



# Jardin des Capucins

PROGRAMMATION  
2025

Fête de la Nature : 24 mai  
Journée Santé et bien être : 28 juin  
Culture'S en tous Sens : 23 août  
Fête au Jardin : 18 octobre

Sessions de jardinage hebdomadaires  
Mardis 14h30-18h30

Mercredis 13h30-16h30

Yoga & autres activités régulières

Programme complet au verso

D'avril à octobre - Jardin communautaire des Capucins

Place du Marché 2 - 1630 Bulle

# Jardin des Capucins

Un jardin ouvert et participatif au coeur de la ville de Bulle!

## PROGRAMMATION 2025

### Activités régulières

#### Sessions de jardinage hebdomadaires

Les mardis de 14h30-18h30  
Les mercredis de 13h30-16h30  
D'avril à octobre

Envie de jardiner? Rejoignez l'équipe de bénévoles qui s'occupe du jardin durant toute la saison, encadrés par des professionnels. Le travail est suivi d'un goûter et du partage des récoltes.

Infos et inscriptions : [jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch](mailto:jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch)  
Gratuit | Tout public, enfant accompagné

#### Les samedis au jardin

Samedis 05.04 | 12.04 | 04.10 | 11.10 | 9h-16h

Chantiers participatifs avec pique-nique en commun à midi.  
Gratuit | Tout public, enfant accompagné

#### Jardin des histoires

Les mercredis 14.05 | 18.06 | 16.07 | 13.08 | 17.09  
15h-16h

Inspiré du projet «Né pour lire», nos passeurs et passeuses d'histoires apporteront leurs paniers de livres afin d'enchanter les après-midis au Jardin, dans la cabane vivante! En collaboration avec la **Bibliothèque de Bulle**.

Gratuit | Famille, enfant accompagné

#### Yoga au jardin

Les mercredis 21.05 | 25.06 | 23.07 | 20.08 | 10.09 | 15.10  
10h-11h

Cours de Hatha Yoga avec **Alicia**. Un moment de détente pour se reconnecter à son corps et prendre du temps pour soi dans un endroit qui invite à la sérénité.

**A prendre:** tapis de yoga et si envie bloc de yoga et couvertures

Inscriptions : <https://calendly.com/femmesducosmos/hath>  
Prix libre et conscient | Adulte

### Evénements

#### Fête de la nature | Samedi 24.05

**Bourse d'échange de plantons et semences | 10h-16h**  
Dans le cadre de la **Fête de la Nature** et en collaboration avec **Graines d'Avenir**, **Bulle Sympa**, le **Jardin du Pissenlit** et **Jardins durables du Parc Gruyère Pays d'Enhaut**, nous proposons une bourse d'échange de plantons au Jardin des Capucins. Légumes, petits fruits, fleurs, plantes vertes, aromatiques et médicinales, seront les bienvenus sur notre étal pour échanges ou contre bon cœur! Matériel, outils et pots de jardin peuvent aussi être déposés!  
Gratuit ou prix libre | Tout public

#### Récolte, tri et battage de graines | 10h-16h

L'équipe de la grainothèque, projet du collectif citoyen **Graines d'avenir**, propose de récolter et trier les semences de quelques plantes montées en graines. Il y en aura sur place et les participant-es peuvent aussi amener les leurs.  
Gratuit | Tout public

#### Rafraichissements et gourmandises | 10h-16h

Avec la **Midinette** : coffee shop itinérant – Bon café, boissons, gâteaux et cookies faits maison.  
Prix libre et conscient

#### Atelier et repas autour des orties | 10h-13h

Célébrez la star : l'ortie, une bombe nutritionnelle. Cueillette des herbes au jardin et cuisine avec **Hortense**. Un plat déclinable aussi en version végane.  
Inscriptions: [jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch](mailto:jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch)  
Prix libre et conscient | Tout public, enfant accompagné

#### Animation musicale avec Boboloco | 11h-12h

Trash Guinguette, poétique, engagé, acoustique, électrique tout terrain, **Boboloco** est l'enfant du nouveau-monde, omniprésent dans les têtes mais encore trop peu visible dans ses effets.

