

APF INFO

02/2022
Le journal des propriétaires
fribourgeois

MA QUESTION À L'APF

Lors de la restitution de logement, le locataire a perdu une clé. Puis-je lui faire payer le remplacement du cylindre de la porte ?



ME JACQUES PILLER
Vice-Président APF/HEV Fribourg

A la fin du bail, le locataire doit restituer la chose louée, soit la remise effective et définitive des locaux au bailleur. En d'autres termes, le locataire ne peut pas se contenter de vider les lieux, il doit rendre les clés au bailleur. Le locataire doit remettre toutes les clés, y compris celles supplémentaires qu'il a fait faire à ses frais.

Le locataire est responsable de la garde des clés qui lui ont été confiées par le bailleur. La perte, même d'une seule clé, constitue dans la règle un danger pour le logement loué, les locaux utilisés par le locataire, y compris la boîte aux lettres.

En règle générale, le formulaire remis au locataire contient une disposition selon laquelle le propriétaire, en cas de perte d'une clé par le locataire, est autorisé à remplacer le cylindre aux frais du locataire. Ainsi, par exemple, l'art.25c.5 des Dispositions générales de l'Association des propriétaires fonciers stipule que « Le locataire restitue toutes les clés des lo-

caux qu'il possède, y compris celles qu'il aurait fait confectionner. En cas de perte de clé, le bailleur est en droit de faire remplacer les cylindres et serrures aux frais du locataire. ».

Selon le contrat, dans une telle hypothèse, le locataire est obligé de remplacer les clés à ses frais ainsi que les serrures qui fonctionnaient avec la clé perdue (par exemple, l'appartement, la cave, la porte d'entrée ou la boîte aux lettres). D'ailleurs, le remplacement de la serrure s'impose dans tous les cas pour protéger le nouveau locataire.

En cas de litige, le locataire devrait apporter la preuve qu'il a égaré par erreur une clé qui n'était pas marquée, ou qu'il l'a perdue lors d'un séjour de vacances à l'étranger. Cette preuve ne peut être que difficilement apportée. Si le locataire peut prouver qu'il n'est pas responsable de la perte (vol avec effraction, agression, etc.), il n'est alors pas tenu de payer les frais. Il pourra d'autre part, dans cette hypothèse, en règle générale faire supporter ces frais par son assurance RC ou ménage.

Lors du remplacement d'une serrure individuelle, il faut partir du principe que le locataire doit prendre en charge l'intégralité des frais de remplacement. Ceci parce que le remplacement d'un cylindre de porte d'appartement dans un immeuble collectif ne procure pas de plus-value au bailleur. Au contraire, en cas de remplacement de l'ensemble du système de fermeture d'un immeuble, rendu nécessaire par l'âge, le cylindre de la serrure remplacée auparavant, suite à une perte de clé, doit également être retiré et remplacé par un nouveau. L'opinion exprimée aujourd'hui en partie par les assurances et les représentants des locataires, selon laquelle le locataire ne doit que la valeur actuelle en cas de perte, n'est pas défendable pour cette raison.

Afin d'éviter des discussions inutiles, le bailleur devrait expressément préciser dans le procès-verbal de réception que les frais de remplacement de la serrure sont à la charge du locataire à 100 %.

SOMMAIRE

MA QUESTION À L'APF	1
L'ÉDITORIAL	2
RECETTE Millefeuille de thon rouge mariné au chutney de rhubarbe, jeunes pousses d'épinards en vinaigrette	2
RUBRIQUE IMMOBILIER Un logement pour des besoins qui changent	3
RUBRIQUE ASSURANCE Équité plutôt que redistribution dans le deuxième pilier	4
RUBRIQUE HABITAT L'esthétique comme source d'inspiration	5
RUBRIQUE FINANCIÈRE Une hypothèque doit-elle être amortie ?	6
LES BRÈVES 81 ^{ème} Assemblée Générale 2022	6
RUBRIQUE SANTÉ Le plantain lancéolé, sous toutes ses coutures	7
CONCOURS	8
SERVICE	8
NOUS CONTACTER	8

PUBLICITÉ

Protekta

L'assureur protection juridique
des particuliers et des entreprises.

