



## ÉDITO

### Merci



Je prends la même plume, le même encrier et le même plaisir d'écrire pour profiter d'une tribune amie et de référence.

La vie locale est dans mes gènes. Coule dans mon sang le besoin de défendre un coin de terre pour mieux appréhender le monde. Le rappel des origines et le respect de nos aînés font partie de mon ADN, ils m'aident à une meilleure compréhension de l'autre, à ce respect naturel qui doit guider toutes nos actions.

Cette approche philosophique nous conduit, chers lecteurs, à l'essentiel, à l'essence même de notre rencontre : la proximité. Quelle chance d'avoir un vecteur de qualité qui parle de vous, de nous, de la vie d'ici et un peu d'ailleurs.

La vie locale, tout un programme ! La vie avec un grand V. Cette vie faite de

petits riens qui transmettent parfois de grandes émotions.

Un journal local est un ami qui se glisse dans la boîte aux lettres sans autre prétention que de servir une communauté. Quelle noble mission que de se faire l'écho de la vie des gens que l'on côtoie régulièrement, avec lesquels on partage les bons et les moins bons moments de l'existence. L'exercice demande de l'engagement, un brin de chauvinisme et d'aimer ce que l'on fait. A Fully, la ruche est bourdonnante, nombreuses sont les sociétés, les animations, les manifestations, les rencontres et la population hétéroclite en constante augmentation. Il y a de quoi faire, de quoi raconter pour la belle équipe du Journal de Fully.

Longue vie à ce vecteur et merci à ceux qui le font vivre et qui m'ont invité...

Marcel Gay  
de La Gazette de Martigny.

## Pierre Dorsaz

### Cave les Collines

Notre Pierre Dorsaz, avec son Fendant de Fully, a gagné le **Mondial du Chasselas 2023** avec la meilleure note jamais obtenue ! C'est extraordinaire pour notre commune et notre Valais !

Alain Léger



Pierre entouré avec fierté de ses parents, Alexandre et Marie-Laure.

### Pour soutenir votre journal

Faites un bel accueil au BV inclus dans cette édition (p. 13). Votre geste permettra au JdF de paraître chaque mois dans vos foyers. Grand merci à vous.

## Apparition

Christian Théoduloz





LES  
PETITES ARVINES  
DE FULLY

# FULLY, ARVINE 2023

VEN 17.11.2023  
15H À 20H

SAM 18.11.2023  
10H À 18H



Dégustations des Petites Arvines

Dégustations animées par Vincent Debergé (inscription obligatoire sur notre billetterie / nombre de places limité)

Restauration proposée par la Laiterie d'Orsières avec ses produits du terroir

Lieu: Salle polyvalente de Fully

Informations sur

[PETITESARVINESFULLY.CH](https://PETITESARVINESFULLY.CH)



BILLETTERIE



## La Promesse de Jean-Daniel

### Un honneur pour Fully.

Notre ami Jean-Daniel Deléglise a vu sa vache Promesse (652 kg) sacrée **Reine de 2<sup>e</sup> catégorie et 2<sup>e</sup> de la Foire du Valais.**

Des passionnés qui font vivre nos traditions et terroirs! *Alain Léger*



## ET DES CHAMPIONNES

### Course de la Châtaigne

Elia, Marie, Adora et Camille.



Alicia, Justine, ... la troisième et Edith.



## Robin Pellaud-Bruchez

A 11 ans, Robin a gagné deux titres cette saison : **champion suisse de BMX** en juillet, ainsi que celui de **champion romand et valaisan** !

Il démontre ainsi que l'excellence n'attend pas le nombre des ans !



PUB

CRÉATIONS ALPINES ARTISANALES  
RÉGIONALES NATURELLES PERSONNALISÉES

**5,-CHF de rabais**  
sur vos achats  
en ligne avec le code:  
**NOEL**  
Valable sur  
alpwood-ambiance.com  
jusqu'au 30.11.2023

MADE IN FULLY

**ALPWOOD AMBIANCE**

Cadeaux personnalisables - Gravure au laser

**DLC**  
DORSAZ LOCATION CONTAINERS Sàrl

1926 FULLY T 027 746 35 00

[www.decdorsaz.ch](http://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)

Renseignements et réservation :  
**027 746 35 00** ■ [dlc@decdorsaz.ch](mailto:dlc@decdorsaz.ch) ■ [www.decdorsaz.ch](http://www.decdorsaz.ch)

*Angelina Roudit* + INFIRMIÈRE  
INDEPENDANTE

📍 Rue de la Poste 6, 1926 Fully  
☎ 079 524 22 70  
✉ [info@angelina-roudit.ch](mailto:info@angelina-roudit.ch)  
🌐 [angelina-roudit.ch](http://angelina-roudit.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

# CARRON

## EXCURSIONS



**David Dorsaz**

Revêtements de sols

Brevet fédéral

Chemin de l'Usine 16,  
1926 FULLY

077 410 81 71

dorsazsol@gmail.com

**POSE | RÉNOVATION | ENTRETIEN**

Parquet massif et stratifié | Linoléum | PVC | Tapis



## La Louye

Carrosserie Sàrl

**Depuis 1973  
à votre service**

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

**027 746 24 19**



## Agence funéraire de Fully

Affiliée à Pagliotti Frères à Martigny

**Jean-Baptiste Farquet**

**079 934 08 73**

(24h/24h)

Si non réponse: 027 721 8 721

www.pagliotti.ch - info@pagliotti.ch

**Contrats de prévoyance décès**



**Votre agence locale  
référéncée dans toute  
la Suisse**



**Delphine Roccaro 079 746 04 45**

**RV-SERVICE.CH**

*L'immobilier en confiance*

info@rv-service.ch

Rue de l'Eglise 48, 1926 Fully

**POUR NOS CLIENTS, NOUS CHERCHONS  
DES BIENS IMMOBILIERS  
À VENDRE**

**Vous êtes vendeur ou vous connaissez quelqu'un  
susceptible de vendre ? CONTACTEZ-NOUS !**



## Théâtre forum

**La Commune et l'AsoFy vous invitent à un théâtre forum : quand les seniors valaisans et valaisannes parlent de la question de genre.**

La troupe valaisanne « Questions Seniors » monte sur scène pour vous présenter sa nouvelle pièce : « Je ne suis plus votre petit-fils ». Réalisée avec l'aide de deux animateurs sous la forme d'un théâtre forum, elle met en scène les questionnements sur les changements de société liés à l'identité de genre.

Le public est plongé dans l'histoire d'un couple qui fait face à une situation inattendue : leur petit-fils veut devenir une fille. Comment réagiront-ils ? Pourront-ils comprendre et accepter cette nouvelle situation ? Le public est invité à explorer les émotions, les questionnements et les défis auxquels sont confrontés les personnages dans leur recherche d'amour, de compréhension, mais aussi dans

leurs résistances. Comme il s'agit de théâtre interactif, les spectateurs peuvent changer le cours de l'histoire et même devenir acteur et réfléchir en collectif à la situation. La discussion et l'ouverture d'esprit seront à l'honneur.

Venez participer ou non aux débats d'une manière ludique. A la fin de la représentation, le verre de l'amitié sera partagé. Cette démarche est ouverte à tout public et à tout âge.

### INFOS

**Dimanche 5 novembre à 16h**

salle de gymnastique de Charnot Sans inscription, chapeau à la sortie.

AsoFy au 027 747 11 81 ou [jeunesse@fully.ch](mailto:jeunesse@fully.ch)

## Clean Up Day

**15 et 16 septembre 2023 : deux journées pour nettoyer la commune de Fully de ses déchets sauvages.**

L'Asofy et la Commune de Fully ont encouragé la participation de classes de Fully lors de la journée du Clean Up Day. Deux classes de primaires et une classe du CO se sont prêtées au jeu. De plus, des citoyens engagés se sont portés volontaires durant le samedi.

Plus de 60 personnes qui ont participé à cette action citoyenne et à la sensibilisation de cette problématique écologique par la pratique. Elles ont ramassé 4 sacs à ordures de 110 l et 8 sacs de 35 l remplis de déchets variés et d'engrais retrouvés dans la nature. Les enseignants et les élèves ont souligné l'importance de ce type d'activité et de la sensibilisation qu'elle engendre. Les élèves se sont montrés engagés envers la thématique de l'écologie, une préoccupation quotidienne.

Le samedi, les zones difficiles d'accès, qui étaient hors de portée pour une classe, ont pu être nettoyées par un groupe aux profils variés.

Les participants ont exprimé leur satisfaction de contribuer à une action citoyenne importante. Nous saluons le travail quotidien des employés communaux car pour certains endroits, les participants ont trouvé la commune très propre.

En remerciement pour leur engagement, la Commune de Fully leur a offert une délicieuse grillade.

### INFOS

Nathan Roduit, animateur socio-culturel en formation à l'AsoFy, 079 561 69 29 [www.asofy.ch](http://www.asofy.ch)



Le déjeuner-conte « PROMENONS-NOUS DANS LES BOIS » est programmé le **DIMANCHE 29 OCTOBRE** Salle du Méphisto, bâtiment socio-culturel à Fully. Dès 4 ans. 9h : déjeuner, 10h : conte. Prix : Fr. 5.- membre AsoFy, Fr. 10.- non-membre, sur place en cash ou par Twint. **Réservation jusqu'au 27 octobre :** au 027 747 11 81 ou à [jeunesse@fully.ch](mailto:jeunesse@fully.ch) ou [asofy@fully.ch](mailto:asofy@fully.ch)

## Unipop

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

- 7** Initiation à la sculpture sur bois : découverte des outils, mécanique du bois, réalisation de rosaces, exercices géométriques de type gravure.
- 7** Initiation à l'aquarelle : découvrez les bases, du dessin à l'aquarelle.
- 8** Biscuits : confectionnez de délicieux biscuits pour Noël... ou pour d'autres occasions !
- 10** Gym posturale : la gym-posturale développe une meilleure sensibilité proprioceptive afin d'épouser des habitudes posturales correctes.
- 11** Méthode de libération des cuirasses : cette méthode permet de faire lâcher l'émotionnel et le psychique en relâchant le corps. Venez retrouver de la souplesse et de l'équilibre dans votre corps.
- 13** Voyage sonore / Belle sérénité : se détendre, se laisser emporter par les vibrations des bols chantants. Vous allez vous réaligner et vivre un moment magique.

