

Editorial

Si certains avaient déjà pris l'habitude de se fournir directement chez les producteurs, la crise sanitaire a permis à d'autres de découvrir une riche offre locale que nous mettons en lumière dans nos pages.

Pour ne pas sombrer dans l'enfermement, nous publions une série de parcours pour découvrir les alentours en vélo ou à pied.

Enfin je salue le talent d'Alex, célèbre dessinateur,

qui en plus d'une interview passionnante, nous offre cette superbe illustration de couverture.

À noter que si pour vous ce numéro ne semble pas différent des précédents, je dois souligner une nouveauté. Nous avons reçu deux articles en allemand, qu'il a fallu traduire en français. Si le pari du bilinguisme est parfois difficile à tenir, on voit que cela répond, néanmoins, à une réalité de notre commune. ■

Karim Hamdani

Einige haben bereits direkt bei den Produzenten eingekauft, andere haben durch die Gesundheitskrise das grosse lokale Angebot neu entdeckt. Auf den nächsten Seiten wollen wir diese Angebote näher vorstellen.

Um der Isolation zu entkommen, werden wir einige Touren vorstellen, um die Umgebung per Velo oder zu Fuss kennen zu lernen.

Abschliessend würdige ich das Talent von Alex, berühmter Zeichner, welcher

uns ein spannendes Interview gewährt und zudem diese fantastische Titelseite entworfen hat.

Auch wenn Sie den Eindruck haben, dass sich diese Ausgabe nicht von den früheren unterscheidet, gibt es doch eine Neuerung. Wir haben zwei Artikel in deutscher Sprache erhalten, welche auf französisch übersetzt werden mussten. Auch wenn die Zweisprachigkeit nicht immer Realität ist, in unserer Gemeinde ist sie es. ■

Karim Hamdani

Le saviez-vous ?

Votre commune s'est engagée et participe à la campagne "une Tulipe pour la Vie" orchestrée par l'association "L'aiMant Rose". Le but de cette action est de sensibiliser la population au cancer du sein.

Infos utiles

Administration communale
026 667 20 67
administration@gletterens.ch
www.gletterens.ch

Horaires de l'administration

Lundi	9h-11h 16h-18h45
Mardi	16h-17h30
Mercredi	14h-16h30
Judi	9h-11h 14h-16h30
Vendredi	9h-11h 14h-16h30

L'administration sera fermée du 3 août au 16 août 2020.

Horaires de la déchetterie du 1er mai au 30 septembre 2020

Lundi	11h-12h
Mercredi	17h-19h
Samedi	10h-12h 16h-17h

La déchetterie gardera ces horaires durant toute la période estivale.

A vos agendas :
Dimanche 27 sept. 2020
Brocante

Impressum

Mise en page :

Karim Hamdani

Photos :

Benjamin Reusser

Traduction :

Jeannette Brand

Patrizia Caldini

Béatrice Thomann-Polier

Sarah Bachmann

Relecture :

Sarah Bachmann

Impression:

media f

Tirage :

600 exemplaires

En bref in Kürze

Voici les principales mesures prises par le Conseil communal et l'administration communale pour protéger et soutenir sa population afin d'éviter une propagation du virus, en fonction des directives fédérales, cantonales et régionales ainsi que de suivre les règles et conseils d'hygiène de l'OFSP :

- Participation à l'Organe de Coordination de la Broye (OCB) pour la gestion de crise
- Organisation de certaines tâches des soins à domicile déléguées aux communes
- Recensement de toutes les personnes vulnérables et recherche de bénévoles pour les aider
- Pose d'un plexiglas au guichet communal
- Mise en place d'un service de ramassage des déchets pour les personnes de plus de 65 ans et les personnes vulnérables et mise à disposition de bénévoles pour leurs courses
- Limitation du nombre de personnes dans la déchetterie et élargissement des horaires
- Fermeture des zones sportives et de loisirs, du port et de la plage
- Fermeture du guichet communal
- Téléphones aux citoyens de plus de 65 ans pour prendre de leurs nouvelles
- Echanges avec le comité du caravaning pour éviter un afflux massif de personnes
- Mise en place d'un accueil pour les enfants des parents « feux bleus »

Nous tenons à remercier tous les employés communaux pour leur collaboration durant ces moments difficiles, la population pour avoir suivi les règles sanitaires ainsi que les bénévoles pour leur magnifique élan de solidarité.

Le Conseil communal se joint également à la douleur des familles qui ont perdu un proche à la suite du virus.

Pour le Conseil Communal Sébastien Guinnard conseiller communal

Hier die wichtigsten Massnahmen des Gemeinderats und der Gemeindeverwaltung, um die Bevölkerung zu schützen und zu unterstützen, um gemäss den Richtlinien von Bundes-, Kantons- und Regionalrichtlinien die Ausbreitung des Virus zu verhindern und die Regeln und Hygieneratschläge des BAG zu befolgen:

- Teilnahme am Koordinierungsgremium der Broye (OCB) für das Krisenmanagement
- Organisation bestimmter Aufgaben der Pflege zu Hause, die an die Gemeinden delegiert werden
- Erfassung aller schutzbedürftigen Personen und Suche nach Freiwilligen, um ihnen zu helfen
- Anbringen einer Plexiglasscheibe am Schalter der Gemeindeverwaltung
- Einrichtung eines Abfallsammeldienstes für Personen über 65 Jahre und schutzbedürftige Menschen sowie Bereitstellung von Freiwilligen für ihre Einkäufe
- Begrenzung der Anzahl Personen in der Deponie und erweiterte Öffnungszeiten
- Schliessung von Sport- und Erholungszonen, Hafen, Strand und des Gemeindeschalters
- Telefonische Anrufe an Bürger über 65, um sich nach ihrem Befinden zu erkundigen
- Austausch mit dem Vorstand des Caravanings, um einen massiven Zustrom von Personen zu vermeiden
- Aufbau einer Betreuung für Kinder von «an der Front» im Einsatz stehenden Eltern.

Wir danken allen Gemeindeangestellten für ihre Mitarbeit in diesen schwierigen Zeiten, der Bevölkerung für die Befolgung der Gesundheitsvorschriften sowie den ehrenamtlichen Helfern für ihre grossartige Solidarität.

Der Gemeinderat drückt auch seine Anteilnahme an der Trauer der Familien aus, die einen geliebten Menschen durch das Virus verloren haben.

Wussten Sie schon ?

Gemeinde engagiert sich und beteiligt sich an der Aktion „Eine Tulpe für das Leben“ der Vereinigung "L'aiMant Rose". Ziel dieser Aktion ist es, die Bevölkerung für den Brustkrebs zu sensibilisieren.

Nützliche Informationen

Administration communale
026 667 20 67
administration@gletterens.ch
www.gletterens.ch

Öffnungszeiten

Montag	9.00-11.00 Uhr 16.00-18.45 Uhr
Dienstag	16.00-17.30 Uhr
Mittwoch	14.00-16.30 Uhr
Donnerstag	9.00-11.00 Uhr 14.00-16.30 Uhr
Freitag	9.00-11.00 Uhr 14.00-16.30 Uhr

Die Gemeindeverwaltung bleibt vom 3. bis 16. August geschlossen.

Öffnungszeiten der Kehrichtsammelstelle vom 1. Mai 2020 bis 30. September 2020

Montag	11.00-12.00 Uhr
Mittwoch	17.00-19.00 Uhr
Samstag	10.00-12.00 Uhr 16.00-17.00 Uhr

Die Kehrichtsammelstelle wird diese Öffnungszeiten während der ganzen Sommersaison beibehalten.

Bitte Vormerken :
Sonntag 27. Sept. 2020
Brocantes

Impressum

Layout :

Karim Hamdani

Fotos :

Benjamin Reusser

Übersetzung :

Jeannette Brand

Patrizia Caldini

Béatrice Thomann-Polier

Sarah Bachmann

Korrekturlesen :

Sarah Bachmann

Druck:

media f

Auflage :

600 Exemplare

Le drone et ma vie privée

Lundi de Pâques, 13 avril 2020. Je suis tranquillement installée sur ma terrasse avec un bon livre. Ma voisine, quelques mètres plus loin, dans son jardin, prend un bain de soleil. Nous profitons toutes les deux qu'aucun bruit parasite ne nous casse les oreilles : pas d'avion civil dans les airs, ni d'avion militaire. Quand tout à coup, un bourdonnement puissant nous fait d'abord penser à un essaim d'insectes. Eh non, c'est un drone qui nous survole à relativement basse altitude, qui va, qui vient et dont le pilote n'est pas détectable.

Ce qui est sûr, c'est que ce pilote ne naviguait pas « à vue », que la distance au sol était trop faible (même si elle toujours difficile à évaluer) et surtout que le

respect de notre vie privée a été totalement bafoué.

Le pilote en question se reconnaîtra !

Je comprends que l'on puisse s'ennuyer en cette période de confinement mais n'avons-nous vraiment rien d'autre à faire que de générer du bruit pour s'occuper ? Ne pouvons-nous pas tout simplement jouir de cette tranquillité sonore si inhabituelle ? Faut-il que nous soyons bien maladivement conditionnés pour préférer le bruit d'un moteur au chant des oiseaux ou à pas de bruit du tout !

Rappel des règles en matières d'utilisation de drones :

Die Drohne und mein Privatleben

Ostermontag, 13. April 2020. Ich habe mich mit einem guten Buch gemütlich auf meiner Terrasse installiert. Meine Nachbarin nimmt einige Meter entfernt, in ihrem Garten ein Sonnenbad. Beide geniessen wir den Umstand, dass uns kein unerwünschter Lärm die Ohren zudröhnt: kein ziviles Flugzeug und kein Militärflugzeug in der Luft. Doch plötzlich lässt uns ein lautes Summen an einen Schwarm Insekten denken. Nein, es ist eine Drohne, die in relativ geringer Höhe über uns hinwegfliegt, kommt und geht und deren Pilot nicht ausfindig zu machen ist.

Eines ist sicher, dieser Pilot manövrierte nicht "auf Sicht", der Abstand zum Boden war zu gering (obwohl

dies immer schwer zu beurteilen ist) und vor allem wurde unsere Privatsphäre nicht respektiert, sondern völlig missachtet.

Der fragliche Pilot möge sich hier erkennen!

Ich kann verstehen, dass man sich in dieser Zeit der „Gefangenschaft“ langweilen kann; aber haben wir wirklich nichts Besseres zu tun, als Lärm zu erzeugen, um uns zu beschäftigen? Könnten wir diese ungewohnte Ruhe nicht ganz einfach nur geniessen? Sind wir mittlerweile schon krankhaft darauf konditioniert, das Geräusch eines Motors dem Gesang der Vögel oder der totalen Stille vorzuziehen?

Zur Erinnerung hier die Regeln für den Einsatz von Drohnen :

Je pilote prudemment, car

- Je suis au fait de la législation et je m'y tiens
- Je maîtrise mon drone
- Je respecte la sphère privée d'autrui
- Je ne représente aucun danger ni pour les personnes, ni pour les animaux
- J'évite les réserves naturelles
- Je me renseigne sur les éventuelles restrictions de vol auprès des autorités locales
- Je m'écarte à temps en présence d'autres aéronefs
- Je bénéficie d'une couverture d'assurance suffisante

Sans autorisation, je n'ai pas le droit d'utiliser mon drone

- À moins de 5 km d'un aéroport ou d'un héliport
- À plus de 150 m au-dessus du sol à l'intérieur d'une zone de contrôle
- À proximité du lieu d'intervention des secours ou de la police
- Au-dessus ou à moins de 100 m d'un rassemblement de personnes
- Sans garder un contact visuel permanent avec lui
- Si son poids total en vol excède 30 kg

Informations détaillées:
■ www.bazl.admin.ch/droneflyer ■

Ich fliege sicher, daher

- Kenne ich die Gesetze und halte mich daran
- Beherrsche ich meine Drohne sicher
- Respektiere ich die Privatsphäre anderer
- Gefährde ich weder Menschen noch Tiere
- Fliege ich nicht in gesperrten Naturschutzgebieten
- Kläre ich mit lokalen Behörden ab, ob es Flugeinschränkungen gibt
- Weiche ich anderen Luftfahrzeugen rechtzeitig aus
- Bin ich ausreichend versichert

Ohne Bewilligung fliege ich nicht

- Näher als 5 km rund um Flugplätze und Heliports
- Über 150 m Grund in Kontrollzonen
- In der Nähe von Blaulichteinsätzen
- Über oder näher als 100 m von Menschenansammlungen
- Ohne direkten Sichtkontakt zur Drohne
- Mit Fluggeräten über 30 kg Fluggewicht

Detailinformationen:
■ www.bazl.admin.ch/droneflyer ■



Jeannette et Csele, une équipe de choc !

