



ÉDITO



Fully : cité dortoir ?

Voilà un sujet qui me questionne de plus en plus. Bien que la commune reste vivante par ses différents marchés et ses animations en tous genres, il y a une réalité bien différente. Certains commerces de proximité ferment, souvent faute de repreneurs. Cela est-il dû au fait qu'une grande partie de ses habitants travaillent et consomment à l'extérieur ?

Derrière cette question se cache une réalité plus nuancée. Fully n'est pas une « cité dortoir ». Au contraire, la commune change et évolue avec son temps. Le véritable défi réside dans le fait de préserver la qualité de vie de ses habitants et de renforcer la cohésion entre eux. Chacun peut mener des actions concrètes, comme le soutien aux entrepreneurs ou commerçants locaux. Il est important d'agir pour que Fully ne devienne pas un simple lieu de passage. C'est au travers d'une action collective passant par le soutien et l'investissement dans la vie associative de la commune que Fully restera un endroit où il fait bon vivre, travailler et se retrouver.

Fully possède une âme, à nous de tout faire pour qu'elle perde le plus longtemps possible !

Juliana Bender



Accès à Fully pendant la Fête de la Châtaigne

Comme chaque année, les 3 axes routiers d'accès à Fully seront contrôlés durant le week-end. Seuls les habitants pouvant présenter une carte grise où figure une adresse à Fully pourront circuler.

Pour vos invités, veuillez demander des pass papiers

à l'Office du Tourisme (à condition de posséder des places de parc privées). Les pass ne peuvent pas être envoyés par mail.

INFOS : 027 746 20 80 ou ot@fully.ch.

L'Erié se colore.

Christian Théoduloz





**CHASSE ET
BRISOLÉE**

Dès le 28 septembre

ROUTE DE SAILLON 142, 1926 FULLY
027 746 18 95

 Café Des Amis, Fully  amis_fully

 *le sur-mesure à votre mesure !*



ROCCABOIS CH 1926 CHAMBLAT
www.roccabois.ch

CUISINES MENUISERIE FENÊTRES PORTES 027 746 20 20

CARRON

EXCURSIONS

 **La Louye**
Carrosserie Sàrl

**La Louye répare
La Louye remplace**

Depuis 1973
à votre service

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

027 746 24 19



BUREAU GASPARI Sàrl

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



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

 **JAUNIN optique**



**CONCOURS
FÊTE DE LA CHÂTAIGNE**

ENEZ JOUER EN MAGASIN

"DEVINEZ LE NOMBRE DE
CHÂTAIGNES"

 **LUNETTES, BRISOLÉES, VINS...**
DE NOMBREUX LOTS
À GAGNER



Tirage au sort le 10.10

RICHARD
CARRELAGES & REVÊTEMENTS



RICHARD JEAN-MARC

Route de Saillon 148
1926 Fully
079 412 28 06
jean-marc.richard@mycable.ch



 **Service funebre**
Gérald Granges

 **Prévoyance funéraire**

rue de la Fontaine 14
1926 Fully
gerald-granges-services@gmail.com

Granges Gérald
+41 79 203 59 45

Allianz 

**Prêts pour
des performances de pointe?**

 **Marielle
Grange**

 **Françoise
Carron**

Agence générale Eric Marchal | Rue de la Poste 3 | 1920 Martigny
ALLIANZ.CH/ERIC.MARCHAL

Brisolée des aînés 2025

La Commune de Fully et le Club des Aînés ont le plaisir d'annoncer la tenue de la brisolée des aînés.

Rendez-vous incontournable de l'automne, cette manifestation réunit chaque année de nombreux seniors autour d'un repas convivial. Plus qu'une dégustation de châtaignes, la brisolée est un moment de partage, de rencontres et d'échanges qui contribue à renforcer les liens sociaux au sein de la communauté.

L'AsoFy et le Club des Aînés se réjouissent de renouveler cet événement et invitent tous ses aînés à participer à cette rencontre qui leur est dédiée.

INFOS

2 octobre

Forum des vignes à Mazembroz.

Prix: Fr. 40.- par personne à



payer sur place en espèces.

Infos et inscription obligatoires:

AsoFy (027 747 11 81)

ou Jocelyne (079 666 50 64).

Vente-échange à Charnot

Pour enfants de 0 à 16 ans – Edition automne-hiver.

Vous y trouverez une vaste sélection d'habits chauds pour la saison froide, du matériel pour les sports d'hiver, ainsi que tout ce qui touche à la puériculture, sans oublier jeux et livres pour tous les âges. Afin de rendre la rencontre encore plus conviviale, un espace café accueillera les visiteurs tout au long de la journée, tandis qu'un château gonflable fera le bonheur des plus jeunes.

Comme chaque année, une partie des vêtements sera ensuite offerte

aux requérants d'asile pour les aider à affronter l'hiver, ainsi qu'aux enfants des ouvriers travaillant dans notre village.

Le comité se réjouit de vous retrouver nombreux lors de cette belle journée placée sous le signe du partage, de la solidarité et de la convivialité.

INFOS

Samedi 25 octobre de 9h à 14h, à la salle de gym de Charnot.



César Costa Race

Bienvenue à la 5^e édition !

Les 5 premiers de chaque catégorie recevront un prix.



INFOS

Dimanche 2 novembre à Saxon.

Dès 8h: ouverture du PC course, distribution des dossards.

Info et inscription: vs-timing.ch.

Possibilité de s'inscrire sur place (Fr. 5.- en plus).

Tarifs d'inscription:

Ecoliers: Fr. 10.-

Cadets: Fr. 15.-

Populaire et juniors: Fr. 20.-

Elites/vétérans: Fr. 30.-

Relais H/F et mixte: Fr. 50.-

Handisport tout âge: gratuit.

Repas de soutien

En faveur de Hémiparésie Suisse



L'hémiparésie désigne un déficit de la force musculaire du côté droit ou gauche du corps.

Pour la soutenir, l'association Hémiparésie Suisse vous convie à un repas le **8 novembre** au **pavillon Fol'terre**, chemin du Rhône 135 à Fully, dès 18h.

Animation par DJ Ludo et tombola sont au programme.

INFOS

Fr. 80.- /adulte,

Fr. 30.-/enfant

(6 - 15 ans).

Réservation → obligatoire

info@hemiparesuisse.ch

jusqu'au 1^{er} octobre.

www.hemiparesuisse.ch



Baila Morena – Nouveau à Fully

Vous aimez danser, rire, chanter? Rendez-vous au Baila Morena qui vient d'ouvrir ses portes, route de Saillon 2 à Fully.

ou Live music (selon programme).

• Tous les samedis du mois: happy hour de 1h à 2h.

Au programme:

• Tous les mercredis: happy hour de 23h à minuit (uniquement pour la bière en pression).

• Tous les jeudis: karaoké avec Fred de 21h à 1h30.

• Tous les premiers vendredis du mois: beer pong dès 21h.

• Tous les derniers vendredis du mois: soirée à thème avec DJ

Soirées spéciales:

11 octobre: Fête de la châtaigne avec DJ Don Matthew.

29 novembre: inauguration de la Baila Morena.



Les cadeaux de la famille Bovat

Offrir ce que la nature offre. Merci Sonia et François.



CONSULTATION EN PLAIES ET CICATRISATION EN VALAIS

POUR PRENDRE RENDEZ-VOUS :

✉ info@angelina-roduit.ch
☎ 079 524 22 70
📍 Rue de l'Eglise 6, 1926 Fully
🌐 angelina-roduit.ch
Du lundi au vendredi de 8h à 17h30
(samedi à convenir).

LA CONSULTATION VOUS PROPOSE :

- Prise en charge rapide et professionnelle de toutes les plaies aiguës et chroniques.
- Utilisation des traitements de plaies et techniques issues des dernières avancées scientifiques.
- Collaboration multidisciplinaire.
- Suivi personnalisé.

Angelina Roudit
+ INFIRMIERE
INDEPENDANTE

PRESTATIONS REMBOURSÉES
PAR LES ASSURANCES
MALADIE, ACCIDENT
ET INVALIDITÉ.



**Je suis là pour vous
à Fully**

Lionel Granges, T 027 721 74 19
lionel.granges@mobilier.ch

Agence générale Bas-Valais
Alex Bender
Avenue de la Gare 19, 1920 Martigny

la Mobilière



Plats

Artisanaux

SNACKS,
PLATS
ET DESSERTS

Salés et sucrés pour
événements et fêtes
Passer votre

COMMANDE
076 483 8948

Menu virtuel
www.bellaservices.ch



Cet espace est vu par
4800 ménages!

publicite@journaldefully.ch



Dès le 4 octobre,
venez déguster

LA BRISOLÉE

Chez Gilberte

Tél. 027 746 12 96

Rte de Martigny 1
1926 Fully

pharmacie
VON ROTEN

Économisez

avec votre pharmacie!

