

ÉDITO

Mangeons des pommes !



Hiver 1989. Sur le chemin de la maraîche le menant à l'école de Branson, entre des pommiers endormis, rumine un enfant de 11 ans.

- Et mince ! J'aurai encore une énième dictée avec

Monsieur Louis Carron. En plus une dictée... je crois... préparée. De toute manière, quand je serai grand, il y aura bien quelqu'un qui corrigera mes fautes...

La neige est bien tombée durant son sommeil. L'aîné de 15 ans s'est levé plus tôt que tous pour rejoindre le Cycle de Ste-Marie. Sans le savoir, la couche de neige vierge restera marquée de ses pas. Ce sont ces traces faites par de monstres panards que notre enfant s'amuse à suivre.

Sa confiance en ces empreintes est sans commune mesure. La preuve : même en gardant baissée sa tête durant tout le parcours, il arrive à sa destination, qui est l'arrêt de bus.

Automne 1990. Ce même enfant rentre de l'école, la mine tristounette. Sur un arbre, une pomme croquée, victime de toutes petites dents. La coupable, c'est la benjamine de 6 ans qui vient de rentrer de l'école enfantine.

Bel exemple : une bonne pomme et la énième mauvaise note de la dictée de ce matin est déjà oubliée...

Cette petite histoire est douceur et certitude. Pour moi, suivre ce qui est beau, juste et qui donne de la joie, est une manière d'apporter espoir à ceux qui ne sont pas temporellement dans un état où ils pourraient garder la tête levée.
Le cadet, Alain Léger

La bibliothèque a déménagé

Espace et convivialité mis en exergue



La bibliothèque de Fully vient d'ouvrir les portes de ses nouveaux locaux rue de l'Eglise 95.

La transformation de l'ancienne caserne de pompiers a été approuvée et financée par la Commune et les travaux réalisés sous la houlette de l'architecte Laurent Crettenand. Au final, un espace lumineux, spacieux et original qui se veut plus proche du public.

La bibliothèque offre toujours une large sélection de romans, de documentaires, de bandes dessinées ainsi que des livres en langue allemande et anglaise. Les nouveautés sont également mises en évidence par un comité toujours actif et désireux d'offrir un large choix. De plus, la suppression de la taxe

d'abonnement offre à chacun la possibilité d'emprunter trois livres pendant un mois. Venez découvrir ou redécouvrir notre bibliothèque communale dont les horaires restent inchangés :

Lundi	19h30 - 21h00
Mardi	14h00 - 17h30 / 19h30 - 21h00
Mercredi	14h00 - 16h00 / 19h30 - 21h00
Jeudi	19h30 - 21h00
Vendredi	16h30 - 17h30
Samedi	10h00 - 11h30

Bibliothèque de Fully
Mireille Guignard

**Pour soutenir
votre journal...**

Un bulletin de versement est
à votre disposition dans ce numéro

Le Chavalard avec les lumières matinales de l'hiver en déclin

Photo Philippe Dougoud



Fully

Ma villa familiale de
140m² à partir de
Fr. 464'000.-
Qui dit mieux ?



RV-SERVICE.CH
L'immobilier en confiance

LES CHÂTAIGNIERS



www.rv-service.ch
079 277 91 18

- Motos
- Vélos
- Scooters
- Tondeuses
- Kymco
- Canyon
- Beta
- Trek
- Merida
- Efcó
- ...

Garage CHALLENGER

Autos - Motos
Cotture & Taramarcas
Route de la Gare 51 - 1926 Fully
Tél. 027 746 13 39 - challenger@mycable.ch

Occasions à saisir
Sur notre site
www.garagechallenger.ch

Un service de Qualité • Notre team vous attend



ECONOMISEZ DES IMPÔTS AVEC UN 3^E PILIER

- Pour vos vieux jours
- Pour amortir une hypothèque

JEAN-LUC CARRON-DELASOIE

Agent principal - Chemin des Ecoliers
1926 Fully - 079 213 63 42



ROCCABOIS CH-1906 CHARRAT

- CUISINES
- FENÊTRES
- PORTES
- MENUISERIE

027 746 20 20

Cet été mettez-vous à l'ombre en toute liberté

La collection 2010 est arrivée

Stores toiles sur mesures
Réentoilage

- VOILETS ALU
- PROTECTIONS SOLAIRES
- STORES INTÉRIEURS
- STORES EXTÉRIEURS

027 746 34 20

ROCCALU

www.roccabois-roccalu.ch

DEC

BÂTIMENT • GÉOMÉTRIE CIVIL • CHÂPES • SOLS DÉGÉ

www.decdorsaz.ch



YVON BENDER
✚ Maîtrise fédérale
MARTIGNY



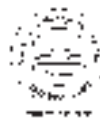
Fermeture de balcon Véranda

**CONSTRUCTION MÉTALLIQUE
SERRURERIE**

Tél. 027 722 81 41



Fax 027 722 91 71
www.yvon-bender.ch



www.hiob.ch



Œuvre d'entraide reconnue par l'Etat

Brocante Martigny

Rue du Léman 35
Tél. 027 722 38 83
martigny@hiob.ch

- **Ramassage gratuit d'objets revendables.**
- **Débaras d'appartement et traitement des déchets à des prix avantageux.**

Visitez aussi notre brocante HIQB à :
Sion Cour de la Gare 21
Tél. 027 322 06 53

Un vrai trésor

Offre diversifiée de marchandises



Société fiduciaire et de gestion

SANDRINE PERRUCHOU

Economiste d'entreprise HES

Rue de la poste 24, 1926 Fully
027 746 61 00

www.fingest.ch
sandrine.perruchoud@fingest.ch

Comptabilité, boucllement,
gestion d'entreprise, conseils,
déclarations fiscales...



REPARATION TOUTES MARQUES
PEINTURE AU FOUR

CARROSSERIE
CARRON-TRAVAGLINI
MARTIGNY 027 722 62 03

VEHICULES DE REMPLACEMENT



Actuellement nous vous proposons
notre MENU DU JOUR
ainsi que notre CARTE

Bonnes fêtes de Pâques
Menu de circonstance

Famille Sylvie et René
GSPONER

Tél. 027 746 30 60 Fax 027 746 41 33

1926 Fully

www.hotel-de-fully.ch

Améliorez le confort de votre maison : Isolez, c'est le bon moment !

L'isolation thermique permet à la fois de réduire vos consommations d'énergie de chauffage et/ou de climatisation et d'accroître votre confort.

Mais ce n'est pas tout : l'isolation est également bénéfique pour l'environnement car, en réduisant les consommations, elle permet de préserver les ressources énergétiques et de limiter les émissions de gaz à effet de serre.

Ainsi, l'isolation thermique est intéressante en termes de protection de l'environnement, de confort et d'économie financière.

Plus d'économie d'énergie

L'isolation vous permet de réduire les déperditions à travers les parois. Les besoins en chauffage sont diminués et votre facture allégée. En été, l'isolation fait barrière à la chaleur et au rayonnement solaire extérieur.

Plus de confort et d'espace

Les parois non isolées, comme les murs et les fenêtres sont froides par « contact » avec l'air extérieur et provoquent des sensations d'inconfort. Une bonne isolation thermique va souvent de pair avec une bonne

isolation acoustique.

La Confédération et les cantons encouragent !

Trois milliards de francs disponibles ces dix prochaines années ! Tous les bâtiments construits avant 2000 sont concernés. A partir du 4 janvier de cette année, une antenne centrale est disponible sur le site : www.leprogrammebatiments.ch.

Le Programme Bâtiments encourage, par le biais de subventions, les propriétaires à assainir leurs maisons sur le plan énergétique et à recourir aux énergies renouvelables. Tous les éléments de construction sont concernés, telles que fenêtres ou isolation thermique des murs, des toits et des sols.

Exemples : Les subventions allouées pour remplacer des fenêtres s'élèvent à 70 frs/m², celles pour l'isolation de l'enveloppe à 40 frs/m² et celles pour les locaux non chauffés à 15 frs/m². En moyenne, les aides se montent de 10 à 20% du montant total des travaux.

Comment ça marche ?

