguille ou plutôt de recette en recette, je me suis pris au jeu et j'en ai produit de plus en plus pour mon entourage.



Existe-t-il une formation pour la fabrication des savons ?

Oui effectivement, constatant que mon intérêt était grandissant, j'ai décidé de suivre une formation à Cosmétiques naturels à Payerne afin de fabriquer de plus grande quantité et devenir moi-même revendeur. Cette formation est bien utile dès lors que l'on veut obtenir des résultats concrets et réguliers.



Que faut-il comme connaissances pour réaliser des savons ?

Par mon métier d'horticulteur, que j'occupe à 80 % le monde des plantes ne m'était pas inconnu. Ma formation en a été facilitée. Il est très important de suivre les règles d'usage avec les huiles essentielles car selon le dosage elles peuvent être bénéfiques ou au contraire néfastes. Il faut également apprendre à réaliser et respecter toutes les étapes afin d'obtenir des savons de qualité. Pour finir il faut un espace adéquat pour la fabrication des savons. Ceux-ci demandent d'être coulés dans des moules et il faut observer un temps de séchage de plusieurs semaines.

Est-ce que l'arbre à savon existe vraiment ?

Oui c'est un arbre originaire d'Amérique du sud qui porte le nom scientifique de Sapindus Saponaria. Il produit des noix qui conviennent parfaitement pour remplacer la lessive. Malheureusement, notre climat ne permet pas à cet arbre « magique » de pousser en Suisse.



Sait-on depuis quand l'homme utilise du savon ?

Les premiers écrits viennent du peuple Sumérien (Mésopotamie, région de l'Irak). Cela remonte à 4'500 ans av. J.-C. Les savons étaient composés de graisses animales et végétales tout comme en Egypte où les parchemins en papyrus (plante d'eau dont les fibres servaient à la fabrication du papier) relatent leur existence 3500 ans av. J.-C.

Qu'utilisez-vous comme ingrédients pour la fabrication de vos savons ?

Les ingrédients varient selon les sortes de savons. Voici ce que j'utilise le plus couramment :

Les huiles végétales : Olive – coco – tournesol – karité - ricin – cacao – amande – jojoba – argan – chanvre

Les huiles essentielles : citron – géranium – lavande – pamplemousse – romarin

À cela s'ajoute des pigments naturels pour donner de belles couleurs aux savons : curcuma – jus de carottes – argile rouge, verte et jaune

Les variations sont innombrables. C'est un métier qui nous permet d'évoluer constamment et imaginer à l'infini de nouvelles recettes.

Quelles sont les différentes étapes pour la réalisation des savons

Mon atelier L'Arbre à Savon produit exclusivement des savons réalisés à froid. Il serait trop compliqué de donner en détail les nombreuses étapes pour la fabrication mais voici en résumé les différentes phases :

1. Préparer et chemiser les moules.
2. Faire le mélange des huiles végétales.
3. Préparer la soude (préalablement dissoute dans de l'eau) et la verser dans les huiles.
4. Mixer le tout jusqu'à l'obtention de la trace (épaississement du mélange)
5. Ajouter les huiles essentielles et les pigments.
6. Verser le tout dans les moules et laisser reposer 24 à 48 heures.
7. Démouler, couper et estampiller.

Quelle technique est utilisée pour couper vos savons et les estampiller

J'utilise un appareil qui a un drôle de nom : c'est une guitare à savon ! On ne peut pas en jouer mais elle sert à découper ceux-ci de manière régulière et rapide. Lorsque les barres de savon sont prêtes au découpage, je les place dans la découpeuse qui est réglée selon son choix. Une fois cette opération réalisée, les savons sont entreposés pour finir de sécher et durcir afin d'être prêt à l'emploi. Mes savons sont estampillés avec un tampon à l'aide d'un petit coup de marteau. Lorsqu'ils sont prêts à la vente, on les emballe. Les étiquettes, le logo, les flyers sont réalisés et imprimés par mon frère qui est graphiste.



Qu'est-ce qui vous rend heureux dans la vie et dans votre travail ?

C'est la nature et les plantes. De connaître les végétaux, de les faire pousser et de pouvoir en faire des produits naturels bons pour notre peau et respectueux de notre planète. La boucle est bouclée ... et ça me donne beaucoup de plaisir de participer à tout cela !

Quelle clientèle achète vos produits ?

C'est très varié, mais ce sont les privés qui représentent la majorité de mes ventes.

Il y a aussi des entreprises qui me font des commandes afin d'en faire des cadeaux ou des sociétés pour faire des lots de récompenses comme par exemple la Course du Flon.

Nous voici arrivés au terme de ce voyage rempli de senteurs plus sublimes les unes que les autres. Après une telle découverte près de chez nous, comment résister à pousser la porte de ce lieu où sont réunis la convivialité, le professionnalisme et la passion. Tout comme moi, je vous invite à prendre un moment pour « adopter » votre savon. La première à vous remercier sera Dame Nature bien évidemment !

Merci Gaëtan pour votre accueil et le moment magique passé en votre compagnie. Je vous souhaite un bel avenir et sans aucun doute, beaucoup de succès !!

Gaëtan Matthey
Rte de Porsel 103
1609 Fiaugères
Tél. 079 583 61 21

www.facebook.com/larbreasavon



CONTACT

Vous avez des informations à faire passer via le bulletin communal
AU FIL DU FLON ?

Une idée d'article intéressant à faire paraître ?



COORDONNEES

N'hésitez pas à nous contacter via l'adresse e-mail de la Commune qui fera suivre votre demande à Mme Chaperon, rédactrice du Bulletin : commune@leflon.ch

Ou par téléphone au 021 907 12 11



MERCI DE
VOTRE ATTENTION