

BULLE

TRADITION, ARTISANAT ET GASTRONOMIE

Bulle, au pied des Préalpes fribourgeoises, est la deuxième plus grande ville du canton de Fribourg. Au siècle passé, ce centre économique et commercial de la région de La Gruyère était connu de toute la Suisse pour son marché-concours des taureaux. Aujourd'hui encore, ces foires aux bestiaux très fréquentées prennent régulièrement place au centre d'exposition et de congrès «Espace Gruyère». Ce lieu dynamique d'échanges et de connaissances abrite des manifestations variées. À la fin de l'automne, les gourmets et les amateurs de produits régionaux se retrouvent au «Salon Suisse des Goûts et Terroirs», une rencontre qui rassemble plus de 280 revendeurs de toute la Suisse. De nombreux producteurs de fromages, de viandes, de vins ou de légumes du canton de Fribourg y sont présents. Au centre-ville, le marché traditionnel du jeudi matin est réputé pour sa bonne ambiance, son artisanat et ses aliments de qualité. En juillet et août, il s'agrandit et s'installe dans

la Grand-Rue. Plusieurs animations musicales et la fabrication en «live» du fromage Gruyère AOP sont des occasions assurées de partager une expérience avec les gens de la région. Le château construit par l'évêque de Lausanne au XIII^e siècle occupe une place importante dans le décor bullois. À ses pieds, le Musée gruérien présente l'histoire et les trésors d'une région riche en patrimoine, à découvrir dans l'exposition interactive «La Gruyère, itinéraires et empreintes». Bulle jouit d'une vie culturelle intense. Concerts et théâtres, festivals et expositions, les différentes scènes artistiques s'avèrent vivantes et hétéroclites. Le Moléson et le lac de la Gruyère offrent une palette d'activités et de promenades à deux pas de la ville. En hiver, la proximité des domaines skiables est un atout incontestable. Les pistes de raquettes de La Chia sont à 5 minutes de Bulle !

www.la-gruyere.ch/bulle



MUSÉE GRUÉRIEN



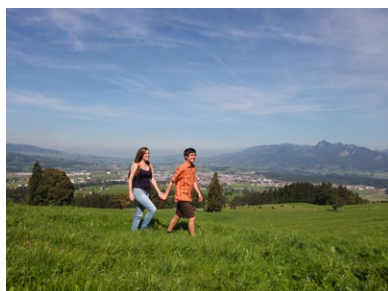
Patrimoine : La visite du Musée gruérien à Bulle est un voyage interactif à travers le temps. L'exposition permanente convie à la découverte d'objets du savoir-faire artisanal et raconte l'évolution économique de la région. Son célèbre ambassadeur, Le Gruyère AOP y tient une place d'honneur. La réplique intérieure d'une ferme d'antan plonge le visiteur dans l'histoire paysanne gruérienne. Les films et les séquences sonores complètent avec pertinence ce large portrait. www.musee-gruerien.ch

SUSHIS OU FONDUE ?



Le plaisir sur les rails : Chaque hiver, le train-fondue et son ambiance d'époque reprend du service. La fondue moitié-moitié et les fameuses meringues à la crème double s'accordent à merveille avec le paysage pittoresque qui défile tout en douceur. Ambiance chaleureuse garantie. En été, le train échange son traditionnel menu pour des sushis. Quel exotisme ! Les touristes du monde entier et les Fribourgeois se côtoient dans la bonne humeur en se délectant avec légèreté de cette saveur asiatique.

PROMENADES



Le sentier des pauvres : Au début du XIV^e siècle, les moines empruntaient ce parcours de 7 km au départ de la ville. Plus tard, les miséreux s'y engageaient pour se rendre au monastère de la Part-Dieu où les attendait une soupe réconfortante.

VISITE HISTORIQUE



Invitation : Les visiteurs découvrent le centre de Bulle à leur propre rythme. Petite pause ici et là, entre les 15 plaquettes numérotées qui répertorient les curiosités de ce circuit historique. L'histoire des bâtiments, des places, des parcs ou des églises n'aura plus de secrets pour personne. Un retour en arrière sur un célèbre soulèvement populaire et sur quelques personnalités exceptionnelles rend ce voyage dans le temps extrêmement vivant. Brochure et infos pratiques sont à télécharger : www.la-gruyere.ch/circuit

DATES ESSENTIELLES

1239 - Construction du château de Bulle
1805 - Un incendie détruit une grande partie de la ville
1998 - Inauguration du centre événementiel Espace Gruyère
2012 - Inauguration de l'exposition interactive au Musée gruérien
2018 - Ouverture au public du donjon de Bulle

CHIFFRES CLÉS

Population : 24'185 habitants
Langue : Français
Altitude (ville) : 771 mètres

CHARMEY

LA MONTAGNE ET LE BIEN-ÊTRE DES BAINS

Charmey et sa région, avec ses mille et une activités, envoûtent les visiteurs. La traditionnelle désalpe, son cortège festif et coloré qui a lieu le dernier samedi du mois de septembre a rendu célèbre ce charmant village des Préalpes. Avec sa Vallée des Tyroliennes, les sensations fortes sont aussi à l'honneur. Grâce au Rapido-Sky, le sommet de Vounetse à 1627 m est à la portée de tous. Onze câbles d'une longueur maximale de 200 mètres procurent deux heures de plaisir et de glisse à travers un paysage à couper le souffle. De quoi s'offrir un bol d'air frais et une grande tasse d'adrénaline ! En été, Charmey est un point de départ idéal pour de multiples randonnées, à pied ou en VTT. En hiver, le domaine skiable familial dispose de pistes conviviales et variées. En tout temps, les Bains de la Gruyère, au centre du village, garantissent un pur moment de bonheur. Les yeux perdus dans un décor

apaisant, avec les montagnes de La Gruyère en point de mire, l'eau chaude enveloppe le corps et l'esprit dans une détente totale. Une cascade d'eau inonde les baigneurs d'un plaisir voluptueux. Non loin de là, dans la commune de Cerniat, une imposante bâtisse déploie sa magistrale architecture. La Chartreuse de la Valsainte est établie depuis 1294 dans ces verts pâturages. Après l'invasion française, 80% de cette construction fut détruite. En 1863, les chartreux la re-bâtissent et l'agrandissent. Aujourd'hui encore, il n'est pas rare de les rencontrer lors de leur promenade hebdomadaire. Le musée de Charmey propose une immersion dans cette vie ascétique grâce à la restitution d'une chambre monacale. On y présente également l'histoire locale, les traditions et des œuvres d'art du passé comme du présent.
www.la-gruyere.ch/charmey



BIEN-ÊTRE



Les Bains de la Gruyère : Le plaisir sensuel de l'eau et sa douce chaleur débarrassent du stress et apaisent le corps des sportifs. Les nombreuses atmosphères de cet espace aquatique (piscines intérieures et extérieures, hammams, saunas, et bains nordiques) sont sublimées par un panorama fascinant. Une spectaculaire cascade d'eau singularise le lieu et étonne tous les visiteurs. Au premier étage, le massage au chocolat encourage une expérience de plénitude inoubliable. www.bainsdelagruyere.ch

ENVIE DE RANDONNER



Le Chemin du Gruyère : C'est aux XVII^e et XVIII^e siècle que les «barons du fromage» voyagent à travers la France pour exporter leur fameux Gruyère. Suivez leurs traces de Charmey à Broc, en passant par les gorges de la Jogne. Un parcours pittoresque fait de galeries rocheuses, de marmites glaciaires et de ponts en bois, idéal pour les amateurs de photographie. Pour la motivation des petits comme des grands, la promenade s'achève à la chocolaterie de la Maison Cailler à Broc. (11 kilomètres, 3 heures, facile)

FROMAGE



Immersion : Dans les chalets Les Invuettes ou Vounetse, on apprend comment les armaillis traitent leurs vaches et fabriquent à la main Le Gruyère d'Alpage AOP. Un aperçu du quotidien dans un alpage traditionnel de La Gruyère !

