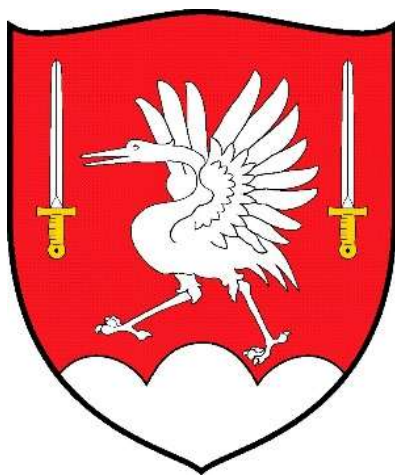


Commune de Bas-Intyamou



LES CHRONIQUES DE BAS-INTYAMON



Calendrier des activités en pages 11 à 14

Table des matières :

Dates de parution des prochains bulletins d'information	4
Vœux	5
Population de la commune	6
Vente de bois de feu	7
AVS – obligation de cotiser	8
Travaux au chalet neuf à Estavannens	9
Travaux de déneigement	10
Voyager en train	
PNR	10 à 13
Senior Club	14 à 17
Chœur Mixte la Voix des Alpes Enney	18
TPF	19
Bibliothèque régionale Intyamon	20
Club sportif Neirivue	21
Calendrier des consultations puériculture 2023	22
Economies d'énergie	23 à 27
Horaires de l'administration et contacts	28

Date de parution des prochains bulletins d'information

distribution 23 mars 2023/ délai 23 février 2023
distribution 23 juin 2023/ délai 23 mai 2023
distribution 23 septembre 2023/ délai 23 août 2023
distribution 23 décembre 2023/ délai 23 novembre 2023

Les articles ou annonces sont à remettre par mail, en format Word, à l'adresse :

Commune@bas-intyamon.ch

Info pour les sociétés, seules les dates où le public est invité sont à publier.

Prochaine Assemblée communale ordinaire :

23 mai 2023

Vœux

En cette fin d'année 2022, le Conseil communal et le personnel communal souhaite à toutes et tous de belles et douces fêtes de Noël.

Que ces fêtes soient placées sous le signe de la Paix, de l'Amour et du partage.

Pour cette Nouvelle Année qui s'annonce, nous vous souhaitons surtout la Santé car c'est un bien si précieux qu'il faut préserver et apprécier. Le bonheur et la réussite pour chacun.



Population Bas-Intyamon

2022 en quelques chiffres, c'est à ce jour :

(Situation au 1^{er} décembre 2022)

Bas-Intyamon compte 1605 **résidents** au 1^{er} décembre 2022.

Selon les détails suivants :

Par secteurs :

- | | |
|---------------------|-----|
| • Enney | 827 |
| • Estavannens | 499 |
| • Villars-sous-Mont | 279 |

Par sexe :

- 804 hommes
- 801 femmes



Par nationalité :

- 1322 résidents de nationalité suisse
- 283 résidents de nationalité étrangère

Par tranche d'âges :

- 362 personnes sont âgées entre 0 et 17 ans
- 1243 personnes sont âgées entre 18 et 100 ans

Evénements d'état civil et mutations durant l'année :

- 23 naissances
- 14 décès
- 171 personnes arrivées
- 127 personnes parties

Vente de bois de feu

Les personnes qui souhaitent acheter du bois de feu doivent s'inscrire au moyen du bulletin ci-dessous d'ici au 31 janvier 2023. Le bulletin doit être retourné au bureau communal de Bas-Intyamou à Enney.

Prix :

- **Fr. 81.00/stère quartiers feuillus vert (morceaux d'un mètre)**
- **Fr. 49.00/stère feuillus long vert**

Livraison : dès CHF 50.00/stère pour les quartiers d'un mètre – tarif dégressif selon la quantité

-✂-----**BULLETIN D'INSCRIPTION**-----✂-

Nom -----

Prénom -----

Je commande :

..... **stère(s) quartiers feuillus vert**

..... **stère(s) feuillus long vert**

**Le transport est effectué par la commune.*

**Je m'occupe personnellement du transport.*

Signature :

.....

***Biffer ce qui ne convient pas**

AVS - obligation de cotiser

Qui doit cotiser ?

Toutes les personnes qui exercent en Suisse une activité lucrative dépendante ou qui y ont leur domicile civil sont tenues de payer des cotisations AVS / AI / APG. En 2022, ce sont les personnes nées en 2004 qui entrent dans le cercle des cotisants. Les personnes sans activités lucratives sont tenues de régler les cotisations dès le 1er janvier qui suit leur 20^{ème} anniversaire.

