

LUCENS-INFO



Forel

Table des matières

Le clin d'œil du Syndic	page 2
Manifestations locales	page 3
SDL	page 3
Changement au sein de la Commune de Lucens	pages 4-5
Le parcours atypique d'un cuisinier amoureux du bon goût	pages 6-7
Services industriels de Lucens	page 8
La distribution de l'eau potable	page 9
Fête des enfants - Recherche de bénévoles	page 10
Camp de football 2023	page 11
Camp multisports	page 11
Matinées sportives à la VD3	page 12
Vélo-club Broye Lucens	page 12
Magazine Invitation	page 13
Fondation Pro-XY	page 13
Stop au gaspillage du pain !	page 14
Commission culturelle - recherche de personnes	page 15
Utile	page 16



Brenles

"Le clin d'œil du Syndic"

Lucens passe le cap des 4'500 habitants

A la fin de l'année dernière, notre bourg a franchi le cap des 4'500 habitants. Petite rétrospective !

La population de Lucens est restée très stable de 1966 à 1989. Pendant toutes ces années, elle se situait aux environs de 2'000 habitants. C'est depuis les années nonante que celle-ci s'est mise à prendre l'ascenseur gentiment, mais sûrement !

Année après année, notre bourg a accueilli de nouveaux citoyens :

2'200 habitants en l'an 2000, 2'700 10 ans plus tard, et au terme de l'année 2016, Lucens comptait 3'477 habitants. Dès le premier janvier 2017, à la suite de la fusion des communes, Lucens prenait encore de l'embonpoint et passait la barre des 4'100 habitants.

Durant les 5 années qui ont suivi, de nombreuses constructions et de nouveaux quartiers (*Route d'Yvonand, Route de Villeneuve en deux étapes, et au centre du bourg, le quartier des Lices et du Chemin de la Vignette*) ont vu le jour. Ces nouveaux immeubles ont placé, sur le marché de la vente et de la location, des appartements bien conçus, de qualité, confortables, avec des balcons-terrasses de bonnes dimensions. Ces nouveaux appartements disponibles ont favorisé l'arrivée de nouveaux habitants dans notre bourg.

C'est en date du 31 décembre 2022 que le cap des 4'500 habitants a été franchi (*4'522 habitants pour la commune administrative de Lucens, précisément*). Le bourg de Lucens seul compte 3'885 citoyens à cette même date (*Oulens 49 - Cremin 40 - Forel-sur-Lucens 135 - Brenles 130 - Chesalles 178 - Sarzens 105*). La population de Lucens est formée de 1'803 étrangers (39,87%) et 2'719 suisses (60,13%). A relever que nous comptons 81 nationalités reconnues au sein de la population étrangère.















Le nouveau quartier du "Clos des Lices" au centre de Lucens

En un peu plus de trente ans, Lucens a passé de village à bourg et il est reconnu comme centre régional dans notre district de la Broye-Vully.








Le Syndic

Manifestations locales

-  Samedi 18 mars 2023 à 14h00 : Course cycliste, départ de la Grande salle par le vélo-club de la Broye Lucens ;
-  Samedi 1^{er} avril 2023 : Soirée Jazz New Orléans au Château de Lucens par la SDL ;
-  Samedi 1^{er} avril 2023 à 20h00 : Concert de Printemps à la Grande salle de Lucens par l'Harmonie l'Abeille ;
-  Samedi 1^{er} avril 2023 à 9h00 : Marché local sur la Place de la Couronne par la commission culturelle ;
-  Jeudi 6 avril 2023 à 20h00 : Loto à la Grande salle de Lucens par l'Harmonie l'Abeille ;
-  Samedi 6 mai 2023 à 9h00 : Marché local sur la Place de la Couronne par la commission culturelle ;
-  Mercredi 17 mai 2023 à 20h00 : Loto de l'Abbaye du Soleil à la Grande salle de Lucens ;
-  Jeudi 18 mai 2023 : Fête des enfants au Casino-Stand et course à travers Lucens ;
-  Samedi 3 juin 2023 à 9h00 : Marché local sur la Place de la Couronne par la commission culturelle ;
-  Du vendredi 23 au dimanche 25 juin 2023 : Course de caisses à savon à Sarzens par le Club des CAS (www.cas-sarzens.ch) ;
-  Dimanche 25 juin 2023 : Marché des potiers sur la Place de la Couronne par Madame Nadège Tagmann ;
-  Samedi 1^{er} juillet 2023 à 9h00 : Marché local sur la Place de la Couronne par la commission culturelle.

