

DECEMBRE 2025
N° 9

INFO SENIORS PONT-LA-VILLE





SOMMAIRE

Secrétariat communal et membres de la commission	2
90 ans Jeannine Kolly	3
Rencontres des Jeunesses Gruériennes	4-5
Bon à savoir	6-7
Attention, arnaques !	8-9
Les + pour les seniors dans notre commune	10
Le programme rien que pour vous	11-16
Activités organisées au village	17
Tout au long de l'année	18
Nettoyage à domicile	19
Instant capturé	20-21
Transports solidaires	22-23
Les adresses utiles et les numéros d'urgence	24-25

SECRETARIAT COMMUNAL



MARDI 16H00-19H00
JEUDI 14H00-16H00

Route de la Muellera 1, 1649 Pont-la-Ville
Commune@pont-la-ville.ch
www.pont-la-ville.ch
Tél. 026 413 37 42

COMMISSION SENIORS



Bapst Valérie	079 712 85 51
Gaillard Nathalie	077 485 17 55
Kilchoer Suzanne	079 649 86 61
Risse Véronique	079 814 89 12
Tinguely Julien	079 716 79 10

90 ans Jeannine Kolly

En cette fin d'année, notre village compte une nouvelle nonagénaire !

Toujours en belle forme, l'esprit vif, le sourire chaleureux, Jeannine cultive la vie avec la même délicatesse que son jardin.

Maman de trois enfants, grand-maman de six petits-enfants et déjà arrière-grand-maman à trois reprises, elle a semé autour d'elle la générosité, les bons plats partagés et l'amour des choses simples.

Nous lui adressons
tous nos vœux les
plus sincères.



Une délégation du
conseil communal
invitée à la fête lui a
remis un petit présent
bien mérité !

Rencontres des Jeunes Gruériennes 2026



2026 sera une année très spéciale pour notre village !

En effet, la jeunesse a brillamment remporté les jeux qui se sont déroulés à Broc cet été. Grâce à cette belle première place, elle a obtenu le privilège d'organiser les prochaines joutes — un défi accueilli avec beaucoup de joie, de fierté... et une bonne dose d'émotion !

Cette fête n'est pas seulement celle des jeunes : c'est l'ensemble du village qui se mobilise pour toute une région !

Près de 150 personnes — la jeunesse, le comité et plusieurs commissions — sont déjà à l'œuvre depuis le lundi de la victoire. L'ambiance est enthousiaste, les idées fusent... et il n'y a pas une minute à perdre !

Les dernières RJG à Pont-la-Ville remontent à 2012... On parie que vous vous en souvenez encore ? Une fête incroyable, des souvenirs et des anecdotes qu'on raconte toujours.

Et cette année on remet l'ouvrage sur le métier à l'occasion de la 40ème édition des Rencontres de Jeunes Gruériennes et c'est un village haut en couleur qui s'y prépare !



Une telle manifestation demande l'aide de tous. Chaque petite main est essentielle à la réussite de la fête

2'500 plages horaires à remplir lors de la fête

Il y en a pour tout le monde !

Les matinaux, les couchés tard, les cuistos, les barmen, assis, debout, seul ou en groupe.

Alors n'hésitez plus et choisissez le ou les créneaux horaires qui vous conviennent.

Des centaines de plages horaires AVANT et APRÈS la fête

Tu as du temps à donner pour un coup de main pour le montage des infrastructures ? Tu préfères te mettre aux fourneaux pour nourrir les bouches affamées avant la fête, ou tu te sens plus à l'aise avec un pinceau pour les décors de la place de fête ?



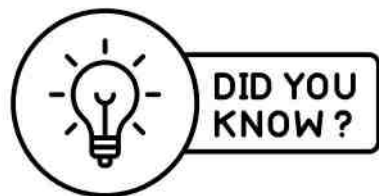
Inscris-toi ou contacte-nous !!

via site internet : <https://rjg2026.ch/benevoles>

Par mail : benevoles@rjg2026.ch

Par téléphone : 079 712 85 51 (Valérie Bapst)

077 485 17 55 (Nathalie Gaillard)



Bon à savoir

Le vieillissement de la population fribourgeoise exige de revoir l'organisation de la prise en charge des soins d'ici à 2030

👤 Fribourg : un canton qui avance... et qui vieillit

Comme partout en Suisse, la population fribourgeoise vieillit. Mais ce qui surprend, ce sont les chiffres : d'ici à 2030, le canton comptera 75 000 seniors de 65 ans et plus, soit 30 % de plus qu'aujourd'hui. Et les plus de 90 ans seront plus nombreux que jamais : 3 800 personnes, une hausse spectaculaire de 66 %.