Les personnes intéressées consultent le site :

www.leprogrammebatiments.ch et sélectionnent le canton dans lequel se situe leur bien immobilier. On y trouve le formulaire de demande, toutes les informations, ainsi que le

guide à télécharger. Il suffit de remplir le formulaire directement sur l'ordinateur, de l'imprimer et de l'envoyer avec les pièces requises à l'adresse spécifiée. En cas de doute, le service cantonal de l'énergie est à disposition pour répondre à vos questions.

Pourquoi ?

Les bâtiments construits avant l'année 2000 représentent une part importante du parc immobilier de la Suisse. Un grand nombre d'entre eux ont été construits il y a des dizaines d'années, avant que les chocs pétroliers et le réchauffement climatique ne deviennent problématiques. Ils sont généralement très mal isolés. Chaque fois qu'un bâtiment est modernisé, il devrait être au moins rendu conforme aux normes actuelles de réduction d'énergie. Petit à petit, les sources d'énergies fossiles devront être remplacées par des énergies renouvelables.

Conclusions

Le programme d'assainissement mis en place par la Confédération et les cantons va profiter au climat, mais surtout aux propriétaires de



bâtiments, ainsi qu'à tout le secteur de la construction, puisque les encouragements vont engendrer des investissements importants.

Les générations antérieures s'accommodaient de maisons peu isolées. La plupart des gens, de nos jours, souhaitent habiter des maisons confortables et chaudes. Aujourd'hui, une maison saine doit être étanche à l'air, bien isolée et bien ventilée.

Il en va de la valeur de votre bien immobilier.

Adresses utiles

www.leprogrammebatiments.ch
info@leprogrammebatiments.ch
 infoline : 044 395 12 29.

Texte et photo : Vincent Roccaro

belle Usine 3^e génération : on y est !

Après 2 ans de préparation afin de prévoir des aménagements sur le long terme, monter un dossier, le présenter aux autorités communales, cantonales, et à la Loterie Romande, la belle Usine est enfin en phase de transformations.

Le gros des travaux s'est porté sur le bar et les gradins.

Après 14 ans, la belle Usine a enfin un bar équipé en eau, en banque frigorifique, en espaces de stockage. Ce sont pas moins de 20 chômeurs qui ont travaillé sur ces

transformations sous la responsabilité de Raphaël Mottier.

L'installation du gradin a elle aussi nécessité de gros moyens : 3 semi-remorques, un élévateur géant, 2 installateurs pendant 2 semaines, venus de Vendée pour terminer la construction sur le site.

Ce nouveau gradin permettra d'accueillir en alternance, et en un temps record, des spectacles assis jusqu'à 280 places, et des concerts debout jusqu'à 1200 places.

Une journée portes ouvertes pour la population aura lieu dans le courant du mois de mai.

Afin de permettre à ce lieu de vivre, nous sommes à la recherche de nouvelles personnes qui seraient prêtes à s'investir bénévolement pour ce lieu comme tous les membres du comité de l'association et les nombreux bénévoles qui donnent déjà énormément de temps depuis de nombreuses années.

Nous avons besoin de gens aux caisses, au bar, à l'accueil, à la technique...

Notre caissier désirant laisser sa place nous recherchons également quelqu'un qui pourrait prendre sa relève au sein du comité. Inscriptions et renseignements :

info@belleusine.ch

Le programme de l'année 2010 sera dévoilé dans le prochain numéro. En attendant nous vous proposons déjà le premier spectacle de la saison « made in red », spectacle de danse, créé à la belle Usine par Florence Fagherazzi et joué du 29 avril au 2 mai. www.belleusine.ch





Peinture décorative
Papier peint
Rénovation
Rénovation de meubles



Chemin de Provence 14 - 1926 Fully

Natel : 079 562 47 85 remondeulaz.peinture@netplus.ch



NOUVEAU À FULLY ROBOT EVE DÈS 479.-

Les aspirateurs
autonomes
les plus vendus
au monde !



Evelyne Biffiger

Promenade 9
1926 Fully
Tél. 079 704 47 89

**Carrelages
et pierres naturelles**

Route de l'Ancienne-Pointe 16
Centre Commedor - CP 961
1920 MARTIGNY

Famille Ferrara

Tél 027 723 22 52
Fax 027 723 28 37
www.expo-carrelages.ch



PLÂTRERIE - PEINTURE
ISOLATIONS FAÇADES
CRÉPISSAGE
PLAFONDS PRÉFABRIQUÉS
PLAFONDS TENDUS
CHAPES LIQUIDES

Gilles GRANGES
Maîtrise + fédérale

FULLY

Tél.: 027 746 10 11
Fax : 027 746 11 03
Natel : 079 220 44 68
E-mail : gypsa@bluewin.ch

Pizzeria - Trattoria - Bar



Chez Pepone

**Pizzas à l'emporter
Livraison à domicile**

Rue Maison de Commune 7
1926 Fully
Tél. 027 746 65 65



Pierre-Alain Fellay
079 412 23 79



Pierre-Alain Fellay
RENAULT
GARAGE DE CHARNOT



Frédéric Bellani
079 279 37 90



Route du Stade 80-82, 1926 Fully
Tél. 027 746 26 78 • Fax 027 746 29 29 • garagedecharnot@bluewin.ch



**Piscine
☆☆☆ SPA
valais**

CASE POSTALE 102
1920 MARTIGNY
TEL 027 722 67 82
FAX 027 723 19 44
BENDERSA@BLUEWIN.CH
WWW.BENDERSA.CH

NABI BOIS

MENUISERIE - CHARPENTE SA



Patrick Guéra

Route du Simplon

Case postale 777 - 1920 MARTIGNY

Tél. 027 722 17 36 - Fax 027 722 17 06

Natel 079 220 46 07

La fête de chant vue par les P'tits Loups et les Saxephones c'est...

- un grand rassemblement cantonal, cela nous le savions ou tout au moins , nous pouvions l'imaginer.
- le 30 avril, le 1^{er} et 2 mai, nous nous réjouissons, d'ailleurs nous retenons la date et nous serons présents.
- assurément la joie de chanter, de communiquer, d'écouter, de s'émerveiller.
- ...

Et si nous nous imprégnions, autrement, de cette fête ? Si nous nous laissons guider par la sensibilité des enfants, de ces enfants qui justement participeront et vivront de l'intérieur, en tant que choristes, ces jours pas tout à fait comme les autres ? Surtout la journée qui leur est consacrée, celle du vendredi... Alors nous pourrions vibrer à leur enthousiasme et avec eux nous écrire :

La fête de chant, c'est...

... des émotions :

- on est très heureux de chanter.
- je serai content dans mon cœur, car il y aura beaucoup de monde.
- le cœur rempli d'amour.
- donner du plaisir aux autres
- un peu de trac aussi.

... un spectacle :

- il y aura un orchestre, on se sent important.
- se donner les mains et s'incliner pour saluer le public à la fin du spectacle.
- être bien habillé et avoir un costume.
- il y aura des lumières et de la fumée.
- beaucoup d'applaudissements à la fin de chaque chant.

... un lieu de rencontre, de partage :

- on va chanter avec les autres, s'amuser.
- beaucoup de stands pour nous amuser.
- pouvoir manger de la raclette, des sucettes.
- rencontrer d'autres enfants chanteurs.

... des rêves :

- un feu d'artifice à la fin !
- un passage d'avions dans le ciel avec des traînées de couleurs.
- un lancer de fleurs ou de confettis pour nous féliciter !

un moment de bonheur et de plaisir
Séonnie

un plaisir entre ami(e)s
Charline

... un public :

- les gens rigoleront en écoutant les chants amusants.
- il y aura des bancs, des chaises, pour s'asseoir pour nous écouter !
- beaucoup de monde qui viendront nous écouter car nous chantons bien !

un moment de bonheur
Caroline



Faire plaisir au public en chantant!!!
Valentine

La joie de chanter
Anaïs

une belle expérience et un super moment entre amis(es)!
Laurie
Thibault

c'est une fête où il y a des Chœurs d'enfants qui chantent! Et c'est bien!!!
Karen

... du travail :

- c'est beaucoup d'heures de préparations.
- beaucoup de chants à apprendre par cœur.
- on se donne beaucoup de coups de mains.
- on a préparé des oiseaux symbolisant le chant des oiseaux et des fleurs symbolisant le retour du printemps.

... et un souhait :
Nous espérons que les samaritains ne devront pas avoir trop de travail.

