

ÉDITO

Le mois de juin est si savoureux !



Si, pour les agriculteurs, la période est synonyme d'intenses travaux, certains peuvent, à l'inverse, se délecter d'un temps de ralentissement bien mérité. Juin, c'est le mois des cahiers remplis, des fiches terminées, des bricolages ramenés à la maison. C'est le mois des évaluations, des accomplissements et des félicitations. Juin, c'est le point d'orgue à la fin de la partition : ce moment suspendu, qu'on aime faire durer, pour profiter une dernière fois de ces petites choses qu'on a tant appréciées.

« Vous reviendrez me voir dans 10 ans », nous lançait M. Frédéric en 2^e primaire. Deux décennies plus tard, il me tient à cœur de lui dire MERCI ! M^{me} Nicole, M^{me} Christelle, M^{me} Eliane, M. Abbet, M. Mailler, tous vos collègues enseignants de Fully, vos contemporains et vos successeurs, MERCI pour votre passion et votre envie, vos efforts et votre courage. C'est vous qui nous avez donné le goût d'apprendre, qui avez fait de nous des adultes libres et qui avez donné, pour toujours, cette saveur si particulière au mois de juin. Qu'il dure, dure...

Edith Dessimoz-Carron

Magnifique exposition de mandalas dans les rues de Branson



Les jeunes artistes vous invitent à découvrir leurs œuvres.

Sous la houlette de leurs enseignantes, les enfants de l'école primaire ont imaginé et peint une quarantaine de mandalas. Ils vous invitent à découvrir ces réalisations originales et colorées qui ornent les façades de la rue des Follatères.

Si l'on surfe un peu sur le net, on trouve une grande quantité d'informations sur les mandalas. Reconnus pour offrir divers effets thérapeutiques, ils permettraient de se recentrer, de vivre plus dans le moment présent, d'atteindre un état de méditation, de réduire le stress de la vie, de lâcher prise.

La grisaille de ce printemps et les privations liées à la pandémie ont cédé peu à peu la place à des jours

plus joyeux. Une promenade dans les rues de Branson vous permettra de vivre un moment de découverte, de détente et de bien-être.



Marie-Rose vous accueillera avec grand plaisir à la Fugue !

En route pour les vacances

Christian Théoduloz



Garage Challenger SA

027 746 13 39

www.garagechallenger.ch

Spécialiste

- TOUTES MARQUES
- VOLKSWAGEN
- AUDI
- SKODA
- SEAT
- VÉLOS - MOTOS
- MACHINES DE JARDIN

Machines électriques

- Robot-tondeuse
- Tondeuses
- Vélos
- Tronçonneuses
- Elagueuse
- Souffleuse
- Débroussailleuse



VOS EXIGENCES,
NOTRE SAVOIR-FAIRE



PEINTURE



PLAFONDS



PLÂTRERIE



ISOLATION

1920 Martigny • Tél. : 027 746 10 11
info@gypsa.ch • www.gypsa.ch



DORSAZ LOCATION CONTAINERS Sarl

1926 FULLY T 027 746 35 00

www.decdorsaz.ch

BOX À LOUER À FULLY

À LA SEMAINE, AU MOIS OU À L'ANNÉE
Chemin de l'Autoroute 33

Dimensions : 3.0 m x 2.4 m dès Fr. 120.-/mois
6.0 m x 2.4 m dès Fr. 180.-/mois

■ Site sécurisé, clôturé et surveillé

■ Accès facile 24 heures sur 24, 7 jours sur 7

■ Box ventilé non chauffé, idéal pour le stockage de vos meubles, archives, pneus, moto, dépôt etc. (voitures non admises)

Renseignement et réservation :

027 746 35 00 ■ info@decdorsaz.ch ■ www.decdorsaz.ch

pharmacie
VON ROTEN

Économisez

avec votre pharmacie !

Profitez de nos offres mensuelles.

Retrouvez-nous sur notre page Facebook
ou notre site internet.



Pierre-Alain
Fellay
079 412 23 79



RENAULT
Passion for life

Pierre-Alain Fellay
GARAGE DE CHARNOT



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



CHF 60.-
offerts!

Cours de sauveteur pour le permis de conduire

- Effectue ton cours de sauveteur auprès d'une section de Samaritains.
- Présente ton attestation de cours à une des agences de la Banque Raiffeisen Martigny et Région (Vernayaz, Martigny, Fully, Leytron, Saillon, Riddes et Saxon).
- Nous verserons le montant de CHF 60.- sur ton compte. Si tu n'as pas de compte chez nous, tu peux en ouvrir un pour profiter de l'offre.

Tu bénéficieras ainsi d'un rabais pouvant aller jusqu'à 50 %.

Action valable jusqu'au 31.12.2020
auprès de la Banque Raiffeisen Martigny et Région.

samaritains
valais romand

RAIFFEISEN

B
BENDER
EMMANUEL SA
PAYSAGISTE
MARTIGNY



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 SA
MENUISERIE - CHARPENTE



Patrick Guéha

Route du Simplon 1B
Case postale 7
1906 CHARRAT
Tél. 027 722 17 36
Fax 027 722 17 06
info@nabibois.ch



Alain Guéha

Nouveaux membres Com'Art

Le Cercle

Fatima et Joao Amaral Ramos sont les nouveaux propriétaires du café restaurant «Le Cercle» à Fully. Après des travaux de rénovation, ils sont



prêts à ouvrir leurs portes pour vous accueillir dès le 30 juillet 2021 avec un apéritif de bienvenue. Au menu, Fatima et Joao vous suggèrent quelques spécialités dont le poêlon de viande au choix, beurre Café de Paris maison, les rôtis maison, différentes fondues de viande et fondues au fromage maison, un choix de plusieurs poissons, des tartes flambées, pizzas et crêpes.

D'origine portugaise, Fatima et Joao vous feront

découvrir quelques plats typiques comme le filet de morue, le poulpe à «Lagareiro» et les gambas, entre autres. De plus, un menu du jour vous sera proposé, quelques propositions de saison, un large choix de vins et également de bières.

A l'emporter, les poulets grillés et les spare-ribs de porc sont à commander au préalable.

Leur petite épicerie à côté du restaurant est bien entendu ouverte durant les heures d'ouverture du restaurant. La grande salle vous accueille pour vos banquets,



mariages et organisations d'événements, sur réservation.

Toute l'équipe se réjouit de faire votre connaissance.

Restaurant Le Cercle
Route de Saillon 2, Fully
027 746 25 85
cerclefully@gmail.com

La Diligence

Depuis le 1^{er} février 2021, la boulangerie, Tea-Room «La Diligence» à Fully, a été reprise par le Tramway d'Octodure. Les gérantes, Alexia Jordan et Isabelle Roduit soutenues par Florence, Muriel, Sâmea, Lucia et Maeva, ont le plaisir de vous accueillir chaque jour de 6h30 à 18h30, ainsi que les samedi et dimanche jusqu'à 17h30.

Une décoration rafraîchie, une terrasse aménagée, une nouvelle atmosphère propice à savourer divers sandwiches, tartes aux fruits, pâtisseries, etc. N'hésitez pas à passer commande de gâteaux, vacherins glacés ou apéritifs dînatoires pour vos différents

événements festifs. La Diligence vous offre une grande variété de pains fabriqués de manière artisanale. Vous attendent sur ses rayonnages, différents pains complets, au levain, au levain longue fermentation ainsi que tresses et cuchaules le week-end.

Il y en a pour tous les goûts!

Toute l'équipe se réjouit de vous voir.

La Diligence

Rue de la Poste 41, Fully
Pour vos commandes :
Tél : 027 746 29 66

tramwayoctoduresa@outlook.com
boulangerie-tramway-octodure.ch
Suivez-nous sur Facebook/Instagram sous [Tramway d'Octodure](#)



Le tabouret de l'amitié

Le jeu que vous attendiez! La Tabouretmania est lancée! Le jeu familial de votre été!

Cherchez-vous un jeu qui rassemble les générations et qui vous fait partager des moments de bonheur? Un jeu qui allie la précision et la tactique, un jeu entre le curling et la pétanque, nous avons ce qu'il vous faut.

Un coffre en bois solide, à son centre un orifice de 44 mm, 26 pièces en laiton de 40 mm de diamètre et 5 mm d'épaisseur. Il se joue à deux, à 4 ou même à

6 personnes. Un bon vivant verra direct que l'espace intérieur peut recevoir 2 bouteilles de 75cl! Le but est de lancer des pièces dans le trou ou de les placer au plus proche du centre du plateau. L'équipe arrivant à 13 points gagne la partie.

Une première journée de championnat va être lancée prochainement. Retrouvez la vidéo de démonstration sur le site internet du *Journal de Fully* ou sur www.tabouret-de-lamitie.ch

Ce jeu est robuste et son élaboration artisanale faite main avec

la participation de la FOVAHM. Il est idéal pour vos sorties de famille, sociétés ou institutions.

Sa conception durera plusieurs générations.

Commandez le vôtre dès maintenant sur le site pour seulement Fr. 145.- ou, plus simplement au 079 837 27 64 par WhatsApp ou alainleger@yahoo.fr Plusieurs choix de teintes sont possibles, dont châtaigne et Yakisugi.

Famille Léger



Nouveaux parcours de trail inédits à Fully

Le coteau de Fully est de plus en plus prisé par les trailers, qui peuvent s'y entraîner sur un terrain rapidement sec durant l'hiver, et monter vers des panoramas inédits dès les beaux jours.

