

ÉDITO

**Bonjour cher
Père Noël**

J'aimerais par ce présent édito te rassurer : le communiqué de presse que tu as envoyé aux médias est bien arrivé au Journal de Fully.

Nous n'avons pas eu assez de place dans l'édition de novembre pour le publier car, depuis le début de cette pandémie, les annonces publicitaires qui garantissent la survie du journal deviennent rares. Le comité rédactionnel se trouve dans l'obligation de réduire le nombre de pages, de reporter certains articles, de demander aux auteurs des textes qui nous parviennent d'être le plus succincts possible. Je me permets de faire le résumé de ton communiqué : si j'ai bien compris, *vis la pandémie et ces nouveaux variants, tu ne pourras pas faire le voyage pour la distribution des cadeaux cette année à cause des contraintes sanitaires. Par contre les cadeaux seront distribués par drones durant tout le mois de décembre jusqu'au 6 janvier. Cela fait des siècles que tu fais le voyage et, cette année, tu aimerais te reposer et construire un nouveau traîneau qui associe nouvelles technologies et traditions. La population de Fully prend la hauteur de la situation et laissera libre accès aux drones dans les immeubles, les maisons et les chalets. Malgré la pandémie, la magie de Noël continuera à s'opérer dans nos pensées, nos cœurs et nos maisons, dans l'espoir de te revoir dans ton nouveau traîneau les années à venir, sans aucune contrainte sanitaire. Seulement pour le Journal de Fully, le comité t'a envoyé un bulletin de versement, pour la survie du journal en 2022. Merci Père Noël de continuer à nous faire rêver. Joyeux Noël à tous et toutes et Bonne Année 2022 !* Yaovi Dansou

La dernière édition du Journal de Fully Reconnaissance et un appel à votre soutien

**En résumé, si vous ne lisez pas cet article entièrement :
« Le Fulliérain est humble - Fuite des cerveaux VD, GE et Orserains - Buvez du vin d'ici - Participez à la cotisation de votre journal en page 3 - Je le vois sur votre visage, vous êtes un peu plus heureux qu'avant ! - Joyeux Noël et Bonne Année 2022. » Alain Léger**

« Ne laissez jamais une personne venir à vous sans qu'elle ne reparte plus heureuse. » Le Journal de Fully fait sienne cette phrase de Mère Teresa. Puissiez-vous à chaque numéro y trouver du bonheur, ou une histoire que vous avez apprise sur notre belle commune. J'aime à imaginer le Vaudois, l'Orserain ou le Genevois venant de s'installer chez nous, découvrir Fully à travers ces pages. Un peu de patois, un peu d'art, des personnalités, des initiatives, les Hauts de Fully, bref le JdF transpire le Fulliérain... Ils doivent se dire : « Qu'ils sont humbles ces Fulliérains, malgré leurs nombreuses qualités c'est l'humilité qui prime. » La rédaction en profite pour souhaiter la bienvenue aux nouveaux habitants. Epanouissez-vous, profitez du soleil, merci pour votre apport culturel et intellectuel car venir chez nous, c'est un peu la fuite des cerveaux pour vos lieux d'origine

et, surtout, buvez du vin d'ici... Vous tenez dans vos mains la dernière édition de l'année 2021. Le Comité rédactionnel repart pour 2022 avec une motivation sans pareille. Quel défi pour des bénévoles de fournir dans les temps ce mensuel sur la vie de notre commune !

La vérité, c'est qu'on la pile grave financièrement avec cette crise qui, par ricochet, touche l'espace publicitaire, entre autres. Afin de l'avoir en vos mains des années encore, des solutions s'offrent à vous : un BV détachable en page 3, parrainer le JdF, verser une cotisation ou faire paraître une publicité dans nos éditons en page 16. Imaginez : un budget de Fr. 90 000.- par an pour la mise en page, l'impression et la livraison. Il faut de l'eau pour faire tourner le moulin ! Que de reconnaissance à vous qui l'avez déjà fait. **Sincèrement merci**

car plus que jamais, votre geste nous touche. Nous avons à cœur de mettre en valeur nos sociétés, nos sportifs et les initiatives émanant d'une commune extraordinaire. Je pense que la lecture de nos éditions mérite que vous preniez un temps spécial pour elles et pour vous. Installez-vous tranquillement avec un thé ou un verre de vin et, page après page, laissez-vous porter par les différents articles. Je puis vous assurer que vous recevrez de la joie et du bonheur en plus dans vos journées. Merci d'avoir lu cet article en entier. Je le vois sur votre visage, vous êtes un peu plus heureux qu'avant ! **J'en profite pour remercier toutes les personnes qui participent activement à faire vivre le JdF.** Vraiment, vous êtes extraordinaires. La rédaction vous souhaite un Joyeux Noël et Bonne Année 2022.

Alain Léger,
Président du Journal de Fully.



Au fil des années...

Christian Théoduloz



Très bonne année
2022

pharmacie
VON ROTEN

Économisez

avec votre pharmacie!

Profitez de nos offres mensuelles.

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



BOX À LOUER FULLY

Chemin de l'Autoroute 33
A la semaine, au mois ou à l'année

Dimensions 3.0 m x 2.4 m dès Fr. 130.-/mois
6.0 m x 2.4 m dès Fr. 180.-/mois
Place de parc Fr. 60.-/mois

Accès facile 24/24 h - 7/7 j

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

Renseignement et réservation

info@dorsaz.ch
www.dorsaz.ch
027 746 35 00

Bonne année
2022 !

**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



ROCCA BOIS CH-1506 CHAMBAT
www.roccabois.ch
☑ CUISINES ☑ MENUISERIE ☑ FENÊTRES ☑ PORTES 027 746 20 20

Garage Challenger SA

027 746 13 39 www.garagechallenger.ch

MEILLEURS VŒUX 2022

Spécialiste

Machines électriques

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

Robot-tondeuse
Tondeuses
Vélos
Tronçonneuse
Élagueuse
Souffleuse
Débroussailluse



Cours de sauveteur pour le permis de conduire

- Effectuez vos cours de sauveteur auprès d'une section de Samaritains.
- Présentez votre attestation de cours à une des agences de la Banque Raiffeisen Martigny et Région (Bémeyaz, Martigny, Hully, Leytron, Saillon, Riddes et Saxion).
- Nous verserons le montant de CHF 60.- sur votre compte. Si vous n'avez pas de compte chez nous, la police en ordonne un pour profiter de l'offre.