La fête de chant, c'est surtout des cris... du cœur

La fête de chant, c'est aussi ... cette fraîcheur juvénile, enthousiaste et prête à vivre un moment inoubliable dans notre communauté. Merci pour leur engagement, leur spontanéité et comme eux, nous sommes convaincus que la Fête sera belle.

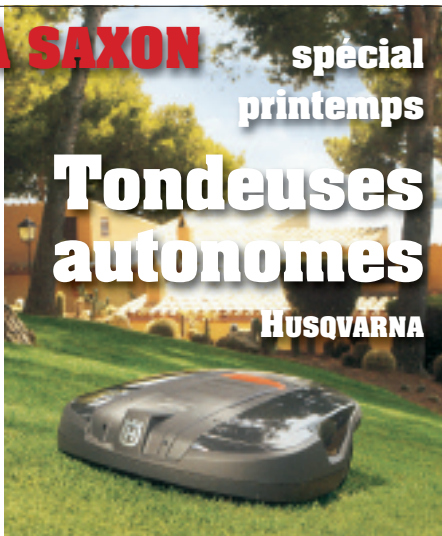
A LA POUTZE
 PERLO Sàrl
Nettoyage et
Travaux d'entretien d'immeubles
027 746 46 42 - 078 666 60 59
FULLY - SAXON

NOUVEAU À SAXON spécial
 printemps

Centre
 de vente Honda
Roland Biffiger
 Garage Biffiger

**Tondeuses
 autonomes**

HUSQVARNA



Route du Léman 42
1907 Saxon

www.garagebiffiger.ch
 r.biffiger@bluewin.ch

Tél. 027 744 21 30
 Natel 079 311 79 85
 Fax 027 744 15 07

RICHARD JEAN-MARC
CARRELAGES & REVETEMENTS



Rte de Saillon 148
 1926 Fully

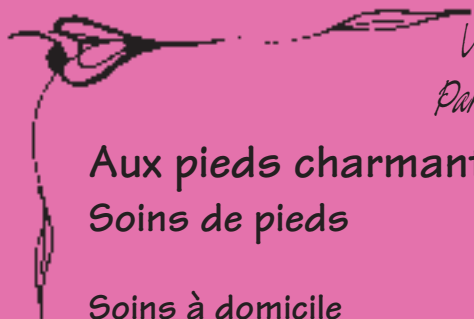
Mobile 079/412 28 06
 Tél. + Fax 027/746 47 02
 jean-marc.richard@mycable.ch

VOITURE - CAMION - MOTO
Le bon sens de la conduite...

**NOUVELLE
 ADRESSE :
 RUE DE L'ÉGLISE 35**

**ÉCOLE DE CONDUITE
 J-P GROBETY**

Tél. 027 722 47 77
 Natel 079 693 30 33
 Natel 079 628 28 77



*Vive le printemps...
 Partez d'un pied léger*

Aux pieds charmants
Soins de pieds
Soins à domicile

Rébecca Granges
 Rue de la Fontaine 13
 1926 Fully
 Tél. 078 741 85 36

10 ans à votre service



027 722 97 07

Yves Roduit

Maitrise fédérale

Ferblanterie - Inst. Sanitaires

Couverture - Chauffage

1920 Martigny

**Une
 publicité
 dans
 le Journal
 de Fully ?**

Thérèse Bonvin
 au 079 268 06 88

OU

Bernard Mayencourt
 au 078 626 44 29

AGROBIO
 Conseils

Carine Bovio Spielmann
 1906 Charrat
 027 746 33 47
 agrobio@bluewin.ch

Boostez vos Plantations

BIOFERTIL

+

NUTRI-ARBRE

1 pastille, 2 actions

Tous les produits du pro à l'amateur

En chœurs et en musique

Lune rose et méandres ombreux

Deuxième partie

Tant de gaillardes, d'amusantes anecdotes jaillissent au cœur de la nuit, nous transportent des instants bénis aux vents de peine, aux vents parfois contraires qui, eux aussi, ont jalonné la longue marche des villages et du cœur d'hommes.

On évoque tous ces souvenirs dans la bonne humeur où perce alors un souffle léger de nostalgie. Que d'images du bon vieux temps reviennent à l'esprit, émouvantes, charmeuses ! Celle de ce solide vétéran, par exemple, chanteur confirmé, maîtrisant bien la polyphonie et les arcanes tortueux du grégorien.

Cependant, ce meneur, ce battant au regard allumé et au visage baignant quelquefois en une douce euphorie, a tendance, durant ses moments de grâce, à donner de la voix. Alors le chef de la chorale, avec douceur et le geste léger, en termes choisis, le ramène à la mesure.

- Grand-père ! comme l'oiseau sur la branche !

Mais le fringant directeur ne se borne pas à ces subtiles comparaisons, n'a pas toujours ce sens de l'humour et ce fair-play. Aussi les répétitions sont-elles parfois égayées de quelques étincelles, de scènes un tantinet burlesques.

Un soir, dans le vertueux silence, pendant les conseils prodigués aux chantres attentifs par leur chef, voilà qu'un ténor quelque peu éméché tout à coup s'agite, murmure en sourdine, se permet, goguenard, certaines réflexions un brin frondeuses.

Le directeur n'apprécie pas, mais alors pas du tout. Il voit rouge, tance vertement le perturbateur puis, blanc de rage expédie au bout de la salle le gros vespéral qu'il tient en main et là, au beau milieu de la répétition, abandonnant son pupitre s'en va en claquant la porte. Les autres chantres, mécontents, se mettent alors à invectiver leur collègue indocile :

- *Ti tan malein...ouore, débrouilla-te ! Va le kèri !*

- *T'es tant malin...maintenant, débrouille-toi ! Va le chercher !*

Notre homme soudain dégrisé, catastrophé, s'élanche donc à la poursuite du fugitif qui, visage tendu, se dirige à grands pas vers la gare de Charrat.

L'ayant rejoint le ténor indiscipliné se confond en excuses et prie l'offensé de bien vouloir oublier cette fausse note.

Après quelque hésitation le bouillant directeur

un brin rasséréné consent à regagner son poste et la répétition peut enfin reprendre... dans un silence glacé.

Ces amusantes diversions, ces rocambolesques exploits s'étendent parfois jusqu'aux travées de l'église.

Ponctuellement, le dimanche, à la fin de la grand-messe, le prêtre, suivant le rite, prend congé de ses ouailles par une longue phrase musicale bien modulée en de subtiles inflexions et qui, avec lenteur, plane, majestueuse, royale, afin de clore dignement la splendide messe grégorienne. Mais ce final en apothéose exige de la part du célébrant un certain « souffle » :

- *ltee eeee eeeeeee...missa est !*

- *Allez la messe est dite !*

à laquelle l'assistance répond, sur le même air :

- *Deeo oooo ooooooo... gratias !*

- *Merci mon Dieu !*

Or, à l'époque, le jeune vicaire de Fully, prêtre consciencieux et disponible, hélas, n'est vraiment pas doué pour le chant. Interpréter l'*ltee missa est* représente pour lui un véritable calvaire. Il l'ouvre dans le mauvais ton puis déraile encore, cherche en vain la bonne ligne... faisant régner parmi les fidèles un brin taciturnes, parmi les rêveurs et les faces de carême, une soudaine heureuse atmosphère, de larges sourires, des hochements d'épaules difficilement contenus...

Et cette euphorie, ces goguenardises, le bon abbé les sent, les devine. Sa nuque rosit, rugit et le chant final de l'office dominical s'éloigne de plus en plus de sa trajectoire déjà bien incertaine.

Un beau dimanche, tout enfiévré, serrant les dents, notre vicaire se concentre, attaque son *ltee missa est* résolument mais ... peine perdue. Ses efforts restent vains. Cette fois encore, son interprétation demeure plutôt fantaisiste, largement à côté de la ligne.

- *ltee ee eeee...*

Soudain, imaginant, percevant même, les



joyeux commentaires qu'il suscite dans les travées des fidèles le bon vicaire s'affole, panique et suant, perdu, remplace son... *missa est* par un sonore et vibrant... *e leison*, le final du *kyrie* qu'on chante au début de l'office.