TRADITION



La désalpe de Charmey : Une plongée dans l'âme suisse. Cette fête traditionnelle marque la fin de la saison à l'alpage et rend hommage au travail des armaillis qui ont passé quatre mois en montagne. Les hommes portent fièrement le bredzon et les femmes le dzaquillon. Les vaches et les chèvres sont décorées de fleurs, et font tinter leurs plus belles sonnailles. Un public international participe aux festivités. Après le cortège haut en couleur, un truculent marché présente les spécialités régionales.

41^{ème} édition, samedi 25 septembre 2021

DATES ESSENTIELLES

- 1920 - Construction du barrage et du lac de Montsalvens
- 2007 - Inauguration des Bains de la Gruyère
- 2011 - Mise en service du nouveau télésiège à Vounetse
- 2012 - Inauguration de la Vallée des Tyroliennes à Charmey Aventures
- 2018 - Ouverture de l'espace de la forge à Charmey

CHIFFRES CLÉS

- Population : 2530 habitants
- Langue : Français
- Altitude (village) : 900 mètres

ESTAVAYER ET PAYERNE

LE CHARME DES CONTRASTES

La ville médiévale d'Estavayer-le-Lac est située sur la rive sud du lac de Neuchâtel. Ses ruelles historiques invitent à la douce rêverie, et ses berges aux promenades du soir. Les amateurs de sports nautiques ou de bain de soleil trouveront le long des plages et au centre nautique de quoi assouvir tous leurs désirs. Estavayer-le-Lac est depuis longtemps un spot très couru pour les adeptes de wakeboard. Le téléski nautique «Cable Ski» de 800 mètres de long permet aux débutants comme aux confirmés de s'adonner au plaisir de la glisse. La cité de Payerne dans la plaine de la Broye, à quelques kilomètres du lac de Neuchâtel, est dotée d'une histoire riche. Le centre-ville est dominé par la somptueuse abbatale du Xle s. Le plus grand édifice roman de Suisse est un exemple type d'architecture clunisienne. Après une rénovation complète et une réouverture en mai 2020, le monument parle de lui-même ainsi que le

parcours de 20 postes pour le visiteur. Grandiose ! La Grande Cariçaie, l'une des plus belles zones lacustres d'Europe, est un cadeau précieux de la nature. Elle s'étend sur une quarantaine de kilomètres le long de la rive sud du lac de Neuchâtel. 800 plantes et plus de 10'000 espèces animales, soit un quart de la flore et de la faune suisse, se trouvent dans cette réserve de 3000 hectares. De nombreux oiseaux en voie de disparition s'y multiplient ou y font escale durant leur migration. La région est facilement accessible par des sentiers balisés, randonneurs et cyclistes sont les bienvenus. Sous le lac, des vestiges d'habitations sur pilotis attestent d'une vie préhistorique. Depuis 2011, ils sont classés au patrimoine mondial de l'UNESCO. Dans la ville voisine de Gletterens, un village néolithique reconstitué témoigne d'un quotidien vieux de 5000 ans et propose une multitude d'expériences.
www.estavayer-payerne.ch



VILLAGE LACUSTRE



Expérience : Le quotidien néolithique reprend vie dans le village sur pilotis de Gletterens. Les activités et les ateliers transmettent de manière authentique le mode de vie des habitants de cette région (4500-800 ans avant Jésus-Christ). Chacun peut tester ses aptitudes à la lance, apprendre à faire un feu, à fabriquer des bijoux ou divers outils en utilisant les techniques de l'époque. Il est préférable de réserver sa nuitée dans un tipi. Ouvert de *mai à octobre*.

www.village-lacustre.ch

L'ÉTÉ AU LAC



Les plaisirs de l'eau : L'Alphasurf à Estavayer-le-Lac est un rêve pour les amateurs d'activités nautiques : bateau à voile, ski nautique, wakeboard, paddle ... et bien plus encore. Le regard perdu dans le bleu du lac, l'endroit est aussi parfait pour un moment de détente ensoleillé. Le soir, la fondue du restaurant La Dérive se déguste pieds nus. Au petit matin, départ en canoë avec la biologiste Aline qui vous guidera en excursion dans la Grande Cariçaie.

www.alphasurf.ch

URBAN ART



ArtiChoke : 15 œuvres contemporaines forment un parcours à travers la cité s'intégrant respectueusement dans le patrimoine historique. Pour une exploration libre (env. 1 h), un plan téléchargeable est disponible. Il est aussi possible de réserver une visite guidée.

PARADIS NATUREL



Découverte : Estavayer-le-Lac est situé au cœur de la Grande Cariçaie, une réserve naturelle de 3000 hectares. 50 kilomètres de sentiers pédestres et de pistes cyclables traversent ces zones marécageuses. Les tours d'observation sont idéales pour découvrir la diversité du milieu. Des panneaux d'information complètent l'exploration de ce royaume de 800 espèces végétales et de plus de 10'000 espèces animales. Les experts du centre-nature La Sauge près de Cudrefin ou Champ-Pittet offrent des visites guidées. www.grande-caricaie.ch

DATES ESSENTIELLES

- 1000 - Construction de l'église abbatiale romane de Payerne
- 1284 - Construction du château de Chenaux
- 1982 - Mise en place de la protection de la Grande Cariçaie
- 2011 - Inscription à l'UNESCO des sites palafittiques préhistoriques (maison sur pilotis)

CHIFFRES CLÉS

Population :
10'072 habitants (Payerne),
9696 habitants (Estavayer-le-Lac)
Langue : Français
Altitude : 448 mètres

FREIBURG-FRIBOURG

UN RICHE PATRIMOINE

La Vieille-Ville de Fribourg, chef-lieu du canton, est l'une des plus belles de Suisse. Nichée dans les méandres de la Sarine, elle possède un charme indéniable dû en partie à l'excellente conservation de ses 200 façades gothiques et à sa cathédrale St-Nicolas. Cet ensemble médiéval est considéré comme le mieux conservé d'Europe et le plus grand de Suisse. Les deux kilomètres de remparts de la ville sont librement accessibles sur de longues distances et promettent des points de vue uniques sur la cité. La réalité augmentée du nouvel audioguide «Frÿburg» plonge les visiteurs en l'an 1606. À ne pas manquer : le nouvel «Espace 1606» au Werkhof avec sa maquette de 52 m² (1:250). La ville abrite également quelques œuvres des célèbres artistes Jean Tinguely, Niki de Saint Phalle et Mario Botta. Ses nombreux ponts ne sont pas seulement un lien entre la partie alémanique et francophone de la ville, ils sont aussi une indéniable

richesse architecturale. Le plus ancien des 14 ponts remonte au XIII^e siècle et le plus récent, le pont de la Poya, a été achevé en 2014.