L'obligation de cotiser prend fin au moment où elles atteignent l'âge ordinaire de la retraite (64 ans pour les femmes, 65 pour les hommes).

Ainsi, les bénéficiaires de retraite anticipée, les chômeurs en fin de droit, les étudiants, les personnes en incapacité de travail de longue durée et les invalides qui n'exercent pas d'activité doivent s'annoncer sans tarder à la *caisse cantonale de compensation* de leur domicile, afin de payer des cotisations et de bénéficier, le moment venu d'une rente AVS ou AI complète. Il en va de même pour les personnes non actives dont le conjoint exerce une activité lucrative au sens de l'AVS et ne verse pas au moins Fr. 956.00 de cotisations par année. Les lacunes de cotisations peuvent entraîner une réduction des rentes.

Etudiants / étudiantes

Les étudiantes et étudiants suisses et étrangers domiciliés en Suisse paient une cotisation de Fr. 478.00 (cotisation minimale) dès le 1er janvier de l'année qui suit leur 20^{ème} anniversaire. Sur le montant des cotisations s'ajoutent encore 5% de frais d'administration. Les étudiantes et étudiants exerçant une activité lucrative paient des cotisations à partir du 1^{er} janvier qui suit leur 17^{ème} anniversaire.

Chèque-emploi.ch

Si vous employez une personne à domicile, baby-sitter, femme de ménage, jardinier, elle peut être déclarée facilement avec le chèque-emploi.

Chalet Neuf – Estavannens

Situé le long de la roue alpestre d'Estavannens, le chalet des Vuardières se pose depuis plus de 2 siècles au pied du Vanil du Paradis.

En effet, c'est depuis sa reconstruction vers 1820 qu'on l'appelle amicalement « le Chalet neuf ». Sa rénovation en 1976 ayant tardée, la charpente avait subi de gros dégâts qui sont toujours présents :

- Chevrons cassés par la pourriture qui les a consommés
- Grave affaissement.

La rénovation cette année s'est concentrée sur un pan de toit et une façade qui ont également été améliorées afin de permettre l'exploitation en toute sécurité ; la pérennité de l'ouvrage est ainsi assurée.



Travaux de déneigement – stationnement des véhicules

A partir du 1^{er} décembre.

Il incombe aux communes de débayer la neige sur leur territoire. Les propriétaires doivent garder la neige sur leur propriété ; il n'est donc pas question de la pousser sur la chaussée. Il en va de même au bord de la route cantonale.

Pour faciliter le déblaiement de la neige, les véhicules seront garés sur les places privées ou sur des places de parc publiques, mais en aucun cas au bord des routes.

Le travail de déneigement s'organise de manière à ce que les axes principaux de la commune soient déneigés en premier, puis les axes secondaires, et pour terminer les accès privés (sur mandat uniquement).

Les routes et trottoirs ne sont plus déneigés et salés entre 22.00 h et 05.00 h. du lundi au samedi, ainsi qu'entre 22.00 h. et 06.00 h. le dimanche.

Voyager en train

Deux cartes journalières permettant de voyager sur le réseau CFF, TPF et autres compagnies, sont en vente à la cafétéria du Home de l'Intyamon, au prix de CHF 45.00/pièce.

Deux adresses pour les renseignements et les réservations :

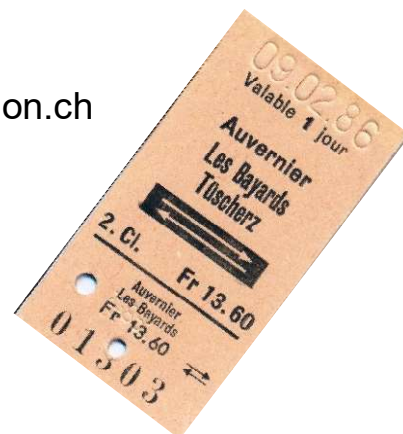
www.sugarcube.ch/home/fr/

Le lien figure aussi sur notre site internet : www.bas-intyamon.ch

ou

Cafétéria du Home de l'Intyamon
1666 Villars-sous-Mont
026 928 44 45

Bon voyage !