Prix libre et conscient | Tout public

#### Initiation à la vannerie | 14h-17h

Venez réaliser une petite corbeille en plantes sauvages tressées avec **Demaiselle Chêne**. Possibilité de participer uniquement à la démonstration, sans inscription.

Inscriptions : [jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch](mailto:jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch)

Prix libre et conscient | Dès 12 ans

#### Rogations

Lundi 26.05 | 19h

L'unité pastorale Notre-Dame de Compassion célèbre les Rogations dans le jardin des Capucins. En cas de mauvais temps, elles se dérouleront dans la chapelle.

Gratuit | Tout public

#### Fête de la Musique

Dimanche 22.06

Fête de la Musique, animations tout public et spécial famille, activités et horaires à découvrir sur : [www.fmbulle.ch](http://www.fmbulle.ch)

Gratuit | Tout public

#### Journée Santé et Bien-être | Samedi 28.06

##### Première démarche participative La Capucette | 10h-16h

Imaginons ensemble La Capucette, un chariot-bar mobile, low-tech et collaboratif pour les événements régionaux! Lauréat de l'appel à projets pour la Durabilité du Canton de Fribourg et de la HEG, ce projet encourage la mutualisation des ressources. Participez à son développement en partageant vos idées, dessins et suggestions sur son design et sa fonctionnalité.

En partenariat avec l'association **Espace-Temps**.

Gratuit | Tout public

##### Bulle de détente et de douceur | 10h-16h

Cultivez votre jardin intérieur et venez semer une graine de bien-être dans votre cœur ainsi que dans votre corps. Séance découverte de massage par **Mercedes**, d'environ 20 min.

Inscriptions sur place

Prix libre et conscient | Adulte ou enfant accompagné

##### Atelier teinture végétale | 10h30-15h30

Découvrez l'art de la teinture avec **Créa-Tine**: impression végétale (adulte) et atelier encres végétales (enfant).

Inscriptions sur place

Prix libre, conseillé 10CHF | Adulte et enfant dès 7 ans

##### Quizz sur l'impact de nos choix alimentaires sur la santé et l'environnement | 11h -12h

Connaissez-vous l'impact de vos choix alimentaires sur la santé? Testez vos connaissances, découvrez l'association **Vege'tables**, ses animations et profitez d'une dégustation.

Gratuit | Tout public

##### Soupe de chalet & plantes sauvages | 11h -13h

Revisitons ensemble la soupe de chalet, avec une version végane. Comme entrée, nous vous présenterons plusieurs plantes sauvages comestibles afin d'en faire une délicieuse salade!

Inscriptions : [jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch](mailto:jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch)

Prix libre et conscient | Tout public

#### Culture'S en tous Sens | Samedi 23.08

##### Danse méditative dans la joie | 10h-11h

Mouvements méditatifs inspirés de la beauté et de la symbolique des lettres hébraïques; elles-mêmes sont le reflet des calligraphies des peuples anciens sémitiques. Cette pratique s'appelle Téhima, mot qui signifie "harmonie". Création **Tina Bosi**.

Prix libre et conscient | Tout public, enfant accompagné

##### Chantier participatif de la Capucette | 11h-16h

Rejoignez-nous pour une expérience unique et conviviale! Encadré par **Sergio Almeida** de l'atelier Tramway, venez assembler les différents éléments du chariot bar low-tech La Capucette. Montage du système énergétique alternatif, ponçage, serrage, peinture et bien d'autres surprise de construction. Bienvenue à tous sans inscription!

Inscriptions (groupes): [jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch](mailto:jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch)

Prix libre et conscient | Tout public, enfant accompagné

##### Atelier de création de biscuits au feu de bois et dégustation de salades du monde | 10h30 à 13h30

Profitez du soleil et de la convivialité du lieu en participant à cet atelier, le tout en savourant de rafraîchissantes salades provenant du 4 coins du globe, préparé par des ami.e.s et bénéficiaires de l'association **Lisanga**.