Profitez de nos offres mensuelles.

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



« Votre partenaire
Audi Service à Martigny,
toujours là pour vous »

Jean-François Bruchez, responsable SAV



Garage Olympic SA

Rte du Levant 149, 1920 Martigny
audipartners.ch/garageolympic

L'art s'invite à la cabane du Demècre

Daniel Carron
devant la cabane
du Demècre.

À l'occasion de l'exposition photographique « Atmosphère des Ô » qui habille les murs de la cabane du Demècre pour la saison 2025, nous avons rencontré Daniel Carron, ancien gardien passionné et responsable actuel de ce lieu d'exception, pour évoquer cette aventure artistique en altitude.

Daniel, depuis quand la cabane du Demècre propose-t-elle des expositions dans ce cadre montagnard si particulier ?

– Cela fait 25 ans que chaque deux ans, sous l'impulsion de l'artiste et poète Olivier Taramarcas, ancien président des Trotteurs et gardien, une exposition sous l'appellation de « Montagn'Art » est proposée. Olivier se charge du choix des artistes, veillant à ce que les œuvres soient toujours en rapport avec la nature et l'environnement de la montagne.

Cette année, il avait prévu une exposition en lien avec le 25^e anniversaire de la Via Alpina qui permet de traverser 8 pays (de Trieste à Monaco sur un itinéraire d'un peu plus de 1 900 km avec 110 000 m de dénivelé positif et négatif). Il voulait combiner cette exposition avec des croquis et écrits réalisés lorsqu'il avait lui-même parcouru la Via Alpina, ainsi qu'avec les tableaux en papier découpé d'une artiste locale. Malheureusement il a dû y renoncer pour des raisons de santé. Nous avons eu la chance de pouvoir quand même proposer quelque chose grâce à la flexibilité et la disponibilité de Jean-Paul

Persali, alias Jeepix, que nous remercions sincèrement.

L'année prochaine marquera les 10 ans de la rénovation de la cabane. En collaboration avec le Club des Trotteurs, avez-vous prévu des célébrations particulières ?

– Nous n'avons pas encore planché en détail sur le sujet, mais il est certain que nous voulons marquer le coup, surtout pour montrer aux initiateurs de ce projet de cabane, qui en 1985 ont cru à cette aventure, qu'ils avaient raison et que leur héritage a bien prospéré. Si nous en sommes là aujourd'hui, c'est grâce à eux. D'ailleurs nous avons encore deux personnes qui, 40 ans plus tard, nous donnent toujours de sacrés coups de main. Ce sera aussi une occasion de les remercier.

Au fil des expositions organisées au Demècre, gardes-tu en mémoire des moments particulièrement insolites ou marquants ?

– Chacune d'elles a été une expérience différente. Pour les 20 ans de la cabane en 2009, les enfants des écoles primaires avaient dessiné des fleurs de montagne durant



leurs cours. Une centaine de ces dessins avait été répartie entre l'Erié et la cabane, qui elle-même avait été enrobée avec des bâches les reprenant tous.

En 2019, un groupe d'artistes nommé « Collectif facteur » – dont le Fulliérain Rémy Bender, auteur des inscriptions dans et sur la cabane – a construit une *camera obscura* dans le cadre d'un projet itinérant appelé « Paysage clos ». Ce qui était original, c'est que les visiteurs pouvaient pénétrer à l'intérieur de cet « appareil photo » et que des tirages réels ont été réalisés par les artistes dans une

chambre noire improvisée dans la cabane avec, pour bain révélateur, du café soluble... Les visiteurs ont apprécié chacune de ces expositions et c'est aussi le cas cette année.

*Propos recueillis
par Jean-Paul (alias Jeepix)*

Exposition « Atmosphère des Ô » de Jeepix, présentant des photographies des Hauts et des eaux de Fully, est visible à la cabane du Demècre **jusqu'au 23 octobre**.

Une occasion unique d'allier le plaisir d'une randonnée à la découverte d'un regard artistique sur notre patrimoine naturel.

Exposition aquarelles

L'aquarelle n'est pas une destination : c'est un voyage !

En janvier 2022, au Centre de loisirs et de culture de Martigny, devenu aujourd'hui l'Epicentre, cinq personnes se sont réunies pour débiter leur tout premier cours d'aquarelle avec Pierre Alain Corthay.

Marie-Hélène Dumont, Michel Genolet, Gérard Maret, Jean-Louis Lods, Armand Favre, cinq histoires de vie différentes mais animés par une même envie. L'aquarelle,

c'est de la patience, de l'écoute, et surtout... du lâcher-prise. Après trois ateliers de six modules où sont expérimentées les diverses techniques, c'est le premier grand défi : une exposition commune au Méphisto de Fully en septembre 2023, qui remporta un encourageant succès. Au fil du temps, chacun a trouvé un langage propre et surtout appris à observer le monde différemment, à exprimer ses sentiments, à trouver du plaisir

dans l'instant et à partager ses progrès tous les dimanches matin depuis 3 ans. Cette belle équipe vous souhaite bien du plaisir à la découverte de cette nouvelle exposition.

Armand Favre

INFOS

Du 8 au 30 novembre

Epicentre, rue des Vorziers 2, Martigny.

Visites les lundi, mardi, mercredi et vendredi de 9h à 12h, le week-end sur demande.



Vernissage le samedi 8 novembre de 13h à 17h.



Venez savourer nos
spécialités automnales :

La chasse et
la traditionnelle brisolée
du Grand-Père Joseph

Tél. 027 744 13 89 • info@sarvaz.ch • www.sarvaz.ch • 1913 SAILLON



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 : Fr. 130.-/mois
6.0 m x 2.4 m : Fr. 180.-/mois
Places de parc : Fr. 60.-/mois

- 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 34 ■ dlc@decdorsaz.ch ■ www.decdorsaz.ch

NABI BOIS SA

MENUISERIE - CHARPENTE CHARRAT



Route du Simplon 1B
1906 Charrat
027 722 17 36
info@nabibois.ch • www.nabibois.ch



Alain Guéra

Patrick Guéra

le GARAGE

Garage de Verdan Sàrl

Bertrand Rouiller
Route de Martigny 119
1926 FULLY
Tél. 027 746 26 12
Fax 027 746 38 72
garagedeverdan@bluewin.ch

La marque
de votre
choix



Le N° 1 des compactes



Né à Fully, en route depuis 1989

URFER®

GROUP

" Accélérateur d'émotions "

Retrouvez-nous à Martigny, Sion et Sierre

058 122 52 22 • urfergroup.ch

IMPRIMERIE DU bourg

créateur
d'imprimés

Olivier Morel

Imprimerie du Bourg SA

Rue du Simplon 128 - 1920 Martigny

imprimé en
valais



STRESS ? ANXIÉTÉ ? FATIGUE ?

Géraldine Bringolf
+41 77 466 57 57
geraldine.bringolf@gmail.com



PRÉPARATRICE MENTALE
SOPHROLOGUE CLINICIENNE

Fully et région

PLUS DE 160 COMMERÇANTS ET ARTISANS SONT À VOTRE SERVICE À FULLY !



RENCONTREZ-LES SUR FULLYLOCAL.CH



Unipop

L'Université populaire de Martigny et Fully présente son catalogue de cours et ses nouveautés pour la fin de l'année 2025.

« Le message de l'Unipop Valais, c'est qu'il ne faut pas avoir peur d'apprendre à réapprendre. S'inscrire à une formation, c'est acquérir de nouvelles compétences tout en profitant d'instantanés conviviaux et enrichissants » résume la

présidente, la Fulliéraine Christine Bruchez Carron.

Un comité bénévole

L'Université populaire de Martigny et Fully ne pourrait pas fonctionner sans le travail des membres de son

comité: « Je les remercie pour la qualité de leur travail. Je lance également un appel: nous sommes à la recherche de membres, n'hésitez pas à nous rejoindre pour nous épauler! » conclut Christine Bruchez Carron.

En octobre et novembre, l'Unipop de Martigny et Fully propose:

Octobre

- 6 Initiation aux techniques de la bande dessinée.
- 10 Ferronnerie artisanale.
- 14 Italien pour les vacances.
- 15 Automassage, soulage tes tensions!
- 15 Création de cosmétiques naturels.
- 16 Amigurumi au crochet.
- 18 Ferronnerie artisanale.
- 18 Taille d'automne pour arbres et arbustes d'ornement.
- 27 Espagnol pour débutant.
- 27 Anglais - A1 vers A2.
- 28 Espagnol - A2 vers B1.
- 29 Aquarelle: initiation pour les enfants.
- 29 Italien - A1.
- 29 Photo: prise de vue. et retouche sur Smartphone.

