



L'Antenne

Journal de Gibloux

7^{ème} année / N° 61 / Novembre 2023



*Une pépite pour
son club
Page 8*

ÉDITORIAL



«Une pomme par jour éloigne le médecin !»

Je souris. Cette maxime entendue au marché nous vient de nos amis anglo-saxons, et a été utilisée pour la première fois en 1866, dans un article sur la santé.

Il n'a rien de banal, ce joli fruit rond.

Dans la Grèce Antique et en Egypte Ancienne, la pomme est un fruit sacré, qui représente la fécondité, la renaissance et l'amour. Puis l'Ancien Testament en a fait un fruit défendu, jusqu'à ce qu'au Moyen-Âge on lui attribue des vertus de guérison: la pomme est à l'origine du mot *pommade*.

Riche en vitamines, sels minéraux, fibres, pectine et fructose, la pomme favorise entre autres l'élimination des toxines et la digestion. Elle apaise les petits creux et désaltère.

En Suisse, on compte plus de 1200 variétés !

L'automne raccourcit les jours et apporte avec lui ses vents froids et humides. La pomme égaie le mois de novembre, avec des préparations créatives : pommes au four, crumbles, bircher, tartes, compote et même infusion. Les idées ne manquent pas pour tenir le docteur à distance !

Et si vous ne croyez pas à cette maxime, Winston Churchill y a ajouté avec malice quelques mots :

« Une pomme par jour éloigne le médecin, pourvu que l'on vise bien. »

Isabelle Delon



DERRIERE L'IMAGE

Oui. Ceci est une image. Une photo. Presque dans ses tons et sa couleur d'origine.

L'humain est capable (ou coupable ?) de créer des choses incroyables sur sa Planète, et même sur notre Commune de Gibloux !

Que représente cette photo ?

(adresse e-mail : lau.sudan@bluewin.ch)

Réponse au rédacteur de cette mini-rubrique, qui se fera un plaisir d'adresser une carte pour chaque bonne réponse. Pas trop j'espère... N'oubliez pas d'ajouter votre adresse postale !

Bonne lecture !



**PROCHAINE
PARUTION
LE VENDREDI
1ER DÉCEMBRE
2023**

Dernier délai
d'envoi
des annonces :
le 1er novembre 2023

info@lantenne.ch



SOMMAIRE

- | | |
|-----------------------|--|
| 2 Derrière l'image | 12 Bonjour les voisins ... |
| 4 Kin-Ball | 13 Cueillette de champignons dans le Gibloux |
| 6 Team Gibloux FF15 ! | 14 Mauvaise herbe : vraiment ? |
| 7 Le coin des petits | 15 Coup de fouet |
| La kotse dou patê | 16 Rikudo |
| 10 Marguerite | |