Avec l'appui d'experts de la région, Fully Tourisme a défini 13 parcours qui promettent aux coureurs une sortie empruntant les meilleurs sentiers. Ces parcours sont téléchargeables sur le site de Fully Tourisme.

L'attrait pour le trail en expansion à Fully

La montagne de Fully est depuis de nombreuses années appréciée des sportifs, qui viennent s'exercer dans une nature brut et magnifique. Le coteau orienté plein sud permet une pratique de la course à pied même l'hiver. Les Hauts de Fully – offrant un panorama unique avec une vue inédite sur le massif du Mont-Blanc – font partie des plus belles courses de la région. Si la course Fully-Sorniot et le Trail des Cabanes attirent les coureurs chaque mois de septembre avec un circuit complet et somptueux, Fully est de plus en plus apprécié des trailers en toute saison.

De nouveaux parcours, choisis par des experts du trail de la région

Afin de répondre à la pratique croissante du trail sur notre territoire, Stéphane Buthey, Emmanuel



Ançay, Nicolas Carron et Frédéric Gay ont imaginé avec Fully Tourisme deux nouveaux tracés originaux: un trail d'hiver traversant la commune à moyenne altitude, et le trail de Randonnaz, aussi magnifique qu'exigeant. Ces parcours promettent de belles expériences sur les sentiers de Fully, et complètent l'offre d'itinéraires plus courus tels que le tour du Grand-Chavalard ou le tour du Portail.

Tracés GPX téléchargeables sur fullytourisme.ch

Les tracés GPX de ces parcours sont téléchargeables sur le site fullytourisme.ch, sur la plateforme

élaborée par la société Guidos. On y trouve aussi le parcours du Trail des Cabanes, celui du Kilomètre Vertical (avec la descente), ou diverses propositions pour les e-bikes et VTT.

Merci aux trailers Stéphane Buthey, Emmanuel Ançay, Nicolas Carron et Frédéric Gay pour leur aide, et bonne course sur les sentiers de Fully!

Carnet rose

La rédaction du Journal de Fully souhaite la bienvenue à la petite

Maili

Notre membre d'honneur et ancienne secrétaire, Dorianne Vérolet est devenue grand-maman!

Beaucoup de bonheur aussi aux parents!

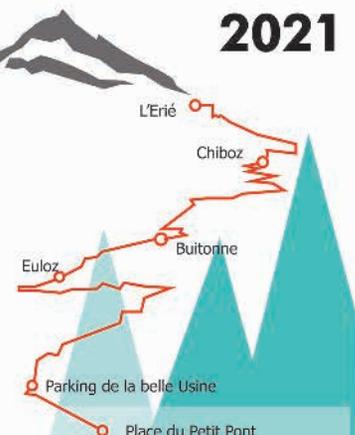


Navette Fully - L'Erié

2021

Juillet 3-4, 10-11, 17-18, 24-25, 31

Août 1, 7-8, 14-15, 21-22



Tarifs (par trajet)

Adulte CHF 10.-
Enfants CHF 5.- (-16 ans)
Famille CHF 20.-

Courses sur demande
Réservation obligatoire

Jusqu'au vendredi pour le week-end
au 027 746 20 80 ot@fully.ch

Départ Place du Petit Pont	08h00-10h00-14h00-16h00
Parking de la belle Usine	08h05-10h05-14h05-16h05
Euloz	08h15-10h15-14h15-16h15
Buitonne	08h20-10h20-14h20-16h20
Chiboz	08h30-10h30-14h30-16h30

Départ Parking de L'Erié	09h00-11h00-15h00-17h00
Chiboz	09h15-11h15-15h15-17h15
Buitonne	09h25-11h25-15h25-17h25
Euloz	09h30-11h30-15h30-17h30
Parking de la belle Usine	09h40-11h40-15h40-17h40

Robin Dorsaz, artisan spirulinier

Entrer dans les serres de Robin, c'est pénétrer dans une bulle de mer en plein cœur des Alpes. Au milieu des vagues et des odeurs iodées, nous rencontrons aujourd'hui l'un des trois seuls Suisses à cultiver de la spiruline, une bactérie en forme de spirale qui ne manque pas de ressort.

Salut Robin, peux-tu te présenter en quelques mots ?

– Bonjour à tous ! Je m'appelle Robin Dorsaz, j'ai grandi et je vis à Fully. Depuis tout petit, j'accompagne mon papa Henri dans ses travaux agricoles, ce qui m'a certainement orienté dans mon choix professionnel. J'ai étudié la biologie et les sciences du sport à l'université. Puis, j'ai fait un 2^e master à la Haute Ecole des sciences agronomiques de Berne.

Tu cultives de la spiruline, mais c'est quoi au juste ?

– Petite leçon de biologie : la spiruline est une cyanobactérie. C'est une bactérie qui a la propriété de faire la photosynthèse comme les plantes. Elle est originaire de lacs d'eau salée d'Inde et du Pérou. En fait, on en a tous déjà mangé car elle seule permet de fabriquer le colorant bleu des bonbons.

Quand et comment as-tu découvert la spiruline ?

– À Berne, j'ai suivi un cours sur les « super-aliments » dont la spiruline fait partie. J'ai tout de suite accroché sur cette bactérie riche et complexe. J'ai ensuite fait une formation en France auprès de la Fédération des Spiruliniers pour acquérir leur savoir-faire. Depuis 2018, je fais mes propres cultures.

Comment t'y prends-tu pour « élever » de la spiruline ?

– C'est à la fois simple et compliqué. Tout d'abord, je filtre l'eau pour en assurer la pureté totale. Ensuite, j'y ajoute du sel et du bicarbonate de soude pour créer un milieu basique propice à la reproduction de ma bactérie. Je dois rester attentif à ce que mes bassins gardent une température d'environ 35°C et que l'eau soit en mouvement. En principe, je peux passer à la récolte un mois et demi après l'ensemencement.

Comment transformes-tu ces bactéries en aliment ?

– D'abord, je tamise ma culture pour séparer la spiruline de l'eau. J'obtiens un « sérac » vert, que je presse dans un pousoir pour obtenir des « spaghetti ». Ensuite, je fais sécher cette extrusion pendant 10 heures, à basse température. Cela permet de garder toute la valeur nutritive, contrairement à la spiruline industrielle qui est séchée à 190°C pendant quelques secondes. Après le séchage, j'homogénéise le tout pour obtenir des paillettes de quelques millimètres.

Qui peut manger de la spiruline ?

– Chacun peut en consommer, à moins de souffrir d'excès de fer dans le sang. La spiruline est l'aliment le plus complet qui soit, après



le lait maternel. Elle contient plus de 20% de son poids en fer et est plus facile à digérer que les plantes. Les grands sportifs et les femmes enceintes en tirent particulièrement profit puisqu'elle aide à la récupération et comble les manques de l'alimentation quotidienne.

Concrètement, comment la préparer ?

– Je recommande de faire des cures de quelques mois. L'idée est d'en manger une cuillère à café par jour : dans un fond d'eau, dans un jus, dans un bircher, en tapenade ou saupoudrée sur une tartine, tout est permis !

En plus de ses qualités nutritionnelles, la spiruline a-t-elle d'autres atouts ?

– Plein ! D'abord, c'est un aliment 100% naturel. Sa culture artisanale est qualifiée d'éco-responsable car même s'il faut beaucoup d'eau pour remplir les bassins, il y a très peu de perte (l'eau est réinjectée après le filtrage). Aucun pesticide n'est nécessaire car le milieu basique est si sélectif qu'il ne permet pas l'intrusion d'autres

organismes. La spiruline est une culture agricole qui s'inscrit dans notre temps !

Ensuite, j'ai obtenu récemment le label « Valais ». Je suis heureux car cette marque atteste que le produit est issu du terroir et qu'il est de haute qualité. Le soleil valaisan est aussi mon allié pour chauffer les serres.

Enfin, pour rester local, j'ai pu compter sur des talents de Fully pour promouvoir mon projet : que ce soit Gladys Ançay pour la création de la marque et du site, ou Jérémie Carron pour les photos de promotion, j'ai pu trouver près de chez moi toutes les compétences nécessaires. J'ai aussi la chance d'être beaucoup soutenu par ma famille, et je suis reconnaissant de l'aide d'Yvan Bender, mon mentor, qui met à disposition ses infrastructures.

Comment peut-on se procurer ton produit ?

– Chacun peut passer commande sur mon site ou passer me voir à la ferme (chemin des Marais-Neufs 31 à Saxon, à côté de la sortie d'autoroute). Je serai ravi de vous faire visiter la production et vous pourrez également profiter d'un point de vente où les fruits et légumes de saisons seront les vedettes. Bienvenue à chacun !

Bravo Robin pour ton goût de l'innovation et ton attachement à notre terroir, qui ne manquera pas de faire parler de Fully loin à la ronde. Belle route à ton projet !

www.spiruline-valais.ch

Propos recueillis
par Edith Dessimoz
Photos : Jérémie Carron



Ici votre publicité sera vue par **4 370 ménages**

Journal de **Fully**

Le **GARAGE**

Le n° 1 des compactes



Way of Life!

Garage de Verdan Sàrl

Bertrand Rouiller
Route du Chavalard 89
1926 FULLY
Tél. 027 746 26 12
Fax 027 746 38 72
garagedeverdan@bluewin.ch

Venez fêter
les **40** ans
de Suzuki!!