- 29 Nutrition: chouchouter son microbiote.
- 30 Anglais - B1.
- 30 Anglais - B2.
- 30 Aquarelle - initiation.

Novembre

- 4 Initiation aux fleurs de Bach - niveau 1.
- 8 Visite guidée de Martigny: des Romains à nos jours.
- 8 Visite du Musée des boîtes à musique.
- 12 Couture: stylisme - retouches.
- 12 Cuisiner la chasse autrement.
- 18 Présentation de la broderie de la Bayardine.
- 18 Cuisine: menu de fête.
- 18 Danses de salon - initiation.
- 19 Cuisine: saveurs indiennes.
- 21 Visite de l'atelier de l'artiste

Raphaël Moulin.

- 24 Chasse au gaspillage!
- 25 Application des fleurs de Bach - niveau 2.
- 26 Homéopathie.
- 26 Nutrition: améliorer son sommeil.

Inscriptions:

info@unipopmartignyfully.ch

Contact: Christine Bruchez
079 317 21 40.

[unipopmartignyfully.ch](https://www.unipopmartignyfully.ch)

[unipopmartignyfully](https://www.unipopmartignyfully.ch)



30 ans de l'Ecole de Saxé

Une journée portes ouvertes en 2026!

L'année prochaine, en 2026, l'Ecole de Saxé célébrera les 30 ans de son « nouveau » bâtiment scolaire. À cette occasion, une journée portes ouvertes sera organisée le samedi 30 mai 2026. Nous invitons chaleureusement tous les élèves – anciens comme actuels – ainsi que leurs familles, amis et habitants du village à venir fêter cet anniversaire avec nous.

Vous souhaitez contribuer à cette journée par une animation, une prestation artistique, un souvenir à partager ou toute autre idée originale? Contactez-nous à l'adresse germain.leger@edu.vs.ch d'ici au 31 octobre.

Toute l'équipe enseignante de l'Ecole de Saxé, ainsi que le personnel de l'UAPE, se réjouissent d'ores et déjà de vous accueillir pour une journée conviviale, festive et pleine de souvenirs.

Valérie Pitteloud

Une Fulliéraine se distingue au Concours suisse d'accordéon.

Lors du Concours suisse d'accordéon le 4 mai dernier à Soleure, la Fulliéraine Valérie Pitteloud, 11 ans, s'est distinguée en obtenant la note de 16,85 et la mention « très bien » dans la catégorie soliste préparatoire 2 basses standards.

Nous la félicitons et lui souhaitons une belle suite de carrière!

Juliana Bender

Valentine et Maxime Besson
et Valérie Pitteloud
en compagnie
de leur professeure
d'accordéon Nicole Sallin,
à Soleure. © DR



Guy Parmelin à Fully

Retrouvez l'interview du vice-président Guy Parmelin lors de son passage le 31 juillet dans notre commune.



Sur les traces de **Thierry Cajoux**, l'enfant du pays

Le futur de la course a un nom : Thierry Cajoux. À seulement 21 ans, le jeune athlète de Fully est à l'aube d'une carrière qui s'annonce fulgurante. Il a fait une pause dans son rythme effréné pour se confier à nous.

Comment as-tu découvert l'athlétisme ? Qu'est-ce qui t'as donné envie de privilégier ce sport ?

– Grâce à la Course de la châtaigne. J'étais assez bon et j'ai aimé courir, j'ai donc voulu participer à d'autres courses. Quand les entraînements se sont intensifiés, j'ai dû choisir entre le foot et l'athlétisme. J'ai choisi ce dernier pour la diversité des disciplines et le côté individuel qui valorise la performance pure. Les chronos ne mentent pas et tu dois compter uniquement sur toi pour les défier.

Quels ont été les succès qui t'ont donné envie de continuer ?

– Ma récente participation aux championnats d'Europe U23 m'a vraiment motivé. J'ai pu montrer

que j'avais ma place parmi les meilleurs Européens. Mais ça m'a aussi montré qu'il y avait encore du travail pour rivaliser avec les tout meilleurs de la discipline.

Quelle est la part de travail mental dans ta préparation ?

– Le travail mental est une grande partie de ma préparation, c'est pourquoi cette année j'ai décidé d'être accompagné par une coach mentale. On a beaucoup travaillé sur la visualisation qui joue un rôle très important sur le 400 m haies, pour automatiser le plus possible notre schéma de course.

À long terme, quels sont tes rêves sportifs ?

– Le rêve ultime serait effectivement de participer aux Jeux olympiques.

Mais avant ça, j'aimerais passer la barre symbolique des 50 secondes et participer aux championnats d'Europe chez les élites.

Si tu as un conseil à donner à un jeune qui veut se lancer dans l'athlétisme, quel est-il ?

– Ne jamais oublier que le plus important, c'est de prendre du plaisir !

Propos recueillis par Juliana Bender

CV de Thierry

Début de l'athlétisme : 2014.

Début sur 400 m haies : 2019.

Coach : Julien Quennoz.

Record personnel sur 400 m haies : 51 secondes 44.

Palmarès :

2021 : champion suisse U20.

2023 : vice-champion suisse U23.

2024 : champion suisse U23.

2025 : 6^e aux championnats suisse élite, 29^e aux championnats d'Europe U23, vice-champion suisse U23.



Deuxième meilleure performance valaisanne de tous les temps derrière Julien Bonvin.

Dixième meilleure performance romande de tous les temps.

f i : @thierry.cajoux

Club de Lutte Charrat-Fully

Belle réussite pour nos lutteurs à la Fête cantonale valaisanne à Loèche-les-Bains.

Anthony Fontaine s'est illustré en atteignant la finale face à Lario Kramer. Malgré une défaite lors de ce dernier combat, il a décroché une très belle 5^e place.

Le club compte également un nouveau couronné avec Jonas Knieling, auteur d'un excellent parcours qui lui permet de terminer à la 7^e place.

Bravo à eux pour leurs belles performances. *Alexandra Sieber*



Anthony Fontaine et Jonas Knieling.



Florine Carron

Du Cap Nord à la Suisse en vélo

Ce projet est l'aboutissement de 4 ans d'un travail intensif mais aussi physique, dont 2 années de travail intense sur mes peurs tels que la nuit, les éléments naturels, le vide et les animaux sauvages. Petit à petit, j'ai apprivoisé ces zones d'inconfort en allant dormir dans la forêt, allumer un feu, dormir dans un hamac en plein hiver, marcher en montagne et dans des conditions difficiles pour bien me préparer.

En Inde, lors d'un voyage de 2 mois en solitaire, l'idée du bikepacking a germé. Voyager seule là-bas était compliqué et parfois dangereux. Alors je me suis tournée vers l'Europe, un terrain plus sûr pour concrétiser ce projet. Je suis toujours partie en voyage seule, dès mon plus jeune âge et j'adore ça. Cette envie de se lancer un nouveau défi vient aussi du fait que je voulais entreprendre quelque chose que je ne maîtrisais pas, comme le bikepacking, et tout apprendre par moi-même.

En juin, le projet a pris forme : partir du Cap Nord et traverser tous les pays, depuis la Laponie jusqu'en Suisse. Je n'avais jamais vraiment fait de vélo auparavant. J'ai donc commencé de zéro : apprendre à changer un pneu, tester mon matériel, traverser la Suisse pour tester mes limites physiques et mentales.

Cette aventure, c'est 80 % de mental et 20 % de physique. Chaque jour, il faut trouver où dormir, composer avec la météo, aller vers les gens, découvrir leur culture. J'ai également traversé des parcs nationaux, rencontré des animaux sauvages, bivouaqué dans des endroits improbables et surtout, je me suis reconnectée avec la nature. C'est une quête de dépassement de soi, mais aussi une manière d'inspirer d'autres personnes à oser sortir de leur zone de confort.



Départ du Cap Nord : 11 août 2025.

Équipement : 15 kg le vélo, 25 kg de matériel dont 8 kg de nourriture et boisson, batterie externe, bivouac.

Pour suivre mon aventure :

@flo_getby

Pour me soutenir :

Fr. 10.- : thé, cookies.

Fr. 20.- : les courses.

Fr. 40.- : une nuit au chaud.

Fr. 100.- : la totale !

Par Twint au 077 414 81 87 avec mention «Cap Nord» et vos nom et prénom.

Merci !

Propos recueillis par Alexandra Sieber



Nos sages, fondatrices et fondateurs du Fully moderne, à l'ombre d'un vaillant châtaignier. De gauche à droite : Nelly Taramarcas (1926), Jean Marie Carron (1938), Michel Taramarcas (1943), Jacques Carron (1932), Charly Carron (1935), Jean Taramarcas (1932) et la doyenne, Judith (1925). Photo Alain Léger, photo page 1 Jean Carron. Merci à Francine Hamdane qui nous a précisé les années de naissance.