L'ÉDITORIAL

RUDOLF VONLANTHEN

président de l'APF / HEV Fribourg

Chère propriétaire,
Cher propriétaire,

En 2020 et 2021, la planète entière était sous l'emprise du coronavirus. Nous avons senti combien la globalisation avait rendu le monde plus fragile. Ou serait-ce la nature qui nous a simplement ordonné un répit? Sans aucun doute, le monde a changé, économiquement, politiquement, mais aussi socialement. Nous avons réappris à apprécier des choses que nous avons perdues, à modérer nos ambitions de pouvoir et d'argent ainsi que notre cupidité. Et maintenant que nous espérons revenir à la normale, voilà qu'une guerre brutale et insensée se déroule en Europe depuis quelques mois. N'avons-nous donc rien appris, nous, les humains? Il est temps de laisser éclore à nouveau nos sentiments patriotiques, de viser la sécurité et de cultiver davantage les traditions qui nous sont chères. Je déplore qu'il faille des guerres pour qu'une partie de la population se rende compte que la liberté et la sécurité ne sont pas gratuites. Qu'on le veuille ou non, il en va de la sécurité comme de la santé: nous ne l'apprécions que lorsque nous l'avons perdue.

J'ai posé au Conseil d'Etat la question suivante à propos de la sécurité: « Que fait Groupe E (détenu à 80% par l'Etat) le jour où les lacs de retenue sont bas, les centrales nucléaires sont à l'arrêt et l'hiver est froid? Avec le changement climatique, Groupe E peut-il garantir aussi à l'avenir un approvisionnement en électricité suffisant à des prix abordables pour tous les ménages? » Voici sa réponse, reçue il y a quelques semaines: Actuellement, la sécurité d'approvisionnement en électricité est assurée. Sans situation extraordinaire, il existe suffisamment d'électricité sur les marchés suisses et europé-

ens pour acquérir les quantités complémentaires, même si ces prix de marché ont fortement augmenté depuis l'été 2021. Groupe E produit par ailleurs annuellement entre 40 et 50% des besoins de sa clientèle.

La crise actuelle en Ukraine a créé une flambée des prix, mais à ce jour l'approvisionnement est toujours assuré. La situation pourrait toutefois devenir critique s'il devait y avoir rupture d'approvisionnement du gaz russe en Europe.

D'ici les prochaines années, sans tenir compte de la crise en Ukraine, la Suisse pourrait néanmoins connaître une pénurie d'électricité en hiver, eu égard à l'arrêt des centrales nucléaires suisses, à l'augmentation de la consommation d'électricité principalement due à la mobilité électrique et au report des moyens de chauffage fossiles sur des moyens consommant de l'électricité, à un remplacement trop lent des chauffages et boilers électriques, ainsi qu'à l'impossibilité de la France et de l'Allemagne de continuer à exporter de l'électricité en hiver vers la Suisse.

Pour relever ce défi, il convient que non seulement Groupe E, mais aussi toutes les parties prenantes en Suisse mettent en oeuvre toutes les solutions disponibles que sont l'efficacité énergétique et le développement de nouvelles capacités de production d'électricité valorisant prioritairement des ressources renouvelables.

A la lecture de la réponse du Conseil d'Etat, force est de constater que la sécurité électrique ne pourra être assurée que si nous regardons la réalité en face, cherchons des solutions adaptées et raisonnables et ne cédon pas aux chimères des activistes du climat.

Venez toutes et tous à notre assemblée générale à Ueberstorf le jeudi 23 juin 2022 à 18 heures. Restez en santé et à bientôt. ✓

RECETTE

Millefeuille de thon rouge mariné au chutney de rhubarbe, jeunes pousses d'épinards en vinaigrette



Préparation

1. Parer et couper le cœur de filet de thon en tranches régulières.
2. Assaisonner de sel et de poivre.
3. Mettre à mariner avec du jus de citron, de l'huile d'olive et de l'huile d'olive citronnée environ une heure.
4. Dresser par couches; thon, chutney de rhubarbe, thon, chutney de rhubarbe et thon puis laisser prendre au réfrigérateur.
5. Equeuter et laver les pousses d'épinards.
6. Mélanger l'huile d'olive, le jus de citron, le sel et le poivre.
7. Ajouter les échalotes hachées et la ciboulette.

Décor

1. Faire revenir au beurre les bâtonnets de rhubarbe avec un peu de sucre.
2. Les égoutter, les retirer sur un plat et les laisser refroidir.