Les musées invitent à la découverte de l'art, de l'environnement, du patrimoine, mais aussi à l'univers des marionnettes ou des machines à coudre ! Le Jardin botanique et son ambiance apaisante plaisent à tous. À quelques pas, les hôtes comblent leurs petites fringales à la boutique de Chocolat Villars. Les grands appétits seront eux assouvis grâce au circuit gastronomique Taste My Fribourg. Cinq dégustations savoureuses définissent cet itinéraire qui forme un très bon aperçu des trésors culinaires de la ville, de quoi ouvrir l'appétit. Ce grand choix de menus typiques ou de saveurs d'ailleurs sera un bon point de départ pour une soirée qui se poursuit en musique ou au théâtre. www.fribourgtourisme.ch



GOLF URBAIN



Populaire : Depuis 2008, Fribourg a créé un itinéraire de golf urbain. Le parcours de 18 trous qui mène du centre à la Basse-Ville est une façon ludique de découvrir la cité, particulièrement apprécié par les groupes d'amis ou les familles. Les vieux ponts, le funiculaire et d'autres curiosités n'auront plus de secrets pour les golfeurs. La Fribourg City Card comprend le golf en ville, le petit train, de nombreux autres sites touristiques et les transports publics.

AU MOYEN-ÂGE



Voyage dans le temps : «Frÿburg 1606» est une expérience immersive en Basse-Ville de Fribourg. Grâce à la réalité augmentée, les ruelles et l'ensemble des fortifications reprennent leur aspect de 1606. Le visiteur rencontre les habitants dans leur vie quotidienne et suit l'intrigue d'un mystère à résoudre. L'Espace 1606 au Werkhof, avec sa maquette de 52 m² (1:250), ses 1700 bâtiments, 3000 arbres, 2000 personnages et 1001 détails, est inspirée par le plan Martini de 1606.

ORIGINAL



Contemporain : Les amateurs d'art trouvent à l'Espace Jean Tinguely - Niki de Saint Phalle un bel hommage à ce couple d'artistes. Plusieurs sculptures de l'artiste fribourgeois décédé (1925-1991) côtoient dans un contraste saisissant les célèbres Nanas.

ST-NICOLAS POUR TOUS



Tradition : Depuis 1906, les étudiants du Collège Saint-Michel organisent avec beaucoup de succès la fête de la Saint-Nicolas, le saint patron de la ville de Fribourg. En fin d'après-midi, le Saint-Nicolas déambule dans les rues bondées en distribuant des biscômes. Son discours à l'humour sarcastique est attendu par la foule avec le plus grand des engouements. Déclamé du balcon de la cathédrale, il est le point culminant de la soirée. Un marché artisanal garantit une ambiance chaleureuse.
Samedi 4 décembre 2021. www.st-nicolas.ch

DATES ESSENTIELLES

- 1157 - Fondation de la ville par le duc Berthold IV de Zaehringen
- 1481 - Adhésion du canton de Fribourg à la Confédération
- 1889 - Fondation de l'Université de Fribourg
- 2014 - Inauguration du pont de la Poya, 852 mètres de long
- 2020 - Nomination du Visioguide au Milestone, prix officiel du tourisme suisse

CHIFFRES CLÉS

Population :
82'765 habitants (agglo),
40'859 habitants (ville)
Langues : Français et allemand
Altitude : 610 mètres

GRUYÈRES

VOYAGE AU MOYEN-ÂGE

La petite ville pittoresque de Gruyères semble tout droit sortie du Moyen-Âge. Impossible de faire l'impasse sur le château fort de Gruyères datant du 13^e siècle où vous attendent une surprenante présentation multimédia qui vous transportera dans le temps et de superbes expositions. Accéder à ce site avec sa salle des cavaliers, ses tours, ses créneaux, ses murailles et son jardin est déjà un événement en soi. Après avoir longuement contemplé le panorama des Préalpes depuis la terrasse du château, vous pourrez aller flâner dans la petite ville piétonne. À chaque pas, vous découvrirez de nouvelles scènes à immortaliser. C'est un tourisme culturel d'un tout autre genre auquel vous invitent le musée et le bar de H.R. Giger, le créateur oscarisé d'«Alien», ou encore le Tibet Museum. Des restaurants traditionnels servent les spécialités mythiques des Préalpes fribourgeoises comme la fondue ou des plats du menu de la Bénichon. La Fondue

Academy permet de s'initier à l'art de la fondue aux côtés de maîtres-fromagers. Plaisir gourmand garanti entre amis! Les amateurs de chocolat peuvent réserver un atelier à la Chocolaterie de Gruyères ou profiter d'un petit déjeuner pour découvrir l'histoire de cette gourmandise mondialement connue. Tout proche, l'univers du chocolat vous ouvre ses portes à la Maison Cailler, la chocolaterie suisse. D'après la légende, Gruyères aurait été fondée en l'an 400 après J. C. par le roi des Vandales, Gruernus, qui aurait vu une grue volant dans le crépuscule rouge et aurait décidé de fonder sa ville à cet endroit. C'est pour cette raison que les armes de la ville de Gruyères représentent une grue sur fond rouge. Le symbole de l'animal héraldique du comte de Gruyères est aujourd'hui encore très présent dans toute la région.
www.la-gruyere.ch/gruyeres



FORFAIT



Passeport La Gruyère: Ce forfait offre le meilleur rapport qualité-prix pour découvrir la région. Deux nuits peuvent être réservées à partir de CHF 175.-. Sont inclus les transports publics, une soirée fondue, des réductions pour les remontées mécaniques et des bons pour des visites touristiques. Le Château de Gruyères, le Musée HR Giger, la Maison Cailler et la fromagerie de démonstration La Maison du Gruyère n'attendent que vous! Tél. +41 (0)848 424 424
www.la-gruyere.ch/passeport

CHÂTEAU DE GRUYÈRES



Conteur: En route pour rencontrer Chalamala, le dernier bouffon du château! Avec talent, le conteur livre toute l'histoire de la région et cela s'avère bien plus attractif que dans un livre. Comment les lacs ont-ils été creusés, qui est la Belle Luce, la montagne a-t-elle une âme? Il partage les émotions des siècles passés avec les visiteurs d'aujourd'hui.
Tél. +41 (0)26 921 21 02,
www.chateau-gruyeres.ch

PROMENADE



Attractif: Qu'il est bon de marcher du pied de la colline de Gruyères jusqu'à la Chapelle des Marches avec Le Moléson, la chaîne des Vanils et la Dent de Broc en toile de fond. Le «pont qui branle» permet de traverser la Sarine en toute sécurité.