AGENDA

NOVEMBRE 2023				
Date	Heure	Organisateurs	Quoi ?	Où ?
jeudi, 2 novembre 2023	18h30	Gibloux Solidaire	Assemblée générale	Salle communale, Farvagny
vendredi, 3 novembre 2023 samedi, 4 novembre 2023		Société de musique "La Lyre"	Souper-spectacle "Une nuit au cabaret"	Salle de la Tuffière, Corpataux
dimanche, 5 novembre 2023	17h30	Dimanche-Musique	Ensemble Triade (sur les pas de Piazzolla)	Eglise de Corpataux
	19h30	FC Farvagny/Ogoz	Loto	Salle communale, Farvagny
samedi, 11 novembre 2023	18h30	Fanfare l'Echo du Lac	Fondue Party	Halle polyvalente, Rossens
vendredi, 17 novembre 2023		Amicale de la Pétanque d'Ogoz	Assemblée annuelle	Vuisternens-en-Ogoz
samedi, 18 novembre 2023	18h30	Jeunesse de Villarlod	Soirée de lancement "Villarlod 2024"	Salle polyvalente d'Estavayer-le-Gibloux
	19h00	Fanfare paroissiale "La Lyre"	Soirée de soutien	Salle communale, Farvagny
	20h15	"Association culturelle La Tuffière"	"Frou-Frou les Bains"	Salle de la Tuffière, Corpataux
dimanche, 19 novembre 2023	De 10h30 à 14h30	Société de gym de Rossens	Brunch	Halle de gym, Rossens
	19h30	Club athlétique Farvagny	Loto	Salle communale, Farvagny
samedi, 25 novembre 2023	10h00 à 17h30	Groupement des dames de Gibloux	Marché artisanal de Noël	
jeudi, 23 au samedi, 25 et jeudi, 30 novembre 2023	20h15	Troupe de Théâtre tARTuf	"À la Piscine"	Salle de la Tuffière, Corpataux
dimanche, 26 novembre 2023	17h15			
samedi, 25 novembre 2023 dimanche, 26 novembre 2023	20h00 17h00	Chœur mixte Farvagny	"Hémisph'Air Nord"	Salle communale, Farvagny
DECEMBRE 2023				
Date	Heure	Organisateurs	Quoi ?	Où ?
vendredi, 1 décembre 2023	20h15	Troupe de Théâtre tARTuf	"À la Piscine"	Salle de la Tuffière, Corpataux
samedi, 2 décembre 2023	Dès 17h30	Jeunesse de Farvagny Intersociétés de Farvagny Le Chœur d'hommes Fanfare La Lyre	Saint-Nicolas	Centre village Salle communale, Farvagny
	20h15	Troupe de Théâtre tARTuf	"À la Piscine"	Salle de la Tuffière, Corpataux
dimanche, 3 décembre 2023	17h15			
dimanche, 3 décembre 2023	Dès 11h30	SDV	Noël des aîné(e)s	Vuisternens-en-Ogoz
	17h30	Dimanche-Musique	Choeur Yaroslavl'	Eglise de Corpataux
jeudi, 7 décembre 2023		SDV	Fête de l'Avent Amicale de la Pétanque d'Ogoz	Vuisternens-en-Ogoz
samedi, 9 décembre 2023	20h15	"Association culturelle La Tuffière"	"Le Secret de Sherlock Holmes"	Salle de la Tuffière, Corpataux
dimanche, 10 décembre 2023	19h30	Fanfare paroissiale "La Lyre"	Loto	Salle communale, Farvagny
samedi, 16 décembre 2023	Journée	Gibloux volley	Passage des antennes	Salle de sports Pra Novi, Farvagny
dimanche, 17 décembre 2023	17h00	Fanfare paroissiale "La Lyre"	Concert de l'Avent	Eglise de Farvagny
GIBLOUX SOLIDAIRE				
Date	Heure	Organisateurs	Quoi ?	Où ?
lundis 6, 13, 20 et 27 novembre 2023	13h30		Randonnées	Rendez-vous place de parc de La Pinte, Farvagny
jeudi, 2 novembre 2023	11h45		Diner convivial	c/o Eliane Reynaud Imp. du Belvédère 17, Farvagny
jeudis 9 et 16 novembre 2023	13h30		Jeux de cartes	Dans ses locaux, Rte des Ecoles 1, Farvagny
vendredis 3, 10, 17 et 24 novembre 2023	8h30 à 9h30 ou 10h00 - 11h00		Cours de Yoga	Ecole de Magnedens - Sur inscription (voir le site de Gibloux Solidaire)

Journal mensuel d'information et de publicité indépendant et gratuit, relatant la vie des sociétés et des villages de la commune de Gibloux.
Tirage : 3'669 exemplaires. Edition, rédaction et conception : Association Journal de Gibloux - L'Antenne. Impression : media f imprimerie SA
Web : www.lantenne.ch Contact journal : info@lantenne.ch
Abonnements de soutien abo@lantenne.ch : SFr. 40 résidents, SFr. 50 extérieurs. IBAN : CH80 0076 8300 1454 1520 3. Merci :-)
Adresse : Impasse de la Perrausa 31 / 1696 Vuisternens-en-Ogoz

KIN-BALL

Pour les amateurs de sports d'actions et de technique



Ce 30 septembre s'est tenu à Farvagny le tournoi inaugural de la saison suisse de **Kin-ball**, pour les équipes Hommes et Femmes. J'en ai profité pour aller découvrir ce sport peu connu qui a été élaboré en 1987 au Québec.

Le **Kin-ball** est le seul sport qui oppose 3 équipes en même temps. Il faut totaliser 11 points pour gagner la période. Est vainqueur de la partie, la première équipe à avoir remporté trois périodes. Comme il se joue sur un terrain d'environ 20/20m, il n'est pas toujours facile de trouver des salles adaptées et le club remercie la commune pour sa bienveillance.

Motivation

D'entrée en arrivant dans la salle, je suis surprise par le dynamisme du jeu. Les 4 membres de chaque équipe n'ont que peu de répit entre deux engagements et les actions de jeux sont

fréquentes. Cette vitalité créer un contraste frappant avec ce gros ballon très léger

(122cm de diamètre) qui voltige presque au ralenti au-dessus du terrain. Les points grimpent vite et font partie intégrante de la stratégie de jeu.

à l'engagement pour qu'il soit valide. En effet, tous les membres de l'équipe doivent toucher le ballon avant que le frappeur le fasse décoller dans la direction choisie.

Esprit d'équipe

Ce thème est au centre de l'action car chaque joueur doit prendre part

Fair-play

Avant chaque engagement, la couleur de l'équipe défilée est

Fondue Party
11 NOVEMBRE 2023

MENU
APÉRITIF
FONDUE
DESSERT
CAFÉ

Halle polyvalente Rossens
Dès 18H30
40 CHF / personne
20 CHF / enfant (- 15 ans)

Délai d'inscription
6 novembre 2023
079 781 04 77
Fanfare Rossens



annoncée. Pour gagner le point, cette dernière devra alors éviter que le ballon ne touche le sol. Les autres joueurs n'ont pas le droit de l'en empêcher sous peine de perdre le point.