Dressage

1. Dans une assiette, déposer une rosace de pousses d'épinards.
2. Assaisonner de vinaigrette.
3. Déposer le millefeuille de thon de côté.
4. Ajouter une quenelle de chutney de rhubarbe sur le millefeuille et des bâtonnets ainsi qu'un filament de rhubarbe séchée.
5. Verser un peu de vinaigrette citronnée autour.

Bon appétit!

RESTAURANT DU PLATY

Villars-sur-Glâne

Ingrédients

- 400g de cœur de filet de thon rouge paré
- 50cl d'huile d'olive
- 10cl d'huile d'olive au citron
- 20cl de jus de citron
- Assaisonnement
- 200g de chutney de rhubarbe
- 160g de pousses d'épinards

Sauce vinaigrette

- 40cl d'huile d'olive
- 15cl de jus de citron
- Assaisonnement
- échalote hachée
- ciboulette ciselée

Décor

- 50g de bâtonnets de rhubarbe
- 10g de beurre
- 20g de sucre

PUBLICITÉ

Architekturmaeder | stc | architekten gmbh

Zimmerei | Elementbau | Schreinerei | Fenster | Türen | Bodenarbeiten | Beratung | Service

BD GÉRANCE
Gestion - PPE - Courtage - Fiduciaire

Nos agences
BULLE - FRIBOURG - ROMONT - BIENNE

www.bdgerance.ch

Un logement pour des besoins qui changent

La majorité des logements occupés par des personnes de plus de 65 ans ne sont pas adaptés aux besoins évolutifs de l'âge et comportent des obstacles et barrières qui peuvent entraver leur sécurité et leur autonomie à long terme. L'adaptation du logement fait donc partie des grands défis à relever dans les années à venir du fait du vieillissement de la population.

JUDITH CAMENZIND BARBIERI

Déléguée cantonale
aux personnes âgées

En 2011, l'Allemagne a mené une grande enquête sur la conformité de son parc immobilier aux besoins de la population âgée¹. Selon les conclusions du rapport du gouvernement allemand, seuls 3 % des logements de personnes de plus de 65 ans sont adaptés aux besoins qui évoluent avec l'âge, alors que 83 % présentent d'importantes barrières architecturales. Par la suite, les investissements dans l'adaptation du logement ont été priorités par le gouvernement allemand.

En Suisse, la situation se présente de manière similaire. Dans le canton de Fribourg, environ huit personnes de plus de 65 ans chutent chaque jour dans leur logement. Dans la moitié des cas, ces chutes entraînent des fractures et nécessitent des soins médicaux. Pour une bonne partie de ces personnes, la chute signifie la fin abrupte de la vie autonome. Par ailleurs, les organismes actifs dans le domaine des personnes âgées et les services cantonaux reçoivent régulièrement des demandes de personnes âgées qui recherchent une alternative à leur logement actuel à la suite d'un problème

de santé ou une dégradation de leur mobilité. Les barrières architecturales peuvent donc subitement devenir infranchissables.

L'offre de logements adaptés avec services est certes en augmentation dans notre canton, mais ces structures ne parviennent pas à combler les besoins de la majorité des seniors, dont beaucoup n'envisagent pas d'emménager dans une structure spécifiquement destinée aux personnes âgées.

C'est la raison pour laquelle l'Etat de Fribourg a priorisé dans sa politique pour les personnes âgées Senior+ les mesures en lien avec l'habitat. L'une des mesures de son plan d'action a été la création du service Qualidomum, qui est assuré par des ergothérapeutes spécialement formé-e-s à l'aspect architectural du logement, qui proposent des conseils gratuits pour améliorer la fonctionnalité et la sécurité du logement.

Depuis 2016, les régies, le monde immobilier et les communes sont sensibilisées à l'importance de créer une offre de logements correspondant aux besoins de la population âgée dans le cadre du Forum du logement, qui est organisé conjointement par trois Directions de

l'Etat et implique également les hautes écoles.

Un autre projet Senior+ prévoit la mise en ligne de visites virtuelles d'appartements adaptés, avec des explications techniques sur les éléments importants à prendre en compte.