- 15** Découverte de la géobiologie : la géobiologie est un art qui consiste à rechercher, détecter et mesurer tous les rayonnements susceptibles de troubler la santé de l'homme, de l'animal ou des végétaux.
- 16** Zentangle : méditer en dessinant. le zentangle est une façon de se relaxer en dessinant. Découvrez cette technique facile, ludique et accessible à tous.
- 21** Initiation aux danses de salon : valse, tango, marche, tcha-tcha-tcha et rumba, 5 danses à découvrir en couple.

### Inscriptions :

[info@unipopmartignyfully.ch](mailto:info@unipopmartignyfully.ch)

### Renseignements :

Christine Bruchez-Carron  
079 317 21 40.



## Les Galopins

### Bingo Mémo Domino

Age : 3 ans

### Description

Un coffret complet contenant 3 jeux éducatifs : un bingo, un mémo et un domino avec des illustrations sur le thème des animaux. Les règles simples de 3 jeux classiques.

Idéal pour développer le sens de l'observation et la mémorisation tout en variant les jeux ! La boîte



est compartimentée en 3 parties afin de ranger facilement les 3 jeux. Existe en version illustrée sur le thème des dinosaures (DJ08132).

# Retour sur les 30 ans du Conseil général

**Comme vous l'avait annoncé le Journal de Fully, le Conseil général a donc fêté ses 30 ans le 2 septembre dernier et cette journée spéciale s'est déroulée en deux temps.**

## Le stand au marché

Tout d'abord, nous avons voulu être présents au marché de la rentrée avec un stand devant la Maison de Commune. Là, les conseillers généraux se sont succédé pour rencontrer la population, plus précisément pour vous rencontrer, vous écouter, vous expliquer notre travail, vous rappeler la distinction entre exécutif et législatif et encourager chacun à s'engager. Tous, vous avez eu l'occasion de faire part de vos desiderata, de vos questions en les notant sur des post-it® que nous avons collés sur des tableaux. Ces suggestions et demandes seront, comme promis, toutes transmises au Bureau du Conseil général afin que vos conseillers généraux puissent en prendre connaissance et leur donner une suite appropriée.

## Raclette

Ensuite, les membres du Conseil général, anciens et actuels, ainsi que nos conseillers communaux en fonction ont été conviés à la raclette à la salle de Charnot. Après un mot d'introduction de Nicole Délitroz, présidente du comité d'organisation, puis de notre présidente de Commune, Madame Caroline Ançay, le repas a pu débuter.

Cette soirée s'est voulue, à l'image de notre présence au marché, chaleureuse et conviviale car nous voulions non seulement connaître un peu l'histoire de ce Conseil mais aussi partager nos expériences ce qui, de fait, enrichira nos prochains débats. Pour ce faire, les six présidents qu'a connu le Conseil général en 30 ans – soit Messieurs Paul-Marie Rard, Léonard Dorsaz, Guy Maret, Michel Dorsaz, Madame Jeanne-Andrée Volken et Monsieur Christian Carron – nous ont relaté dans un petit discours les faits marquants de leur législature. Pour favoriser les échanges, chacun se levait pour se servir une raclette et se rasseyait où bon lui semblait.

Une équipe dynamique de la Jeunesse active de Fully (la JAF) composée de Nils, Lucien, Malaury et Justine, veillait au bon déroulement de la soirée. Leur aide a été grandement appréciée et nous avons pu ainsi voir ce que des jeunes motivés apportent à une commune. Le tout était agrémenté de musique et de danse grâce au groupe folklorique Li Rondeniâ, au chanteur Ramos Mahran et à l'accordéoniste-amateur Amaury Wailliez.

## Remerciements et suite...

De nombreuses personnes nous ont aidés durant cette journée: à elles vont nos chaleureux remerciements.

La suite?... Ce pourrait être l'engagement de chacun d'entre vous pour Fully. Par exemple, en se présentant sur une liste électorale du Conseil général ou du Conseil communal, en dansant avec un groupe folklorique, en s'unissant à un groupement de jeunesse, en intégrant une commission de l'exécutif. Tant de possibilités qui permettent à une commune d'être dynamique et attractive.

L'engagement est partout, l'engagement, c'est nous tous!

*Pour le comité d'organisation,  
Romaine Wailliez-Pellouchoud*



*Les conseillers généraux à l'écoute.*



*La JAF, une jeunesse dynamique et serviable.*



*Moments de partage et de convivialité.*



*Une assemblée attentive au premier président du CG, Paul-Marie Rard.*

## Amitié d'enfer

**Un moment inoubliable: la plantation de deux châtaigniers à la Combe d'Enfer, par l'association «L'Amitié d'enfer».**

Fully, le 30 septembre 2023. Dans un esprit de convivialité et de célébration du terroir, l'association «L'Amitié d'enfer» a marqué son lancement avec la plantation de deux châtaigniers à la Combe d'Enfer. Cet événement symbolise les valeurs centrales de l'association: la promotion de l'amitié et la mise en valeur du patrimoine naturel unique de la région.

Des invités remarquables de l'événement ont accepté avec honneur de devenir les parrains et marraines de ces arbres emblématiques. Les parents de Théo Marclay, chanteur et compositeur – plus connu sous son nom de scène «Nuit Incolore» – l'armailli Michel Rolle, icône de la dernière Fête des Vignerons et Yvette Chastellain, bienfaitrice et propriétaire du lieu exceptionnel où les arbres sont plantés, ont tous marqué de leur empreinte cette cérémonie symbolique.

L'engagement et le travail acharné des jeunes du Foyer de Salvan et leurs accompagnants, qui ont préparé le terrain pour cette plantation, méritent une reconnaissance particulière. Leurs efforts ont été cruciaux dans la réalisation de ce projet vibrant.

La matinée a été embellie par les mélodies enchanteresses des «Castagnettes», le chœur des enfants de l'école de Charnot, et la voix impressionnante de notre armailli, ajoutant une touche de magie à l'atmosphère déjà électrisée d'émotions. Les festivités se sont poursuivies avec le partage d'une brisolée et d'autres produits du terroir au mazot imaginé, à l'époque, par Henri Carron et réalisé par l'architecte Pierre Faval.

L'association, sous la houlette d'Alexandre Roduit, Grégory Carron et Alain Léger, exprime sa gratitude profonde envers tous les participants et partenaires, notamment le Triage forestier, Fully tourisme, la Confrérie des Amis de la Châtaigne, les bénévoles dévoués et le *Journal de Fully*.

Grâce à cette synergie, l'objectif d'instaurer une dynamique locale autour des produits du terroir et des rencontres deviendra une réalité tangible. Tournés vers l'avenir et pleins d'enthousiasme, nous anticipons déjà la célébration de l'année prochaine. Nous espérons pouvoir accueillir la présidente de la Confédération, marquant ainsi un autre chapitre mémorable de notre histoire enracinée dans nos terres.

Devenez vous aussi membre de l'association, n'hésitez pas à nous contacter directement. Il y a possibilité de rejoindre un groupe WhatsApp pour recevoir les informations.

Alexandre Roduit, Grégory Carron et Alain Léger. Photos Joël Bessard

[alexandre.rodut@fully.ch](mailto:alexandre.rodut@fully.ch)  
079 723 80 51  
[info@gregorycarron.ch](mailto:info@gregorycarron.ch)  
079 669 43 36  
[alainleger@yahoo.fr](mailto:alainleger@yahoo.fr)  
079 837 27 64

L'Amitié d'enfer  
1926 Fully  
IBAN RAIFFEISEN  
CH77 8080 8003 3164 5374 4  
Les dons peuvent être d'un montant libre et Fr. 100.– pour les sympathisants (valable pour la famille).



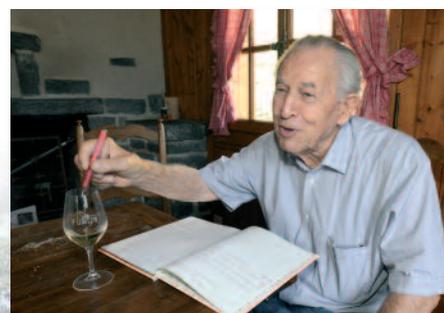
Yvette Chastellain ici au centre dans le Mazot de son papa.



Denis et Brigitte Marclay avec Michel Rolle devant leur châtaignier.



Alain Léger, Alexandre Roduit, Grégory Carron, Léonard Dorsaz, Michel Rolle, Brigitte et Denis Marclay et une bonne brisolée.



Jacques Carron signe le livre d'or en puisant l'encre dans la petite Arvine.



Un armailli s'enracine à Fully.

# Le Ski-Club Chavalard mise sur la jeunesse

**L'hiver dernier, à l'enseigne du premier Camp des familles, une dizaine de familles a pu découvrir le magnifique domaine skiable de Zinal.**

Ce sont près de 30 enfants de 5 à 16 ans et une quarantaine d'adultes (dont 16 moniteurs OJ encadrant les enfants durant la journée du samedi) qui ont pu s'amuser, se restaurer et se reposer dans un chalet à deux pas des remontées mécaniques. Fort de ce succès, le comité du Ski-Club n'a pas eu trop de peine à remettre en route l'organisation d'un 2<sup>e</sup> Camp

des familles, toujours à Zinal, les 13 et 14 janvier 2024.

La généreuse participation financière de plusieurs membres d'honneur et de sponsors permet de contenir les tarifs à un maximum de Fr. 500.- (variable selon Magic Pass ou non) par famille de 4 personnes et ce camp propose deux jours de ski, une nuit en chambre familiale, les repas du

samedi et du dimanche. Les enfants pourront être pris en charge par les moniteurs OJ et les parents, s'ils le souhaitent, skier seuls ou en groupe. Ambiance « chalet » et animations le samedi soir.

## INFOS ET INSCRIPTIONS

Jusqu'au 15 décembre auprès du président Nicolas Delayay:

[info@chavalard.com](mailto:info@chavalard.com)

079 408 76 19 ou sur internet:

[www.chavalard.com/activites](http://www.chavalard.com/activites)

## Reprise de la saison OJ le 11 novembre

Le mouvement OJ reprend ses

activités pour la saison 2023-2024 le 11 novembre avec le premier entraînement de condition physique. Le but de cette section du Ski-Club Chavalard est de donner accès au ski à prix attractif aux enfants et jeunes de 8 à 16 ans. Il repose sur la participation et la motivation de moniteurs bénévoles, qui encadrent les enfants durant deux entraînements sportifs, cinq sorties à ski (dont un concours) et un camp de cinq jours à Carnaval.