FROMAGERIE DE DÉMONSTRATION



Le favori: La laiterie de démonstration de La Maison du Gruyère à Pringy dédie sa présentation au célèbre Gruyère AOP. Deux fois par jour, 36 paysans livrent le lait de leur production. Une matière première de haute qualité issue des prairies verdoyantes et des pâturages des Préalpes. À partir de 9h00 ou 12h30, les visiteurs sont les bienvenus pour assister en direct à la fabrication du fromage. Un parcours interactif livre les secrets de cette goûteuse création, à déguster en fin de visite.
www.lamaisondugruyere.ch

DATES ESSENTIELLES

13^e s. - Première mention du Château de Gruyères
1938 - Le canton de Fribourg achète le château et le transforme en musée
1998 - Inauguration du Musée HR Giger
2009 - Ouverture du Tibet Museum
2014 - Gruyères est élu le plus beau village de Suisse romande (Illustré)

CHIFFRES CLÉS

Population:
80 habitants (bourg),
2212 habitants (commune)
Langue: Français
Altitude: 810 mètres

JAUN

AU PIED DES GASTLOSEN

Le village de Jaun et le hameau de Im Fang sont la seule commune alémanique de La Gruyère. Située le long de la route qui mène au Col du Jaun dans le Simmental (Oberland bernois), elle compte 700 germanophones. La cascade qui jaillit au centre du bourg est réputée pour ses vibrations énergétiques particulièrement puissantes. L'ancienne église fait office de salle de concert et abrite le Cantorama (ouvert en *juillet/août*, le dimanche de 14h à 17h). Le cimetière avec ses croix en bois sculptées à la main font partie des curiosités à découvrir. À l'abri de la chaîne des Gastlosen, Jaun conserve une atmosphère unique dans une nature préservée qui offre de merveilleuses activités de loisirs. Le Gastlosen-Express emmène les randonneurs à la buvette d'alpage Bärghus, point de départ du Tour des Gastlosen. Le long du chemin, un arrêt rafraîchissant sur la terrasse du Chalet du Soldat ou à la buvette du Chalet

Grat est incontournable. Pour les grimpeurs, les parois vertigineuses des Gastlosen avec plus de 800 voies déploient un terrain de jeu extrêmement apprécié. Le célèbre alpiniste Erhard Loretan était ici comme à la maison. «Le trou de la grand-mère» est un spectacle naturel surprenant. Visible à partir du sentier géologique des Gastlosen (3h), cette fenêtre de 15 mètres de haut et de cinq mètres de large est un trou béant dans la falaise rocheuse. Cette étonnante perspective, et les légendes qui l'entourent, plaisent beaucoup aux enfants. En hiver, Jaun offre un domaine skiable agréable pour tout niveau, les itinéraires pour les randonnées à ski et en raquettes à neige promettent des sorties mémorables. Les pistes de ski de fond, les plus enneigées de la région, et la piste de luge de six kilomètres de long sont très populaires.

www.la-gruyere.ch/jaun



LE SECRET DE L'HIVER



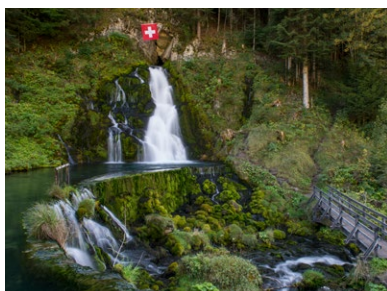
Hiver : Les Gastlosen recèlent un trésor qui ne se voit qu'en hiver quand le soleil se glisse dans un trou de la montagne. Depuis la station supérieure du domaine skiable, une marche de quelques minutes rejoint le point d'observation optimal. Ici commence également la piste de luge de 6 kilomètres et permet de rallier Jaun. Entre Jaun et Charmey, les skieurs de fond s'entraînent sur 2 x 10 kilomètres. Le Centre nordique y donne des cours pour débiter ou s'améliorer.
www.nordic-jogne.ch

RANDONNÉE



Gastlosen : Le Tour des Gastlosen est pour beaucoup de randonneurs le plus beau de Fribourg Région. La boucle de 855 mètres de dénivellation promet 5 heures de paysages sauvages. Le Gastlosen-Express fonctionne tous les jours. Il est aussi possible de rejoindre Jaun en trottinette, 6 km de descente ! Toutes les informations sur les itinéraires ou les buvettes d'alpage : www.brghs.ch, www.chaletdusoldat.ch, www.chaletgrat.ch et www.jaun-bergbahnen.ch.

CASCADE



Au plus près de la nature : La cascade de Jaun restitue toute la puissance de la montagne. L'eau de la Vallée des Morteys à 1888 m d'altitude, traverse les roches dans un voyage souterrain de dix jours pour finalement émerger au cœur du village.

CROIX EN BOIS



Étonnant : Le cimetière de l'église catholique St. Stephan au centre de Jaun est unique et surprenant. En 1948, Walter Cottier sculpte une première croix funéraire pour son grand-père. Les habitants apprécient son travail et par la suite beaucoup d'autres œuvres du même genre sont ajoutées. Les sculptures montrent le métier ou les activités préférées des défunts et racontent leur vie. La scène est protégée par un toit de tavillons. Depuis la mort de l'artiste, Reynold Boschung poursuit cette tradition à découvrir librement.

DATES ESSENTIELLES

1945 - Inauguration du Chalet du Soldat
1992 - Inauguration du Cantorama
2011 - Mise en service du télésiège Gastlosen-Express
2014 - Inauguration de la piste de luge
2017 - Rénovation de l'hôtel Wasserfall, Jaun

CHIFFRES CLÉS

Population : 643 habitants
(village de Jaun)
Langue : Allemand
Altitude : 1050 mètres

LA BERRA

LES SECRETS DES MONTAGNES FRIBOURGEOISES

La Berra, dans la région de La Gruyère est une charmante zone de loisirs, une montagne de plaisir. La vue spectaculaire de son sommet à 1719 m est une surprise à chaque visite. On y vient de toute part pour observer le coucher du soleil sur la région des Trois-Lacs et du Jura. Au premier plan, le lac de la Gruyère et son Île d'Ogoz plongent l'esprit dans la douceur des vacances, ne serait-ce que pour un soir. À l'opposé, les Préalpes fribourgeoises rivalisent de beauté avec les Alpes bernoises enneigées. Dès le début du 20^e siècle, la proximité de Fribourg et de Bulle attire les premiers skieurs. Aujourd'hui, La Berra est accessible en hiver grâce au télémixte et à quatre téléskis. Les remontées mécaniques donnent accès à plus de 20 kilomètres de pistes, dont quatre peuvent être améliorées par de la neige artificielle. Trois restaurants, l'école de ski, des sentiers de raquettes à neige et un parcours Vitaski (ski de randonnée)

font de La Berra un point de rencontre réputé et populaire. En été, le domaine est tout aussi apprécié. La tranquillité de ses forêts et ses verts pâturages sont un havre de paix. Le caractère authentique du paysage est un répit à la vie quotidienne et invite à la relaxation. La station est accessible en fin de semaine grâce aux transports publics (TPF au départ de La Roche). Plusieurs itinéraires de différents niveaux débutent du sommet et sont parfaitement balisés. Un sentier rejoint Le Gîte d'Allières ou la jolie Buvette du Gros Cousimbart. La vue imprenable sur le Kaiseregg émerveille à tous les coups et l'aventure peut se prolonger avec une nuit dans l'un des deux refuges de montagne. Les vététistes ne sont pas oubliés. Le tour du Plasselbschlund longe la crête jusqu'au sommet de La Berra via le Schwyberg, 32 km de pur bonheur avec vue panoramique en cadeau.
www.la-gruyere.ch/lac



BERRA BIKEPARK



Fun : Les amateurs de sensations fortes trouvent leur bonheur sur les pistes de descente VTT de La Berra (1719 m). Chacun son choix parmi les deux pistes de 600 mètres de dénivelé : la bleue «Allières» (5,4 km) avec beaucoup de flow et de virages passe par le Gîte d'Allières ou la rouge «La Tschaka» (3,4 km), plus raide, avec de nombreux sauts et virages relevés descend directement sous le télémixte. Le Bikeshop de la station met en location le matériel nécessaire.