Depuis qu'elle a pris sa retraite de la Confédération, Jeannette Brand, qui a été Conseillère communale dans notre commune de 2006 à 2011, a décidé de s'adjoindre un compagnon à quatre pattes. C'est Csele (prononcer « Tchèle »), une femelle braque hongrois (Vizsla). Elle a aujourd'hui 5 ½ ans. C'est un chien de chasse d'une énergie débordante. Dès le départ, Jeannette a suivi des cours de dressage avec Csele.

Le point d'orgue de ce dressage, c'est la recherche de personnes, dit aussi le « mantrailing » dans les milieux canins. Depuis 4 ans,

toutes les semaines ou 10 jours, par tous les temps (sauf en cas d'orage parce que trop dangereux) Jeannette et Csele s'y entraînent avec d'autres chiens et leurs propriétaires sous la houlette d'Annelies Studer*. Il y a maximum 6 chiens lors de chaque séance de recherche. Souvent, le cours se déroule dans la nature mais cela peut aussi être en milieu urbain. En été, en période de canicule, la forêt offre un cadre idéal.

Mais ce lundi 16 mars, à 9h00, rendez-vous a été pris au terrain de football de Courgevaux, planté au milieu de nulle part. Il fait beau, il n'y a pas de vent et la température est un peu frisquette. Les participants se

Jeannette und Csele, ein starkes Team !

Nach ihrer Pensionierung hat Jeannette Brand, welche von 2006 bis 2011 Gemeinderätin in unserer Gemeinde war, entschieden, sich einen Vierbeiner anzuschaffen. Es ist Csele, eine ungarische Vorstehhündin (Vizsla). Sie ist jetzt 5½ Jahre alt und von überschäumender Energie. Seit Beginn besuchte Jeannette mit Csele Erziehungskurse.

Ein spezieller Höhepunkt der Ausbildung ist die Personensuche, Mantrailing genannt. Seit 4 Jahren trainieren Jeannette und Csele alle 7 bis 10 Tage, bei jedem Wetter (ausser bei Gewitter, da dies zu gefährlich wäre) mit anderen Hunden und ihren Besitzern unter der Führung von Annelies Studer*. Pro Training nehmen maximal 6 Hunde teil. Oft trainieren sie in der Natur, aber auch in städtischer Umgebung. Im Sommer, bei grosser Hitze, ist der Wald ein idealer Trainingsort.

An diesem Montag, 16. März um 09:00 Uhr, ist der Treffpunkt beim Fussballplatz in Courgevaux, mitten im Nirgendwo. Es herrscht schönes Wetter, ist windstill, die Temperatur ist etwas frostig. Die Teilnehmenden kennen sich und begrüssen sich aus Distanz (bedingt durch den Coronavirus: es ist übrigens bis auf weiteres das letzte Training).

Das Vorgehen ist einfach: die Teilnehmenden spielen abwechselnd die Figuranten (zu suchende Person). Jede Person stellt in einem Plastiksack einen Gegenstand zur Verfügung, auf welchem sich ihr Geruch befindet. Das kann ein Apfelgehäuse, ein Glacestängel, Schlüsselanhänger, Kugelschreiber, Stofflappen etc. sein. Die Entfernung zur gesuchten Person wird von Annelies Studer festgelegt. Sie kennt jeden Hund und legt die Distanz und den Schwierigkeitsgrad gemäss dem Ausbildungsstand des

Hundes fest. Csele gehört zu den "Expertinnen".

Sie wird sich als Zweite auf die Suche nach "ihrer" vermissten Person machen. Zuvor legt Jeannette ihr das Mantrailing-Geschirr an und befestigt die Schleppeleine, danach gibt sie ihr den Geruch der zu suchenden Person. Bereits zu Hause wird Csele ein "Spezialhalsband" angelegt, so dass sie weiss, dass sie "arbeiten" geht. Sie liebt es und ist bereits sehr aufgeregt und zittert vor Ungeduld.

Jeder Hundehalter verwendet einen anderen Start- Weiterfahrbefehl. Jeannette braucht "travaille" und "continue". Sobald sie das Kommando gegeben hat, geht Csele los. Es macht den Anschein, als ob sie bereits weiss wohin sie gehen muss. Jeannette folgt ihr mit der Schleppeleine, gefolgt von Annelies, welche als einzige weiss, wo sich die versteckte Person befindet. Falls nötig, kann sie Korrekturen vornehmen. Csele benötigt keine Hilfe.

Die Nase am Boden, geht Csele vorwärts. Sie möchte sogar Abkürzungen nehmen, da sie den Ursprung des Geruchs bereits ganz genau in der Nase hat. Nach einer kurzen Negativanzeige (falsche Spur), ist sie wieder auf der richtigen Spur.

Jeannette erklärt, dass sie mit der Erfahrung gelernt hat, ihren Hund zu "lesen". Das Verhalten während der Suche, das Zögern, die Art des Schnupperns. All das gibt Aufschluss, ob der Hund auf der richtigen Spur ist. Je nach Gegebenheit, wird es schwieriger. Wenn es regnet oder schneit verblasst der Geruch, bei Wind wird er verwirbelt. Der Hund muss auch zwischen alter und neuer Fährte unterscheiden können.

Csele hat "ihre" vermisste Person gefunden. Natürlich muss erfolgreiche Arbeit auch belohnt werden. Als Belohnung erhält Csele eine Schale Pastete für ... Katzen!

connaissent, se saluent de loin (coronavirus oblige : c'est d'ailleurs le dernier entraînement jusqu'à nouvel avis).

Le principe est simple : à tour de rôle, les participants jouent les personnes à rechercher. Chacun aura pris un objet sur lequel son odeur s'est déposée. Ça peut être un trognon de pomme, un bâton de glace, un stylo, une poupée, un chiffon, etc. L'éloignement est défini d'entente avec Annelies Studer qui connaît bien les chiens et adapte la difficulté en fonction du niveau de l'animal. Csele fait partie des « expertes ».

Elle sera la deuxième à s'élancer sur la piste de « sa » disparue après avoir reniflé l'objet imprégné de son odeur. Avant cela, Jeannette l'équipe d'un harnais et y accroche une longe. Csele sait qu'elle travaillera dès que Jeannette lui passe le collier « spécial mantrailing », à la maison déjà. Elle adore ça, elle trépigne d'impatience.

Chaque maître a des mots d'ordre spécifiques pour conduire son chien. Jeannette utilise « travaille » et « continue ». Dès que Jeannette lui en donne l'ordre, Csele fonce. On dirait qu'elle sait déjà parfaitement où aller. Jeannette suit avec la longe, suivie d'Annelies qui est la seule à savoir où se cache la personne à rechercher. En cas de nécessité, elle pourra éventuellement rectifier la trajectoire de recherche. Pour Csele, il n'y aura besoin d'aucune aide.

La truffe au sol, Csele avance. Elle voudrait même prendre des raccourcis car, en fait, elle a déjà quasiment repéré la source de l'odeur qu'elle suit. Un petit aller-retour sur une fausse piste et la voilà déjà de nouveau sur le rail.

Jeannette explique qu'avec l'expérience, elle arrive à « lire » son chien. Ses atti-

tudes, ses hésitations, la façon de humer, de suivre la trace au sol : tout est une indication sur comment le chien s'en sort dans sa quête. Il faut dire que suivant les circonstances, la difficulté augmente. S'il pleut ou s'il neige, les odeurs s'estompent ; s'il y a du vent, ces mêmes odeurs voyagent. Le chien doit aussi savoir faire la différence entre une ancienne et une nouvelle trace qui la mènera au but.

Et finalement, sans difficulté, Csele a retrouvé « sa » disparue. Bien entendu, tout travail méritant salaire, Csele reçoit la récompense : une boîte de pâté pour... chats !

De retour devant le terrain de football, d'autres chiens se mettent en piste. Des petits chiens, des grands chiens. Il n'y a absolument aucune restriction. N'importe quel canidé peut s'entraîner à la recherche de personnes. Pour Jeannette, c'est non seulement une fierté de voir son chien réussir brillamment ce genre d'exercices mais aussi une satisfaction de voir Csele heureuse et équilibrée, contente d'avoir pu s'ébattre même si c'est dans un cadre très défini.

Il n'y a pas de diplôme délivré pour ce cours et Csele n'est pas un chien policier. Mais en cas de besoin, Jeannette et elle pourraient se rendre utiles aux habitants de Gletterens : sait-on jamais, si un enfant se perd, si une personne âgée du home s'évade, etc. Pensez à Jeannette.

Csele est une chienne absolument a-do-rable, loyale, franche avec un caractère affirmé qui en fait un compagnon bien agréable. Jeannette a effectué un travail remarquable avec elle, sachant qu'elle n'avait jamais détenu de chien avant Csele. Chapeau bas, Madame ! ■

*AVANCE Hundeausbildung Murten : <https://www.avance-murten.ch/avance-murten.ch>

Zurück auf dem Fussballplatz machen sich andere Hunde auf den Weg. Kleine und grosse Hunde. Es gibt keine Einschränkungen. Hunde jeder Rasse können Personensuche trainieren.

Jeannette ist stolz, wenn ihr Hund die Aufgabe erfolgreich gelöst hat. Es ist aber auch eine Genugtuung zu sehen, wie glücklich und ausgeglichen Csele dank einer sinnvollen Beschäftigung ist.

Es wird kein Diplom für diesen Kurs ausgestellt und Csele ist auch kein Polizeihund. Sollte in Gletterens zum Beispiel einmal ein Kind oder eine ältere Person gesucht werden, könnte Csele sicher versuchen, diese zu finden.

Csele ist eine absolut reizende Hündin, loyal, offen und mit einem starken Charakter, was sie zu einer angenehmen Begleiterin macht. Jeannette hat vor Csele noch nie einen Hund besessen, umso bemerkenswerter ist ihre Arbeit. Gut gemacht ! ■

*AVANCE Hundeausbildung Murten - <https://www.avance-murten.ch/avance-murten.ch>



Faire du pain c'est travailler avec du vivant !
Interview de Cédric Progin

Sara et Cédric Progin, installés à Gletterens depuis 2012 (voir Gazette no 12), n'étaient pas satisfaits du pain qu'ils obtenaient avec leur robot de ménage. De fil en aiguille, ils se retrouvent, aujourd'hui, avec un moulin et une production locale certifiés Bio, qui dépasse de loin leurs propres besoins et fait le plaisir de clients toujours plus nombreux.

Bonjour Cédric. Avec Sara, tu mouds de la farine et tu fais du pain. L'un de vous a-t-il une formation de meunier ou de boulanger ?

Non, pas du tout. J'ai appris en essayant, avec beaucoup d'huile de coude, de la patience, quelques stages où ma femme m'a poussé et surtout de merveilleuses rencontres. Nous nous sommes retrouvés à faire du pain, sans vraiment l'avoir prémédité. Sara, toujours spontanée, a un jour lancé la machine en proposant via Facebook de vendre du pain au levain. J'ai d'abord été un peu paniqué, mais je l'avoue, très ému en vendant mon premier pain. Aujourd'hui ça fait partie de notre quotidien. Chacun s'est un peu spécialisé dans certaines tâches, mais nous mettons tous les deux la main à la pâte.

Pour faire du pain on sait qu'il faut de la farine, de l'eau et du sel. Apportes-tu une attention particulière à ces deux derniers ingrédients ?

L'eau de Gletterens nous convient. C'est surtout le chlore qu'il faudrait éviter pour faire du pain au levain, parce que les bactéries y sont sensibles. Par contre, trouver le bon sel a été un long processus. Le sel fin, qu'on trouve dans le commerce, contient généralement du ferrocyanure. Dans certaines conditions, cette substance devient un poison. Le sel de mer, quant à lui, est rarement pur. Peut-être à

causes des déchets plastiques dans nos océans. À force de demander, j'ai trouvé du sel suisse, sans additif, que je commande en gros seaux de 12kg. L'inconvénient c'est qu'il arrive en blocs à broyer soi-même.

Pour faire lever un pain, on utilise de la levure ou du levain. Cela fait-il une différence, pour la digestion ou la conservation entre autre ?

La levure est un champignon produit de manière industrielle. C'est un ingrédient connu au moins depuis le XVIIIème siècle, qui produit une fermentation alcoolique rapide. Nous n'utilisons jamais de levure (voir encadré).

Le levain, quant à lui, est une culture spontanée de bactéries et de levures sauvages présentes dans les céréales, qui engendre une lacto-fermentation. Cette dernière peut durer une quinzaine d'heures, mais si on laisse le pain lever trop longtemps il risque de devenir imangeable. Il s'agit d'un écosystème naturel, qu'on ne vient pas bousculer avec un agent extérieur et qu'on laisse vivre à son rythme. C'est un processus qui n'est jamais vraiment maîtrisable et dont il faut être à l'écoute. Cette constante remise en question me fascine et me stimule tout particulièrement.

