



SERVICES

SOS	
Ambulances	144
Police	
Appels urgents	117
Centrale d'engagement et d'alarmes	305 17 17
Centres d'intervention	
Région Nord:	
Domdidier	305 66 71
Région Centre:	
Granges-Paccot	305 68 11
Région Sud:	
Vaulruz	305 67 41
Feu	
Fribourg	118
Permanence médicale	
Fribourg et Sarine*	350 11 40
Glâne	350 11 40
Gruyère	350 11 40
Veveyse	021 948 90 33
Estavayer-le-Lac	660 63 60
Domdidier, Avenches	660 63 60
Payerne	660 63 60
Morat et Lac	0900 670 600
Permanence dentaire	
Fribourg: S.F.M.D. tous les jours	
026 322 33 43*	
Dentomed: 026 477 00 00*	
Centre Médico-Dentaire Beaugard	
026 309 26 26*	
Sud fribourgeois: S.F.M.D.	
026 919 35 30*	
Broye FR-VD: S.F.M.D.	
0848 133 133*	
Dentalys Payerne	
026 660 89 12*	
* Paiement comptant	
Perm. chiropodiste	
sa-di et jours fériés de 9 à 12 h	
079 626 55 54	
Aide aux victimes	
Main tendue 24 h sur 24	143
SOS futures mamans	
Perm. tél. 24 h sur 24 T. 026 3 220 330.	
Accueil de nuit «La Tuile» Toit, repas pour les pers. sans logis rte de Marly 25 Fribourg T. 026 424 43 21 Ouv. dès 19 h.	
Info sida Antenne T. 026 424 24 84.	
SOS-Alcool 24 h/24 T. 0848 805 005.	

JARDINAGE

L'amour se cultive aussi au jardin

En plus d'être délicieux, le basilic est aussi aphrodisiaque. Mais avant de concocter un pistou du diable, à vos plantons!

JEAN-LUC PASQUIER*

Gina adore Tino, mais Tino ne le sait pas. Alors Gina décide de faire tout ce qui est en son pouvoir pour charmer le bellâtre. Elle se tourne vers de sombres marabouts, consulte de funestes sorciers, achète des amulettes, allume des cierges, exécute des danses rituelles et ridicules, invoque les anges, insiste chez sa concierge, bref, elle en veut. Et quand Gina veut, Dieu veut. Tino de son côté ne se doute de rien et continue de siroter son Moscato d'Asti en jouant aux boules. Gina aimerait bien aussi. Pour l'instant, ce sont les gris-gris achetés à prix d'or qu'elle triture de ses habiles phalanges. La tendresse se fait attendre. Elle s'acharne et en parle à sa mère. Elle lui conte ses essais coûteux et surtout infructueux. Maman se marre. Mère lui propose, hilare, sa recette infailible pour ferrer le mâle insensible: un bon pistou avec quelques verres de «spumante» et l'affaire est dans le sac. Normalement. Alors Gina invite Tino pour le soir, il accepte. Elle malaxe du basilic afin de lui préparer un pistou du diable. Soudain, elle goûte et sent des pulsions monter en elle. Ça sonne. Tino débarque une rose entre les dents. Gina ne se sent plus...



Le basilic se plaît au chaud et à la lumière vive, nous on l'aime bien dans le pistou... JLP

Aphrodisiaque, vous dites?

Le pistou pervertit car il confère une «tonicité communicative» à qui le consomme. En effet, cette recette à base de basilic, d'ail et d'huile d'olive possède tous les atouts nécessaires pour passer une «belle soirée fruitée et épicée». Le basilic contient de la vitamine C et des huiles essentielles. Ces dernières sont utilisées en phytothérapie pour leurs propriétés digestives, anti-inflammatoires, carminatives et aphrodisiaques... Mais là n'est pas le propos. Car encore faut-il savoir comment cultiver son basilic pour aboutir à une stimulante récolte. Primo, le basilic est une plante herbacée originaire d'Asie et d'Afrique, elle a donc besoin de beaucoup de chaleur et de lumière pour s'épanouir et ne passera pas l'hiver sous nos latitudes. Deuxio, le basilic craint le froid humide: ne le cultivez pas à l'extérieur avant le dernier des saints de glace (patience jusqu'au 13 mai). Tercio, ne le plantez pas en plein soleil dans un terrain calcaire, il risquerait de jaunir bien avant de vous faire rougir.

Semis ou plantons?

Si tous vos essais de culture de basilic se sont soldés par de cuisants échecs, voici comment procéder pour faire bavarder la voisine de jalousie ou exciter les papilles de votre tendre moitié le cas échéant. Pour commencer la culture, vous avez le choix entre semer des graines ou acheter un pot de basilic. Commençons par le semis: achetez des graines et semez-en en quelques-unes dans une terrine remplie de terreau pour semis. Saupoudrez ensuite ledit terreau d'une très fine couche de vermiculite ou de charbon pilé pour éviter la pourriture. Placez le tout à la lumière vive sans soleil et bien au chaud, à partir de mars à l'intérieur et de mi-mai à l'extérieur. Arrosez parcimonieusement et repiquez les plantules en pot dès que quatre vraies feuilles se sont développées (les cotylédons comptent pour beurre). Si vous préférez la méthode express, achetez un pot de basilic dont les pousses sont déjà bien développées. Ensuite, vous pouvez le dépoter délicatement, séparer la motte en 2 à 4 parts à repoter chacune dans un pot (ça fera 2 à 4 plantes pour le prix d'une) ou à planter directement en terre à l'extérieur.