Judith Carron : 100 ans de dévouement au service des autres

Le 2 juillet, notre doyenne Judith Carron a célébré son centième anniversaire !

Judith Carron, appelée par tous tante Judith, est née en 1925 à La Fontaine, fille de Judith et Etienne Carron-Cajoux, neuvième enfant d'une fratrie de dix.

Si une vie devait être résumée en deux mots, celle de tante Judith serait sans doute « générosité » et « dévouement ». Toujours là pour s'investir auprès des autres. Pilier familial, répondant toujours pré-

sente en cas de besoin, lors des naissances ou des maladies, dans les moments de joie comme ceux de peine.

Travailleuse infatigable, agricultrice appliquée, elle a œuvré avec ardeur dans les vignes de Champplan ou les champs de tomates et de choux-fleurs au Colloracle. Son labeur, elle ne le comptait pas, ni pour elle-même, ni pour les autres.

Une famille unie autour d'elle

Avec 31 neveux et nièces et pas moins de 87 petits-neveux, tante Judith a marqué plusieurs générations. C'est dans un esprit de convivialité que sa grande famille s'est réunie le samedi 28 juin au couvert de la Châtaigneraie. Entourée de ses proches (280 personnes), au son de la fanfare et de la chorale familiales, tante

Judith a été honorée comme il se doit lors de ce jour de fête empreint d'émotion et d'allégresse. Six de ses premiers cousins étaient présents, dont sa cousine Nelly, qui venait tout juste de fêter ses 99 ans.

Une centenaire au cœur d'or, une vie bien remplie et un héritage de générosité que sa famille ne cessera de chérir. Toute la famille te dit merci, tante Judith.

Ta famille

Intérêt pour le bénévolat ? L'Œuvre Sœur Louise Bron recrute !

Au début des années 90, parallèlement à la construction de l'EMS, l'Œuvre Sœur Louise Bron est créée.

Elle a pour but de soigner les contacts entre les résidents et les familles de Fully (il n'y a d'ailleurs pas que des Fulliérains au home, loin s'en faut, y compris chez les bénévoles), d'animer la cafétéria et d'apporter une aide financière à la fondation qui gère le patrimoine immobilier du foyer.

Actuellement, l'œuvre, présidée par M. Jean-Marc Ançay, se concentre sur 3 missions : la récolte de dons, le Club des Aînés et le service à la cafétéria un après-midi par semaine. La récolte de dons est faite chaque automne par un tout-ménage envoyé à la population de Fully. L'argent récolté sert

à améliorer le quotidien des résidents : aménagement d'une terrasse ombragée au nord du bâtiment de l'EMS, installation d'un aquarium au 3^e étage, acquisition d'un chariot sensoriel, etc.

Le Club des Aînés, géré par M^{me} Jocelyne Levrard, propose des activités à tous les aînés de la commune : match aux cartes, loto, brisolée, etc.

Le 3^e aspect est la gestion de la cafétéria de l'EMS. Supervisée par M^{me} Claire Michellod, une équipe de bénévoles assurait une présence à la cafétéria du lundi au dimanche, jusqu'au Covid. Durant l'épidémie, le service a été assuré par le personnel de l'EMS. Depuis l'automne 2022, les bénévoles ont repris le service à raison d'un après-midi par semaine. L'équipe,

dynamique et motivée, souhaite augmenter sa présence un second après-midi par semaine. Dans cette optique, nous recherchons quelques nouvelles personnes pour compléter notre équipe.

Etre bénévole à la cafétéria, c'est assurer une présence de 14h à 17h30. Le travail est simple : faire fonctionner la machine à café, mais surtout avoir du

plaisir dans les relations avec les résidents et leur famille. Si vous êtes intéressés, nous serons ravis de vous intégrer dans notre groupe. Pour tout renseignements, contacter M^{me} Claire Michellod au 077 410 80 40.

Au plaisir de vous compter parmi nous !

Myriam Bruchez Baillif
et Claire Michellod



CHRYSTALLIS NATUROPATHIE – Yann Dorsaz

Originaire de Fully, Yann Dorsaz a grandi au cœur des montagnes, développant très tôt un lien profond avec la nature, l'art et le corps. Après une carrière de danseur contemporain en Europe, le yoga et la naturopathie se sont imposés comme une évidence, prolongeant son chemin artistique et humain.

Chry
sallis
naturopathe

Formé en tant que professeur de yoga en Inde puis diplômé en naturopathie à l'EPSN de Lausanne, il accompagne aujourd'hui les personnes vers un équilibre global – physique et émotionnel – au sein du cabinet Chrysallis. Il continue également d'enseigner la danse, une passion complémentaire à sa pratique.

Bonjour Yann, vous avez un parcours professionnel essentiellement basé sur le corps et le mouvement, la naturopathie s'est-elle imposée à vous comme une continuité naturelle ?
– Oui, tout à fait. À travers mes différentes pratiques, j'ai développé une véritable écoute du corps. La naturopathie s'est donc imposée comme une continuité évidente : elle me permet aujourd'hui de remettre le corps au centre, mais sous un autre angle, celui de la santé et de l'équilibre global.

Quelles prestations proposez-vous au sein de votre cabinet ?

– Avant tout, il me paraît essentiel de rappeler ce qu'est la naturopathie : une médecine traditionnelle européenne (MTE) qui vise à soutenir l'organisme dans sa capacité naturelle d'auto-guérison. Lors de la première séance, nous réalisons un bilan de santé approfondi. Ensuite,

lors de la deuxième consultation, après analyse de ce bilan, j'oriente le patient à travers trois piliers fondamentaux : la nutrition, les remèdes naturels (plantes, compléments alimentaires) et les techniques manuelles (massage de Breuss, ventouses, sangsues).

Mon approche s'inscrit toujours en collaboration avec le corps médical. Avec le patient, nous définissons un suivi adapté, qui se poursuit jusqu'à l'amélioration des symptômes et le retour à un meilleur équilibre de santé en traitant les causes.

Quels conseils donnez-vous pour retrouver un équilibre global ?

– Je conseille avant tout de revenir à la simplicité : privilégier les produits bruts, locaux et de saison. Nous avons la chance de vivre dans une région agricole, où la nature nous offre les bons nutriments au bon moment. Éviter les produits industrialisés est déjà un grand pas vers plus de vitalité.

Il est aussi essentiel de manger lentement, dans un environnement calme, de préserver un sommeil réparateur, de prendre soin de son hygiène de vie et de ses émotions. Le mouvement reste aussi fondamental : le corps a besoin de bouger pour rester en équilibre.



Enfin, je recommande de cultiver ce qui fait vraiment du bien : des activités qui nourrissent le cœur, un retour à ses valeurs profondes et à ses passions. Et si malgré tout vous vous sentez bloqués, je suis là pour vous accompagner.

Propos recueillis par Alexandra Sieber

Site : www.chrysallis-naturopathie.ch

Adresse : chemin de l'Etray 24, 1926 Fully.

Heures d'ouverture :

Mardis et samedis 10h-20h.

Téléphone : 078 348 26 33.

Fully, ses lieux-dits : Les Tsonton de la Krète

Il y a des toponymes qui étaient pratiques localement, mais le deviennent beaucoup moins au niveau régional et au fil du temps car on peut les confondre. Par exemple, il existe une quantité impressionnante de «Grange(s)» (où il y a la / les granges), de «Planard» (où il y a le replat), de «Six Rouge» ou «Sé Rouge» (où il y a le rocher rouge), etc.

Il paraîtrait que l'un des noms de lieux les plus utilisés au monde est «Saint-Joseph» (San José, San Giuseppe, São José, Sint Josef, Sfântul Iosif...). Sur le territoire fullérien, il y a quelques «Saint-quelque chose» : place Saint-Symphorien, rue Saint-Ours...

À Fully, on a, comme ailleurs mais ici encore plus, une floppée de «Crète», «Crète», «Cretta(z)» ou «Krète», entre nos dévaloirs. Nos crêtes sont abondantes et raides mais souvent entrecoupées de petits replats ou monticules nommés «tsonton», francisés en *chonton*, ce qui donnerait de nombreux

«Tsonton de la Krète» par-ci ou «Chonton de la Crète» par-là, quand ce n'est pas «Le Tsonton» tout court ou une forme proche comme «Le Tsanton de la Krète» ou «Chanton de la Crète» (*tsanton /chanton* s'utilise pour un promontoire panoramique plus large qu'un simple monticule souvent discret comme le *tsonton /chonton*).