Qu'elle réussisse ou non, l'équipe défiée sera de toute manière la prochaine à engager !

De ce fait, tout le monde joue et a plusieurs chances de rattraper les points.

Depuis 10 ans, le club représente Fribourg au sein de la fédération suisse.

La joie de jouer est toujours au rendez-vous !

Le **Kin-Gibloux** est une grande famille, portée par une passion sportive commune.

Avis aux curieux : les membres vous accueillent volontiers pour un essai lors d'un entraînement (dès 8 ans).

Merci pour cette découverte sportive !

Viviane Milano



Entraînements :

Adultes (dès 16 ans)
lundis 19h00 - 21h00

U15 (13-15 ans)
jeudis 18h30 - 20h00

U12 (8-12 ans)
vendredis 17h30 - 19h00

www.kingibloux.com



TEAM GIBLOUX FF15 !



Victoire contre La Tour = Championnes 22-23

Les voilà les pionnières de la première équipe de foot entièrement féminine de la commune du Gibloux. L'initiative est partie d'une maman et de l'engouement de deux frères motivés.

Après une première demi-saison à ramasser des ballons au fond

de leur filet, les voilà 1ère de leur groupe lors du championnat 22-23 des FF15.

La progression est rapide et elles trouvent le filet du but adverse.

Tout au long du championnat, le jeu se met en place et les coachs font face aux caractéristiques bien trempés de ces jeunes filles motivées.

Après une première demi-saison à ramasser des ballons au fond de leur filet, les voilà 1ère de leur groupe lors du championnat 22-23 des FF15.

Avec persévérance, elles se qualifient pour la finale de la coupe fribourgeoise.

On gardera secrète l'anecdote de ce match pour ne pas discréditer les coachs à qui elles ont pu dire un grand merci pour leur engagement. Des coachs qui s'investissent sans compter pour leurs deux équipes.

Aujourd'hui, des filles ont dû, à cause de leur âge, rejoindre d'autres

équipes... déjà des transferts !

Team Gibloux compte 4 équipes féminines et des entraîneurs motivés.

Accompagnées par le papillon de leur sponsor féminin, elles jouent pour un deuxième titre.

Venez les encourager!

BRAVO les filles !

MERCI aux entraîneurs et en avant pour cette troisième saison !

CarSie



SOIRÉE DE Lancement

SALLE POLYVALENTE | ESTAVAYER-LE-GIBLOUX

18 NOVEMBRE 2023

DÈS 18H30

menu

ENTRÉE :
SALADE DE SAISON ET PÂTÉ

PLAT :
SAUCISSE À RÔTIR
SAUCE À L'OIGNON
GALETTES DE RÖSTIS
HARICOTS

DESSERT :
BUFFET DE DESSERTS

SOUPER ET ANIMATION

CHF 40.- / PAR PERSONNE

CHF 20.- / MOINS DE 16 ANS

INSCRIPTION AVANT LE 10.11

WWW.VILLARLOD-2024.CH



LE COIN DES PETITS PAR ISABELLE DELON

Les vacances sont finies, mais voici un bricolage vite fait pour décorer tes crayons et apporter de la bonne humeur à l'école !

Tu auras besoin de :

- de la laine de plusieurs couleurs
- une fourchette
- un ciseau
- des crayons et/ou stylos
- un pistolet à colle ou de la colle forte (à utiliser avec un adulte !)



Pour faire un pompon facile, enroule de la laine autour d'une fourchette (comme sur la photo) et quand tu

as une bonne couche de fils, attache les bien serrés ensemble, enlève le tout de la fourchette et coupe les bords.

Égalise au besoin les fils pour que ton pompon soit joli. Avec un adulte, fais chauffer le pistolet à colle et fixe le pompon sur le bout de ton crayon. Laisse sé-

cher. C'est fini !

Tu peux t'amuser avec différents crayons, changer les couleurs, faire des pompons bariolés, laisse-toi emporter par ton imagination. Tu peux même décorer des crayons neufs et les offrir.

À toi de jouer.



"La kotse dou patê"

par

André Piccand

Le po ke lè po
dou minâdzo dê
îthre bin cholido.

...solide

doit être très
deux ménages
Le pot qui sert à

LA TUFFIÈRE

Association culturelle · Corpataux

FROU-FROU LES BAINS

UN VAUDEVILLE MUSICAL DE
PATRICK HAUDECOEUR

MISE EN SCÈNE
SARA GAZZOLA

CHORÉGRAPHE
ALEXANDRE JUILLET

Samedi 18 novembre 23
20h15

DIRECTION VOCALE
BEATRICE PEZZUTO

www.latuffiere.org

PÉPITE ...

Le président du FC Stavia et l'âme d'un petit club

Par des températures caniculaires, **Samuel Perritaz**, surnommé **Pépîte**, vient à moi avec son doux sourire et sa démarche bien caractéristique.