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

Action valable jusqu'au 31.12.2021
auprès de la Banque Raiffeisen Martigny et Région

**Bonne année
2022 !**

samaritains
volontaire romand

RAIFFEISEN

**imprimerie du bourg sarl
martigny**

Olivier MOREL



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

graphisme maîtrise
service propreté

imprimé en
valais

Peinture
Papiers Peints Rustique
ANCAY
Emmanuel

Excellente fin d'année,
meilleurs vœux 2022

Rte du Chavalard
CP 5 - 1926 Fully
Tél. 027 746 25 22
Natel : 079 658 40 46

Membres Com'Art

Chez Victorine

L'œnothèque « Chez Victorine » vous accueille tous les jours de l'année dans une ambiance locale et décontractée. Depuis bientôt 8 ans, vous pouvez profiter d'un grand choix de vins locaux, jus de fruits et bières artisanales accompagnés de plats apéritifs valaisans. L'équipe de choc composée de Corinne, Emmanuelle, Alexandra, Annick, Fernando et, bien sûr, Victorine, vous sert de 10h à 20h30 du lundi

au samedi et de 10h à 18h30 tous
les dimanches.

« Chez Victorine » remercie sa clientèle pour sa fidélité depuis 2014, leur souhaite de belles fêtes de fin d'année et se réjouit de vous retrouver avec le sourire en 2022 !

Chez Victorine
Route de Saxon 1, Fully
027 565 45 25
www.victorine.ch  



Histoire de Goût

Silvia et Antonio Teixeira tiennent le restaurant « Histoire de Goût » depuis janvier 2019. Vous pouvez y déguster, entre autres, une cuisine méditerranéenne, les fruits de mer, les gambas et quelques spécialités de saison, le tout autour d'un bon verre de vin local.

Silvia et Antonio vous accueillent également pour vos soupers professionnels, anniversaires ou

banquets dans une ambiance chic et décontractée.

Le restaurant « Histoire de Goût » remercie sa clientèle de Fully et environs pour sa fidélité, lui souhaite de belles fêtes de fin d'année ainsi que ses meilleurs vœux pour l'année 2022

Au plaisir de prendre soin de ceux
qui s'asseyent à notre table!

Histoire de Goût
Rue de l'Eglise 104
Fully
027 346 44 44
histroiregout@hotmail.com
www.histroiregout.ch
 

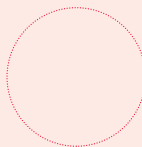


Votre Journal de Fully, un défi relevé grâce à Vous !

Afin que VIVE la version papier du Journal de Fully, n'hésitez pas à nous soutenir ! (Voir aussi page 16).

Avec reconnaissance, au nom du Comité du JdF, Alain Léger

A DÉTACHER

Empfangsschein / Récépissé / Ricevuta Einzahlung für / Versement pour / Versamento per Zahlungszweck / Motif versement / Motivo versamento	+ Einzahlung Giro + Einzahlung für / Versement pour / Versamento per	+ Versement Virement + ☐ Abonnement Fully : Fr. 40.– ☐ Abonnement extérieur : Fr. 50.– ☐ Membre sympathisant (dès 60.–, abonnement compris) ☐ Dons : Fr. _____ ☐ Parrainage (dès 150.–)	+ Versamento Girata + 
JOURNAL DE FULLY 1926 FULLY CH29 0900 0000 1900 6501 3	JOURNAL DE FULLY 1926 FULLY CH29 0900 0000 1900 6501 3	Einbezahlt von / Versé par / Versato da 	
Konto / Compte / Conto 19-6501-3 CHF . Einbezahlt von / Versé par / Versato da 	Konto / Compte / Conto 19-6501-3 CHF . 105		
Die Annahmestelle L'office de dépôt L'ufficio d'accettazione	190065013> 190065013>		

L'AsoFy propose

L'équipe de l'AsoFy continue ses activités auprès de la jeunesse et des aînés en sortant son programme d'activités de janvier à avril 2022.

Les membres vont le recevoir dans leur boîte à lettres d'ici le 30 décembre. Dans ce programme, on retrouve les Open Sports, les repas-rencontres, Pass'boire le café, une conférence et bien d'autres activités encore. Toutes ces actions sont sous le signe du partage, de l'écoute et de la convivialité.

Ces rencontres permettent de se retrouver, d'échanger sur différents

thèmes et de partager du bon temps ensemble, tout en suivant les mesures sanitaires. De plus, les animatrices et les animateurs socioculturels sont aussi disponibles pour coacher des projets collectifs des jeunes et apporter une écoute attentive auprès des seniors. Si vous souhaitez soutenir les actions socioculturelles de l'association, recevoir les programmes et profiter des rabais sur certaines activités, contactez-nous :



par e-mail asofy@fully.ch ou par téléphone au 027 747 11 81 dès le 3 janvier 2022.

Nous profitons de remercier tous

les membres qui nous soutiennent depuis des années.

Toute l'équipe vous souhaite de belles fêtes de fin d'année.

Les Dahus sont de sortie

Les plaisirs de la randonnée

Avez-vous déjà vu passer les Dahus? Quels Dahus? Ben oui, le groupe de marche de la région de Fully-Saillon et environs. Ils sont une chouette équipe.

Chaque deux semaines, ils parcourent quelques kilomètres dans la joie et la bonne humeur. L'hiver, ils chaussent leurs raquettes pour profiter des paysages enneigés. L'été, ils enfilent leurs chaussures de marche pour faire de la randonnée. L'itinéraire et les lieux de sortie sont choisis en fonction de la météo.

Même ce satané Covid n'a pas entamé leur joie de vivre. Ils se sont habitués et ont composé avec les règles de sécurité. L'essentiel, pour eux, reste de partager un moment convivial. Pratiquer une activité physique leur permet également de rester en forme et de garder le sourire.

Aujourd'hui, le groupe se cherche quelques meneurs de Dahus. Les moniteurs de marche bénéficient d'une formation offerte par Pro Senectute Valais-Wallis – fondation



à laquelle le groupe est rattaché. Si vous souhaitez devenir moniteur ou avoir plus d'informations, vous

pouvez contacter la responsable des Dahus: Muriel Troillet, 079 244 58 45.

« Vis Medicatrix Naturae »

Le pouvoir de soigner par la nature

Voici que l'hiver pointe à nos portes et amène avec lui un lot de gorges qui grattent, nez qui coulent, dents qui claquent et autres petits tracasseries saisonniers.

