

TPF — CHANGEMENT D'HORAIRE

ENCORE PLUS
PROCHE DE
MOI...




... à partir
du 15 décembre 2019

Tous mes avantages sur tpf.ch

District de la Glâne

CHANGEMENT D'HORAIRE

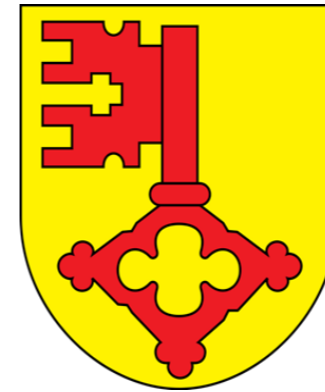
- RE** **Fribourg | Freiburg**
Un train plus tôt le matin, cadence 30 minutes aussi en soirée.
- S40** **Romont - Fribourg/Freiburg**
Augmentation de la capacité aux heures de pointe.
- 471** **Bulle - Romont via Sorens**
Adaptation de l'horaire pour les écoliers.
- N12** **Fribourg - Neyruz - Romont**
- N24** **Bulle - Romont - Ursy - Palézieux**
-  **Les bus de nuit circulent désormais les veilles des fériés sauf le 24 décembre:**
Avant Nouvel-An, la nuit du 1^{er} au 2 janvier, avant le Vendredi Saint, avant le jeudi de l'Ascension, avant le lundi de Pâques, avant le lundi de Pentecôte, avant le 1^{er} août, la nuit du 25 au 26 décembre.

CARTES JOURNALIÈRES CFF — AGFLEXI

Le portail AGFlexi affiche les cartes journalières CFF disponibles chaque jour par commune.

Il s'agit de cartes journalières impersonnelles qui permettent à l'utilisateur de voyager en deuxième classe pendant toute la journée imprimée sur la carte, à prix réduit, dans tout le rayon de validité de l'abonnement général.

Consultez le site <http://www.sugarcube.ch/agflexi/> pour tout renseignement sur les disponibilités des autres communes.



ECUBLENS INFO 3 / 19

Commune d'Ecublens

FÊTE DE NOËL ET NOUVEL-AN

En cette fin d'année, le Conseil communal et son administration vous souhaitent d'excellentes fêtes et vous adressent leurs meilleurs vœux pour cette nouvelle année.

Que 2020 vous apporte en cadeau la joie, le bonheur et la santé !

**L'administration communale fermera ses bureaux du
30 décembre 2019 au 5 janvier 2020.**

En cas d'urgence ou pour tout impératif, nous sommes atteignables au 021 909 54 91.



COLLECTE DES SACS À ORDURES MÉNAGÈRES

Durant les fêtes, les jours de collecte des sacs à ordures ménagères restent inchangés.

Les ramassages prévus les mardis 24 et 31 décembre 2019 sont maintenus.

Nous vous rappelons que les sacs doivent être déposés aux endroits prévus à cet effet, au plus tôt à 6h00 du matin, **le jour du ramassage.**

Vous trouverez le planning des collectes 2020 en page centrale du présent bulletin communal.

AUBERGE COMMUNALE

Le Conseil communal a le plaisir de vous informer que la gérance de l'Auberge communale de notre village a été attribuée à

Madame Manon Micau

qui se fait une immense joie de vous y accueillir **dès le début janvier 2020.**

Sa Winstub reprendra les codes des auberges traditionnelles alsaciennes dans une ambiance coquette, rustique et chaleureuse. Vous aurez le plaisir de déguster des plats en tout convivialité.



SAPINS DE NOËL

Nous avons le plaisir de vous informer que la Corporation forestière Glâne-Farzin met en vente des sapins de Noël

les samedis 7 et 14 décembre 2019, de 9h00 à 11h30,

au Centre forestier de Combloney à Romont.



MÉMO-DÉCHETS

Le Conseil communal a le plaisir de vous informer que le Mémo-Déchets sera réédité pour l'année 2020 et distribué en tout-ménage.

Une application smartphone et tablette permet un accès instantané et en tout temps aux informations sur la gestion des déchets de notre commune. Vous y trouverez également les points de collecte des sacs à ordures ménagères et les emplacements des poubelles pour les déjections canines « Robidog ».

Nous vous invitons vivement à télécharger cette application via



COSEDEC — COOPÉRATIVE ROMANDE DE SENSIBILISATION À LA GESTION DES DÉCHETS

Jeu pour sensibiliser à la gestion des déchets

Game of Trash est composé de 4 mini-jeux éducatifs qui s'adressent à toute la population romande, de 12 à 99 ans. Les joueurs découvrent les principes de tri, de valorisation et de réduction des déchets.

En Suisse, nous produisons trop de déchets, environ 700 kg par an et par personne. Nos choix quotidiens influencent cette quantité que nous devons absolument réduire, car les déchets ne disparaissent pas avec l'incinération, il reste des mâchefers qui doivent être stockés. Et, surtout, notre consommation a de lourdes conséquences sur l'environnement, la production de biens à l'infini est inimaginable dans un monde aux ressources limitées.