Pas persuadé que sa personne mérite un article, il a néanmoins accepté de venir nous parler de ses 17 années de présidence d'un club de foot qui réunit une cinquantaine de membre actifs (18 à 58 ans... l'âge du légendaire Martial qui ne décroche toujours pas) et une soixantaine



de juniors (de 4 à 17 ans).

Organisé et méthodique, **Pépîte** assume son rôle depuis 2007 avec beaucoup de diplomatie, bienveillance et compétence. Le foot se veut rassembleur et social. N'ayant plus de commerces ou restaurants dans nos petits villages, les bords du terrain font office de retrouvailles. Pour beaucoup, l'ambiance qui se dégage est familiale et les après-matches sont souvent très vivants, que le

Cette saison 2023 la troupe de théâtre tARTuf est heureuse de vous présenter une création exclusive:

À LA PISCINE

Comédie écrite et mise en scène par Marilène Rayroud-Tamò



À LA SALLE DE LA TUFFIÈRE
ROUTE DU CENTRE 59
1727 CORPATAUX



À LA PISCINE

Comédie écrite et mise en scène par Marilène Rayroud-Tamò - Avec l'intervention du duo « Première Partie »

Cette saison la troupe de théâtre tARTuf est heureuse de vous présenter une création exclusive: « À la piscine » écrite sur mesure par Marilène Rayroud-Tamò pour huit comédiennes et comédiens de la troupe.

SYNOPSIS:

C'est l'été, il fait chaud, quoi de mieux que de passer quelques heures à se prélasser à la piscine?
Au cours d'une journée apparemment tranquille, huit personnages vont être confrontés à des situations comiques, parfois absurdes, débattre sur des sujets d'actualité et même avoir un petit coup de frayeur...
Ne manquez pas cette journée à la piscine très particulière, au final en musique!

DISTRIBUTION PAR ORDRE D'APPARITION:

Valeska Lathion	Val, la maître nageuse
Gwenaël Gendre	Ben, le barman
Daniel Kaenel	Dan Aris, philosophe
Myrtille Decrème	Mia, l'ado déjantée
Lydia Jaquier	Lola, la féministe
Emeline Decrème	Emma, la flirteuse
Anne-Thérèse Deriaz	Tina, la naturopathe
Rémi Biland	Ross, le draguer maladroit

Régie & scénographie	Marilène Rayroud-Tamò
Coiffures & maquillages	Sarah Cochard
Création lumières	Benoît Sottaz
Affiche & flyers	Emeline Decrème
Musique	« À la piscine » de Première Partie
Ecrit, interprétée par	Matthieu Juillard et Aurélie Rayroud

REPRÉSENTATIONS À LA SALLE DE LA TUFFIÈRE, CORPATAUX

Judi 23 novembre à 20h15	Judi 30 novembre à 20h15
Vendredi 24 novembre à 20h15	Vendredi 1er décembre à 20h15
Samedi 25 novembre à 20h15	Samedi 2 décembre à 20h15
Dimanche 26 novembre à 17h15	Dimanche 3 décembre à 17h15

PETITE RESTAURATION AU BAR
19h30 jeudis, vendredis, samedis
16h30 les dimanches

**ENTRÉE LIBRE
SORTIE PAYANTE**

club ait gagné ou perdu !

Epaulé par son comité, la difficulté actuelle est de recruter de nouveaux jeunes. L'offre culturelle étant vaste, le foot n'a plus autant la cote. Il est pourtant un sport peu onéreux qui permet l'intégration de tous. Voir ces juniors venir aux entraînements avec plaisir et progresser à leur rythme est ressourçant.

Pépité constate que les parents sont très motivés et accompagnent volontiers leur enfant. Trouver des entraîneurs pour les accompagner est une tâche qui demande temps et énergie.

Cependant, pour remplir ce rôle, il suffit d'avoir joué du foot et être prêt à donner de son temps. Avis aux amateurs...

Pour démontrer les bienfaits de la culture et du sport, 6 sociétés ont mis sur pied en juin une journée pour tous les élèves de l'école du Glèbe. Avec des ateliers organisés par le théâtre, le ski-club, La voix du Gibloux, la gym à Hubert, la fanfare et le foot, chaque jeune a pu expérimenter les différentes activités.

En août, a lieu chaque année le mémorial Celestino. En effet,



alors que **Pépité** faisait partie des juniors, un copain de son équipe a été tué lors d'un accident de voiture. Pour honorer sa mémoire, chaque année un tournoi est organisé et cette année, ce fut la 29ème édition avec une participation sur la journée de près de 300 enfants qui y ont vécu de beaux moments et aussi... mangé des kilos de frites.

Ma question suivante : « tu sembles être un président heureux, quel est ton secret ? » l'a fait rire et il m'a avoué ne pas se prendre la tête. Au

début, un petit tracas pouvait gâcher sa nuit alors que l'expérience acquise lui permet un sain détachement. Prononcer un discours devant une foule nombreuse n'est plus un stress et, s'il lui arrive de faire des erreurs, il s'en excuse avec le sourire et sait rebondir. Moralité : c'est en faisant que l'on apprend et le bénévolat est une bonne école de la Vie.