Les trucs pour réussir

Le basilic chope les gla-gla en dessous de 10° C. Il préfère la chaleur et l'humidité. Ne laissez jamais la terre se dessécher sans toutefois la détrempier. Utilisez des pots en plastique, ils ont l'avantage de garder plus longtemps l'humidité que ceux en terre cuite. Pincez les tiges portant des fleurs afin de pouvoir récolter plus longtemps. Servez-vous de jeunes pousses en alternance avec quelques anciennes, votre buisson restera ainsi productif et bien compact. Le basilic est gourmand et épuise vite la terre: arrosez régulièrement avec de l'engrais liquide. Variez les plaisirs et cultivez plusieurs sortes de basilic, dont celle à feuilles pourpres ou celle au surprenant goût de citron. Finalement, semez ou plantez à intervalles d'un mois afin de ne pas manquer de munitions l'été venu... I

* horticulteur, maîtrise fédérale

> **A lire:** Nathalie David-Bernadat, Sylvie Hampikian et Brigitte Lapouge-Déjean, «Créer son jardin d'aromatiques bio», Ed. Terre vivante.
> Bernard Bertran, «L'herbier érotique», histoires et légendes des plantes aphrodisiaques, Ed. Plume de carotte.

PHARMACIES

Parler de son poids

ANNICK MONOD

Manger sain et bouger pour préserver sa santé: en théorie, c'est simple. Mais en pratique... Pour une quinzaine de francs, la Société suisse des pharmaciens propose désormais des entretiens individuels en pharmacie. Vingt minutes à une demi-heure pour analyser ses habitudes alimentaires et activités physiques, corriger le tir si besoin et se fixer des objectifs réalistes. Cette campagne de prévention, à laquelle participent 18 enseignes fribourgeoises, dure du 16 mai au 11 juin. Infos, brochures et liste des pharmacies partenaires sur le site Web. I

> www.mon-poids-ideal.ch

SOLIDARITÉ

Un papa à vélo contre le cancer

Après les Pyrénées, le Vaudois Daniel Pfistner vient de prendre la route des Dolomites. Puis ce seront les Alpes françaises, les Grisons et la Slovénie – toujours en deux-roues. Tourisme? Non, solidarité. Si cet enseignant a pris un congé sabbatique pour pédaler sur les cols d'Europe, c'est qu'il récolte des fonds pour l'Association romande des familles d'enfants atteints d'un cancer, qui offre soutien, infos et écoute à quelque 400 membres. Ce combat, Daniel Pfistner le connaît: il y a quinze ans, l'une de ses filles a dû se battre contre la maladie – elle est aujourd'hui guérie.

Le principe est simple: le public est invité à parrainer chacune des étapes cyclistes en inscrivant une promesse de dons sur le site internet de l'aventure. Le montant à verser dépendra du nombre de cols franchis et de leur difficulté. Les donateurs peuvent suivre l'aventure sur le Web, puis ils versent leurs dons directement sur le compte de l'association. AMO

> www.velo-cancer.ch

POLLUTION

Une grille, ce n'est pas une poubelle!

«Sous chaque grille d'évacuation des eaux de pluie se cache une rivière»: dès vendredi, l'Association suisse des garde-pêche mène campagne à la TV, dans les écoles et sur internet. Il s'agit d'inviter le public à ne plus jeter des substances polluantes dans ces grilles. Contrairement aux égouts, les eaux pluviales sont en effet rejetées directement dans les cours d'eau. AMO

> www.aquava.ch

SUDOKU

by Ex-perience.ch

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

N° 1580 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

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

MOTS CROISÉS

Horizontalement

- Nourriture pour serins.
- Bénéficiaire d'un bon traitement. C'est un article.
- Machinisme hydraulique. Dans le bouquet de la mariée.
- Héros de la résistance. Perd la tête au Québec.
- Niveler par le bas. Dix pour Obama.
- Oeuvre lue religieusement. Corde du violon.
- Maître spirituel hindou. Bouc et bouquin.
- Psychanalyste américain.
- Plume.
- Circulent au Cambodge. Il sauva son père lors de l'incendie de Troie.

Verticalement

- Travailleur saisonnier.
- Saint du Beaujolais. Courant ascendant.
- On a des histoires dès qu'elle intervient.
- Sélection pas naturelle. Fourbi arabe.
- Tenter de faire exploser. Possessif et palindrome.
- Le rhénium. Cépage du midi de la France.
- Tout le temps fourré au lit. Visité en revenant.
- Sortie incongrue. Il a bon dos.
- Fausse équerre.
- Roi de Pergame. Duo de tête.

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

SOLUTION DU LUNDI 9 MAI

Horizontalement

- Tacitement.
- Epargneras.
- Sala. Trôna.
- Tienne. Sar.
- Ise. Ire. Si.
- Cesseras.
- UR.
- Arénite.
- Lamia.
- Eté.
- On.
- Asana.
- Santon.
- Rus.

Verticalement

- Testicules.
- Apaisera.
- Calées.
- Mon.
- Iran.
- Saint.
- TG.
- Niera.
- Enterre.
- An.
- Mer.
- Eanes.
- Eros.
- Sitar.
- Nanas.
- Ténu.
- Tsarine.
- As.

JEUX

TOTO GOAL

11X X1X 211 111 1 - 0-0
39 gagnants avec 11 points . . 410.40
365 gagnants avec 10 points . . 43.80
Les trois premiers rangs n'ont pas été atteints. Somme estimée au premier rang pour le prochain concours: Fr. 190 000.-

Tirages du 9 mai 2011

BANCO 36
7 13

1 3 4 5 9 10 13
14 15 16 18 20 22 23
31 42 43 61 62 69

BANCO

C 7 D C A t t t
t k k p p p
D 6 A 9 10 v

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