Pour sensibiliser un large public à l'importance de l'adaptation du logement, la brochure « Un logement pour des besoins qui évoluent » (téléchargeable sous : www.fr.ch/info-seniors) a été publiée en juillet 2021. Elle s'adresse aux personnes retraitées et à leurs proches, mais également aux personnes de tout âge qui réfléchissent à leur logement et à l'évolution de leurs besoins et aux acteurs du monde immobilier actifs dans le domaine de l'habitat pour personnes âgées. La brochure fournit des informations sur la démarche à faire pour analyser son logement et des conseils concrets et pratiques concernant les moyens simples et abordables permettant d'adapter chaque pièce d'un logement aux besoins qui évoluent au cours de la vie.

Elle permet également aux propriétaires immobiliers de se familiariser avec les aspects du logement qui ne concernent pas forcément le gros œuvre. Des éléments

essentiels comme le choix des surfaces, l'éclairage, l'aménagement des cuisines et des salles de bains, la mise en couleur et un mobilier modulable sont essentiels pour rendre un logement compatible avec la société de longue vie.

Nous espérons que cette brochure incitera non seulement les seniors mais aussi d'autres personnes, à réfléchir à leur espace de vie dans une perspective à long terme et à prendre les mesures nécessaires pour le sécuriser. ✓

¹Wohnen im Alter, Bundesministerium für Verkehr-Bau und Stadtentwicklung, Berlin

Abfallverwertung	Valorisation déchets
Kanalreinigung	Curage des canalisations
Muldenservice	Service multi-bennes
WC-Kabinen	Cabines WC

7124
026 494 11 57

trans-auto
IMPECCABLE ET PROPRE | EINFACH SAUBER.



**Immobilien: Verwaltung
Mediation
Maklertätigkeit
Marktanalyse
Berufsberatung**

**Gérance
Médiation
Courtage
Etude marché
Conseil formation**

Qualité - Confiance

Qualität - Vertrauen

Gilberte Schär
immo63 Sàrl/GmbH
Beaulieu 63, 3280 Murten

+41 (0)76 568 15 23
doudou.murten@immo63.ch
www.immo63.ch

Équité plutôt que redistribution dans le deuxième pilier

Pourquoi la prévoyance professionnelle est-elle déstabilisée – quelles en sont les raisons ?

CHRISTIAN MEIER

ZURICH, Agent Général,
Lic. iur. HSG, Avocat



Le système suisse de la prévoyance vieillesse repose sur trois piliers : l'AVS, la LPP et la prévoyance privée. Dans le premier pilier, l'AVS, on applique le principe de la redistribution. Dans le deuxième pilier, la LPP, aucune redistribution n'est prévue dans le cadre de l'épargne. Cependant, elle s'est immiscée dans le système et mine le capital vieillesse des cotisants. Quelles en sont les raisons ?

Le deuxième pilier, la prévoyance professionnelle, a été ancré dans la loi (LPP) en 1985, dans le but de permettre aux personnes de conserver leur niveau de vie habituel à la retraite, en combinaison avec l'AVS. Elle se compose de deux éléments : la part d'épargne et la part de risque. En ce qui concerne le risque, on applique le principe de la solidarité et tout le monde cotise ensemble. Cette réflexion solidaire est sensée en cas de maladies au long cours ou de décès précoce – on parle alors de redistribution volontaire. Pour la part d'épargne en revanche, on applique le système de capi-

talisation : chacun épargne pour lui-même afin d'être sûr de garder un niveau de vie confortable après le départ à la retraite. Ici, le législateur ne prévoit pas de redistribution : chacun cuisine son propre gâteau et pourra en profiter seul.

LES CAUSES DE LA REDISTRIBUTION

Au cours des 35 dernières années, les conditions cadres ont profondément évolué et par conséquent, de manière très sournoise, la redistribution gagne du terrain même dans la part d'épargne. Autrement dit : les revenus de mon capital qui m'appartiennent sont en partie redistribués à d'autres. Et le gâteau pour ma retraite ne gonfle pas comme je l'avais prévu, il reste plus petit que ce qu'il devrait être. Quelles sont les raisons de cette redistribution ?

Les Suisses sont de plus en plus vieux et ils ont de moins en moins d'enfants. Par conséquent, le rapport entre actifs et retraités évolue, tel que le montre l'Office fédéral de la statistique : si en 1991, il n'y avait encore que 28 retraités pour 100 actifs, en 2019, ce nombre était déjà passé à 35. D'ici 2040, il pourrait y avoir 50 retraités pour 100 actifs d'après les prévisions de l'Office fédéral.

