



BULLETIN N° 44

Hiver-printemps 2025

Site: www.mda-fribourg.ch

Comité

Francis Godel, Gare 14, 1700 Fribourg, 079 658 48 07 – Président

Claire-Lise Demierre, Mon-Repos 19, 1700 Fribourg, 079 530 05 09 – Chorale

Christophe de Reyff, Prairie 18, 1783 Pensier, 026 684 10 16 – Orchestre

Marie-Michèle Andonie, J.-Chaley 43, 1700 Fribourg, 026 481 45 44 – Théâtre

Sophie Dahoun, Tsarère 67, 1669 Les Sc. d'Albeuve, 079 407 11 33 – Randonnées

Yves-Michel Tricot, Bel-Air 7, 1723 Marly, 026 436 23 24 – Trésorerie

Chères et chers Membres du MDA Fribourg,

En ce début d'année, je tiens à exprimer ma sincère gratitude à chaque membre de notre comité, ainsi qu'aux responsables des groupes, pour leur engagement tout au long de l'année écoulée. Ensemble nous avons accompli de belles réussites. Un tout grand merci aussi à vous toutes et tous qui participez avec enthousiasme à vos rendez-vous hebdomadaires et aux manifestations que nous organisons pour vous.

Mon élection comme président a certes soulagé le comité ; néanmoins nous **cherchons** encore une **personne motivée** pour reprendre certaines fonctions remplies actuellement par notre "homme-orchestre" Yves Tricot. Le renforcement de notre équipe est essentiel pour nous permettre de continuer à vous offrir des prestations de qualité et intéressantes. Les personnes intéressées peuvent s'adresser directement à Yves Tricot ou à moi-même.

Ce printemps, j'espère vous accueillir nombreux à notre assemblée générale le mardi 6 mai à 14h00 à Givisiez, à notre concert-spectacle annuel à Belfaux le dimanche 18 mai à 17h00 et à notre excursion de printemps le vendredi 13 juin. Un petit rappel : le **groupe de jass** peut accueillir encore de nombreux membres le vendredi de 13h30 à 16h30 au Foyer Beauséjour à Fribourg.

Enfin je vous adresse mes meilleurs vœux pour 2025. Que cette année soit pour vous synonyme de santé, de succès et d'épanouissement. Ensemble faisons de cette nouvelle année une occasion de renforcer nos liens et de continuer à avancer. Prenez bien soin de vous.

Votre président Francis Godel



**Les raquetteurs du MDA
laissant leur marque dans la
neige au Colombettes 2021.**

(photo Ian Nottage, oeuvre
d'art de Sophie Dahoun)

**Dû aux incertitudes de la météo, le programme des raquettes 2025 est présenté
cette année selon les dates suivantes :**

Février : jeudi 6, mardi 11, jeudi 20, mardi 25

Mars : jeudi 6, mardi 11, jeudi 20

Parcours à choix :

- | | |
|----------------------|--------------------------------------------|
| 1. Les Colombettes | 6. Les Sciernes d'Albeuve |
| 2. Montsolfo | 7. La Villette |
| 3. Les Monts-de-Riaz | 8. Les Paccots - Corbetta |
| 4. Seelibühl | 9. Jaun |
| 5. Grantrischli ? | 10. La Berra – Cousimbert des Particuliers |

Le parcours sera choisi en fonction des conditions d'enneigement du moment. Dès
mars commencent également les randonnées pédestres (détails sur site internet) :

Mardi 4 mars : Lentigny – Lovens – La Brillaz et retour (DA, 2h, facile)

Jeudi 13 mars : Maules et sa réserve (EM, 2h, facile)

Mardi 18 mars : Le sentier de l'Épicéa (DA, 2h30, facile)

Jeudi 27 mars : Les Arbognes (DA, 2h30, facile)

Mardi 1^{er} avril : Corbières – sentier du lac (MM, 2h30, moyen)

Jeudi 10 avril : Tavel – Galteren (ISA, 2h30, facile)

Mardi 15 avril : Marly – Pierrafortscha (JPZ, 2h15, facile)

Jeudi 24 avril : Circuit dans le bois de Combes (MB, 2h, facile)

Mardi 29 avril : Praroman – Villarsel-s-Marly et retour (DA, 2h, facile)

Renseignements auprès de **Danielle Schaer** (026 653 18 67 / 079 388 01 57)

Le groupe tennis de table du MDA

Entraînements : les lundis de 14 à 16 h (sauf mention spéciale).