On obtient ainsi un pain plus digeste, parce que la pâte a déjà été, en bonne partie, digérée lors de la longue fermentation. De plus, son acidité le protège du moisissement et il se conserve plus longtemps.

Brot machen ist Arbeiten mit lebendem Material
Interview mit Cédric Progin

Sarah Bachmann und Cédric Progin, wohnhaft in Gletterens seit 2012 (siehe Gazette Nr. 12), waren mit dem Brot, welches sie mit ihrem Haushaltroboter hergestellt haben, nicht zufrieden. Das führte dazu, dass sie mit einer Mühle und einem lokalen, biozertifizierten Hersteller zusammenkamen. Da diese bei weitem mehr als für ihren Eigenbedarf produzieren, profitieren immer mehr Kunden von ihrem Angebot.

Guten Tag Cédric. Mit Sarah mahlst du Mehl, um daraus Brot zu machen. Hat einer von euch eine Ausbildung als Müller oder Bäcker ?

Nein, überhaupt nicht. Das Wissen habe ich mir angeeignet, indem ich Versuche gemacht habe, mit viel Kraftaufwand, mit Geduld, mit einigen Kursen, zu welchen mich meine Frau ermuntert hat, und vor allem durch wunderbare Begegnungen. Wir haben begonnen Brot herzustellen, ohne uns vorher gross Gedanken darüber gemacht zu haben. Sarah, immer spontan, hat eines Tages alles ins Rollen gebracht, indem sie vorgeschlagen hat, Sauerteigbrot via Facebook anzubieten. Zuerst geriet ich etwas in Panik, muss aber zugeben, dass mich der Gedanke, mein erstes Brot zu verkaufen, sehr bewegt hat. Heute gehört es zu unserem Alltag. Jeder hat sich auf gewisse Aufgaben spezialisiert, aber beide leisten ihren Beitrag.

Um Brot zu machen benötigt es Mehl, Wasser und Salz. Legst du ein besonderes Augenmerk auf die beiden letzten Zutaten ?

Das Wasser von Gletterens ist gut geeignet. Um Sauerteigbrot herzustellen, muss vor allem Chlor vermieden werden, da die Bakterien sehr sensibel sind. Das richtige Salz zu finden, war hingegen ein langer Prozess. Feines Salz, welches wir im Handel finden, enthält im allgemeinen Ferrocyanid. Unter gewissen Umständen wird diese Substanz giftig. Meersalz ist selten rein - vielleicht wegen der Plastikabfälle in unseren Meeren. Nach intensiven Nachforschungen habe ich Schweizer Salz gefunden, ohne Zusatzstoffe, welches ich in grossen Eimern von 12kg bestelle. Der Nachteil ist, dass es in Blocks geliefert wird und selber zerkleinert werden muss.

Um das Brot gehen zu lassen benötigt man Hefe oder Sauerteig. Besteht ein Unterschied betreffend Verdauung oder Aufbewahrung ?

Hefe ist ein industriell hergestellter Pilz. Diese Zutat kennt man bereits seit dem XVII. Jahrhundert. Sie produziert eine rasche alkoholische Gärung. Wir verwenden nie Hefe (siehe Kasten).

Der Sauerteig besteht aus einer spontanen Bakterienkultur und wilder Hefe, welche sich im Getreide befinden und eine Milchsäuregärung verursachen. Diese kann bis zu 15 Stunden dauern. Lässt man



Enfin, l'acide acétique produit par certaines bactéries développe plus de goûts. Avec de la pratique, on trouve le bon équilibre, entre arômes et acidité, cette dernière étant un reproche qu'on entend parfois, par rapport au pain au levain.

Les farines que tu trouvais sur le marché ne t'ont pas satisfait et ta curiosité t'a poussé à vouloir faire toi-même de la farine. Vous avez opté pour un moulin Astrié. De quoi s'agit-il exactement ?

Quand je raconte que j'ai remis un moulin dans ma grange, pratiquement au même endroit que l'ancien atelier de boulangerie, les gens s'imaginent une meule en pierre, de type médiéval. Ce procédé ancestral donnait une farine complète oxydée, et qui devenait rance assez vite.

À l'inverse, les techniques modernes à cylindre métallique, séparent le germe du grain pour produire une farine blanche, très pure, composée essentiellement de sucres et privée d'éléments nutritifs essentiels.

En outre, ces 2 procédés soumettent la farine à des températures qui détruisent une grande partie des vitamines contenues dans cette dernière.

Avec le procédé inventé par les frères Astrié au XXème siècle, on évite tous les inconvénients des deux autres systèmes. Sa particularité c'est qu'il conserve le germe et l'intègre à la farine. Une meule en granit, héritière du procédé traditionnel, flotte au-dessus du grain. La pression se règle au micron et permet d'obtenir la mouture idéale. En plus, elle tourne assez lentement pour qu'il n'y ait presque aucun échauffement. Au final, on sépare la farine, le petit son et le gros son (ce dernier est indigeste) en un seul passage, avec 80 % de rendement et plein de vitamines.

Quand on voit votre installation, peut-on encore dire qu'il s'agit d'un moulin construit pour satisfaire vos besoins en farine, afin de faire votre pain quotidien ?

Si c'était bien le projet initial, Il est clair que nous n'utilisons aujourd'hui que 10 % de notre production. Nous avons opté pour le gros modèle Astrié, constitué d'une meule d'un mètre de diamètre. Cela permet de broyer 30 kg de

das Brot aber zu lange gehen, kann es ungeniessbar werden. Es handelt sich um ein natürliches Ökosystem, welches man seinem natürlichen Rhythmus überlässt und nicht durch äussere Einflüsse gestört werden soll. Diesen Prozess kann man nicht kontrollieren, muss ihn aber stets beobachten. Dieses ständige in Frage stellen fasziniert mich und spornt mich gleichzeitig an.



céréales à l'heure, en privilégiant une qualité supérieure. C'est assez lent pour un moulin. À titre de comparaison, une minoterie industrielle produit en un jour, autant de farine que nous produisons en une année.

Nous broyons aussi du grain pour des agriculteurs locaux qui nous confient leurs céréales. Évidemment, comme nous sommes certifiés Bio, nous ne pouvons moudre que des produits Bio. En contrepartie, les farines

Man erhält einerseits ein gut verdauliches Brot, weil der Teig zu einem grossen Teil bereits während der Gärung verdaut wurde, andererseits wird es durch die Säure von Fäulnis geschützt und ist länger haltbar. Zudem verstärkt die Essigsäure, welche durch gewisse Bakterien entsteht, den Geschmack. Mit der praktischen Erfahrung findet man das richtige Gleichgewicht zwischen Aromen und Säure, welche dem Sauerteigbrot oft nachgesagt wird.

Da dich die Mehlsorten, welche du im Handel gefunden hast, nicht befriedigten, hat dich deine Neugier dazu gebracht, Mehl selber herzustellen. Ihr habt euch für die Mühle Astrié entschieden. Worum handelt es sich genau ?

Wenn ich erzähle, dass ich in meiner Scheune eine Mühle installiert habe, fast genau am gleichen Ort wo sich einst die Backstube befand, stellen sich die Leute einen Mühlstein vor, wie im Mittelalter. Dieses altbewährte Verfahren ergab ein oxidiertes Vollkornmehl, welches rasch ranzig wurde.

Die modernen Techniken mit Metallzylindern hingegen, trennen den Keim vom Korn, so dass ein sehr reines Weissmehl entsteht, welches hauptsächlich aus Zucker besteht und dem wesentliche Nährstoffe fehlen.

Zudem setzen diese zwei Verfahren das Mehl Temperaturen aus, welche einen grossen Teil der Vitamine zerstören.

Mit dem Verfahren, welches von den Gebrüder Astrié im XX. Jahrhundert erfunden wurde, werden die negativen Auswirkungen dieser zwei Vorgehensweisen vermieden. Das Korn bleibt erhalten und wird ins Mehl integriert. Ein Granitschleifstein, ein überliefertes traditionelles Verfahren, schwimmt über dem Korn. Der Druck regelt sich microgenau, so dass man den idealen Mahlgrad erhält. Zudem dreht er ziemlich langsam, damit nicht zu viel Wärme entsteht. Schlussendlich trennt man das Mehl in einem einzigen Durchgang von der feinen und groben Kleie (letztere ist ungeniessbar), mit einem Ertrag von 80% voller Vitamine.

Kann man sagen, dass diese Mühle eure Bedürfnisse für die tägliche Brotproduktion abdeckt ?

Das war unser anfänglicher Plan, wir brauchen heute jedoch nur 10% unserer Produktion. Wir haben uns für das grosse Modell Astrié

qui sortent de notre moulin sont revendues avec le label Bourgeois ou Demeter, selon la labellisation des céréales.

Notre surplus, comme le pain, est directement vendu à notre clientèle.

Avez-vous différents types de farines ? Faites-vous aussi du pain sans gluten ?

Nous nous concentrons pour l'instant sur les céréales à disposition chez les agriculteurs les plus proches. Nous proposons de la farine d'épeautre, de blé, de seigle, d'amidonnié et de triticales. Elle est bise claire ou bise semi-complète, c'est-à-dire composée de farine et de petit son.

La farine et le pain sans gluten, par contre imposent plusieurs contraintes qui sont, pour l'instant, difficiles à surmonter. Entre autre, cela demande un pétrissage costaud, qui demande une force et une énergie de titan. Or notre pain est pétri très doucement, exclusivement à la main, car nous avons opté pour une production sans

machines. C'est une manière de laisser le processus naturel vivre à son rythme. Ce long procédé à l'avantage de dégrader les grosses molécules et des personnes intolérantes au gluten supportent en principe assez bien notre pain.

Envisages-tu d'ouvrir bientôt une boulangerie à Gletterens, pour qu'on puisse goûter votre farine et votre pain ?

Non, là il faudrait imaginer une reconversion totale et une rigueur quotidienne. Nous aimons faire de nouvelles expériences afin de développer des textures et des saveurs originales. Notre pain évolue en permanence, au gré de nos lubies et des remarques de nos clients. Pour acheter nos produits, il suffit de passer à la maison ou de téléphoner. Nous avons aussi un site internet qui donne quelques informations et décrit nos produits :

www.dugrainamoudre.ch

Merci pour ce partage. Je vous souhaite une belle aventure avec cette passion du pain ! ■



entschieden, welches einen Mühlstein von einem Meter Durchmesser hat. Damit können wir 30 kg Getreide von höchstehender Qualität pro Stunde mahlen. Das ist ziemlich langsam für eine Mühle. Zum Vergleich, ein industrieller Mühlenbetrieb produziert an einem Tag soviel Mehl wie wir in einem Jahr.

Wir mahlen auch Korn für lokale Bauern, welche uns ihr Getreide anvertrauen. Da wir biozertifiziert sind, können wir nur Bio-Produkte mahlen. Unser Mehl, je nach Kennzeichnung des Getreides, wird unter dem Namen Bourgeois oder Demeter verkauft.

Unser Überschuss, wie das Brot, wird direkt an unsere Kunden verkauft.

Habt ihr unterschiedliche Mehlsorten? Stellt ihr auch glutenfreies Brot her ?

Im Moment beschränken wir uns auf das Getreide von Landwirten aus unserer Region. Wir bieten Dinkel-, Weizen-, Roggen-, Emmer- und Triticalemehl an, also Ruch- oder Vollkornmehl, zusammengesetzt aus Mehl und feiner Kleie.

Mehl und Brot ohne Gluten hingegen unterliegen noch zu vielen Einschränkungen, welche im Moment schwierig zu überwinden sind. Zudem muss kräftig geknetet werden, was titanische Kraft und Energie braucht. Unser Brot wird ausschliesslich vorsichtig von Hand geknetet, da wir für unsere Produktion keine Maschinen einsetzen. Auf diese Weise ist der Prozess natürlich und hat seinen eigenen Rhythmus.

Dieses langwierige Verfahren hat den Vorteil, dass die groben Moleküle abgebaut werden, so dass Personen mit einer Glutenintoleranz unser Brot gut vertragen.

Beabsichtigst du, in Gletterens bald eine Bäckerei zu eröffnen, damit wir euer Mehl und Brot geniessen können ?