Nos grand-mères le savaient bien : rien de mieux qu'un bon grog pour faire tomber la fièvre, un cataplasme de lin et de moutarde – ou de choux pour les plus courageux – pour soulager la toux et des gargarismes de tisane de sauge contre les maux de gorge. Aujourd'hui, de nombreux remèdes de grand-mère ont été éprouvés par la science : médecines académique et alternatives sont aujourd'hui compatibles, voire même complémentaires.

En fondant la droguerie-herboristerie de La Centaurée en automne 2020, j'avais pour objectifs de remettre le savoir des anciens au goût du jour et de permettre à chacun et chacune de trouver les remèdes adaptés à leurs besoins.

En rejoignant l'équipe du *Journal de Fully* à l'aube de l'an 2022, je souhaite aller encore plus loin et partager avec vous, chers lecteurs et lectrices, quelques recettes et anecdotes à propos des plantes médicinales et des thérapies naturelles, qui sont mes outils de travail au quotidien.

Pendant des décennies, le pouvoir de soigner était entre les mains d'éminents médecins. À l'ère d'internet, il devient parfois compliqué de séparer le bon grain de l'ivraie. Bien que mes conseils ne puissent se substituer à un diagnostic médical, j'ai à cœur de vous donner les clés nécessaires pour que vous puissiez gagner en autonomie et découvrir le fabuleux pouvoir de vous soigner par la nature.

Voici donc une recette contre les maux de gorge :



Recette contre les maux de gorge

- 1 cuillère à café de thym vulgaire
- 1 cuillère à café de sauge officinale
- 1 cuillère à café de miel

- 2-3 fruits de cynorrhodon

Faire infuser le tout à couvert dans 3 dl d'eau bouillante pendant 5 à 10 minutes. Boire une à trois tasses par jour.

Envoyez-moi vos remarques et vos questions à

droguerie.centauree@netplus.ch

Suivez les actualités de La Centaurée sur Instagram et Facebook. Venez me rendre visite rue de l'Eglise 22 à Fully.

Il ne me reste plus qu'à vous souhaiter de très belles fêtes et la santé pour l'année à venir.

Morgane Baur

Droguiste ES et propriétaire de la droguerie de La Centaurée



Mérites communaux

Les mérites sportifs, culturels et sociaux ont été remis le 25 novembre 2021 à la salle polyvalente de Fully.

Un public nombreux et chaleureux s'est déplacé pour entourer les 8 lauréats de l'année 2020-2021. L'Administration communale a distribué 2 mérites sportifs, 4 mérites culturels et 2 mérites sociaux.

Le *Journal de Fully* y reviendra prochainement en images pour vous relayer les grands instants de cette mémorable soirée. Pour patienter, nous vous livrons une photo de groupe qui reflète le bon esprit du moment.

D'ici là, l'Administration communale, les Commissions culturelle, sportive et sociale vous

souhaitent un Joyeux Noël et d'ores et déjà une belle et heureuse année 2022.

Pour le Conseil communal,
Anouk Dorsaz-Vielle
Photo Nathan Salomon



Les commerçants et artisans vous souhaitent Joyeux Noël et Bonne Année

Angelina Roduit

Infirmière indépendante
Rue de la Poste 4
1926 Fully
079 524 22 70
angelina-roduit.ch

La Boutique à vin

Restaurant-Cénothèque
Rue de la Poste 23
1926 Fully
027 746 20 74

UBS Switzerland AG

027 747 69 21

Est'Hair Coiffure

Route du Chavalard 5
1926 Fully
027 746 17 57

Laboratoire Dentaire

Ph. Roduit
Rue du Stade 3
1926 Fully
027 746 48 86

Agence Clivaz SA

Rue de l'Eglise 30
1926 Fully
027 746 16 38

Carrosserie Teixeira

Chemin de l'Autoroute 9
1926 Fully
027 746 44 25

Geo2rives SA

Géomètre officiel
Génie civil
1908 Riddes
027 306 38 88

Ferblanterie Couverture

Bruchez & Fils SA

Chemin de Plaisance 10
1926 Fully
079 788 41 57

Café-Restaurant Le Cercle

Route de Saillon 2
1926 Fully
027 746 12 97
cerclefully@gmail.com

Fully Vaudoise Assurances

Dominique Bruchez
079 824 45 46
Emmanuel Malbois
079 613 40 72

Banque Cantonale du Valais

Rue Maison de Commune 21
1926 Fully
0848 765 765

Fuchs Ménager SA

Route de l'Indivis 2e
1906 Charrat
027 746 19 70

Aux Pieds Charmants

Soins de pieds
Rébecca Granges
Rue de la Fontaine 13
1926 Fully
078 741 85 36

GoBiz Sàrl Informatique

Cristina Catti
Rue de l'Eglise 6
1926 Fully
027 55 888 55

Terence Carron, pluriel et singulier

Une poignée de main, quelques pas et nous nous installons au doux soleil d'automne. Dès ma première question, TERENCE semble vouloir s'échapper, me désarçonne, m'incite à voir plus large...

Je pensais rencontrer un comédien fraîchement issu de l'école théâtrale lausannoise « Les Teintureries », c'est un artiste aux multiples facettes que je découvre. TERENCE a trente ans et il aime l'art, les arts... Je connaissais son goût pour le théâtre et la peinture, il y ajoute en souriant la musique, la danse et l'écriture.

« Pour mon plus grand bonheur, quelques-uns de mes textes poétiques ont été publiés dans une revue littéraire en ligne "L'épître". Dans un registre différent, l'écriture théâtrale m'intéresse aussi beaucoup, qu'elle soit destinée à d'autres metteurs en scène ou à mes propres projets. »

Quelle a été ta trajectoire avant d'entrer à l'école de théâtre ?

– J'ai eu un parcours plutôt morcelé ! Citons pêle-mêle une maturité artistique, différentes expériences professionnelles, des voyages en Asie et de brèves installations à Paris et Berlin. J'ai eu parfois l'impression de vouloir fuir mais, aujourd'hui, je suis conscient que ce chemin difficilement lisible pour certains était nécessaire et qu'il m'a permis de mieux me connaître.

Peux-tu nous parler de ta dernière prestation lors du festival « Fais comme chez toi » qui s'est déroulé tout récemment à Sion ?