Sur toute la commune, je n'ai trouvé parmi tous nos «Tsonton ceci» ou «Chonton cela» que deux seuls «Tsonton de la Krète», appelés exactement ainsi et ils sont les deux à Buitonnaz ! Partout ailleurs, on dit «au Tsonton» ou «à la Crète» tout court, ou alors on a nommé autrement l'endroit («Tsonton de la Croix» ou «Plan de la Crète» etc.). Le premier précède le torrent à l'ouest du village et le second frôle son torrent oriental.

Pour plus d'infos, consultez mon ouvrage Fully, ses lieux-dits !

Jean-Marie Ançay

www.bienvenuechezjim.siteweb.ch

Fête du 15 août à Jeur Brûlée

Alors que la journée était caniculaire en plaine, à Jeur Brûlée l'air restait agréablement frais. La cantine avait été montée la veille par Mathieu Cheseaux et quelques amis.

C'est la deuxième année qu'il a pris les rênes de l'organisation de la traditionnelle fête du 15 août, auparavant orchestrée par Claudy Carron, également présent ce jour-là. Cette passation générationnelle a insufflé un vent nouveau à la fête.

La traditionnelle tombola géante a été maintenue grâce aux généreux donateurs, pour la plupart fidèles à ce rendez-vous. Une magnifique journée placée sous le signe de la bonne humeur et de la convivialité, avec pour objectif de favoriser les rencontres entre les habitants du hameau.

Un grand merci à Mathieu pour son dévouement, et bon vent pour la suite !

Alexandra Sieber
Mathieu Cheseaux
à la fête de Jeur Brûlée.



Vive la pomme suisse!

Magnifique initiative d'Inoverde Union-Fruits pour notre jeunesse!

Dans les écoles primaires de notre commune, c'était la fête de la pomme. Des centaines de pommes valaisannes ont été partagées avec les enfants. Notre fruit national a été célébré à l'occasion de la Journée de la pomme, le 12 septembre. Parce que la santé des enfants est essentielle, la Commune de Fully, la Direction de l'école primaire et Inoverde Union-fruits se sont unis pour offrir ce moment gourmand et joyeux.

Que serait la Suisse sans la pomme? Notre mythe fondateur perdrait de sa magie, nos paysages de leur charme et nous ne pourrions plus savourer chaque jour avec plaisir un fruit frais et sain. Grâce à l'attachement de la population aux fruits et au jus de pomme suisses, les producteurs s'investissent chaque jour dans cette passion. Un grand merci à vous! En parallèle, nous soulignons les bénéfices des fruits

indigènes: les personnes qui achètent systématiquement des produits de saison venus de la région soutiennent les entreprises locales, mais agissent aussi en faveur de la nature. En favorisant les déplacements courts et les produits locaux, on soutient notre économie et notre planète! Chaque geste compte pour préserver notre environnement, encourager les producteurs de la région et savourer au quotidien des fruits de qualité.

Ensemble continuons ce geste simple mais si bénéfique. Une pomme par jour éloigne le médecin!

Alain Léger 🍏

Photo: Yves Andenmatten, responsable d'Inoverde Union fruits; Aimée Enam, l'une des centaines d'écolières qui ont reçu des pommes et Pierre-André Ramuz, directeur des écoles primaire de Fully.



Moment insolite à découvrir sur YouTube!



Votre Journal de Fully, un défi relevé grâce à vous, MERCI!

Chères lectrices, chers lecteurs du *Journal de Fully*, nous vous remercions pour vos soutiens depuis tant d'années. Que du Bonheur! Ensemble, continuons à partager nos moments d'échanges et les beautés qui animent nos jours. Ce BV ci-dessous est le signe de votre

soutien et du désir de retrouver chaque mois, dans votre boîte à lettres, votre *Journal de Fully*. Nous comptons sur vous!

Alain Léger, président du Journal de Fully,
Alexandra Sieber, vice-présidente

À DÉTACHER

Récépissé

Compte / Payable à
CH29 0900 0000 1900 6501 3
Association Journal de Fully
1926 Fully

Payable par (nom/adresse)

┌

└

Monnaie Montant
CHF

┌

Point de dépôt

Section paiement



Monnaie Montant
CHF

┌

Compte / Payable à
CH29 0900 0000 1900 6501 3
Association Journal de Fully
1926 Fully

Informations supplémentaires
Dons / Cotisations

Payable par (nom/adresse)

┌

└

┌

└

Le clocher de mon village

Achevé en 1747 en parallèle à la construction de la troisième église, d'un plan carré à une pyramide octogonale – forme courante dans la région – le clocher aurait contenu cette inscription romaine disparue au XVII^e siècle: «Dis Manibus / Quartinae Valeriae / Sentius Successianus conjugii / incomparabili» (Aux dieux, mânes de Quartinia Valeria, Sentius Successianus, à son épouse, incomparable).

Son emplacement s'explique par la réalisation de l'actuel lieu de culte, dans l'axe sud-nord, au contraire du précédent ouest-est. Sa hauteur est de 32 m. Restauré en 1986, il vient de subir une rénovation importante. C'est l'un des plus anciens bâtiments publics sis au pied du Grand Chavalard, avec les chapelles de Mazembroz et de Branson, et une poignée de maisons privées ou de mazots de forains.

Dans les archives, on trouve une série de documents afférents, dont cette «Quittance generale et reciproque passées entre l'honorable Communauté de Fully et les maitres Piere de Villa et Baptiste Zolla habitant à Syon, de la somme de FF 16500 pp, pour la ditte Communauté». La place manque pour en publier l'intégralité. Et sa lecture complète pourrait se révéler fastidieuse tant abondent les formules juridiques complexes, écrites dans un style alambiqué. Ainsi, ce libellé traduisant le libre consentement: «les quelles preconstituées parties non point par force, crainte, ny aucune sinistre machination à ceci induite ainsi qu'ils disent, mais de leur plein grè, libre, et entière volonté [...]». Sans corrections majeures, nous ne reproduirons donc que les passages propres à saisir l'ampleur de l'ouvrage collectif et le poids politique croissant d'une «honorable communauté», qui accédera bientôt, en 1798, au statut de «libre commune».

«Quittance generale et reciproque»

Le notaire qui a stipulé l'acte, «à Fully dans les domiciles du susdit Monsieur le Chatelain Jullionand, en presence de Nicolas Pellozoud du Biolly, paroisse d'Orsiere, et d'honoré Cailliou, François de nation, demeurant à Fully, temoins à ceci priés, et requis», s'appelle «Piere

Nicolas Sarasin d'Orsiere, par les autorités apostolique et episcopale du diocese de Syon notaire juré [...] qui pour foy et temoignage de verité de ce que sus est écrit, je me suis à la coutume [...]».

Il déclare utiliser «par facilité» le français, la «langue vulgaire», et non le latin, car l'affaire traitée doit être comprise des communiens, de la «populace». Communiens qui, invités par un mandat du 16 août 1746 de l'évêque du diocèse de Sion, M^{gr} Jean Joseph Blatter, avaient accepté de fournir des centaines de journées de corvée, ramenant la facture au prix de la main d'œuvre spécialisée. Ajoutons-y la fourniture gratuite de bois, de pierre et de chaux, et la participation de mille florins, petit poids, de la Bourgeoisie de Sembrancher, témoignage des liens séculaires entre l'Entremont et Fully.

Revenons à l'acte signé «l'année depuis le verbe incarné courant mille sept cent cinquante-deux, et le douzième moy de mars». Après le traditionnel préambule «Au nom de Notre Seigneur Jesus Christ. Amen», sont énumérés les noms et qualités des parties contractantes.

Les deux «maîtres massons», Piere de Villa et Baptiste Zolla

D'une part, les deux maîtres-maçons «entrepreneurs du batisage de l'Eglise et clocher de la Communauté de Fully» absents, représentés par deux procureurs, notables de la ville épiscopale de Sion «scavoir noble et genereux monsieur François Xavier de Courten, ci devant curial et moderne syndic de la noble ville de Syon. agissant dans ce present acte comme procureur établi d'honnette Piere de Villa maitre masson habitant à Syon, accompagné de la femme du dit maitre Piere de Villa, et monsieur François Frantzneti, marchand habitant dans la ville de Syon, agissant aussi dans cet

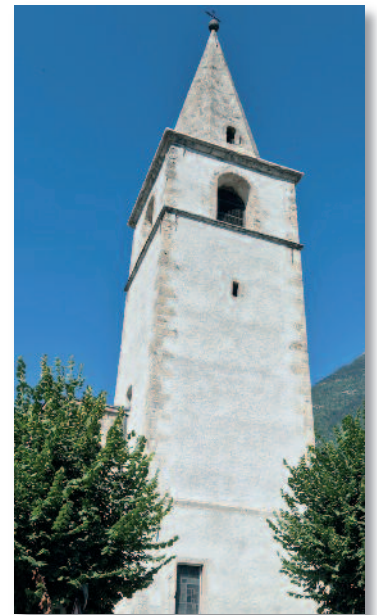
acte comme procureur établi d'honnette Baptiste Zolla, aussi maitre masson habitant à Syon [...]».