Rires en cascades, clins d'œil fusent dans les rangs de la longue nef et là, parmi ces paroissiens un tantinet irrespectueux, se distingue une Bianca Castafiore dont le visage, comme la lune, brille d'un « éclat » – très – « emprunté » afin d'atténuer des années et des chemins tortueux « l'irréparable outrage ».

Il faut relever que notre cher officiant, s'il n'a point d'oreille ne manque pas d'esprit et en dehors du calvaire de ses psaumes et répons affiche volontiers un regard malin, un visage de pince sans rire. Il a toujours la répartie fine, malicieuse, mordante même à l'occasion.

Un jour, dans la rue, notre Castafiore – flamboyante, délurée, à nouveau outrageusement maquillée et tellement chargée de breloques, de pendentifs, qu'on la prendrait pour un arbre de Noël – l'aborde hostensiblement d'une voix précieuse et fort peu discrète :

- Eh ! bonjour, bonjour, monsieur l'abbé, justement je cherche un ténor, je compte sur vous pour l'inauguration, oui, vous savez j'ai repris un bar, le Toc et Toc !

- Ah ! tiens ! remarque l'abbé, l'œil vif, vous avez une associée ?

Et toc !

Jean-Marie Carron

Changement de look et contenu plus riche pour le nouveau site Internet de la Commune de Fully, www.fully.ch

La Commune de Fully lance son nouveau site Internet, après une refonte complète de son site datant de 2001.

La volonté de la Municipalité est d'en faire une véritable plateforme de communication et d'information à destination des citoyens et hôtes de passage. Ce site vise ainsi un double objectif : rapprocher les autorités et l'administration du citoyen et faire connaître notre commune au-delà des frontières habituelles.

Le nouveau site www.fully.ch dispose d'un contenu rédactionnel plus riche et varié, qui prend mieux en compte les besoins et attentes des citoyens en matière d'information. Il vise aussi à faciliter les démarches administratives des habitants, au travers notamment de son guichet d'information. La page d'accueil dynamique présente des actualités diverses, qu'elles soient municipales ou touristiques, qui seront mises à jour régulièrement.

Une autre amélioration du nouveau site consiste à séparer clairement



la partie municipale de la partie touristique, notamment par des effets de couleurs. Dans les prochains développements prévus, on relèvera le guichet virtuel qui permettra de consulter la disponibilité des cartes CFF journalières et des couverts et salles communales.

La Commune de Fully

Pour de plus amples informations : contacter Gislaïne Carron Acone, 079 476 23 26 ou le Président Edouard Fellay, 027 747 11 20

Animations spéciales à Pâques

L'AsoFy propose des animations spéciales Pâques pour tous les âges de 8 à 99 ans, et pour tous, les familles, les enfants, les aînés et les jeunes.

Au couvert du Breyon (Mazembroz)

Lundi 5 avril à 10h : Chasse aux œufs et brunch (infos et inscriptions à l'AsoFy)

A la cour Charnot,

(Vers l'Eglise, Fully) avec le Triporteur :

Mercredi 7 avril de 14h à 18h :

Jeux, sports, babyfoot, bricolage surprise

Judi 8 avril de 14h à 18h :

Jeux, sports, bricolage surprise

Vendredi 9 avril de 14h à 20h :

Préparation et qualification du concours de jeunes talents

Concours des jeunes talents valaisans

Si toi aussi tu rêves de monter sur scène pour faire ton show, ce concours est pour toi ! Quel que soit ton âge, ton talent ou ta région viens participer au concours des jeunes talents à Fully.

Les qualifications se dérouleront :

Le vendredi 9 avril à la salle de gym de Charnot, Fully.

La Finale aura lieu sur la scène de Fully Bouge le vendredi 28 mai !

Règlement :

- en solo ou par groupe
- 5 minutes MAX
- Ouvert aux jeunes jusqu'à 25 ans
- Toutes disciplines artistiques
- Inscription gratuite
- Prix attrayant



Inscriptions jusqu'au 29 mars à jeunesse@fully.ch ou à AsoFy, route de l'Eglise 54, 1926 Fully (indiquer nom de scène, discipline, nombre de participants, coordonnées complètes de la personne de référence).

Mot de la Vice-Présidente

L'action socioculturelle s'envole vers de nouveaux horizons.

Et oui, c'est fait !

Le 19 février 2010 l'Asofy est devenue une association et c'est la première en Suisse romande ! Fournir des prestations d'anima-

tions auprès de la jeunesse, organiser des activités pour les enfants, voilà ce que l'action socioculturelle de Fully vous proposait sous mandat de pilotage avec le centre de loisirs de Martigny depuis 5 ans. Mais rassurez-vous elle continue dans la même direction avec de nouveaux défis à relever comme la coordination des animations pour les seniors ou encore des activités de Pâques.

Accompagné d'un comité composé de 6 membres, élus collectivement par l'assemblée

constitutive et tous représentatifs des actions menées par l'Asofy, M.Grégory Carron, conseiller communal, est élu en tant que président. Nous le félicitons pour ce poste.

Une possibilité vous est offerte de devenir membre de notre société et ainsi de bénéficier de certains avantages en vous inscrivant auprès de l'Asofy.

M-Rose Gay-Crosier, Vice-Présidente

Rouler mieux, consommer moins

Cours Eco-Drive à Fully

Nous allons aujourd'hui aborder un domaine mobile et sensible : la voiture.

Ce véhicule extraordinaire qui nous permet de nous déplacer à l'abri, au chaud, rapidement, sur des trajets courts ou longs, seul ou à plusieurs. Nous ne sommes pas tributaires d'horaire, de réservation, de météo. De ces avantages, on en profite quotidiennement, et malheureusement quelques inconvénients existent également. Nous en faisons ci-après une énumération succincte.

Les coûts financiers

La voiture est entrée dans le budget familial au même titre que la nourriture et le logement. On ne réalise souvent pas son coût réel, même pour une modeste guimbarde. Il est évident que les coûts d'un véhicule plus cher ou plus gourmand peuvent dépasser nettement cette valeur.

Coût annuel d'une voiture de tourisme de gamme moyenne à économique :

Investissement réparti annuellement : Fr. 2'500. Fr. 25'000 sur 10 ans,

sans les intérêts.
Essence : Fr. 2'000. 15'000 km à 8 L/km et Fr. 1,65/L
Assurance et impôt : Fr. 1'000. Fr. 400 d'impôt et Fr. 600 d'assurance, sans casco !
Pneus, services et accessoires : Fr. 500. 1 jeu de pneus chaque 3 ans, service chaque 2 ans, vignette, etc.
TOTAL : Fr. 6'000/an

Les coûts écologiques directs

Les voitures, il faut les construire et les éliminer lorsqu'elles sont bonnes pour la casse. La technologie amène des améliorations dans le confort, la consommation et le mode de propulsion. Tous ces systèmes électroniques emploient des matériaux nobles à la fabrication, et compliquent leur élimination. La consommation des véhicules par kg baisse chaque année, mais le poids moyen de ceux achetés notamment en Suisse ne cesse d'augmenter, cherchez l'erreur !

Les coûts indirects

Outre les atteintes liées directement à la voiture elle-même, de nombreux coûts découlent de l'utilisation de la voiture, supportés par la société en général : acci-

dents et embouteillages, l'entretien et la réfection des routes, les nuisances à la santé, ainsi que les nuisances sonores. Afin de diminuer ces impacts financiers et écologiques, plusieurs pistes s'offrent à nous :

- utiliser parcimonieusement votre voiture. Il vaut mieux faire 2000 km par an en 4X4, que 20'000 km avec une petite voiture.
- profiter au mieux des transports publics. Plus le nombre d'utilisateurs est grand, plus l'offre s'étendra.
- si la condition physique le permet, privilégier la marche et le vélo. En incluant ces modes de déplacement dans vos déplacements quotidiens, vous économiserez un abonnement dans une salle de sport.
- pour profiter au mieux des multiples avantages de la voiture et diminuer ses inconvénients, adopter une conduite économique. Pour vous y aider, nous vous proposons un cours de conduite Eco-Drive.

La commission énergie et environnement

Liens utiles :

<http://www.ate.ch/> : guide pour le choix d'un véhi-



cule : l'écomobiliste
<http://www.topten.ch> : site conseillant les appareils les plus efficaces de sa catégorie.