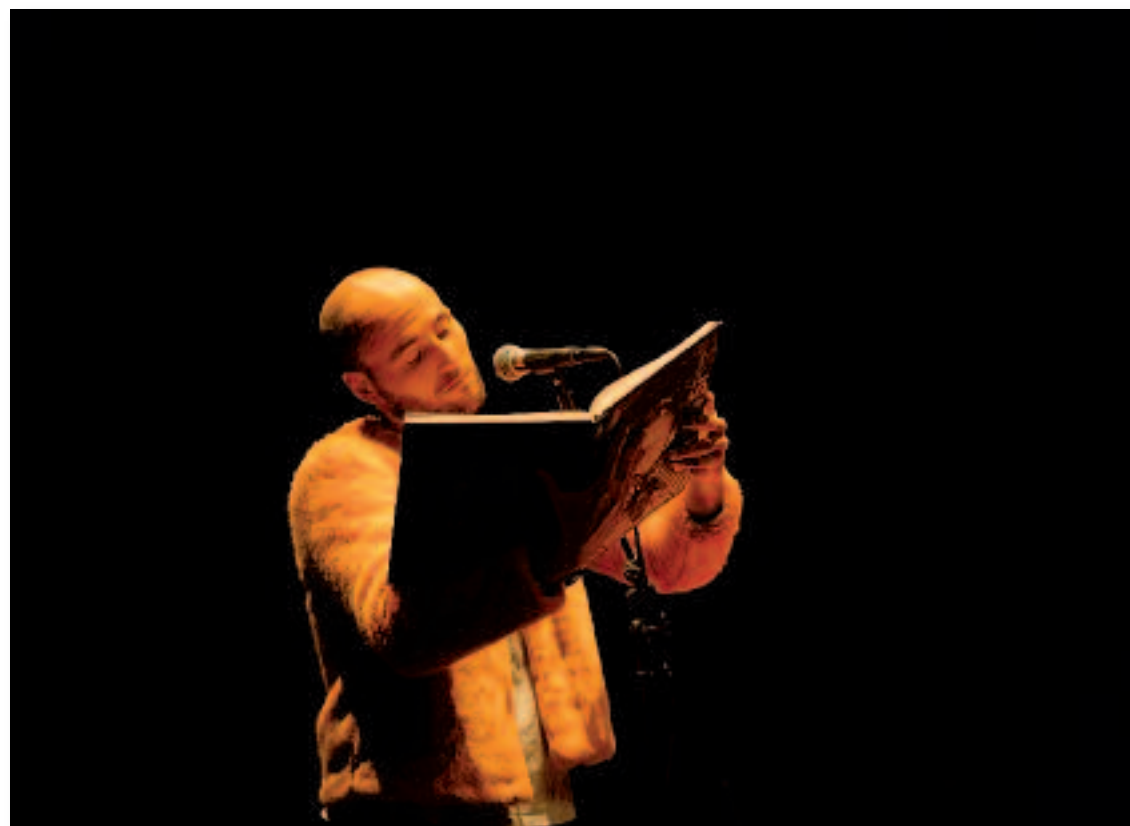
– J'ai présenté au Petit Théâtre un « seul en scène » d'environ quarante minutes. Ce spectacle aborde le thème de l'identité, explore nos multiples facettes. Il questionne aussi notre besoin d'errances diverses. Dans un futur proche, j'aimerais bien développer encore ce sujet en lui donnant une forme dynamique qui permette d'impliquer le spectateur, de le plonger au cœur de ses propres sensations.

Tenter de se faire une place dans un monde culturel surpeuplé, n'est-ce pas parfois un peu angoissant ?

– J'ai été éduqué à rechercher la sécurité. Notre entourage souhaite cela, la société telle qu'elle est conçue nous pousse à endosser un emploi stable, un rôle facilement identifiable. Alors oui, dans ce contexte, vouloir construire une vie d'artiste génère forcément des incertitudes. Cela demande de la patience, du travail, un brin de chance et peut-être même une certaine forme d'inconscience. J'aimerais surtout éviter d'être un artiste qui attend... Alors, comme je l'expliquais à ma grand-mère : « Je fais des combines ! » Plus concrètement, j'essaie de rester ouvert, d'inventer, d'apprendre en m'impliquant dans des projets qui m'intéressent. Une petite phrase soutient ma démarche, elle m'accompagne à la manière d'un refrain : « Les bonnes choses veulent avoir du temps. »

Pour découvrir le travail de TERENCE Carron : lepitre.ch/decouvrir/667 et aussi <https://radiobascule.ch/postcast/15>

Serge Rey



Les commerçants et artisans

Joyeux et Bons

Menuiserie
Charpente SA
Nabibois
Route du Simplon 1B
1906 Charrat
027 722 17 36

Gypserie
Peinture
Gypsa SA
Rue des Finettes 65
1920 Martigny
027 746 10 11

Garden-centre
**Emmanuel
Bender SA**
Avenue
des Grandes-Maresches 110
1920 Martigny
027 722 67 82

Boulangerie
Michellod
1926 Fully
Rue de l'Eglise 31
027 746 11 16
Chemin de Provence 4
027 746 41 55

Revêtements
de sols
**Michel
Taramarcas**
Sàrl
Route de Martigny 57
1926 Fully
027 746 21 71

Carrelages
**Jean-Marc
Richard**
Route de Saillon 148
1926 Fully
079 412 28 06

**Vérolet
Marcel**
SA Martigny
Rue du Simplon 57
1920 Martigny
027 722 12 22
verauto.ch

Bureau
technique
**Sandro
Gaspari**
Rue de l'Eglise 44
1926 Fully
079 287 08 62

Photographe
Yapa photo
Gross Willa Stéphania
Route de la Forêt 20
1926 Fully
027 746 45 04
078 776 43 15

Podologue
**Myriam
Rossat**
Rue de la Poste 15
1926 Fully
079 598 70 80

INERA
Groupement
en énergies
www.inera.ch
ALTIS
SEIC-TELEDIS
MONTHEY
SI FULLY

Coiffure du
Chavalard
Mélanie
Carron-Sanchez
Immeuble l'Eglise 6
1926 Fully
027 746 46 00

Fiduciaire
Dorsaz SA
Rue du Chavalard 1
1926 Fully
027 746 22 59

Mercerie
**Au Fil
d'Argent**
Pressing & Repassage
Vite et Bien
Rue Maison de Commune 5
1926 Fully
027 746 17 64

Pascal
& Katharina
**Neury
Auto-école**
Voiture & camion
1926 Fully
079 448 42 46