Société de Développement de Lucens

Programme 2023

-  Samedi 1^{er} avril 2023 : Soirée Jazz avec le Hot Shots au Château de Lucens ;
-  Mercredi 26 avril 2023 : Assemblée générale à la salle "Couronne" du Bâtiment administratif ;
-  Jeudi 18 mai 2023 : Buvette à la Fête des enfants ;
-  Dimanche 25 juin 2023 : Buvette au Marché des potiers ;
-  Dimanche 27 août 2023 : Pizzas au four à pain de Cremin ;
-  Samedi 9 septembre 2023 : Marché campagnard sur la Place de la Couronne ;
-  Vendredi 10, samedi 11 et dimanche 12 novembre 2023 : Expo d'art et peinture au Centre paroissial.

Changements au sein de la Commune de Lucens

Au 31 juillet 2021, Madame Stéphanie Matzinger a fêté ses 10 ans d'activité au sein du Service administratif.

En date du 1^{er} février 2022, la Commune a accueilli Monsieur Frédéric Lützelschwab au sein du Service des eaux.

En date du 1^{er} juin 2022, la Commune a accueilli Monsieur José Manuel Gonçalves Gaio au sein du Service de voirie.

En date du 31 juillet 2022, Madame Silvana Fuschetto a fait valoir son droit à la retraite, au Service de conciergerie. Madame Fuschetto a été remplacée par Madame Marine Dessemontet.

Au 31 juillet 2022, Madame Corinne Maillard a fêté ses 20 ans d'activité au sein du Service des finances.

En date du 31 décembre 2022, Madame Monique Blanc a démissionné de son poste du bureau de l'Accueil du Bâtiment administratif. Elle avait été engagée le 1^{er} janvier 2017. Madame Blanc a été remplacée par Madame Nathalie Rey.

En date du 31 décembre 2022, Madame Clara Fuschetto a quitté son poste au Secrétariat municipal, après trois ans d'apprentissage, réussi avec succès, et quelques mois de travail avant de partir à l'étranger pour un séjour linguistique. Madame Fuschetto a été remplacée par Madame Dizem Petrovic, nouvelle apprentie.

Au 31 décembre 2022, Monsieur André Maillard a fêté ses 35 ans d'activité au sein du Service de voirie.

Au 31 décembre 2022, Monsieur Mathieu Rochat a fêté ses 10 ans d'activité au sein du Service des parcs et promenades.

Au 31 juillet 2023, Monsieur Tony Trolliet fêtera ses 20 ans d'activité au sein du Service de voirie.



Silvana Fuschetto

Clara Fuschetto

Monique Blanc



Frédéric Lützelshwab Nathalie Rey José Gonçalves



Tony Trolliet Mathieu Rochat André Maillard



Stéphanie Matzinger Corinne Maillard

Le parcours atypique d'un cuisinier amoureux du bon goût

Philippe Lignon, cuisinier, comédien et historien de la gastronomie est certainement un phénomène dans le domaine de l'alimentation, apôtre du "manger local" et des produits du terroir.

Texte et photos : Jean Delacrétaz

Philippe, parlez-nous de votre enfance dans le sud de la France

J'ai passé toute mon enfance en Camargue, dans la commune de Lunel où je suis né. Mes parents tenaient un petit restaurant sur la nationale 113, papa à la cuisine et maman dans la salle. C'était une affaire qui marchait bien, mais il y avait du travail et j'ai baigné dans cette atmosphère très tôt, il faut dire que la porte de ma chambre donnait directement sur la salle.

J'ai beaucoup apprécié ma grand-mère, elle était très charismatique et elle m'a appris à manger avec les émotions, notion qui restera essentielle tout au long de ma vie. Pour exemple, elle cuisinait une chichoumeille (spécialité de ratatouille d'Occitanie) extraordinaire, ce n'était pas un plat gastronomique, mais c'était la meilleure du monde car préparée par une personne que j'aimais.

C'était donc une évidence de devenir cuisinier ?

