



SERVICES

SOS

Ambulances 144

Police

Appels urgents 117
CEA (Centrale alarmes) 026 305 17 17

Centres d'intervention

Nord: Domdidier 026 305 66 71
Centre: Grang.-Paccot 026 305 68 11
Sud: Vaulruz 026 305 67 41

Feu

Fribourg 118

Permanence médicale

Fribourg et Sarine* 026 350 11 40
Glâne 026 350 11 40
Gruyère 026 350 11 40
Veveyse 026 350 11 40
Avenches, Payerne 0848 133 133
Broye fribourgeoise 0848 133 133
Morat et Lac 0900 670 600

Permanence dentaire

Fribourg: SSO-Fribourg, ts les jours
0848 14 14 14*

Sud fribourgeois: SSO-Fribourg
026 919 35 30*

Broye: SSO-Fribourg
0848 14 14 14*

* Paiement comptant

Perm. chiropratique

sa-di et jours fériés de 9 à 12 h
079 626 55 54

Aide aux victimes

Centre LAVI | Consult. pour enfants,
hommes et victimes de la route |
026 305 15 80.

Solidarité Femmes/Centre LAVI |
Consult. femmes |
026 322 22 02.

SOS Enfants | Perm. enfants, parents,
jeunes | 147.

Main tendue 24 h sur 24 143

SOS futures mamans |
Perm. tél. 24 h sur 24 |
026 3 220 330.

Accueil de nuit «La Tuile» | Toit, repas
pour les pers. sans logis | rte de
Marly 25 | Fribourg | 026 424 43 21 |
Ouv. dès 19 h.

Info sida | Antenne | 026 424 24 84.

SOS-Alcool 24 h/24 | 0848 805 005.

Pharmacies de garde

FRIBOURG: Mardi 24 février 2015

Pharmacie Benu Gare CFF
lu-ve 6 h 45-21 h, sa 8 h -21 h
di et jours fériés 9 h 30-21 h
En dehors des h d'ouv. 026 350 11 44

ROMONT

Pharmacie de la Tête-Noire
026 651 92 92
di et jours fériés 10-12 h, 17-18 h

BULLE

Pharmacie de Riaz
026 912 33 00
sa 8-12 h, 13 h 30-16 h; di 10-12 h,
17 h 30-18 h 30, lu 9-12 h, 14-18 h 30

BROYE:

Pharmacie Avenchoise La Mandragore,
Avenches
0848 133 133

VEVEYSE: Pharmacie St-Denis

Châtel St-Denis, di et férié de 10 h 30 à
11 h 30, 021 948 30 00

LAC: N° général: 026 670 35 35

SINGINE: cas urgents: 026 350 11 44

JEUX

TOTOGOAL

X1X 1XX X11 121 1-0-2

1 gagnant avec 13 points 9686.00
9 gagnants avec 12 points 538.10
63 gagnants avec 11 points 76.90
346 gagnants avec 10 points 14.00
Somme estimée au premier rang du
prochain concours: 80 000 francs.

Tirages du 23 février 2015

BANCO
1 2 3 9 13 23 26
28 29 31 35 42 46 53
54 57 60 62 63 67

TRIO MAGIC
ORDRE EXACT: Fr. 590.00
TOUS LES ORDRES: Fr. 196.70
MILIEU: Fr. 5.90

Seule la liste officielle des résultats
de la Loterie Romande fait foi.
www.loro.ch

JARDINAGE

Cultivez un village de Schtroumpfs!

En attendant que la neige veuille bien libérer vos plates-bandes, jardinez à l'intérieur et devenez un champion des champignons à la maison.