## INFOS ET INSCRIPTIONS

[www.chavalard.com/#oj](http://www.chavalard.com/#oj)

## Camp à l'Aletsch Arena

Les adultes ne sont bien sûr pas oubliés et le traditionnel camp de trois jours revient en Valais pour son édition 2024. Après le magnifique domaine d'Adelboden durant quelques années, le comité invite les skieurs à découvrir la spectaculaire Aletsch Arena, avec une base à Fieschertal, du 26 au 28 janvier 2024.

## INFOS ET INSCRIPTIONS

[www.chavalard.com/activites](http://www.chavalard.com/activites)

*Les participants au premier Camp des familles avaient le sourire sur les pistes de Zinal.*



## November Games

**Le 3 septembre dernier, le Léman a été témoin d'un exploit exceptionnel: sa traversée à la nage de Lausanne à Evian par Maxence Carron et Guillaume Maret, qui a donné naissance à l'association « Prime Athletics ».**

### Qu'est-ce que Prime Athletics ?

Fondée par Guillaume Maret et Maxence Carron, c'est une association sportive au grand cœur. Ces deux jeunes athlètes ont une mission commune: rassembler toutes celles et ceux qui partagent leurs valeurs, à travers le sport.

Leur vision va bien au-delà de la simple pratique sportive. Ils s'activent pour la création d'événements et de projets visant à soutenir des associations locales, tout en prônant un équilibre entre le plaisir de vivre à la manière des épicuriens et une pratique sportive régulière.

Dans cette optique, Prime Athletics a conçu un événement qui se déroulera à travers notre belle commune de Fully, intitulé les « November Games », le samedi 25 novembre 2023.

### November Games: un événement sportif avec un objectif social

Il s'agit d'un parcours sportif de 4 km à travers Fully, ouvert à tous, amis, familles et entreprises. Les participants seront confrontés à des postes stimulants qui mettront à l'épreuve leur équilibre, leur endurance, leur réflexion, et leur esprit d'équipe. Pour couronner le tout, une soirée animée par un DJ



se tiendra dans la salle de gym de Charnot le soir même. L'objectif principal de cet événement est de mobiliser des ressources pour concrétiser les projets à venir de Prime Athletics.

## INFOS ET INSCRIPTIONS

[reves.ch/actualites/november-games](http://reves.ch/actualites/november-games)

De plus, une part significative des bénéfices générés sera consacrée à l'association Rêves Suisse, une organisation dévouée à la réalisation des rêves d'enfants malades.

Prime Athletics





## Le FC Fully certifié ASF Quality Club

**Le FC Fully est ravi d'atteindre un nouveau jalon : la certification ASF Quality Club, une distinction décernée par l'Association Suisse de Football.**

Cette certification reflète non seulement notre engagement envers le football, mais aussi notre profond attachement à notre chère commune de Fully.

### Une évolution passionnante

Au fil des années, le FC Fully continue de grandir et d'évoluer et est un acteur incontournable dans la vie de notre communauté. Cependant, un tel essor demande une organisation bien rodée. C'est pourquoi notre comité s'est lancé dans la quête du précieux label ASF Quality Club. Après avoir minutieusement analysé notre organisation, notre approche de la formation et nos valeurs fondamentales, nous avons travaillé d'arrache-pied pendant une année. Nous avons échangé avec d'autres clubs suisses, participé à des ateliers ASF, et pris des

décisions stratégiques au sein de notre comité. Cette détermination a porté ses fruits en septembre de cette année lorsque le président de l'ASF, Dominique Blanc, a remis la certification ASF Quality au FC Fully.

### Les principes de Quality Club

ASF Quality Club encourage les clubs à améliorer leur structure,

à renforcer le rôle essentiel des bénévoles et à mettre en avant des thèmes qui nous tiennent particulièrement à cœur, comme le football féminin et l'esprit du football. Grâce à ce programme, nous avons bénéficié d'un accompagnement personnalisé, d'une évaluation approfondie de notre club et d'un soutien pour notre travail exemplaire, couronné par ce label.

### Nos motivations, notre engagement

Le football amateur est devenu un pilier incontournable de la société,

et à Fully, il fait battre le cœur de nos 600 membres. Plus de 72% de nos membres sont des jeunes. Nous nous engageons à garantir l'accès au football pour tous, à promouvoir le fair-play, le respect et le football comme facteur d'intégration. En obtenant la certification ASF Quality Club, le FC Fully renforce son engagement et notre passion commune pour le football. Nous sommes impatients de continuer à partager notre amour du jeu avec vous tous.

Le FC Fully vous dit merci pour votre soutien continu et on se voit au stade!



*De gauche à droite: Dominique Blanc, président de l'ASF; Ioana Jacinto, vice-présidente du FC Fully; Miguel Sanchez, membre du comité du FC Fully; Léa Vouillamoz, secrétaire du FC Fully; Christian Vouillamoz, président du FC Fully; Martin Zurwerra, président de l'AVF.*

## Un village et des livres

### Hôtel des oiseaux

Dominique Dorsaz

Joyce Maynard



**Une héroïne marquée par les tragédies de la vie tente, envers et contre tout, de se reconstruire.**

Dans les années 70, une explosion a lieu dans un sous-sol à New-York, causée par une bombe artisanale. Parmi les apprentis terroristes décédés: la mère de Joan, 6 ans. Dans l'espoir fou de mener une vie ordinaire, la grand-mère de la fillette précipite leur départ, loin du drame, et lui fait changer de prénom: Joan s'appellera désormais Amélia.

À l'âge adulte, devenue épouse, mère et artiste talentueuse, Amélia vit une seconde tragédie qui la pousse à fuir à nouveau. Elle trouve refuge à des centaines de kilomètres dans un pays d'Amérique centrale, entre les murs d'un hôtel délabré, accueillie par la chaleureuse propriétaire, Leila.

La description de cet hôtel m'a fait rêver: des chambres colorées, des tissus indigènes pour couvrir des lits moelleux et un jardin extraordinaire peuplé de plantes insolites et d'oiseaux aux chants mélodieux. Tout ici lui promet des lendemains meilleurs: une nature luxuriante, un vaste lac au pied d'un volcan. On aimerait poser nos valises définitivement au bord de ce lac.

Tandis qu'Amélia s'investit dans la rénovation de l'hôtel, elle croise la route d'hommes et de femmes marqués par la vie, venus comme elle se reconstruire dans ce lieu chargé de mystère. Mais la quiétude dépaysante et la chaleur amicale des habitants du village suffiront-elles à faire oublier à

Amélia les gouffres du passé? A-t-elle vraiment droit à une troisième chance? L'arrivée du personnage de Leila est un moment clé de ce roman, on voudrait tellement être son amie.

Dans ce roman foisonnant, Joyce Maynard, avec la virtuosité qu'on lui connaît, emporte le lecteur sur quatre décennies. Riche en passions et en surprises, l'Hôtel des oiseaux explore le destin d'une femme attachante, dont la soif d'aimer n'a d'égale que celle, vibrante, de survivre. Joyce Maynard tisse avec brio histoire familiale, suspense haletant et quête personnelle. Une narration envoûtante dans des paysages énigmatiques et luxuriants en Amérique centrale, région qu'elle

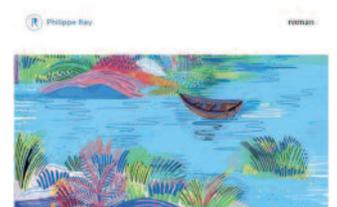
connaît bien puisque depuis deux décennies Joyce Maynard vit une partie de l'année au Guatemala.

### Hôtel des oiseaux

Joyce Maynard  
Editions Philippe Rey  
Dans toutes les bonnes librairies  
ou chez la [librairesolitaire.ch](http://librairesolitaire.ch)



Joyce Maynard  
L'hôtel des Oiseaux





Sarah Bender

### Les artistes exposés

Sylvie Arlettaz, Marianne Bender-Chevalley, Claudine Bourgeois, Régine Bourgeois, Marie-Thérèse Bovio, Marianne Carron, Rachel Carron-Sümi, Gianfranco Cencio, Mélanie Cleusix, Corinne Colombo, Pierre-Alain Corthay, Julie Crettol, Façoise Delavy-Bruchez, Anne Marie De Vico Cerdeira, Leïla Dorsaz, Samuel Dorsaz, Christophe Doucet, Christine ZL, Florence Favat, Valérie Fellay Wirthner, Alexandre Grange, Albert Gross, Stéphanie Gross, Auguste Gex Power, Ursula Javet, Christophe Labhart, Francine Lavanchy, Yves Leroy, Gérard Maret, Véronique Meylan, Dominique Morend, Christine Moret Gross, Michael Papala, Serge Rey, Evelyne Roduit, Olivier Tamarcaz, Joëlle Schafer Perraudin, Valentin Valard, Jean-Pierre Waeber.

## Rencontre avec Ernst Schnellmann

**Auteur-compositeur-interprète lucernois, écrivain, marionnettiste et homme de théâtre, Ernst a composé une grande partie de ses œuvres à Branson, dans son petit mazot blotti entre les vignes et les châtaigniers.**

Il vient de publier son deuxième livre sur notre coin de terre et sort en même temps son premier CD en français intitulé « Branson ».

### Bonjour Ernst, depuis quand viens-tu régulièrement à Branson ?

– J'y ai séjourné la première fois il y a plus de quarante ans. J'ai eu un coup de foudre ! J'ai très vite apprécié la vie simple, le calme et les rencontres avec les gens du village. J'ai ensuite acheté un petit mazot. Je ressens ici l'atmosphère du Sud et, en quelque sorte, le charme de la Provence. Branson est vite devenu pour moi un lieu de force dans mon travail créatif, comme je le dis dans la chanson « Merci Branson, tu es pour moi la source de mes chansons ». Je viens aussi régulièrement avec mon épouse Claudia ou avec des amis lucernois pour travailler mes deux cents ceps de vigne !

