

EN BREF

MARCHÉ DE NOËL À BULLE

Du 30 novembre au 24 décembre, la place du Marché à Bulle accueille le traditionnel marché de Noël, avec pas moins d'une trentaine de chalets. Artisanat, produits du terroir de Suisse, de Corse et d'Ardèche, épices, salaisons, fromages et produits exotiques côtoient les textiles, les bijoux et les crèches en bois. Une patinoire, 100% écologique, accueille le public jusqu'au 5 janvier 2014.

CHŒUR DES ARMAILLIS

Le chœur d'hommes des Armaillis de la Gruyère chante Le temps de l'Avent en soutien à l'association Au Coeur du Nigér, qui vient en aide à de jeunes mères du Centre d'accueil de Zinder, créé par la Fribourgeoise Isabelle Macheret.

Eglise de Corpataux

Samedi 23 novembre 2013, 20h
Entrée libre et collecte



ÉCHO DU COMMERCE

Le Centre Riesen soutient plusieurs œuvres caritatives

Dans le cadre du Comptoir gruérien, le détaillant Centre Riesen a pris l'initiative de coupler ses activités commerciales à une action caritative en faveur de la Fondation Nicole Niquille.

Ainsi pour chaque vente d'appareils électroménagers Siemens conclue sur le stand du comptoir gruérien, le Centre Riesen s'est engagé à verser à la Fondation Niquille un don d'un montant qu'il ne souhaite pas communiquer.

Un total de 1980 francs a été versé à l'institution, ce qui a notamment permis la construction d'un hôpital à Lukla, petit village juché à 2850 mètres d'altitude au pied de l'Himalaya.

ANNIVERSAIRE

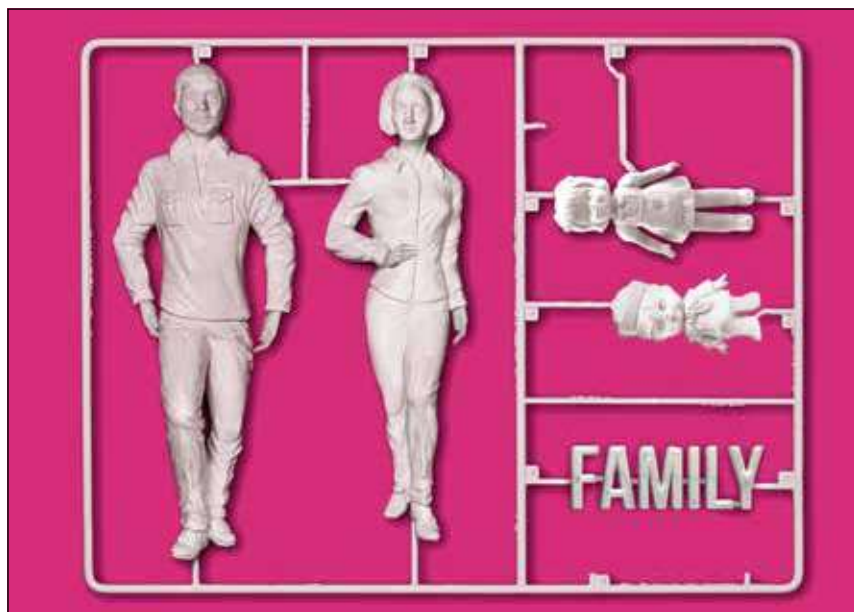
L'Office familial Fribourg centenaire

Spécialisé dans le soutien et le conseil aux couples, familles et parents, l'Office familial Fribourg fête ses 100 ans et lance une campagne d'affichage.

Le thème de cet anniversaire, «Objectif Dialogue», démontre la volonté de l'association d'accompagner et de soutenir les personnes qui consultent dans le respect de leur choix de vie. D'autres activités, comme une publication de l'histoire de l'Office ou un colloque, organisé en collaboration avec l'Université de Fribourg, verront le jour en 2014.

ASSOCIATION CENTENAIRE

Soutenir les jeunes parents qui se questionnent sur l'allaitement ou les soins au nourrisson, accompagner une famille en crise suite à un divorce, rétablir le contact entre les membres d'une famille recomposée ou encore soutenir un couple qui s'essouffle après l'arrivée d'un enfant, autant de missions qu'assument les conseillers, médiateurs et



L'affiche des 100 ans de l'Office familial, sur le thème «Objectif Dialogue».

infirmières en puériculture de l'Office familial Fribourg.

Fondée le 5 décembre 1913 par Athénaïs Clément, l'association à but non lucratif s'appelait à l'origine l'Office central d'informations et d'assistance. Sa mission première était de «travailler à éclairer l'exer-

cice de la charité». Elle a développé différents services au fil des décennies, dont le service d'aide familiale en 1944, le service de puériculture en 1962, le service de consultation conjugale en 1972 et le service de médiation familiale en 1998.

(Obj/com)

NOUVEAU

Boules de semences en ligne

Voilà 3 semaines que la startup Gorilla Gardening a vu le jour à Berne. Son créneau: la vente de boulettes de semences, ou seedballs, sur le net.

Préparée à la main et séchée au soleil, chaque boulette de semences est confectionnée à partir de produits naturels comme de l'argile, de la terre organique sans tourbe et des semences, comme le pavot. Elles sont ensuite emballées dans de petits sacs de coton imprimés selon un procédé de sérigraphie. Chaque emballage contient

5 boulettes et coûte 16 francs. Elles peuvent être commandées en ligne sur le site internet: www.gorilla-gardening.ch et sont livrées dans toute la Suisse.

