

Portrait

L'évolution de Balanced Bodies; depuis sa création à Faoug en 1997

Coucou, pour ceux d'entre vous qui ne me connaissent pas encore, je m'appelle **Marjolein Schürch** et je suis propriétaire de Balanced Bodies, un studio où sont proposés différents cours, tels que le Pilates, le Yoga, le Chirogym et le Bodysculpt... et depuis peu, le Ballet pour enfants.

Je suis néerlandaise et vis en Suisse depuis 35 ans et à Faoug depuis 24 ans ; plus longtemps que je n'ai vécu aux Pays-Bas...

Après mes études en gestion hôtelière, j'ai travaillé plusieurs années dans des hôtels 5 étoiles à Gstaad, et particulièrement dans un Wellness 5*. C'est là que j'ai décidé de poursuivre mes études dans cette voie. Fitness, aérobic, gymnastique du dos (chirogym) puis plus de finesse dans le Pilates, le Yoga et le Faszien Training.

En 1997, avec mon mari Marc, nous avons trouvé notre petite maison de rêve avec jardin à la Route Neuve à Faoug, où nous avons passé 12 années heureuses, avec nos enfants Julian et Alessandra, qui ont grandi ici et sont maintenant adultes.

Rapidement, des habitants m'ont demandé si je ne voulais pas donner un cours de fitness dans le village. Je me suis sentie honorée.

La Commune a mis à disposition une pièce de l'Abri PC. Très tôt ce local devint exigü...

On a ensuite pu occuper la grande salle de l'Hôtel du Cerf. D'une leçon par semaine, on est passé à 2, puis à 3, puis à 4, etc.

Il y a aussi eu des cours pour les adolescentes avec la participation aux spectacles du Choeur-Mixte, et d'autres démonstrations ici et ailleurs.



Avant de commencer la leçon du lundi, il fallait d'abord débarrasser les tables du week-end ;-)...

Pendant ce temps, les enfants accompagnant leurs mamans jouaient sur scène. Jusqu'au jour où une armoire a failli tomber sur un des enfants !

Il était temps de chercher un autre endroit. Une salle aménagée, où je pourrais laisser mon matériel (tapis, Thera-bands, Steps) . C'est ainsi que mes clients m'ont suivi à Morat, dans une école de ballet.

L'opportunité aussi d'élargir ma palette de cours ainsi que le nombre de participants.

Entre-temps, le projet de construire à Faoug mûrissait, avec la possibilité d'un Studio attenant, en zone artisanale. En 2009, nous avons courageusement réalisé la maison de nos rêves, une "Swedenhouse"... (Pour certains villageois non directement conformes à cette zone)

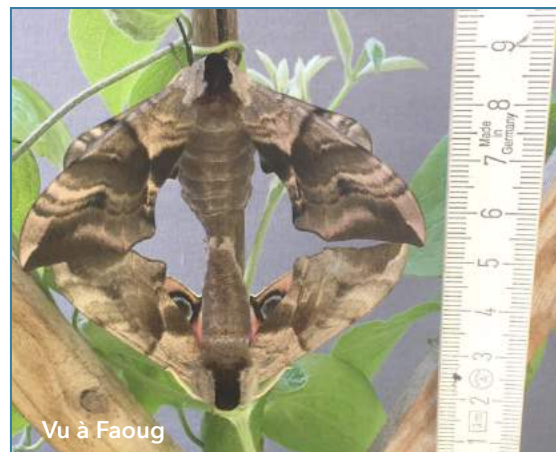
Mais quand un souhait est si grand, qu'il dépasse la réalité, on y croit encore plus et il se réalise. Ainsi non seulement LA maison de nos rêves, mais encore LE studio de travail pour enfin y apporter ma propre ambiance.

A nouveau, mes clients m'ont fidèlement suivie pour revenir ici - back to the roots - Faoug...Murten...Faoug...Home Livestream...le tout en 24 ans...Wow....