Oui et non, c'est arrivé comme ça. Je n'ai pas appris ce métier par passion, mais c'est devenu une passion, c'est un métier incroyable. Je dois reconnaître avoir eu une adolescence passablement agitée et quelques démêlés avec la justice. Ces petits problèmes m'ont conduit à un engagement militaire, dans les bérets rouges. J'ai vécu une période difficile en 1986 alors que nous participions à la guerre du Liban. Les souvenirs assez traumatisants sont restés longtemps dans mon esprit. La rencontre avec ma femme Dany a été salutaire, elle m'a beaucoup aidé et épaulé pour surmonter ces problèmes, je l'en remercie.

Votre parcours professionnel est plutôt riche et atypique ?

Oui, il y a eu beaucoup de changements dans ma vie professionnelle et je ne regrette rien. Mon papier en poche, j'ai travaillé dans quelques hôtels et restaurants du sud de la France et en Allemagne, toujours des bonnes tables.

Le véritable tournant de ma carrière a été mon engagement comme maître d'enseignement à l'École Hôtelière de Lausanne (EHL). J'y ai fait de belles rencontres, notamment mon mentor : Vladimir Durussel. Ce passionné de cuisine et d'histoire m'a coaché, il n'était pas facile mais il a orienté ma carrière et m'a appris à trouver des solutions par moi-même, à faire un maximum de formations et à oser aller de l'avant. Je lui suis reconnaissant de son aide précieuse.

L'EHL m'a mandaté afin de mettre sur pied des centres de formations dans plusieurs pays, comme l'Éthiopie, le Cambodge, Madagascar, le Népal, et d'autres encore. Le but était de donner une chance aux enfants des rues de se former, de pouvoir créer des structures et développer notamment le tourisme, source de revenus salubre pour ces pays pauvres.

De 2016 à 2022, j'ai été engagé comme responsable des ateliers culinaires de l'Alimentarium à Vevey. Cela a été un job extraordinaire, qui m'a redonné foi en mon métier, alors que la passion s'émoussait. L'enseignement de la bonne cuisine avec des vrais produits, c'est fantastique. Émile Collet, l'incroyable jardinier de l'Alimentarium, m'a fait comprendre le lien important entre la fourche et la fourchette, comme il aimait à le dire.

Actuellement j'enseigne au Centre de Formation et d'Orientation Professionnelle (COFOP), c'est un nouveau challenge. J'ai un immense plaisir à travailler et enseigner la cuisine à ces jeunes, peut-être un peu écorchés par la vie. J'aimerais pouvoir leur transmettre ce message : cuisinier est un métier formidable, il vous permettra de voyager et de faire des rencontres incroyables, prenez-le et vous l'aimerez.

La scène et les médias, c'est une façon ludique de promulguer votre philosophie du bien manger ?

Effectivement, ma philosophie est celle du bien manger, des produits locaux achetés chez des producteurs respectueux de la nature et surtout de manger avec les émotions, c'est important. Les grandes surfaces sont des vecteurs de la malbouffe, je veux prendre mon bâton de pèlerin pour dire aux gens : regardez ce que vous avez dans votre caddie !

Mais ce n'est pas facile et c'est tentant d'aller se fournir dans ces grandes surfaces, où tout paraît meilleur marché. Mais lorsque j'expliquais aux malgaches des quartiers pauvres que le consommateur suisse achetait un morceau de viande sans le peser, emballé dans du plastique et posé sur une barquette en sagex, qu'il payait les emballages au prix fort, puis payait à nouveau pour les éliminer, mes élèves ne comprenaient pas et en rigolaient.

Il est vrai que les médias et le théâtre sont des bons moyens de diffuser cette philosophie et de rire de nos défauts. C'est mon mentor Vladimir Durussel qui m'a poussé à faire de la scène et à m'intéresser à l'histoire de la gastronomie et du goût. Actuellement je présente mon spectacle " Bon appétit... " dans diverses salles du canton, mais surtout en ville car j'aime bien provoquer un peu les citadins avec les vertus de la campagne.

Les émissions sur les radios ont été et font toujours partie de ma vie. Tout a commencé avec "Bille en tête", en duo avec Patrick Duja, une émission un peu provocatrice dédiée au patrimoine culinaire romand. Tous les matins, je présente sur Couleur 3 " Réveille machin" et dès juillet 2023 j'animerai "Les tiroirs du terroir", toujours sur cette même chaîne.