### Quel est le contenu de ce deuxième tome de ton livre

### « Branson, Herzerfrischende Atempausen » ?

– Comme pour le premier, ce sont beaucoup d'histoires et d'épisodes de ma vie à Branson et dans les environs. Des balades, des rencontres, des expériences, des surprises, des observations, le tout avec une touche d'humour. Il y a parfois quelques réflexions philosophiques ; j'aime beaucoup la valeur du petit, de la simplicité, du temps que l'on a pour se laisser vivre, comme l'indique d'ailleurs le sous-titre du CD « Répit pour le cœur ». Les deux livres, écrits en allemand, sont aussi richement illustrés par de nombreuses photographies et dessins.

### Chansonnier connu en Suisse alémanique, tu as écrit en lucernois tes 12 CD précédents. Pourquoi un album en français aujourd'hui ?

– Tout a commencé à la St-Ours il y a quatre ans. On m'a invité à prononcer un petit discours et à me produire à la chapelle. A cette

occasion, j'ai traduit quelques refrains en français. Alors j'ai eu le désir de composer un album entier pour honorer Branson et dire merci. Plusieurs musiciens – guitariste, pianiste, violoncelliste, accordéoniste – m'ont accompagné pour cet enregistrement.

### Où et quand pourrons-nous découvrir ces publications ?

– Je me réjouis d'inaugurer officiellement ces chansons et ces histoires dans le lieu où elles sont nées, à Fully. Je serai accompagné par mon fidèle partenaire musical, le violoncelliste Jörg Müller. Nous nous produisons au **Méphisto le samedi 25 novembre à 17h et à 20h** et à **la chapelle de Branson le dimanche 26 novembre à 17h**. Nous sommes impatients de partager ces moments avec le public.

Merci Ernst pour cet entretien et pour les œuvres créées et partagées. Nous te souhaitons d'avance plein succès en terre valaisanne.

Ernst participe aussi à l'exposition « Carte Blanche » où il se produira avec un programme un peu différent, (voir ci-dessus).

Il est bien sûr possible de commander le livre ou le CD :

Ernst Schnellmann  
Dorfstrasse 15, 6005 Luzern  
ou sur [www.ernstschnellmann.ch](http://www.ernstschnellmann.ch)  
- CD Fr. 20.–  
- Livre relié 252 pages, richement illustré, écrit en allemand Fr. 27.–  
- Livre et CD Fr. 39.–

Propos recueillis  
par Louis Carron



## Le rideau s'ouvre s

**Moment d'émotion indescriptible : la de ce qu'il y a de plus précieux**

« Carte Blanche » a bel et bien couleurs, formes et visages : pas moins de 45 artistes locaux (voir encadré) ont assemblé leurs créations pour permettre un agencement de plus de 200 œuvres. Dans ce cadre exceptionnel, les artistes des arts vivants vont se produire en direct, ajoutant



Sandrine Cotture

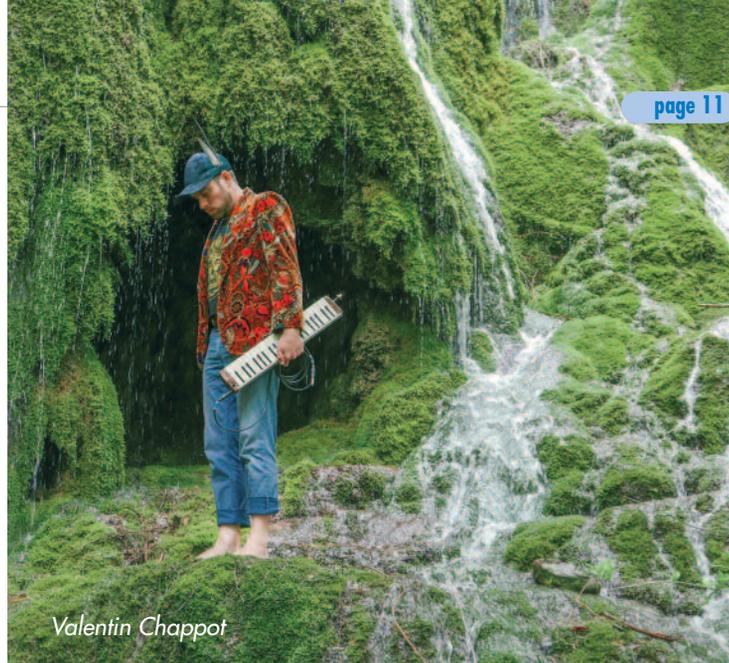
## ur « Carte Blanche »

**Belle Usine s'est transformée en écrin  
dans notre village: l'art local.**

ainsi une dimension dynamique et offrant aux spectatrices et spectateurs une expérience artistique envoûtante.

Pour que vous puissiez pleinement profiter de cet évènement, nos organisateurs ont prévu, les samedis et dimanches, des animations pour vos enfants assurées par des animatrices. Et, pour un accueil cinq étoiles, vous pourrez vous désaltérer à la buvette qui proposera même une petite restauration. Bienvenue et bonne visite!

*Gianfranco Cencio pour la Commission culturelle*



*Valentin Chappot*

### INFOS

**Du 27 octobre au 12 novembre.**

Jeu et vendredi de 14h à 18h,  
samedi de 11h à 18h,  
dimanche de 11h à 17h.

**Vernissage le vendredi 27 octobre  
dès 18h30.**

**11 novembre ouvert jusqu'à 22h**  
pour la « Nuit des Musées ».

**27 octobre 18h30**

**29 octobre 11h - 17h**

**Sandrine Cotture**

Face et body painting

**28 octobre 17h**

**Ernst Schnellmann**

Concert - Chant et guitare

**4 novembre 17h**

**Valentin Chappot**

Concert - Clavier

**5 novembre 16h**

Démo - cryptocalligraphie

**11 novembre 17h**

**Sarah Bender**

Danse contemporaine

**11 novembre 19h**

**Belle Lurette**

Concert - Chansons françaises

**12 novembre 16h**

**André Vouilloz  
et Isabelle Carron**

« Les murmures du silence »

Clavier - voix

## Chaval'Arts: naissance de l'association des artistes de Fully

**Avec ses nombreux artistes aux multiples formes  
d'expression, Fully se distingue par son exceptionnelle  
créativité.**

C'est dans ce contexte que l'association des artistes de Fully, Chaval'Arts, voit le jour, avec pour mission de promouvoir l'art local et de réunir les artistes de la région. Chaval'Arts se présente comme un nouvel acteur de la vie associative fulliéraine, prêt à s'engager pour le développement artistique et culturel local.

L'association est composée d'un comité de 11 personnes: Jean-Marc Roduit, président; Pierre-Alain Corthay, vice-président; Lara Granges, trésorière; Sybille Carron, secrétaire. Les membres du comité, Christine Perret, René Wyssen, Françoise Delavy, Bernadette Carron Roduit, André Vouilloz, Claudine Bourgeois et Anne-Marie Devico, apportent leur expertise et leur passion à la mission de l'association. Chaval'Arts s'est fixé cinq objectifs:

**1.** Créer des événements en renforçant le dynamisme de la vie

culturelle de Fully: expositions, performances, ateliers interactifs, spectacles vivants...

**2.** Donner davantage de visibilité aux artistes en mettant en lumière les créations locales et en créant des synergies avec les ressources locales et cantonales.

**3.** Offrir l'occasion d'un partage d'expériences et de connaissances en favorisant la communication et la collaboration entre les artistes locaux.

**4.** Offrir des opportunités de formation et proposer des ressources pour accompagner les artistes dans leur parcours.

**5.** Créer des ponts entre association, commission culturelle, commune, collectifs communaux et cantonaux et publics en établissant des partenariats solides avec les acteurs politiques et culturels de la région pour optimiser son impact et atteindre un large public.

Le baptême officiel de Chaval'Arts aura lieu lors du vernissage de



« Carte Blanche », à la Belle Usine, le 27 octobre (voir ci-dessus).

**Jean-Marc Roduit animera deux tables rondes durant l'exposition le 2 novembre à 18h et le 11 novembre à 9h30.** Ces échanges ont pour objectifs de rassembler les artistes locaux, d'identifier leurs besoins et leurs attentes vis-à-vis d'une association d'artistes et de discuter de la manière de collectiver les ressources artistiques pour le bénéfice de toutes et de tous.

### Devenez membre actif

N'hésitez pas à nous rejoindre pour soutenir l'art et la culture dans la région de Fully, que vous soyez

artiste ou simplement passionné par l'art:

Cotisation annuelle de Fr. 60.-, afin de prendre pleinement part au fonctionnement de l'association. Ou devenez membre passif avec une cotisation annuelle de Fr. 40.-. Inscrivez-vous par le biais de: [chavalarts@gmail.com](mailto:chavalarts@gmail.com) et vous recevrez toutes les informations nécessaires.

Chaval'Arts exprime sa profonde gratitude à la Commission culturelle pour son soutien extrêmement actif dans la création de celle-ci et se réjouit de vous accueillir à bras ouvert.

*Jean-Marc Roduit*

# Béatrice Masson Giroud

**Élue au Conseil communal il y a trois ans, je suis en charge du dicastère de l'urbanisme et des constructions.**

Je vous invite à lire l'article 1 de la LAT (Loi sur l'aménagement du territoire), il est à mes yeux le meilleur programme politique qui soit.

A ce titre, protéger le patrimoine mémorial architectural que représentent nos villages est l'une de mes priorités. Celle de veiller pour toute nouvelle construction ou transformation au respect des principes fondamentaux de la LAT : intégration au site, respect et protection du patrimoine bâti, densification de qualité vers l'intérieur, adéquation de l'aménagement bâti avec la vie sociale, économique et culturelle, dans un souci de cohésion sociale et d'intégration de toutes et tous.