Depuis un an, cette salle est souvent vide; on se retrouve seule face à la camera ou avec une dizaine de personnes. Mon équipe et moi-même sommes très reconnaissants pour tout le soutien et la fidélité de nos participants, en présentiel ou via internet (zoom livestream). Je garde espoir et me réjouis de vous accueillir à nouveau (!)

Pendant l'été, le yoga aura également lieu au lac. Suivez-moi... www.balanced-bodies.ch Rte de Salavaux 45

A bientôt ! Marjolein



Eveline Michel

Route de Salavaux 41
1595 Faoug



Notre cabane à la plage d'Avenches est
à moins d'une demi-heure à pied

creme-glacée-em@bluewin.ch / www.creme-glacée-em.ch

Le Faougeois

Journal bimestriel du village de Faoug N°13



Sommaire

- P1
- Reportage P2
- Jadis, naissances P3
- Zone bleue P4
- Zone bleue P5
- Infos et divers P6
- Recettes et concours P7
- Portrait, Annonces P8

Le Faougeois

lefaougeois@faoug.ch

Rédaction: Josiane Kohler
Martine Kaufmann-Perregaux



L'édition N°12

s'est parée de bleu. Le Faougeois est désolé pour ce défaut d'impression. Par contre il a donné place, sur les réseaux sociaux, à de petits commentaires amusants et sympathiques qui nous ont bien fait rire.

Nous avons reçu quelques documents et nous remercions les personnes qui ont joué le jeu. Le Dé'Faoug'loir attend encore d'autres histoires, légendes, contes, dessins, photos, bande-dessinée, ou collages. Avec pour thème:

LES ORIGINES DU NOM FAOUG, Fol, Fo, Foz

jusqu'au 21 juin 21 via le magasin
Essentiel

OU par mail lefaougeois@faoug.ch

Reportages

CHANTIER NAVAL JACK BECK SA

Historique. Il était une fois, dans les années 50, un constructeur de bateau, passionné de voile, visionnaire, entrepreneur courageux et persévérant - c'est le moins qu'on puisse dire en parlant de Jack Beck. Contre vents et marées, il a poursuivi son rêve et son idéal continue de prospérer. Une renommée qui dépasse les frontières et qui fait reconnaître notre village jusque sur les écrans des avions grâce à la forme particulière de son port.

1975, le Conseil communal refuse de participer à la construction d'un port que le municipal Jack Beck, alors propriétaire du chantier naval décide de construire.

De sa conception en 1976 jusqu'à l'inauguration en 1985, Jack Beck a persévéré et bravé les foudres de la presse et des opposants.

Entouré depuis ses débuts par une équipe de collaborateurs fidèles - certains jusqu'à leur retraite - il se retire en 2003 après 55 ans d'activités, et disparaît en 2010, ayant pris soin de laisser le gouvernail à un comité de direction devenu quasiment sa famille.

En 2011 Patricia Kefaya-Wacker (qui fait partie de notre horizon depuis 1990) et Denis Perregaux-Dielf deviennent propriétaires de l'entreprise. Avec comme objectif de tout mettre en œuvre pour pérenniser l'entreprise afin que ce patrimoine continue de persister à la prochaine remise du flambeau. L'équipe est composée de 10 employés, dont 4 figures locales : Denis, John, Tif et Thom.



De gauche à droite, Thierry, Nourddine, Chantal, Denis, John, Patricia, Thomas et Eliseo
Absent ce jour là Natalie et Julian

Aujourd'hui

La force de l'entreprise est la globalité des services à disposition sur le même site.

Les ateliers d'époque ont tellement été bien pensés qu'ils sont encore et toujours fonctionnels. On y travaille le bateau sous toutes ses formes, au gré du client.

Dernièrement, Denis a construit un mât en bois de 8,5m qui a fait l'admiration d'un visiteur.

Dans le périmètre du port Marina on trouve le jeune Quentin JOBIN, sellier qui construit des bâches sur mesure, également LINDER technique moteur de bateau. Nourddine est le garde-port à votre service et s'occupe aussi de la boutique marine.