Le Parc soutient vos actions en faveur de l'environnement

Et si votre jardin devenait un paradis pour la flore et pour la faune ? Afin de promouvoir les actions individuelles favorables à l'environnement, le Parc propose des aides financières et des conseils pour la mise en place de différentes mesures.

Plantation d'arbres fruitiers



Pour un forfait de 160.-, le Parc vous conseille sur les variétés, fournit les plants et organise la taille durant les 6 premières années de la vie des arbres.

Les commandes peuvent se faire jusqu'au 31 janvier 2023. Le formulaire de commande ainsi que toutes les informations sur les essences disponibles se trouvent sur le site du Parc (gruyerepaysdenhaut.ch).

La plantation d'arbres fruitiers permet de déguster de délicieuses variétés anciennes de fruits, tout en favorisant la pollinisation des abeilles. Comme près de 300 habitants du Parc, plantez également des arbres fruitiers chez vous !

Plantation de haies indigènes

Les buissons indigènes remplacent les haies de thuya en apportant un bénéfice esthétique certain et servir d'habitat à de nombreux oiseaux et insectes. **Le Parc propose un service de conseil et un plan de plantation. Il finance l'entier du coût des boutures d'essence indigène. Le Parc soutien également la plantation d'arbres types merisier, chêne ou érable.**

Les demandes sont à adresser à nature@gruyerepaysdenhaut.ch jusqu'au 28 février 2023. Cette offre a déjà permis la plantation de 5000 buissons dans le territoire du Parc depuis 2018 !



Création ou revitalisation d'étangs

Les étangs agrémentent joliment vos espaces verts en y apportant de la fraîcheur. Ils représentent un habitat indispensable pour libellules et amphibiens.

Le Parc offre un service de conseils et un soutien financier pour la réalisation d'un étang. Les demandes sont à adresser en tout temps à nature@gruyerepaysdenhaut.ch.





Sauvetage de batraciens à Enney – A la recherche de bénévoles

Une barrière provisoire à batraciens est installée chaque début de printemps à Enney afin d'éviter que de nombreux individus ne se fassent écraser par le trafic routier lors de leur migration. Elle permet de d'intercepter en amont grenouilles rousses et crapauds communs, opération qui ne pourrait être menée à bien sans les relevés journaliers qu'assurent des bénévoles depuis 26 ans ! En 2022, ce ne sont pas moins de 571 batraciens qui ont été sauvés par eux en étant déposés en toute sécurité de l'autre côté de la route.

En 2023, la barrière sera à nouveau mise en place et le Parc **recherche de nouveaux bénévoles** motivés à prendre part à cette action de sauvetage dans leur région. Vous tentez l'aventure ? Infos et inscriptions à nature@gruyerepaysdenhaut.ch ou au 026 924 76 93.



Actions *MakeHeatSimple* et *Chauffez renouvelable* dans le Parc

Le Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut avec le soutien de *Suisse Energie* relaiera en 2023 les programmes *MakeHeatSimple* et *Chauffez renouvelable* dans les communes du Parc. Trois soirées d'informations et une visioconférence sont prévues début 2023 à Grandvillard, Jaun et Rougemont. Les dates précises seront communiquées fin 2022, sur le site web du Parc notamment.

Le premier programme ***MakeHeatSimple*** est destiné aux propriétaires de résidences secondaires et promeut la commande à distance des systèmes de chauffage. Une meilleure gestion du chauffage des résidences secondaires permettrait selon une étude de l'Office fédéral de l'énergie d'économiser 2'200 gigawattheure chaque année dans toute la Suisse. Informations, avantages et solutions proposées sur www.makeheatsimple.ch.

Le programme ***Chauffez Renouvelable*** s'adresse aux propriétaires de bâtiments chauffés aux énergies fossiles ou aux chauffages électriques directs. Il favorise le passage aux énergies renouvelables par des visites et conseils gratuits par des prestataires accrédités. Informations et liste des prestataires accrédités sur www.chauffezrenouvelable.ch.

Ces deux actions sont actives, vous pouvez donc d'ores et déjà effectuer les démarches décrites sur les deux sites web. Pour les personnes qui auraient besoin de plus d'informations, les trois séances et la visioconférence avec la participation d'un spécialiste accrédité prévues début 2023 répondront à toutes vos questions. D'ici là, le Parc peut également vous aiguiller en contactant Yves Baechler, chef de projet énergie et mobilité : 026 924 76 93, yves.baechler@gruyerepaysdenhaut.ch.