Pharmacie
de Charnot
Rue Maison de Commune
1926 Fully
027 746 36 36

Rénovation
et entretien de peinture
**Joël Arlettaz
Sàrl**
Chemin de Plaisance 3
1926 Fully
079 414 99 78

Entreprise
de maçonnerie
**Jean-Pierre
Mettaz**
Chemin du Milieu 2
1926 Fully
027 746 14 39

**Nicollier
Group SA**
Chemin du Rhône 133
1926 Fully
027 588 00 65

S isans vous souhaitent eux Noël ne Année

**RV
Service SA**
L'immobilier
en confiance
Delphine Roccaro
079 746 04 45

**Garage
de Charnot**
Pierre-Alain Fellay
Route du Stade 80-82
1926 Fully
Tél. 027 746 26 78

Menuiserie
**Raymond
Dorsaz
& Fils SA**
Chemin du Levant 16
1926 Fully
027 746 29 79

Pizzeria
Trattoria - Bar
Chez Pepone
Enzo Pizzi
Rue Maison
de Commune 7
1926 Fully
027 746 65 65

Boucherie - Traiteur
**Aux 3 Petits
Cochons**
Vouilloz
Fully - Martigny
079 652 73 49

Boucherie
**Chez Fabrice
Vouillamoz**
Saillon
fermé les 25 et 26 /12
10 %
le 24 décembre
027 744 29 79

Carrelage &
revêtement de sol
Sol'eil Valais
Chemin de Longet 48
1926 Fully
079 850 00 90

**Staub Fils
SA**
Ferblanterie Couverture
Route de Chancotin 50
1926 Fully
079 448 44 33

Café
Restaurant
**Relais
de la Sarvaz**
Route de Fully
1913 Saillon
027 744 13 89

**Marclay
Music**
Rue du Léman 6
1920 Martigny
marclay-music.ch
027 722 77 37

Acimmob
Immobilier
Fiduciaire Constantin
Rue de la Poste 37
1926 Fully
027 746 10 10

**T'as où
les fleurs**
Rue de l'Eglise 1
1926 Fully
027 746 46 82

Etavis
Rue de l'Ancienne-Pointe 24
1920 Martigny
027 721 74 75
Route de la Gare 24
1926 Fully
027 746 20 70

Staub SA
Sanitaire et chauffage
Rue du Stade 32
1926 Fully
079 435 00 86

Garage
Biffiger
Centre de vente
Honda - Subaru
Route du Léman 42
1907 Saxon
garagebiffiger.ch
027 744 21 30

Fiduciaire
**CM Copt
& Moulin**
Rue de Gottefrey 12
1907 Saxon
027 744 29 34

Les propriétaires-encaveurs vous souhaitent
une excellente Nouvelle Année
et un Joyeux Noël

**Domaine
La Liaudisaz**

Marie-Thérèse Chappaz
Chemin de La Liaudise 39
1926 Fully
027 746 35 37
chappaz.ch

**Cave de
La Tulipe SA**

Jérémy Gay
Route du Chavalard 93
1926 Fully
079 211 17 62

**Forum
des Vignes**

Cave de Mazembroz
Famille Carron
Chemin des Mûres 40 1926 Fully
forumdesvignes.ch
079 669 05 19

**Cave
des Amis**

Chemin des Mûres 46
1926 Fully
Pierre 078 709 98 93
Manu 079 794 72 71
cavedesamis.ch

**Cave
Benoît
Dorsaz**

Viticulteur
Chemin du Midi 37 - 1926 Fully
benoit-dorsaz.ch
027 746 11 25

**Cave
La
Rodeline**

Yvon et Claudine
Desfayes Roduit
Chemin des Sablons 11
1926 Fully
079 268 02 45

**Cave
André
Roduit & fils**

Chemin des Claives 20
1926 Fully
027 746 12 59
roduitvin.ch

**Cave
Taramarcas**

Ch. de Provence 36
1926 Fully
Etienne 079 411 63 32
Raoul 079 248 03 66
cavetaramarcas.ch

**Cave
Le Grillon**

Jean-Michel Dorsaz
Route du Chavalard 77
1926 Fully
027 746 14 27

**Cave
L'Orlaya**

Chemin de la Liaudise 31
1926 Fully
027 746 28 10
orlaya.ch

**39.^{CHF}
/MOIS***

AU
LIEU DE
79.-



INTERNET VITESSE MAX

**ENTREZ DANS
L'HYPER-ESPACE.**

Pas besoin d'aller si loin pour profiter de l'internet
ultra rapide. L'univers est désormais à votre portée.



* offre commerciale promotionnelle. Rendement garanti 10 mois du prix de lancement de CHF 39.- / mois au lieu de CHF 79.- / mois pour le service internet vitesse max. L'offre est valable pour tout nouveau client ayant un abonnement Sinerzy 100% câble inclus et offert à 19.90 CHF / mois. Offres valable jusqu'au 31/12/2012. Pour les conditions voir www.netplus.ch

Distribué par

Sinerzy

netplus.ch | 0848 830 840

Nicolas Guilhaume

Le Top 5 aux mondiaux pour Fully: peu importe l'objectif, la solution est la persévérance.

C'est pour cela que depuis toujours, Nicolas est un fervent sportif: alpinisme, trails, rien ne l'arrêtait. Cependant, et afin de muscler l'entier de son corps, il a décidé de se mettre à la musculation, plus précisément au body building.

Après être arrivé cinquième aux Championnats d'Europe dans la catégorie plus de 50 ans et vice-champion suisse en 2018, Nicolas a débuté sa préparation pour les Championnats du Monde. Il faut savoir que, pour participer à une compétition d'un tel niveau, il faut auparavant avoir un titre obtenu lors d'une compétition d'un niveau inférieur. Pendant plus de deux ans, il s'est préparé 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 en alliant les entraînements, le sommeil et l'alimentation afin d'arriver dans le top cinq du classement parmi les 1500 participants, toutes catégories confondues.

La préparation aux championnats est très dure, car cela ne s'arrête jamais, entre les prises de sang, les coachings et la répartition des 6 repas par jours. Le processus est divisé en trois étapes: la «prise de masse» qui consiste en entraînements pour stimuler l'augmentation du volume musculaire et de l'apport calorique par jour.

Puis il y a la phase de «stabilisation» qui est une préparation à la dernière étape lorsque le poids maximum est atteint.