Philippe, comment êtes-vous passé de la Camargue à la Broye ?

J'aime beaucoup la Broye, les gens ont du caractère, ils sont un peu " tronchus ", mais il y existe une solidarité et une générosité qui me rappellent la Camargue, sauf le climat....J'ai pu acquérir et rénover une ferme à Sarzens dans laquelle je peux vivre ma passion des chevaux et des anciens attelages, c'est super !

Mon avenir : être heureux, que les gens que j'aime soient heureux, et surtout continuer à bien manger.



Philippe Ligron, une passion des chevaux, héritage de son enfance en Camargue.

À L'EAU LUCENS ... OUVREZ-LEUR VOTRE PORTE !

Les collaborateurs des services industriels de Lucens viennent régulièrement relever votre compteur d'eau, alors faites-leur bon accueil, ils sont sympathiques !

Texte et photos : Jean Delacrétaz

C'est notamment grâce à eux que l'or bleu arrive jusque chez vous, permet de vous désaltérer, de cuisiner, de faire votre toilette et plus encore. L'eau, est un élément vital et important mais derrière ces services, tout un mécanisme méconnu en assure la qualité et la distribution.

Qui sont les collaborateurs des services industriels de Lucens ?



Marcel Rey, est largement connu et apprécié de tous. Ferblantier-sanitaire de formation, il a rejoint la commune en 2004. Il est le responsable du service des eaux. Pour occuper ce poste, une formation complète est nécessaire afin d'obtenir le brevet fédéral de fontainier, indispensable pour remplir cette fonction dans les communes. A la retraite d'ici quelques années, un deuxième collaborateur a été engagé pour seconder Marcel, se former et le remplacer le moment venu.



Frédéric Lützelschwab, plus connu sous le pseudonyme de "**P'tit-Lütz**". Également ferblantier-sanitaire de formation, P'tit-Lütz est engagé à la Commune de Lucens depuis le 1^{er} février 2022. A la tête d'une entreprise de ferblanterie à Corcelles-Payerne, les difficultés liées au COVID et une envie de changement l'ont amené à briguer le poste vacant aux services industriels de Lucens. Appelé à seconder, puis remplacer Marcel Rey, P'tit-Lütz suit la formation adéquate et passera les brevets de surveillant de réseau en 2023, puis de fontainier en 2024.

La distribution de l'eau potable, un vaste réseau !

Assurant la surveillance des réseaux des communes de Lucens, de Curtilles et de la plupart des villages forains, la tâche des collaborateurs des services industriels est aussi vaste que variée. "De la source au robinet" comme le définit Marcel Rey, voici un panel non exhaustif de leurs tâches :

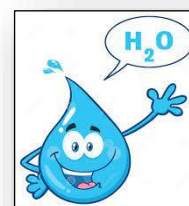
- Captage des sources et surveillance des zones protégées.
- Gestion des réservoirs et des flux.
- Surveillance de la qualité de l'eau, prélèvements et analyses en collaboration avec les laboratoires agréés.
- Entretien du réseau communal, plus de 180 vannes à contrôler chaque année.
- Contrôle de la réserve incendie et entretien des 125 hydrantes de la Commune.
- Relevé et gestion des compteurs d'eau chez les habitants.
- Entretien et nettoyage hebdomadaire des 13 fontaines publiques de l'agglomération.
- Et bien d'autres tâches encore dont il serait fastidieux d'en faire la liste dans cet article.

Un service de piquet est atteignable 24h/24h en cas de problèmes : ☎ 079/681.18.98.

À quand le relevé automatique des compteurs d'eau ?

Actuellement, 65% des compteurs installés chez les particuliers sont équipés d'un système de contrôle par radio, permettant un relevé à distance. L'installation de ces nouveaux appareils se poursuit au rythme de 3% par année et normalement, tous les compteurs ayant plus de trente ans sont remplacés. Il ne sera donc plus nécessaire de pénétrer dans les logements pour exécuter cette tâche.

En attendant que l'ensemble des compteurs soient équipés de cette technologie moderne, n'ayez aucune crainte à accueillir ces deux collaborateurs. Toujours vêtus d'une salopette orange, ils sont facilement reconnaissables, sont aimables, sympathiques et très professionnels... et qui sait, ce sera l'occasion d'échanger un mot, de faire connaissance et de passer un bon moment.