Nein, dazu würde es eine totale Umstellung und einen genauen Tagesablauf brauchen. Wir wollen neue Erfahrungen sammeln, um eigene Texturen und Geschmacksrichtungen zu entwickeln. Unser Brot wird laufend weiterentwickelt, je nach unserem Gutdünken und den Bemerkungen unserer Kunden. Um unsere Produkte zu kaufen, kann man bei uns zu Hause vorbeikommen oder telefonieren. Wir haben ebenfalls eine Internetseite, welche weitere Informationen gibt und unsere Produkte beschreibt:

www.dugrainamoudre.ch

Vielen Dank für dieses Gespräch. Ich wünsche euch spannende Momente mit dieser Leidenschaft zum Brot ! ■

Seit Jahren entwickelt sich in unserer Region ein ganzes Netzwerk von lokalen Unternehmen. Oftmals motiviert durch einen biologischen Ansatz oder einfach nur, um das Joch der Grosshändler loszuwerden, bieten lokale Produzenten ihre Produkte an, oft am Wegesrand. Am nächste Seite sind einige Adressen in Gletterens und Umgebung :

Il y a levain et levain

La mode est au pain au levain. Même la grande distribution nous en propose. Malheureusement, qu'on ajoute de la levure ou non dans son pain au levain, l'étiquette est la même, pour un produit que tout différencie.

La production d'un authentique levain est similaire à celle du pain. On mélange de la farine et de l'eau, puis on laisse reposer le tout. Cela prend 3 à 5 jours. Par la suite, on peut le rafraîchir quotidiennement. Toutefois, cette opération dépend de nombreux facteurs et il faut surveiller en permanence le levain qui pourrait évoluer en à peine 2 heures. C'est une expérience toujours différente et pleine de surprises.

Cependant, pour mieux lancer ou contrôler le levain, on peut être tenté d'y ajouter un peu (voire beaucoup) de levure. Or, même si la quantité de levure est minime, elle agit tellement plus vite que le levain, qu'elle fait gonfler le pain sans laisser le temps aux bactéries du levain de faire leur travail. Aussi, afin de revendiquer un long temps de fermentation, certains n'hésitent pas à faire lever leur « pain au levain » au frigo. Quand on sait que les bactéries n'agissent plus en dessous de 11 degrés on se rend vite compte de la supercherie. Quoiqu'il en soit, introduire de la levure dans son levain, disqualifie ce dernier et toutes ses qualités. Pour couronner le tout, le levain n'agit alors que comme exhausteur de goût et donne l'impression qu'on a affaire à un pain « spécial », souvent vendu plus cher.

Comme il n'existe aucun label attestant de l'utilisation d'un véritable levain sans levure, si on s'y intéresse, il faut pouvoir discuter avec le boulanger pour connaître sa recette, faire son pain soi-même, ou, bien-sûr, goûter le pain de la famille Progin. ■

Es gibt Sauerteig und Sauerteig

Der Trend geht hin zum Sauerteigbrot. Sogar Grossverteiler bieten es an. Ob mit oder ohne Hefe im Sauerteigbrot, die Kennzeichnung bleibt leider die gleiche, obwohl ein grosser Unterschied besteht.

Die Herstellung von originalgetreuem Sauerteig gleicht der von Brot. Man mischt Mehl und Wasser, danach lässt man das Ganze ruhen. Dies während 3 bis 5 Tagen, in denen täglich wieder Mehl und Wasser hinzugegeben werden. Dieser Vorgang hängt jedoch von vielen Faktoren ab und der Sauerteig muss permanent überwacht werden, damit er nicht innerhalb von 2 Stunden aufgeht. Man macht immer neue Erfahrungen und erlebt viele Überraschungen.

Um den Sauerteig jedoch besser starten oder kontrollieren zu können, kann man in Versuchung kommen, ein wenig (oder sogar viel) Hefe beizufügen. Auch wenn die Menge Hefe minim ist, reagiert sie so viel schneller als der Sauerteig, so dass das Brot aufgeht, ohne dass die Bakterien des Sauerteigs Zeit haben ihre Arbeit zu machen. Um die Zeit der Gärung zu verkürzen zögern einige nicht, ihr "Sauerteigbrot" im Kühlschrank gehen zu lassen. Wenn man weiss, dass die Bakterien bei unter 11 Grad nicht mehr reagieren, wird man sich der Täuschung sofort bewusst. Wie dem auch sei, dem Sauerteig Hefe beizufügen mindert seine Qualitäten. Um dem ganzen die Krone aufzusetzen, dient der Sauerteig lediglich als Geschmacksverstärker und erweckt den Eindruck, dass es sich um ein "Spezialbrot" handelt, welches oft zu einem teureren Preis verkauft wird

Da es kein Gütesiegel gibt, welches die Verwendung eines echten Sauerteigs ohne Hefe bescheinigt, muss man mit einem Bäcker sprechen, welcher das Rezept kennt, sein Brot selber backen oder, natürlich das Brot der Familie Progin probieren. ■

Depuis des années, dans notre région, se développe tout un commerce de proximité. Souvent motivé par une démarche Bio, ou simplement pour se débarrasser du joug des grands distributeurs, des producteurs locaux offrent leurs produits, souvent au bord du chemin. Voici quelques adresses à Gletterens et dans ses environs :

Gletterens

Bersier Christophe
Rte de la Muraille 35
079 314 47 20

Lapin - Kaninschen

Borgognon Alexandre
Le Terdo 1
079 853 16 27

Viande de boeuf Bio - Bio Rindfleisch

Dubey Daniel et Brigitte
Rte de la Pépinière 32
079 289 93 13

Poulet fermier, agneau, œufs, légumes - Huhn vom Bauernhof, Lammfleisch, Ei, Gemüse

Du Grain à Moudre
Rte du Lac 4
078 687 16 43
www.dugrainamoudre.ch
Pain, farine - Brot, Mehl

Développement Durable / Nachhaltige Entwicklung

Chevroux

Bonny Jean-Paul et Christine
Rue Bas du Four 6
026 667 18 67

Légumes, œufs - Gemüse, Ei

De Vous à Nous
Rue des Pêcheurs 11
079 398 12 48
www.devousanous.ch

Pain et ateliers - Brot und Workshops

La Ferme d'Ostende
Rte d'Ostende 3
076 467 48 92
www.lafermedostende.ch

Miel, pain, bière - Honig, Brot, Bier

Delley

Jacot Daniel
Route de St-Aubin 42
079 823 71 23

Panier de légumes bio - Bio-Gemüsekorb

Les Chandines
Les Chandines 7
026 677 28 05
www.chandines.ch

Produits transformés, pain, asperges vertes, fraises - landwirtschaftliche Erzeugnisse, Brot, grüner Spargel, Erdbeeren

Grandcour

Domaine de la Bluette
Ch. de Chesard 111
079 816 57 39
www.la-bluette.ch

Produits transformés, semences anciennes - Landwirtschaftliche Erzeugnisse, alte Samenarten

La houblonnière maraîchère
Ch. de Chesard 111
079 927 33 81

Légumes bio, semences, plantons, houblonnière - Bio Gemüse, Samen, Setzlinge, Hopfen

Mayor Falco do Santos Anne-Lise
Ch. de Vernex 4
026 667 06 33

Pain, œufs, fruits, légumes - Brot, Ei, Obst, Gemüse

Robatel Jean-François
Chesard 102
079 708 87 71

Viande de bœuf charolais - Charolais Rindfleisch

Missy

Ferme du Pré-Grand
Route de Carignan 35

Courges, pommes, huile de Colza - Kürbis, Apfel, Rapsöl

Blanc Marcel et Annemarie
Route des Vernettes 5
026 667 13 96

Oeufs, noix - Ei, Walnuss

Portalban

Delley Claude
Rte du Port 7
026 677 14 50
www.delley.ch

Poisson - Fisch

Perriard Edith et Lucien
Chemin du Four 17

Légumes, fruits, produits transformés - Gemüse, Obst, landwirtschaftliche Erzeugnisse

Vallon

Collaud Frédéric et Stéphanie
Route de la Vannaz 4
079 317 82 55

Fraises, pruneaux, huile de tournesol - Erdbeeren, Zwetschghe, Sonnenblumeöl

Garage de Carignan
Jacot Daniel - Self-service
Légumes Bio - Bio Gemüse

Guinnard Marcel
Chemin En-Rosset 22
026 667 25 64

Vin cuit de poires - Birne Vin cuit

Depuis 5 ans, la commission DDE organise au printemps, un tour en vélo ouvert à la population. Cette année, les mesures de confinement n'ont pas rendu cela possible, alors voici les tours effectués les années précédentes afin de vous stimuler à découvrir notre région.

2017

13,2 Km - 1h21 (en vélo)

Départ de l'école, puis direction Grandcour par le Dévin. Juste avant Chesard (Cassises), à droite, chemin en terre battue sur 800m. Continuer jusqu'à Chesard pour rester sur la route.

2016

12,7 Km - 1h20 (en vélo)

Départ de l'école, puis direction Vallon. 50m de terre battue (évitable) à Portalbandessous. Le Canada en gravillons.



Seit fünf Jahren organisiert die Kommission DDE im Frühling jeweils einen Fahrradausflug für die Bevölkerung.

Dieses Jahr kann der Anlass, bedingt durch die Corona Einschränkungen, nicht stattfinden. Für Sie sind die Fahrradtouren der vergangenen Jahre untenstehend aufgelistet und sollen Sie motivieren, unsere Region zu entdecken.

2017

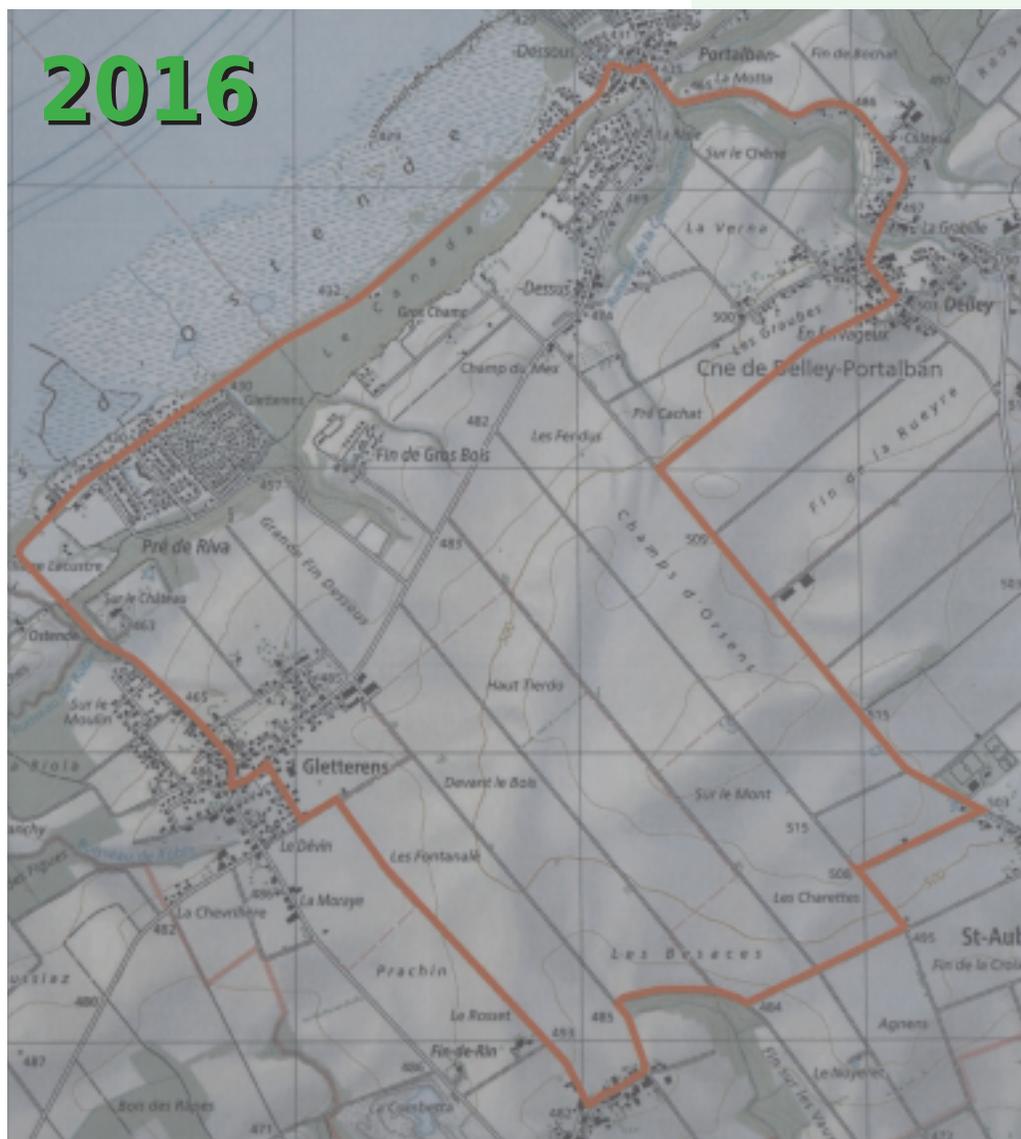
12,7 km - 1St. 20 (Velo)

Abfahrt beim Schulhaus Gletterens Richtung Vallon. 50 m Feldweg (vermeidbar) nach Portalbandessous und via Le Canada.