La Louye

Carrosserie Sàrl

une carrosserie
3 générations actives

Depuis 1973
à votre service

Route de Martigny 117, Fully
carrosserielalouye@bluewin.ch
www.carrosserielalouye.ch

027 746 24 19



Peinture
Papiers Peints, Rustique

ANCAY

Emmanuel

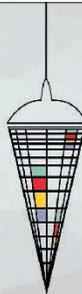
Route du Chavalard
CP 5 - 1926 Fully

Tél. 027 746 25 22
Natel : 079 658 40 46

BUREAU GASPARI Sàrl

Gaspari Sandro

- Mise à l'enquête
- Surveillance de chantier
- Plans exécution et détail
- Soumissions et projets



Rue de l'Eglise 44 • 1926 Fully • 027 746 60 44 • www.bureau-gaspari.ch

**DORSAZ
SOL**

David Dorsaz

Revêtements de sols

✚ Brevet fédéral

Chemin de l'Usine 16,
1926 FULLY
077 410 81 71
dorsazsol@gmail.com

POSE | RÉNOVATION | ENTRETIEN
Parquet massif et stratifié | Linoléum | PVC | Tapis

6 MOIS
OFFERTS*
SUR LA TV

CANAL+
CINE SERIES
INCLUS*
PENDANT 6 MOIS

COMBINEZ
INTERNET + TV

POUR DU PLAISIR EN SÉRIES



CANAL+
CREATION ORIGINALE

HIPPOCRATE 2



© Denis Manin / 31 Juin Films / Canal+ / Diffusion en avril 2021
*Offre soumise à conditions - modalités de l'offre sous netplus.ch/offre-tv

Distribué par
Sinergy

netplus.ch | 0848 830 840

Expo « Graines d'Essentiel » à Fully

En juin, des messages et des dessins ont coloré de la rue de l'Eglise jusqu'au Foyer. Les visiteurs ont pu apprécier cette visite dans l'espace public.

Merci aux enfants du Zip Zap et aux enfants de l'UAPE. Merci également aux seniors du Zip Zap et aux personnes âgées du foyer Sœur Louise Bron.

Pro Senectute Valais avec comme partenaires sur la commune de Fully l'UAPE Pouce ; le Foyer sœur Louise Bron et l'AsoFy. 25 autres Communes ont également participé à la réalisation de ces affiches avec le fort soutien des animateurs



et des animatrices Pro Senectute. Plus d'infos sur www.vs.prosenectute.ch

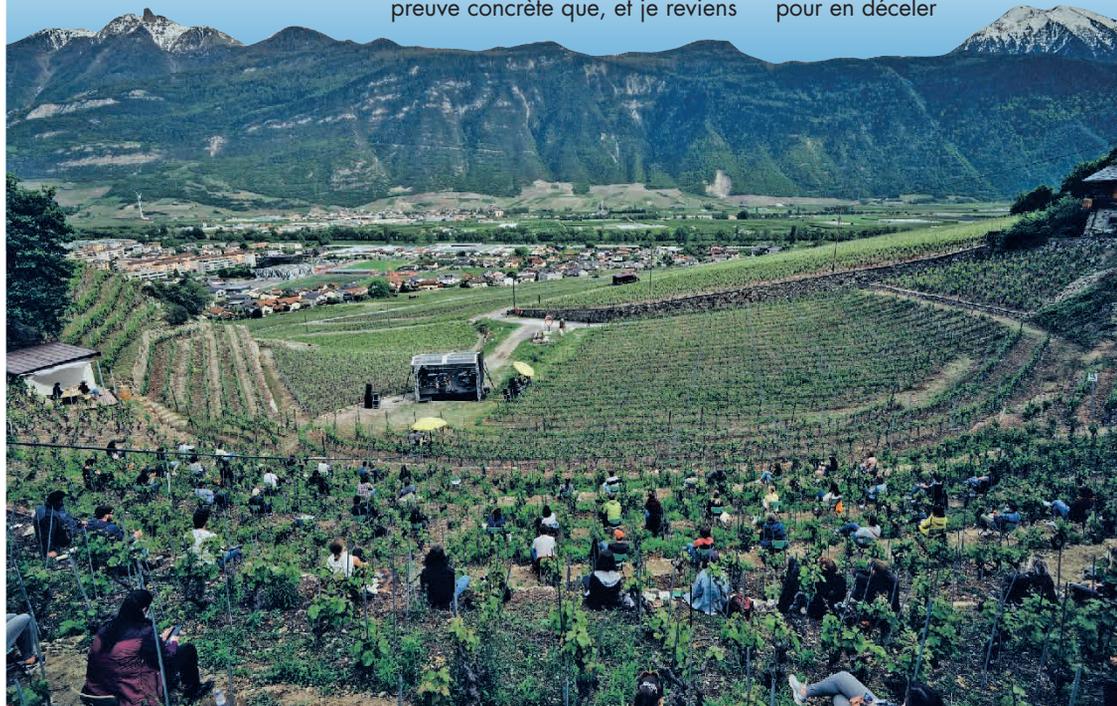
Pomme dans la vigne

Jeu de mot facile et léger mais si riche de signification, à l'image de la jeune chanteuse française venue donner un superbe concert à Fully.

Pomme: le surnom de ses camarades d'école, Claire Pommet, l'a assumé comme nom d'art. L'accueil: une installation essentielle dans la jeune vigne de l'amphithéâtre naturel de la Combe d'Enfer et... c'est parti pour une heure de bonheur!

Une prestance impressionnante! L'emplacement naturel, paisible, sans engagement a été le deuxième protagoniste. Par ses deux bras accueillants à l'acoustique parfaite, l'amphithéâtre, était la structure idéale pour que le public jouisse pleinement de la douceur de la musique de la jeune artiste: une symbiose parfaite entre l'art et la nature. La simplicité du déroulement m'a presque conduit à une conclusion naïve: il faut peu pour embellir le monde! Mais, ce «peu» est le fruit d'une idée géniale à laquelle quelqu'un a cru et qui est allé jusqu'au bout, avec patience, endurance et sens de l'organisation. Ce spectacle est donc un bel hommage à la Commission culturelle et à l'Office du Tourisme. Mais c'est aussi la preuve concrète que, et je reviens

La voix cristalline et paisible de Pomme arrivait au public comme une douce pluie rafraîchissante sur un terrain assoiffé. Auteure-compositrice-interprète et musicienne, déjà affirmée à vingt-cinq ans, Pomme a subjugué le public par son interprétation, sa sensibilité, le sens et la profondeur de ses textes, son ouverture et sa franchise qui mettent à l'aise, sa capacité de raccourcir les distances avec les spectateurs.



à ma thèse pas si naïve: il faut peu pour embellir le monde! La preuve!!!

Une manifestation dont les effets positifs ne sont pas estimables en termes de statistiques et de preuves mais qui a sûrement apporté au village un souffle de fraîcheur et du baume au cœur à beaucoup de gens sensibles au message de la jeune artiste, talentueuse et franche. J'ai vu des pieds se balancer. Le mien aussi est rentré dans la danse. On était conquis! C'est le propre de l'art... il se respire comme l'air et ça fait du bien!

Bercé par la musique douce de ce jeune talent, une vague d'enthousiasme m'a comme envahi et je me suis laissé emporter par des rêveries. J'ai vu dans cette manifestation simple, efficace, aux retombées positives insoupçonnées, un symbole et un exemple... à répéter, à imiter, à appliquer à d'autres manifestations artistiques. Car l'art est multiple et notre village ne manque pas d'atouts pour en déceler

GRILLADE ESTIVALE DES SENIORS

JEUDI 19 AOUT 2021 DÈS 12H AU COUVERT DE LA CHÂTAIGNERAIE À FULLY

Inscription obligatoire jusqu'au 12 août 2021 au 078 827 96 86

Places limitées avec mesures sanitaires

20.- par personne à payer sur place

ASOFY

ASSOCIATION SENIORS FULLY

www.asofy.ch

Le Zip Zap senior ouvre cet été

Lundis

12 et 19 juillet
9, 16, 23 et 30 août
6, 13 et 27 septembre
de 14h30 à 16h30

Informations et Inscription
Au 078 827 96 86

Places limitées
Mesures sanitaires
En cas de mesures sanitaires, les activités sont annulées.

ASOFY

ASSOCIATION SENIORS FULLY

www.asofy.ch

l'immense richesse, la mettre en valeur et surtout à la portée des enfants et de tout le monde. Les récentes expositions «Au fil de l'eau» ont magistralement prouvé comment, par des moyens d'une admirable inventivité, on peut atteindre tout les publics et mettre à disposition de tous des valeurs culturelles et artistiques. Il faut vraiment peu pour embellir le monde!

Le concert est malheureusement fini. Mais pas nos rêves!

Gianfranco Cencio

Rappel

L'exposition « Au fil de l'eau » sur les champignons est prolongée jusqu'au 27 août 2021. Il est possible d'acheter les photos sur le site : mycologuesfully.com ou avec le QR code à votre disposition sur l'affiche de chaque tipi.

Bonne promenade et bonne visite!

Le regard d'Elisa

Photographies des Hauts de Fully

L'art à ciel ouvert: depuis 2001, la cabane du Demècre, sur les Hauts de Fully, à l'initiative de Montagn'art, organise des expositions en lien avec Art et Nature. Une quinzaine d'artistes ont porté leurs œuvres dans leur sac à dos, jusqu'à la cabane située à 2361m d'altitude.