Ses souhaits pour l'avenir sont que le club perdure encore longtemps... car l'ambiance y est chouette et qu'il reste compétitif tout en étant composé

de jeunes de la région.

Dans un petit club tel que le nôtre, certains peinent à venir... mais plus encore à repartir !

Notre président est également très reconnaissant de l'aide financière du Club des cents (actuellement 126 personnes) car cela permet de soutenir le mouvement juniors et d'améliorer les infrastructures.

Finalement, il tient à remercier la commune qui, par sa son aide précieuse, participe à la bonne marche du club.

Sans ces deux apports importants, le club peinerait à perdurer.

Merci à **Pépité** pour son engagement, pour ses beaux discours et pour l'humanité qui transpire de sa personne.

Isabelle Roulin



MARGUERITE

On m'appelle **Marguerite**. Vous connaissez sûrement mon aïeule, celle qui aida jadis un prisonnier à s'évader d'Allemagne. Et j'ai aussi des cousines dans presque toutes les écuries de la région.

Je ne sais pas mon âge, mais je suis plusieurs fois maman et même, probablement, grand-maman. Je ne vois malheureusement plus mes enfants, qu'on m'a retirés peu après la naissance. Alors, je partage mon logis avec mes copines, Flora, Nelly, Betty et toutes les autres. Nous ne causons guère, nous contentant parfois d'un meuh pour dire notre manque. A

propos, je n'ai jamais vu le père de mes petits. Ce n'est pourtant pas ce bipède qui vient des fois visiter notre intimité ? Faudra qu'on m'explique.

D'ailleurs il me semble qu'à côté on pratique le regroupement familial. Parce qu'on voit un papa et plusieurs mamans dans le pré avec leurs petits. Mais à y réfléchir, toutes mes voisines avaient subitement disparu, avant que ces familles arrivent. Moi, je ne veux pas disparaître, j'aimerais seulement connaître un papa et qu'on me laisse les enfants. Je vais en discuter avec les copines, puis on ira meuh-ler au patron.

Sinon, on ne peut pas se plaindre. Le patron nous aime bien et nous soigne le mieux qu'il peut. On le voit matin et soir, il vient caresser nos tétines, puis les soulager. On est bien nourrie, notre couchage est propre et la pâture agréable. Mais elle peut être dangereuse. L'autre jour, Clara avait un morceau de métal haché par la faucheuse. Elle souffrit tellement qu'il fallut l'abattre. Je suis sûre que c'était une canette de Red Bull, parce qu'on en trouve très souvent au bord du pré.

Dehors, je regarde passer les trains. Enfin, de loin, car je les vois sillonner sur le coteau de l'autre versant. Eux

ne me remarquent pas. Alors heureusement que quelques promeneurs cheminent parfois le long de mon pré. Je m'en approche doucement pour les saluer. Mais certains ont peur de moi. Ou c'est leur chien qui m'effraie. L'autre jour, un enfant a demandé à son papa pourquoi nous n'avons pas de cornes. Le papa a répondu qu'on nous les enlevait pour ne pas qu'on se blesse dans la stabulation libre. Moi je ne sais pas, je ne me souviens pas avoir eu des cornes. Mais c'est vrai que les collègues du voisin, avec les cornes, elles ont de la gueule !

L'été, nous partons en

Marché artisanal de Noël

Samedi 25.11.2023 de 10h00 à 17h30
Salle communale de Farvagny-le-Grand

- ❖ 30 exposants / artisans
- ❖ Stand de pâtisseries maison
- ❖ Restauration (hot dog, frites, saucisses de Vienne, croûtes aux champignons, jambon et salade de pommes de terre)

Groupement des dames de Gibloux



vacances à la montagne. C'est physique, mais ça nous change de la plaine. Et l'herbe est si bonne là-haut ! Par contre, il y a souvent des gens qui traversent notre pâturage. Il paraît qu'il y a parfois des problèmes lorsque les vaches sont en famille, car elles veulent protéger leurs petits et les gens ne comprennent pas qu'ils doivent garder une distance... et aussi les chiens en laisse. En automne, il faut redescendre. Là, c'est la fête ! On nous décore avec des fleurs et nous défilons fièrement à travers les villages, où tout le monde nous applaudit. Le patron est devant nous. Il s'arrête parfois pour boire un coup. Nous, on attendra le retour à la ferme...

Nous avons aussi nos concours de beauté, mais je n'y ai jamais participé. De toute fa-

çon, avec ma petite tétine et mes fesses flasques, je n'aurais aucune chance. Et d'ailleurs je ne veux

pas devenir une vache-objet. Comme ces "m'as-tu-vue" qui se battent sur les talus valaisans. Les vraies reines ne se battent pas : on se bat pour elles !