SERVICES AUX AÎNÉS

La Croix-Rouge propose plusieurs services et aides à domicile qui permettent de vous faciliter la vie tout en continuant à vivre chez vous.

Les services proposés sont les suivants :

Alarme Croix-Rouge

La sécurité à portée de main, 24 heures sur 24.

Service des transports

Pour rester mobile, malgré l'âge ou le handicap.

Aide aux proches

Pour soulager les proches qui s'occupent d'une personne âgée ou malade à domicile

Visites à domicile

Pour maintenir des lieux sociaux.

Des lits électriques et des matelas adaptés

Pour vous faciliter la vie quotidienne.



La Croix-Rouge fribourgeoise vous conseille volontiers

Tél : 026 347 39 40 — www.croix-rouge-fr.ch — info@croix-rouge-fr.ch

30ÈME FÊTE DES GIRONS DES JEUNESSES GLÂNOISES

Lussy 2020 — Repas des seniors

La société de jeunesse de Lussy a décidé de relever le défi d'organiser la 30ème fête des girons des jeunes de la Glâne du 15 au 19 juillet 2020.

Une journée spécialement dédiée aux seniors est organisée le

vendredi 17 juillet 2020.

Au programme de cette journée, sera servi un repas sous cantine qui sera précédé d'un apéritif et suivi d'une animation musicale dans l'après-midi. Cette journée sera « intergénérationnelle » car les enfants du cercle scolaire la Folliaz / Villaz-St-Pierre seront également invités durant cette après-midi pour une animation et jeux.

En cas d'intérêt pour cette journée récréative, nous invitons les aînés à s'annoncer auprès de l'administration communale, par téléphone au 021 909 54 91.

De plus amples informations seront communiquées au printemps 2020.



LES LIGUES DE SANTÉ



Les associations regroupées au sein des Ligues de santé du canton de Fribourg assurent, sur mandat de l'Etat, des prestations médico-sociales, de soutien et de prévention en faveur des malades concernés et leurs proches, à domicile ou dans les lieux de consultations à Fribourg, Bulle, Châtel-St-Denis, Estavayer-le-Lac, Guin, Tavel et Morat.



Ligue fribourgeoise contre le cancer

- Conseil et soutien psychosocial aux personnes malades et à leurs proches
- Soutien à la réinsertion professionnelle (job-coaching)
- Activités d'information et de prévention
- Registre des tumeurs : récolte et enregistrement de tous les cas de cancers du canton, analyse statistique

026 426 02 90 – info@liguecancer-fr.ch – www.liguecancer-fr.ch



Dépistage du cancer Fribourg

- La mammographie de dépistage pour toutes les femmes dès 50 ans
- Dépistage du cancer du côlon pour les femmes et les hommes dès 50 ans
- Informations sur la prévention et le dépistage du cancer du sein et du côlon

026 425 54 00 – depistage@liguessante-fr.ch – www.liguecancer-fr.ch



Equipe mobile de soins palliatifs Voltigo

- Soins palliatifs spécialisés
- Conseil, soutien et orientation pour les personnes concernées par une situation de maladie grave
- Formation de professionnels et de bénévoles

026 426 00 00 – voltigo@liguessante-fr.ch – www.liguecancer-fr.ch



diabète fribourg

- Consultations infirmières spécialisées en diabétologie pour enfants et adultes
- Soins spécifiques de pieds de diabétiques
- Consultations diététiques
- Vente de matériel
- Formation de professionnels des domaines scolaires et de la santé
- Activités d'information et de prévention

026 426 02 80 – info@diabetefribourg.ch – www.diabetefribourg.ch



Ligue pulmonaire fribourgeoise

- Consultations infirmières, conseils et soutien psychosocial pour les personnes souffrant de maladies respiratoires
- Location et vente d'appareils respiratoires
- Dépistage de la tuberculose et enquêtes d'entourage
- Activités d'information et de prévention

026 426 02 70 – info@liguepulmonaire-fr.ch – www.liguepulmonaire-fr.ch



PEPS Fribourg – Prévention et promotion de la santé

- CIPRET : Aide à l'arrêt du tabac et campagnes de prévention
- Santé en entreprise : prévention et promotion de la santé sur le lieu de travail
- Activités de promotion de la santé et de prévention des maladies respiratoires, cancer et diabète

026 425 54 10 – info@peps.ch – www.peps-fr.ch

RÉDUCTION DES PRIMES À L'ASSURANCE MALADIE



L'Etat accorde des subsides destinés à la réduction des primes d'assurance-maladie. Pour l'année 2020, ces subsides sont octroyés selon les dispositions de la loi du 24 novembre 1995 d'application de la loi fédérale sur l'assurance-maladie et de l'ordonnance du Conseil d'Etat du 8 novembre 2011 concernant la réduction des primes d'assurance-maladie (ORP).