Vient alors la dernière phase, la «sèche», durant laquelle les restrictions alimentaires sont progressives afin d'éliminer le surplus de graisse tout en maintenant la masse musculaire. C'est la période la plus difficile car l'apport calorique diminue mais le travail quotidien et les entraînements ne cessent pas. Cette période d'entraînement est semblable à un château de sable, cela demande beaucoup de temps pour être le plus stable possible. Il faut être bien soutenu et avoir beaucoup de volonté.

Ces compétitions sont basées sur des critères esthétiques, garder une certaine position de longues minutes peut vite se transformer en cauchemar sous la chaleur intense des projecteurs et des crampes soudaines peuvent survenir.

Voici toutes les épreuves qu'a dû traverser notre persévérant propriétaire de la salle de musculation Sylver Gym à Fully, afin d'obtenir la 4^e place lors des Championnats du Monde de body building, des 26 au 28 novembre derniers à Barcelone.

Cyrielle Fleutry



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



Cet espace est vu par
4400 ménages !

publicite@journaldefully.ch
Journal Fully

Léonard Roduit Sàrl

Excellente année 2022 !

Sanitaire
Chauffage
Pompe à Chaleur



Route de la Gare 59
1926 Fully
Tel. 079 374 52 78
Fax 027 746 36 25

le GARAGE

Le n° 1 des compactes

SUZUKI

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

**Meilleurs
vœux
2022**



Quand Fully découvre la richesse avec la vigne!

Longtemps, avant le XX^e siècle, la viticulture a utilisé des techniques rudimentaires.

Défoncements à bras d'homme, jusqu'à 1,50 m environ; vigne plantée en foule, sans ordonnance; rareté des engrais chimiques, seul le fumier animal étant utilisé; enlèvement des échalas en hiver; taille à la valaisanne (avant 1870 surtout), soit une taille à long bois dite « en archet » en pliant une baguette pour l'attacher au cep. Emploi de la bouillie bordelaise, bonne à tout faire pour lutter contre les maladies.

Auteur d'une remarquable thèse sur les Follatères, le professeur Helmut Gams pouvait écrire au sortir de la Première Guerre mondiale:

« Les travaux de printemps dans les vignes, qui doivent toujours être terminés pour la Semaine sainte, consistent principalement à les marcotter (versanner), les tailler et les attacher. Ni l'entassement de débris de schiste (le brisé), pratiqué vers Sion et Sierre pour réchauffer le sol, ni les vieilles cultures sans échalas, ne semblent être connus dans la région... Les sarments sont attachés à des bâtons de coudriers, souvent avec du liber

de cytise. Le vignoble et les châtaigneraies étaient interdits jusqu'à l'ouverture officielle des récoltes, dans le but d'empêcher toute cueillette prématurée. »

Mais, avec le chemin de fer, la ligne du Simplon, la viticulture va connaître un rapide essor. Hier, le Valais ne produisait que pour couvrir ses besoins, exportant le solde en Suisse alémanique. Dès l'entre-deux-guerres, après la crise du phylloxéra qui dévasta le vignoble européen, la révolution viticole déploie ses effets!

Désormais, choix de l'encépagement en fonction du marché

En 1880, la vigne était encore plantée dans 73 communes, dont une vingtaine dans le Haut-Valais. Et avant 1850, on ne cultivait que des cépages traditionnels: la Rèze, l'Humagne blanc, l'Arvine, l'Amigne, le Rouge du pays, la Durize, le Muscat, le Païen et le Gouais. Certains seront conservés car de grande valeur. Mais bientôt arrivent des cépages plus productifs et

mieux appréciés des consommateurs: le Chasselas (Fendant), le Pinot, le Gamay et le Sylvaner (Johannisberg). Quatre cépages qui occuperont la très grande majorité de la surface viticole.

Puis, nouvelles techniques de plantation, de taille et de soins, inspirées du canton de Vaud et de la France. Fini le « désordre » décrit par Louis Delaloye:

« Au début du XX^e siècle, on voyait encore une lignée de ceps au nord de certains champs qu'on appelait « varcou », ainsi que des treilles appliquées aux façades sud de certains bâtiments... »

Enfin, poids accru de l'œnologie, avec une maîtrise des fermentations et des filtrages. Et l'emploi de méthodes modernes de promotion et de vente.

Un élément mérite également attention: le rôle social de la vigne. La vigne favorise la petite propriété car elle offre une chance de gain élevé sur une surface restreinte. Elle multiplie les ressources. L'augmentation de la population pousse à l'extension du vignoble.

Point capital: dès le début, les défrichements pour la culture de la vigne se font sur le mode privé. C'est l'initiative individuelle qui

transforme en parcelles de vigne les champs et les « vaccoz » du coteau. A l'inverse, c'est l'autorité politique, soit la commune bourgeoise, qui favorise la mise en culture de la plaine, propriété commune privatisée, en décrétant le partage des communaux en milliers de « portions ».

Cette grande transformation va englober la politique, l'économie, la société et la culture.

Elle marquera une rupture dans notre histoire.

Philippe Bender, historien

Le premier recensement viticole officiel fut réalisé en 1916, avant l'attaque du phylloxéra. Fully comptait alors 1 937 551 m² de vignes, divisés en 9 460 parcelles en mains de 1 913 propriétaires. Une large majorité du vignoble appartenait aux forains, aux non-domiciliés, soit 1 488 propriétaires détenant 1 216 077 m². Les 425 propriétaires domiciliés détenaient seulement 721 474 m².

Dès les années 1930, le rapport va s'inverser, notamment grâce à l'achat et au défrichement partiel des biens situés au coteau. Ainsi, on comptera par dizaines les transactions passées entre bourgeois et Bourgeoisie, constat qui vaut aussi pour les terrains de la plaine ouverts à la culture.

A relever le morcellement extrême: un propriétaire détient en moyenne 5 parcelles, soit 1 012 m², la superficie moyenne d'une parcelle étant de 204 m². En 1914, on notait 11 138 parcelles sur le coteau, et 5 365 en plaine.

1920: vers Châtaignier le vignoble, morcelé à l'extrême, gagne le coteau.



Le Musée de Fully: savoir-faire alpin et hydroélectricité

L'ancien orgue de l'église de Fully

Les accords joyeux et profonds de l'ancien orgue de l'église de Fully s'élevaient sous les voûtes pour aller se joindre aux voix réjouies du chœur, les soirs de Noël.