En 1960, un homme de 65 ans avait encore une espérance de vie moyenne de 13 ans et aujourd'hui, elle est passée à 20 ans. Les fonds épargnés doivent donc être suffisants pour une période plus longue. Pourtant, les garanties et taux de conversion en place ne reflètent pas la réalité : depuis des années, les taux d'intérêts sont si faibles que le capital de prévoyance ne croît plus tel que prévu à l'origine. Le taux de conversion de 6,8 % fixé par la loi pour la part obligatoire est surestimé. Cette surestimation a pour effet que le capital épargné ne suffit pas

pour verser des rentes sur une période prolongée. Le rendement qui peut encore être généré sur les marchés des capitaux est de plus en plus incertain en raison de la volatilité élevée et de l'environnement de taux durablement bas. Reprenons l'exemple du gâteau : avec un taux de conversion élevé, je reçois des parts de gâteau trop grosses et le gâteau sera trop vite mangé. Avec des intérêts faibles, le glaçage au chocolat sur mon gâteau devient de plus en plus fin.

Dans cette situation, les caisses de pension souffrent d'une insuffisance de financement. Afin de tenir des promesses de paiement aux retraités irréalistes et reposant sur d'anciennes hypothèses, elles doivent verser une partie des revenus des placements des assurés actifs aux retraités, c'est-à-dire les redistribuer. Dans l'urgence, les fondations collectives réduisent également le taux de conversion sur l'avoir de vieillesse subrogatoire. Par conséquent, les entreprises versant des salaires élevés et proposant des prestations de caisse de pension généreuses financent d'autres entreprises aux salaires plus bas et qui se contentent de proposer des prestations minimales à leurs assurés.

LE PROBLÈME DE LA REDISTRIBUTION : L'ARGENT NE RESTE PAS LÀ OÙ IL LE DEVRAIT

Le principe fondamental du deuxième pilier consiste à ce que chaque assuré épargne pour lui-même, ce que l'on appelle le système de capitalisation. Avec une redistribution croissante, ce principe passe à la trappe. Pour les assurés, cela implique une baisse de leurs futures prestations de vieillesse puisqu'ils doivent partager les revenus des placements avec les retraités. Et pour les employeurs, c'est une situation de solidarité

involontaire avec d'autres entreprises moins performantes ou moins engagées. Ils perdent donc en attractivité pour les collaborateurs qualifiés, puisqu'ils ne peuvent plus se distinguer par une solution de prévoyance attractive. Revenons-en à notre gâteau : je ne suis pas seul à manger le gâteau que j'ai préparé, quelques pique-assiettes se servent avec moi. Autour de la table du goûter, je me serais immédiatement indigné. Dans la prévoyance professionnelle cependant, je ne remarquerai que d'autres ont pioché dans mon assiette et que mon gâteau est plus petit qu'une fois que j'aurai atteint l'âge de la retraite. Or à ce moment-là, il sera trop tard.

POUR FAIRE SIMPLE

Comme nous vivons tous plus vieux, le capital vieillesse des retraités doit suffire pour une période de plus en plus longue. En outre, le nombre de retraités par rapport au nombre d'actifs est en constante augmentation. La marmite du capital vieillesse doit donc être suffisante pour un nombre de plus en plus important de personnes, sur une période toujours plus longue. Les taux de conversion en vigueur tablent sur une espérance de vie plus courte et sont donc trop élevés, ce qui entraîne une insuffisance de financement. Pour combler celle-ci, les actifs actuels doivent renoncer à une partie des rendements de leur capital vieillesse au profit des retraités – ce qui donne lieu à une redistribution indésirable.

Afin que les actifs d'aujourd'hui, et surtout, que nos enfants puissent compter sur le deuxième pilier, le système doit être modernisé durablement. ✓

PUBLICITÉ

JFD MAÇONNERIE Sàrl
L'artisan maçon à votre mesure

Route de la Scie 1
1753 Matran
Nat. 079 218 28 89

Tél. 026 401 32 58

www.jfdm.ch
info@jfdm.ch
Fax 026 401 32 59

**CONDITIONS PARTICULIÈRES ATTRACTIVES POUR
LES MEMBRES DE L'APF-HEV – MAINTENANT
AUSSI POUR LES SOLUTIONS DE PRÉVOYANCE**

ZURICH, AGENCE GÉNÉRALE
CHRISTIAN MEIER SA
www.zurich.ch/meier



L'esthétique comme source d'inspiration

JEAN ROSSIER

Directeur
SARINA CUISINE SA

UN BON AGENCEUR DOIT ÊTRE ATTENTIF AUX COMPOSANTS DE VOTRE PROJET ET DOIT APPORTER DE VRAIS CONSEILS EN MATIÈRE DE DÉCORATION.