1. Qui a le droit à une réduction ?

Les assurés ou les familles dont le revenu déterminant n'atteint pas les limites ci-après ont droit à une réduction de primes (le cas échéant, également pour leur conjoint et leur(s) enfant(s) à charge) :

	Célibataire/ Divorcé(e) Veuf(ve) / Séparé(e)	Couple marié
Sans enfant à charge	Fr. 36'000.--	Fr. 58'400.--
1 enfant à charge	Fr. 57'400.--	Fr. 72'400.--
2 enfants à charge	Fr. 71'400.--	Fr. 86'400.--
3 enfants à charge	Fr. 85'400.--	Fr. 100'400.--
4 enfants à charge	Fr. 99'400.--	Fr. 114'400.--
5 enfants à charge	Fr. 113'400.--	Fr. 128'400.--
6 enfants à charge	Fr. 127'400.--	Fr. 142'400.--

Vous pouvez calculer la réduction de vos primes et obtenir toutes les informations nécessaires sur le site internet <http://www.caisseavsfr.ch/>.

2. Quand et où faut-il présenter la demande ?

Le formulaire « Demande de réduction des primes » doit être complété, signé et adressé à la Caisse cantonale de compensation du canton de Fribourg et accompagné des documents requis pour l'examen du droit. La demande de réduction des primes doit être présentée au plus tard le 31 août 2020. La Caisse AVS n'entre pas en matière sur les demandes présentées après cette échéance.

3. Début du droit à la réduction des primes

Le droit à la réduction naît au plus tôt le premier jour du mois au cours duquel la demande est déposée auprès de la Caisse cantonale de compensation du canton de Fribourg.

4. Que doit-on joindre à la formule de demande ?

Chaque demande doit être accompagnée des documents suivants :

- pour les personnes assujetties à l'impôt à la source, copie du/des certificat(s) de salaire annuel 2018 ;
- certificat(s) d'assurance-maladie valable(s) dès le 1er janvier 2020 ;
- attestation d'étude ou copie du contrat d'apprentissage pour les enfants à charge âgées de 19 à 25 ans.

Le formulaire de demande de réduction de primes doit être directement adressé à la Caisse de compensation AVS du Canton de Fribourg. Il est téléchargeable sur le site internet de la caisse de compensation.

<http://www.caisseavsfr.ch/>

ACCUEIL FAMILIAL DE JOUR DE LA GLÂNE



Nous manquons d'assistantes parentales !

Vous aimez les enfants et avez du temps à leur consacrer....

- **2 à 5 jours par semaine**
- **Prise en charge d'enfants préscolaires principalement**
- **bonne maîtrise orale du français**
- **formation obligatoire en cours d'emploi à charge de l'association**
- **salaire en fonction des enfants gardés**

... venez rejoindre notre association !

De nombreuses familles font appel à nos services. Leurs situations sont fort diverses. Il y a certainement des placements qui vous conviendront !

Merci de vous adresser au

026 652 52 38 **mardi et jeudi de 8h30 à 11h00**
e-mail **glane@accueildejour.ch**

Vous pouvez laisser un message sur notre répondeur ou aller visiter notre site internet www.accueildejour.ch



DÉCLARATION D'IMPÔTS



Avez-vous besoin d'aide pour remplir votre déclaration d'impôt ?
Voulez-vous être sûr de n'oublier aucune déduction ?
Remplir la déclaration d'impôt n'est plus une corvée !

Pro Senectute Fribourg vous offre la possibilité de faire remplir votre déclaration d'impôt par une personne expérimentée.

- Ce service s'adresse en général aux personnes de 60+, domiciliées dans le canton de Fribourg.
- Cette offre s'adresse aux personnes avec une déclaration d'impôts simple (pas d'immobiliers loués, pas de titres). Nous vous recommandons de vous adresser à une fiduciaire pour les déclarations d'impôts compliquées.
- Une simple déclaration d'impôts coûte CHF 60.— (durée max. 1 heure), coût supplémentaire pour déplacement à domicile de CHF 20.—.

Renseignements et rendez-vous

Pro Senectute, Passage du Cardinal 18, 1700 Fribourg Tél. 026 347 12 40
Heures d'ouverture 8h00-11h30 / 13h00-17h00

Service actif uniquement de fin janvier à fin mars

REPAS À DOMICILE

Ce service est à la disposition de toute personne aînée ou convalescente, éprouvant quelques difficultés à préparer ses repas.

La passation des commandes se fait auprès du Service des repas à domicile de la Glâne-Sud

au 021 909 02 59
mardi et vendredi matin de 08h30 à 09h30,
excepté les jours fériés.

En dehors de ces heures, les commandes peuvent être enregistrées sur le répondeur.

Les repas peuvent être obtenus 7 jours sur 7. La fréquence est laissée au libre choix du bénéficiaire. La commande concerne les repas du lundi au dimanche suivant.

Les repas du samedi et dimanche sont livrés avec ceux du vendredi.

Les repas livrés sont conditionnés à froid et doivent être remis à température au domicile des bénéficiaires. La solution idéale consiste à utiliser un four à micro-onde.

L'offre des repas est la suivante : repas standard - repas léger - repas régime strict uniquement sur présentation d'une ordonnance médicale.

Chacun de ces menus peut être obtenu sous la forme "normale", "coupée" ou "mixée".