SLOWUP LA GRUYÈRE



Sans moteur : Vélos, patins à roulettes ou tout autre véhicule non motorisé sont les rois de l'asphalte autour du lac de la Gruyère. Le départ de Bulle en direction de Broc se poursuit tout en douceur sur les routes vallonnées qui déroulent leur décor idyllique. Les sportifs en herbe apprécieront les haltes gourmandes. Une soupe de chalet ou une meringue à la crème double pour se donner du courage, c'est sans aucun doute le meilleur des dopages !

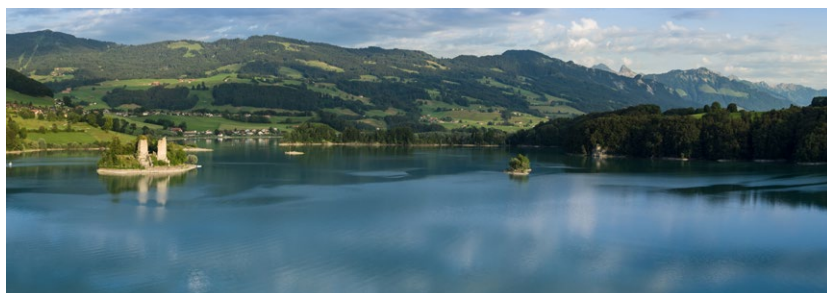
Dimanche 11 juillet 2021. www.slowup.ch

RÉALITÉ AUGMENTÉE



Didactique : La randonnée autour du lac de la Gruyère et son application Novilé s'avèrent inédites et pleines de surprises. L'itinéraire est divisé en sept balades d'environ 1h30 avec, en plus d'un splendide paysage, une chasse au trésor énigmatique.

ÎLE D'OGOZ



Excursion : Les gens vivaient dans le village d'Ogoz depuis au moins 10'000 ans jusqu'à ce qu'il devienne une île en 1948. Le barrage du lac de la Gruyère a entièrement remodelé le paysage. Aujourd'hui, les deux ruines du château et la chapelle Saint Théodule sont accessibles par bateau depuis le port du Bry, de *mai à octobre* (tous les dimanches de 14h à 16h). Une sortie en groupe ? Les bateaux-taxi naviguent à la demande. Les fiancés à la recherche d'un somptueux décor feront un mariage de rêve sur l'île ! www.ogoz.ch

DATES ESSENTIELLES

- 1934 - Mise en service de la première remontée mécanique
- 1947 - Construction du barrage et création du lac de la Gruyère
- 2013 - Mise en service du télémixte
- 2017 - Inauguration du nouveau bâtiment de la station de départ
- 2018 - Inauguration VTT (Downhill) & nouvelle app Novilé

CHIFFRES CLÉS

- Population :** 1744 habitants (commune La Roche)
- Langue :** Français
- Altitudes :** 673 mètres (lac), 1719 mètres (sommet de La Berra)

LES PACCOTS

RETOUR AUX SOURCES

La Veveyse à la périphérie sud du canton de Fribourg jette régulièrement son regard en direction de Vevey et du lac Léman. À seulement une demi-heure de route de Fribourg et Lausanne, cette région attire les visiteurs été comme hiver. Les activités de loisirs y sont nombreuses, et l'air revigorant. Quand la neige recouvre Les Paccots et Rathvel, les amoureux de la glisse s'en donnent à cœur joie. Les randonneurs y trouvent un impressionnant réseau de sentiers raquettes. Les promenades balisées dans ce décor préalpin font oublier l'agitation du quotidien en quelques minutes. La patinoire couverte des Paccots promet des rencontres amicales aisées et amusantes.

En été, le VTT est roi ! La région et son panorama sauvage, ses restaurants de montagne et ses buvettes d'alpage se dénichent à pied ou à vélo. On y déguste toutes les spécialités traditionnelles de Fribourg Région : la soupe de chalet, les fondues

et bien sûr, les meringues à la crème double. Les épicuriens combinent exercices physiques et plaisirs gustatifs. Les Sentiers Gourmands et ses quatre itinéraires ravissent papilles et mollets. Le sentier thématique Rand'eau, dans le magnifique paysage de La Corbetta, est idéal pour une découverte ludique de la nature, agréable en famille. Le lac des Joncs fait partie des réserves protégées de la région. Ce lac de montagne très profond et vieux de 5000 ans est une frayère pour les amphibiens. Libellules et crapauds en voie de disparition y trouvent refuge. Le Niremont est classé parmi les sites marécageux d'importance nationale. Ses prairies humides sont un véritable écosystème pour de nombreuses plantes d'exception. Les marcheurs visitent ses zones de tourbière sans l'impacter grâce aux sentiers de copeaux de bois. Des panneaux d'information et des jeux sensibilisent le promeneur et favorisent ainsi la protection de ces paysages fragiles. www.les-paccots.ch



BÉNICHON



Châtel-St-Denis : Durant un long week-end, le chef-lieu de la Veveyse se voue totalement à la grande fête de la Bénéichon. Le samedi, on y trouve un marché avec plus de 50 stands et le soir une fête joyeuse. Le dimanche se déroule sous le signe du cortège des groupes folkloriques, lanceurs de drapeau, Barbus de la Gruyère, cors des Alpes, chœurs d'armaillis et fanfares. Les locaux et les visiteurs font honneur aux délices traditionnels du menu de Bénéichon.

15 au 17 octobre 2021

CONNAÎTRE LA NATURE



Festi'Rando : L'environnement des Paccots se caractérise par une nature variée. Ses fabuleuses prairies humides sont dignes d'être protégées. Mieux comprendre ses milieux fragiles, c'est les parcourir en toute conscience. Les promenades guidées organisées par l'annuel Festi'Rando sensibilisent les marcheurs avec des expérimentations proches de la nature et de ses incroyables richesses. La magie n'est jamais loin, ni les bonnes recettes de cuisine sauvage ! Week-end du 28 au 29 août 2021.