Le cours de conduite Eco-Drive

Ce cours a pour but de transmettre des principes simples permettant d'adopter une conduite sûre et respectueuse de l'environnement puisque la consommation de carburant est réduite. Vous serez suivi par un instructeur certifié qui vous accompagnera, au volant d'un véhicule équipé d'appareils de mesure, pour 2 trajets de 8 km entrecoupés d'une partie théorique.

Le vendredi 7 mai et le samedi 8 mai, de 9h à 12h et de 14h à 17h à Fully. L'emplacement précis sera transmis aux participants.

Durée : 3h.
Prix exceptionnel : 50.- par participant ! (grâce à une subvention de Suisse Energie et une aide de la commune).
Inscription : jusqu'au 16 avril : energie@fully.ch (attention les places sont limitées).

Vacances familiales

Afin de permettre à des familles qui n'auraient pas la possibilité de partir en vacances pour des raisons diverses, nous vous informons que nous mettons sur pied un séjour de vacances familiales.

Ce séjour aura lieu du **samedi 10 juillet au mercredi 14 juillet 2010** et est destiné à toute famille qui, avec un encadrement adéquat, souhaite vivre quelques jours de vacances ensemble.

- Si un parent est seul (mère ou père) avec des enfants et que partir quelques jours en vacances semble difficile pour des raisons de santé ou autres particularités, ce projet s'adresse à eux !
- Egalement si leurs enfants sont

placés durant l'année et qu'ils seraient heureux de passer quelques jours sous le même toit.

- Si pour des raisons financières, ils ne peuvent partir en vacances, ils peuvent aussi saisir cette opportunité.

Le séjour se déroulera aux Crosets sur Monthey (Val d'Illeiz).

Chaque famille aura sa chambre et nous mangerons sur place.

Le prix est de frs 100 à payer à l'inscription et est valable pour toute la famille et pour tout le séjour.

Au programme des vacances : activités sportives pour les enfants, piscine, grillades, grimpe, repos, balades, visites diverses, jeux etc...

Le programme sera fait chaque

jour avec les familles afin que chacun puisse vivre ces quelques jours à son rythme. L'encadrement est réalisé par deux professionnels de l'éducation et 9 jeunes âgés de 20 ans minimum.

De temps en temps, les adultes pourront vivre des activités entre eux s'ils le souhaitent pendant que les accompagnants s'occuperont de leurs enfants.

Le but de ce séjour est de permettre à des parents et des enfants de vivre des vacances ensemble dans un cadre adéquat et de détente.

Si ce projet intéresse une famille avec qui vous êtes en contact, vous voudrez bien nous contacter au **079 720 43 85**

(Colette Sierro-Chavaz) ou par mail : cosie@netplus.ch le plus vite possible, les inscriptions étant limitées. Merci d'indiquer le nombre d'adultes et d'enfants par famille ainsi que les âges.

Les familles peuvent le faire elles-mêmes également.

Le transport s'organisera à partir de Martigny ou de Monthey.

Nous nous réjouissons de passer ces jours de vacances avec des personnes intéressées à vivre un séjour de vacances familiales et sommes à votre disposition pour toute information supplémentaire.

Pour toute l'équipe d'animation :
Colette Sierro-Chavaz

Un petit clin d'œil à nos amis du Foyer Sœur Louise Bron

A la suite de la magnifique soirée des patoisants de Fully, nous avons trouvé sympathique de retenir une dizaine de photos, avec un commentaire en patois de Raymond Ançay, pour nos amis du foyer qui aiment et comprennent le patois de Fully. Alors bonne lecture et bon vent !

Jean-Luc Carron-Delasoie, Photos Philippe Dougoud



▲ Berte : è Jule, dèk fi ?
Jèchtine : Jule... l va fran pâ.



▲ Doteu : Moucheu Jule, i va pâ bien ?
Jèchtine : Na... Povo on kou, i chè pâ tronpô !!!
l mè krèye kë va mouëri.



▲ - l fô-te onkouo nètèyè ???
- Vouin, vouin, i fô toti rekëminchè. Onkouo è onkouo...



▲ - T'âvoui-te darai li port'è, ukè ???
Le bouochu : - Tè fô pâmi tè fir'è kemandâ pè la fène...
âtramin, t'i fouotu.



▲ - Pape, i chè fi toti mouërenâ, pè mame : kè fir'è ???
- Te, t'i pië grô, dè yaï, on mouo.



▲ Â mô Djië. A chekouo mame !... on djiabla !



▲ Le "Tcheu di Patouaijan", in n'ârm'è.

Dame Nature et sa mode printemps...

Permettez-moi de faire vôtre ce joli texte reçu en son temps.

Il nous rappelle que Dame Nature, habillée «en mode printemps», met tout en œuvre afin de faire briller nos yeux par tant de beautés ! A nous de savoir vivre l'émerveillement ! Cela n'est pas cher puisque gratuit. Cela n'est pas hier ni demain puisque c'est maintenant. Cela n'est pas bien loin puisque sous nos yeux... Vive le printemps !

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 se promenait près de là s'arrêta et remarqua qu'il n'y avait que quelques centimes dans son chapeau. Il se pencha et y versa sa monnaie, puis, sans demander son avis à l'homme, prit le carton, le tourna et y écrivit une autre phrase. Le même après-midi, le publicitaire revint près de l'aveugle et vit que son chapeau était plein de monnaie

et de billets. Le non-voyant reconnut le pas de l'homme et il lui demanda si c'était lui qui avait réécrit sur son carton et ce qu'il avait noté.

Le publicitaire répondit : «J'ai seulement réécrit votre 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».

Stève Léger

Adonis, voisine d'en face de la châtaigne...

Si Fully rime avec châtaignes et doigts noircis, Charrat rime avec adonis 18 carats...

En effet, à présente époque, Charrat dévoile sur son coteau, dans l'herbe sèche, des petits soleils éclatants de beauté, un spectacle éblouissant : les adonis de printemps !

Cette fleur-or ou cet or-fleur, je ne sais pas, je ne sais plus, mais mon cœur se souvient de son exaltation, de sa dilatation à la vision de tant de beautés claires-mées sous ces chênes !

Il n'est pas permis de cueillir ces fleurs protégées mais il n'est pas permis non plus de rater une telle rencontre au bénéfice d'une balade d'emblée réussie.



Le Parisien s'exprimerait ainsi : «Vous m'en direz des nouvelles !» Je dirais plus simplement : «Tu me diras menteur !»

Notre fameux «Faut voir pour croire» n'a jamais été autant d'actualité !

Stève Léger

Soirées de jeux

La ludothèque vous invite à vous asseoir autour d'un jeu de société, de vous laisser emporter par sa magie, de vous glisser dans la peau d'un héros et le temps d'une partie. Lâchez prise et rigolez !

De nouvelles soirées auront lieu **les Vendredis 26 mars, 30 avril* et 28 mai** dès 20h à la salle de la Grand-Garde dans le bâtiment Socio-culturel (*lieu à définir).

Pour animer nos soirées, nous avons la chance de pouvoir compter sur l'expérience et la formidable motivation du club les «seigneurs du jeu» de Saxon.

Ces soirées sont ouvertes à tous à

partir de 10 ans, ados et adultes sont les bienvenus, nul besoin d'être abonné à la ludothèque pour y assister.

On repart plein d'enthousiasme et quelque part le virus du jeu (de

société) est en train d'agir en nous ! Passez donc la porte, vous serez conquis... et c'est gratuit !

Prenez le risque de... vous amuser !

L'équipe de la Ludothèque

La recette de Marie-Dominique Dorsaz

Risotto de céréales au poisson

INGRÉDIENTS

pour 4 personnes

Poisson :

- 400 g de filets de truite ou de féra, détaillé en lanières
- 1/2 citron, jus

Risotto de céréales :

- 1 échalote, hachée fin
- beurre pour faire revenir
- 400 g de risotto de céréales

- 1 dl de vin blanc
- 1 dl de vermouth sec
- env. 1 litre de bouillon de poule fort, chaud
- 150 g de mascarpone
- 1 cs de grains de poivre vert en conserve, hachés
- sel
- quelques grains de poivre vert pour décorer

PRÉPARATION

- 1/ Poisson : arroser le poisson

de citron, mélanger et réserver au frais.