Quelque chose m'intrigue. Régulièrement, l'une de nous disparaît de l'écurie. L'autre jour, c'est Violette qu'on n'a plus revue. Elle était sortie toute seule avec le patron et il me semble avoir entendu ensuite un bruit de moteur. Où est-elle allée ?

Et avant elle, c'étaient Barbara, Misette, Julie et tant d'autres. Des nouvelles prennent bien leurs places, mais elles nous manquent quand même. Il paraît qu'on mange les vaches lorsqu'elles ne font plus de petits. C'est comme ça qu'on nous remercie pour tout le lait qu'on a donné, matins et soirs durant tant d'années ?

Meuhhhh !

Gérard Steinauer

Liste des matchs à domicile (salle de Pra Novi à Farvagny)

Date et heure de début	Equipe de Gibloux Volley	Adversaire
03.11.2023 18:30	Gibloux Volley F19	Volley Düdingen F19
03.11.2023 20:45	Gibloux Volley F4 A	CAP Volley F4 B
03.11.2023 20:45	Gibloux Volley F5	VBC Schmitten F5
04.11.2023 14:00	Gibloux Volley F19 B	VBC Fribourg F19 A
05.11.2023 18:00	Gibloux Volley F1	VBC Cheseaux
10.11.2023 20:30	Gibloux Volley F3 B	TSV Gurmels F3
10.11.2023 20:45	Gibloux Volley F3 A	VBC Schmitten F3 A
11.11.2023 15:00	Gibloux Volley H3	VBC Chatel-St-Denis H3
12.11.2023 10:00	Gibloux Volley F19 B	TV Murten Volleyball F19
17.11.2023 18:30	Gibloux Volley F19	TV Murten Volleyball F19
17.11.2023 20:45	Gibloux Volley F2	TV Murten Volleyball F2 B
17.11.2023 20:45	Gibloux Volley F4 A	CS Le Mouret F4
19.11.2023 14:30	Gibloux Volley F3 B	VBC Châtel F3
19.11.2023 14:30	Gibloux Volley F5	VBC Smile F5
19.11.2023 18:00	Gibloux Volley F1	TV Murten Volleyball
24.11.2023 20:00	Gibloux Volley F1	Lausanne UC
25.11.2023 14:00	Gibloux Volley F19 B	Volley Düdingen F19B
01.12.2023 18:30	Gibloux Volley F19 B	VBC Bösingen F19
01.12.2023 20:45	Gibloux Volley F3 B	VBC Sense F3 B
04.12.2023 20:45	Gibloux Volley H3	Volley Estavayer H3
06.12.2023 20:30	Gibloux Volley F3 A	Volley GraPa F3
10.12.2023 17:00	Gibloux Volley F19	Volley Düdingen F19B
15.12.2023 20:45	Gibloux Volley F3 A	CS Le Mouret F3 A
16.12.2023 13:00	Gibloux Volley F19	TSV Rechthalten F19
16.12.2023 15:30	Gibloux Volley F2	VBC Kerzers F2
16.12.2023 15:30	Gibloux Volley F5	VBC Bulle F5
16.12.2023 19:00	Gibloux Volley F1	VBC La Suze
21.12.2023 20:30	Gibloux Volley F2	VBC Schmitten F2
22.12.2023 18:30	Gibloux Volley F19 B	Gibloux Volley F19

BONJOUR LES VOISINS : 5 MINUTES AVEC...



Pouvez-vous vous présenter brièvement et dans quel village de Gibloux habitez-vous ?

Je m'appelle **Virginia Deriaz**. Nous sommes arrivés à Vuisternens en 2007, en provenance du canton de Vaud, avec mon mari Stéphane et nos 5 enfants qui sont tous adultes aujourd'hui. Je suis arrivée en Suisse il y a 34 ans. J'ai grandi aux Etats-Unis, dans le Massachusetts que j'ai quitté à l'âge de 26 ans. Nous habitons une ferme isolée des hauts du village, sur les pentes du Mont Gibloux et à l'orée de la forêt.

Quelle est votre profession ou votre activité principale ?

Je suis enseignante, fraîchement retraitée depuis le mois d'août 2023. J'étais enseignante spécialisée et primaire. J'ai surtout travaillé dans le spécialisé mais avant d'arriver en Suisse, j'avais travaillé dans le primaire, en anglais, dans une école internationale à Bruxelles.

Malgré ma retraite, je garde encore quelques heures de catéchèse dans l'enseignement spécialisé et des activités d'aumônerie dans les CO de la Gruyère.

Faites-vous partie d'une société locale ? Si oui laquelle ?

Je fais partie de la société de Kin-Ball « Kin-Gibloux ». J'ai également été monitrice de gym au club athlétique Gibloux mais maintenant, je me concentre essentiellement sur le Kin-Ball.

Quels sont les avantages d'habiter Gibloux ?