SKI DE RANDO



Sportif : Deux itinéraires de ski de randonnée mènent au Pralet (1568 mètres). La version courte débute au Chalet Le Creux des Tables pour un aller-retour de 2h. Les plus expérimentés choisissent un départ au Camping Le Bivouac (6h). www.les-paccots.ch

SENTIERS GOURMANDS



Repas au grand air : Ceux qui choisissent d'enfiler leurs chaussures de montagne pour expérimenter l'un ou l'autre des quatre Sentiers Gourmands au travers des Préalpes fribourgeoises tireront un bilan très positif de leur journée, y compris en termes de calories ! Les menus gourmands de spécialités régionales se méritent à la force des mollets. Au fil des itinéraires, découvertes et plaisirs se succèdent dans un rythme agréable et revigorant. Réservation obligatoire : Tél. +41 (0)21 948 84 56. www.les-paccots.ch

DATES ESSENTIELLES

1938 - Ouverture de la première remontée mécanique des Paccots
2000 - Inauguration des Sentiers Gourmands
2013 - Inauguration du sentier thématique Rand'eau
2014 - Prix Rando pour le sentier thématique Rand'eau

CHIFFRES CLÉS

Population : 987 habitants (village),
7211 habitants (commune)
Langue : Français
Altitude : 1050 mètres

MOLÉSON

LE BALCON DE LA SUISSE ROMANDE

Situé sur un plateau à 1100 mètres d'altitude, le petit village de Moléson-sur-Gruyères surplombe le bourg médiéval de Gruyères ainsi que la plaine des Marches. Accessible à tous grâce au funiculaire et au téléphérique, le sommet du Moléson, à 2002 mètres, est le point de vue le plus populaire de la région, un véritable balcon des Préalpes. Cette promesse d'un panorama époustoufflant avec un champ d'observation à 360° s'étend du lac Léman au Jura, et du Mont-Blanc aux sommets de l'Oberland bernois. Afin de profiter de la nuit, des soirées d'initiations à l'astronomie sont organisées. Elles plongent les visiteurs dans un fascinant voyage à travers des milliers d'années-lumière, de quoi se mettre des étoiles plein les yeux. Durant la saison hivernale, le domaine est célèbre pour son illustre piste noire, ses quatre kilomètres de luge ou

ses sentiers de raquettes à neige. En été, la montagne incite à parcourir des trésors d'excursions. Les randonneurs de tout âge s'émerveillent le long de la crête surplombant les pâturages, profitant pleinement du grand air. Les sportifs aguerris sont nombreux et s'entraînent sur les passages les plus raides. Les vététistes longent les flancs du Moléson suivant l'itinéraire du Panorama-Bike en direction des Paccots. Ils reprennent leur souffle et se rafraichissent sur la terrasse d'une buvette d'alpage. En plus de ces activités, les plus téméraires s'aventurent sur deux vertigineuses via ferrata parfaitement sécurisées. Pour la descente, rien de plus désopilant que la piste de bob-luge ou le dévalkart, toute la famille s'en réjouit. Et pour un retour dans un cadre plus paisible, rendez-vous au mini-golf. www.la-gruyere.ch/moleson



PAS LE VERTIGE



Highline Extreme et via ferrata : Pendant un week-end, les meilleurs highliners d'Europe se retrouvent sur le Moléson pour partager leur mode de vie à couper le souffle. Ces athlètes confirmés se jouent presque de la gravité et offrent un beau spectacle. Regarder ne coûte rien, essayer demande beaucoup d'équilibre. La via ferrata de la Face et celle plus facile du Pilier offrent sensiblement plus de prise. Elles conduisent toutes deux au sommet en 3,5 heures (2002 m) de superbe panorama.

SENTIER DES FROMAGERIES



Expérience : Le chemin qui relie la fromagerie d'alpage de Moléson-sur-Gruyères à La Maison du Gruyère à Pringy est une excursion riche et instructive. La randonnée d'environ deux heures est un véritable bol d'air frais à travers les pâturages et les forêts. Elle offre toujours une vue imprenable sur le Moléson. L'itinéraire via la route des Reybes conduit à l'authentique buvette Les Mongerons où un délicieux repas cuisiné au feu de bois est servi *de mai à septembre*.

FONDUE



Romantisme : Tous les vendredis et samedis soir d'été, les remontées mécaniques emmènent les amoureux au sommet du Moléson. Ils y dégustent une fondue moitié-moitié le visage baigné par la lumière du soleil couchant. Réservation : www.moleson.ch

FROMAGE DE MONTAGNE



Voyage dans le temps : La fromagerie du Moléson est un chalet traditionnel au toit de tavillons du 17^e siècle. Il s'agit d'un monument emblématique visité par les locaux et les touristes qui font ici un bond dans le passé. De *mai à septembre*, l'armailli explique son travail lors de la sortie des fromages à 10h. C'est ici une belle occasion de se familiariser avec les us et coutumes alpestres et de profiter ensuite d'un repas sur la terrasse extérieure. Le magasin dispose de spécialités régionales. fromagerie@moleson.ch

DATES ESSENTIELLES

1963 - Première saison hivernale du domaine skiable au Moléson
2011 - Mise en service du nouveau téléphérique aérien
2014 - Jubilaire de la station du Moléson

CHIFFRES CLÉS

Population : 199 habitants (village),
2212 habitants (commune)
Langue : Français
Altitude : 2002 mètres (sommet)

MURTEN/MORAT

LA PERLE DU LAC

Morat, chef-lieu du district du lac, plaît à tous les coups! La cité des Zaehringen enchante par sa situation idyllique au bord du lac de Morat. Depuis le Moyen-Âge, la ville se blottit derrière ses remparts protecteurs. Ceux-ci sont presque entièrement conservés et accessibles à qui veut les explorer. Une authentique aventure qui ne passionnera pas uniquement les enfants. Douze tours de fortifications, donjons, escaliers et pièces mystérieuses font revivre l'histoire mouvementée de la région. On se souvient de la bataille de Morat, le 22 juin 1476, quand les Confédérés ont vaincu l'armée du duc de Bourgogne. Charles le Téméraire a ici perdu son légendaire courage. Les passionnés d'histoire approfondissent leurs connaissances au musée de Morat sis dans le vieux moulin en dehors de l'enceinte de la ville. En octobre, la course Morat-Fribourg célèbre de manière sportive ce passé glorieux. En juin, les jeunes Moratois

commémorent eux aussi ce marquant fait historique durant le cortège de la Solennité qui déploie un arc-en-ciel de fleurs. Les ruelles pittoresques, les arcades et les fontaines de pierre qui bordent les maisons de ville sont le prélude d'un après-midi de flânerie, hors du temps. Au pied du château, le lac est un saphir tantôt bleu, tantôt vert. La vue se prolonge jusqu'au vignoble du Mont Vully. Vingt sortes de cépages sont cultivés sur les coteaux de cette «riviera fribourgeoise», Chasselas et Pinot noir en tête. Le délicat breuvage se déguste dans un restaurant emblématique de la Vieille-Ville ou le long de la berge animée du bord du lac, éventuellement accompagné d'un poisson de la région. Une pause gourmande, avant de se décider entre culture, promenades en bateau, plages balnéaires, circuits à vélo ou autres plaisirs d'épicuriens. www.regionlacademorat.ch



ETAPE GOURMANDE



La balade gourmande : Pour ce tour du lac de Morat en e-bike, n'oubliez pas le maillot de bain et le carnet de bons (Étape Gourmande). En route pour de magnifiques paysages et des saveurs authentiques. À Morat, ne manquez pas le légendaire Nidelkuchen, au Mont Vully, ce sera l'heure des filets de perches! Le camping Muntelier vous accueille pour l'happy hour au coucher du soleil, avec un verre de Chasselas subtil et délicat ou un intense Sauvignon blanc.
www.regionmurtensee.ch

VOGUER SUR LE LAC



Le lac de Morat : Voyager en bateau peut être romantique, pratique ou une expérience tendance. Choisissez un aller-retour au départ de Morat et dégustez un repas sur le lac, montez à bord avec votre vélo, ou passez un moment branché sur l'Attila Boutique Boatel. Cet élégant navire avec son espace *lounge* et sa plateforme de baignade assure une journée d'insouciance totale. C'est certain, les croisières sur le lac font rêver. www.navig.ch, www.attila.swiss, www.dreiseenschiffahrt.ch