2/ Risotto : étuver les oignons dans le beurre, ajouter les céréales, faire revenir jusqu'à ce que les grains soient translucides. Mouiller avec le vin et le vermouth et cuire jusqu'à évaporation du liquide.

3/ Couvrir les céréales de bouillon. Verser le reste du bouillon au fur et à mesure de la cuisson. Laisser mijoter environ

40 mn en remuant de temps en temps jusqu'à ce que les grains soient cuits.

4/ Ajouter le mascarpone et le poivre vert, rectifier l'assaisonnement. Incorporer délicatement le poisson, éteindre le feu et cuire encore env. 5 min à couvert. Le poisson doit être à point. Servir dans des assiettes à soupe chaudes, décorer.



Le Président de la commune, Edouard Fellay, a eu l'honneur de rendre hommage et d'adresser les plus chaleureuses félicitations à Mesdames Pellouchoud, Roduit et Lugon qui ont fêté leur 90^e anniversaire. Au nom des autorités communales, Monsieur Fellay leur a adressé ses vœux les plus sincères de santé et de bonheur.

Esther Pellouchoud-Frossard

2 décembre 2009

Madame Esther Pellouchoud est née le 2 décembre 1919 à Chandonne-Liddes, fille d'Adrien Frossard et d'Ida Rudaz.

Deuxième enfant d'une famille de trois, Esther suivit toute sa scolarité à Chandonne.

Au décès subit de son père, Esther seconde très jeune sa mère pour les travaux des champs et de la garde du bétail.

A l'âge de 15 ans, elle débute son parcours professionnel auprès de la famille du Docteur Micheloud à Orsières. Elle y apprend les rudiments de la cuisine, de la couture et de la tenue d'un ménage.

Puis elle travaille comme lingère et fille de salle dans différents hôtels à Villars, Champéry et Champex-Lac.

En 1950, Esther épousa Just Pellouchoud, de leur union deux filles sont nées : Edith en 1951 et Marie-José en 1955. C'est à Champex-d'en-Bas que le couple élut

domicile à l'année, en exploitant un café-restaurant.

Quelques années plus tard, la scolarité des enfants les obligea à déménager en plaine, notamment à Branson, où la famille possédait un mazot ainsi que des vignes.

Très habile de ses mains, Madame Pellouchoud tricotait volontiers et confectionnait au crochet de véritables œuvres d'art (napperons, couvre-lit, etc.). Elle se passionnait également pour les mots croisés. D'un naturel enjoué, elle appréciait aussi la musique et la vie en société.

Aujourd'hui, atteinte dans sa santé, elle coule des jours sereins au Foyer Sœur Louise Bron, entourée du personnel soignant, de son époux, de ses deux filles ainsi que de ses 4 petits-enfants et 3 arrière-petits-enfants.

Son époux Just peut, quant à lui, habiter encore seul à son domicile de Branson.



90 ans – Jeanne Roduit-Michaud

4 janvier 2010

C'est le 2 janvier 1920 qu'est née, à Bovernier, Jeanne Roduit, fille de Pierre et Marie Michaud-Duay. Madame Roduit fit ses écoles à Bovernier. C'est en 1936, lorsque Jeanne avait 16 ans,

que la famille s'est installée en plaine pour y travailler.

En 1940, elle épousa Jules Roduit. Quatre enfants composèrent leur famille : une fille,

Thérèse, en 1941 et trois fils, Hervé en 1944, Laurent en 1945 et Serge en 1949.

Frappés par le destin, les parents eurent la douleur de perdre leur fille, Thérèse ainsi que leur fils, Hervé. Lorsque sa fille, Thérèse décéda des suites d'une maladie, Jeanne s'occupa de son petit-fils, Raymond Fournier.

Madame Roduit a donné toute son attention à ses enfants et travaillait la campagne, elle cultivait principalement les asperges, les fraises, les tomates et s'adonnait au travail de la vigne.

En octobre 1982, la maladie a emporté son époux.

Notre nonagénaire aime tricoter, surtout des chaussettes pour ses enfants. Elle passe également du temps à lire.

Jeanne a rejoint, il y a 3 ans, le Foyer Sœur Louise Bron où elle reçoit souvent la visite de sa famille, notamment de ses 10 petits-enfants et 4 arrière-petits-enfants et où elle est entourée du personnel soignant.



Marguerite Lugon-Cheseaux

26 février 2010

Marguerite Lugon est née le 26 février 1920, à Dugny/Leytron, fille de Camille et Marie-Hélène Cheseaux-Masseraz. Lorsque son papa décéda prématurément, sa maman dut se démener pour élever les 7 enfants qui composaient leur famille.

Très tôt, tous les enfants ont appris à travailler, notamment à ramasser le bois, garder les animaux, etc. Il en a résulté une grande solidarité entre frères et sœurs et une très grande admiration pour la force de caractère de leur maman.

A l'âge de 16 ans, Marguerite travailla à Martigny comme employée de maison dans la famille du Juge Troillet. Ensuite, elle fut engagée au Domaine de la Sarvaz comme cuisinière. Elle y préparait les repas des ouvriers du domaine et des occupants du camp de réfugiés polonais. Marguerite s'occupait de ce petit monde comme d'une famille, ne se contentant pas de les nourrir, elle avait plusieurs rôles : elle les soignait, les écoutait, les consolait et même les grondait.

C'est à cette période qu'elle rencontra Jules Lugon et ils unirent leur destin en 1943. Ils s'installèrent à Châtaignier et une année plus tard, en 1944, Jean-François vit le jour, puis Pierrette en 1950. Les parents s'adonnaient aux travaux de la terre, surtout la culture maraîchère. En 1953, toute la famille démé-

nagea au Rosé sur Saxon. Durant 14 ans, Marguerite aida son époux au développement d'un domaine d'abricotiers de 5 hectares, parallèlement à un domaine de poiriers de 3 hectares à la Cleusette/Saillon. Elle a toujours participé activement à l'exploitation. De la taille à la cueillette, elle était toujours là.

Très présente aussi pour ses enfants, l'éloignement des écoles obligea les enfants à suivre leurs études en internat, elle était ainsi devenue la championne des valises bien remplies, des paquets-postaux consolateurs et des kilomètres à pied pour les raccompagner ou les visiter.

De retour à Fully en 1967, Jules et Marguerite construisirent leur maison à Saxé et s'y installèrent. Ils reprirent leur exploitation agricole et, lorsque Jules décéda en 1985, elle poursuivit son travail tout en s'occupant beaucoup de ses petits-enfants et de ses arrière-petits-enfants.

Aujourd'hui, notre nonagénaire porte toute son attention à sa famille, empreinte d'humanisme, elle se soucie toujours du bien-être de chacun.

Elle aime s'occuper de son jardin, est une vraie artiste en tricot et crochet, et elle se dit « fâchée » de ne plus exécuter les choses assez rapidement.

Madame Lugon a la chance de bénéficier d'une forme physique et intellectuelle remarquables. De ce fait, elle jouit d'une retraite paisible et heureuse à son domicile. Ses enfants sont impressionnés de découvrir avec quelle force et quelle bonté elle a géré sa vie.



Portes ouvertes

L'Administration communale de Fully vous convie à la visite de la Salle polyvalente le samedi 17 avril de 9h00 à 12h00.

Messieurs Jean-Olivier Cajoux, conseiller communal en charge du dossier, et Etienne Roduit, chef concierge, ainsi que la commission des constructions seront à votre disposition pour répondre à vos questions.

Administration communale



BIENVENUE À LA BOUTIQUE O'ZENVIES

Delphine Tissières gère la boutique O'zenvies depuis le 1^{er} février 2010.

Elle succède à Martine Produit. Delphine vous attend, Mesdames et Messieurs. Vous serez toujours les bienvenus rue de la Maison-de-Commune 23 à Fully.

Profitez des nouveautés !

La boutique O'zenvies vous propose pour ce début de printemps 2010 de la lingerie aussi bien pour les hommes que pour les dames. Avec les beaux jours qui arrivent, les maillots de bains sont des articles très prisés. Le rapport qualité-

prix est excellent. Dans sa gamme, la boutique présente aussi des articles de sport. Dès cet automne, vous trouverez également des pyjamas.