Jack Beck SA est le concessionnaire officiel pour la Suisse romande de la marque française Beneteau et de la marque grecque Olympic Boats pour toute la Suisse. Ce mois de mai, livraison sur le Léman du « plus gros voilier privé sur lac, du monde ».



Engagement

Le port, dessiné par l'architecte naval Carlo Colombi, est toujours impressionnant de fonctionnalité. Les propriétaires, tout comme le castor et les hirondelles, en retirent une fierté légitime. La zone naturelle est protégée et fait partie du patrimoine géologique. Pas d'algues, ni besoin de dragage, aucune zone fermée et stagnante.

Chaque début juillet, JB SA organise une régates, ouverte à tous. (Annulée pour restriction sanitaire). Cette année, ils ont choisi de sponsoriser Lynn Niederhauser notre jeune skipeuse faougeoise.

J'ai choisi ce reportage pour plusieurs raisons dont cette entreprise est probablement la plus grande du village, en termes d'employés et de renom outre-frontière, et qu'il est important que les faougeois puissent en profiter également.
Josiane Kohler

Recettes

PESTO aux fanes de radis

Prêt en 15 mn accompagnera parfaitement vos apéros. A déguster sur des petits toasts !

-1 botte de fanes de radis frais

-3 à 4 c à s d'huile d'olive

-Sel

-Poivre

-Jus d'un demi citron

-1 gousse d'ail

-30g de parmesan râpé

-30g de pignons de pin / ou 1 cs poudre amandes / ou des noix

Laver les fanes de radis, bien les sécher

Mettre tous les ingrédients dans un mixeur et faire tourner par courtes impulsions jusqu'à obtention d'une pâte homogène.

Le pesto obtenu est assez épais. Si besoin, rajouter de l'huile d'olive pour obtenir la consistance souhaitée.

Goûter et assaisonner. Placer ensuite le pesto dans un contenant hermétique ou le servir directement sur des petits toasts ! Ce pesto se garde très bien quelques jours au frais dans un contenant hermétique.

On peut aussi le conserver dans 1 bocal - rincé à l'eau chaude - couvrir d'huile.

Les fanes de radis renferment de multiples vertus pour notre santé. Elles sont en effet un véritable concentré de vitamines, d'antioxydants, de minéraux et d'oligo-éléments.



Soupe d'orties

-Cueillez sans vous piquer, pour cela utilisez des gants, quatre ou cinq bonnes poignées d'orties.

-Lavez-les soigneusement afin d'en retirer le pouvoir urticant.

-Dans une cocotte, versez 3 cuillères d'une bonne huile et faites revenir l'oignon émincé, ajoutez les pommes de terre taillées en petits cubes, puis les feuilles d'orties sans les tiges.

-Couvrez d'eau, salez, poivrez à votre goût, portez à ébullition puis laissez cuire le temps qu'il faut.

-Mixez, réchauffez en ajoutant la crème fraîche. Servez sans attendre.



Les **vertus** de l'**ortie** sont nombreuses : en tisane elle est un très bon diurétique, elle agit contre les douleurs de l'arthrite et des rhumatismes et soulage en cas d'inflammation bénigne de la prostate. C'est l'une des plantes médicinales les plus efficaces.

Pour activer la repousses des cheveux et profiter d'un soin antipelliculaire naturel faites infuser 1 grosse poignée d'orties en veillant à protéger vos mains, laissez refroidir ajoutez un trait de vinaigre de cidre et utilisez cette préparation, bien mélangée en dernière eau de rinçage.

MERCI POUR VOS SYMPATHIQUES ET ENCOURAGEMENTS RETOURS

Mesdames,

J'aimerais simplement vous féliciter et vous remercier pour le beau et intéressant journal que vous créez pour notre village.

Bonnes continuations et cordiales salutations. E.K.