L'honorable Communauté de Fully

D'autre part, l'honorable Communauté de Fully, par ses élus, soit dans l'ordre: «honnette Jean Symphorien Bender de Chattagner, paroisse du dit Fully, agissant dans ce present acte en qualité de syndic de la ditte honorable communauté de Fully se faisant fort, d'honorable Etienne Duxex, ci devant sautier du dit Fully son adjoint syndic absens pour lequel il se fait fort, accompagné ledit syndic Bender d'honorable Jean Antoine Roduit sautier moderne du dit Fully, comme aussi de Prudent et Provide Monsr Jean Baptiste Jullionand, notaire, et chatelain de la Bannière de Sallion, et d'honnette Jean Pierre Bender, tous jurés du dit Fully présents, consentants, et le sus-nommé syndic Bender autorisant [...]».

«Final payement de seize mille et cinq cent florins petit poids»

Au centre figure le nœud de l'accord: le prix final de 16 500 florins «à teneur du convenu fait, et passé entre la ditte communauté et les dits maitres massons», après un dernier versement de 1025 florins: «Premierement les dits Messieurs De Courten, et Frantzneti, au nom que sus est dit, avouent, confessent, et déclarent par les presentes d'avoir effectivement resçus aujourd'huy au noms de leurs dits constituants, savoir des dits charge ayants de la ditte communauté de Fully, scavoir la somme de mille, et vingt cinq florins petit poids, et cela pour final payement de la somme principale de seize mille et cinq cent florins petit poids, ci devant promise aux dits maitres massons, à teneur du convenu fait et passé par et entre la ditte communauté et les dits maitres massons, au sujet du batisage de l'Eglise et clocher dudit Fully.» Voilà qui éteindra toutes les prétentions futures: «les dits Messieurs les procureurs acquient, absolvent et rendent libre la ditte communauté de Fully, et leurs successeurs quelconques, avec promesse de ne jamais plus dorenavant inquieter, rechercher, ny molester la ditte com-



© Rosette Ançay

munauté, ny les successeurs en charge. Par contre, et réciproquement, le dit syndic Bender, au nom de la ditte communauté, de l'aplaudissement susdit, fait plaine et entiere quittance generale aux dits Messieurs De Courten et Frantzneti presents, recevant au nom des dits maitres leurs constituants, [...] tout ce que les dits maitres estoient tenus de faire et accomplir au sujet du dit batisage de l'Eglise et clocher du dit Fully.»

Philippe Bender, historien

Les cloches

Le clocher abrite cinq cloches en fonction. Une sixième, fêlée, à la tonalité mi bémol, repose à la base de l'édifice. Datant de 1694, elle a pour parrain le curé en charge Pierre Gaillard et marraine Marie Perret. Les cinq cloches ont les tonalités suivantes:

La bémol, 1731 avec pour parrain Bartholomée Joachim Roduit et marraine Marie Verollet.

Si bémol, 1786; avec pour parrain Nicolas Tornay et marraine Marie-Catherine Bender.

Ré bémol, 1871; avec pour parrain Frédéric Abbet et marraine Anne-Marie Bender.

Do, 1892; avec pour parrain Jules Roduit et marraine Mathilde Lattion. Mi bémol, 1986; pour le cinquantenaire de l'église.

Le sonneur de cloches, le marguillier, poste occupé en règle générale par deux personnes, était désigné par le Conseil communal, comme le montre cet extrait de la séance du 7 juillet 1844: «Remis la marguillerie à Jean Symphorien Cotture pour une année pour le prix de septante deux francs.»

Le Musée de Fully: savoir-faire alpin et hydroélectricité

Werner Bellwald

Il a tout perdu mais il a gagné le cœur du Musée de Fully.

Werner Bellwald fut le premier historien du Musée de Fully. Après avoir guidé en 1998 les premiers travaux d'inventaire des nombreuses collections du savoir-faire alpin, il travailla également sur l'exceptionnel complexe hydro-électrique de Fully.

Toujours très actif dans le domaine de la valorisation du patrimoine, il reçut de nombreux prix. Hélas, son travail et ses mérites ne furent pas suffisants pour éviter que le ciel et la montagne s'abattent sur Blatten, sa patrie, son village, son habitation. Ainsi, mis à part sa mémoire, sa générosité, sa gentillesse et sa résilience, Werner Bellwald a tout perdu.

Touchés et émus, nous ne l'avons pas oublié: le 21 juillet dernier, nous l'avons invité et reçu au musée. Il put constater l'évolution de l'institution en 25 ans de travail et apprécier les expositions sur la

châtaigne et le savoir-faire alpin. Comme remerciement et encouragement à la poursuite de sa carrière, nous lui avons offert une aquarelle de Blatten et l'occasion inattendue de nous entretenir sur ses souvenirs et surtout ses projets.

Ce fut un moment chaleureux pour tous et, nous l'espérons, divertissant pour notre ami. Merci Werner!

Camille Ançay-Cortial
Photos FMA

Werner Bellwald reçoit l'accolade d'André-Marcel Bender.



Blatten, avant et après.

Nous avons le plaisir de vous annoncer le vernissage de l'exposition liée à l'hydroélectricité, le 16 octobre prochain.

Ouvert tous les mercredis après-midi de 14h à 17h ou sur demande à l'Office du tourisme de Fully au 027 746 20 80 ou ot@fully.ch.

Le Musée de Fully remercie tous ses donateurs! Grâce à eux nous continuerons à valoriser et préserver votre patrimoine!
lemuseedefully.ch
[fondationmartialancay](https://www.facebook.com/fondationmartialancay)

Grâce à nos donateurs nous préservons votre histoire! Si vous aussi, souhaitez nous soutenir, voici pour vous faciliter la tâche, un QR TWINT



ou nos coordonnées bancaires: Banque Raiffeisen Martigny et Région
Société coopérative - 1926 Fully
IBAN CH73 8080 8004 0357 7555 2

SWIFT - BIC RAIFCH22
Notez que les dons sont déductibles des impôts!



Renaissance tic-tac Fully

Après 10 ans de recherches liées à mes souvenirs d'enfance, j'ai eu le bonheur de trouver deux montres Norrac (anagramme ingénieuse de Carron) en parfait état de marche.

De 1962 au début des années 1970, Michel Carron a créé la manufacture de montres Norrac dans les locaux de l'actuel hôtel-restaurant de Fully. Durant la même époque, il a aussi construit la mythique salle du Ciné Michel, où nous avons pu découvrir les péplums hollywoodiens et les comédies françaises les plus populaires.

Dans les grandes années de fabrication, les montres Norrac, avec ses 45 employés, ont eu un grand succès bien au-delà de nos frontières.

Encore dans les années 1960, les grandes familles de Fully devaient proposer à leurs jeunes filles soit

de rentrer au couvent, soit d'aller travailler dans les hôtels de l'arc lémanique ou d'aller comme fille au pair en Suisse allemande. Très malicieux et progressiste, Michel Carron avait publié ce slogan

publicitaire pour améliorer ses ventes: « Pour une montre qui part, c'est une jeune fille qui reste au pays! ».

Merci Michel Norrac.

Olivier Thétaz

Modèles homme et femme et souvenirs des enseignes Adam et Eve sur les portes des toilettes encore existantes dans l'ancienne salle du Ciné Michel.



GOÛTEUSE BRISOLÉE

À Fully, on se réjouit de l'arrivée de l'automne juste pour le plaisir de partager entre amis quelques brisolées, cette **spécialité ancestrale** à base de châtaignes rôties. Plus qu'un repas, la brisolée est l'occasion d'une rencontre, un rêve d'enfant. Pensez donc : manger avec les mains, voir ses doigts noircir à mesure que l'on décortique les fruits cuits au feu de bois, déguster un savoureux fromage d'alpage, du raisin bien mûr, quelques fruits et arroser le tout de moût ou de vin... mmmh, quel régal !

Pour la version dite « royale », on ajoutera diverses salaisons, viande séchée, lard ou jambon cru. La brisolée, servie en automne dans les restaurants de Fully, est l'une des stars de la Fête de la Châtaigne.

En 2014, lors de la 20^e édition de la manifestation qui a accueilli 43 000 visiteurs, pas moins de **10 tonnes de châtaignes** ont été consommées en deux jours !

POUR BIEN BRISOLER

On prépare les châtaignes à brisoler en les trempant et en incisant leur enveloppe avec la pointe d'un couteau, ce qui facilitera leur épluchage et leur évitera d'exploser. L'art consiste à cuire les fruits sans les carboniser : laissez la flamme les lécher et agitez régulièrement le brisoloir pour bien répartir la chaleur, durant quinze à vingt minutes.