Plantation d'arbres fruitiers

Pour un forfait de 160.-, le Parc fournit les plants et organise la taille durant les 6 premières années de la vie des arbres. → Commandes sur gruyerepaysdenhaut.ch **jusqu'au 31 janvier 2023** (livraison le 7 avril)



Plantation de haies indigènes

Le Parc conseille et réalise un **plan de plantation de haies ou d'arbres isolés**. Il finance l'entier du coût des boutures d'essence indigène. → Demandes à adresser à nature@gruyerepaysdenhaut.ch **jusqu'au 28 février 2023**.

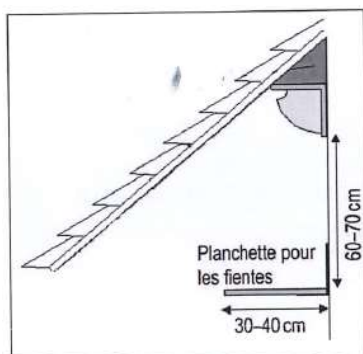


Création ou revitalisation d'étangs

Le Parc conseille et propose un soutien financier pour la réalisation d'un étang. Demandes à adresser en tout temps à nature@gruyerepaysdenhaut.ch.



Des planchettes pour les hirondelles de fenêtre



Le Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut organise la pose de planchettes à l'attention des habitants de la commune de Bas-Intyamont. Cette action financée par le Parc aura lieu cet hiver avant le retour des hirondelles. Votre maison abrite des nids d'hirondelles de fenêtre habités régulièrement ? Si vous souhaitez que le Parc pose une planchette pour limiter ces salissures, vous pouvez vous annoncer à nature@gruyerepaysdenhaut.ch

jusqu'au 15 janvier 2023.

Nous répondrons à la demande dans la mesure du possible. Afin de renforcer les colonies existantes, nous proposerons la pose de nichoirs artificiels à côté des nids naturels habités.

Le Senior Club dès 60 ans



**Le calendrier que les animateurs et animatrices vous
proposent jusqu'au mois de juin 2023
Le calendrier est affiché au pilier de chaque village**



Jacqueline Bourquenoud 079.643.99.51 (Villars-Sous-Mont)
Anita Magnin 079.741.57.12 (Estavannens)
Josiane Tinguely 079.252.56.43 (Enney)

Mercredi 4 janvier 2023 à 14.00 h.	Café Patois : à la Couronne à Enney (au 1 ^{er}) avec Alodie Philipona. Échanger, apprendre, lire, autour d'un café. Pas besoin de savoir le parler, l'envie d'écouter et d'apprendre suffit. Pas d'inscription. Renseignements chez Annette 079 767 68 38.
Mercredi 4 janvier 2023 à 15.00 h	Loto au home de l'Intyamon
Vendredi 13 janvier 2023, dès 13.30 h.	après-midi jeux à la salle du café à Enney ;
Vendredi 20 janvier 2023, à 13.30 h.	visite du sentier de l'Avent à Le Crêt Rendez-vous au bâtiment édilitaire à Enney
Vendredi 27 janvier 2023, à 19.45 h.	soirée spectacle « une Rose et un balai » au CO2 – prix AVS CHF 30.00 Non AVS 40.00 Rendez-vous à l'entrée de la salle CO2 pour les transports appelez le répondant du village.
Mercredi 1 ^{er} février 2023, à 15.00 h.	Loto au home de l'Intyamon
Vendredi 3 février 2023 à 11.30 h.	repas convivial autour des crêpes de la chandeleur rendez-vous au restaurant à Enney inscription jusqu'au 27 janvier 2023, chez Annette au 079/767.68.38
Mercredi 8 février 2023 à 14.00 h.	Café Patois : à la Couronne à Enney (au 1 ^{er}) avec Alodie Philipona. Échanger, apprendre, lire, autour d'un café. Pas besoin de savoir le parler, l'envie d'écouter et d'apprendre suffit. Pas d'inscription. Renseignements chez Annette 079 767 68 38.
Vendredi 10 février 2023, dès 13.30 h.	après-midi jeux à la salle du café à Enney ;