2016

13,2 km - 1St. 21 (Velo)

Abfahrt beim Schulhaus Gletterens Richtung Grandcour / Le Dévin. Kurz vor Chesard (Cassies) rechts, 800 m dem Feldweg entlang. Auf diesem Weg weiterfahren bis Chesard.





2018

2018

15,3 km - 1St. 30 (Velo)
 Abfahrt beim Schulhaus Gletterens Richtung Grandcour, Ressudens. Beim Steinbruch von Vallon vorbei nach Missy bis zum Broyekanal. Zurück via St-Aubin. Achtung: Fahrt 200 Meter auf der Hauptstrasse Vor den zwei Kreiseln. Dann ab Vallon geradewegs Richtung Gletterens vorbei an Prachin.

2019

16,2 km - 1St. 43 (Velo)
 Abfahrt beim Schulhaus Gletterens Richtung Grandcour. Rechts, ausgangs Dorf, Feldweg. Möglichkeit 700 Meter auf der Hauptstrasse fahren um den Feldweg zu vermeiden und Les Esserts erreichen. Beim Wasserturm von Chevroix nach links, Richtung Rueyres fahren. Auf dem Rückweg beim Wasserturm geradeaus Richtung Chevroix.

2018

15,3 Km - 1h30 (en vélo)

Départ de l'école, puis direction Grandcour, Ressudens. Passer par la carrière de Vallon et aller sur Missy jusqu'au canal de la Broye. Retour par St-Aubin. Attention 200m sur la route principale, avant le double rond-point. Puis, depuis Vallon aller tout droit sur Gletterens par Prachin.

2019

16,2 Km - 1h43 (en vélo)

Départ de l'école puis direction Grandcour. À droite, à la sortie du village, chemin en terre battue (continuer 700m sur la route principale pour l'éviter et rejoindre Les Esserts). Au château d'eau de Chevroix, tourner à gauche, direction Rueyres. Au retour, passer tout droit devant le château d'eau, direction Chevroix.



2019



**ZERO WASTE
LESS WASTE**

L'esprit vert à la maison, vivre de manière plus durable et plus écologique.

Tu peux faire plein de choses, sans effort et maintenant. C'est bon pour la santé et pour l'environnement. Depuis les produits de nettoyage, aux produits de soin corporel en passant par les médicaments jusqu'à la réduction des plastiques, Marianne Beutler dispense des trucs et astuces faciles que tu peux faire toi-même. C'est fun, ça te fait économiser des sous et tu te débarrasses des déchets dommageables d'emballage.

Des pelures d'agrumes : un nettoyant universel

Qui nettoie avec plaisir le bac à légumes de son frigo avec des produits chimiques?

Il existe une alternative naturelle : le nettoyant universel, hygiénique, pour salle de bain, cuisine, sols, qui détartre, dégraisse et enlève la saleté !

Deux ingrédients sont nécessaires:

Des pelures d'orange, de citron ou de pamplemousse et du vinaigre blanc.

Tasser des petits morceaux d'écorces d'agrumes, restées du petit-déjeuner, dans un bocal et remplir avec le vinaigre en recouvrant à ras bord. Fermer hermétiquement le bocal et laisser macérer le mélange entre 2 à 4 semaines et compléter avec du vinaigre si néces-

saire afin d'éviter la formation de moisissures. Les huiles essentielles contenues dans les écorces se diffusent dans le vinaigre et constituent le pouvoir nettoyant.

Ensuite, filtrer avec un tamis à maille fine, verser dans un flacon pulvérisateur. Le produit peut être utilisé pur ou additionné d'une dose de détergent ou de savon liquide.



Cette recette n'est toutefois pas indiquée pour des surfaces sensibles aux acides comme la pierre naturelle ou le marbre. ■

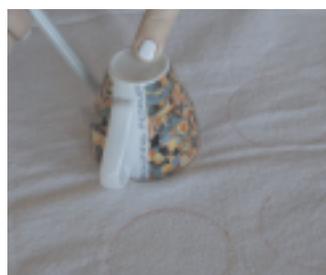
Disques démaquillants en coton

Des disques démaquillants lavables et donc réutilisables sont l'alternative idéale et durable aux disques démaquillants de ouate. On peut se laver le visage avec, enlever le maquillage et plus encore et c'est facile à faire pour autant qu'on ait une machine à coudre et qu'on souhaite une fois la mettre en branle....

Tu t'épargnes beaucoup de déchets et c'est en plus d'un usage agréable.

Restes de tissu nid d'abeille, coton bio, molleton, coton : coudre 2-3 couches.

Après utilisation, mettre en machine à 60°C dans un filet à linge. ■



**ZERO WASTE
LESS WASTE**

Auch im Haushalt auf die Umwelt achten. Nachhaltiger und umweltbewusster leben.

Es gibt viele Dinge die du mit wenig Aufwand sofort tun kannst! Das ist gut für die Gesundheit und die Umwelt. Von Reinigungsmittel, Körperpflege, Heilmittel bis zur Reduktion von Plastik gibt Marianne Beutler in den nächsten Gazetten einfache Tipps und Anleitungen was du selber machen kann. Es macht Spass, spart Kosten, sowie belastenden Verpackungsmüll.

Zitruschalen Allzweck-Reiniger

Wer reinigt seine Gemüseschublade im Kühlschrank schon gerne mit chemischen Substanzen ...?

Hier ist eine natürliche Alternative: der hygienische Alleskönner für Bad, Küche und Böden, entfernt Kalk, Fett und Schmutz!

Es braucht nur zwei Zutaten:

Schalen von Orangen, Zitronen oder Grapefruits und weisser Tafelessig.

Die verkleinerten Zitruschalen vom Frühstücksaft übriggeblieben, jeweils in ein grosses Glas schichten und mit dem Essig befüllen, bis die Schalen vollständig bedeckt sind. Das Glas luftdi-

cht verschliessen und die Mischung 2-4 Wochen ziehen lassen und bei Bedarf Essig nachgiessen um Schimmel zu vermeiden. Die ätherischen Öle aus den Zitruschalen, gehen bei diesem Prozess in den Essig über und bewirken die reinigende Wirkung.

Anschliessend das Ganze durch ein feinmaschiges Sieb abgiessen und als Allzweck-Reiniger in eine Sprühflasche abfüllen. Der Reiniger kann unverdünnt, oder mit einem Schuss Spülmittel oder Flüssigseife ergänzt werden

Für säureempfindliche Flächen wie Naturstein oder Marmor ist dieses Rezept jedoch nicht geeignet. ■

Abschminkpads aus Baumwolle

Waschbare und somit wiederverwendbare Abschminkpads sind die optimale, nachhaltige Alternative zu herkömmlichen Wattepaden. Mit ihnen kann man das Gesicht reinigen, Make-up entfernen und vieles mehr und es ist ganz einfach herzustellen, sofern man eine Nähmaschine besitzt und diese vielleicht

wieder einmal aktivieren möchte. Du sparst viel Müll und es ist zudem sehr angenehm im Gebrauch.

Gebrauchtes Flanell/Barchent Leintuch, in 2-3 Lagen zusammengenäht.

Nach Gebrauch einfach im Wäschenetz bei 60°C waschen.



Sirop contre la toux

... on en trouve bien sûr en pharmacie. Mais on peut aussi se débarrasser d'une toux avec les ingrédients usuels qu'il y a dans d'importe quelle cuisine. Les vertus antibactériennes et antivirales du gingembre et du citron libèrent les voies respiratoires et soulagent des désagréments de la toux, de la bronchite et de l'asthme.

Voilà comment on fabrique ce médicament ancestral :

Bien laver 3 citrons bio ; couper en petits morceaux y compris l'écorce mais sans les pépins.

*Couper 50 gr de gingembre en petites lamelles
200 gr de sucre roux
400 ml d'eau*

Cuire tous les ingrédients ensemble et laisser mijoter pendant environ 20 minutes. Puis filtrer et remplir stérilement et hermétiquement un flacon opaque ou sombre.

Le sirop contre la toux fait maison est ainsi terminé et doit être conservé au frigo. ■

Hustensaft

... das gibt es in der Apotheke. Doch Husten lässt sich auch mit einfachen Zutaten aus der Küche loswerden. Antibakterielle und antivirale Eigenschaften von Ingwer und Zitrone befreien die Atemwege und lindern Beschwerden bei Husten, Bronchitis und Asthma.

Das alte Hausmittel wird wie folgt hergestellt:

3 St. Bio-Zitronen gut waschen, mit Schale aber ohne Kerne in kleine Stücke schneiden.

*50 gr Ingwer ebenfalls in feine Scheiben schneiden
200 gr brauner Zucker
400 ml Wasser*

Alles zusammen aufkochen und ca. 20 Minuten köcheln lassen, absieben und steril in ein dunkles Glas abfüllen.

Der selbstgemachte Hustensaft ist somit fertiggestellt und muss im Kühlschrank aufbewahrt werden. ■



Film alimentaire à la cire au lieu du film alimentaire (alu, plastique)

Les films alimentaires en alu ou plastique sont à portée de main et atterrissent après une seule utilisation directement dans la poubelle. Si tu veux réduire ta consommation de plastique, il t'est facile de remplacer ces films alimentaires à usage unique par des toiles réutilisables.

Cette alternative sans plastique confectionnée à partir de tissu de coton et de cire d'abeille est parfaitement adaptée pour envelopper ou couvrir des aliments.

Voilà comment tu confectionnes une toile à la cire d'abeille :

Matériel :

Restes de tissu de coton ou de lin, lavés.

Restes de bougies à la cire d'abeille ou pastilles de cire d'abeille (à commander sur Internet, p.ex.)

Découper les restes tissus de coton ou de lin au format que tu souhaites.

Chauffer la cire d'abeille au bain marie Poser le morceau

de tissu sur du papier de cuisson sur une surface plane puis déposer la cire liquide au moyen d'un pinceau. Recouvrir avec une autre feuille de papier de cuisson. Régler le fer à repasser sur coton et faire pénétrer la cire dans la toile en passant le fer.

Etendre la toile cirée sur le récipient et lui faire prendre la forme souhaitée avec la température de tes mains.

Les toiles cirées sont lavables et réutilisables plusieurs fois. Si la couche de cire s'amenuise, la toile peut être ré-encirée. ■

Wachstuch statt Frischhaltefolie

Frischhaltefolie ist praktisch zur Hand und landet nach einmaliger Verwendung meist im Abfall. Wenn du deinen Plastikverbrauch reduzieren möchtest, kann das Einwegprodukt sehr einfach durch wiederverwendbare Wachstücher ersetzt werden.

Diese plastikfreie Alternative aus gewachstem Baumwollstoff mit Bienenwachs ist zum Einwickeln und Abdecken von Lebensmittel ebenso gut geeignet.

So machst du das Wachstuch

Material:

Frisch gewaschene, bunte Baumwoll- oder Leinenstoff-reste.

Bienenwachs-Kerzenreste oder Bienenwachs-Pastillen (online erhältlich).

Mehrere Baumwoll- oder Leinenstücke auf beliebige Größe zurecht schneiden Bienenwachs im Wasserbad flüssig erwärmen.

Auf ebener Fläche das Baumwollstück auf ein Backtrennpapier legen und flüssiger Wachs auf den Stoff pinseln. Mit einem weiteren Backtrennpapier das eingepinselte Tuch abdecken. Mit dem Bügeleisen, eingestellt auf Baumwolle, den Wachs ins Tuch einbügeln.

Das Wachstuch über das Gefäß ziehen und mit der Händetemperatur das Tuch wie gewünscht formen.

Die Wachstücher sind abwaschbar und lange wiederverwendbar. Nutzt sich der Wachs ab, kannst du das Tuch neu einwachsen. ■





©Xavier Leibzig-collaud

Dessinateur
Interview d'ALEX

Vous l'avez applaudi sur la scène le soir de l'inauguration du complexe scolaire du Devin le 22 septembre 2017.

Alexandre Ballaman jouait la servante du comte dans « Les quatre doigts et le pouce » ; (à gauche sur la photo). Acteur, il est aussi un des metteurs en scène de l'ActiVale de Vallon.

C'est pourtant sous le raccourci d'ALEX que les fribourgeois connaissent le mieux ce talentueux dessinateur de presse, appelé par Roger de Diesbach pour travailler pour la Liberté. C'était lors d'Expo 02.