PAPILIORAMA



Peu importe la saison : Le milieu humide de la mangrove abrite 1001 papillons et bien d'autres découvertes exotiques. Les animaux nocturnes pointent leur nez grâce au Nocturama. Une aventure qui ravit toute la famille.
www.papiliorama.ch

LUMIÈRE D'HIVER



Morat s'illumine : En 2021, les douze jours du Festival des Lumières de Morat, sont remplacés par plusieurs illuminations réparties au long de l'année. La Vieille-Ville et les remparts se parent de couleur et de féerie durant la «Balade des Lumières de Morat» (3 au 28 mars 2021). Les Arteplages, créés pour la plupart par des artistes locaux seront également de la partie, comptez 2h par visite, accessible qu'avec un billet. Peu importe les difficultés, Morat garde sa mission, l'hiver sera baigné de lumière. www.murtenleuchtet.ch

DATES ESSENTIELLES

- 515 - Première mention en tant que tribunal «Muratum»
- 1170 - La fondation de la ville sous les Zaehringen
- 1476 - Bataille de Morat, victoire des Confédérés suisses
- 2002 - Exposition nationale «Expo. 02», mise en place du monolithe sur le lac
- 2016 - Première édition du Festival des Lumières

CHIFFRES CLÉS

Population : 8259 habitants
Langues : Allemand 83%,
 Français 15%
Altitude : 453 mètres

ROMONT RÉGION

LE FIEF DE L'ART DU VERRE

À 22 kilomètres au sud-ouest de Fribourg, la ville de Romont a conservé son ambiance médiévale. Entouré de son imposant mur d'enceinte, le bourg, chef-lieu du district de la Glâne, trône sur les hauteurs d'une douce colline. Ce drumlin est une élévation créée par le glacier du Rhône à l'époque glaciaire. Romont vient du latin «rotundus mons» et signifie «colline ronde». Outre le château de Romont, les trésors architecturaux de cette ville pittoresque comprennent la collégiale Notre-Dame de l'Assomption, la fortification de la cité, l'abbaye cistercienne de La Fille-Dieu, un ancien monastère capucin et de nombreux autres bâtiments. Son ensemble de maisons patriciennes, son architecture datant du 16^e siècle, et la collégiale Notre-Dame de l'Assomption et son style gothique flamboyant assoient la beauté du lieu. Progressant sur le Chemin de Saint-Jacques, les pèlerins la contemplaient régulièrement. Aujourd'hui,

l'attraction principale des visiteurs est le Vitromusée, Musée suisse du vitrail et des arts du verre, situé dans le château de Romont. Les expositions comprennent de magnifiques pièces en verre du Moyen-Âge à nos jours. Des maîtres du vitrail, de la peinture sous verre et du verre en volume comme Brian Clark, Marc Chagall ou Baldwin & Guggisberg y ont déjà présenté leurs œuvres. De précieux vitraux de diverses époques ornent également les églises et autres édifices de la région. Ils font la réputation de Romont et l'érigent comme la capitale du vitrail. Le «Sentier du Vitrail» permet de découvrir tous ces trésors. À pied ou à vélo, le parcours modulable combine des découvertes culturelles et des balades dans la campagne. À la force du mollet, poussez encore un peu la visite jusqu'à la petite ville de Rue ou au Musée du papier peint de Mézières.
www.romontregion.ch



MUSÉES DE LA MATIÈRE



Verre et papier peint: Le château de Romont est un digne écrin pour le Vitromusée. Entièrement dédié aux arts du verre, sa collection comporte de précieux et fascinants vitraux ainsi que des peintures sous verre et des œuvres du Moyen-Âge à l'époque contemporaine. Le Musée du papier peint au château de Mézières marque son originalité par des expositions qui expérimentent toute l'étendue historique et moderne de l'élaboration du papier peint. Étonnant!
www.vitromusee.ch, www.museepapierpeint.ch

LE PIED TOTAL



Expérimentation: Le parcours pieds nus aiguise tous les sens. Frédéric Perritaz, le maître de ce royaume de verdure à Villarimboud raconte: «Après un voyage dans la nature riche en anecdotes, les pieds se sentent totalement libérés et la tête aussi». Dans le jardin de l'ancien moulin, le sentier traverse des massifs de plantes sauvages aux noms évocateurs, un périple de senteurs et de couleurs. Les plus audacieux peuvent même dormir dans les arbres.
www.bivouacdanslesarbres.ch

VITROPARCOURS



Découvrir le verre: La nouvelle visite explore en huit postes de manière ludique le thème du verre. On se promène sur les remparts et dans la cour du château, ce qui en fait une expérience passionnante pour toute la famille.

UNE ABBAYE ACTIVE



Ora et labora: Les religieuses de l'abbaye de la Fille-Dieu de Romont prient sept fois par jour et une fois par nuit. Le reste du temps est consacré au travail. La communauté cistercienne fabrique des hosties, mais aussi différentes moutardes aux recettes secrètes, en vente dans leur magasin ou sur Internet. Faisant honneur à leur traditionnel sens de l'hospitalité, elles accueillent hommes et femmes en quête de paix, pour des retraites jusqu'à huit jours. Chacun peut profiter du paisible jardin et d'un éventuel accompagnement spirituel. www.fille-dieu.ch

DATES ESSENTIELLES

- 1240** - Fondation de Romont par le duc Pierre II de Savoie, construction du château, de la collégiale et du mur d'enceinte
- 1981** - Ouverture du Musée suisse du Vitrail (aujourd'hui Vitromusée)
- 2006** - Réaménagement/extension du Vitromusée à l'art du verre en général
- 2019** - Ouverture du parcours didactique Vitroparcours

CHIFFRES CLÉS

Population: 24'063 habitants (région), 5334 habitants (commune de Romont)
Langue: Français
Altitude: 780 mètres

SCHWARZSEE

DES VACANCES FAMILIALES INOUBLIABLES

Le romantique Lac Noir de 0,5 km² est lové dans les Préalpes fribourgeoises et appartient, comme la localité du Schwarzssee, au district germanophone de la Singine. Selon la lumière, il brille de reflets turquoise, bleu foncé ou noir de jais. Les prairies et les arbres bordent la rive la plus plane, ce qui contraste joliment avec les cimes calcaires et les crêtes rocheuses. La réserve naturelle de Breccaschlund, au patrimoine national, fait partie des plus belles et plus sauvages vallées alpines de Suisse. Le rôle des glaciers dans la création du paysage est évident. En parlant de glace: celui qui se rend à Schwarzssee en hiver espère le grand froid. Sur le lac de montagne gelé, on prend deux fois plus de plaisir à patiner, jouer au hockey, faire du ski de fond ou se promener! Depuis 35 ans, à la nuit tombée, Schwarzssee offre l'attraction par excellence: des palais et des grottes de glace invitent à découvrir une féerie de glace et

de lumière. Unique et mystique! Pour les enfants, le toboggan de glace illuminé est un must. Le domaine skiable de Schwarzssee est également très familial. Grâce à l'opération Upgrade your Skiday, on peut déjà skier le jour de son arrivée. Schwarzssee est le lieu idéal pour un été actif à la montagne. Chemins de randonnée panoramiques, chemin de la sorcière pour les petits, superbes chemins de VTT, parcours et Bike Park, mini-golf, stand-up paddle, baignade, pêche, canoë, luge d'été, trottinette géante, il y en a pour tous les goûts. Schwarzssee soigne sa réputation de destination proche de la nature de diverses manières. Il était une fois ... oui, nombreux sont les contes et légendes qui circulent sur Schwarzssee. Pourquoi le Lac Noir se nomme-t-il ainsi? La légende veut que le géant Gargantua s'y soit lavé les pieds.