NOUS SOMMES EN CHARGE DE L'ORGANISATION DE LA FÊTE DES ENFANTS QUI A LIEU CHAQUE ANNÉE LE JEUDI DE L'ASCENSION, FÊTE ANCRÉE DANS LES TRADITIONS LUCENSOISES.

NOTRE COMITÉ A BESOIN DE TOI POUR RENFORCER NOTRE BELLE ÉQUIPE DYNAMIQUE QUI CHERCHE À RENDRE CETTE JOURNÉE INOUBLIABLE POUR NOS JEUNES ENFANTS DE LA RÉGION.



Viens nous aider !



En cas de question adresse-toi à Christophe à l'adresse fetedesenfants.lucens@gmail.com ou au 079/378.74.22.



Interview de Christophe Saladin, président de la Fête des enfants.

"Comme chaque année, la Fête des Enfants se déroulera le jeudi de l'Ascension. Vous vous demandez comment se déroule la journée ? Je vais essayer de vous l'expliquer; le matin il y a des jeux d'adresse pour les plus jeunes et pour les plus grands, des tirs au flobert, arc et arbalète pour les écoliers de Lucens, le tout gratuit et sur inscription. La matinée est suivie par des courses pédestres pour toutes et tous. Si vous désirez plus d'explications, vous êtes les bienvenus à notre assemblée générale qui se déroulera le mercredi 27 avril 2023 à la salle de conférence du Centre sportif de Lucens à 20h00."

"Nous cherchons à améliorer, continuellement, notre belle Fête et pour cela nous avons besoin de votre soutien et de votre présence. L'année 2022 a été une première pour moi et je pense que la Fête fut belle, j'espère que l'édition 2023 le sera encore plus, surtout grâce à vous, bénévoles, coureurs, tireurs, accompagnants et enfants qui faites de cette journée une des manifestations incontournables, à mon avis, de notre magnifique Commune.

Je me réjouis de vous y rencontrer et surtout n'oubliez pas de noter la date du 18 mai dans vos agendas !"

Camp de football 2023

Infrastructures sportives de Lucens



Inscris-toi !

Camp multisports



Camp multisports à Lucens VD

24.07. - 28.07.2023

Collège du Pré au Loup
Chemin du Collège 2, 1522 Lucens

La commune offre à ses habitants une réduction de 25 CHF
Code promotionnel lucens25

PROGRAMME

Au cours d'une semaine pleine de jeu et de plaisir, un programme valré t'attend avec différents sports encadré par une équipe d'entraîneurs formés et motivés.

- Défile-toi en pratiquant des sports de balle comme le football ou l'unihockey.
- Amuse-toi avec tes amis en sautant sur des trampolines, en faisant de la gymnastique ou du parcours.
- Montre tes compétences en badminton, en athlétisme ou en jeux polysportifs.
- Savoure de délicieux repas de midi et participe à des programmes de midi amusants.

INSCRIPTION

- En ligne sur www.mssports.ch/fr/inscriptions
- Scanner le QR code et s'inscrire directement

POINTS CLÉS

- Horaires :**
tous les jours de 09h30 à 16h00
- Âge :**
années de naissance 2008 - 2017
- Prix :** 295 CHF
- Inclus :** vêtements de sport, gourde, nourriture, cadeaux

INSCRIS-TOI MAINTENANT!



mssports.ch/fr

Organisé par marauXsporTevenT

FC Etoile-Broye
Parc des Sports, Lucens

Etoile-Broye Juniors Camp 2023

Stage de Football
17 au 21 avril 2023

Prix SPECIAL : Frs 295,00*

- Equipement complet
- Ballon—Sac—Gourde
- Repas et Boisson
- Trophées

Info et inscription
www.marauXsporTevenT.ch/lucens

- 5 à 15 ans
- Joueurs / Gardiens
- Filles / Garçons

Prix pour les habitants de : Brenles, Chesalles-sur-M., Cremin, Forel-sur-Lucens, Oulens-sur-Lucens, Lucens, Sarzens et Moudon

**MATINÉES SPORTIVES
À LA VD3 DE LUCENS** **GRATUIT !**

Tous les dimanches du 22.01.23 au
26.03.23 de 9h à 11h30
Inscription obligatoire via le
QRcode (groupe WhatsApp)*