Après avoir accompagné gloria et cantiques, plus de 70 éléments de l'ancien orgue de Fully, sauvés de la décharge, sont inventoriés et conservés au Musée de Fully.

Les notes écrites accompagnant ces objets laissent penser qu'il s'agissait peut-être de l'ancien orgue de Glis ou, pour la plus grande partie, de l'ancien orgue de Romont réalisé au XIX^e siècle vers 1870, par le facteur d'orgue bien connu en Europe Joseph Merklin. Cet orgue-là fut ensuite démonté puis remonté dans l'église de Fully en 1939. Créés pour cette occasion, les tuyaux de façade, de longueur inégales, forment côte à côte d'élégantes courbes évoquant un langage floral et sont encore visibles aujourd'hui (photo ci-dessous).

Seulement cinq décennies plus tard, l'instrument était bien fatigué. Il fut démonté et remplacé par un orgue électronique. Plusieurs tuyaux étaient en alliage d'étain-plomb moucheté alors que d'autres étaient en bois, d'une grande précision. Les éléments en bois, les tubes et les anches étaient certainement de Merklin, déjà capable d'effectuer des soudures industrielles.

La réserve du Musée maintient ces éléments à une humidité constante et permet de conserver leur étanchéité à l'air, comme au début.

Témoin d'une évolution technique remarquable où le réglage savant des harmoniques côtoie un travail de précision, ces tuyaux à bouche ou à anche, bourdons, flûtes ou hautbois présentent tous des éléments spéciaux conçus pour améliorer et modifier le son tels que la rasette, la cheminée, l'entaille d'accord ou encore le biseau à dents. Mais ce qui importe aux fidèles, ce n'est pas tant de connaître ces savoirs millénaires que d'écouter dans le calme d'une église cette voix sublime du roi des instruments.

Camille Ançay-Cortial
Photos FMA

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

Visitez le Musée de Fully et son exposition permanente.

Sur demande à l'Office du tourisme de Fully au 027 746 20 80.

ot@fully.ch

lemuseedefully.ch

fondationmartialançay.ch



Tuyau métallique constitué du pavillon à gauche, du noyau au centre et du pied à droite.

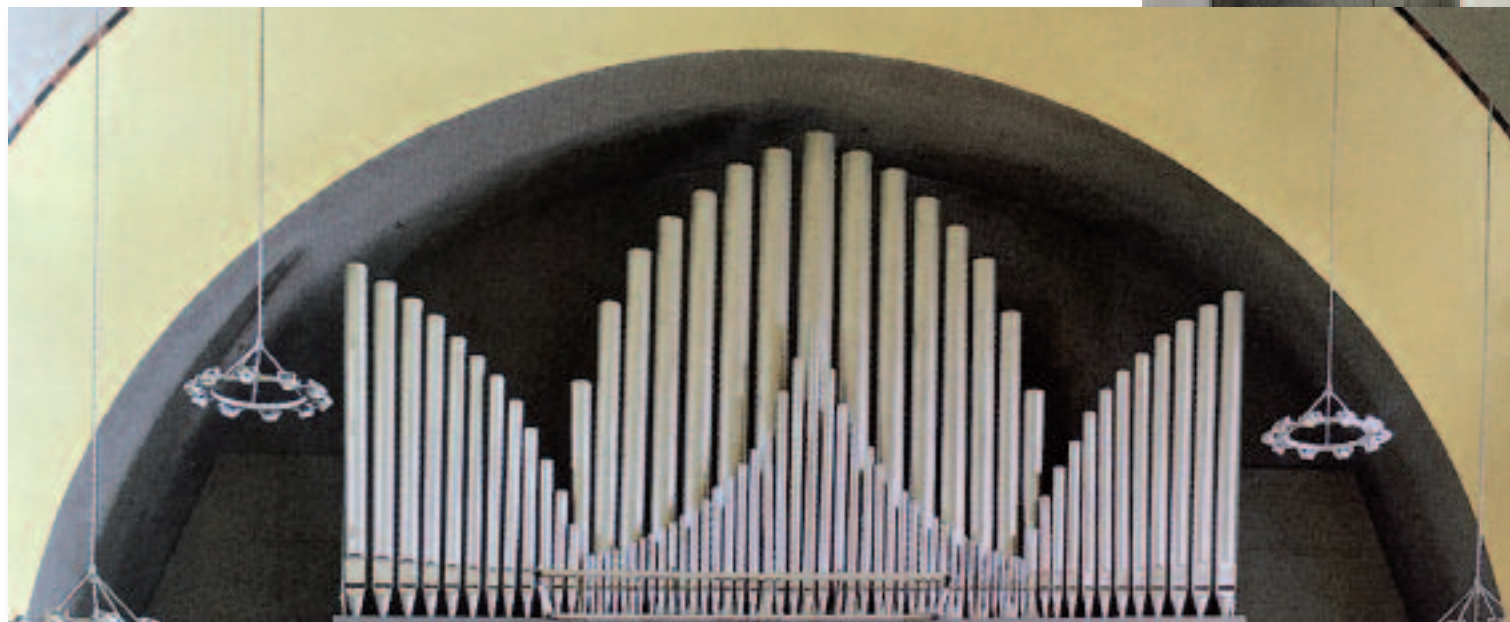
On distingue la tige – rasette – passant à travers le noyau pour appuyer sur l'anche située à l'intérieur du pied et permettant ainsi d'accorder le son.

Elément en bois dont le biseau sans dent permet l'émission d'un son clair.

La hauteur du son est réglable grâce à la tirette visible à gauche.

Extrémité d'un tuyau en étain-plomb moucheté dans lequel une entaille d'accord est pratiquée. Les dimensions de l'entaille et l'enroulement plus ou moins grand de la languette déterminent le son.

Photo A. Scheurer



L'AGENDA DE FULLY TOURISME

JANVIER 2022



Fully Tourisme
Rue de l'Eglise 54, 1925 Fully
027 745 20 80, et@fully.ch
www.fullytourisme.ch

LES BIÈRES «FULLY»

Comme cela nous tient à cœur de mettre en lumière les produits locaux, l'office du tourisme vous propose deux bières identitaires: une ambrée à la saveur de châtaigne et une blonde 100% bio au seigle de Chiboz et miel de Fully.

Les deux sont en vente à Fully Tourisme.



LOTO L'ÉCHO DES FOLLATÈRES

L'Écho des Follatères vous convie à son loto annuel. Ouverture des portes dès 18h30, Certificat Covid obligatoire à l'entrée.