Bonjour Mesdames

Un grand merci pour votre journal. J'ai toujours beaucoup de plaisir à le lire. Ma sœur me le gardait toujours. L'illustration est tout à fait comme c'était à l'époque. Mon papa appuyé contre le vélo. (voir N°12)

Je vous propose un autre reportage qui serait celui du papa de Claudine qui balayait le village et nettoyait toutes les fontaines en compagnie de ses enfants.

Je crois qu'il était aussi marguillier à l'église.

Bonnes salutations. D. G.

Concours n°12 Notre facteur parcourt une moyenne de 8238 pas.
Laetitia Poinçot remporte le bon d'achat au p'tit mag.

Concours n°13
Ou peut-on accéder au lac en paddle ?



Réponse: _____

Nom Prénom: _____

Adresse: _____

Infos et divers

Nous vous informons que, lors du 1^{er} tour de l'élection à la Syndicature de la Municipalité 2021-2026, une seule liste a été déposée par Mme **Sylvie Da Silva**. De ce fait, elle a été élue tacitement Syndique pour la prochaine législature. Nous lui réitérons toutes nos félicitations et la remercions pour son engagement. »

Le dernier conseil de la législature aura lieu le mardi 1^{er} juin à 20h00

Place de skater

En complément à l'article publié dans le dernier Faougeois la municipalité tient à ajouter que la mise à l'enquête de cette place avait tout de même suscité l'inquiétude des habitants du quartier, et que certains d'entre eux avaient fait opposition. Après discussion, la municipalité avait levé l'opposition, à la condition qu'un règlement soit établi. Aussi, il est important que celui-ci soit respecté, notamment en ce qui concerne l'émission de musique (qui n'est pas autorisée) ainsi que l'horaire d'utilisation (fin des activités à 20 heures, même en été). Le non-respect répété de ces 2 points pourrait entraîner la fermeture du parc.

Heure de levée des boîtes aux lettres publiques à partir du 30 mai 2021

Rte de Salavaux 12, du lundi au vendredi 8h00 - Rte de Villarepos 2, du lundi au vendredi 18h00 et le samedi 11h00

La CCLT, organise:

-du 5 au 13 juin : chasse aux énigmes à travers la commune. Parcours de quelques kilomètres avec carte au trésor et concours à la clé. (cartes au trésor dispo dès le 5 juin au petit mag et dépôt des coupons réponse jusqu'au 13 juin au bureau communal puis tirage au sort).

-du 14 au 18 juin : activités ludiques et sportives proposées aux jeunes du village chaque fin d'après-midi à partir de 17h autour des infrastructures disponibles à la plage. (foot, beach volley, place de jeux, ping-pong, etc...)

Question - réponse

Depuis quelques années, on peut observer le long de la ligne de chemin de fer de la Broye, qu'une tranchée a été découverte.

Le Faougeois a posé la question aux CFF, la réponse est :

« En vue d'informatiser toutes les nouvelles installations de la Broye, les câbleurs tirent la fibre optique pour Swisscom. Ces travaux vont durer encore 6 ans »



Farce du 1^{er} avril

Quelle bonne surprise de voir notre syndique à la télévision, argumentant en faveur du rattachement de Faoug au canton de Fribourg avec ses collègues de Cudrefin, Avenches et Vully-les-lacs. Un grand moment ! Bravo Martine



Les Déglingos du congélo

sont prêt à vous accueillir au kiosque de la plage dès le samedi 3 juillet, par beau temps en semaine de **13h à 18h** le week-end de **12h à 19h**

Passeport-Vacances Vully-Avenches : ANNULATION de l'édition 2021

Nous sommes navrés de décevoir petits et grands et de priver les enfants de leurs animations estivales. Un grand changement s'annonce pour 2022 avec le passage du Passeport en mode numérique avec son site internet ... c'est la fin de la traditionnelle brochure et le début d'une nouvelle aventure !

Pour le Comité du Passeport-Vacances Vully - Avenches Chantal Siffert Présidente

Mon métier, ma passion

L'odeur des copeaux, la sensation du bois sous les doigts, la vue d'une peinture de coque lisse et brillante, la satisfaction d'un travail terminé... voilà une liste non exhaustive des raisons qui me confortent dans le choix de ce métier passionnant.