COMMENT REPÉRER LES VÉREUSES ?

Comment repérer les châtaignes pourries ou rongées par des petits vers ? C'est tout simple : plongez les fruits dans l'eau une vingtaine de minutes. Les châtaignes qui remontent à la surface ne sont pas bonnes.



La brisolée « royale »



Brisoloir cylindrique



Brisoloir poêle

À CROQUER

La châtaigne se prête à quantité de préparations culinaires, tant salées que sucrées : pain, soupe, saucisses, confiture, gâteaux, vermicelles, fondants, liqueur, etc. Les personnes intolérantes au gluten peuvent en consommer sans modération, puisque ces fruits n'en contiennent pas. Ils sont en revanche en sucres lents et en vitamine C.

Sentier didactique de la Châtaigneraie Fully

PLAN DU SENTIER



LE SAVIEZ-VOUS ?

Brisolée signifie « jetée au feu ».

Le **brisoloir** est l'instrument dont on se sert pour rôti les châtaignes. Il peut s'agir d'une vieille poêle criblée de trous, d'un cylindre ou des engins prêts à servir que l'on trouve dans certaines quincailleries.

Brisoleur désigne la personne qui maîtrise l'art délicat de la brisolée, et donc le maniement du... brisoloir.

La plus jeune châtaigneraie d'Europe s'agrandit

Que va-t-il se passer le 15 octobre au lieu-dit de la combe d'Enfer ? Un jeune châtaignier sera planté. Offert par l'Imprimerie du Bourg que nous remercions chaleureusement, il sera le 7^e d'une série de 50.

Il aura pour parrain et marraine deux invités exceptionnels : notre Thierry Cajoux – fils de Carole et Philippe – et la championne de sprint Ajla Del Ponte. Ces stars de l'athlétisme s'enracineront ainsi dans notre terre fulliéraine. Un moment festif avec discours, témoignages et vin de l'amitié.

Nos invités

Ajla Del Ponte naît le 15 juillet 1996 à Locarno (TI). Son parcours sportif et humain est un exemple d'abnégation et de combat. Elle parle ouvertement de la dépression qu'elle a dû combattre et de son fantastique retour au plus haut niveau, aussi après des blessures. Plusieurs fois championne d'Europe, elle est arrivée au sommet de l'élite mondiale avec une

5^e place aux Jeux Olympiques de Tokyo avec 10"77 au 100 m. « Il faut se donner du temps et de l'amour à soi-même. J'essaie de plus m'écouter. Je veux témoigner de cela. Je regarde la vie avec plus de magie dans les yeux. » confie Ajla. Nous sommes très fiers de sa présence aux côtés de Thierry Cajoux (lire aussi page 8 l'interview de Thierry par Juliana Bender).

Notre association met en commun une Fulliéraine ou un Fulliérain avec une vedette dans son domaine. Ce châtaignier est un signe d'enracinement et de reconnaissance du travail et du bonheur qu'ils partagent. Nous pensons aussi à leur famille qui les entoure, c'est tellement extraordinaire !

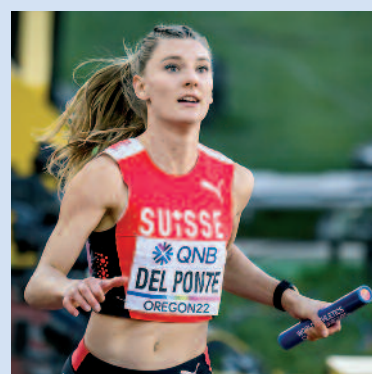
Le Mazot de Pierre Faval se mue en Maison de la châtaigne

Au fond de la combe d'Enfer, c'est dans ce magnifique mazot en bois aux volets jaunes que l'association

L'Amitié d'Enfer agit. Ses événements tournant autour de la châtaigne, le mazot change de référence et Fully se dote d'une Maison de la châtaigne, ce qui est naturel au vu de notre histoire.

Début 2026, une inauguration officielle aura lieu, point de départ de projets solides et sur le long terme. Par exemple la création d'un conservatoire de la châtaigne, des parrainages et des plantations de châtaigniers, ainsi qu'une exposition permanente à la Maison de la châtaigne. Si ces projets vous parlent, n'hésitez pas à nous rejoindre dans l'association. Infos au 079 837 27 64 ou à alainleger@yahoo.fr.

Pour l'association,
Laurent Baillif Bruchez,
Alexandre Roduit, Alain Léger



La brisolée des aînés

2 octobre

Organisée avec le Club des Aînés de Fully, l'AsoFy propose la brisolée au Forum des Vignes de Fully dès 12h. Inscription auprès de l'AsoFy.

Course de la châtaigne

4 octobre

Dès 11h, les enfants scolarisés de Fully participeront à la traditionnelle Course de la châtaigne.

Activités-rencontres:

cueillette de châtaignes et brisolée

6 octobre

De 13h30 à 15h45, gens d'ici et d'ailleurs partagent deux heures d'animation. Frais de participation Fr. 5.-. Informations et inscriptions: Aline Gillioz au 079 390 85 43.

Zip Zap Seniors - clôture

6 octobre

Clôture de la saison en musique et en dégustant des muffins à la courge. 14h au Zip Zap à côté de la salle de la Pétanque.

Fête de la Châtaigne

11 et 12 octobre

Un savant mélange de gastronomie, d'artisanat, de terroir, de nature et de culture, avec plus de 300 exposants qui emplissent les rues de Fully. Animation des rues et de la châtaigneraie. Informations et programme: fetedelachataigne.ch.



Maison de la châtaigne à la combe d'Enfer

15 octobre

Plantation du châtaignier offert à Thierry Cajoux et Ajla Del Ponte dans la plus jeune châtaigneraie d'Europe (lire page 14).

Loto du Club des Aînés

16 octobre

A 14h30, la cantine du FC Fully accueille le loto du Club des Aînés pour un moment convivial.

KM Vertical

18 octobre

Avec 1920 m de distance et 1000 m de dénivelé, le Kilomètre Vertical de Fully, connu internationalement, est la course la plus raide du monde.

Spectacle ON VA OÙ ?

Du 24 au 26 octobre

La belle Usine vous accueille pour un spectacle de la compagnie Spectacleexpo: vendredi et samedi de 20h à 22h et dimanche de 18h à 20h. Informations et réservations: 078 251 13 73.

Vente-échange automne-hiver

25 octobre

De 9h à 14h, la salle de gym de Charnot ouvre ses portes pour la vente-échange automne-hiver, avec bar convivial pour l'apéro, petite restauration et tombola aux magnifiques lots.

Cartes et jeux - Club des Aînés

30 octobre

A 14h30 à la cantine du FC Fully, le Club des Aînés propose un après-midi convivial de cartes et jeux de société.

Dîner communautaire

30 octobre

Bienvenue à la salle de la Pétanque dès 11h30 pour partager un menu mijoté avec amour. Chacun donne selon ses moyens, la solidarité fait le reste.

RAMASSER DES CHÂTAIGNES À FULLY

Lieu de détente apprécié des villageois et des visiteurs en général, la châtaigneraie abrite un sentier didactique, un parcours Vita ainsi qu'une piste finlandaise. En saison, chacun peut y ramasser gratuitement des châtaignes pour sa consommation personnelle. Chaque mètre carré produit en moyenne 200 g de fruits. Mais attention! Seuls les fruits tombés à terre peuvent être ramassés.



POURQUOI RAMASSER SEULEMENT LES FRUITS À TERRE ?

Lorsque les amateurs de châtaignes gaudent les arbres (action de les frapper à l'aide de bâtons pour en faire tomber les fruits, en l'occurrence, les bogues), des plaies se forment sur l'écorce, où se développe le chancre, une maladie qui entraîne la mort des arbres.

Rendez-vous sur fullytourisme.ch pour plus d'informations!

646 Mercis!

Grâce à votre formidable soutien, le comité de l'association Sauvons le bâtiment de la SAF a pu franchir une étape essentielle dans son action pour la sauvegarde de ce patrimoine qui nous est cher.

Nous avons déposé, auprès de la Chancellerie de Fully, une pétition forte de 646 signatures, demandant qu'une fiche d'évaluation soit réalisée afin de déterminer la valeur patrimoniale du bâtiment. Ce document est une condition indispensable pour que l'avenir de cet édifice puisse être envisagé de manière éclairée, respectueuse de son histoire et de sa place dans le tissu local. Nous tenons à adresser

nos remerciements les plus sincères à toutes celles et ceux qui ont signé, relayé, soutenu et encouragé cette démarche.

Votre engagement est précieux, et il nous porte. Un merci particulier à l'Association du patrimoine, dont le soutien nous a été d'une grande aide. Un grand merci également au Musée de Fully, pour son appui fidèle et constant.

