

1<sup>er</sup> juin 2023

## Vivre l'été fribourgeois sur les traces de Louki

**Avec un flair bien aiguisé, Louki déniché les meilleurs plans de l'été de la région des Lacs, des sommets des Préalpes et des sites culturels fribourgeois. Il connaît les plus beaux endroits pour se détendre et se régaler. Mais qui est ce Louki ? Une star de l'image à quatre pattes et un sympathique vecteur de la région de Fribourg !**

Louki adore son nouveau job d'ambassadeur de la région touristique de Fribourg. Il est joueur, curieux, actif, amoureux de la nature et de bons petits plats. Départ tout d'abord pour le pays gourmand de Morat et du Seeland où se déroule le 2 juillet la première Balade des légumes bio. Les exploitations bio se préparent à accueillir leurs hôtes dans le Grand Marais, « le » potager de la Suisse. Au programme de la journée : six postes d'information interactifs, des dégustations de produits frais de saison, des jeux et beaucoup de plaisir. Une excursion idéale, de préférence à vélo, pour toute la famille !

### Apprécier et observer la nature

La beauté des régions lacustres s'admire de préférence depuis le confort d'un bateau. Les navires de ligne sillonnent les lacs de Morat et de Neuchâtel alors que la navigation sur les lacs de Schiffenen et de la Gruyère se pratique en bateau solaire. Plonger depuis la rive ne se refuse pas, bien évidemment ! Les plages naturelles de sable, de galets ou de roseaux sont une garantie de fraîcheur. Véritable institution de la Basse-Ville de Fribourg, la piscine en plein air de La Motta fête cet été dans son écrin urbain son 100<sup>e</sup> anniversaire.

Pour une observation optimale de la nature, rien de tel que de parcourir la Grande Caricaie ! Castors, oiseaux migrateurs ou martins-pêcheurs... plus de 10'000 espèces animales se dévoilent. Nouveauté près de Romont où le biotope de la Gouille est accessible dès fin juillet. La nature éveille chez chacune et chacun une part de romantisme. Levers de soleil, méditation au sommet du Col de Lys ou endroits les plus tendances pour un dernier verre ? Louki, en Fribourgeois averti, en connaît le chemin.

### La joie des familles – et de Louki – en vacances

Louki se réjouit des destinations où les familles disposent de multiples activités. Avec son lac de montagne propice à la baignade, le sentier de la sorcière, l'aire de jeu de la Riggisalp « Au pays des dragons » et la piste de luge, Schwarzsee est l'endroit idéal. Il en va de même des stations de Jaun, La Berra ou Moléson, proposant une montagne de loisirs. Plus urbain, Romont attire petits et grands sur le Vitroparcours ou lors d'un vitroatelier dans le somptueux cadre du château. Pourquoi ne pas ensuite passer la nuit dans un bivouac dans les arbres ? Les hébergements d'agrotourisme, les trekkings avec des lamas ou des alpagas, les balades à poney ou les chemins du labyrinthe de maïs de Steinhof sauront aussi combler les familles. Une visite à la Cabane du Petit Oiseau près des Paccots ou au Papiliorama à Kerzers fait la joie des plus jeunes, par tous les temps. Le Village Lacustre de Gletterens propose un voyage passionnant dans le temps où les enfants expérimentent les techniques de l'âge de pierre.

## Actif tout au long de l'été

La randonnée reste le sport le plus pratiqué en Suisse. Sans difficultés, le chemin autour du lac de la Gruyère offre des paysages variés. Ne pas oublier d'emprunter la nouvelle passerelle du barrage de Rossens qui s'étend sur une longueur de 105 mètres, avec une vue imprenable sur le lac. Plus haut, le sommet de Teysachaux au-dessus des Paccots ou celui du Kaiseregg, près de Schwarzsee, attendent les adeptes de la marche les plus expérimentés. Les randonneurs-ses amateurs-trices découvrent de leur côté le paysage sauvage et romantique de la vallée de la Brecca. Parfois, il faut en faire encore un peu plus pour profiter au maximum des vacances ! Les cabanes de montagne permettent de passer plusieurs jours en altitude, que ce soit lors d'un trekking en Gruyère ou sur le Grand Tour des Vanils. S'entourer d'un-e accompagnateur-trice en montagne peut enrichir l'expérience.