L'aménagement du territoire comprend toutes les planifications spatiales aux niveaux de la Confédération, des vingt-six cantons et des communes. Les aspects stratégiques et pratiques sont de la responsabilité des cantons et des communes. Toutes les dispositions de la LAT demandent donc des mises en œuvre législatives cantonales et communales. Excepté l'article 18a, directement applicable : *Installations solaires. Dans les zones à bâtir et les zones agricoles, les installations solaires suffisamment adaptées aux toits ne nécessitent pas d'autorisation selon l'article 22, alinéa 1. De tels projets doivent être simplement*

*annoncés à l'autorité compétente. NB avec des exceptions, notamment en zone ISOS fédéral de Branson.*

Merci au *Journal de Fully* pour son invitation. A la question qui l'accompagnait – celle de connaître mon endroit préféré à Fully – je réponds que c'est la maison où je vis depuis une dizaine d'années, entourée de sa vigne avec ses deux magnifiques arbres en gardiens ; c'est elle qui m'a rendue bransoniarde, puis, depuis mon engagement à l'exécutif, fulliéraise.

C'est de son nouveau toit dont je vais vous parler.

**Le défi :** préserver le charme architectural tout en adoptant une solution verte. La maison datant de 1978, elle présente un défi particulier en matière d'efficacité énergétique.

Sa couverture en ardoise Eternit contient de l'amiante, ce qui nécessitait à terme un remplacement inévitable. Mais comment installer des panneaux solaires sans altérer l'esthétique de son toit dont les détails architecturaux, la forte pente et les poinçons dressés, sont le charme et l'histoire. Avec une toiture réveillonnée en « L », deux faitages orthogonaux et cinq lucarnes, la toiture compte au total vingt-neuf pans différents.



*Crapahutage audacieux du ferblantier sur le toit.*

**Le choix :** la pose de tuiles solaires. Nous avons choisi le modèle qui s'approchait le plus de la couverture d'origine. Cette tuile a d'ailleurs été homologuée pour des rénovations proches de monuments historiques. Une fois la couverture existante totalement évacuée, un important travail de sous-construction a été mis en œuvre pour assurer une bonne ventilation de la couverture et un lattage permettant la pose des nouvelles tuiles solaires. Les tuiles solaires ne peuvent pas être façonnées ou coupées pour s'adapter à la toiture. Ce sont en conséquence sept types différents de tuiles qui ont été combinés selon le plan du fournisseur. Les quelque 2900 tuiles solaires sont toutes reliées par un câble à des concentrateurs. Les nouvelles garnitures ont été réalisées en cuivre et la touche finale fut de replacer les poinçons aux extrémités des deux faîtes de la maison. A ce travail technique conséquent s'est ajoutée la difficulté de « crapahuter » sur un toit à plus de 100% de pente (47°). Accepter et surmonter

toutes ces difficultés a permis au toit rénové de respecter le magnifique village *ISOS fédéral* de Branson qui le surplombe. Il est le reflet de l'engagement qui doit être le nôtre pour un avenir durable et respectueux de notre histoire patrimoniale.

Dans cette histoire patrimoniale, c'est le labeur de nos ancêtres qui est inscrit. C'est le travail de la terre au fil des saisons, la vie dure qui fut la même durant des siècles. C'est mon père enfant accompagnant le sien, arrivant à pied depuis la gare de Charrat pour travailler la vigne à Fully, logeant dans le quart du mazot qui était le leur, craignant la traversée du Rhône sur le pont arrosé de l'eau du fleuve encore sauvage.

Inscrire ma fonction de présidente de la Commission de l'urbanisme dans la tension entre passé et présent est un défi. L'avoir relevé pour mon toit m'en donne force et courage.

*Béatrice Masson Giroud*



*Portrait près de l'un de mes arbres gardiens.*

## LAT Art. 1 Buts

1. La Confédération, les cantons et les communes veillent à une utilisation mesurée du sol et à la séparation entre les parties constructibles et non constructibles du territoire. Ils coordonnent celles de leurs activités qui ont des effets sur l'organisation du territoire et ils s'emploient à réaliser une occupation du territoire propre à garantir un développement harmonieux de l'ensemble du pays. Dans l'accomplissement de leurs tâches, ils tiennent compte des données naturelles ainsi que des besoins de la population et de l'économie.
2. Ils soutiennent par des mesures d'aménagement les efforts qui sont entrepris notamment aux fins :
  - a. de protéger les bases naturelles de la vie, telles que le sol, l'air, l'eau, la forêt et le paysage ;
  - a bis. d'orienter le développement de l'urbanisation vers l'intérieur du milieu bâti, en maintenant une qualité de l'habitat appropriée ;
  - b. de créer un milieu bâti compact ;
  - b bis. de créer et de maintenir un milieu bâti favorable à l'exercice des activités économiques ;
  - c. de favoriser la vie sociale, économique et culturelle des diverses régions du pays et de promouvoir une décentralisation judicieuse de l'urbanisation et de l'économie ;
  - d. de garantir des sources d'approvisionnement suffisantes dans le pays ;
  - e. d'assurer la défense générale du pays ;
  - f. d'encourager l'intégration des étrangers et la cohésion sociale.

## Vendanges à Fully

**Dans le cycle de la production de raisin, les vendanges sont un temps décisif.**

Que vous soyez une passionnée ou un passionné de vin ou que simplement vous appréciiez notre village et sa nature, vous pouvez participer aux vendanges et découvrir le monde fascinant de la vinification avec les vigneronnes et vignerons de Fully.

Ce moment est la consécration du travail accompli tout au long de l'année. « Les vendanges 2023 marquent la fin d'une saison difficile mais aussi le début de la transformation de nos raisins en vins exceptionnels » constate la vigneronne de la Cave du Bonheur, Isabelle Ançay.

Ces dernières années, en raison de l'installation des canicules et des températures globalement plus

élevées, les dates des vendanges ont tendance à être avancées partout dans le pays. Les vignerons font face à des défis importants pour maintenir la santé de leurs cultures, cherchant des solutions pour pallier au manque d'eau.

Ce climat ensoleillé a également contribué à réduire la population d'insectes ravageurs, minimisant ainsi les dommages aux vignes.

Malgré les difficultés, les vendanges se sont déroulées dans la joie et la camaraderie. L'atmosphère était empreinte de convivialité.

Marta Sielatycka



Isabelle Ançay, à la récolte des fruits de ses efforts.

PUB



pharmacie  
**VON ROTEN**

**Économisez**  
avec votre pharmacie!

**Profitez de nos offres mensuelles.**

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

## 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

vosre 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)

Saillon :

## Entre histoire géologique et créativité artistique

**L'Association des Amis du Marbre (AAM) de Saillon a pour objectif de partager l'étonnante histoire d'une carrière qui aura marqué à jamais la région et de sauvegarder un patrimoine emblématique d'importance nationale.**

Dans cette optique, l'AAM organise, le 4 novembre, une balade pédestre commentée à travers le vignoble et la forêt, qui conduit à une carrière de marbre cipolin. Vous aurez ainsi l'opportunité de découvrir ce géo site exceptionnel ainsi que la richesse culturelle de la région. Mais ce n'est pas tout ce que l'AAM de Saillon peut vous

offrir. Du 1<sup>er</sup> au 17 décembre, la salle Stella à Saillon accueillera l'exposition intitulée «Éclats de Marbre». Vous pourrez admirer une variété d'œuvres d'art créées ou inspirées par le marbre de Saillon, chacune reflétant la vision et l'expertise artistique de plusieurs artistes. L'exposition sera ouverte gratuitement au public

les jeudis et vendredis de 16h à 20h, ainsi que les samedis et dimanches de 14h à 20h. C'est une occasion unique de découvrir comment le marbre peut devenir une source d'inspiration pour les artistes.

Nous vous encourageons à ne pas manquer ces opportunités de plonger dans l'histoire géologique et artistique de Saillon.

Pour plus d'informations sur l'exposition et pour vous inscrire à la randonnée, veuillez consulter le site web de l'association à l'adresse [www.aam-saillon.ch](http://www.aam-saillon.ch).



# L'ortie

## La mal-aimée des jardins

**Nous avons tous, petits ou grands, un souvenir plutôt cuisant de l'ortie.**

En effet, même son nom latin *Urtica* (de urere, brûler) nous prévient qu'à son contact, les petits poils de silice qui parsèment le dessus de ses feuilles se cassent et libèrent de l'acide formique (comme les fourmis) et de l'histamine, responsables de l'inflammation locale désagréable.

Vivace, l'ortie se plaît partout où on lui laisse un peu de place. Elle adore les lieux pollués par l'homme... Pensez donc à balayer régulièrement devant votre porte. Blague à part, l'ortie possède de multiples vertus et a accompagné l'homme à travers les âges. On a retrouvé sur la dépouille d'Ötzi, homme préhistorique vieux de plus de 5000 ans, un petit sachet fait de fibres d'orties. Les Egyptiens, d'ailleurs, employaient l'ortie pour confectionner les bandelettes dont ils recouvraient leurs momies.

L'ortie est également partie à la conquête du monde à bord des bateaux : ses fibres si résistantes étaient tressées en cordages dont les marins se servaient comme amarres ou cordes de voiles.

Bien qu'un peu oubliée pour ses vertus textiles, son omniprésence nous fait souvent la considérer comme une « mauvaise herbe » ou « indésirable ».

Pourtant, d'un point de vue nutritif, l'ortie bat (presque) tous les records : ses feuilles contiennent plus de 20% de minéraux tels que le fer, le calcium, le magnésium et la silice, du sodium et du potassium, ainsi que les vitamines A et C. Elle représente également une source de choix de chlorophylle, puissant anti-oxydant végétal. L'ortie est un des végétaux les plus riches en protéines : presque



50 g de protéines pour 100 g de poudre d'ortie. Avis aux végétariens, l'ortie se décline en quiche, soupe, salade ou comme les épinards. On peut également la faire sécher, la réduire en poudre et l'ajouter à son mélange d'aromates à salade ou à pizza.

Au niveau thérapeutique, la feuille d'ortie sert avant tout de puissant diurétique, tonique et détoxifiant (détoxifiant?) de l'organisme. On l'emploiera en infusion pour ces indications-là.

En revanche, si on souhaite bénéficier de ses nutriments, on en privilégiera le jus frais, la poudre ou les gélules, car ils ne sont pas tous solubles dans l'eau. Cette forme-là sera plus adaptée en cas d'anémie, de fatigue et de convalescence. On emploie également la

racine d'ortie en cas de troubles bénins de la prostate.

Et si, jardinier chevronné, vous n'êtes toujours pas convaincu par ses vertus, préparez-en un purin, engrais naturel et répulsif des pucerons. Faites macérer pendant deux semaines les orties fraîches dans de l'eau, filtrez et diluez un demi-litre dans 10 L d'eau, avant de pulvériser vos plantations. Ok, l'odeur n'est pas des plus agréables, mais ce purin est très efficace.