La tranquillité, la nature, la forêt toute proche de notre maison qui nous permet d'apercevoir toutes sortes d'animaux : chevreuils, renards et fouines par exemple. L'ambiance du village me plaît beaucoup et la Société de développement de Vuisternens a toujours proposé des animations sympathiques et intéressantes.

Y a-t-il des inconvénients ?

Le seul gros inconvénient que nous avons constaté est l'absence de trottoir ou d'un cheminement sécurisé entre notre quartier et le village, donc entre chez nous et l'école primaire ou l'arrêt du bus. Il n'y a que 300 à 400 mètres mais les véhicules roulent très

vite sur cette portion de route. Cela nous a obligés à amener nos enfants en voiture pendant leur école primaire.

Votre devinette :

Mon Etat d'origine, le Massachusetts a beaucoup de points communs avec la Suisse : des montagnes, des lacs, des campagnes verdoyantes, des rivières, etc. Sauf une caractéristique que l'on ne trouve pas en Suisse. Laquelle ?

Envoyez vos réponses à :

info@lantenne.ch

afin de gagner un roman écrit à Gibloux.



La réponse à la devinette d'Elias Pesenti interviewé dans le dernier numéro de L'Antenne était :

le lynx

Hervé Eigenmann

CUEILLETTE DE CHAMPIGNONS DANS LE GIBLOUX



C'est par un magnifique dimanche après-midi que nous nous sommes retrouvés pour la traditionnelle cueil-

lette de champignons organisée par la SDV. Nous étions plus d'une vingtaine avec même la participation de deux

dames venues de Genève !

Cette année, direction La Vuisterna où deux groupes ont été faits

pour deux heures de cueillette avec George et Monique, nos deux experts.

Le sol était bien sec et nous n'avons pas trouvé beaucoup de sortes de champignons ... pratiquement aucune chanterelle, ni pied de mouton ! Par contre, de bien beaux cèpes ont garni tout de même nos paniers.

Cette cueillette permet à chacun d'avoir des explications sur les champignons au fur et à mesure de leur découverte. A la fin de la promenade, un exposé sur tous les champignons trouvés a été fait par Georges d'une manière toujours très amusante et agrémentée d'anecdotes.

On rappelle que certains champignons sont toxiques, voir mortels ! Alors, il faut toujours bien faire contrôler son panier.

Merci Georges et Monique pour ce bel après-midi en forêt.

Nous espérons que tous les participants ont apprécié ces quelques heures dans le Gibloux.

Pascale Devinenti

Le retour de la

SAINT-NICOLAS

Le samedi 2 décembre 2023 à Farvagny

AU PROGRAMME

17h30 - Cortège aux flambeaux

Traversée du village de la poste à la salle communale

18h00 - À la salle communale

Rencontre avec Saint-Nicolas et ses Flonflons pour tous les enfants sages

Prestation musicale avec les Ménestrels

RESTAURATION

Nourriture : Soupe / Gâteaux

Boissons : Vin et thé chaud

ORGANISATION

Jeunesse de Farvagny
L'intersociétés de Farvagny
Le Chœur d'Hommes
Fanfare La Lyre



MAUVAISE HERBE : VRAIMENT ?

La Prêle des champs



* Les secrets du Druide, Voyage dans l'herbier méditerranéen de Claude Roggan éd. Bois Carré

Petit+ botanique

L'Égopode fait partie de la grande famille des Apiacées, anciennement connue sous l'appellation Ombellifère. Plusieurs de ces espèces sont des légumes ou donnent des condiments appréciés (l'anis vert, l'aneth, la berce, la carotte, le cerfeuil, le céleri, le persil, ...).

Comme de nombreuses plantes de la même famille, l'Égopode produit des substances photosensibilisantes; les personnes allergiques aux plantes de cette famille doivent prendre des précautions.

Cueillette

Attention : quatre de ses cousines sont mortellement toxiques ! Il s'agit de la Grande ciguë, la Petite ciguë, l'Énanthe safranée et le Cerfeuil des fous.

Vous l'aurez compris, cette fois-ci plus que jamais, on ne cueille

que ce que l'on connaît !

N'oubliez pas nos fameuses règles CELAC !

Il est très difficile de se débarrasser de l'Égopode dans son jardin tellement son réseau de racine est dense. Chaque petit bout laissé pourra refaire une plante ! J'avoue que je



l'ai longtemps haï, tellement il est envahissant. On est en paix depuis que je le consomme (il est plus facile à cultiver que les épinards, vivace et plus prolifique).

Vertus

Il est surtout connu pour soulager la goutte (en teinture mère). Les

feuilles renferment des protéines complètes, des vitamines et des minéraux.

Usages culinaires

On peut le consommer cru, de préférence les jeunes feuilles, il agrémente très volontiers vos salades. Cuit, il remplacera les épinards dans toutes vos recettes, même les feuilles plus matures. Je vous transmets la recette préférée de mes enfants : feuilletés aux Égopodes et fromage. Autant dire qu'ils sont tout de suite plus motivés à m'aider au jardin !