🏠 Soigner autrement

Face à cette évolution, le Conseil d'État propose un véritable changement de cap : **soigner de plus en plus à domicile**, dans le confort familial des personnes âgées, et réserver l'EMS aux situations qui l'exigent vraiment.

Cela implique :

- plus d'heures de soins à domicile (+35 000 par an),
- des EMS mieux ciblés,
- et un essor important des foyers de jour, encore peu utilisés.

👤🩺 Un besoin de bras... et de cœur

Le défi humain est immense : il faudra 168 nouveaux postes par an dans les soins (EMS + domicile).

Un enjeu majeur dans un secteur déjà sous tension.

💰 Et la facture ?

Entre 2026 et 2030, les coûts supplémentaires atteindront 60 millions de francs, à partager entre canton et communes.

Le saviez-vous ?

Dans le district de la Gruyère, près d'un habitant sur six a aujourd'hui plus de 65 ans (10'137 sur 62'413). D'ici 2055, le nombre de seniors pourrait plus que doubler pour atteindre environ 20'800 personnes.

D'ici 2050, les personnes de plus de 90 ans seront quatre fois plus nombreuses. Actuellement il y en a 424.

Les principaux projets

Le programme « EMS Gruyère – Horizon 2030 » répond au vieillissement rapide de la population. Il prévoit la construction ou rénovation de plusieurs EMS dans le district, ainsi que la création de logements protégés, pour atteindre environ 601 lits au total (actuellement 526).

L'objectif est de maintenir des EMS répartis dans tout le district, afin que les personnes âgées puissent rester proches de leur village et de leurs proches.

Nouvelles constructions/rénovations prévues

EMS GRUYERE HORIZON 2023					
Rénovation EMS La Roche		47 chambres	Construction EMS de Pringy + Antenne du Service d'aide et de soins à domicile		80 chambres
Début des travaux		juin.20	Début des travaux		en phase de projet
Fin des travaux		juin.22	Fin des travaux		??
Coût définitif		3,925 M	Coût estimatif		33,5 M
Rénovation EMS de Bouleyres		85 chambres	Construction EMS de Sorens (87 chambres dont 15 USD) + Antenne du Service d'aide et de soins à domicile		87 chambres
Début des travaux		sept.20	Début des travaux		oct.24
Fin des travaux		sept.22	Fin des travaux		mars.27
Coût estimatif (bouclement en cours)		6,4 M	Coût estimatif		32 M
Construction d'un foyer de jour à l'EMS de Bouleyres			Construction EMS de Vuadens + Antenne du Service d'aide et de soins à domicile		123 chambres
Début des travaux		sept.22	Début des travaux		sept.24
Fin des travaux		sept.23	Fin des travaux		mars.27
Coût estimatif (bouclement en cours)		3,1 M	Coût estimatif		52,1 M
Rénovation et construction EMS de Charmey + Foyer de jour + Antenne du Service d'aide et de soins à domicile		51 chambres	Transformations pour la Maison Bourgeoisiale à Bulle et le Home de la vallée de l'Intyamon à Villars-sous-Mont		
Début des travaux		mars.27	Coût estimatif		2,5 M
Fin des travaux		avr.29			
Coût estimatif		22 M			



ATTENTION AUX ARNAQUES : INTERNET, FAUX POLICIERS ET AUTRES PIÈGES !

*Quelques réflexes simples pour
rester en sécurité.*



En Suisse, des centaines de personnes sont victimes chaque année d'arnaques téléphoniques ou en ligne.

Les fraudeurs utilisent souvent des numéros suisses falsifiés pour paraître crédibles.

La stratégie n°1 des escrocs : **vous faire agir vite.**



Arnaques sur Internet et par e-mail

Les escrocs envoient de faux messages : factures inventées, colis bloqués, alertes bancaires, ou messages d'un « ami » piraté.