JEAN-LUC PASQUIER*

Schtroumpf Simplet est un amour de fromage: toujours prêt à donner un coup de main, il fait le bonheur de ses amis. Hélas, il peine à plaire à la Schtroumpfette. La jolie blonde est déjà fort bien courtisée par les caïds du village, en particulier par Schtroumpf Gonflette. Dépité, Simplet serait pourtant prêt à déplacer une montagne pour qu'elle lui donne autre chose que des «T'es mignon...» ou des «Je t'apprécie bien, par contre». Péter la figure à Gonflette le tente bien, mais le Grand Schtroumpf l'exclurait du village à tout jamais. Déterminé à trouver une parade, il se retire dans son sombre atelier et se met à cogiter. Arrive l'anniversaire de sa dulcinée. D'innombrables gommes, tenant tous avec une brassée de paquerettes, attendent déjà leur tour devant la maison champignon de la blondinette. Un cageot dans les mains, Simplet arrive en dernier et se met à la queue. Vient enfin son tour. La Schtroumpfette l'accueille avec des yeux pleins de papillons, encore toute sonnée par tant de fleurs (et d'opportunités de flirt). Il lui tend son cadeau original et lui dit: «Entrons pour l'ouvrir.» Interloquée par ce mystérieux paquet et cette soudaine audace, elle grelotte de surprise et accepte. Bien au chaud, elle ouvre son cadeau, et...: «Ohhh, une caisse de terre?!» - «Pas tout à fait...», rétorque Simplet, c'est une pouponnière.»



Il n'y a pas de saison pour cultiver ses propres champignons chez soi: faites-vous plaisir dès demain et récoltez des bouboles durant des semaines. JEAN-LUC PASQUIER

Bon pour le moral

Alors que le mauvais temps fait rage et que le jardinage mental ne suffit plus à calmer les nerfs, cultiver à l'intérieur est une excellente façon d'occuper ses deux mains vertes. En effet, le jardinage de salon permet de faire semblant d'être au jardin, d'amuser les enfants et de se salir les doigts sans se faire gronder. «Ouiii, élevons des champignons!» crient les fans. «C'est réservé aux champions!», répond l'éternel ronchon. Eh bien sachez que ce grognon a tort: il n'y a pas plus simple! En plus, les champignons sont excellents pour la santé car ils contiennent des protéines, des minéraux, des vitamines... Et parfois des Schtroumpfs.

Locavore 100% bio

La culture de champignons est ouverte à tous et permet de se régaler de ses propres récoltes pour un faible investissement en temps et en argent. Sans oublier tout le bonheur dont vous pourrez vous asperger en répétant «c'est moi qui l'ai fait!» à tous les bougons qui n'y croyaient pas. Pour atteindre cette extase, il suffit

d'acquérir un kit de culture en jardinerie, de suivre les instructions et de patienter à peine quelques jours avant de s'émerveiller de l'apparition des premières bouboles. Une fois sorti du monde des Bisounours, vous pourrez les gober sans quartier.

Kits prêts à l'emploi

Même si les champignons de Paris sont les plus communs, sachez que vous trouverez aussi d'autres coffrets de champignons à cultiver comme des lentins du chêne (shiitakés), champignons bruns, pleurotes jaunes, roses ou grises, coprins chevelus ou des cornes d'abondance. Sans rentrer dans les détails de chacune des espèces commercialisées sous cette forme, le procédé reste à peu près le même. Il s'agit d'inoculer un substrat avec le mycélium du champignon (le «blanc»), de l'humidifier et de le cultiver, selon l'espèce, dans le noir ou à la lumière, au chaud ou au frais.

Généralement, le substrat s'épuise après quelques récoltes et il convient de le remplacer. Il faut compter habituellement entre 7 et 10 jours pour voir apparaître votre premier village de Schtroumpfs.

Entretien et récolte

Le principe de la culture consiste à contrôler quotidiennement les bébés et à humidifier le terreau si nécessaire. Ensuite, une fois que les champignons sortent de terre, ils doivent être récoltés avec précaution: on les coupe (on ne les arrache pas) avec leur mycélium. Cette technique est connue des champignonnières et permet la fructification de nouveaux sporophores. D'ailleurs, ces «machins-phores» peuvent être comparés aux fruits du champignon, même si botaniquement, ça n'a rien à voir. Qu'importe: les champignons, c'est bon. Et pis c'est tout. I

* Horticulteur, maîtrise fédérale

CAMPAGNE

Un menu goûteux et responsable

CLAUDINE DUBOIS

Crème de potimarron aux châtaignes, filet de truite saumonée à l'achillée millefeuilles et tarte fine aux pommes. Tel est l'alléchant menu suggéré par le chef Carlo Crisci, du Cerf de Cossonay, pour l'action «menu climatique» lancée par les ONG Pain pour le prochain, Action de Carême et Etre partenaires, afin de minimiser notre impact sur le climat. Une campagne intitulée «Voir et agir» et qui se déroule du 18 février et au 5 avril 2014.