Février : 3, 10, 17, 24 – **Mars** : 10, 17, 24, 31 – **Avril** : 7, 14 – **Mai** : 12,
vendredi 16, 26 – **Juin** : 2, 9, 16, 23, 30.

Lieu : Abri PC de l'école primaire du Jura B, avenue Général-Guisan 59-61,
1700 Fribourg (local du CTT Fribourg).

Responsable : **Daniel Baechler** – 026 411 28 02 – 079 468 20 29

Représentation publique du *Théâtre des 4 Heures* à Ste-Thérèse le 15 septembre 2024

Une fois n'est pas coutume, le TH4H a donné sa représentation publique en automne plutôt qu'au printemps. La complexité de la pièce écrite collectivement par la troupe, « Drôle de croisière... », ayant causé quelques retards. Malgré ce changement de date, la salle de la paroisse Ste Thérèse a été aussi bien remplie que d'habitude et le public a bien ri tout au long des deux pièces jouées, la première étant « Quelle Tuile ! », de Jérôme Dubois. Ci-dessous quelques photos de la troupe du TH4H, emmenée de main de maître par François Menétrey, également assisté de Myriam Humbert. Photos Yves Tricot (d'autres visibles sur www.mda-fribourg.ch).



Conférence sur le lac Baïkal le 18 novembre 2024

Pour la 2^{ème} fois, en collaboration avec l'Amicale des Retraités Ilford-Novartis, nous avons invité le conférencier-baroudeur Nicolas Pernot, pour nous parler et nous faire découvrir cette région fascinante qu'est le lac Baïkal, en pleine Sibérie. Environ 50 personnes ont assisté à cette conférence et ont beaucoup apprécié la présentation de Nicolas Pernot, dans la grande salle du restaurant de l'Escale à Givisiez. Voir les photos ci-dessous (photos Nicolas Pernot).



Brisolée en Valais le 18 octobre 2024

L'expérience de l'année passé ayant eu beaucoup de succès, nous sommes retournés au Relais du Valais, à Vétroz, pour déguster une magnifique brisolée royale avec un groupe d'environ 40 personnes. Nous y avons rencontré une petite délégation du Club du Bel-Âge, le MDA valaisan.

Pour bien terminer la journée, nous nous sommes arrêtés à Martigny où une grande partie des participants ont pu visiter la distillerie Morand, tout apprendre sur son histoire et apprécier ses installations, et bien sûr en déguster les produits pour terminer. Ci-dessous, quelques photos-souvenirs (Yves Tricot). Bien d'autres photos sont visibles sur le site www.mda-fribourg.ch.



Une partie de jass avec nous ?

Si **OUI**, venez nous rejoindre, chaque vendredi après-midi, de 13 h 30 à 17 h, au Foyer Beauséjour, rue Joseph-Piller 4, Fribourg. Nouveaux joueurs bienvenus. **Contact : Yves Tricot**, yves-m.tricot@bluewin.ch

Repas de Noël du MDA Fribourg, le 18 décembre 2024 à la Pinte, Écuvillens

Comme l'année passée, 95 personnes ont participé au repas de Noël, dernier évènement de l'année, qui s'est déroulé à l'auberge communale (La Pinte) à Écuvillens. Nos invités d'honneur étaient Son Excellence Monsieur François Nordmann, ancien ambassadeur de Suisse, ainsi que Madame Rose-May Clivaz, présidente du Club du Bel-Âge.

Après l'accueil par notre président Francis Godel, Jean-Claude Charrez avec l'orchestre *Movimento*, et Valentin Villard, le nouveau directeur de la chorale *L'Âge en Chanteurs*, ont dirigé le traditionnel concert-apéritif. À la suite de l'excellent repas, Monsieur François Nordmann nous a parlé des nombreux défis auxquels la Suisse doit faire face dans un monde devenu plus instable. Finalement, Rose-May Clivaz nous a fait connaître les activités du Club du Bel-Âge, un MDA bien plus grand que le nôtre (env. 1800 membres), mais aux intérêts et activités très similaires. Voir quelques photos ci-dessous et d'autres sur www.mda-fribourg.ch (Yves Tricot).