«Il y en a pour tous les goûts», explique la charmante Delphine Tissières. «J'ai un bel assortiment d'articles réservé pour les tailles généreuses. Je propose également des habits de grossesses. Les femmes en traitement de cancer du sein peuvent profiter de prothèses.»

A la boutique O'zenvies, vous trouvez encore des bons cadeaux, toujours fort appréciés.

La nouvelle gérante travaille depuis de nombreuses années dans la vente. Pour la première fois, elle gère son propre commerce. Son

sourire, sa spontanéité et sa gentillesse valent sans aucun doute le déplacement. Grâce à ses atouts et à son sérieux, Delphine Tissières désire avant tout satisfaire aux demandes sa clientèle actuelle et future. Son professionnalisme et son entrain sont des gages de succès dans sa nouvelle aventure. *BM*

Heures d'ouverture :

Le lundi, de 13h45 à 18h

Le mardi, de 9h15 à 11h30

et de 13h45 à 18h

Le mercredi, de 9h15 à 11h30



Delphine Tissières vous attend dans sa boutique, rue de Maison-de-Commune 23

Le jeudi et le vendredi, de 9h15 à 11h30 et de 13h45 à 18h

Le samedi, de 9h à 11h30 et de 14h à 17h.

Pour plus d'infos, n'hésitez pas à appeler durant les heures d'ouverture le **027 746 46 16** !

NOUVEAU À FULLY

Le Bœuf Gourmand, le spécialiste de la viande, se réjouit de votre visite.

Au cœur du village de Fully, rue de l'Eglise 53, venez découvrir un lieu convivial, accueillant et sympathique. Depuis le début du mois de février, le nouveau patron et ses deux employés mettent tout en œuvre pour vous offrir des plats mijotés avec doigté et professionnalisme.

Patrick Formica, patron de ce lieu mis au goût du jour, vous accueille pour vous servir, par exemple, un délicieux tournedos de bœuf accompagné de produits du terroir. Bison, filet d'autruche, côte de bœuf ou tournedos : le choix est vaste.

Les vins sont exclusivement fournis par des encaveurs de Fully. La convivialité, le partage et la bonne humeur ont une valeur primordiale pour Patrick. Né en France, en Suisse depuis 6 ans, le nouveau chef

possède une grande expérience dans le milieu. Son savoir-faire et sa bonne humeur communicative sont des atouts incontournables pour remplir son restaurant d'une soixante de places. La qualité de sa cuisine fait le reste.

Les viandes sur ardoises demeurent la spécialité de la maison. Fondues chinoises, bacchus ou vigneronnes valent également le déplacement. A midi, des menus à choix sont proposés avec une entrée et un plat principal pour le prix très abordable de fr. 16.50 ou de fr. 18.-. Tous les vendredis à midi, le chef vous propose des filets de perches avec sauce tartare maison. Tous les desserts sont maison. **Le Bœuf Gourmand** collabore avec la maison Mövenpick pour vous servir des glaces de qualité. Sur réservation, il est possible de déguster des menus spéciaux, à la demande du client, pour des groupes dès 10 personnes.

Finis les discours ! Passez à l'acte ! Rendez-vous chez Patrick, au **Bœuf Gourmand**, pour partager un moment sympathique, agréable et convivial. Bon appétit !

BM



Au Bœuf Gourmand, le cadre est convivial, accueillant et sympathique.

QUE ÇA FAIT DU BIEN !

Diplômée en 2005, la sympathique Christelle Mettaz, kinésologue SPT (agrée ASCA), exerce depuis 2007.



Christelle Mettaz vous propose, entre autres, des massages relaxants.

Dès le 24 mars 2010, après une période de congé maternité, elle vous reçoit à nouveau pour vous proposer également des massages relaxants, des massages énergétiques et de la réflexologie. Son cabinet se trouve à Fully, rue de Provence 10, au premier étage.

Qu'est-ce que la kinésiologie ?

La kinésiologie regroupe un ensemble de méthodes thérapeutiques douces contribuant à l'amélioration de votre quotidien aussi bien sur le plan physique, émotionnel, mental ou énergétique. La kinésiologie peut apporter des réponses à tout âge, qu'on soit enfant, adolescent ou adulte.

Elle offre une palette très variée d'applications. Christelle Mettaz explique : «La kinésiologie permet de cibler les raisons de maux chroniques. Elle vous libère de ces maux par des discussions. Certaines techniques permettent de rééquilibrer vos énergies. Elles aident à mieux vous sentir dans votre corps.»

Les personnes au bénéfice d'une assurance complémentaire peuvent obtenir un remboursement des séances.

BM

Contact :

Christelle Mettaz
Kinésologue SPT
Chemin de Provence 10
1926 Fully
079 592 49 39



Stage de formation et Service volontaire

Du 15 juillet au 15 août 2010 pour les jeunes à partir de 18 ans révolus à l'Hospice

La communauté des chanoines offre la possibilité à 8 jeunes adultes de vivre un mois au rythme de l'hospitalité.

Au programme:

Du 15 au 18 juillet :

Temps fort de formation humaine et spirituelle en lien avec la vocation millénaire de l'hospice.

- Connaître ses valeurs et reconnaître ses besoins
- Exprimer ses doutes et s'ouvrir à l'autre
- Découvrir la Parole de Dieu et la spiritualité millénaire de l'hospice
- Se laisser rejoindre et s'engager

Du 19 juillet au 11 août :

Service bénévole pour soutenir l'hospice dans sa mission d'accueil.

- Accueil des visiteurs au musée ou au trésor
- Entretien de la maison (nettoyage, service des tables...)
- Participation à la vie de prière au rythme de

la communauté (Offices, Eucharistie, prière silencieuse)

- Rencontres régulières et temps de partage avec le groupe des volontaires
- Possibilité de rencontres personnelles avec un chanoine (écoute, accompagnement, aide au discernement...)

Du 12 au 15 août :

Deuxième temps fort de formation humaine et spirituelle en lien avec la vocation millénaire de l'hospice.

- Relecture de l'expérience vécue
- Participation au pèlerinage alpin du 14-15 août

Engagement :

Début du stage : jeudi 15 juillet à 16h.

Fin du stage : dimanche 15 août à 14h.

Il s'agit d'un engagement à 100%. Nous demandons aux participants d'être présents du début à la fin du stage sans prévoir d'absences durant le mois. Des jours de congé seront aménagés pour



permettre à chacun de profiter du cadre majestueux de la montagne. En signe de reconnaissance pour le travail accompli, chaque participant recevra un don de CHF 1'000.-.

Le stage sera animé par Colette Sierro (éducatrice spécialisée et superviseuse) et José Mittaz (chanoine de l'hospice).

Renseignements et inscriptions :

Les personnes intéressées sont priées de contacter l'hospice par mail ou par courrier en exprimant leurs motivations.

Chanoine José Mittaz, Hospice du Grand-Saint-Bernard, 1945 Liddes

jose@gsbernard.net

Les places étant limitées, merci de vous annoncer dès que possible !

www.gsbernard.net

Au coin des jardins

L'illusion de l'Armageddon

« Pourquoi y-a-t-il quelque chose plutôt que rien ? » (Kierkegaard).

Cette question éminemment posée par le philosophe danois Kierkegaard me vient à l'esprit en ce moment où l'on pose, avec récurrence et à plusieurs endroits de la terre, la problématique de la fin du monde. Selon certaines théories ou croyances, la fin du monde devrait survenir dans un avenir très proche ou pire encore en 2012.

Pourquoi l'Être des choses ? Ou pourquoi pas le Non-Être des choses ? Il est clair que depuis l'Antiquité cette question avait préoccupé et préoccupe encore la pensée humaine. Différents courants de pensées et différentes religions ont tenté d'élucider la question.

Encore plus, au-delà de connaître le début de l'existence des êtres et des choses, c'est la fin probable qui inquiète dès que l'on se plonge dans la réflexion de savoir quand et comment pourrait prendre fin l'Être des choses c'est-à-dire la fin du monde.