Signes d'une arnaque :

- Message urgent ou menaçant
- Fautes d'orthographe
- Demande de paiement ou de code bancaire
- Lien suspect à cliquer

Que faire ?

- ✓ Ne cliquez pas
- ✓ Ne donnez jamais vos codes
- ✓ Vérifiez en appelant l'institution au numéro officiel
- ✓ Supprimez le message



Arnaques aux colis et SMS frauduleux

Un SMS dit :
« Votre colis est bloqué, veuillez payer 1.50.– »

→ **C'est une arnaque** pour installer un virus sur votre téléphone.

Que faire ?

- ✓ Supprimez le message
- ✓ Ne cliquez jamais

**PARCE QU'ON NE LE
REPETERA JAMAIS
ASSEZ !**



Faux policiers ou faux conseillers bancaires

De plus en plus fréquent en Suisse : un appel d'un prétendu policier ou banquier.

Ils inventent des histoires :

« Votre compte est en danger. »

« Votre petit-fils a causé un accident. »

« Nous devons récupérer vos valeurs pour les mettre en sécurité. »

🎯 Leur but : vous faire retirer de l'argent, remettre vos bijoux ou révéler vos codes.

À retenir absolument :

- La police ne demande jamais d'argent.
- Votre banque ne demande jamais vos codes par téléphone.
- Personne ne vient chercher votre argent à domicile.

👉 En cas de doute : raccrochez et composez le 117.

COMMENT SE PROTÉGER ?

- **GARDEZ VOS MOTS DE PASSE ET CODES SECRETS**
- **NE RÉPONDEZ PAS AUX MESSAGES URGENTS OU MENAÇANTS**
- **NE PAYEZ RIEN DANS L'URGENCE**
- **UTILISEZ UN RÉPONDEUR**
- **DEMANDEZ CONSEIL À UN PROCHE**
- **EN CAS DE DOUTE : 117**

Les services mis en place par la commune et qui *font* la différence

Soutien aux Séniors pour une *vie plus simple*



SERVICE RAMASSAGE POUBELLES

- Pour les personnes âgées malades, blessées ou à mobilité réduite

SUR
APPEL



PARTICIPATION FRAIS TRANSPORTS PUBLICS

- Remboursement partiel sur présentation du titre de transport (bus et trains) en Suisse
- Jusqu'à 10x/année

50%
RÉDUCTION



TRANSPORTS SOLIDAIRES

- Vous devez vous rendre quelque part
- Vous n'avez pas de moyen de locomotion et personne pour vous accompagner
- Pour plus d'info voir page 23 et 24

SUR
APPEL



DES QUESTIONS ?

- Bureau communal : 026 413 37 42 ou commune@pont-la-ville.ch
- Commission Séniors : 079 712 85 51 ou valerie.bapst@pont-la-ville.ch
- Employé communal : Daniel Gaillard 079 384 25 71



Rien que
pour Vous

...

VOTRE
programme

Midi Théâtre à Nuithonie

Jeudi 29 janvier 2026 à 12h15

Le temps d'un repas, venez découvrir un spectacle inédit au restaurant de Nuithonie (Les didascalies)



Midi théâtre / Création

Malgré lui

Compagnie Cécile D.

Nuithonie

Durée : 1 heure

Le jour du grand casting, tout déraile : repères brouillés, identités floues, auditions chaotiques... Une comédie grinçante sur l'ego et l'art en crise.

Inclus :

- **spectacle**
- **menu**
- **boissons**



Nombre limité

Participation : Sfr. 20.-



Inscription jusqu'au 14 janvier



Nathalie Gaillard



077 485 17 55



**11h00 sur la place de
parc de La Véranda**



Vendredi

**27 février
2026**

20h00

Soirée

Clin
d'oeil 

4 Amis fribourgeois à la
conquête de l'Alaska en canoë.

Projection du Film suivi
d'un échange avec les
aventuriers.