La topographie de la région Fribourg fait le bonheur des amateurs-trices de deux-roues. Il est simple de pédaler avec plaisir le long du lac de Neuchâtel, autour du lac de Morat parsemé de haltes gourmandes ou sur la Boucle du Cœur de la Singine. Les sportifs-ves trouvent des itinéraires VTT bien signalisés en Gruyère, près des Paccots et en Glâne. Un vrai pays de découvertes ! En cas d'appel du large, les centres de sports nautiques situés en bordure des lacs fribourgeois louent canoës, kayaks, pédalos ou stand up paddles... Louki est surexcité ! La région de Fribourg propose des montées d'adrénaline sur l'eau comme sur terre. Pourquoi ne pas faire du wakesurf sur le lac de Morat ou escalader la nouvelle via ferrata de Charmey ? Toute nouvelle expérience permet de rester jeune !

## Culture d'hier et d'aujourd'hui

Louki aime fourrer son museau dans les coins chargés d'histoire et dénicher de passionnantes perles culturelles. Avec son circuit des remparts, sa cathédrale et sa tour accessible par 365 marches, la Vieille-Ville gothique de Fribourg est un vrai joyau. Ne pas manquer de télécharger l'application « Frÿburg 1606 » et de visiter l'Espace 1606 ! D'autres villes médiévales offrent des décors méconnus que des visites guidées permettent de découvrir plus en détails : le tour de la petite ville historique de Rue, la visite guidée de l'abbatiale de Payerne ou l'itinéraire d'art urbain ArtiChoke à Estavayer-le-Lac.

L'authentique tradition fribourgeoise se vit au cœur des Préalpes. Un bruit de marteau indique qu'un-e tavailonneur-se recouvre un chalet d'alpage de bardeaux. Les peintures de poya se retrouvent sur les façades des fermes typiques de la Gruyère, dans la vallée de l'Intyamon en particulier. La tradition se perpétue aussi dans les fromageries d'alpage. Les lève-tôt peuvent assister à la fabrication du fromage au feu de bois sur l'alpage de Vounetz, par exemple. Facilement accessible en télécabine depuis Charmey, l'espace ludique et informatif de la « Saison d'Alpage » se visite à l'arrivée de la remontée mécanique. Que de choses à découvrir, il suffit de suivre les traces de Louki !

## A ne pas manquer cet été

- Tour de Suisse, départ d'étape, Tavel, 13 juin
- La Tour du Sauvage, expositions et prestations artistiques, Romont, 21 juin au 31 août
- Musée H.R. Giger Gruyères, fête du 25<sup>e</sup> anniversaire, 24 juin
- **Nouveau** : Balade des Légumes dans le Seeland, 2 juillet
- **Nouveau** : slowUp de la Broye, dimanche 23 juillet
- Estivale Open Air, Estavayer-le-Lac, 26 au 29 juillet
- **Nouveau** : FriGliss, Châtel-St-Denis, 1<sup>er</sup> août
- Rencontres de folklore internationales de Fribourg, 14 au 20 août
- LAC NOIR Schwarzsee Festival, 17 au 20 août

**Plus d'informations : [fribourg.ch/ete](http://fribourg.ch/ete)**

Des conseils avisés et des suggestions pour de petits séjours comme des vacances plus importantes sont également disponibles sur [Facebook](#), [Instagram](#), [Twitter](#) et [LinkedIn](#).

**Contacts médias romands :**

[media@fribourg.ch](mailto:media@fribourg.ch), Marie-Christine Repond, 079 339 13 53

Sous [fribourg.ch/medias](http://fribourg.ch/medias), la [banque d'images Flickr](#) propose un grand choix de photos libres de droit que nous vous adressons volontiers en haute résolution. Nous nous chargeons bien entendu également de vos demandes d'images spécifiques.