Celle-ci a accueilli graveurs, peintres, architectes, sculpteurs, photographes, musiciens, biologistes, cuisiniers, vigneron, pour y installer leurs travaux, à ciel ouvert. Occasions multiples de regards et de repas partagés. L'été 2021 ouvre une fenêtre sur le travail photographique de la jeune Elisa Buthey, de Fully.

Au cœur de l'arc-en-ciel alpin

D'accès facile, la cabane du Demècre est idéalement placée sur le Tour du Chavalard. Elle offre un point de vue unique sur les Dents du Midi. Elle est aussi l'un des gîtes d'étape du Tour des Muverans, et de la célèbre Via Alpina, traversant toutes les alpes, de Slovénie jusqu'à Menton.

Nature intime

Habitant près des Follatères, elle se plaît à se promener sur les co-teaux, observant faune et flore. Dans ces moments particuliers, assise dans les pentes, elle aime contempler le paysage, les lumières du matin, le soleil levant. Son appareil photographique en bandoulière, elle saisit alors parfois, dans un instant fugace,

discret, inattendu, une lueur d'intimité partagée avec les anémones, avec le rouge-queue noir, avec les gentianes, avec les jubarbes.

Depuis des années elle séjourne à la cabane du Demècre, lors de semaines de gardiennage avec sa famille. Elisa s'y sent un peu comme à la maison: « Ici, je peux rester des heures, assise contre un rocher, sans chercher à faire quelque chose de spécial. Dans ces moments de silence, je suis attentive aux lumières, aux mouvements, au passage du gypaète, comme au vent qui invite les choucas à danser. »

Elisa Buthey nous invite à nous approcher de ce qui nous est familier. Parfois, croyant connaître une fleur du fait de sa présence à proximité, nous ne la regardons plus. Ou nous regardons et ne voyons pas. L'exposition Montagn'art propose deux espaces, intérieur et extérieur. Une sélection de fleurs des alpes est accrochée aux cimaises de la cabane du Demècre: centaurée des Alpes, anémone soufrée, petite tortue et bois gentil, bourdon et crocus... A l'extérieur, dans la prairie et au milieu des rochers jouxtant la



© Photo : Sophie Buthey

cabane, seront présentées des images de traquet motteux, lagopède, mais aussi de bouquetin, de chamois, de marmotte.

Elisa Raconte : « Un jour, non loin de la cabane du Demècre, j'ai distingué dans les herbes un poussin de lagopède. Sans bouger, j'ai finalement observé huit petits autour de leur mère, demeurant immobile, se confondant avec les pierres et le paysage. Cela a été un moment de grâce. »

Sortie à la cabane du Demècre

L'exposition est à découvrir durant tout l'été. La cabane est

gardiennée. Il y a donc possibilité de s'y restaurer, et aussi de dormir sur place, en s'assurant de réserver votre place à l'avance. L'exposition est en grande partie à découvrir à l'extérieur. Le vernissage de l'exposition aura lieu un peu plus tard que l'ouverture, en présence de l'artiste, le samedi 25 juillet dès 12h.

Montagn'art remercie l'ARPI, qui a contribué à la réalisation de l'exposition par son appui technique.

Olivier Tamarcaz
Initiateur de Montagn'art
Cabane du Demècre



INFOS

Montagn'art:

Nature intime

Photographies d'Elisa Buthey

10 juillet - 16 octobre 2021

Cabane du Demècre

Vernissage en présence de l'artiste: samedi 25 juillet dès 12h

Ouvert en permanence

Organisation:

Montagn'art,

Cabane du Demècre

Club Les Trotteurs, Fully

Accès :

<https://demecre.ch/>

[situation-et-acces/](#)
[Lagopèdes, Hauts de Fully](#)

© Photo : Elisa Buthey

Gaëtan Bertuchoz : la vie, passionnément

Nous rencontrons aujourd'hui un jeune qui a le goût de la vie chevillée au corps et à l'âme.

Et qui aime communiquer, partager.

Gaëtan, Peux-tu nous dire qui tu es ?

– Je suis un jeune de 26 ans, j'ai grandi et fait mes écoles à Fully jusqu'à ma majorité. J'ai fait un apprentissage de dessinateur en bâtiment et je travaille comme directeur de travaux chez un architecte. Mais surtout, j'aime la vie, passionnément.

Une de tes passions ?

– Ma passion c'est l'être humain. J'ai une fascination pour ce qui compose notre identité. J'aime découvrir ce qui fait une personne, au-delà des apparences et des jugements de valeur et je cultive cet essentiel qui enrichit toute relation sociale.

On est près de huit milliards d'êtres humains sur terre, et chacun

de nous a sa propre existence et son histoire qui a quelque chose à nous apporter. Comme il n'est pas possible de découvrir le vaste monde en une seule vie, je voyage à travers les autres, en prenant le temps de la rencontre. Pendant longtemps je me suis questionné sur la raison de mon existence. Une partie de ma vie est consacrée à me connaître. L'autre à partager ce qui fait ma joie de vivre, à vivre une certaine complicité, à créer des liens en toute simplicité, tout en poursuivant la quête vers mon épanouissement.

Une autre passion, plus terre-à-terre ?

– La pratique du sport est essentielle à mon bien-être. Pendant l'effort j'honore la vie, car l'ensemble de mon corps et de mon

esprit est mobilisé. J'ai besoin de ce sentiment car, enfant, j'ai côtoyé la mort de près jusqu'à ma transplantation du foie. Donner c'est aimer, merci la vie !

J'aime la course à pieds, une passion transmise par mon père et vécue avec les Trotteurs. Mais avant tout, j'adore le cyclisme sur route. C'est un sport que j'ai découvert lorsque j'ai fait la promotion du don d'organes en sillonnant la Suisse à vélo, accompagné de ma famille et de diverses associations, dont Tackers. Dernièrement j'ai entrepris une expédition en vélo de voyage à travers la Suisse. Cela m'a permis de poursuivre mon épanouissement personnel en découvrant une nouvelle façon de voyager qui favorise de belles rencontres. Hormis l'effort accompli, l'essentiel est ailleurs. Comme le dit Claude Marthaler : « Voyager lentement c'est rencontrer rapidement ».

Une autre passion ?

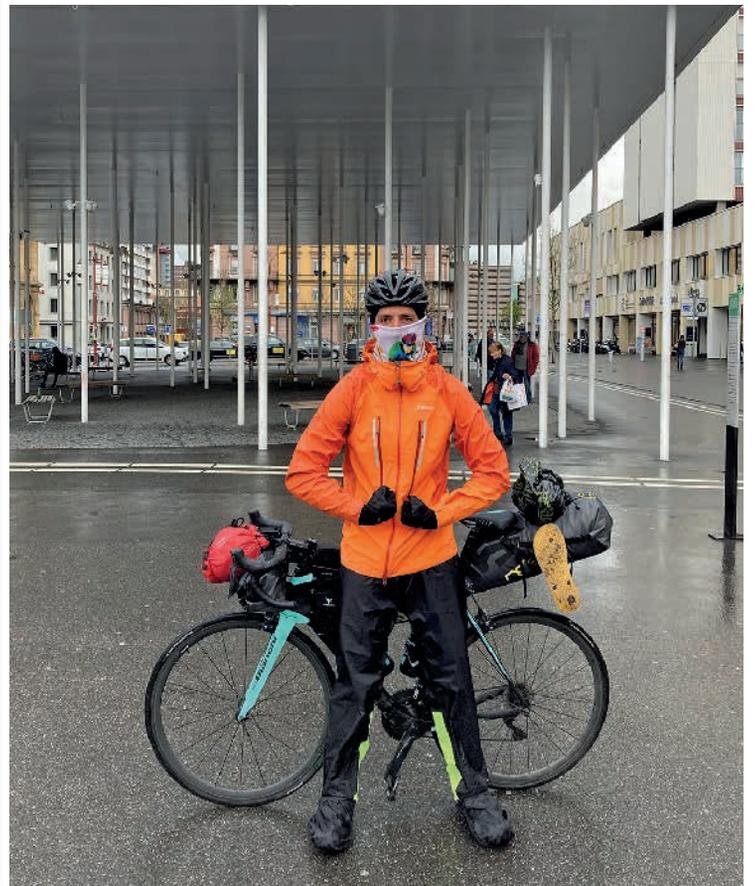
– Oui et c'est, bien sûr, l'architecture et le patrimoine en général. Elle permet de comprendre d'où l'on vient, nous renseigne sur nos origines afin d'apprécier et de

valoriser ce qui nous entoure. En espérant que les générations suivantes se réapproprièrent cet héritage, ainsi se poursuivra le cycle.

Le Journal de Fully, dans son dernier numéro, a relaté la création de l'association Patrimoine de Fully. Qu'est-ce qui t'a poussé à lancer cette aventure ?

– Après avoir été pendant deux ans secrétaire de l'association Patrimoines de Martigny et connaissant les richesses patrimoniales de ma commune, j'ai trouvé dommage qu'il n'y ait plus de groupe constitué pour leur sauvegarde et leur mise en valeur. Convaincu de l'intérêt qu'elles suscitent dans la population, il m'a paru évident de relancer cette aventure. Par exemple, les témoignages émus et la mobilisation d'une partie de la population à l'annonce de la démolition des caves Carron, témoin du riche passé viti-vinicole de la commune, avec notamment ses remarquables fresques extérieures, montre l'intérêt des habitants pour leur histoire.