www.schwarzssee.ch



LA DÉSALPE



La désalpe : Une allègre procession célèbre chaque automne la fin de la saison à l'alpage. Des centaines de vaches et de chèvres ornées de fleurs reviennent dans la vallée après quatre mois passés sur les pâturages qui surplombent le Lac Noir. Les armaillis portent leurs costumes traditionnels et se réjouissent de partager cette fête avec les nombreux invités venus du monde entier. Un marché folklorique et beaucoup de musique couronnent le cortège. Planfayon, *samedi 25 septembre 2021*

ROUTE DU COEUR SINGINE



Circuit en vélo électrique : Ce nouveau circuit de la route du cœur n°299 va lui aussi devenir culte. La Singine, «une rivière sauvage des Alpes par excellence» selon le WWF, vaut d'être explorée totalement. Les vallées fluviales naturelles avec de belles prairies, forêts et collines, forment le doux paysage des préalpes et invitent à l'exploration à vélo ou vélo électrique : c'est parti pour 70 km à explorer la Singine. Vous pouvez commander un guide gratuit de la route sur www.herzroute.ch.

PALAIS DE GLACE



Le palais de glace : Toboggan de glace, bateau pirate, colline des pingouins, grottes et igloos : une féerie illuminée et mystique attend le visiteur bien emmitoufflé à deux kilomètres de Schwarzsee. Qui s'y rend, se réchauffe à la buvette.

LE SANCTUAIRE BRECCASCHLUND



Randonnée : Le circuit de quatre heures dans la réserve naturelle de la Breccaschlund débute en altitude, à l'arrivée du télésiège de Riggisalp (1493 m). Formé par le glacier, ce paysage sauvage est entouré de roches de calcaire qui s'élèvent au-dessus des pâturages verdoyants. Le décor est parfait pour une fondue à la buvette d'alpage St. Antoni Brecca (1400 m). Envie de douceurs ? Savourez les meringues à la crème double du chalet Hubel Rippa (1140 m) avant votre retour à Schwarzsee.

DATES ESSENTIELLES

- 19^s. - L'eau de source contenant du soufre est utilisée en cure cicatrisante
- 1996 - Le paysage du Breccaschlund est inclus dans l'inventaire fédéral des paysages et monuments naturels d'importance nationale (IFP)
- 2020 - Ouverture du «Bildungs- und Gesundheitszentrum»

CHIFFRES CLÉS

Population : 3624 habitants (commune), 634 habitants (village de Schwarzsee)
Langue : Allemand
Altitude : 1047 mètres

VULLY

AU PAYS DES ÉPICURIENS

Le Vully, ses douces pentes et son exposition ensoleillée s'inscrivent comme la Riviera du lac de Morat. Avec seulement 653 m d'altitude, le Mont Vully possède malgré tout un incroyable point de vue. De son sommet, l'horizon s'étend sur les vignobles et le lac de Morat jusqu'aux cimes enneigées des Alpes bernoises. Il y a 2000 ans, les Romains ne s'y sont pas trompés en plantant les premières vignes sur les coteaux du lac. Aujourd'hui encore, la viticulture caractérise les villages du versant sud, de Môtier à Guévaux en passant par Praz et Lugnorre. Les vignerons de Fribourg et du canton de Vaud y produisent d'excellents crus. Avec 150 hectares de vignes, soit 1% du vignoble suisse, le Vully est une petite mais très belle région viticole. Après deux corrections des eaux (1868–1891 et 1962–1972), le grand Marais est devenu l'une des plus importantes zones maraîchères de Suisse. Environ 40 sortes de légumes sont

cultivées dans ce vaste jardin potager. Vin, poissons et légumes de la région ! C'est sûr, le Vully est le paradis des fins gourmets. Une terre de plaisir que l'on approche tout en douceur, en bateau par exemple. Le Vully se découvre aussi au travers de ses sentiers panoramiques ou le long du sentier viticole. Les amateurs d'histoire et les enfants en quête d'aventures visitent les grottes du Vully au-dessus de Môtier. Ces anciennes fortifications militaires ont été creusées dans la molasse par l'armée suisse durant la Première Guerre mondiale. L'exploration nécessite une lampe de poche. La région du lac de Morat, pionnière en matière de réseau cyclable possède de nombreux itinéraires de tous niveaux. Elle est aussi précurseur du slowUp Experience Days. Le tour du lac de 34 kilomètres sans difficulté majeure peut s'étaler sur une journée ou être raccourci par une croisière en bateau. www.levully.ch



VINS DU VULLY



Dégustation : La visite d'un domaine viticole est une magnifique expérience. En saison, de nombreuses caves accueillent les visiteurs du mercredi au samedi et proposent également, sur réservation, des visites privatives avec dégustation. Le week-end de Pentecôte, tous les vignerons ouvrent leurs caves aux visiteurs. Les épicuriens suivent la Route gourmande du Vully (26 juin 2021) ou la Balade gourmande le 18 juillet 2021. En septembre, ils se rendent à la fête des vendanges du Vully à Praz. www.levully.ch

EXPÉRIENCE CULINAIRE



Spécialité régionale : Le gâteau du Vully, sucré ou salé, fait partie du patrimoine culinaire suisse. Un incontournable des festivals régionaux. Anni Simonet de la cave du Petit Château à Môtier sert ce classique de l'apéritif lors de la dégustation d'un verre de vin blanc de son cru. Les gâteaux au lard et cumin ou au sucre se distinguent par leurs «trous d'amour», pour encore plus de gourmandise ! Vous pouvez acheter le gâteau du Vully à la boulangerie Guillaume à Sugiez.

SLOWUP



À la force des mollets : 34 km exclusivement dédiés au vélo, aux patins à roulettes ou à la marche. L'ambiance joyeuse de ce tour du lac de Morat s'amplifie au fur et à mesure des rencontres. À réitérer chaque année le dernier dimanche d'avril. www.slowup.ch/murtensee

LES VISITES GUIDÉES DU VULLY



À la carte : En un peu moins de deux heures, des guides passionnants transmettent leurs nombreuses connaissances et anecdotes. Les intérêts sont vastes, qu'il s'agisse du patrimoine architectural des différents villages, du sentier viticole, du sentier botanique ou du sentier historique (visite de l'Oppidum celtique, du Réduit et des grottes du Vully), les visiteurs seront épatés. Idéalement, tout se termine par une dégustation de vin et un repas dans un restaurant typique du Vully. www.levully.ch

DATES ESSENTIELLES

558 av. J.C. Première mention du nom Vistilius pour Vully et plantation des premières vignes par les Romains
1868 Première correction des eaux du Jura
2011 Première région viticole intercantonale AOC (cantons FR et VD)
2019 Prix d'encouragement de la Poste pour le sentier historique

CHIFFRES CLÉS

Population : 4015 habitants
Langue : Français 56%,
Allemand 30%
Altitude : 431 mètres