Invité mystère

Sera dévoilé bientôt 😊



600 km en canoë sur la
rivière Noatak en Alaska

Arnaud Barron, Xavier Jungo, Simon Berset et Anthony Castella

Pont-la-Ville

Salle polyvalente

Sur inscription
par tél 079 712 85 51
Valérie Bapst

Entrée libre, chapeau à la sortie

ELECTROBROC



Mercredi 18 mars 2026

Visite guidée, durée 1h30

Envie de partager ce moment avec des
ENFANTS ? Ils sont les bienvenus !!!



Inscription jusqu'au 5 mars



079 716 79 10



Julien Tinguely



13h45 place de parc
La Véranda

BALADE SENTIER "A TIRE D'AILES" LE CRÊT

VENDREDI 22 MAI 2026

Sandwichs et
boissons
OFFERTS

1 HEURE

BOUCLE 2 KM

SANS DIFFICULTE



Inscription jusqu'au 15 mai



079 649 86 61



Suzanne Kilchoer



10h00 place de parc
La Véranda



JEUDI 18 JUIN 2026

LA COMMISSION SENIORS
DE **LA ROCHE** VOUS INVITE
A UN

MATCH AUX CARTES

REUNISSANT LES SENIORS DES
2 COMMUNES

9H30 RDV PLACE DE PARC LA VERANDA
10H00 DEBUT DES MATCHS
12H00 REPAS (SOUPE DU CHALET)
13H00 SUITE DES MATCHS
15H30 FIN

Sur Inscription : Suzanne Kilchoer - 079 649 86 61
jusqu'au 10 juin 2026

Activités

au village



24 décembre

Verre de Noël
préparé et servi
par la Sté de
Jeunesse



Le Groupement des dames

Match aux cartes

Samedi 7 février 2026

**Halle polyvalente
de Pont-la-Ville**

**18h:
accueil
19h:
début des
matches**

**Équipes de deux
personnes**

FR. 30.-/personne

**Paiement en cash
uniquement**

**Soupe de chalet
servie après les
matches**

Inscriptions au 079/443.51.88

RJG 2026
PASSEZ-MOI L'EXPRESSION!

40 RENCONTRES DES JEUNESSES GROSSENIENNES 18 JUILLET À PONT LA VILLE

**SOUPER
CONCERT**

**2 JUILLET
2026**

**STUBETE
GANG**



RÉSERVATIONS WWW.RJG2026.CH

Tout au long de l'année

Marche douce

1er lundi de chaque mois

Organisée par Monique Tinguely.

Rdv sur la place de parc de *La Véranda* à 13h30.

Excepté les mois de janvier et août

Pour toutes questions : 079 541 16 54

Cartes & Jeux

Mardi après-midi
jusqu'à Pâques

Organisé par le Groupement des Dames.

Rdv à 13h30 au Restaurant *La Véranda*

Pour toutes questions : Carmen Geinoz 079 443 51 88

Gym 60+

Tous les mercredis

Monitrice Suzanne Kilchoer.

Rdv à 8h30 à la salle polyvalente.

Pour toutes questions : 079 649 86 61

Table d'hôtes "Chez Isabelle"

1 jeudi par mois

Pour les prochaines dates et renseignement

Isabelle Bapst : 079 562 56 33



Nettoyage à domicile

Dans notre région, beaucoup de personnes âgées aimeraient rester chez elles, mais les tâches ménagères deviennent parfois difficiles.

ProSenectute a créé un service de **nettoyage à domicile** spécialement pensé pour les personnes de 60 ans et plus, avec une approche locale et solidaire :

- Des collaborateurs qui habitent la même région que les bénéficiaires : une présence familière et rassurante.
- Un service discret et respectueux, pour préserver l'autonomie et le confort à domicile.
- Une partie des frais souvent remboursée par l'assurance maladie ou les prestations complémentaires.

N'hésitez pas !



PRO SENECTUTE
PLUS FORTS ENSEMBLE

Avez-vous besoin d'aide pour le ménage ?

Contactez-nous
026 347 12 40
www.fr.prosenectute.ch

Service de nettoyage
Reinigungsdienst
avec du cœur
mit Herz

20 ans
Jahre

Instant **capturé**



20 août
Pinte à fondue





24 septembre
Dégustation bières



Service de transport solidaire

Vous devez vous rendre quelque part, mais vous n'avez pas de moyen de transport et personne de votre entourage n'est disponible pour vous accompagner ?

Bonne nouvelle : un service de transport solidaire est désormais à votre disposition !