Si votre cuisine raconte une histoire, les portes, le plan de travail, les appareils, les crédences, l'éclairage et les poignées, en sont le vocabulaire. Aujourd'hui, développons trois de ces accessoires.

LES CRÉDENCES :

plus communément appelé « entre-meuble », sont la partie visible, qui vient terminer et recouvrir proprement l'espace entre les meubles hauts et les meubles bas. Le matériau le plus demandé reste le verre car il est facile d'entretien et résistant. Il permet très souvent d'obtenir un entre-meuble sans joint. Il propose également d'innombrables couleurs et finitions. Il existe également d'autres matériaux comme : le stratifié, le granit, la céramique, et bien d'autres. Tous les matériaux cités cidessus ont leurs avantages et ses inconvénients que votre cuisiniste pourra vous expliquer.



L'ÉCLAIRAGE :

doit être ni trop froid ni trop cosy, il est le juste équilibre entre fonctionnalité et confort. Le secret ? Multiplier les sources

de lumière en variant les effets. L'éclairage d'ambiance doit être suffisamment puissant pour éclairer de façon uniforme l'ensemble de la pièce. Il doit offrir un excellent niveau visuel pour faciliter les gestes et déplacements, sans estomper les couleurs ni créer d'ombres. Il faut aussi prévoir des éclairages ciblés pour certains endroits tels que les espaces de préparation, le plan de cuisson et l'évier. Au-delà de sa fonctionnalité, l'éclairage contribue à rendre la pièce agréable à vivre. Il est important pour cela de varier les effets en mélangeant différents types et style de luminaires.

LES POIGNÉES DE LA CUISINE :

Accessoires incontournables et comme tous les éléments décoratifs, les poignées s'adaptent aux tendances du moment. Les produits métalliques sont toujours les plus prisés ; l'inox pour son côté moderne, tout comme l'alu et le chrome. Les longues poignées et les poignées profilées font partie des tendances de 2022. L'agenceur propose un large choix pour personnaliser votre agencement et surtout trouver l'alliance entre le pratique et l'esthétique. ✓



GYPSERIE-PEINTURE
Massardi SA

1680 Romont

tél. 026 652 26 42

fax 026 652 38 43

COURANT FORT
RÉSEAUX INFORMATIQUES
TÉLÉCOM

ÉLECTRICITÉ
PROGIN SA

Route du Pâqui 4 - 1720 Corminboeuf
TEL : 026 466 18 66 - FAX : 026 466 18 67
www.proginelectricite.ch

Une hypothèque doit-elle être amortie ?

L'adaptation du droit successoral de 1907 doit permettre de tenir compte des réalités actuelles.

GUIDO PHILIPONA

Gestionnaire Marketing
Banque Cantonale de Fribourg

L'amortissement d'une dette hypothécaire peut s'avérer intéressant. Il est toutefois important de choisir le bon moment pour le faire et de prendre en considération quelques points.

Si le montant de l'hypothèque est supérieur aux deux tiers de la valeur de nantissement d'un bien immobilier, un amortissement doit être effectué pour un bien immobilier habité durablement par son propriétaire.

Ces amortissements obligatoires doivent être effectués dans un délai de 15 ans ou au plus tard jusqu'à la retraite. Un amortissement plus important est facultatif, mais il peut s'avérer intéressant.

Liquidités disponibles

Plusieurs facteurs jouent un rôle dans l'amortissement d'une hypothèque. La première question à se poser est de savoir si l'on dispose d'un capital liquide qui ne sera pas utilisé à long terme.

Conserver une réserve

En effet, il est important de s'assurer une réserve pour palier à des dépenses non planifiées. L'argent qui a été utilisé

pour un amortissement n'est plus disponible pour d'éventuels achats ou réparations. Certains instituts financiers ne permettent pas toujours d'augmenter à nouveau une hypothèque amortie. Étant donné le montant des rentes perçues, il est particulièrement difficile d'augmenter l'hypothèque pour les propriétaires retraités. Il peut ainsi arriver qu'un propriétaire dispose d'un capital immobilier important, mais qu'il lui manque les liquidités nécessaires à son train de vie. La prudence est donc de mise, surtout à l'approche de l'âge de la retraite.