ÇA Pousse TOUT SEUL

L'avantage de ces «seedballs» par rapport à des graines ou des bulbes? «Il n'est pas nécessaire de les planter. On peut les poser simplement par terre ou dans un pot, les arroser et les laisser pousser», explique Severin Bartholdi et Raphael Corneo, fondateurs de la startup.

(Obj/com)



Eliane Andrey, Nicole Niquille et Christian Riesen.

La même action de soutien avait été menée cette année durant la Foire de Fribourg et a permis de récolter un montant de 2030 francs au profit de l'association Les Cartons du Coeur à Fribourg.

(Obj/com)

TEMPS DE L'AVENT

L'Évangile de Luc revisité

Jean Chollet est passionné de la manière dont on dit – ou dont on lit – l'Évangile. Il propose une version revisitée de l'Évangile de Luc pour entrer dans le temps de l'Avent.

A la fois comédien, metteur en scène et pasteur, Jean Chollet donne

chaque automne depuis une dizaine d'années un séminaire axé sur l'expression orale aux stagiaires pasteurs et diacres de l'Eglise évangélique réformée vaudoise. Un séminaire dans lequel la lecture de la Bible tient une place prépondérante.

L'Évangile de Luc ainsi proposé n'est pas un spectacle, mais plutôt une «veillée» inscrite dans le cadre de «L'Évangile à la maison».

Il n'y a pratiquement pas de décor, pas de costumes, juste quelques lumières et Jean Chollet qui dit l'Évangile de Luc dans une version particulièrement proche des gens. Une version qui part du français fondamental et s'enrichit de quelques trouvailles empruntées à telle ou telle autre version. Elle vise un public adolescent, jeune et adulte.

(Obj/com)

L'Évangile de Luc

Salle de la paroisse Saint-Pierre, Av. Jean-Gambach, Fribourg
Dimanche 1^{er} décembre, 17h
Entrée libre, collecte à la sortie.



Des boulettes de semences.

EN BREF

SOIRÉE LECTURE ET MUSIQUE

La Société fribourgeoise des écrivains organise une soirée-lecture sur le thème «Le ciel en partage». Jacqueline Sudan, accompagnée du pianiste Raphaël Sudan, y présente son dernier recueil de poèmes.

Centre Le Phénix

Rue des Alpes 7, Fribourg
Vendredi 29 novembre 2013, 20h

VEILLÉE À LA MAISON

La 92^e Veillée à la maison a lieu le vendredi 29 novembre 2013 à 20h chez Jennifer et Laurent Yerly en compagnie de Sonja Rosalia Bautres ou les mouvements de l'âme.

Famille Yerly

Rue du Rosé 173, 1628 Vuadens
Vendredi 29 novembre, 20h

RECETTE

Emincé de poulet à la kényane

INGRÉDIENTS (2 PERSONNES)

2 filets de poulet, émincés
1 oignon blanc ciselé
1 gousse d'ail (ou 2), hachée
15g de gingembre frais râpé
3 petites tomates mondées, coupées en dés
1/2 càc de concentré de tomates
5dl de lait de coco
Coriandre fraîche
Mélange d'épices:
¼ càc de paprika
½ càc de curry
½ càc de curcuma en poudre
1 petite pincée de cannelle en poudre
Sel et poivre du moulin

PRÉPARATION

Temps de préparation: 25min

Temps de cuisson: 15min

- Dans une poêle, faire chauffer un peu de matière grasse, puis y faire saisir le poulet émincé jusqu'à obtenir une légère coloration.
- Saler et poivrer puis débarrasser dans une casserole.
- Faire revenir ensuite l'oignon et l'ail dans la même poêle (sans rajouter de matière grasse), ajouter le mélange d'épices et faire revenir (cela doit dégager une bonne odeur), puis ajouter le concentré de tomates puis les dés de tomates.
- Laisser mijoter 5-6min, puis ajouter le lait de coco.
- Porter le tout à ébullition puis verser dans la casserole sur l'émincé de poulet. Ajouter le gingembre, rectifier l'assaisonnement si besoin et laisser mijoter le tout pendant environ 10 minutes.
- Dresser le tout bien chaud dans des assiettes creuses, finir avec de la coriandre fraîche et les rouelles d'oignons, ainsi que du piment en poudre pour un plat relevé.

Recette de Claude-Olivier, un Fribourgeois passionné de cuisine.

Journal de bord (son blog) à découvrir à l'adresse Internet: <http://1001recettes.blogspot.com>

IMPRESSUM

L'Objectif Editions L'Objectif SA

Bimensuel paraissant tous les deux vendredis
Case postale 184,
1709 Fribourg

Directeur: Jean-Marc Angéloz

Rédaction: Jean-Marc Angéloz
Gilles Mauron
Katelijne Dick
redaction@objectif.ch

Responsable service publicité
Marie-France Schmutz (026 409 72 74)

Publicité: 026 409 72 77
Marie-Claire Dousse (...75)
Bernard Laplace (...73)
pub@objectif.ch

Production: Martin Nieva

Secrétariat:
Tél. 026 409 72 72 - Fax 026 409 72 71
secretariat@objectif.ch

Abonnements:
Lu-Ve: 9h - 11h 30 - 026 409 72 72
1 an Fr. 84.- + TVA
6 mois Fr. 44.- + TVA
IDE: CHE-108.577.054 TVA
CCP 20-278-672-5

Conception graphique:
ADN Graphik Sàrl
atelier.graphique@pwnet.ch

Impression:
W. Gassmann AG, 2501 Bienne

Tirage-minimum: 11 000 exemplaires

Carrosserie BERSET

1635 La Tour-de-Trême
Tél. 026 912 09 22
www.carrosserie-berset.ch

Un seul mot: QUALITÉ!