*Propos recueillis par
Camille Carron*





La Centaurée et Chez Mamie ▲

Le P'tit Antillais ▼



Sandrine ▼



Du baume au cœur pou

Au vu des circonstances sanitaires, la Jeunesse de Mazembois de la St-Gothard. A la veille de la fête des Mamans, Com' a obtenu l'aval communal afin de mettre sur pied un

Progressivement au cours des journées précédentes, les terrasses des restaurants se sont aménagées en aires d'accueil, se déployant ici et là selon la disponibilité des exploitants. En invitant chaque exposant à venir présenter une idée cadeau de leur propre confection, le pari a été gagné. Les exposants ont joué le jeu, le ciel aidant avec une température ascendante, ils ont installé leurs stands dans la rue de l'Eglise.

Cette fin de journée consacrée aux Mamans a mis un peu de baume au cœur de la population, qui s'est déplacée en nombre afin

de vivre un moment convivial aux sons de trois musiciens, fidèles à l'animation des marchés hebdomadaires: Théodore, champion du monde d'accordéon, Mary au keyboard et Billy, guitariste et chanteur. L'ambiance était à la fête, une fête attendue depuis longtemps et retrouvée au cœur du village, sans embrassade ni poignée de mains mais avec des regards qui en disaient long sur ces retrouvailles tant espérées. Les take-aways avaient mijoté de savoureux petits plats que les badauds pouvaient emporter et déguster sur les terrasses des établissements publics.



Ambiance devant la commune ▲

Billy et sa guitare ▼

Andrea et Véronyc ▼



ur la fête des Mamans!

roz n'a pas souhaité organiser cette année la fête villageoise Art Fully, association des commerçants et artisans de Fully, la première édition du marché de la fête des Mères.

Véronyc, Andrea, Isabelle et Silvain, tous quatre vignerons, s'étaient regroupés afin de présenter leurs coffrets-cadeaux et d'annoncer les portes ouvertes. Les artisans locaux et traditionnels du marché avaient amené leurs plus belles réalisations.

La JAF, Jeunesse active de Fully, par l'entremise de son président Théo, a tenu le rôle de «secur'angels» en sensibilisant la population aux distances et mesures sanitaires à préserver. Ils ont également apporté aux organisateurs un soutien logistique fort apprécié. Grâce à eux, chaque maman, en

quittant le marché, a pu recevoir un pot d'œillets à planter, offert par une généreuse donatrice.

Les organisateurs Com'Art avaient également invité la fleuriste «T'as où les fleurs» et le Centre horticole Granges à venir fleurir le marché. De merveilleux arrangements présentés par Martine apportaient une touche colorée à la place de la Maison de Commune.

Que de plaisirs retrouvés, des marchés comme celui-là, nous en avons besoin et en redemandons!

Dominique Delasoie



Serge l'artisan ▲

Lavanchy Bijoux ▼



▼ Martine



Maya l'abeille ▼



Le Badminton Club Fully vous fait de la raquette!

Pour ceux qui l'ignorent encore, le badminton ne se joue pas pieds nus sur la plage, mais dans une salle, avec une raquette, un volant de plumes d'oie et un filet!

Souplesse, vitesse, intelligence, cardio, agilité, le badminton est un sport physique qui sollicite aussi bien le corps que l'esprit. Et pas besoin de faire des années de cours avant de s'amuser, on peut très vite transpirer et avoir beaucoup de plaisir!

Des groupes pour tous les âges, niveaux et objectifs!

Créé en juin 2009, le club s'est depuis lors bien étoffé et compte actuellement dans ses rangs une septantaine de membres âgés de 11 à 71 ans. A côté de groupes d'initiation pour les enfants qui peuvent commencer dès 10 ans, des adultes jouent pour le plaisir dans les groupes dits « populaires ».

Les juniors au top!

Le club compte aussi plusieurs équipes engagées dans les championnats Interclubs valaisans avec notamment deux équipes de Juniors B (moins de 15 ans)

et Juniors A (moins de 18 ans) créées en collaboration avec le club de Martigny. Malgré un championnat amputé de la totalité du second tour, nos équipes de jeunes ont toutes deux réussi la prouesse de se hisser au sommet de leur classement et d'accéder à la finale cantonale! Une fierté pour la pétillante présidente fondatrice Dominique Rémondeulaz qui voit dans ces excellents résultats le couronnement du travail patient des juniors, toujours enthousiastes et assidus aux entraînements, de leurs entraîneurs, des coaches et des parents qui suivent ardemment les résultats de leurs « champions »!

Les adultes privés de compétition

Deux équipes d'adultes complètent le tableau: une en 4^e ligue qui bénéficie de deux entraînements par semaine, sous la houlette du très qualifié Ami Gabioud et une en 5^e ligue. Malheureuse-



Lors des tournois internes de fin d'année, c'est toujours un bonheur de jouer en double avec papa!

ment pour elles, sitôt entamés, les championnats ont rapidement été interrompus en raison de la pandémie et n'ont jamais repris.

Joueurs recherchés!!!!

Dans ces conditions très spéciales sans match, sans accès à la salle pour pouvoir s'entraîner, les démissions se sont faites plus importantes que lors d'une année normale. Le club recherche donc activement de nouveaux membres, hommes, dames, filles, garçons de tous âges, débutants ou joueurs confirmés, pour venir

compléter ses équipes ou groupe populaire. Tu trouveras toutes les infos sur notre site internet www.bcfully.ch. Intéressé? Prends contact avec nous et viens essayer jusqu'à trois fois sans engagement. Tu verras, tu vas adorer!!!

Le badminton vu par nos membres :

« Depuis 4 ans que je fais du bad, j'ai fait beaucoup de progrès grâce aux entraînements avec Ami et j'ai beaucoup de plaisir à jouer. Et aussi, on est une bonne équipe de copains! » (Luca V., 13 ans, joueur en junior B).

« Je fais partie du BC Fully, parce que j'aime ce sport qui me permet de me défouler. Au cours des années j'ai progressé grâce à toute l'équipe, des entraîneurs, des coaches mais aussi grâce à mes coéquipiers. Ce sport m'a inculqué de belles valeurs utiles dans la vie de tous les jours. » (Julie A. 16 ans joueuse en junior A).

« Tactique, Technique, endurant, le badminton est un sport riche en plaisir, agréable à pratiquer et accessible à tous, jeunes comme moins jeunes. J'apprécie particulièrement le côté tant individuel que collectif qui rend ce sport passionnant. On peut également compter sur l'ambiance chaleureuse qui règne au sein de chaque équipe où les instants de convivialité et de partage sont nombreux. J'encourage pleinement les intéressés à rejoindre les rangs du BC Fully! » (Antoine T, 24 ans, joueur de 4^e ligue).

Les plus...expérimentés, lors du tournoi humoristique de Riddes en 2017





Filles et foot

Le FC Fully met en place une initiative « indestructible » pour les filles de 5 à 8 ans en collaboration avec l'ASF et l'UEFA.

Les filles ont encore aujourd'hui tendance à commencer le football un peu plus tard que leurs homologues masculins. Pour y remédier, le FC Fully a le grand plaisir d'annoncer sa participation au programme UEFA Playmakers. Nous avons en effet la chance de faire partie des 25 clubs suisses retenus pour faire partie de ce projet mis en place par l'association suisse de football (ASF) en collaboration avec l'UEFA (Union of European Football Associations) et Disney.

Ciblant les filles de 5 à 8 ans qui ne jouent pas encore au football, ce programme permet aux filles de découvrir le monde magique de Disney en faisant leurs premiers pas dans le monde du football. Le programme de football UEFA Playmakers n'a rien de traditionnel : en effet, chacune des dix premières séances d'entraînement est basée sur les dessins animés La Reine des Neiges II et Les Indestructibles 2. Équipés de ballons, de cônes et de casques, des entraîneurs et entraîneuses formés encourageront les participantes à se glisser dans la peau de personnages populaires tels qu'Élastigirl, Elsa ou Anna et à donner vie aux scènes de ces films grâce au mouvement, à l'esprit d'équipe et à leur imagination.

Créer un environnement propice à l'épanouissement des filles

Les premières séances d'entraînement de l'UEFA Playmakers sont axées sur le renforcement de la confiance des filles en elles-mêmes et en leurs mouvements, tout en les encourageant à réfléchir de manière créative et à communiquer librement avec leurs amies. Lors des séances suivantes, les filles découvrent les gestes de base du football et continuent à faire du sport en s'amusant.

Un encadrement 100% féminin et spécifique

Le comité du FC Fully est également très heureux de voir 7 filles du club et du groupement féminin

FC Fully - FC Saxon motivées pour l'encadrement de ce programme. Toutes ces filles suivent actuellement un programme de formation spécifique visant à leur apporter toutes les compétences et connaissances adéquates à l'animation de ces entraînements.