Le bon moment

Le remboursement d'une hypothèque

avant son échéance n'est généralement pas recommandé, car souvent, avec les taux fixes, il faut payer une indemnité pour rompre le contrat. Le meilleur moment pour un amortissement est donc lorsqu'une hypothèque doit être renouvelée. Nous conseillons de prendre contact avec son conseiller pour faire un point de situation, notamment fiscal. ✓

LES BRÈVES

81^{ème} Assemblée Générale de l'association des Propriétaires Fonciers, Fribourg

Jeudi 23 juin 2022 à 18h00

Gasthof Zum Schlüssel, Dorfstrasse 1, 3182 Ueberstorf

La convocation est jointe à ce journal. Merci d'avance de votre participation !

Inscriptions jusqu'au 19 juin 2022.

Notre assemblée sera suivie d'un exposé de Mme la conseillère nationale Christine Bulliard-Marbach « Valeur locative quo vadis ? »



PUBLICITÉ

Conseil
Vente
Installation

SARINA SA
Electroménager

www.sarina-electromenager.ch

ALOSA
Nettoyages - Reinigungen SA

**La propreté et le multiservice pour
les entreprises et les privés**

ALOSA Nettoyages - Reinigungen SA - Rte de la Vignettaz 7 - 1700 Fribourg
Tél. 026 424 84 58 - info@alosa.ch - www.alosa.ch

Le plantain lancéolé, sous toutes ses coutures

Utilisé pour confectionner les premiers sirops contre la toux, l'herbe aux cinq coutures calme les piqûres d'insectes et brûlures d'orties.



© Cathy Roggen-Crausaz

EMANUEL ROGGEN

Droguiste diplômé,
Droguerie Roggen
Domdidier - Estavayer-le-Lac - Romont

C'est sur les chemins et les terrains piétinés que se plaît le plantain lancéolé. Il est facilement reconnaissable à ses feuilles en forme de lance, qui se présentent sous forme de rosette. Ces dernières disposent de cinq nervures parallèles distinctes. Cette particularité vaut au plantain le surnom d'herbe aux cinq coutures et permet de le distinguer des plantes avec lesquelles il pourrait être confondu. Ses cinq « cicatrices » lui ont d'ailleurs permis d'entrer dans les légendes, aux côtés des princes et des princesses. Il a même été question de

pacte avec le diable ! Toutes ces histoires racontent que les feuilles de plantain sont en fait cinq brins d'herbe si bien cousus ensemble qu'on ne peut pas distinguer les coutures.

Toujours est-il que, dans la vraie vie, le plantain lancéolé est une plante médicinale importante. Il est en effet à l'origine des premiers sirops contre la toux à avoir été commercialisés. Particulièrement efficace en cas de bronchite avec engorgement, le plantain est également prisé en tisane lors d'affections gastriques et en cas de brûlures d'estomac. Il trouve en outre sa place dans la trousse de secours de Mère Nature, car son suc frais soigne les piqûres d'insectes et les brûlures d'orties, apaisant instantanément les démangeaisons.

Ce végétal fait partie, avec la petite mauve et la sanicle, des trois plantes vulnérables par essence. Entendez par là qu'il soigne les plaies et se montre, de surcroît, très efficace en cas d'ulcère variqueux et d'escarres. Les fleurs du plantain lancéolé sont formées d'un bouton conique brun-noir entouré à sa base d'un anneau de petits pétales blanc qui culmine au bout d'une longue tige. Les boutons se consomment crus ou sautés au beurre.

Le plantain a une dernière corde à son arc, archéologique, cette fois. Comme il affectionne depuis toujours les zones piétinées ou cultivées, les fossiles de ses pollens découverts dans les fouilles permettent d'attester d'une activité agropastorale au début du Néolithique. ✓

Fiche technique

PLANTAGO LANCEOLATA

NOMS POPULAIRES

Herbe aux cinq coutures, plantain étroit, herbe à cinq côtes.