Au cours de sa vie, chaque Suisse mange en moyenne 7 bœufs, 8 moutons, 27 porcs et plus d'un millier de poulets. Gargantuesque, et presque deux fois plus qu'il y a 60 ans. Le fourrage importé en Suisse pour alimenter le bétail de boucherie nécessite à l'étranger une surface équivalente à l'ensemble des surfaces cultivables en Suisse. D'où la destruction de forêts tropicales et de savanes pour des plantations de soja, notamment. Et, en tenant compte des transports, l'émission d'une part importante des gaz à effet de serre rejetés dans l'atmosphère.

Il est pourtant possible de cuisiner de manière à avoir un impact minime sur le climat, soulignent les trois organisations partenaires. Elles invitent la population à réaliser pour ses proches un menu neutre du point de vue du climat, composé uniquement de produits de saison, régionaux et biologiques.

D'autre part, par le biais d'une pétition lancée en automne 2014 par plus de 50 organisations, Action de Carême, Pain pour le prochain et Etre partenaires exigent du Conseil fédéral que la Suisse s'engage en faveur d'une politique climatique plus juste et prenne des mesures efficaces contre les changements climatiques. Un nouveau magazine, «Perspectives», consacre un dossier spécial au thème de notre alimentation et de son impact sur le climat. I

> www.voir-et-agir.ch

EN BREF

RÉSEAU La force des liens relationnels

«Le futur appartient aux personnes et aux organisations capables de tisser des liens de qualité», postule le dernier opus de Geneviève Morand et Michel Sintès. L'ouvrage propose des outils pour fonctionner en «mode réseau». Il rappelle aussi «qu'il n'y a pas d'entraide si tu n'ex-primes pas un besoin». CDB > G. Morand, M. Sintès, «L'art de développer son réseau relationnel». Jouvence, 126 pp.

SUDOKU

by Ex-perience.ch

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

N° 2719 Difficile

La règle du SUDOKU est on ne peut plus simple. Le but est de compléter la grille en utilisant les chiffres de 1 à 9 et en tenant compte que chaque ligne, colonne et carré contient tous les chiffres une seule fois.

Retrouvez la solution avec une nouvelle grille dans la prochaine édition de La Liberté

Grilles de fabrication Suisse WWW.SU-DO-KU.CH

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

MOTS CROISÉS

Horizontalement

- Il passe son temps à faire des histoires.
- Du cercle des poètes disparus. Résultat d'une pression.
- Produit un son aigu. Institut du monde arabe.
- Réagit à la blague. Pour la bête qui sommeille.
- Son influence sur la pupille est évidente. Note et clé.
- Cri vachement connu. Élément du bronze.
- Reconduite.
- Pièce jaune. Exigent une certaine tenue.
- Il fauche pour faire du blé. Bon dans son domaine.
- Sommes sans importance. Machin à coudre.

Verticalement

- Mariage et pénitence.
- Dans la forêt-noire. Prononcé en présence de témoins.
- Avec lui, il y a toujours du tirage. En fin de soirée.
- Arrivés parmi nous. Facteur très connu.
- Terme musical. Passage vers Dieu sait où.
- Il n'est pas cher du tout.
- Infarctus du myocarde. Puiseras dans la réserve alimentaire.
- Moment de déclin. Garçons bouchés.
- Victime d'une enflure.
- Classée septième en grec. Une vraie bourrique.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

SOLUTION DU LUNDI 23 FÉVRIER

Horizontalement

- Harmoniste.
- Etourneauux.
- Blues. Ni.
- East. Fange.
- TNP. Râ. Ter.
- Etête. Me.
- Mitigée. Bè.
- Eden. Tutu.
- Neutralité.
- Rapières.

Verticalement

- Hébêtement.
- Atlantide.
- Rouspéteur.
- Muet. Tinta.
- Ors. Reg. RP.
- NN. Fa. Etaï.
- Iéna. Meule.
- Sainte. Tir.
- Tu. Gè. Buté.
- Externe. Es.