Comment je suis arrivé ici ? Bonne question... tout commence au détour d'une petite gare, non loin d'un débarcadère semblable à ceux qui ponctuent les trois lacs de notre région et juste au-dessus d'un port avec une histoire forte. Juste là, il ya un chantier naval que vous connaissez sûrement.

C'est dans ce chantier naval, rempli d'histoire, de défis accomplis, d'hommes et de femmes appliqués à la tâche, que j'ai eu la chance de me retrouver pour entreprendre mon apprentissage de constructeur naval. Un apprentissage où l'on me transmet un savoir-faire et l'importance du travail bien fait.

Mais c'est surtout la que j'apprends ce métier, qui petit à petit se lie étroitement à la passion, c'est dans cet atelier aussi que j'intègre des valeurs que j'emporterai tout au long de ma vie professionnelle.

Merci à mon formateur, merci à mes collègues, merci à ce chantier et bien sûr, merci à Faoug.

Eliseo Missaglia, 19 ans, Apprenti constructeur naval 3^e année chez Jack Beck sa



Jadis

L'arbre de la liberté

Ces symboles d'émancipation populaire en France depuis la Révolution française le devinrent aussi, dès septembre 1792, dans plusieurs régions de la Suisse actuelle (principauté de Neuchâtel, évêché de Bâle). Les arbres de la liberté furent nombreux en 1798, lors de la Révolution helvétique. A bien des endroits on les planta seulement après la défaite de la Suisse, sur ordre des autorités militaires françaises. Ornés du "chapeau de Tell", ils symbolisaient l'ordre nouveau. Au Tessin, ils étaient même l'emblème de la République helvétique. Partout, ils reprenaient les fonctions attribuées auparavant aux arbres de mai. Le grand nombre de ceux qui furent abattus par les opposants à la République helvétique prouve qu'ils étaient aussi considérés comme le signe de la domination étrangère. Bien que toutes les manifestations politiques (proclamation de décrets, prestation du serment civique) fussent tenues sous les arbres de la liberté, la législation à ce sujet faisait défaut. Le 10 janvier 1801, le Conseil exécutif décida que chaque commune devait avoir un arbre de la liberté. Ils disparurent avec la fin de l'Helvétique. On en replanta toutefois dans plusieurs régions durant les années révolutionnaires 1830-1831. Source Dictionnaire historique suisse

L'arbre de la liberté de Faoug a-t-il été planté dans les années 1798, 1830...? Nous ne le savons pas, (la plus ancienne photo que nous avons trouvée date d'environ 1930 et il est déjà grand) ce que nous savons en revanche c'est que, en fin d'après-midi, le 13 Aout 2004, un vent violent a eu raison de cet impressionnant tilleul.



1989



Env. 1930



1978



1992

Le Faougeois souhaite la bienvenue à:

LUCIE, fille de Mylène CORNAZ et Cyril VASSAUX née le 24 avril 2021

MATHIS, fils de Jennifer et Gilles KRENGER né le 16 mai 2021

Zone bleue

L'été à Faoug vous pouvez profiter de la plage, partir à l'aventure en bateau ou en train, manger des glaces, vous restaurer, faire du skate, du vélo ou de la marche.

Débarcadère
Horaire
du 5 juin au 26 septembre
sauf les lundi et mardi en juin

**LAC DE MORAT
MURTENSEE**

Courses N° / Kurs Nr.	52	53	54
Morat/Murten	12:00	14:15	15:40
Praz	12:15	14:30	15:55
Môtier	12:20	14:35	16:00
Vallamand	12:40	14:55	16:20
Faoug	12:55	15:10	16:35
Morat/Murten	13:15	15:30	16:55



Pour le bateau vous trouverez des cartes journalières à 15.- au bureau communal et pour le train vous pouvez vous procurer les cartes journalières à 35.- au p'tit mag.