Pour les enfants de la commune de
Lucens nés entre 2010 et 2017



* dans la limite des places
disponibles

Organisé avec le
soutien de  canton de
vaud **Lucens**
ÉTÉ DE L'ANCIEN

Vélo-club Broye Lucens



VÉLO-CLUB BROYE LUCENS

DÈS 8 ANS, INITIATION GRATUITE
- À LA DÉCOUVERTE DU VTT -
3 SAMEDIS DE 9H30 À 11H30

**LE 22 AVRIL 2023
LE 6 MAI 2023
LE 13 MAI 2023**



Inscris-toi par mail
sabrina.bapst@gmail.com
Rendez-vous sur le parking
du Swin golf de Cremin

La Galerie d'art et d'accueil *Inspiration* présente

Lucens • Grand'Rue 13
(sous les arcades, à côté du bureau du magazine)
Mardi: 15h-17h
Mercredi: 10h-12h et 15h-17h
Vendredi: 15h-17h
Samedi: 10h-12h et 15h-17h
ou sur RDV: 021 905 50 80

du 21 mars au 3 juin 2023

Damaris Fonjallaz Acryliques



«**Q**uoi que je fasse, du dessin, du graphisme, de la cuisine, de la décoration, de la photographie ou encore aujourd'hui de la peinture, je ne peux m'empêcher d'ajouter une bonne touche de créativité.

»Durant l'année scolaire 88-89, j'ai suivi une école privée de dessin, l'Atelier-école César Rey, qui m'a permis de confirmer ma passion pour le dessin. Mais ce n'est que depuis l'automne 2020 que la peinture jalonne mon quotidien avec bonheur.

»Les beautés de la création ne cessent de m'émerveiller et sont ma source constante d'inspiration. Rien que de contempler le ciel qui se pare de couleurs splendides et jamais identiques d'un jour à l'autre, c'est admirer l'œuvre d'un peintre sans pareil, le Créateur lui-même!

»Le ressourcement que je trouve dans la nature me donne simplement envie, au travers de mes peintures, de partager ce sentiment de sérénité.» 🌸

L'exposition initialement prévue des Émaux de Svetlana Godiyatska Corthésy est reportée à plus tard.

du 20 juin au 2 décembre 2023

Gilles-Emmanuel Fiaux
notre dessinateur principal



L'Islande

film de Samuel Monachon
présenté par son auteur
Samedi 25 mars 2023 à 17h
Galerie Inspiration
Lucens, Grand'Rue 13

Inscriptions obligatoires, car places limitées. Tél.: 021 905 50 80

Fondation Pro - XY

La Fondation Pro-XY à vos côtés

Basée sur des valeurs de solidarité et de partage, Pro-XY a pour mission de soutenir les proches aidants.

La Fondation agit en priorité sur le terrain, par le biais d'actions concrètes telles que l'organisation de relèves du proche aidant et la dispense de conseils. Un travail de promotion de leur rôle et de prévention des risques d'épuisement complète cette activité.

Une approche qui tient compte des besoins de chacun

En favorisant un travail de proximité centré sur la personne et les relations qu'elle entretient avec son entourage, elle permet aux proches aidants de s'investir plus longtemps et dans de meilleures conditions, tout en offrant au proche aidé la possibilité de vivre des moments agréables et valorisants.

Une heure de relève = 2 heures de réconfort



Relève



Le proche aidant
se ressource



Le proche aidé
a du plaisir

Les objectifs d'une relève

Pour le proche aidant

- Se ressourcer
- Avoir du temps pour lui
- Poursuivre ses activités
- Entretenir des contacts sociaux

Pour le proche aidé

- Être aidé pour mieux exister
- Avoir des moments de plaisir et de distraction
- Pouvoir faire ce qui lui tient à cœur
- Maintenir, voire retrouver son autonomie

Pour plus d'information, nous vous invitons à visiter notre site Internet ou à contacter les responsables régionales.

www.pro-xy.ch

021 / 646 83 93

pro-xy@pro-xy.ch



@fondationproxy

Stop au gaspillage du pain !

En Suisse, selon les Boulangers-Confiseurs Suisses, ce sont plus de 100 millions de pains qui partent à la poubelle chaque année !