Pour répondre à la question du début de la matière, que l'on soit adepte du courant créationniste ou de la théorie du Big Bang, cela remonte à des milliards d'années. « Il y a dix à quinze milliards d'années, l'univers de temps et

Tapiserie de l'Apocalypse d'Angers



d'espace est apparu, tel un gigantesque et bouillant chaudron d'énergie gouvernée par des lois physiques que nous ne sommes pas encore en mesure de comprendre. En une fraction de seconde, l'expansion qui succède au Big Bang s'est stabilisée à un niveau à partir duquel les lois physiques nous permettent (du moins le croyons-nous) d'entreprendre une description du phénomène... Ce que les télescopes perçoivent aujourd'hui de l'univers ne correspondrait qu'à une infime partie de l'ensemble. » (*Atlas mondial illustré*).

Si l'univers a commencé il y a des milliards d'années, nos calendriers ont commencé à fixer le temps dans l'espace il y a à peine quelques milliers d'années. Or ceux qui aujourd'hui prédisent l'imminence de l'apocalypse se basent sur la fin des calendriers de certains courants de pensées ou d'art de vivre. Donc on ne peut pas se fier à ces analyses car elles ne tiennent pas compte ni de la dimension temps et espace ni de la substance qui fait l'Être des choses et de la loi physique de sa dégradation. Ce qui est intéressant dans cette polémique de l'Armageddon c'est que cela relance le débat de comment nous percevons notre existence et quelles sont nos espoirs. Il est important que nous éloignons de nous l'angoisse d'une catastrophe qui engloutirait la terre un de ces quatre matins et de pren-

dre l'initiative sur nous d'œuvrer chacun de notre côté à être responsable de la qualité de vie dans le monde. En reprenant en d'autres termes Saint-Exupéry dans son ouvrage "Terre des Hommes", nous devons être « responsable de ce qui se bâtit de neuf, là-bas chez les vivants, à quoi nous devons participer. Responsable un peu du destin des hommes dans la mesure de notre travail. Faire partir des êtres larges qui acceptent de couvrir de larges horizons de notre feuillage. Connaître la honte en face d'une misère qui ne semblait pas dépendre de nous. Être fier d'une victoire que les autres ont remportée. Se sentir en posant sa pierre, que nous contribuons à bâtir le monde. »

Oui nous serons appelés un jour à quitter ce monde mais ce ne serait pas une fin absolue. Jésus ne disait-il pas à ses apôtres dans "Jean 11,11" au sujet de la mort de Lazare qu'il dormait ? Dans d'autres croyances aussi la mort n'est pas une fin en soi mais le début d'une autre existence. Un poète africain disait « les morts ne sont pas morts, ils sont partout. » Notre vie actuelle n'est qu'une étape transitoire vers d'autres vies.

Yaovi Dansou

de Vincent Rocco



Le mélèze

Samusons-nous

Sudoku

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

Remplissez la grille en fonction des règles de base du sudoku : les chiffres de 1 à 9 figurent obligatoirement une seule fois sur chaque ligne, chaque colonne et chaque carré de 3 x 3. Solution le mois prochain. Bonne chance. Envoyez votre réponse sur carte postale à :

Journal de Fully
Rubrique "Samusons-nous"
Case postale 46 - 1926 Fully

SOLUTION des mots croisés
de l'édition de février 2010

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	A	L	I	T	E	E	S		O	E
2	D	E	M	I	S	S	I	O	N	S
3	O	V	I	P	A	R	E	S		T
4	P	E	T	E	R	A	S		D	O
5	T		E	R		T	T	C		N
6	I	R	E					E	R	N
7	V	I	S	A	S			S	U	E
8	E	O		D	U	S		S	E	N
9	S		M	E	R	O	U		S	N
10				N	E	S	T			E

Le gagnant est
Dominique Roduit
Ch. des Vignerons 5 à Fully
qui reçoit un bon chez

Michel Granges
Fully

Journal de Fully - Case postale 46 - 1926 Fully / Valais / CH

Président : Jean-Luc Carron-Delasoie	Caissière : Karin Plancherel	Distribution La poste de Fully	Parrainage Dès Fr. 150.-
Rédacteurs : Alain et Stève Léger, Julie Brassard-Carron, Yaovi Dansou, Martine Baour, Ludovic Malbois, Vincent Rocco	Webmestre : Norman Poh	Abonnement Fully : Fr. 40.- Hors commune : Fr. 50.-	Publicité : 079 268 06 88 078 626 44 29
Photos : Philippe Dougoud	Site internet www.journaldefully.ch	Tirage 3 400 exemplaires	C.C.P. 19-6501-3
Secrétaire : Dorianne Vérollet	Édité par : Association «Journal de Fully» fondée le 1 ^{er} janvier 2000	Dons À votre bon cœur	<i>Imprimé sur papier couché mat sans chlore</i>

Memento avril

- Du 1^{er} avril au 23 mai**
Exposition de peintures et de photos de Brigitte Dorsaz - D'Alessio : Eclats de vie, Caveau de Fully
- 3** Chasse aux œufs organisé par les Amis Bransonnards (14h00), Châtaigneraie de Branson
- Du 5 au 9** Animations spéciales à Pâques organisé par l'Asofy. Voir page 8.
- 8** Après-midi pour les aînés : Cartes et jeux, dès 14h00 (éventuellement sortie), salle Polyvalente
- Du 9 au 11** Concours National des Solistes & Quatuors, Schüpfen / BE
- 10** Journée 2010 des Aînés de Fully, dès 14h, Ciné Michel
- 10 et 11** Randonnée du ski-club depuis le Fénéstral, Cabane Fénéstral
- 10** Ramassage des papiers par les scouts Fully
- 11** Grand Prix des vins Henri Valloton, course de vélo, Place du Petit-Pont
- 18** Qualifications agrès Sion
- 21** Assemblée générale de l'association belle Usine à 20h, la D'zine
- 22** Après-midi pour les aînés : Loto, dès 14h00, salle Polyvalente
- 24** Soirée concert au Méph'Acoustique : Mnémosyne et Polar. Ouverture des portes : 20h00. Dès 16 ans, max 70 places. Réservation billets : Librairie de Fully, 027 746 46 07 de 8h à 11h30
 - Finales Cantonales de volley-ball, salle Polyvalente
- 24 et 25** Concours de dégustation Le Marian's, 17h00-20h30, Caveau de Fully
- 25** Derby de Sorniot : Concours de ski alpin, Cabane de Sorniot
- Du 30 avril au 2 mai**
28^e Fête Cantonale de Chant, Fully

Plus d'infos ? Fully Tourisme • Tél. 027 746 20 80 • ot@fully.ch • www.fully.ch

Une publicité dans le Journal de Fully ?

Contactez Thérèse Bonvin au 079 268 06 88
ou Bernard Mayencourt au 078 626 44 29

CLÔTURE RÉDACTIONNELLE

Retour des textes pour l'édition paraissant fin avril :
10 avril à Journal de Fully - Case postale 46 - 1926 Fully
ou par e-mail à journaldefully@yahoo.fr
Les écrits reçus après cette échéance ne pourront être pris en compte.
Merci de votre compréhension.

ILS NOUS SOUTIENNENT, SOUTENEZ-LES !

André-Marcel Bruchez Fruits et légumes en gros Football-club Fully Fiduciaire Dorsaz SA Garage Fellay Pierre-Alain Mermoud Dany Bibliothèque de Fully Banque Raiffeisen Société de Tir Union Famille Edmond Cotture Bruchez Ferblanterie Sàrl Carron Christian, Carrosserie Pharmacie de Charnot Club "Les Trotteurs" Henri et Jeanine Carron Pharmacie Von Roten Groupe patoisant "Li Brejyoeu" Léonard Carron, Maçonnerie et chapés Gérard Fleutry, Station-Service Combustia, Mazembroz Ski-Club Chavalard Confrérie de la Châtaigne Fondation Martial Ançay Association belle Usine	Groupe Folklorique "Li Rondenîâ" Chœur La Cécilia, Fully Staub Fils SA Pierre-Olivier Ducrest Gérard Brochellaz Camille Carron Tea-Room Les Arcades Le Look Montagne, Jean-René Bender, Martigny André-Marcel Malbois, Café des Amis, Gilberte Biffiger Ludothèque Les Galopins, Fully Carron Excursions SA Jean-Marc Roduit Magasin du Monde, Fully Tea-Room La Diligence Section des Samaritains Emmanuel Bender, Fully Librairie-Papeterie Chez Aliette Syndicat pour les améliorations structurelles du Vignoble de Fully
---	---