Mercredi 1 ^{er} mars 2023 à 15.00 h.	Loto au home de l'Intyamon
Mercredi 8 mars 2023, à 14.00 h.	Café Patois : à la Couronne à Enney (au 1 ^{er}) avec Alodie Philipona. Échanger, apprendre, lire, autour d'un café. Pas besoin de savoir le parler, l'envie d'écouter et d'apprendre suffit. Pas d'inscription. Renseignements chez Annette 079 767 68 38.
Vendredi 10 mars 2023, dès 13.30 h.	après-midi jeux à la salle du café à Enney
Vendredi 24 mars 2023, à 09.30 h.	observation des oiseaux de nos villages avec Jacques Spielmann rendez-vous à l'école d'Enney inscription jusqu'au 17 mars 2023 chez Annette au 079/767.68.38
Mercredi 5 avril 2023 à 15.00 h.	Loto au home de l'Intyamon
Mercredi 12 avril 2023, à 14.00 h.	Café Patois : à la Couronne à Enney (au 1 ^{er}) avec Alodie Philipona. Échanger, apprendre, lire, autour d'un café. Pas besoin de savoir le parler, l'envie d'écouter et d'apprendre suffit. Pas d'inscription. Renseignements chez Annette 079 767 68 38.
Samedi 15 avril 2023, à 09.30 h.	café rencontre à la salle du café à Enney ; inscription jusqu'au 10 avril 2023 chez Véronique au 079/326.22.92
Vendredi 21 avril 2023 à 13.00 h.	visite culturelle visite guidée de la forge à Charmey rendez-vous à 13h à l'édilité Enney début de la visite 13h30 à Charmey inscription jusqu'au 11 avril 2023 chez Josiane au 079/252.56.43

Mercredi 10 mai 2023 à 14.00 h.	Café Patois : à la Couronne à Enney (au 1 ^{er}) avec Alodie Philipona. Échanger, apprendre, lire, autour d'un café. Pas besoin de savoir le parler, l'envie d'écouter et d'apprendre suffit. Pas d'inscription. Renseignements chez Annette 079 767 68 38.
Vendredi 12 mai 2023 à 14.00 h.	moment de détente et jeux visite d'une conteuse autour d'un petit café et jeux pour terminer rendez-vous au restaurant à Enney inscription jusqu'au 2 mai 2023 chez Josiane au 079/252.56.43
Mercredi 14 juin 2023 à 14.00 h.	Café Patois : à la Couronne à Enney (au 1 ^{er}) avec Alodie Philipona. Échanger, apprendre, lire, autour d'un café. Pas besoin de savoir le parler, l'envie d'écouter et d'apprendre suffit. Pas d'inscription. Renseignements chez Annette 079 767 68 38.
Vendredi 16 juin 2023 à 11 h.	sortie et repas en buvette lieu à définir Rendez-vous à l'édilité Enney inscription jusqu'au 10 juin 2022 chez Annette au 079/767.68.38

Pour toutes ces animations vous pouvez vous adresser à la représentante de votre village pour les transports.





La Voix des Alpes
Chœur mixte - 1667 Enney

CHŒUR MIXTE LA VOIX DES ALPES - ENNEY

**Si le chant des oiseaux donne l'harmonie
Alors que ce message te donne l'envie de venir chanter avec nous**

Tu aimes chanter ? Si tu penses que cette activité pourrait t'intéresser, alors viens rejoindre la chorale. Tu découvriras une ambiance cordiale et détendue, une musique qui parle à l'esprit et au cœur et un répertoire religieux et profane varié.

Chanter dans un chœur, c'est aussi un bon moyen de tisser des liens avec des personnes dont on n'aurait pas fait la connaissance autrement, du moins aussi rapidement. Envie d'essayer ? Alors tu peux participer, sans engagement, à 3 répétitions-découverte pour avoir une idée plus concrète du chœur de La Voix des Alpes. Les répétitions ont lieu le mercredi soir de 20h00 à 21h45 à l'ancienne école d'Enney. Alors, débutant ou amateur, les portes te sont grandes ouvertes.

Pour tous renseignements complémentaires, adresse-toi à notre président Jacques Spielmann 079 269 97 83 ou jacquesspielmann@me.com.





UN RÉSEAU ENCORE PLUS DENSE ET EFFICACE

NOUVEAUX HORAIRES ET PRESTATIONS
DÈS LE 11 DÉCEMBRE 2022

tpf.ch/nouveautes

tpf.ch



Votre bibliothèque à 30 ans !

C'est en 1992 qu'un groupe de mamans domiciliées dans l'Intyamon a relevé le défi de créer une bibliothèque ouverte à tous les habitants de la vallée.

Grâce au soutien des communes de Bas-Intyamon, Grandvillard et Haut-Intyamon, la bibliothèque a pris de l'essor et est maintenant bien installée dans de beaux locaux à Albeuve.