Des personnes **généreuses** et **volontaires** se proposent de vous aider en vous conduisant là où vous devez aller.

👉 Il vous suffit de les contacter directement pour organiser le trajet et convenir ensemble des modalités.

i Important : ce service repose sur la disponibilité des conducteurs. Nous ne pouvons donc pas garantir chaque demande de transport.



Füglister Evelyne 077/449 17 27

Risse Georges 079/748 69 46

Maradan Dominique 079/543 56 41

Tinguely Eliane 077/415 91 05

Mauron Gabriel 079/416 24 41

Tinguely Michel 077/431 92 36

Comment ça marche ?



Je suis chauffeur/e

- L'organisation d'un transport est dépendante de mes disponibilités
- Je fixe mes conditions de limites kilométriques de déplacement et mes disponibilités en éventuel temps d'attente
- J'utilise mon véhicule privé
- Je suis bienveillant/e et je prévois suffisamment de temps afin de ne pas stresser le/la bénéficiaire.

Je suis bénéficiaire

- Je contacte directement un chauffeur/e par téléphone sur son numéro personnel le plus tôt possible
- Je sais que l'organisation d'un transport est dépendant de la disponibilité des chauffeurs/es et n'est donc pas garantie
- J'informe le plus tôt possible le chauffeur/e en cas d'annulation de transport
- Les voitures privées n'étant pas équipées pour des personnes en situation de handicap, je me tourne vers "Passe-partout" qui dispose de véhicules adaptés et qui reste prioritaire pour les personnes en fauteuil roulant.
- **Je défraie les frais de transport directement au chauffeur/e à la fin de la prestation. CHF 0.80 le Km (aller et retour) et les éventuels coûts liés au transport (parcage)**



Les adresses utiles à garder sous le coude

Croix-Rouge fribourgeoise
Freiburgisches Rotes Kreuz
Association cantonale de la Croix-Rouge suisse



Croix-Rouge Fribourgeoise
Rue G.-Techtermann 2
1701 Fribourg

026 347 39 40
info@croix-rouge-fr.ch



Réseau Santé et social de la
Gruyère
Rue de la Lécheretta 18
1630 Bulle

026 919 63 63
social@rssg.ch

**PRO
SENECTUTE**
PLUS FORTS ENSEMBLE

Pro Senectute Fribourg
Passage du Cardinal 18
1700 Fribourg

026 347 12 40
info@fr.prosenectute.ch

**URGENCE VITALE ?
APPELEZ LE 144.**

En général, ne pas se rendre aux urgences par ses propres moyens.

Le **taux d'occupation** des Urgences et Permanences
en temps réel et les **horaires d'ouverture** actualisés



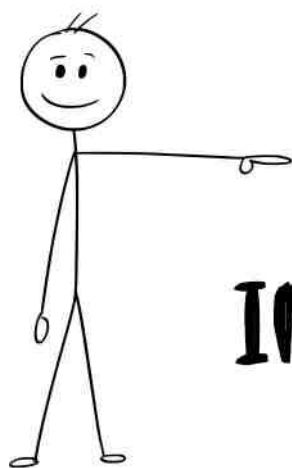
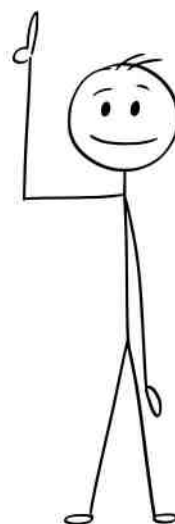
**URGENCE POLICE ?
APPELEZ LE 117.**

**URGENCE FEU ?
APPELEZ LE 118.**

**MAIN TENDUE ?
APPELEZ LE 143.**

**Soucis du quotidien, tristesse, solitude, violences conjugales ou
situations de crise...**

**UNE IDÉE ?
UNE PROPOSITION ?
UNE REMARQUE ?
FAITES-NOUS EN PART !!**



**VOUS TROUVerez
TOUTES LES BROCHURES
ÉDITÉES SUR LE SITE
INTERNET DE LA COMMUNE SOUS**

**"ACCUEIL, VIVRE À PONT-LA-VILLE,
SENIORS, BROCHURE INFO SENIORS**