Prochaines activités (voir invitations séparées)

- Le 6 mai, assemblée générale à l'Escale, Givisiez
- Le 18 mai, concert-spectacle annuel à Belfaux
- Le 13 juin, sortie de printemps au château de Thoune et au musée des tissus (fondation Abegg) à Riggisberg.

InfoSenior

WWW.INFOSENIOR.CH

Plateforme de recherche des offres pour seniors

Suchportal für Dienstleistungen im Alter

Accompagnement et soins
Logement
Aide à domicile
Santé
Maladies
Conseil
Mobilité
Loisirs
Engagement



Betreuung und Pflege
Wohnen
Hilfen zu Hause
Gesundheit
Krankheiten
Beratung
Mobilität
Freizeit
Engagement



 Passage du Cardinal 18
1700 Fribourg/Freiburg

 026 347 12 40

 infosenior@fr.prosenectute.ch

 www.fr.prosenectute.ch

La Chorale *L'Âge en Chanteurs* et l'Orchestre *Movimento*

Répétitions du 1^{er} semestre 2025

Chorale : Salle paroissiale de Belfaux, route de l'Église 1, 1782 Belfaux, le mercredi de 14 à 16 h (sauf indications contraires).

Février : 5, 12, 19, 26 – **Mars** : 12, 19, 26 – **Avril** : 2, 9, 16, 30 – **Mai** : 7, 14, **dimanche 18** (concert-spectacle à Belfaux), 21, **mardi 27** (animation foyer Bouleyres) – **Juin** : 4 (concert Résidence des Chênes), 11, 18, 25 (repas fin de semestre).

Orchestre : Centre paroissial de Givisiez, chemin St-Laurent, Givisiez, le mercredi de 14 h 00 à 16 h 15 (sauf indications contraires).

Février : 5, 12, 19, 26 – **Mars** : 12, 19, 26 – **Avril** : 2, 9, 30 – **Mai** : 7, 14 (répétition générale), **dimanche 18** (concert-spectacle à Belfaux), 28 – **Juin** : 4, 11 (répétition générale), **18** (concert dans un home), **samedi 21** (Fête de la Musique à Fribourg), 25 (répétition générale), **samedi 28** (concert-sérénade à Givisiez).

Responsables de la Chorale et de l'Orchestre

Chorale : **Claire-Lise Demierre**, 079 530 05 09 – clairedem@hispeed.ch

Directeur chorale : **Valentin Villard**, 079 378 65 71 – valentin.villard@gmail.com

Partitions chorale : **Suzanne Pettinato**, 026 493 20 68 – s.pettinato@sensemail.ch

Orchestre : **Christophe de Reyff**, 026 684 10 16 – c.dereyff@bluewin.ch

Directeur orchestre : **Jean-Claude Charrez**, 026 675 55 20 – jccharrez@sunrise.ch

Le Théâtre des 4 Heures

Répétitions : le mardi 9 h 30 -11 h 15, salle paroissiale Ste Thérèse, Fribourg

Contact : **François Menétrey**, Route de la Verna 7, 1720 Corminboeuf, menetreyfrancois@gmail.com (metteur en scène)

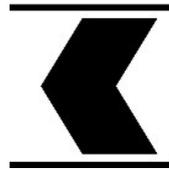
Représentations à venir : le 12 février Home de Billens – le 2 mars Gland – le 24 février aux Fauvettes à Montagny – le 18 mars au théâtre d'Avenches – le 12 novembre à Onnens – le 9 décembre à Albeuve.
Représentation publique à Ste-Thérèse : date à déterminer.

2 nouvelles pièces sont en préparation pour la saison 2025 !

Ce bulletin et les activités du MDA Fribourg sont soutenus par



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG



BCF
FKB

Direction de la santé et des affaires sociales DSAS
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD

PRO SENECTUTE

PLUS FORTS ENSEMBLE



Ville de Fribourg



Un tout grand merci à ces généreux sponsors !