Un choix dense et varié de documents est proposé aux lecteurs :

- romans et bandes dessinées pour adultes et enfants
- livres découvertes et éveil pour les enfants
- documentaires (nature, histoire, animaux, philosophie, spiritualité, bricolage, etc...)
- revues mensuelles (santé, jardinage, montagne, consommation, etc...)

En tout plus de 10'000 ouvrages à découvrir.

Nous avons à cœur de vous faire profiter des nouveautés et d'étoffer notre offre, c'est pourquoi chaque mois, des nouveautés sont achetées dans les dernières parutions littéraires.

Les portes de la bibliothèque vous sont grandes ouvertes et c'est avec beaucoup de plaisir que nous vous accueillons.

Lundi 16h00 – 18h00

Mercredi 14h30 – 16h30

Vendredi 18h00 – 20h00

Vacances scolaires vendredi 18h00 – 20h00

Marie-Claude, Roxana, Sandra, Nathalie, Brigitte et Christelle

Rue Jean-Marie Musy 11 – 1669 Albeuve

026 535 72 95

info@bibliothqueintyamon.ch

www.bibliointyamon.ch





Ton club sportif dans l'Intyamon

Tu veux faire du sport mais tu ne sais ni où ni comment ?

Rejoins notre club. Il y en a pour tous les goûts et tous les âges !

Nous te proposons d'essayer une première leçon gratuite. Pour cela, inscris-toi au **079 308 81 30**

Parents-enfants	Dès 2 ans et demi	Mardi	17h-18h	E N F A N T S
Poussins	1H-2H	Jeudi	18h-19h	
Polysport inférieur	3H-5H	Lundi	18h15-19h30	
Polysport supérieur (1-2)	6H-8H + 9H-11H	Mardi	18h30-19h45	
Athlétisme	5h-11H COMPLET	Mercredi	18h-19h15	
Gym Fit		Lundi	20h-21h	A D U L T E S
Gym Fit		Mardi	20h-21h	
Endurance /marche	en extérieur	Mardi	18h30-20h	
Renforcement musculaire / cardio/gainage		Jeudi	20h-21h30	

Plus d'infos sur www.csneirivue.com



CALENDRIER DES CONSULTATIONS 2023 PUERICULTURE ET CONSULTATIONS PARENTS-ENFANTS

District de la Gruyère

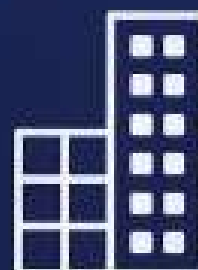
Toutes les consultations ont lieu sur rendez-vous, tél. no. 026/347.38.83

Lieu	Adresse	Dates et fréquence		
Bulle	Centre de puériculture Rue de la Sionge 67 rez-de-chaussée	Sur rendez-vous, tous les jours de la semaine		
Châtel-sur-Montsalvens	Salle communale Au Village 2 rez-de-chaussée	Le 2 ^{ème} mardi du mois, l'après-midi 10 janvier 14 février 14 mars 11 avril 9 mai 13 juin 11 juillet 8 août 12 septembre 10 octobre 14 novembre 12 décembre		
La Roche	Foyer St-Joseph Rte de Fribourg 54 rez-de-chaussée	Le 3 ^{ème} lundi du mois, l'après-midi 16 janvier 20 février 20 mars 17 avril 15 mai 19 juin 17 juillet 21 août 18 septembre 16 octobre 20 novembre 18 décembre		
Sâles	Nutripassion Route de la Joretta 23 sous-sol	Le 3 ^{ème} mercredi du mois, l'après-midi 18 janvier 15 février 15 mars 19 avril 10 mai (2 ^{ème}) 28 juin (4 ^{ème}) 19 juillet 16 août 20 septembre 18 octobre 15 novembre 20 décembre		
Villars-sous-Mont	Home de la Vallée de l'Intyamon Rte de l'Intyamon 117 1 ^{er} étage	Le 4 ^{ème} lundi du mois, l'après-midi 23 janvier 27 février 27 mars 24 avril 22 mai 26 juin 24 juillet 28 août 25 septembre 23 octobre 27 novembre ---		
Centre de puériculture de la Gruyère Rue de la Sionge 67 1630 Bulle rez-de-chaussée		 Plus d'informations ? Tél. 026/347.38.83		

L'énergie est limitée.