**A prendre** avec vous si envie : les ingrédients pour la réalisation de vos biscuits préférés.

Inscriptions: [jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch](mailto:jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch)

Prix libre et conscient | Tout public, enfant si accompagné

##### Vernissage de l'exposition de Dimitri Känel: Les Orchidées Sauvages du Canton de Fribourg | 14h

Avec des photographies en grand format, plongez dans le monde fascinant des orchidées sauvages. Ces fleurs, d'une beauté rare, s'épanouissent dans une grande diversité de biotopes. L'exposition sera visible d'août à octobre.

Gratuit | Tout public

##### Démonstration de sculpture sur bois | 14h à 16h

Avec **Renaud Schneuwly**, découvrez le monde du travail artisanal du bois vert et ses outils, plus particulièrement pour la fabrication d'ustensiles de cuisine

Gratuit | Tout public, enfant dès 8 ans

#### La Capucette - Tester, pédaler, trinquer!

##### Mercredi 24.09 | 15h

Le bar à jus prend vie! Viens tester notre **Capucette** et déguster un bon smoothie avec les petits fruits du jardin élaboré à la force des mollets.

Gratuit | Tout public

#### Fête du Jardin et Capucette | Samedi 18.10

##### Bourse d'échange de produits à conserver | 10h-15h

Echangez ou partagez vos surplus de produits du jardin ou de la nature que vous avez élaboré durant la saison ou avant: Pickles, lacto-fermenté, chutney, pesto, champignon séché, confiture, compote, sirop, tisane... Diversifions nos produits de réserve pour passer l'hiver et découvrons de nouvelles saveurs!

Gratuit ou Prix libre et conscient | Tout public

##### Atelier KK-OH | 10h-16h00

Un atelier interactif de l'association **Papille-ON** sur le voyage des selles pour tout comprendre sur la digestion, à jouer dès le plus jeune âge. Prenez votre panier et composez votre menu préféré. Faites ensuite passer votre « repas » dans le système digestif de Monsieur KK-OH! – une tuyauterie ludique qui enseigne aux la mécanique de notre digestion.

Prix libre et conscient | Enfant, âge conseillé 4 à 13 ans

##### A vos éplucheurs! | 10h-13h30

Rejoignez les jardiniers.ères en compagnie d'**Aziadé Cirilini** pour éplucher, papoter, mijoter et savourer une soupe à la courge au feu de bois et des sourires.

Inscriptions : [jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch](mailto:jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch)

Prix libre et conscient | Tout public, enfant accompagné

##### Visite guidée du Couvent des Capucins | 10h30-11h30

La **Fraternité Oasis** vous fera découvrir la Chapelle de Notre Dame de Compassion et le couvent des Capucins.

Gratuit | Tout public

##### Inauguration de la Capucette | 16h-17h

Fêtons ensemble le prix du Service du développement durable du canton de Fribourg et de la HEG! Découvrez notre charriot-bar mobile low-tech et vous serez informé de notre volonté de sa mutualisation auprès d'associations locales ou autres intéressés pour des événements régionaux. En partenariat avec **Team Cyclotone**, Fribourg.

Partie officielle, apéro et festivités

Gratuit | Tout public

##### Concert de Blue Skin Brothers (duo Folk) | 17h-18h

Inspirés par le blues et passionnés de songwriting, **Matthieu Hwiler** et **Eric Dévaud** vous invitent à un voyage musical mêlant compositions originales et reprises réarrangées. Poétiques et touchants, ils interpréteront un répertoire en français et en anglais, alliant profondeur des textes et émotions sincères.

Prix libre et conscient | Tout public



MIEUX VIVRE  
ENSEMBLE

#### INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

Sur internet, sur place au Jardin ou par mail:  
[jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch](mailto:jardin-capucins@croix-rouge-fr.ch)  
Le Jardin des Capucins se trouve à la rue du Marché 2 à Bulle, derrière la Chapelle des Capucins, dans le jardin du cloître.