Dans la continuité de nos objectifs

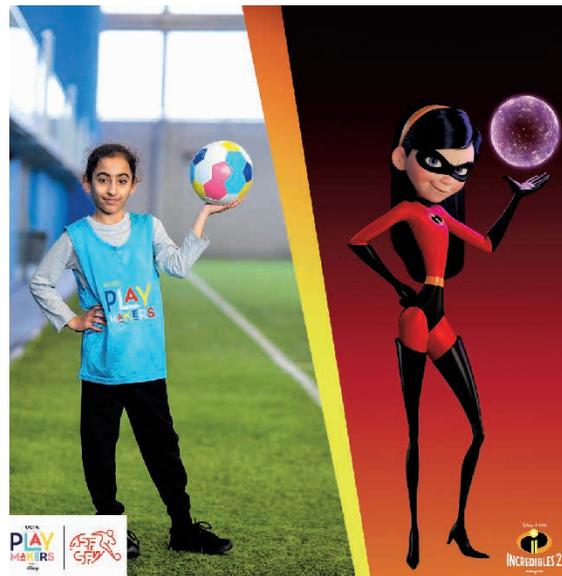
Cet engagement pris par le FC Fully sur la durée avec l'ASF, est en ligne avec nos engagements pour que le football reste accessible à tous et soit un facteur d'intégration. Le football féminin s'est particulièrement bien développé dans notre club ces dernières années. Avec aujourd'hui une solide représentation dans chaque catégorie junior et chez les actives, la part de la représentation féminine (14.4%) est plus du double de la moyenne nationale et cantonale. Nous voulons par ce programme UEFA Playmakers renforcer le recrutement chez les plus jeunes qui fait défaut aujourd'hui dans la plage 5 à 8 ans, assurer le développement du football féminin sur la durée, ainsi que renforcer notre position au niveau cantonal.

Inscription possible dès maintenant

Nous nous réjouissons en attendant de démarrer ce programme



Elastigirl



Violet

UEFA Playmakers, une belle aventure qui démarrera au stade de Charnot dès le 21 août 2021. Vous pouvez obtenir plus d'information sur l'UEFA Playmakers en consultant le site internet www.football.ch/playmakers ou tout simplement en nous contactant directement aux coordonnées

ci-dessous :
Pour le FC Fully
Lorraine Vouillamoz
Responsable UEFA Playmakers
079 415 27 68



Un voyage passionnant et ressourçant

qui prend fin pour me permettre de Pouvoir Naviguer Librement vers de nouveaux horizons

Le temps est venu pour moi de tirer ma révérence, de clore ce chapitre ouvert entre vous et moi. Cet espace privilégié où chaque mois durant 2 saisons, nous nous retrouvons pour un partage humain et bienveillant.

Au fil des articles, mes thèmes, mes mots, mes intentions ont été déposés avec un souhait de construction et de bien-être. Transmettre mes outils, semer des petites graines, éclairer les esprits, partager des expériences vécues ont été pour moi un réel cadeau. Chaque être humain est riche d'un potentiel insoupçonné, de ressources inexplorées, d'un pouvoir de changement et de création sans limite.

Je voulais vous inviter à visiter mon univers, celui où tout le monde est conscient de sa valeur et trouve la place qui est la sienne, peu importe son parcours de vie. Je voulais vous dire que la manière d'y accéder est complète-

ment réalisable pour tous. Je voulais vous dire que vous êtes cette personne géniale qui ne demande qu'à éclore. Je voulais vous dire que chacun possède en lui la bonne stratégie pour développer ses capacités et améliorer ses performances scolaires, sportives, professionnelles ou personnelles.

Un cerveau qui pense et un cerveau qui ressent, l'intelligence intellectuelle et l'intelligence émotionnelle, rien n'est figé: tout s'étend, s'adapte, s'ajuste et se rééquilibre à l'infini, selon les besoins de chacun. Le cerveau est un organe puissant, trop souvent sous-exploité, un organe en perpétuelle évolution, doté de réelles capacités de régénération et de

réorganisation tout au long de la vie. Régulièrement comparé à un muscle, le cerveau se compose de milliards de neurones qui dorment et qui ne demandent qu'à être connectés.

Vous l'aurez compris, mon activité me passionne, le fonctionnement de l'humain dans son entier me fascine. Posséder les connaissances et les méthodes pour rendre mes outils accessibles à tous, est ma plus belle mission. Humaine et contagieuse, voilà deux critères qui me définissent parfaitement et qui m'animent au quotidien. Au fil des mois, à travers mes articles, j'espère vous avoir contaminé du virus PNL et transmis l'envie de vivre une vie de la plus grande qualité possible.

Merci à vous, chers lecteurs, d'avoir navigué à mes côtés. Merci au mythique équipage du journal qui a permis la mise à l'eau de mon projet. Je vous laisse donc



ici, dans la douce chaleur de l'été qui s'installe, pour mieux retrouver la fraîcheur de mon cabinet et poursuivre ma passion. Un enfant à sécuriser, un ado à remotiver ou un adulte à bonifier, voici de belles missions qui m'attendent et me réjouissent.

Belle navigation à vous et que votre destination soit douce, porteuse d'amour et d'espérance.

Viviane Droz-Remondeulaz

Retrouvez tous mes articles sur www.cabinet-lessentiel.ch

Un village et des livres

Dominique Dorsaz

Mais des choses pareilles! Joël Cerutti

Le premier thriller-raclette! 100 millions - 4 malfrats - 1 escroc - 1 lutin - 0% de cadavre et aucun tueur en série.

Le plus grand casse du XX^e siècle en Valais.

Pas sûr que le sous-titre «Thriller-raclette» soit très accrocheur. Personnellement il m'aurait plutôt fait fuir. Mais la signature de Joël Cerutti a retenu mon attention et j'ai eu raison de m'y attarder.

Tout d'abord, c'est le style qui m'a frappée: incisif, percutant, drôle. Très vite, j'ai savouré certaines images, certaines formules

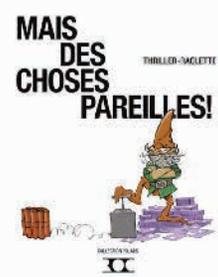
et autres métaphores osées. Joël Cerutti a du style! Je le savais pour avoir lu ses articles dans son blog «Valais surprenant» ou pour avoir apprécié ses mots dans la presse. Sa carrière de journaliste lui a permis d'affûter sa plume. Mais ce «thriller-raclette» est bien plus qu'un exercice de style. C'est un polar foutrement bien construit.

J'ai tout de suite été tenue en haleine par l'originalité de l'intrigue. Ces 4 malfrats sont attachants par leur naïveté et ils nous embarquent dans une aventure rocambolesque. Un petit regret, cependant: j'aurais aimé en savoir plus sur chacun d'eux, leur personnalité aurait pu être plus détaillée, de même que celle des personnages féminins et, surtout,

de la sulfureuse rouquine. Mais, même sans cela, ce polar fonctionne à fond. C'est divertissant et reposant, un «thriller-raclette». Pas de cadavre coupés en morceaux, pas d'enfant séquestré. Nous ne sommes pas dans un polar nordique! La démonstration est faite et réussie: on peut créer un bon suspens sans sombrer dans l'horreur sanglante. Le dénouement est jubilatoire. Enfin, justice serait rendue dans notre canton?

Arsène Lupin, Robin des bois, les Pieds Nickelés ont certainement inspiré Joël Cerutti pour créer ces 4 gangsters à la petite semaine.

JOËL CERUTTI



L'auteur et ses personnages sont des rêveurs, des gentils et c'est bien! Ils pourfendent les spéculateurs, les bétonneurs, les escrocs et servent la justice à leur façon.

Notre beau canton en ressort lavé de toutes corruptions, magouilles et autres ingrédients habituels des républiques bananières. Merci Cerutti!

Mais des choses pareilles!

Joël Cerutti
Editions du Roc
Dans toutes les bonnes librairies ou chez la librairesolitaire.ch



libraire
solit

Trois fois quarante ans de fidélité à la Cécilia

Cette année est marquée d'une pierre blanche pour trois membres de la Cécilia qui ont fêté leur 40 années de service d'Eglise dans les rangs de notre société de chant.

Le jour de la Fête-Dieu, Chantal Monod, Emmanuelle Bruchez et Tony Bender ont reçu des mains de Monsieur le curé Robert Zuber la médaille du mérite ecclé-

siale, distinction qui a remplacé dans notre diocèse la médaille connue autrefois sous le nom de Bene Merenti. Comme les conditions actuelles n'ont pas permis de

fêter cet évènement en communauté, nous tenons à partager notre joie et à féliciter nos chanteuses et chanteurs méritants dans les colonnes du *Journal de Fully*.

Selon Saint Augustin, « Bien chanter, c'est prier deux fois ». C'est pour cela que nous nous réjouissons

de pouvoir vous retrouver très vite et de partager à nouveau la joie d'être tous ensemble en communauté.

La Cécilia

La médaille diocésaine de l'Evêché de Sion

Cette distinction présente à son verso les armoiries du diocèse et, à son recto, le monogramme du Christ. L'original de ce monogramme représenté sur cette médaille se trouve gravé dans une pierre remise au gouverneur romain de Sion en l'an 377. Il est le plus ancien signe chrétien en Valais et peut-être même au nord des Alpes. Cette pierre se trouve aujourd'hui dans le hall d'entrée de l'Hôtel de Ville de Sion. Une version pin's a également été créée afin d'être aisément portée sur un costume.



PUB

DANS NOS CUISINES IL NE MANQUE QUE VOUS

ROCCA BOIS

CH-1906 CHARRAT
www.roccabois.ch

☑ CUISINES ☑ MENUISERIE ☑ FENÊTRES ☑ PORTES 027 746 20 20

imprimerie du bourg sarl martigny

Olivier MOREL

Rue des Fontaines 6 - 1920 Martigny
Tél. 027 722 19 31 - www.ibourg.ch

depuis 1974

graphisme service | maîtrise proximité

imprimé en valais

CLÔTURE RÉDACTIONNELLE

Retour des textes à redaction@journaldefully.ch pour l'édition paraissant fin septembre: **10 SEPTEMBRE** (votre article ne doit pas dépasser 3000 signes, espaces compris, si plus, merci de nous contacter).