Chaque année la revue satirique Nebelspalter propose une exposition rassemblant dessinateurs de presse et caricaturistes présentant chacun 5 de leurs dessins rétrospectifs. Et le public vote. Pour la seconde année consécutive, Alex a gagné le prix du public ! Quelle belle reconnaissance ! Entretien téléphonique.

Alex, quelle différence faites-vous entre dessinateur de presse et caricaturiste ?

Le dessinateur de presse est tenu par l'actualité. Le plus gros du travail est de choisir le bon sujet. Tout va très vite car la presse écrite arrive plus tard que la radio ou les réseaux sociaux. Il s'agit d'être attirant dans la forme comme dans le fond : beau & bon. Des fois, l'inspiration arrive dans le quart d'heure et parfois en fin de journée, l'idée n'est pas là. Et il faut figoler le dessin...

Le caricaturiste, lui, grossit le trait et dispose de temps pour le faire plus artistique-ment. Il a son public.

En quoi le dessin complète-t-il le texte écrit ?

L'avantage du dessin bien pensé est de donner un accès plus rapide à l'information. En quelques secondes un sujet est compris. Le dessin peut être de mauvaise foi, tordre la réalité, railler, finalement c'est un complément qui permet souvent de faire discuter.

Zeichner-Schauspieler
Interview mit ALEX

Sie haben ihm am Abend des 22. Septembers 2017, anlässlich der Einweihung des neuen Schulkomplexes „DPG“, auf der Bühne applaudiert.

Alexandre Ballaman spielte die Dienerin des Grafen in "Die vier Finger und der Daumen"; (links auf dem Foto). Als Schauspieler ist er ebenfalls einer der Regisseure der ActiVale von Vallon

Am besten jedoch, kennen die Freiburger diesen talentierten Pressekarikaturisten unter dem Kürzel ALEX, den Roger de Diesbach in den Dienst der „La Liberté“ berufen hat. Dies während der Expo 02.

Jedes Jahr organisiert die Satirezeitschrift „Nebelspalter“ eine Veranstaltung, an der Pressezeichner und Karikaturisten zusammenkommen und jeweils 5 ihrer retrospektiven Zeichnungen präsentieren. Und das Publikum stimmt ab. Zum zweiten Mal in Folge gewann Alex den Publikumspreis! Was für eine grossartige Anerkennung! Hier das Telefoninterview.

Alex, welchen Unterschied machen Sie zwischen Pressezeichner und Karikaturist ?

Der Pressezeichner ist der

Aktualität verpflichtet. Der schwierige Teil seiner Arbeit ist die Wahl des richtigen Themas. Alles geht sehr schnell, weil die gedruckte Presse später als das Radio oder die sozialen Netzwerke kommt. Es geht darum, sowohl formal als auch in-

haltlich attraktiv zu sein: schön und gut. Manchmal kommt die Inspiration innerhalb von einer Viertelstunde und manchmal ist die Idee am Ende des Tages noch nicht geboren. Und du musst die Zeichnung noch optimieren ...

Der Karikaturist hingegen übertreibt, typisiert das Sujet und hat Zeit, dies auf eine künstlerische Art zu tun. Es hat sein eigenes Publikum.

Inwiefern vervollständigt die Zeichnung den geschriebenen Text ?

Der Vorteil eines gut durchdachten Zeichnens ermöglicht einen schnelleren Zugriff auf die Information. Innerhalb von wenigen Sekunden ist das Thema verstanden. Eine Zeichnung kann gehässig sein, die Realität verzerrern, verspotten; schlussendlich ist sie eine Ergänzung, die oftmals zu Diskussionen animiert.

Gibt es Zensur, praktizieren Sie Selbstzensur ?

Wenn Sie für eine allgemeine Tageszeitung arbeiten, sprechen Sie sehr unterschiedliche Menschen an. Ich bin in erster Linie Bürger und

Existe-t-il une censure, pratiquez-vous l'autocensure ?

Quand vous travaillez pour un quotidien généraliste vous vous adressez à des personnes très différentes. Je suis d'abord un citoyen et c'est d'abord à moi que je m'adresse. Je joue avec une certaine limite mais le dessin me correspond toujours. On me dit que mes sujets d'actualité montrent du punch avec une certaine finesse et surtout pas de tabou.

Quel regard jetez-vous sur vos premiers dessins ?

Pour moi, dessiner a toujours été une évasion. J'ai gardé mes meilleurs dessins depuis gamin et la formation de graphiste m'a fait dessiner. Oui, c'est un truc de gamin : comme une éponge, je prends tout parce que je suis curieux de tout. Un job incroyable pour un métier qui n'existe pas ! Il faut juste être là au bon moment,

savoir durer (progresser) et c'est bon de se savoir attendu. Cela dit, s'appropriier l'actualité me demande beaucoup d'énergie.

Quel autre métier auriez-vous pu pratiquer ?

Boucher-charcutier : la viande et ses multiples transformations m'auraient bien intéressé.

Un clin d'œil aux recettes qui traînent dans l'ancre d'un certain dragon : l'ours à la broche et l'aigle en sauce, oui l'inspiration vous appelle en cuisine !

Alex, un immense merci de vous être ouvert à nos colonnes. On n'attend plus que vos prochains Vu par Alex .

Bonne suite ! ■

sprechen in erster Linie mich selbst an. Ich spiele innerhalb einer bestimmten Grenze, aber die Zeichnung passt immer zu mir. Man sagt mir, dass meine aktuellen Themen schlagkräftig sind und eine gewisse Finesse aufweisen und vor allem keine Tabus kennen.

Wie betrachten Sie rückblickend Ihre ersten Zeichnungen ?

Zeichnen bedeutete für mich immer Abwechslung und Abschalten. Seit meiner Kindheit habe ich meine besten Zeichnungen behalten, und die Ausbildung zum Grafikdesigner hat mich dann zum Zeichnen gebracht. Ja, es ist eine Kindersache: Wie ein Schwamm nehme ich alles um mich herum auf, weil ich neugierig auf alles bin. Ein unglaublicher Job in einem Beruf, den es gar nicht gibt! Man muss nur zur richtigen Zeit da sein und wissen, wie voranzugehen (Fortschritt),

und es ist auch gut zu wissen, dass etwas von einem erwartet wird. Stets auf dem Laufenden zu sein, kostet mich viel Energie.

Welchen anderen Job hätten Sie sonst noch ausüben können ?

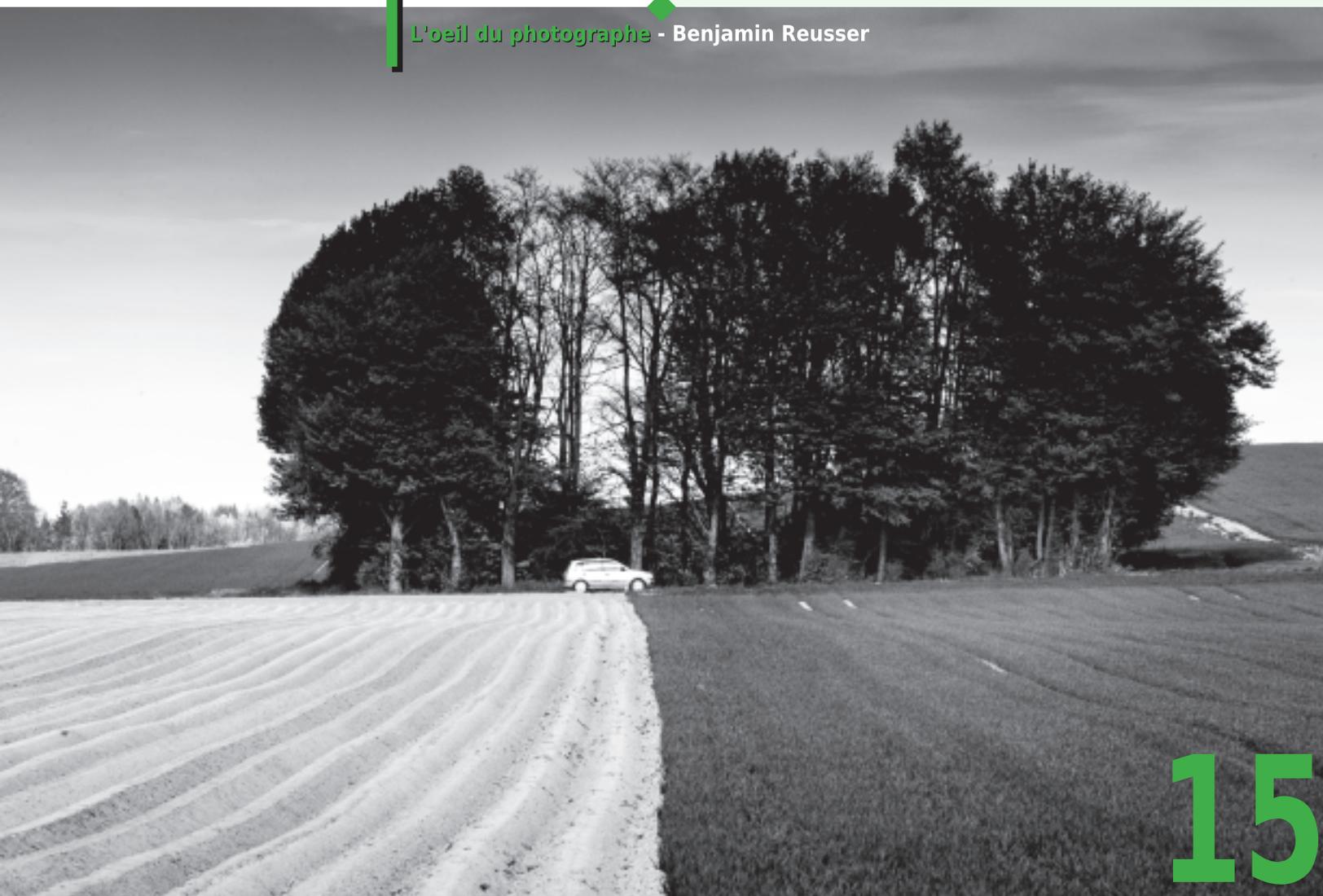
Metzger, Charcutier : Fleisch und seine vielfältigen Zubereitungen hätten mich auch sehr interessiert.

Ist das etwa eine Anspielung auf die Rezepte „Bär am Grillspieß“ und „Adler in Sauce“ , die in der Höhle eines bestimmten „Drachens“ herumliegen? Ja, Ihre Inspiration ruft Sie in die Küche!

Alex, ein grosses Dankeschön, dass Sie sich uns und unseren Lesern geöffnet haben. Wir warten wiederum nur auf Ihr nächstes „Vu par Alex“.

Alles Gute ! ■

L'oeil du photographe - Benjamin Reusser



Le drame de Pâquerette

Pâquerette est une jeune vache heureuse. Elle passe ses journées dans les pâturages et, comme l'herbe n'est pas encore très haute, elle a droit à encore un peu de fourrage.

Elle aime beaucoup son champ. Le coin qu'elle préfère, est bordé d'une route. Il n'y a pas beaucoup de trafic, mais Pâquerette aime sentir la vitesse des voitures qui passent sous son nez. La sensation qui la traverse lui donne envie de gambader. Sur l'autre bord du champ, il y a un petit chemin, avec des promeneurs réguliers. Parmi eux, elle a un ami : un petit garçon qui passe souvent avec son papa et son chien, et qui ne manque jamais de cueillir plusieurs touffes d'herbe pour les lui offrir.

Un jour, pourtant, Pâquerette commence à ressentir des douleurs au ventre. Elle se sent lourde et perd un peu d'entrain. Le soir, elle n'est plus la première à arriver à l'étable. Après quelque temps, elle commence à trouver que l'herbe a un goût étrange. Elle mange un peu moins et se sent de plus en plus fatiguée. Les voitures qui passent cessent de l'intéresser. La nuit, le paysan l'isole et il lui fait prendre des médicaments. Elle n'aime pas ça.

Elle a comme des démancheaisons dans la gorge et elle essaye de tousser pour s'en débarrasser. Pour finir, une toux régulière s'installe et elle a de plus en plus de peine à avaler sa nourriture. De toute façon elle a mal à l'estomac. Ça la brûle de l'intérieur. C'est le jour où elle commence à cracher du sang qu'elle renonce définitivement de manger. Elle passe ses journées couchée, sans force. Après des semaines de souffrances, malgré tous les soins qui lui sont prodigués, elle ferme les yeux pour ne plus jamais les ouvrir.

Le paysan n'en est pas à sa première bête qui meurt ainsi. Il décide de demander une autopsie de Pâquerette. Cela lui coûte cher, mais il aimerait comprendre ce qui se passe avec son troupeau.