8 JANVIER 2022 | 20H00

Salle polyvalente châtaigne
Informations sur:
fullytourisme.ch / Événements

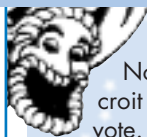
SLOWFOOD TRAVEL

Découvrez Fully autrement grâce à des séjours dédiés à nos traditions gastronomiques. Le thème de ce séjour sont les cépages rhodaniens.

22-23 JANVIER 2022

Informations et billetterie sur:
slowfood.ch/fr/travel/tamedia-durch-die-walliser-rebsorten

Humour



L'enfant croit au Père Noël. L'adulte non. Il ne croit pas au Père Noël... il vote.

Le papa de David veut savoir ce qu'il a demandé au Père Noël et David lui répond:

– Je lui ai demandé qu'il vienne plus souvent...

Il y a quatre âges dans la vie de l'homme: celui où il croit au Père Noël, celui où il ne croit plus au

Père Noël, celui où il est le Père Noël, celui où il ressemble au Père Noël.

Savez-vous pourquoi le Père Noël rit toujours? Parce que ce n'est pas lui paye les cadeaux!

Deux femmes préparent la bûche de Noël:

– Ça ne va pas être de la tarte! dit la première.

– C'est évident, lui répond l'autre, on fait une bûche!

A genoux devant la cheminée, un enfant s'écrie:

– Père Noël, je veux un train électrique!

Après un léger silence:

– Père Noël, je veux un train électrique!

Et encore:

– Père Noël, je veux un train électrique!

A ce moment son père intervient:

– Ce n'est pas la peine de crier

Blagues à Dédé de Noël

comme ça, le Père Noël n'est pas sourd!

Et le gamin de répondre:

– Le Père Noël n'est peut-être pas sourd, mais grand-mère si!



Insolite

Un fantôme à l'Erié?

Une branche morte surprenante...

Camille Ançay

La première récolte de cacahuètes dans mon jardin de Fully.

Jean-Luc Carron Delasoie



SCANNEZ-MOI



*Nous vous souhaitons
une toute belle année 2022
et vous remercions pour votre fidélité !!!*

Annick, Nicole et Patrick



Jaunin Optique Fully



Jauninfully

www.jauninoptique.ch

JAUNINoptique



Martha et toute l'équipe
du Café des Amis vous
souhaite une belle et
heureuse année 2022 !



Tous les membres du Comité de la Société de commerçants et artisans de Fully vous remercient pour votre soutien tout au long de cette année et vous souhaitent de merveilleuses Fêtes !

Fête de la St-Ours à Branson

**La date de notre fête traditionnelle est fixée
au samedi 5 février 2022.**

Le programme tiendra compte de la situation sanitaire du début d'année. Des informations plus précises seront communiquées dans le *Journal de Fully* de janvier. Nous nous réjouissons déjà de vous

accueillir, peut-être avec un programme adapté aux circonstances, mais toujours avec le même plaisir partagé.

*Pour le comité, Louis Carron
Photo © Catherine Pellegrinelli*



Exposition de figurines

Voilà déjà 25 ans que j'ai débuté une activité de création de figurines bibliques. J'ai connu tant de satisfaction et de joie à les partager avec vous.

Pour ce jubilé, je prolonge ainsi mon exposition dès l'épiphanie et durant toute l'année 2022. Pourtant j'apporterai des adaptations en fonction de l'époque liturgique (Pâques, carême etc.).

Je vous invite à un partage amical en ces occasions.

Merci et au plaisir
de vous retrouver.

Marie-Thérèse Bovio

Lieu d'exposition : route de la Gare
18 à Fully, de 9h à 18h, visite libre.



de Nathan Salomon

Coucher de soleil sur le Chavalard



Une publicité dans le Journal de Fully?

Consultez la rubrique «Publicité» sur notre site www.journaldefully.ch et envoyez vos demandes et documents à publicite@journaldefully.ch
Publireportages : Amandine May publireportage@journaldefully.ch

CLÔTURE RÉDACTIONNELLE

Retour des textes à redaction@journaldefully.ch pour l'édition paraissant fin janvier : **10 JANVIER** (votre article ne doit pas dépasser 2300 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.

Samusons-nous

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

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 novembre 2021

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

Charlotte Bruchez de Fully,
a gagné 2 bouteilles au seigle
de Chiboz - miel de Fully
et 2 canettes à la châtaigne
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.

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.-

CEnothèque Chez Victorine, Fully

Restaurant Histoire de Goût, Fully

Thermomix, Céline Cheseaux, Fully

Manon Coaching, Fully

Nathan Bender, Fully

Isabelle Ançay, Gîte du Bonheur

Céline Cheseaux, B&B Mazembroz

Café des Alpes

Café de l'Union

Tea-Room La Diligence

Café-Restaurant Le Cercle

Jean-Luc Maechler,

Thérapies énergétiques, Fully

Restaurant-Pizzeria Chez Pepone, Fully

Café-restaurant des Amis

Café-restaurant l'Alambic

Argent Chiboz

Fr. 200.-

Edouard Carron, député-suppléant

Amicale des Pêcheurs de Fully

Ski-Club Chavalard

Les Gardiens de la Cabane

du Fénéstral

Roger Luisier

Bronze Planuit

Fr. 150.-

Café-Restaurant l'Avenir

Otentik Découvertes Valais,

Jérôme Bessard, Fully

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 Brejoyoeu »

Léonard Carron,

Maçonnerie et chapes

Jeanne-Andrée Volken-Pitteloud

Fondation Martial Ançay

Staub & Fils SA

Par BV: Compte Postal

Journal de Fully 19-6501-3

Iban :

CH29 0900 0000 1900 6501 3

Journal de Fully - Case postale 46 - 1926 Fully

Président : Alain Léger

Vice-président :

Dominique Delasoie

Rédacteur en chef :

Yaovi Dansou

Caissière : Kathy Grange

Rédacteurs :

Gianfranco Cencio

Alexandra Sieber

Edith Dessimoz

Cyrielle Fleutry

Webmaster :

Giuseppe Capuano

Édité par : Association

« Journal de Fully »

fondée le 1^{er} janvier 2000

Tirage 4400 ex.

Conception-Impression

Imprimerie du Bourg

Site www.journaldefully.ch

Distribution

La Poste de Fully

Imprimé sur couché mat FSC