Toutes les informations sur notre site www.journaldefully.ch

Les écrits reçus après cette échéance ne pourront être pris en compte.

Merci de votre compréhension.

Journal de Fully - Case postale 46 - 1926 Fully

Président : Alain Léger	Rédacteurs : Gianfranco Cencio Alexandra Sieber	Webmaster : Giuseppe Capuano	Impression : Imprimerie du Bourg
Vice-président : Dominique Delasoie	Rédacteur en chef : Yaovi Dansou	Edité par : Association «Journal de Fully» fondée le 1 ^{er} janvier 2000	Site : www.journaldefully.ch
Caissière : Kathy Grange	Cyrille Fleutry	Tirage 4370 ex.	Distribution : La Poste de Fully Imprimé sur couché mat FSC

A l'est du Grand-Couloir, Randonne, ce village devenu alpage



Des bords du Rhône, le regard contemple la pyramide du Grand-Chavalard, culminant à près de 3 000 mètres et, plus bas, sur sa droite, il suit le trait blanc qui figure les écuries de Randonne, à 1 300 mètres.

Parmi les nouveaux habitants de Fully – plus nombreux désormais que les vieux bourgeois – qui sait que Randonne, avant d'être un alpage réputé, fut l'un des villages de Fully, peuplé depuis le Moyen-Age? Que son destin, tragique, s'est joué dans l'entre-deux-guerres, opposant la tenace volonté de sa pauvre population à l'intérêt du grand nombre de gagner de nouveaux espaces pour nourrir le bétail, source de richesse?

Car pour la majorité, la sécurité matérielle passait par la conquête de l'herbe en montagne et par la bonification de la plaine fluviale, le partage et l'assèchement des portions bourgeoises. Deux ouvrages ont traité avec finesse de la question de Randonne. Il convient de les lire avec attention. Dans cette chronique, je veux croiser leurs approches.

Le premier est un mémoire de

licence défendu à l'Université de Genève, en 1994, par un historien, Christophe Bolli. L'analyse est rigoureuse, le cas de Randonne situé dans un monde alpin en mutation.

Le second est un roman écrit en 1983 par Maurice Zermatten: «A l'est du Grand-Couloir». L'auteur y rassemble ses souvenirs d'enfance, quand il vécut en ce lieu au début des années 1920 avec son père, Antoine, instituteur originaire de Saint-Martin, jugé libéral, donc anticlérical et comme relégué à Randonne par les notables de sa vallée.

Dans ces deux œuvres domine la rude nature qui épuise les corps et endure les esprits. Tout diffère du Fully de 2021, à la réputation d'abondance et de douceur. Emergent alors le progrès, si décrié mais si nécessaire, cette détermination d'accroître le rendement des terres et de l'élevage,

cet acharnement à vaincre une pauvreté endémique. Ainsi le Fullierain va transformer la plaine, replanter la vigne sur le coteau, après le malheur du phylloxéra, rogner sur les «botzats» et les forêts. Dans un élan collectif, il va dessiner le paysage, à grands traits grossiers.

Randonne sera sacrifié à l'évolution générale. Au XIX^e siècle déjà, le village avait perdu de sa vigueur, sa population avait décliné, tournant autour de la cinquantaine d'habitants: 40 en 1798, 56 en 1870, 54 en 1930. Même s'il occupait une large étendue de prés, de champs et de bois. Dans le même temps, le troupeau local atteignait des chiffres élevés, au point qu'il fallait «alper» ailleurs, notamment en Entremont: 854 vaches en 1866, 1 081 en 1906, 1 144 en 1930.

La démographie est donc défavorable. Et l'économie plaide pour le changement, quand l'agriculture se modernise, accédant au marché national par le train. La politique cantonale d'un Maurice Troillet mise sur une paysannerie solide, dans l'idée aussi de conserver une société pas trop influencée par les valeurs du monde industriel et ouvrier.

Face à ces forces conjuguées, que pouvait faire Randonne? Pas sûr d'ailleurs qu'il n'offrit toujours une résistance ferme! L'historien Bolli indique à la fin de son récit le montant de la vente volontaire: 60 000 francs votés par la Bourgeoisie et 10 000 francs par la Municipalité. Le romancier Zermatten ne voit dans tout cela que manœuvres et ruses, une communauté humaine échangée contre un plat de lentilles.

Quelle version privilégier? Je serais poète en la circonstance, optant pour Maurice Zermatten, dont je reproduis ici ce passage, à titre de réflexion avant de monter là-haut, cet été:

«Je vais te dire, régent: Zampé (le nom de Randonne dans le roman), ce n'est pas seulement des maisons, des granges, des greniers, des prés, des jardins et des champs. Pas seulement l'herbe et le seigle. Pas seulement les bêtes que nous élevons et qui nous permettent de vivre. Tout cela, je le sais, nous pourrions le trouver ailleurs. Ce que nous ne pourrions pas trouver ailleurs, c'est l'air de Zampé, la paix de Zampé, le ciel de Zampé, et sous la terre, les racines de notre vie. Tu es régent, tu peux comprendre. Ici, nous regardons les montagnes, chaque soir, et nous savons le temps qu'il fera demain. Chaque pas que nous faisons, nous savons où il nous conduit parce que les anciens passaient déjà où nous mettons les pieds. Nous savons quand nous devons semer, piocher, arroser, faucher, couper le seigle et battre le grain. Quand nous devons couper un arbre, descendre à Beudon, monter à notre petit alpage que l'on voudrait nous voler. Nous avons le chanvre pour nos draps de lit, des moutons pour le drap de nos habits, une forêt où nous savons ce que nous devons prendre et ce qu'il faut laisser. Bois, régent! C'est du vin de la vigne que j'ai à Beudon, que je travaille de mes mains... Ici, nous faisons ce qui nous plaît. Personne n'a rien à nous commander. Nous décidons nous-même de ce que nous avons à faire...»

Philippe Bender, historien

A droite, le bâtiment d'Emile Roduit et, au-dessus de l'écurie, l'école de Randonnaz. Photo FMA



Le Musée de Fully : savoir-faire alpin et hydroélectricité

La fresque des Caves Carron à Fully (suite)

Dressé sur de hautes échelles ou debout sur de sommaires échafaudages, Pierre Favat peint. Depuis le début des années trente, il travaille à la décoration des grandes caves valaisannes.

Pour les caves Carron à Fully, il propose d'abord au mandant une esquisse à l'aquarelle d'une qualité remarquable, avant de dessiner au fusain l'ébauche grandeur nature, reportée sur la partie du mur dont l'enduit recevra la fresque proprement dite.

Ce mois-ci le Musée de Fully vous propose le tableau de Vers-L'Eglise.

L'artiste affectionne les décors aux thèmes répétitifs et déploie une longue frise entre les poutres de l'avant-toit. De l'esquisse à la fresque, l'église a retrouvé sa façade. Une gestuelle et des postures bien réelles donnent vie aux personnages. Le précis de l'attelage, des chars en attente et des bossettes vides verticales traduit toute l'activité des vendanges. Ici

trois ouvriers s'affairent à vider une bossette, plus loin un porteur nous regarde, sa brante posée sur un mur en pierres sèches. Deux vendangeuses attentives à leurs gestes semblent indifférentes à l'ouvrier, broyant leurs raisins dans sa brante. Débordant sur la frise, un soleil rayonnant enflamme la Combe d'Enfer.

Pour faire place à un nouvel immeuble, l'avis de démolition des Caves Carron a été publié fin avril. A la sortie de presse de ce journal, cette fresque sera peut-être encore

visible sur son bâtiment. Vous pouvez aussi l'admirer sur de belles photos exposées au musée.

Camille Ançay

Le Musée de Fully remercie tous ses donateurs! Grâce à eux nous préservons votre patrimoine!

Visitez le Musée de Fully sur demande à l'Office du tourisme de Fully au 027 746 20 80

ot@fully.ch
fondationmartialançay.ch
G

Photo Martine Gillard



Photos FMA





FULLY TOURISME
RUE DE L'ÉGLISE 34, 1926 FULLY
077 716 10 80 - 01@FULLY.CH
WWW.FULLYTOURISME.CH

L'AGENDA DE FULLY TOURISME

JUILLET-AOÛT-SEPTEMBRE 2021

FESTI'ROSÉ

Dégustation de rosé et concerts le long de la Rue de l'Église.

2 JUILLET 2021

Plus d'informations sur:
fullytourisme.ch / Évènements



FÊTE NATIONALE

Feux, défilé de lampions et animations nocturnes sur la Place du Petit Pont, organisé par les OJ de Fully.

31 JUILLET 2021

Plus d'informations sur:
fullytourisme.ch / Évènements



FULLY TOURISME VOUS SOUHAITE UN TRÈS BEL ÉTÉ REMPLI DE MERVEILLEUSES DÉCOUVERTES !

MARIAGE (DÎNER SPECTACLE)

Marilyne 42 ans, Pierre-Isaïe 53 ans ont décidé de se dire oui pour la vie. ADVQ propose un véritable dîner-spectacle de fête, où le temps d'une soirée le théâtre se transforme en restaurant pour nourrir nos âmes et nos corps.