A la déchetterie Praz-La-Mort de Lucens, se sont plus de trois tonnes de pain sec qui sont remplis par semaine.






Afin d'éviter davantage de gaspillage, nous vous proposons deux recettes simples à réaliser avec des restes de pain :



Pain perdu (pour 6 personnes)

⌚ 15 minutes ★ Facile 🏠 Petit budget

Ingrédients :

	12 tranches de pain rassis
	Beurre
	Sucre
	60 cl. de lait
	3 œufs

Etape 1

Dans un bol, mélanger les œufs entiers avec le lait.

Etape 2

Tremper les tranches de pain dans le mélange. Si le pain est trop sec, bien laisser imbiber le mélange et égoutter.

Etape 3

Dans une poêle, mettre du beurre et laisser fondre. Une fois que la poêle est chaude, faire dorer les tranches.

Etape 4




Poser les tranches cuites sur un plat et saupoudrer de sucre.

Astuce : Ajouter de la cannelle.

Pudding au pain (pour 6 personnes)

⌚ 3 heures ★ Facile 🏠 Petit budget

Ingrédients :

	300g. de restes de pain
	1 litre de lait
	3 œufs
	150 g. de sucre
	1 sachet de sucre vanillé
	Le jus de 2 oranges

Etape 1

Tremper le pain dans environ 50 cl de lait, pendant 1 à 2 heures. Si le pain est très sec, rajouter du lait.

Etape 2

Mixer le pain ramolli. Ajouter les œufs, le sucre, le sucre vanillé et le jus de 2 oranges pressées. Ajouter le reste du lait tout en continuant de mélanger. La pâte ne doit pas être trop épaisse ou trop liquide.

Etape 3

Verser le mélange dans un moule beurré et faire cuire au four pendant 45 - 50 min. à 190°C.

Astuce : Ajouter des fruits secs dans le mélange et déguster le pudding avec de la confiture.



Appel à la population

Vous souhaitez aider à dynamiser le village ?

Nous recherchons des personnes motivées à **rejoindre un groupe d'animation** et à s'impliquer dans la vie du village.

Afin de proposer diverses activités aux habitants tout au long de l'année,

nous avons besoin de vous !

Car l'union fait la force !



Alors si vous avez du temps à donner bénévolement, des idées à échanger ou de gros bras ?

Inscrivez-vous par mail à culture@lucens.ch

Pour toute question, merci de vous adresser à Madame Alette Rey, Municipale, au 079/392.20.05.



Utile

N° Tél. 021/906.15.50

Administration communale
Place de la Couronne 1
Case postale 95
1522 Lucens

Horaires du guichet d'Accueil :

Lundi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h30
Mardi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h30
Mercredi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h30
Jeudi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 18h00
Vendredi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h00

Horaires de l'Office de la population :

Lundi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h30
Mardi : **Fermé**
Mercredi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h30
Jeudi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 18h00
Vendredi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h00

Horaires du Secrétariat municipal et de la Bourse communale :

Lundi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h30
Mardi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h30
Mercredi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h30
Jeudi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h30
Vendredi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h00

Horaires de l'AISTBV : 021/906.15.65

Lundi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h30
Mardi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h30
Mercredi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h30
Jeudi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h30
Vendredi : 8h00 - 11h30 et 14h00 - 16h00

Horaires de la Voirie : 021/906.15.68

Lundi : 7h00 - 11h45 et 13h15 - 17h00
Mardi : 7h00 - 11h45 et 13h15 - 17h00
Mercredi : 7h00 - 11h45 et 13h15 - 17h00
Jeudi : 7h00 - 11h45 et 13h15 - 17h00
Vendredi : 7h00 - 11h45 et 13h15 - 16h30

Urgence week-end 079/653.81.35

Service des eaux, Marcel Rey 079/303.12.40

Urgence week-end 079/681.18.98

Courriels :

Guichet d'accueil : accueil@lucens.ch
Bourse communale : bourse@lucens.ch
Police administrative : police@lucens.ch
Contrôle des habitants : habitants@lucens.ch
Secrétariat municipal : commune@lucens.ch
Service de voirie : voirie@lucens.ch
Ass. Intercommunale Service Technique Broye
Vaudoise : (Grand-Rue 5b) info@aistbv.ch