Le verdict est clair. Pâquerette n'était pas malade ... Elle a été assassinée. On retrouve dans son corps des éléments mortels. Tout d'abord son estomac était recouvert de lésions internes, causées par de tout petits bouts de plastique et d'aluminium. Vraisemblablement, ces déchets avaient été broyés dans le fourrage pendant la fauche. Il y avait aussi les morceaux d'une bouteille en verre, certainement jetée dans le pâturage. Et surtout, elle avait ingurgité une grande quantité de mégots de cigarettes et de crottes de chiens ... un véritable poison pour notre pauvre vache.

Nous sommes tous responsables face au sort de Pâquerette.

Des gestes simples peuvent éviter de tels drames :

- Ne jetons rien dans la nature, même un mégot !
- Ramassons les crottes de nos chiens, même en pleine campagne !
- Aidons nos paysans à ramasser les déchets sauvages, même si ce n'est pas les nôtres !

■ MERCI ■

Das Drama von Pâquerette

Pâquerette ist eine junge glückliche Kuh. Sie verbringt ihre Tage auf den Weiden und da das Gras noch nicht sehr hoch ist, bekommt sie, sobald sie in den Stall zurückkommt, noch ein wenig mehr Futter.

Sie mag ihre Wiese wirklich. Die Ecke, die sie bevorzugt, wird von einer Strasse umsäumt. Es gibt nicht viel Verkehr, aber Pâquerette mag die Geschwindigkeit der Autos, die unter ihrer Nase vorbeifahren. Das Gefühl, das sie durchströmt, lässt sie herumtollen. Auf der anderen Seite der Wiese gibt es einen kleinen Weg, wo regelmässig Leute spazieren gehen. Unter ihnen ist auch ihr Freund: Ein kleiner Junge, der oft mit seinem Papa und dem Hund vorbeigeht und der nie vergisst, einige Grasbüschel zu pflücken, um sie ihr hinzuhalten.

Eines Tages jedoch beginnt Pâquerette Bauchschmerzen zu plagen. Sie fühlt sich schwer und verliert ein wenig an Schwung. Abends ist sie nicht mehr die Erste, die in den Stall zurückkommt. Etwas später findet sie, dass das Gras einen seltsamen Geschmack hat. Sie frisst etwas weniger und fühlt sich müde. Die vorbeifahrenden Autos interessieren sie nicht mehr. Nachts isoliert sie der Bauer und lässt sie Medikamente schlucken. Sie mag das gar nicht.

Sie hat so ein Kratzen im Hals und versucht zu husten, um es loszuwerden. Schliesslich setzt ein regelmässiger Husten ein und sie hat mehr und mehr Mühe, ihre Nahrung zu schlucken. Sie hat auf jeden Fall Magenschmerzen. Diese verbrennen sie innerlich. Am Tag, an dem sie beginnt, Blut zu husten, verzichtet sie endgültig darauf zu fressen. Sie verbringt ihre Tage im Liegen, kraftlos. Nach Wochen des Leidens, trotz aller Fürsorge, die ihr zuteilwurde, schloss sie die Augen, um sie nie wieder zu öffnen.

Es ist nicht das erste Tier, das dem Bauern auf diese Weise stirbt. Er beschliesst, eine Autopsie von Pâquerette durchführen zu lassen. Diese kostet ihn viel Geld, aber er möchte wissen, was mit seiner Herde los ist.

Das Urteil ist eindeutig. Pâquerette war nicht krank ... Sie wurde ermordet. Es werden todbringende Gegenstände in ihrem Körper gefunden. Hauptsächlich war ihr Magen übersät mit inneren Verletzungen, verursacht durch winzige Teile aus Kunststoff und Aluminium. Vermutlich war dieser Abfall während des Mähens zusammen mit dem Futter zerkleinert worden. Darunter hatte es auch Teile einer Glasflasche, die sicher auf die Weide geworfen wurde. Und vor allem hatte sie eine grosse Menge Zigarettenstummel und Hundekot aufgenommen ... absolut Gift für unsere arme Kuh.

Wir alle sind für das Schicksal von Pâquerette verantwortlich.

Einfache Gesten können solche Tragödien verhindern :

- Lasst uns nichts in die Natur werfen, auch nicht einen Zigarettenstummel !
- Lasst uns den Kot unserer Hunde aufnehmen, auch auf dem Land !
- Helfen wir unseren Landwirten, indem wir „wilde“ Abfälle einsammeln, auch wenn diese nicht unsere eigenen sind !

■ DANKE ■



Conseil de l'Avenir

Interview de Robert Unteregger

L'été passé, j'ai réalisé avec ma classe un projet sur le thème de la durabilité au Chantier de l'Avenir Cudrefin02. Lors de cette semaine de projet, nous avons été accompagnés par Robert Unteregger, qui n'est pas seulement actif pédagogiquement mais est également impliqué, en tant que co-fondateur de la Fondation pour l'Avenir, politiquement et socialement, à explorer de nouvelles voies en relation avec la durabilité.

Lors de la journée de la durabilité des hautes écoles bernoises en novembre 2019, j'ai assisté à la discussion du jour avec grand intérêt. Parmi les intervenants figuraient Walter Thurnherr, chancelier de la Confédération, Peter Messerli, directeur du Centre for Development and Environment CDE de l'université de Berne et co-directeur du rapport mondial sur le développement durable 2019, ainsi que Robert Unteregger, directeur de la Fondation pour l'Avenir et conférencier à la Haute Ecole Pédagogique de Berne. Le thème de discussion portait sur la question de savoir si la Suisse avait besoin d'un Conseil du futur ou de la durabilité et si oui, comment il devrait être mis en place.

Impressionné par cette discussion et ses visions, j'ai posé quelques questions à M. Unteregger afin que notre politique locale puisse s'en inspirer. Même si nous accordons à cette thématique moins d'importance en raison de la crise du coronavirus, ces thèmes recommenceront sûrement à nous interpeller avec un degré d'urgence certain.

Cher Monsieur Unteregger. Qui êtes-vous ?

J'ai grandi à Liebfeld/Köniz près de Berne, au sein d'une diaspora catholique et j'ai été enfant de chœur et scout. J'y ai aussi suivi le gymnase. J'ai ensuite étudié

la philosophie, d'abord à Berne, puis à Fribourg. J'ai pu suivre ces études en «studium generale», à savoir de manière large et selon mes intérêts. A l'examen final, j'ai été audité en métaphysique, en philosophie du Moyen-Âge et philosophie des sciences. Mon mémoire s'intitulait « L'importance de l'histoire des sciences naturelles pour la compréhension des sciences naturelles ». Je comprends la philosophie comme le fait de poser des questions qui sont existentiellement et théoriquement importantes et de les relier à la recherche approfondie des réponses. Ensuite, il faut essayer dans sa propre vie de ne pas laisser s'éloigner la pensée et l'action. Cela a quelque chose à voir avec le scoutisme.

Dès l'enfance, l'évolution non viable de notre société m'a préoccupé. En 1972 - j'avais 10 ans - le Club de Rome a publié son rapport « Limites de la croissance ». Depuis les années 1950, bien des courbes d'évolution de notre société grimpent de manière exponentielle : population mondiale, utilisation de l'eau, utilisation d'énergie, utilisation d'engrais et de pesticides, dégradation de l'état des sols, surfaces bâties, émission de CO2 et bien d'autres encore. Et dans de nombreux domaines, elles le font encore aujourd'hui.

Rétrospectivement, je vois que le défi et le travail nécessaires pour se sortir de là, a forgé mon action en tant que jeune, en tant qu'étudiant et entre-temps aussi une grande partie de ma vie - comme scout, comme étudiant en philosophie, en tant qu'enseignant de gymnase (à titre accessoire), comme co-fondateur de la Fondation du Conseil de l'Avenir (1997) et du « Chantier Avenir » (2003).

Finalement je suis aussi parrain de deux filleuls, qui entre-temps ne sont déjà

Zukunftsrat

Interview mit Robert Unteregger

Im vergangenen Sommer habe ich mit einer Schulklassen ein Projekt zum Thema Nachhaltigkeit auf der Baustelle 02 in Cudrefin durchgeführt. Begleitet wurden wir in dieser Woche von Robert Unteregger, der nicht nur pädagogisch aktiv ist, sondern als Mitgründer der Stiftung Zukunftsrat auch gesellschaftlich-politisch bestrebt ist, in Bezug auf Nachhaltigkeit neue Wege zu beschreiten.

Während dem Nachhaltigkeitstag der Berner Hochschulen im November 2019 verfolgte ich das organisierte Tagesgespräch mit grossem Interesse. Es diskutierten Bundeskanzler Walter Thurnherr, Peter Messerli, Direktor Centre for Development and Environment CDE der Universität Bern und Co-Direktor des Globalen Nachhaltigkeitsberichts 2019 der UNO, sowie Robert Unteregger, Geschäftsleiter der Stiftung Zukunftsrat und Dozent an der PHBern, ob die Schweiz einen Zukunfts- oder Nachhaltigkeitsrat benötige - und wie ein solcher aufgestellt sein müsste.

Beeindruckt von dieser Diskussion und deren Visionen habe ich Herr Unteregger einige Fragen gestellt, um auch unsere lokale politische Ausrichtung inspirieren zu lassen. Auch wenn wir jetzt während der Coronakrise diesem Thema weniger Aufmerksamkeit widmen, werden uns solche Themen sicherlich mit höchster Dringlichkeit weiterbeschäftigen.

Lieber Herr Unteregger. Wer sind Sie ?

Ich bin in Liebfeld/Köniz bei Bern aufgewachsen, in einer katholischen Diaspora, war Ministrant und Pfadfinder und habe dort auch das Realgymnasium absolviert. Anschliessend habe ich Philosophie studiert, zuerst in Bern, dann schon bald in

Fribourg. Ich konnte das Studium noch als studium generale angehen, also sehr breit und nach Interesse. In der Abschlussprüfung wurde ich schliesslich in Metaphysik, Mittelalterlicher Philosophie und Wissenschaftstheorie geprüft. Als schriftliche Arbeit schrieb ich zu „Die Bedeutung der Geschichte der Naturwissenschaften für das Verständnis der Naturwissenschaften“.

Philosophieren verstehe ich als das Stellen von Fragen, die einem existentiell oder auch theoretisch wichtig sind, verbunden mit dem gründlichen Suchen nach Antworten. Und dann im Versuch, im eigenen Leben Denken und Handeln nicht auseinanderdriften zu lassen. Das hat einiges mit Pfadfinden zu tun!

Von Kind auf hat mich die nicht tragfähige Entwicklung unserer Gesellschaft beunruhigt. 1972, als ich zehn Jahre alt war, erschien gerade der Bericht „Grenzen des Wachstums“ des Club of Rome. Seit den 50iger Jahren rasen viele Entwicklungskurven unserer Gesellschaft exponentiell nach oben: Erdbevölkerung, Wassernutzung, Energieverbrauch, Einsatz von Dünger und Pestiziden, Verschlechterung des Zustandes der Böden, verbaute Flächen, CO2-Ausstoss und vieles mehr. Und sie tun es in vielen Bereichen bis heute.

Rückblickend sehe ich, dass diese Herausforderung und das Arbeiten daran, um davon wegzukommen, mein Tun als Jugendlicher und Student und mittlerweile einen guten Teil meines Lebens geformt haben - als Pfadfinder, studierender Philosoph, als Gymnasiallehrer (am Rande), Mitgründer der Stiftung Zukunftsrat (1997) und der Baustelle Zukunft (2003).

Schliesslich bin ich Götti von zwei Patenkindern, die nun schon lange keine Kinder mehr sind.

plus des enfants depuis longtemps.

Si j'ai bien compris, le Conseil de l'Avenir constitue un groupe indépendant et autonome des institutions actuelles comme le Conseil national ou des Etats et qui se consacre à la planification à long terme au sein de notre démocratie. Pouvez-vous expliquer cela plus concrètement ?

Un Conseil de l'Avenir complète le gouvernement et le parlement pour intégrer le long terme (horizon temporel : une génération, soit +/- 20 à 25 ans). Comment fonctionnerait-il ? Il élabore un aperçu des lignes évolutives de notre société des dernières décennies. En intégrant des praticiens, des professionnelles, il procède par le développement de littérature pertinente et par des enquêtes occasionnelles à la désignation d'un enjeu central pour une conception du futur à plus long terme.

Pour ce faire, il procède à une priorisation propre de buts viables et des étapes possibles pour les atteindre. Ce travail est méthodique, exigeant et très pointu au niveau des connaissances. Pour que les réflexions et propositions essentielles du Conseil de l'Avenir soient globalement compréhensibles et accessibles, elles doivent être exprimées en concepts et images parlantes, fondées sur les connaissances, dans une vulgarisation bien comprise, dans le bon sens du terme.