28 AOÛT 2021 | 20H00

GRANDE SALLE

Programme et billetterie sur:
fullytourisme.ch / Évènements



ZAIM EL HER (DANSE)

La Compagnie Bertha réunit dans un songe plusieurs rêveurs, danseurs comédiens et plasticiens, pour parler de la maladie de l'oubli.

5-6-7 AOÛT 2021 | 20H00

8 AOÛT 2021 | 17H00

GRANDE SALLE

Programme et billetterie sur:
fullytourisme.ch / Évènements



MYCOLOGUES DE FULLY

Nos sorties sont ouvertes à tous, le rdv est fixé au parking du CO de Fully. Après chaque sortie, une table de détermination est présentée et commentée par notre expert Jacky.

4-5 SEPTEMBRE 2021 | 08H00

26 SEPTEMBRE 2021 | 08H00

Plus d'informations sur:
fullytourisme.ch / Évènements
www.mycologuesfully.com



FULLY CAVES OUVERTES

Vignerons et vigneronnes de Fully sont heureux de vous présenter leurs vins!

20-21 AOÛT 2021

Plus d'informations sur:
www.fullygrandcru.ch
caves-ouvertes-valais.ch



BILAN D'UNE ÉPOPÉE (FILM)

L'association Via Mulieris encourage les recherches menées par les femmes, soutient les recherches faites sur les femmes. Elle nous fait découvrir ici le film réalisé par Cilette Cretton pour les 50 ans du suffrage féminin.

11 SEPTEMBRE 2021 | 20H00

GRANDE SALLE

Programme et billetterie sur:
fullytourisme.ch / Évènements



Humour



Une femme discute avec une amie: «J'ai un mari en or.» L'autre lui répond: «Moi, le mien, il est en taule.»

C'est un patient qui vient faire le vaccin du Covid. Il demande à l'infirmière:

– Je voudrais le second vaccin en premier svp, il est plus efficace.

– Mais c'est le même!

– Si pour vous c'est le même, gardez-moi le premier pour la seconde fois!

La maman d'Émilie n'est pas contente:

– Regarde, le lait a débordé, je t'avais pourtant demandé de regarder ta montre.

– Mais je l'ai fait, il était exactement

8h10 quand le lait a débordé!

C'est Toto à l'école. La maîtresse lui demande:

– Toto, conjugue-moi au futur la phrase «Le voleur a été arrêté hier.»

– Ben... il est en prison m'dame!

A la piscine, un nageur se fait enjouer parce qu'il a fait pipi

dans l'eau.

– Mais enfin, proteste-t-il, vous exagérez, je ne suis pas le seul à faire ça!

– Si, monsieur, du haut du plongeur, vous êtes le seul!

Quels sont les fruits que nous trouvons dans toutes les maisons?

Les coings et les mûres.

Les blagues à Dédé

VOUS VENDEZ VOTRE BIEN ?



● **APPELEZ-NOUS AU**
079 746 04 45 ou **079 277 91 18**
 Delphine et Vincent Roccaro

L'ARTISAN PEINTRE
Spécialiste en rénovation

Appelez-moi
 au **079 191 41 40**

Peintureplus Sàrl

www.fitplus-fully.ch **VOTRE SANTÉ EST MA PRIORITÉ !**

OFFRE SPÉCIALE ÉTÉ
 (+ d'infos au 027 746 46 77)

Votre fitness de proximité à Fully, ouvert 24h/24h, 7/7, 365/365
 Sarah et Eric Vouillamoz vous y attendent, bel été à tous !

Pressing - Repassage
«Vite et bien»

Tous les mardis : **RABAIS DE 10%**
 sur les vêtements traités
 dans notre atelier

PASCALE BEYTRISON
 Rue Maison de Commune 5
 1926 FULLY
Tél. 027 746 17 64

Au Fil d'Argent

Rideaux
 Stores à lames
 Stores extérieurs
 Duvets
 Linges éponge
 Fil à tricoter
 Mercerie
 Nouveautés
 Idées cadeau

LA CIGALE

CAVE LA CIGALE
 CHRISTOPHE & SYLVAIN DORSAZ SA
 Vignerons-Éleveurs

LE CORNER
 RESTAURANT & PIZZERIA

Service TRAITEUR

Le Corner exauce tous vos souhaits!

Pour votre prochain repas de famille, entre amis ou entre collègues :
 apéritifs dînatoires, buffets froids et chauds, menus traiteur

Ouvert tout l'été du mercredi au dimanche
 Rue de la Poste 24 | 1926 Fully | 027 746 46 36 - www.lecorner.ch

Thermomix®

Le nouveau modèle Thermomix TM6® est sorti !

Prenez contact pour une démonstration Thermomix® avec Céline Cheseaux à Fully
 079 401 36 59

COM ART FULLY

Com'Art Fully
 Société des commerçants et des artisans
comartfully.ch

de Tony Bender

Le reflet du Creux



Samusons-nous

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

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 mai 2021

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

Jocelyne Formaz de Fully,
a gagné 3 Toblerones «J'aime Fully», d'une valeur de Fr. 30.- à retirer à l'Office du Tourisme.



FULLY TOURISME
fully.ch

Prix de soutien - abonnement

Fr. 40.- par année

Abonnement hors commune

Fr. 50.- par année

Parrainage de Bronze Planuit

Fr. 150.-

Parrainage d'Argent Chiboz

Fr. 200.-

Parrainage d'Or Sorniot

Fr. 250.-

Parrainage de Platine Grand-Chavalard

Fr. 300.- et plus

A partir de Fr. 150.-

vous êtes parrain ou marraine officiel.

Par BV: Compte Postal

Journal de Fully 19-6501-3

Iban :

CH29 0900 0000 1900 6501 3



Merci de nous avertir de votre

versement par mail à redaction@journaldefully.ch

Ils nous soutiennent, soutenez-les!

Platine Grand-Chavalard

Fr. 300.- et plus

PME Valais Thomas Nicollier

Beaux Sites Bar

Cidre-du-valais.ch

Paroisse de Fully

Commune de Fully

Emmanuel Carron-Thétaz,

conseiller communal

Michel Vérolet, Mazembroz

Jok'Import SA, Vernayaz

Jean-Paul Persiali

Or Sorniot

Fr. 250.-

Nathan Bender, Fully

Isabelle Ançay, Gîte du Bonheur

Céline Cheseaux, B&B Mazembroz

Café des Alpes

Café de l'Union

La Diligence

Le Cercle

Argent Chiboz

Fr. 200.-

Amicale des Pêcheurs de Fully

Ski-Club Chavalard

Les Gardiens de la Cabane

du Fénestral

Roger Luisier

Bronze Planuit

Fr. 150.-

Julien Monod, député PLR

André-Marcel Bruchez

Emmanuel Bender, Fully

Association belle Usine

Football Club Fully

Fiduciaire Dorsaz SA

Bibliothèque de Fully

Société de tir Union

Famille Edmond Cotture

Carron Christian, Carrosserie

Pharmacie de Charnot

Club « Les Trotteurs »

Pharmacie von Roten

Groupe patoisant « Li Brejyoœu »

Léonard Carron,

Maçonnerie et chapes

Jeanne-Andrée Volken-Pitteloud

Fondation Martial Ançay

Staub & Fils SA

Gérard Brochellaz

Tea-Room Les Arcades

Café des Amis,

Martha De Vico Micco

Carron Excursions SA

Jean-Marc Roduit-Moll

Magasin du Monde, Fully

Patachou Fully Sàrl

Badminton Club Fully

Boutique Mod'lyse, Fully

Section des Samaritains, Fully

Volley Ball Club Fully

Pierre-Elie Carron

Valérie Ançay, kinésologue

Baptiste Dorsaz, Fully

Tennis Club Fully

Fol'terres Agritourisme

Bruchez & Fils,

Ferblanterie et couverture

Maison du yoga,

Aude Veillon, Fully

Etude Nicolas Voide, Martigny

André-Marcel Malbois,

Député suppléant

Gaëtan Fournier, Fournier & Cie,

Commerce de bois

Amédée Cotture, Fully

Pierre-Alain Schönhardt

Edouard Fellay

Shotokan Karaté Club, Martigny

Carron Jonas, Fully

Société de Chant « La Cécilia »

Thomas Seydoux, Fully

Gaby Cotture, Fully

Géraldine Granges-Guenot, Fully

Confrérie de la Châtaigne

Jeanne Maret, Fully

Amis-Gym Fully

Ludothèque « Les Galopins »

Carna Fully

Fanfare « L'Avenir » de Fully

Le Parti Libéral Radical de Fully

Willy Bruchez, Fully

Fanfare « La Liberté » 1888 Fully

Thibou d'Chou café

Café-Restaurant du Chavalard,

Fully

La Boutique à vin,

Restaurant-CEnothèque, Fully

Silver Gym, Fitness-Coaching,

Fully

Garage RR Motors, Fully

La Friperie, Fully

Chez Mamie Bio-Vrac, Fully

Droguerie-Herboristerie

La Centaurée, Fully

La Toque d'Or, Take Away, Fully

Djamila Arlettaz AD Interior

Alexandra, Grégory,

Charline et Noélie

FIT+ Fully

Stéphanie Sport Santé

Une publicité dans le Journal de Fully ?

Consultez la rubrique «Publicité» sur notre site www.journaldefully.ch

ou contactez le 079 268 06 88 ou publicite@journaldefully.ch

Publireportages: Amandine May publireportage@journaldefully.ch