Ensemble, nous faisons vivre la mémoire des lieux et des générations qui y ont laissé leur empreinte.

Le comité: Léonard Bender, Edmond Isoz, Alain Mermoud, Isabelle Remy-Carron

Les Galopins

Little Balancing

À partir de 2 ans et demi.
2 à 4 joueurs.

Les petites grenouilles se tiennent soigneusement en équilibre sur les nénuphars pour éviter de tomber dans l'étang. Placez d'abord les nénuphars sur les piquets, puis maintenez les grenouilles en équilibre dessus.

Un jeu qui encourage la communication entre parents et enfants et développe la motricité fine.



La Ludothèque des Galopins cherche des bénévoles!

Aucune expérience n'est requise, juste l'envie de partager un moment convivial et d'aider à faire vivre un lieu apprécié des enfants tout comme des adultes. Horaires flexibles selon vos disponibilités. Rejoignez-nous pour contribuer à un projet local enrichissant!

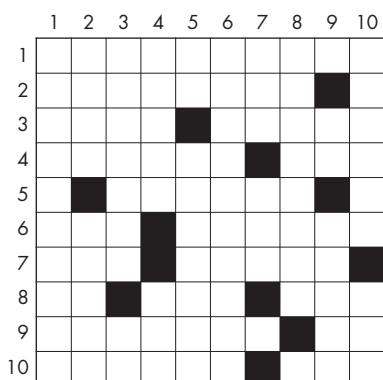
Contact: 078 741 35 30
ludofully.galopins@gmail.com ou passez directement nous voir à la ludothèque, rue Maison de Commune 15, 1926 Fully.

Nous nous réjouissons de faire votre connaissance.



Maison de la Petite Arvine: Abbé Robert Zuber et Philippe Mettaz.
Rien n'est dû au hasard... Vérification faite, on y trouve bien de la Petite Arvine dans cette Maison.

Samusons-nous



des grands - Installations Générant un Trafic important **8**. Reprend la police **9**. A besoin d'une laie pour faire un glaive - De la terre ou du beurre **10**. On lui doit nos albums photos - Pris dans les aspirations.

Envoyez votre réponse sur carte postale à : Journal de Fully
Rubrique « Samusons-nous »
1926 Fully

SOLUTION du sudoku
de l'édition de juin 2025

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

Lucienne Carron, de Fully a gagné un bon pour une brisolée à déguster dans un îlot-brisolée à la Fête de la châtaigne, à retirer à l'Office du tourisme.



Une publicité dans le Journal de Fully?

Consultez la rubrique « Publicité » sur notre site www.journaldefully.ch
et envoyez vos demandes, documents et publiereportages à
publicite@journaldefully.ch

CLÔTURE RÉDACTIONNELLE

Envoyez vos textes et photos à redaction@journaldefully.ch. Votre article ne doit pas dépasser 2300 signes espaces compris. Date butoir pour l'édition paraissant fin octobre : **10 OCTOBRE**. Les écrits reçus après cette échéance ne pourront être pris en compte. Plus d'informations sur journaldefully.ch

Journal de Fully - 1926 Fully

Président : Alain Léger. Vice-présidente : Alexandra Sieber. Rédacteur en chef : Yaovi Dansou. Secrétaire : Juliana Bender.
Rédacteurs : Gianfranco Cencio, Denise Sivete. Rédacteur/photographe : Jean-Paul Persiali. Comptabilité : Kathy Grange.
Webmaster : Giuseppe Capuano. Edité par : Association « Journal de Fully » fondée le 1^{er} janvier 2000. Impression : Imprimerie du Bourg SA.
Tirage **4800 ex.** Imprimé sur couché mat FSC. Site : www.journaldefully.ch. Distribution : La Poste Fully.

SOUTENEZ VOTRE JOURNAL DE VILLAGE!

Chères lectrices, chers lecteurs, le Journal de Fully est gratuit, réalisé avec passion par des bénévoles pour vous informer de la vie du village, promouvoir les initiatives et les événements locaux. Le budget annuel s'élève à Fr. 100 000.-. Pour offrir un contenu de qualité, nous avons besoin de votre soutien ! Si vous souhaitez contribuer à la pérennité de votre journal, vous pouvez faire un don via ces QR code avec mention de vos nom et prénom. Merci !



IBAN
CH29 0900 0000
1900 6501 3

Payez facilement
avec TWINT



Scannez le code QR avec
l'app TWINT.

Saisissez le montant total
et confirmez le paiement.



Soutien - abonnement
Fr. 40.- par an
Abonnement hors
commune Fr. 50.- par an

Parrainage (parrain
ou marraine officiel
dès Fr. 150.-):
Bronze Planuit Fr. 150.-

Argent Chiboz Fr. 200.-
Or Sorniot Fr. 250.-
Platine Grand-Chavalard
Fr. 300.- et plus

Ils nous soutiennent, soutenez-les!

Platine Grand Chavalard Fr. 300.- et plus

Association pour la sauvegarde
du patois de Fully
Bruchez construction métallique SA
Carron-Thétaz Emmanuel,
conseiller communal
Fondation Martial Ançay,
Musée de Fully
Jok'Import SA, Vernayaz
Kiraly André
Persiali Jean-Paul
RP Solutions SA, Roulin Patrick
Sinergy
Team La Trace
Tron Consulting
Tron Immobilier

Or Sorniot Fr. 250.-

Les Amis bransonnards
Ançay Isabelle,
Gîte du Bonheur, Fully
Bender Nathan, Fully
Café de l'Union, Fully
Café des Alpes, Fully
Café-Restaurant des Amis, Fully
Cheseaux Céline,
Thermomix, Fully
Colonie de Sorniot
Manon Coaching, Martigny
Tea-Room La Diligence, Fully

Argent Chiboz Fr. 200.-

L'Abrigitte chambre d'hôte,
Grandfontaine, Jura
Amicale des Pêcheurs, Fully
Café-Restaurant L'Avenir, Fully
Carron Edouard,
député-suppléant
Gay-Luisier Carmen
Les gardiens
de la cabane du Fenestral
Juillerat Silvio
Mazanek-Steffen Laetitia
Ski-Club Chavalard

Bronze Planuit Fr. 150.-

Alexandra, Grégory,
Charline et Noélie
Amicale du Wifi,
Espace coworking, Fully
Amis-Gym, Fully
Ançay Valérie, kinésiologue,
Fully
Arlettaz Jean-Marie
Association Belle Usine, Fully
Auto-Ecole Neury
Badminton-Club, Fully
Bender Emmanuel, Fully
Bender Marguerite et Claude
Bibliothèque de Fully
Blanjean Dominique, Fully
Boutique Mod'Lyse, Fully

La Boutique du Vin, Fully
Brochellaz Gérard
Carna Fully
Carron Excursions SA Fully
Carron Jonas, Fully
Carron Léonard, maçonnerie,
Fully
Carron Pierre-Elie
Cave des Amis, Arlettaz Frères,
Fully
Le Centre Fully
Chœur « L'Echo des Follatères »,
Fully
Cidre-du-valais.ch
Club Les Trotteurs, Fully
Club des Lutteurs, Charrat-Fully
Confrérie de la Châtaigne, Fully
Dorsaz Odile
Droguerie La Centaurée, Fully
Fanfare La Liberté, Fully
Fanfare L'Avenir, Fully
Fellay Edouard
Fiduciaire Dorsaz SA, Fully
Fit +, fitness, Fully
Fol'terres agritourisme, Fully
La Friperie, Fully
Fully en Transition, Fully
Granges-Guenot Géraldine, Fully
Groupe patoisant Li Brëjyoeü
Laurant Marie-Christine et famille
Librairie Solitaire,
Dorsaz Dominique, Fully
Librairie Une Belle Histoire, Fully
Ludothèque Les Galopins, Fully
Luisier Damien, Saillon
Magasin du Monde, Fully
Maison du Yoga, Veillon Aude,
Fully
Malbois André-Marcel,
député suppléant
Monod Julien, député PLR
Multisports Fully
Parti Libéral Radical, Fully
Pharmacie de Charnot, Fully
Pharmacie Von Roten, Fully
Roduit-Moll Jean-Marc
Schönhardt Pierre-Alain
Section des Samaritains, Fully
Seydoux Thomas, Fully
Silver Gym, fitness, Fully
Société de chant La Cécilia, Fully
Société de Tir Union
Staub & Fils SA
Stéphanie Sport Santé, Fully
Tea-Room Les Arcades
Tennis-Club Fully
Thibou d'Chou Café, Fully
La Toque d'Or, Fully
Vallotton Aude, Ose Réussir
Volken-Pitteloud Jeanne-Andrée
Volley-Ball Club, Fully