La recette

Gardez les feuilles et une petite partie des tiges, puis vous les nettoyez. Faites-les cuire vapeur ou à bouillon très doux, égouttez, réservez. Dans une autre casserole, préparez votre sauce tomate pas trop liquide avec l'oignon et épicez selon vos goûts. Puis vous mixez la sauce et les

égopodes cuits.

Ajoutez à cette préparation le fromage de votre choix (feta, gruyère, ricotta, mozza-



rella, ...).

Découpez la pâte feuilletée en carré et placez la farce au centre, refermez en triangle et placez au four préchauffé à 180°.

Vous pouvez bien entendu ajouter de la viande hachée ou du thon. Nous l'avons également fait avec de la pâte à gâteau ou à pizza, mais notre préférence ce sont les feuilletés !

Alors : l'égopode n'est-il vraiment qu'une mauvaise herbe ?

Viviane Milano, Florem

Egopode

Famille : Apiacées

Nom latin :

Aegopodium podagraria

Noms communs :

Herbe aux Goutteux; Podagraire; Geissfuss; Baumtropfen;

Nom patois :

(si quelqu'un le connaît merci de me renseigner)

Généralités :

herbacée, vivace, de 30 à 90 cm de haut.

Feuilles :

Munies d'un long pétiole de section triangulaire, creusé en gouttière sur la partie supérieure. Composées de plusieurs folioles, elles-même divisées en 3 parties allongées au bords dentés

Fleurs :

Petites et blanches groupées en ombelles composées, de mai à août.

COUT DE FOUET PAR ISABELLE DELON

Quoi de mieux qu'un dessert réconfortant pour entamer cette saison qui refroidit ?

Voici une recette un peu différente de la tarte aux pommes habituelle : la tarte aux pommes façon crumble

INGRÉDIENTS

Pour la pâte :

200g de farine
d'épeautre
100g de beurre en
petits morceaux
1 c.c. de mélange pour
pain d'épice
un peu d'eau

Pour la garniture :

4 à 5 grosses pommes
50 g de sucre roux
130 g d'amandes
moulues
90 g de beurre
1 sachet de sucre
vanillé
1 c.c. de cannelle en
poudre
1 jus de citron
Chocolat noir fondu
(optionnel)

- 1 Préchauffer le four à 210°C (Th. 7).
- 2 Préparer la pâte : mélanger du bout des doigts les ingrédients jusqu'aux épices jusqu'à la formation de «sable». Ajouter l'eau, rassembler en boule rapidement sans pétrir. Mettre au frais 30 minutes. Étaler sur du papier sulfurisé et garnir une plaque ronde. Piquer à la fourchette.
- 3 Peler et épépiner les pommes et les râper grossièrement. Mélanger avec le jus de citron et le sucre vanillé.
- 4 Préparer le crumble : mélanger du bout des doigts les amandes, le sucre, le beurre et la cannelle pour former des petits grumeaux.
- 5 Répartir les pommes sur la pâte, couvrir de crumble et enfourner pour 25-30 minutes, jusqu'à ce que la pâte et le crumble soient dorés.
- 6 Optionnel : Au sortir du four, badigeonner le bord de la pâte avec du chocolat fondu.

Servir tiède avec un bon thé, ou pourquoi pas un petit vin blanc !



**Bon
appétit !**



Vuisternens-en-Ogoz Fêtes de l'Avent 2023

Et oui, Noël approche !

Comme chaque année, des fêtes de l'Avent sont organisées dans notre village. Excellente occasion de se rencontrer, de boire un bon thé à la cannelle ou un verre de vin chaud et de savourer quelques pâtisseries !

Les dates que nous vous proposons sont les suivantes :

1, 2, 3, 7, 8, 9, 10, 15, 16, 17, 22 et 23 décembre

La SDV est à la recherche de personnes, familles, voisins qui désirent organiser ce moment de convivialité. Nous mettons à disposition les thermos pour le thé et vin chaud et participons aux frais jusqu'à concurrence de frs. 50.-.

Toutes les personnes désireuses d'organiser une fête peuvent nous contacter jusqu'au **3 novembre 2023** au :

078 / 623.21.53 ou par e-mail à :
sdv@vuisternens-en-ogoz.ch

Meubles Kolly

Qui d'autre appréciera ce nouveau matelas?

SEMAINES DU PAILLON  **Offres spéciales Roviva**
 du 25.09 au 26.11.2023

Bulle | Payerne | Rossens | Sugiez

www.meubles-kolly.ch

RIKUDO N°23

Le **Rikudo** est un jeu de grille hexagonale où il s'agit de reconstituer un chemin en passant par les nombres indiqués.

Instructions :

Depuis le nombre 1, rejoindre le nombre 60, les nombres se succèdent en passant d'une cellule à l'autre. Les cellules marquées d'un losange contiennent deux nombres consécutifs.

Solution Rikudo n°22 - L'Antenne n° 60