Au jardin ou dans la tasse, l'ortie mérite qu'on lui redonne ses lettres de noblesse. N'est-ce pas une précieuse amie?

Morgane Baur  
Droguerie de La Centaurée

## Aude Valloton

**Médium Thérapeute  
Coach mental/Coach de vie**



**Spécialisée en gestion des émotions et du stress pour enfants, adolescents, adultes et sportifs.**

Ça y est! Mon livre «Rebondir» est en vente depuis le 20 août 2023. Il m'aura fallu 4 ans pour plancher sur ce défi, consciente et motivée de vouloir transmettre plus loin mes expériences de vie et mes connaissances sur le développement personnel.

Ce livre s'adresse à madame et monsieur tout le monde, aux sportifs, aux jeunes. J'y parle de la gestion des émotions et du stress et de comment nos émotions peuvent gérer notre quotidien sans qu'on le réalise. J'y parle d'équilibre de vie, de respiration. Je donne des outils pratiques et simples que chacune et chacun peut expérimenter, s'il le souhaite, dans son quotidien. J'y parle du sport à haut niveau, de la santé mentale et des 8 étapes pour rebondir...

«**Rebondir**» Editions Soleil Blanc  
Au kiosque de la Migros à Fully et à la librairie du Baobab à Martigny,  
ou via [ose.reussir@netplus.ch](mailto:ose.reussir@netplus.ch)  
**Le samedi 28 octobre au kiosque de la Migros à Fully** je présente et dédicace mon livre.

[osereussir.ch](http://osereussir.ch) - [f](#) - [i](#) - [in](#)



## Avifa

**La symptothermie :  
une contraception naturelle et efficace**



«**C'est fiable, la symptothermie?**»

Dans une société qui propose un vaste choix en matière de contraception, il est intéressant de pouvoir faire ce choix en connaissance de cause et en toute liberté. S'il est une méthode qui reste encore bien inconnue actuellement c'est la symptothermie.

**Vivre autrement sa sexualité**

La méthode symptothermique Cyclamen® est une alternative naturelle à la contraception. Cette méthode moderne, écologique et efficace, ne présente aucun effet secondaire et respecte l'équilibre hormonal des femmes. Le couple adapte son comportement à son projet d'enfant, il vit «aux rythmes des saisons» du corps de la femme, c'est un véritable mode de vie. En vivant ainsi, de nombreux couples ont découvert un renouvellement étonnant de leur amour.

**Comment ça se passe ?**

La méthode est basée sur l'auto-observation des signes cliniques de fertilité (température et glaire cervicale) avec des règles d'interprétation simples, pour éviter, espacer ou favoriser les naissances. Des monitrices certifiées proposent des suivis personnalisés en fonction des différentes situations de vie, cycles réguliers ou non, post-pilule, post-partum, pré-ménopause, etc.

Après un suivi d'environ six mois, le couple peut reconnaître les périodes fertiles et infertiles du cycle et vivre sa sexualité au rythme de sa fertilité.

**Quelle fiabilité?**

L'efficacité de la méthode symptothermique se situe entre 98% et 99,6% selon les chiffres de l'OMS, ce qui en fait une des méthodes les plus efficaces.

**Pour trouver une monitrice**  
[www.avifa.ch](http://www.avifa.ch)

# le GARAGE

Agence  
Suzuki  
depuis 40 ans

**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

**Le n° 1 des compactes**



Way of Life!



**Service funèbre**  
Gérald Granges

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

*Prévoyance funéraire*

**Granges Gérald**  
+41 79 203 59 45

## BUREAU GASPARI Sàrl

Gaspari Sandro

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



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



VOTRE CONFORT (C'EST NOTRE MÉTIER)

# ROCCA BOIS

☑ CUISINES ☑ MENUISERIE ☑ FENÊTRES ☑ PORTES

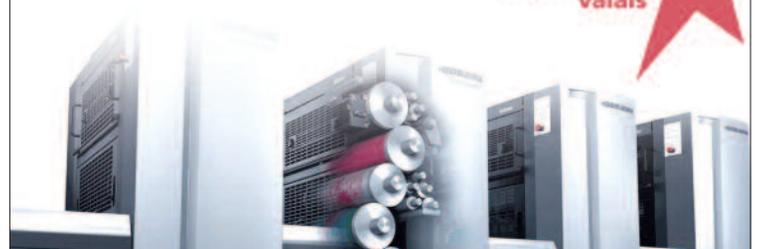
1906 CHARRAT 027 746 20 20 www.roccabois.ch

IMPRIMERIE DU  
**ibourg**

RUE DU SIMPLON 128  
1920 MARTIGNY

027 722 19 31  
info@ibourg.ch  
ibourg.ch

imprimé en  
valais



**ALFA-CONSEILS** Sàrl  
GESTION COMPTABLE ET IMMOBILIERE

[www.alfaconseils.ch](http://www.alfaconseils.ch)

«Quand nos prestations rencontrent vos objectifs...»

Confiez-nous vos mandats de gestion immobilière,  
comptabilité, conseils administratifs et fiscaux.

Alexandra Sieber (078.896.50.73)  
Fanny Terrettaz (079.848.37.72)

[info@alfaconseils.ch](mailto:info@alfaconseils.ch)

## Des étudiants bénévoles à Galagala

**Les missions médicales se suivent à Galagala : 5 médecins de la Fondation CHIERA vont effectuer en novembre une mission d'un mois et une équipe de chirurgiens valaisans et vaudois accompagnés par 2 dentistes partent prochainement au Cameroun.**

Cet été, 3 étudiantes en soin de la HES et 2 futurs médecins de l'UNIL y ont effectué un stage de plusieurs mois. Ils nous livrent ici leur retour sur cette expérience enrichissante :

« Pourquoi partir ? Partir pour découvrir une autre manière de vivre, d'apprendre et de soigner, partir pour se mettre à l'épreuve en trouvant des solutions à des problèmes inconnus. L'arrivée à l'hôpital s'est très bien passée, les chefs des services ont été indulgents pour les débuts car ils savaient que les soins prodigués en Suisse sont bien différents des leurs. Les patients payent leur traitement qui coûte parfois 1/4 de leur salaire.

L'ambiance de l'hôpital est quant à elle beaucoup plus chaleureuse que dans les hôpitaux suisses. La famille des patients reste avec leur malade toute la durée de l'hospitalisation. Les services sont en pleine nature : ce n'est pas en Suisse qu'on verra des petits jardins entre la chirurgie et la médecine ! Il y a aussi eu des histoires touchantes et les rencontres faites au Cameroun auront toujours une

place spéciale dans nos cœurs. Les Sœurs de la Charité ont pris soin de nous comme notre famille l'aurait fait en Suisse. Les collègues de Galagala nous ont été d'une grande aide quand il a fallu s'habituer au nouvel environnement et à leur culture, en nous en invitant chez eux. »

*Alexandra Barros Teixeira,  
Iva sertic et Jade Cina*

« Au-delà de nos salles de cours de médecine, nous avons eu l'opportunité de vivre une expérience inoubliable au Cameroun. Notre mission était de fournir des soins médicaux dans des régions reculées, là où l'accès aux services de santé est limité.

Cette expérience nous a confrontés à une gestion des ressources limitées, à l'adaptation à des infrastructures médicales de base et à la communication avec des patients parlant des langues locales. Chaque journée apportait son lot de défis, mais aussi d'opportunités d'apprentissage. Les Sœurs de la Charité avec leurs sourires et leur hospitalité ont illuminé nos journées. Les membres du personnel médical local



*Jade Cina, Alexandra Barros Teixeira et Iva Sertic avec un collègue de l'hôpital.*



*Jade Cina, Alexandra Barros Teixeira, Iva Sertic, Léa Wettstein et Ian Kuf.*

nous ont accueillis à bras ouverts, partageant généreusement leur expérience. Outre notre mission médicale, nous avons également eu l'occasion de découvrir une culture inconnue. Cela a été une leçon d'humanité qui a montré que l'accueil et la joie de vivre peuvent créer des liens indestructibles. Cette aventure a profondément marqué nos vies. »

*Léa Wettstein et Ian Kuf*

Ces jeunes étudiants seront présents au repas de soutien. Ils se

réjouissent de partager un bout de leur aventure.

### Repas de soutien

**Samedi 25 novembre à 11h30**

**Restaurant de Fully (salle Ciné Michel)**

Fr. 100.-/personne

Fr. 50.- jusqu'à 16 ans

### Animation :

Valentin et la Grande Marcelle.

**Inscriptions jusqu'au 15 novembre**

au 079 225 85 61

ou 079 370 75 22

[fhemdane@outlook.fr](mailto:fhemdane@outlook.fr)

## La recette de Cyrielle

**En ce mois d'octobre, nous allons faire une recette qui met la courge à l'honneur.**

Voici donc les muffins, pour lesquels vous pouvez utiliser n'importe quelle variété de courge. Pour ce faire vous n'aurez besoin que de 7 ingrédients et seulement 20 minutes de préparation.

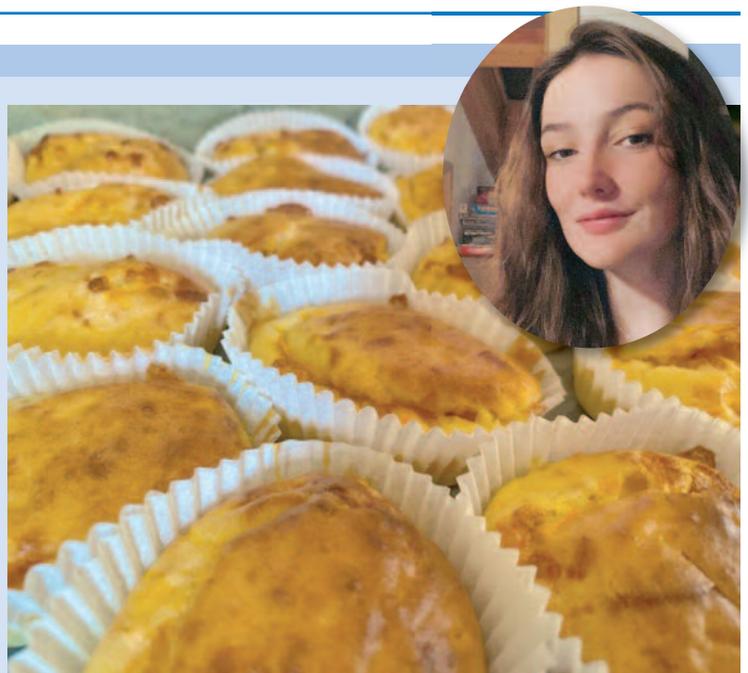
### Ingrédients :

250 grammes de courge,  
2 œufs,  
5 cl d'huile d'olive,  
5 cl de lait,  
150 grammes de farine,

½ sachet de levure,  
50 grammes de fromage à râper.