HISTOIRE

Ce sont les Européens qui ont introduit le plantain sur le continent américain. De manière bien involontaire, toutefois, car ses graines s'étaient collées sous les semelles des chaussures des navigateurs. Les Indiens d'Amérique l'appelèrent rapidement « l'empreinte de l'homme blanc ».

BOTANIQUE

De la famille des Plantaginacées, le plantain lancéolé est une plante vivace pouvant parfois atteindre une hauteur de près d'un demi-mètre. Hormis en haute altitude, il se rencontre partout en Suisse, dans les prairies comme sur les chemins.

USAGES

Les feuilles de plantain sont utilisées fraîches ou séchées en cas de bronchite, de troubles gastriques et pour soigner les blessures. Fraîches, elles sont employées lors de piqûres d'insectes, appliquées directement sous forme de cataplasme sur la zone concernée. Les feuilles de plantain lancéolé, associées à de jeunes pointes d'orties, font également d'excellentes soupes. Les boutons sont consommés crus ou sautés au beurre et ont un petit goût de champignon.

**NOUVELLE
SUCCURSALE**

**PROMA
STORES**
votre partenaire régional depuis 1976

**STORE, VOLET & PROTECTION SOLAIRE
À FRIBOURG - ROSSENS**

079 383 62 99 | info@proma.ch | www.proma.ch

ISOVER
SAINT-GOBAIN

**MADE
IN
SWISS**

L'isolation pour la Suisse.
ISOVER tient la Suisse au chaud, au frais et au sec. Les produits de qualité suisse sont fabriqués sur le site de production de Lucens (VD) depuis 1937.

www.isover.ch

CONCOURS

Participez au tirage au sort et tentez de gagner 2x1 menu «sympathie» au Restaurant du Platy, Rte du Platy 10, à 1752 Villars-sur-Glâne!

Afin d'enregistrer votre participation, remplissez le bulletin d'inscription avec vos informations de contact ainsi que votre numéro de membre, puis envoyez-le par e-mail, à info@apf-hev-fr.ch, ou par poste, à APF/HEV, Av. Bearegard 30, 1700 Fribourg.

Les heureux gagnants seront avisés par téléphone.

Bonne chance!

N° de membre
Nom, prénom
Adresse
NPA, localité
Téléphone

SERVICE

Permanence juridique de l'APF à Estavayer-le-Lac!

Lieu: Place St Claude 7, 1470 Estavayer-le-Lac

Quand: Le 1^{er} jeudi du mois de 17h à 19h

Les inscriptions sont obligatoires auprès de notre secrétariat au numéro de téléphone: 026 347 11 40 ou au 079 137 11 40

NOUS CONTACTER



Secrétariat

Av. de Bearegard 30 // 1700 Fribourg
T. 026 347 11 40 ou 079 137 11 40
info@apf-hev-fr.ch // www.apf-hev-fr.ch

Horaires permanence téléphonique

Tous les jours de 8h30 à 11h00

IMPRESSUM

Editeur: APF-HEV Fribourg
Conception: millefeuilles ag, Düdingen
Illustration: Fabien Page, Fribourg
Impression: Canisius SA, Fribourg
Tirage 02/2022 2420 exemplaires (680 en français et 1740 en allemand)
© www.apf-hev-fr.ch - mai 2022

PUBLICITÉ

PANNEAUX SOLAIRES

Branchés, à vos côtés!

RM
Robert Mauron SA

sanitaire solaire ferblanterie couverture entretien

robert-mauron.ch

Rue du Progrès 3 • CP 1031 • CH-1701 Fribourg
Tél. +41 (0)26 424 28 54 • office@robert-mauron.ch

Votre partenaire local

Graphisme - Impression
Réalisation publicitaire - Emballage
Bearegard 3, Fribourg

CANISIUS
avec Sensia SA, Guin

www.canisius.ch

printed in switzerland

Hiver rigoureux? Non, éclairé à la bougie!

L'ECAB'attitude!
Surveillez votre sapin illuminé.

Sapin sec = pas d'allumage de bougies

- tenir un extincteur ou un seau d'eau à proximité
- vérifier la complète extinction des bougies.

www.ecab.ch

Eco Hypothèque BCF
Construire ou rénover durablement

RABAIS 0,5%
SUR MAX. CHF 500'000.-
TAUX FIXE 5 ANS

Banque Cantonale de Fribourg
simplement ouvert

www.bcf.ch/eco