Ne la gaspillons pas.

5 recommandations pour économiser l'énergie au bureau



Éteindre la machine à café:

les appareils laissés en veille consomment beaucoup d'électricité. Éteignez-les après utilisation.

Éteindre votre ordinateur:

en fin de journée, éteignez votre ordinateur plutôt que de le mettre en veille.

Réduire la luminosité de votre écran:

en diminuant la luminosité de votre écran et de l'éclairage ambiant, vous économisez de l'énergie.

Dégager les radiateurs:

l'air chaud doit pouvoir circuler librement. Veillez à ne rien placer devant les radiateurs.

Toujours éteindre les lumières:

éteignez systématiquement les lumières dans les pièces inoccupées.

Rendez-vous sur

stop-gaspillage.ch pour découvrir d'autres conseils et tout savoir sur la situation énergétique en Suisse.



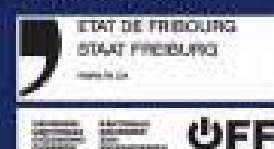
Union suisse Desemployés-Uni
Confédération suisse
Confédération Tâcher
Confédération suisse

Département fédéral de l'énergie, des transports,
de l'énergie et de la communication DETEC

Département fédéral de l'économie,
de la formation et de la recherche DFE



En collaboration avec:



L'énergie est limitée.

Ne la gaspillons pas.

5 recommandations pour économiser l'eau chaude



Préférer les douches aux bains:

il est possible d'économiser une grande quantité d'eau chaude en prenant des douches courtes et tièdes. Une eau à 37 °C est idéale à la fois pour le corps et pour les économies d'énergie.

Adapter la quantité d'eau chaude:

le chauffage de l'eau est très énergivore. Réfléchissez toujours en amont à la quantité d'eau dont vous avez réellement besoin.

Utiliser une bouilloire plutôt qu'une casserole:

une bouilloire nécessite 30% d'énergie en moins qu'une casserole avec couvercle pour chauffer de l'eau.

Laver à basse température:

lavez vos vêtements à la température la plus basse possible et utilisez le programme Éco.

Installer des économi- seurs d'eau:

dans la cuisine et la salle de bains, utilisez des robinets et des pommeaux de classe énergétique A. Les régulateurs de débit modernes se vissent sur les robinets à la place des anciens régulateurs de jet et permettent d'économiser jusqu'à 50% d'eau.

Rendez-vous sur
stop-gaspillage.ch pour
découvrir d'autres conseils
et tout savoir sur la situation
énergétique en Suisse.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'énergie, des transports,
de l'énergie et de la communication DEFC

Département fédéral de l'économie,
de la formation et de la recherche SEFOP



En collaboration avec



**L'énergie est limitée.
Ne la gaspillons pas.**

5 recommandations pour économiser du chauffage



Baisser la température ambiante:

veillez à ce que la température ambiante
ne dépasse pas 20° C.

Installer des robinets thermostatiques:

les robinets thermostatiques installés sur
les appareils de chauffage maintiennent
automatiquement la température ambiante
au niveau désiré et permettent ainsi
d'économiser jusqu'à 20% d'énergie.

Aérer efficacement:

durant l'hiver, ne laissez pas vos fenêtres
ouvertes en position basculante car
cela entraîne une grande déperdition de
chaleur vers l'extérieur. Ouvrez plutôt
toutes les fenêtres trois fois par jour pen-
dant 5 à 10 minutes pour une aération
économe en énergie.

Dégager les radiateurs:

l'air chaud doit pouvoir circuler librement
dans les pièces. Veillez à ne placer ni
meubles ni rideaux devant les radiateurs.

Purger les radiateurs:

créez une température ambiante agréable
et réalisez jusqu'à 15% d'économies
d'énergie sur le chauffage. Pour ce faire,
purgez votre système de chauffage avant
le début de l'hiver.

Rendez-vous sur
stop-gaspillage.ch pour
découvrir d'autres conseils
et tout savoir sur la situation
énergétique en Suisse.



Confédération suisse
Bundeskonferenz
Landeskonferenz
Kantonskonferenz

Département fédéral de l'énergie, des transports,
de l'énergie et de la consommation DEFC

Département fédéral de l'énergie,
de la formation et de la recherche gfe



In collaboration avec



L'énergie est limitée.

Ne la gaspillons pas.

5 recommandations pour économiser l'énergie dans le ménage



Éteindre la machine à café:

les appareils laissés en veille consomment beaucoup d'électricité. Éteignez-les après utilisation.