1. Préchauffez le four à 200°.
2. Râpez la courge.
3. Battez les œufs puis ajoutez-leur le lait et l'huile.
4. Incorporez la farine et la levure et mélangez jusqu'à obtenir une belle pâte homogène.
5. Ajoutez la courge et le fromage et bien mélanger.
6. Après avoir versé l'appareil dans les moules, enfournez pendant 20 minutes à 200°.

Bonne dégustation !



Le Musée de Fully: savoir-faire alpin et hydroélectricité

## Ils ont fait le pays

**Comme un éloge à cet imposant travail que fut la correction du Rhône au XIX<sup>e</sup> et XX<sup>e</sup> siècle, le musée de Fully expose une photo tirée de ses archives et représentant une drague sur une barge en bois près de Branson.**

Selon l'habillement des personnes et d'autres barges semblables lors de la première correction du Rhône, l'épreuve pourrait dater de 1890. Certaines personnes bien vêtues semblent être venues poser pour l'évènement. Deux ouvriers sont reconnaissables avec leur habit de travail, un sur le toit et l'autre tout à droite.

On distingue à l'arrière-plan les berges du Rhône, épineuses et basses à cette époque et à l'arrière, le coteau de Branson à peine visible. Le tapis à godets raclait le fond du fleuve en remontant le long d'un bras incliné dont l'extrémité était soutenue par une grue visible avec son treuil de réglage et ses poutres en acier. On aperçoit les godets à gauche derrière les personnes. Cette barge était en bois tout comme la barque que l'on devine dans l'angle inférieur droit. Lors de la

deuxième correction du Rhône, une drague métallique remontait le cours du fleuve depuis le coude du Rhône jusque vers Saillon. Elle était démontée pour passer sous le pont du Rhône de Branson.

Au début du XX<sup>e</sup> siècle, les travaux d'assainissement de la plaine, rive gauche du Rhône vers les Grand Barres et l'Indévis fournirent une terre excédentaire. L'occasion fut saisie pour aplanir les dunes et remplir les gouilles de la rive droite vers Branson. Le transport se faisait par wagonnets à bascule tirés sur voie étroite par deux locomotives, une restait rive droite et effectuait des manœuvres vers Branson tandis que l'autre traversait le Rhône sur un pont en bois construit provisoirement et utilisé pendant deux hivers. Les voies étaient déplacées au fur et à mesure du remplissage des fossés et des gouilles. A un signal donné, 5 hommes ripaient les rails avec

une barre à mine. La voie ferrée franchissait aussi le canal Leytron - Fully (LF) pour combler et aplanir le terrain situé rive droite de ce canal.

Malgré cet important travail, la plaine n'était toujours pas aplanie et offrait encore cette vue chaotique où se côtoyaient dunes, gouilles, buissons, peupliers et roseaux. Le Rhône, endigué, n'apportait plus le limon riche et nécessaire aux cultures. Les dernières prairies servaient de nourriture aux mulets ou chèvres des Entremontants venus quelques jours au village. Les roseaux, poissons et grenouilles peuplaient les nombreux étangs. Le lieu-dit «La brèche» était une gouille allongée dans le sens nord-sud. On pouvait y pêcher quelques poissons. L'été, une odeur de pourriture et d'humification se répandait tout autour. Les peupliers dressaient partout leurs silhouettes caractéristiques. Lors des travaux d'assainissement au pied du village de Branson, sur la rive droite du canal vers le lieu-dit «Grandze-Creux» (ancien marais), une importante quantité de tourbe fut creusée et évacuée à l'aide d'imposantes pelles mécaniques; elle fut ensuite répartie

dans les jardins ou les vignes. Les paysans amenant leur char de foin depuis la plaine de Martigny préféraient passer par le village de Branson car le nouveau chemin longeant le canal était bosselé, en pierres et endommageait les chars. Pour rendre praticable cette route, on amena beaucoup de matériaux pour stabiliser les berges. Les ouvriers devaient posséder une pelle personnelle et se rendaient à pied sur leur lieu de travail en parcourant parfois plus de 5 km. Tout se faisait à la main. Plus tard, le remaniement parcellaire permit un important apport de sablon: les dernières fosses, gouilles ou dunes furent remplies ou nivelées à l'aide de camions. La plaine prit alors cet aspect qu'on lui connaît aujourd'hui.

Avant ces travaux et surtout avant l'installation de pompes de délestage au Grand Blettay et vers Le Gilly, le canal LF débordait sur la plaine à chaque montée des eaux. Aujourd'hui les parcelles semblent recouvertes d'une terre homogène, les cultures révèlent cependant une grande différence quant à la richesse du sol. Cela s'explique par le fait que les différents lits initiaux furent remplis soit par de pauvres graviers, soit par de riches limons.

Quoiqu'il en soit, si la plaine nous offre aujourd'hui de vastes surfaces de cultures et d'habitations c'est grâce à ces générations de travailleurs qui n'attendaient pas d'autre récompense qu'un maigre salaire et celle de savoir qu'ils faisaient le pays.

A eux va notre reconnaissance!  
Camille Ançay-Cortial

### Visitez le Musée de Fully!

Sur demande à l'Office du tourisme de Fully au 027 746 20 80  
[ot@fully.ch](mailto:ot@fully.ch)  
[www.lemuseedefully.ch](http://www.lemuseedefully.ch)



**Le Musée de Fully remercie tous les bénévoles et tous les donateurs!**  
Grâce à eux nous conservons et valorisons notre patrimoine, notre histoire.



*Barge-drague sur le Rhône près de Branson. A l'arrière contre la grue et dépassant les autres personnes, Etienne Carron (1853 - 1929), propriétaire de l'entreprise. Photo FMA*

### Carte blanche

**du 27 octobre au 12 novembre**

Exposition collective et performances des artistes de Fully à la belle Usine. Horaires des visites: jeudis et vendredis de 14h à 18h. Samedis de 11h à 18h, dimanches de 11h à 17h.

- 4 novembre** 17h Valentin Chappot - concert claviers
- 5 novembre** 16h Valentin Chappot - cryptocalligraphie
- 11 novembre** 17h Sarah Bender - danse contemporaine
- 11 novembre** 19h Belle Lurette - concert chansons françaises
- 12 novembre** 16h André Vouilloz et Isabelle Carron - claviers
- 4-5-11-12 novembre** Activités pour les enfants de 14h à 16h

### Après-midis du club des Aînés

**2, 16 et 30 novembre**

Après-midis cartes et jeux ou loto à la cantine du FC Fully dès 14h30.

### Théâtre Forum Seniors

**5 novembre**

« Je ne suis plus votre petit-fils », un théâtre participatif avec la troupe Question Seniors. Salle de gym de Charnot, 16h.

### Randonnée découverte des vins de la région

**11 novembre**

Randonnée de Champex d'Alesse à la châtaigneraie de Fully, comprenant 4 haltes dégustation des crus et produits du terroir de Fully. Sur réservation auprès de la guide Véronique Mathys.

### Tournoi populaire de Unihockey

**11 novembre**

Salle polyvalente de Fully - bar, grillades et raclettes.

### Nuit des musées

**11 novembre**

Le Musée de Fully présente plus de 3000 objets sur le savoir-faire alpin et l'hydroélectricité. Animation musicale et brisolée! En continu: visite libre. Toutes les 30 minutes: visites guidées du musée, dès 19h.

### Repas rencontre seniors

**13 novembre**

Une fois par mois, au local Le Moulin. Sur inscription auprès du secrétariat de l'AsoFy.

### FULLY, ARVINE 2023

**17 et 18 novembre**

Un salon de dégustation autour de la Petite Arvine et d'autres cépages valaisans – un moment de découverte et de partage! Salle polyvalente.

### Atelier XY Evolution

**18 novembre**

Atelier de l'AviFa sur la puberté pour les garçons et leurs papas sur inscription.

### Dîner de soutien - Ass Hôpital Galagala

**25 novembre**

Au Restaurant de Fully, sur inscription.

### Concerts de Ernst Schnellmann

**25 et 26 novembre**

Le samedi au Mephisto, le dimanche à la chapelle de Branson.

### Concert de l'indépendance de l'Albanie

**25 novembre**

Groupe folklorique, danse et chants traditionnels, nourriture albanaise. Bienvenue à tous! Salle polyvalente dès 19h.

### Dîner communautaire

**30 novembre**

Chacun donne selon ses moyens, la solidarité fait le reste. Organisé par la paroisse de Fully à la salle de la Pétanque, dès 11h30.

Rendez-vous sur [fullytourisme.ch](http://fullytourisme.ch)  
pour plus d'informations

## Eglise

### « Si je suis en vie aujourd'hui c'est grâce à la Vierge pèlerine »

A 6 mois de grossesse, le 17 mai 1997, Rachel va à l'hôpital parce qu'elle perd beaucoup de sang. La dizaine de médecins qui l'auscultent disent qu'ils n'ont plus aucun espoir. Sa maman rassemble alors toute la famille devant la Vierge pèlerine pour lui confier sa petite-fille. Déjouant tous les pronostics médicaux, Delphine naît quelques semaines après, en pleine forme! Le mari de Rachel, qui n'y croyait pas, soutient: «oui c'est vrai un miracle!» et Delphine de conclure «si je suis en vie aujourd'hui c'est grâce à la Vierge pèlerine».

Marie-Claire elle aussi, est convaincue des grâces que la Vierge pèlerine accorde. C'est pourquoi elle propose au curé Robert Zuber de relancer cette vieille tradition. Depuis une année, la petite statue blanche de Marie a déjà visité une quarantaine de foyers de Fully.