Pour finalement pouvoir agir efficacement aussi au niveau politique, un Conseil de l'Avenir a besoin au moins d'un droit de proposition envers le gouvernement et le parlement avec un devoir de réponse dans un délai raisonnable. Pour une meilleure diffusion du travail du Conseil de l'Avenir dans la population, d'autres éléments sont envisageables : sondages de la population à titre consultatif sur des questions pointues avec une évaluation graduelle (pas seulement oui

ou non) et avec des variantes ; des auditions publiques (la Commission du Futur finlandaise a, par exemple, posé le thème du traitement de la 4ème génération à l'occasion d'un festival de jazz) ; tenue de conférences annuelles avec des commissions parlementaires sur des thèmes choisis, qui sont préparés en commun.

Pourquoi donc avons-nous besoin d'une instance de plus dans notre système politique déjà relativement lent et orienté sur le compromis ?

Notre système politique et son mode de fonctionnement ont été forgés au 19ème siècle. Contrairement à l'époque, nous créons, en tant que société, depuis des décennies des conséquences à long terme que personne n'a voulu telles et qui peuvent remettre en question la vie humaine des générations futures (budget des ressources, bétonnage des sols, émission de substances nocives, financiarisation, croissance dans des domaines où ce n'est pas possible à long terme, etc.). Afin que nous puissions, en tant que société, anticiper et construire l'avenir sur le long terme de manière responsable, nous devons continuer à développer nos modes de fonctionnement démocratique et politique.

Existe-t-il déjà des idées similaires ou des groupements analogues dans d'autres états ou institutions ?

Oui. Par exemple, lors du sommet de l'ONU Rio+20 en 2012, la délégation suisse a appelé à la création d'un Conseil de la durabilité au niveau de l'ONU. Un tel projet a déjà été créé en 2013 sous la forme du Forum politique de haut niveau pour le développement durable - une sorte de précurseur d'un conseil mondial pour l'avenir. Aujourd'hui, dans près de vingt pays, il existe au moins des institutions rudimentaires présentant les caractéristiques d'un Conseil du futur. Par exemple, une commission parlementaire

Wenn ich das richtig verstanden habe, bildet der Zukunftsrat, neben den bisherigen Institutionen wie National- und Ständerat, ein eigenständiges, unabhängiges Gremium, das sich um die langfristige Planung in unserer Demokratie einbettet. Können Sie uns dies noch konkreter erläutern ?

Ein Zukunftsrat ergänzt Regierung und Parlament gezielt um die Dimension der Langzeit (Zeithorizont: ein Generationenschritt+ = 20-25 Jahre+). Wie würde er arbeiten? Er erarbeitet einen Überblick über die Entwicklungslinien unserer Gesellschaft in den letzten Jahrzehnten. Unter Einbezug von Praktikern, Fachleuten, durch das Aufarbeiten der einschlägigen Literatur und gelegentliche Vernehmlassungen benennt er die zentralen Herausforderungen für eine längerfristige Zukunftsgestaltung.

Zu diesen erarbeitet er nach eigener Priorisierung tragfähige Ziellandschaften und mögliche Schritte, die dahin gehen. Diese Arbeit ist methodisch anspruchsvoll und wissensintensiv. Damit die wesentlichen Überlegungen und Vorschläge eines Zukunftsrates allgemein verständlich und zugänglich werden, müssen sie in wissensbasierte, anschauliche Begriffe und Bilder gebracht werden - ein (wissensbasierter) Populismus im guten, verantwortbaren Sinne.

Um schliesslich auch politisch wirksam agieren zu können, benötigt ein Zukunftsrat mindestens ein Vorschlagsrecht gegenüber Regierung und Parlament, mit Verbindlichkeit auf Antwort innert nützlicher Frist. Zur besseren Verbreitung der Zukunftsratsarbeit in der Bevölkerung sind weitere Elemente denkbar: Konsultative Befragungen der Bevölkerung zu anspruchsvollen Handlungsfeldern, mit einer graduellen, abstuften Beurteilung (nicht bloss ja oder nein) und mit Varianten; öffentliche Hearings (so hat z.B. die

Finnische Zukunftskommission den Umgang mit der vierten Generation im Rahmen eines Jazz-Festivals thematisiert); jährliche Durchführung von Klausurtagungen mit den parlamentarischen Kommissionen zu ausgewählten Themen, die gemeinsam vorbereitet werden.



Warum braucht es denn in unserem ohnehin schon relativ langsamen und kompromissorientierten politischen System noch eine weitere Instanz ?

Unsere politische Arbeitsweise und ihr System sind im 19. Jahrhundert geprägt worden. Im Unterschied zu damals schaffen wir als Gesellschaft seit Jahrzehnten langfristige Folgen, die so niemand gewollt hat und die ein humanes Leben der künftigen Generationen in Frage stellen (Ressourcenhaushalt, Bodenverbauung, Schadstoffausstoss pro Person, Finanzialisierung, Wachstum in Bereichen wo dies längerfristig nicht geht, u.a.). Damit wir als Gesellschaft vorausschauend und mit Verantwortung Zukunft längerfristig gestalten können, müssen wir unsere demokratische, politische Arbeitsweise weiterentwickeln.

sur l'avenir en Finlande, un médiateur pour les générations futures en Hongrie, un conseil de la durabilité en Allemagne, un conseil scientifique pour les stratégies gouvernementales aux Pays-Bas, et bien d'autres encore. Notre Fondation a participé activement à la mise en place de la future table ronde - Réseau d'institutions pour les générations futures, et a participé activement aux premières conférences à Budapest en 2014, Cardiff en 2015, Helsinki en 2016 et La Haye en 2017.

Quelle est la résonance de cette idée dans la politique actuelle ? Y a-t-il des noms que vous pouvez citer pour promouvoir cette idée ?

En 2017, le conseiller national Jonas Fricker nous a contactés. Nous avons élaboré ensemble un concept pour un futur conseil au niveau fédéral. J'ai pris contact avec les membres de la Commission politique du Conseil des États, puis avec d'autres parlementaires. En 2019, nous avons soutenu la conseillère nationale Nadine Masshard dans la rédaction d'une question pour l'heure des questions au Conseil fédéral et d'une question simple sur l'avenir à long terme du Conseil fédéral, y compris une proposition de s'appuyer sur un Conseil futur. Les réponses du Conseil fédéral ont été assez générales et quelque peu superficielles.

Quelles sont les étapes de planification prévues dans un avenir proche ?

Avec les rapports de majorité au sein du nouveau Parle-

ment, les chances d'obtenir une majorité pour un futur Conseil n'ont jamais été aussi bonnes qu'aujourd'hui. La prochaine étape au cours de ces mois sera d'essayer de lancer une motion ou une initiative parlementaire via une commission politique du Conseil national ou du Conseil des États. Nous sommes également en train de discuter des possibilités de futurs conseils cantonaux avec les parlementaires cantonaux à Zurich et à Berne.

Depuis longtemps, nous proposons aux municipalités de créer des conseils pour l'avenir au niveau municipal. À Luterbach SO, par exemple, le maire de la commune invite à un apéro riche. Tous les intéressés peuvent participer et apporter leurs idées. À Illnau-Effretikon ZH, l'Agenda21 est responsable des projets futurs en tant qu'association et avec un mandat de performance de la ville - il existe de nombreuses bonnes formes.

Grâce au soutien de "Shift - Swiss Circular-Flow Economy", nous pouvons également produire une vidéo Skype ces jours-ci, dans laquelle je donnerai à un journaliste un aperçu de l'état actuel des travaux de la Fondation pour l'Avenir. La vidéo est un autre moyen d'informer les citoyens intéressés. Plus vite les futurs conseils seront implantés ici en Suisse dans les prochains mois, mieux ce sera pour notre avenir ! ■

<http://www.zukunftsrat.ch>

<https://www.cudrefin02.ch>

Gibt es bereits ähnliche Ideen oder Gremien in anderen Staaten oder Institutionen ?

Ja. Die Delegation der CH z.B. hat 2012 am UNO-Gipfel Rio+20 die Schaffung eines Nachhaltigkeitsrates auf Ebene UNO gefordert. Ein solches Gefäss wurde schon 2013 in der Form des High Level Political Forum für Nachhaltige Entwicklung geschaffen - so etwas wie eine Vorform eines globalen Zukunftsrates. Heute gibt es in fast zwanzig Ländern zumindest ansatzweise Einrichtungen mit Zügen eines Zukunftsrates. So z.B. eine parlamentarische Zukunftskommission in Finnland, einen Ombudsmann für künftige Generationen in Ungarn, ein Nachhaltigkeitsrat in Deutschland, einen wissenschaftlichen Rat für Regierungsstrategien in den Niederlanden u.v. Mehr. Unsere Stiftung hat aktiv beim Aufbau des future round table - Network of Institutions for Future Generations, mitgewirkt und war an den ersten Konferenzen 2014 in Budapest, 2015 in Cardiff, 2016 in Helsinki und 2017 in den Haag aktiv dabei.

Wie ist die Resonanz dieser Idee in der momentanen Politik ? Gibt es Namen, die Sie nennen können, welche diese Idee vorantreiben ?

2017 hat sich Nationalrat Jonas Fricker bei uns gemeldet. Wir haben zusammen ein Konzept für einen Zukunftsrat auf Bundesebene entworfen. Ich habe Kontakt mit den Mitgliedern der staatspolitischen Kommission des Ständerates aufgenommen, dann mit weiteren Parlamentariern. 2019 unterstützten wir Nationalrätin Nadine Masshard beim Verfassen einer Frage für die Bundesrätliche Fragestunde und einer einfachen Anfrage zur langfristigen Zukunftsgestaltung des Bundesrates, auch mit einem Vorschlag, sich dabei auf einen Zukunftsrat zu stützen. Die Antworten des Bundesrates fielen recht allgemein und etwas oberflächlich aus.

Welche Planungsschritte sind in der nächsten Zeit vorgesehen ?

Mit den Mehrheitsverhältnissen im neuen Parlament sind die Chancen für eine Mehrheit für einen Zukunftsrat noch nie so günstig wie jetzt. Als nächstes werden wir in diesen Monaten versuchen, über eine staatspolitische Kommission von Nationalrat oder Ständerat eine Motion oder eine parlamentarische Initiative zu lancieren.

Auch mit Kantonsparlamentariern in Zürich und in Bern sind wir dabei, die Möglichkeiten für kantonale Zukunftsräte zu erörtern.

Schon lange schlagen wir Gemeinden vor, auf Gemeindeebene Zukunftsräte zu schaffen. In Luterbach SO lädt z.B. der Gemeindepräsident jeweils an einem Abend zu einem „Aperoriche“ ein. Alle Interessierten können teilnehmen und ihre Ideen einbringen. In Illnau-Effretikon ZH ist das forum21 als Verein und mit einem Leistungsauftrag der Stadt für Zukunftsprojekte zuständig - da gibt es viele gute Formen.

Dank der Unterstützung von „Shift - Kreislaufwirtschaft Schweiz“ können wir zudem in diesen Tagen ein Skype-Video fertigen, worin ich einer Journalistin einen Überblick zum aktuellen Stand der Arbeit der Stiftung Zukunftsrat verschaffen werde. Das Video ist ein weiteres Mittel, um interessierte Bürgerinnen und Bürger zu informieren. Je zügiger in den kommenden Monaten hier in der Schweiz Zukunftsräte eingepflanzt werden, desto besser für unsere Zukunft ! ■

<http://www.zukunftsrat.ch>

<https://www.cudrefin02.ch>





Gletterens au siècle passé

Xavier continue de récolter les images qui retracent l'histoire de notre commune. En voici un échantillon :

A vous de mener l'enquête !

De quelle année date chacune de ces images ?

Quelles sont les activités représentées ?

Reconnaissez-vous une personne sur ces photos ?

Vous pouvez envoyer d'autres photos anciennes à :

Xavier Leibzig-Collaud
Rte du Lac 37 - Gletterens
026 667 1848



G. 15206 Gletterens / Broye.

Gletterens im vergangenen Jahrhundert

Xavier sammelt weiterhin Bilder, die die Geschichte unserer Gemeinde nachzeichnen. Hier ist ein Beispiel :

Es liegt an Ihnen, uns bei der Untersuchung zu helfen!

Aus welchem Jahr stammt jedes dieser Bilder ?

Welche Aktivitäten werden auf den Bildern gezeigt ?

Erkennen Sie eine Person auf diesen Fotos ?

Andere Fotos können gesendet werden an:

Xavier Leibzig-Collaud
Rte du Lac 37 - Gletterens
026 667 1848