Dégager les radiateurs:

l'air chaud doit pouvoir circuler librement. Veiller à ne placer ni meubles ni rideaux devant les radiateurs.

Aérer efficacement:

durant l'hiver, ne laissez pas vos fenêtres ouvertes en position basculante car cela entraîne une grande déperdition de chaleur vers l'extérieur. Ouvrez plutôt toutes les fenêtres trois fois par jour pendant 5 à 10 minutes pour une aération économe en énergie.

Cuisiner avec un couvercle:

une grande partie de l'énergie s'évapore pendant la cuisson. Pour limiter ce phénomène, placez toujours un couvercle sur la casserole. Cela permet d'ailleurs de réduire le temps de cuisson.

Toujours éteindre les lumières:

éteignez systématiquement les lumières dans les pièces inoccupées.

Rendez-vous sur
stop-gaspillage.ch pour
découvrir d'autres conseils
et tout savoir sur la situation
énergétique en Suisse.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'environnement, des transports,
de l'énergie et de la communication DITE

Département fédéral de l'économie,
de la formation et de la recherche BSE



En collaboration avec



L'énergie est limitée.

Ne la gaspillons pas.

5 recommandations pour économiser l'énergie des appareils ménagers



Remplir entièrement les appareils:

un lave-vaisselle, un lave-linge ou un sèche-linge à moitié vide consomme autant d'électricité qu'un appareil plein. Démarrez vos appareils uniquement lorsqu'ils sont entièrement remplis, sans pour autant les surcharger. Utilisez le mode Éco.

Régler correctement les thermostats:

la température des réfrigérateurs et congélateurs est souvent trop basse. Réglez le thermostat de votre réfrigérateur sur 7°C et celui de votre congélateur sur -18°C.

Ne pas préchauffer le four:

en renonçant au préchauffage, vous économisez environ 20% d'énergie.

Utiliser la technologie LED:

les lampes halogènes conventionnelles consomment beaucoup plus d'électricité que les lampes LED modernes. Équipez votre maison de luminaires LED et économisez de l'électricité en un tournemain.

Éteindre vos appareils à l'aide d'une prise multiple:

éteignez vos appareils plutôt que de les laisser en veille. Un interrupteur ou une prise multiple peuvent vous simplifier la tâche et vous permettre d'économiser l'électricité de plusieurs appareils en un seul clic.

Rendez-vous sur **stop-gaspillage.ch** pour découvrir d'autres conseils et tout savoir sur la situation énergétique en Suisse.



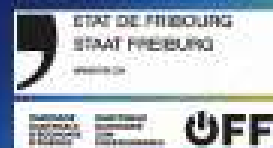
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun Svizra

Département fédéral de l'énergie, des transports,
de l'énergie et de la communication DETEC

Département National de l'économie,
de la formation et de la recherche DNED



En collaboration avec





COMMUNE DE BAS-INTYAMON

Route de l'Intyamou 36
1667 Enney

☎ 026 921 81 00

Service de piquet : ☎ 026 921 81 08

🌐 www.bas-intyamou.ch

✉ commune@bas-intyamou.ch



Heures d'ouverture de l'administration communale :

	Matin	Après-midi
Lundi	FERME	14h00 – 17h30
Mardi	8h30 – 11h30	FERME
Mercredi	FERME	FERME
Jeudi	FERME	14h00 – 19h00
Vendredi	8h30 – 11h30	FERME

L'administration communale sera fermée :

Vacances d'Hiver du 23 décembre 2022 au 8 janvier 2023

Heures d'ouverture des déchetteries :

SITE ENNEY	Heures d'Eté (1 ^{er} avril au 31 octobre)	Heures d'Hiver (1 ^{er} novembre au 31 mars)
Mardi	13h30 – 14h30	13h30 – 14h30
Mercredi	17h30 – 19h00	17h30 – 18h30
Samedi	9h00 – 12h00	9h00 – 12h00
SITE GRANDVILLARD	Heures d'Eté (1 ^{er} avril au 30 novembre)	Heures d'Hiver (1 ^{er} décembre au 31 mars)
Mardi et Jeudi	17h30 – 19h30	18h00 – 19h00
Mercredi	10h00 – 11h00	10h00 – 11h00
Samedi	10h00 – 12h00	10h00 – 12h00

Vous pouvez obtenir le mémo déchets à l'accueil des déchetteries.