### Une vierge plus nomade

Autrefois c'était la Vierge de l'oratoire de châtaignier qui circulait, mais elle était lourde et il fallait la mettre dans une malle. Aujourd'hui, c'est la jolie statue qui vient du sanctuaire de Pellevoisin qu'on peut prendre chez soi pour une semaine. En recevant cette statue, c'est la Vierge elle-même que les Fulliérais sont invités à laisser entrer chez eux.

Chaque dimanche, Marie est posée au pied de l'autel dans l'église de Fully pendant la messe, puis le foyer qui l'accueille la prend jusqu'au dimanche suivant. Avec la statue de Marie un livre d'or circule, il permet d'écrire des intentions de prières et d'être en communion les uns avec les autres. Un petit livret propose aussi une démarche à faire avec des prières.

### Faire entrer la joie dans sa maison

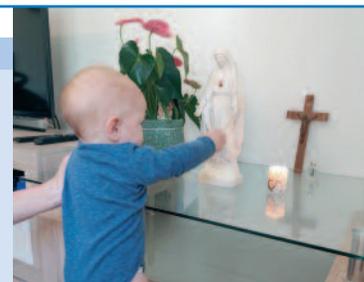
Une autre paroissienne de Fully, Noelia Deléglise raconte en riant «je porte bien mon nom, j'ai beau-

coup de vierges chez moi! C'est Marie qui m'a appris à prier, on ne peut pas refuser que la Vierge vienne chez nous parce que c'est elle qui nous conduit à Jésus quand on est loin de lui. Elle me donne la joie!»

Effectivement, les personnes qui font l'expérience de prendre cette petite statue chez eux pendant 7 jours témoignent combien elle est porteuse de grâces et de joie. Un jeune couple de Fully explique «Marie est une présence apaisante et rassurante dans notre maison. Notre maman du ciel est toujours là pour nous guider et nous protéger sur nos chemins de vie, elle nous réunit auprès d'elle dans la prière et dans la joie! Même pour notre petit garçon!»

### Comment faire pour recevoir Marie

Vous pouvez vous inscrire sur la fiche au fond de l'église de Fully pour choisir une semaine et recevoir Marie chez vous. Si vous ne



vous ne pouvez pas vous déplacer mais que vous souhaitez accueillir la Vierge pèlerine chez vous, n'hésitez pas à contacter Marie-Claire Arlettaz: 079 376 62 54.

### Les apparitions de Pellevoisin

En 1876, Marie apparaît quinze fois à Estelle Faguet, une jeune femme atteinte de péritonite tuberculeuse en fin de vie, et lui annonce sa guérison qui deviendra effective à la cinquième apparition. Elle lui demande de faire connaître le scapulaire du Sacré-Cœur. Les trois C: «Calme, Courage, Confiance», c'est la grande pédagogie de Marie à Pellevoisin: elle nous apprend à ne pas lui lâcher la main et à lui faire confiance en toute circonstance.

## De Martine Baour



### Samusons-nous

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

Les chiffres de 1 à 9 figurent obligatoirement une seule fois sur chaque ligne, chaque colonne et chaque carré de 3 x 3. Solution le mois prochain. Bonne chance.

Envoyez votre réponse sur carte postale à :

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

SOLUTION des mots croisés  
de l'édition de septembre 2023

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

**Brigitte Constantin**, de Fully, a gagné du safran de Yves Luisier à Fully d'une valeur de Fr. 45.- à retirer à l'Office du tourisme.



### Une publicité dans le Journal de Fully?

Consultez la rubrique « Publicité » sur notre site [www.journaldefully.ch](http://www.journaldefully.ch) et envoyez vos demandes, documents et publiereportages à [publicite@journaldefully.ch](mailto:publicite@journaldefully.ch)

### CLÔTURE RÉDACTIONNELLE

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

### Journal de Fully - Case postale 46 - 1926 Fully

<b>Président :</b> Alain Léger	<b>Rédacteurs :</b> Gianfranco Capuano, Floriane Cuvit, Cyrielle Fleutry	<b>Webmaster :</b> Giuseppe Capuano	<b>Impression :</b> Imprimerie du Bourg
<b>Vice-présidente :</b> Alexandra Sieber	<b>Vidéaste :</b> Yaovi Dansou	<b>Édité par :</b> Association «Journal de Fully» fondée le 1 <sup>er</sup> janvier 2000	<b>Site :</b> <a href="http://www.journaldefully.ch">www.journaldefully.ch</a>
<b>Rédacteur en chef :</b> Yaovi Dansou	<b>Caissière :</b> Kathy Grange	<b>Tirage :</b> 4 650 ex.	<b>Distribution :</b> La Poste de Fully
			Imprimé sur couché mat FSC

### MERCI DE VOTRE SOUTIEN!

Ensemble, si nous souhaitons que les bénévoles du *Journal de Fully* poursuivent leur incroyable aventure, nous comptons sur le soutien financier de chacune et chacun. Chaque don compte!

#### Par Twint:

- Scannez le QRcode avec l'application Twint
- Confirmez le montant et le paiement
- N'oubliez pas d'indiquer votre nom et prénom dans « message »



Par paiement bancaire: IBAN CH29 0900 0000 1900 6501 3



<b>Soutien - abonnement</b> Fr. 40.- par an	<b>Abonnement hors commune</b> Fr. 50.- par an	<b>Parrainage</b> (dès Fr. 150.- vous êtes parrain ou marraine officiel):
<b>Bronze Planuit</b> Fr. 150.-	<b>Argent Chiboz</b> Fr. 200.-	<b>Or Sorniot</b> Fr. 250.-
	<b>Platine Grand-Chavalard</b> Fr. 300.- et plus	

### Ils nous soutiennent, soutenez-les!

#### Platine Grand-Chavalard Fr. 300.- et plus

KM Vertical de Fully  
Marie-Claire Vieux  
Paroisse de Fully  
Commune de Fully  
Emmanuel Carron-Thétaz,  
conseiller communal  
Jok'Import SA, Vernayaz  
Jean-Paul Persiali  
**Or Sorniot** Fr. 250.-  
Restaurant Histoire de Goût, Fully  
Thermomix, Céline Cheseaux, Fully  
Manon Coaching, Fully  
Nathan Bender, Fully  
Isabelle Ançay, Gîte du Bonheur  
Céline Cheseaux, B&B Mazembroz  
Café des Alpes  
Café de l'Union  
Tea-Room La Diligence  
Café-Restaurant Le Cercle  
Jean-Luc Maechler,  
Thérapies énergétiques, Fully  
Restaurant-Pizzeria Chez Pepone, Fully  
Café-Restaurant des Amis  
Café-Restaurant l'Alambic

#### Argent Chiboz Fr. 200.-

Laelitia Mazanek-Steffen  
L'Abrigite chambre d'hôte,  
Grandfontaine, Jura  
Edouard Carron, député-suppléant  
Amicale des Pêcheurs de Fully  
Ski-Club Chavalard  
Les Gardiens de la cabane  
du Fénéstral

#### Bronze Planuit Fr. 150.-

Roger Luisier  
Café-Restaurant l'Avenir  
Damien Luisier, constituant  
Cidre-du-valais.ch  
Aude Valloton,  
coach à Ose réussir  
Librairie Solitaire,  
Dominique Dorsaz  
Groupe Li Rondenâ  
Café La Fugue, Fully  
Otentik Découvertes Valais,  
Jérôme Beysard, Fully  
Laura Vouilloz et Elie Bruchez  
Julien Monod, député PLR  
André-Marcel Bruchez  
Emmanuel Bender, Fully  
Association belle Usine  
Football-Club Fully  
Fiduciaire Dorsaz SA  
Bibliothèque de Fully  
Société de tir « Union »  
Famille Edmond Cotture  
Carron Christian, Carrosserie  
Pharmacie de Charnot  
Club « Les Trotteurs »  
Pharmacie von Roten  
Jeanne-Andrée Volken-Pitteloud

Léonard Carron,  
Maçonnerie et chapés  
Groupe patoisant « Li Brëjyoëü »  
Fondation Martial Ançay  
Staub & Fils SA  
Gérard Brochellaz  
Tea-Room Les Arcades  
Carron Excursions SA  
Jean-Marc Roduit-Moll  
Magasin du Monde, Fully  
Badminton-Club Fully  
Boutique Mod'lyse, Fully  
Section des Samaritains, Fully  
Volley-Ball-Club Fully  
Pierre-Elie Carron  
Valérie Ançay, kinésologue  
Baptiste Dorsaz, Fully  
Tennis-Club Fully  
Fol'terres Agritourisme  
Bruchez & Fils,  
Ferblanterie et couverture  
Maison du yoga, Aude Veillon, Fully  
Etude Nicolas Voide, Martigny  
André-Marcel Malbois,  
Député suppléant  
Amédée Cotture, Fully  
Pierre-Alain Schönhardt  
Edouard Fellay  
Shotokan Karaté-Club, Martigny  
Carron Jonas, Fully  
Société de Chant « La Cécilia »  
Thomas Seydoux, Fully  
Gaby Cotture, Fully  
Géraldine Granges-Guenot, Fully  
Confrérie de la Châtaigne  
Jeanne Maret, Fully  
Amis-Gym Fully  
Ludothèque « Les Galopins »  
Carna Fully  
Fanfare « L'Avenir » de Fully  
Le Parti Libéral Radical de Fully  
Willy Bruchez, Fully  
Fanfare « La Liberté » 1888 Fully  
Thibou d'Chou Café  
Café-Restaurant du Chavalard, Fully  
La Boutique à vin,  
Restaurant-CENOthèque, Fully  
Silver Gym, Fitness-Coaching, Fully  
Garage RR Motors, Fully  
La Friperie, Fully  
Droguerie-Herboristerie  
La Centaurée, Fully  
La Toque d'Or, Take Away, Fully  
L'Abrigite chambre d'hôte,  
Grandfontaine, Jura  
Alexandra, Grégory,  
Charline et Noélie  
FIT+ Fully  
Stéphanie Sport Santé  
Chœur mixte Les Follatères  
Dominique Blanjean, Fully  
Jean-Marie Arlettaz,  
Fondation Martial Ançay

Un immense MERCI à nos parrains