

Hansen
OPTIQUE SA
Sierre
Av. Général-Guisan 5 - 027 455 12 7
DYNOPTIC
PARTNER



TÉMOIGNAGE

SCHIZOPHRÉNIE:
FRANÇOIS, 46 ANS,
ÉVOQUE SON QUOTIDIEN.
A SIERRE, LA PRISE
EN CHARGE EST
ACTIVE.



INTERVIEW

PIERRE VIANIN A L'OCCASION
DE LA SORTIE D'UN NOUVEAU
LIVRE, L'ENSEIGNANT SPÉCIALISÉ
À NOËS LE RAPPELLE:
L'ÉCHEC SCOLAIRE N'EST
PAS UNE FATALITÉ!



DISTRIBUTION TOUS MÉNAGES

LE JOURNAL DE SIERRE

**BIMENSUEL
JGA 3960 SIERRE**



Passion mécanique

CRANS-MONTANA A 23 ans, Julien Beaud est fou de remontées mécaniques. Histoire, anecdotes et câblage au programme. DR > 15



Vendredi No 5
18 mars 2022

SPORTS
FOOTBALL
Sourd de naissance,
Alex Minganti
entraîne une équipe
d'actifs. > 20

.....

SORTIR
CONCERT
Asima. Le projet
de Nicolas Fardel
est de retour. > 23

**LE SPÉCIALISTE DE
LA PERRUQUE À SION**

Institut capillaire
Second' Hair sàrl
Perruques, postiches, barbans, foulards

Av. de la Gare 29 - 1950 Sion
027 321 11 61 - second-hair.ch

PUB

CHOIX UNIQUE SPORT-CHIC

CAMEL ACTIVE

**AUSSI SUR
RENDEZ-VOUS
079 213 22 66**

CRETTAVENTURE.CH
CAMEL ACTIVE VALAIS > RIDDES

GILLES MITTAZ EMERY SA

— VOTRE SPÉCIALISTE EN DÉCHETS & TRANSPORT —
079 628 19 46

**M
MEISTER**

Nils Hansen
BIJOUTERIE - HORLOGERIE
CH 3960 SIERRE
www.bijouterie-hansen.ch

Swiss Made

Vous avez une info, des photos?
www.lejds.ch – redaction@lejds.ch – Tél. 027 451 12 22

LE CHIFFRE

9600 FRANCS

Espérons que le HC Sierre soit plus copain avec les play-off que ne l'est le *Journal de Sierre*. Comme chaque année, il nous est impossible de vous informer sur la série en cours entre Olten et Sierre (2-0 après les deux premiers matches). Notre délais de rédaction étant fixé à mercredi à midi. Nous évoquerons donc ce quart de finale dans notre prochaine édition. En revanche, un mot sur la saison régulière: Arnaud Montandon a fini Top-scorer du HC Sierre. Avec 48 points (24 buts et 24 assists), il a récolté 9600 francs pour la relève sierroise. Ce classement a été remporté par Eric Faille du EHC Klotten (14 600 francs),

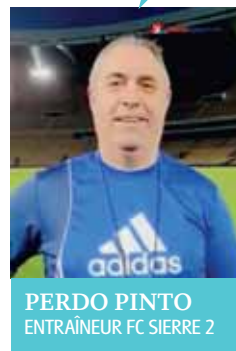


devant Garry Nunn du EHC Olten (13 800 francs) et Jonathan Ang du HC Thurgovie (12 800 francs). En tout, l'opération Top-scorer a récolté 113 200 francs pour les juniors des clubs de Swiss League et la même somme pour les équipes nationales juniors.

LA PHRASE

«Pendant trois jours, nous avons vécu comme des professionnels»

Début mars, la deuxième équipe du FC Sierre s'est envolée pour un camp d'entraînement à Séville, organisé par le joueur Nicolas Pillet et la société spécialisée Planet-sport. Le groupe savait qu'il allait utiliser une partie des installations du stade olympique, mais il n'avait jamais envisagé ce qui allait suivre. «Nous avons pu nous entraîner trois fois 90 minutes sur la pelouse qui a accueilli le dernier Euro», explique l'entraîneur Pedro Pinto. La Cartoja avait vu défiler des équipes comme l'Espagne, la Suède, la Pologne, la Slovaquie et en huitième de finale la Belgique et le Portugal. De là à se prendre pour Cristiano Ronaldo, Kevin de Bruyne ou Robert Lewandowski, il n'y



PERDO PINTO
ENTRAÎNEUR FC SIERRE 2

a qu'un pas. «Nous avons vécu durant trois jours comme de vrais professionnels. Lors des entraînements, nous avions même à disposition un jardinier qui veillait à l'état du terrain. Les chambres d'hôtel étaient dans le stade et certaines avaient une vue directement sur la pelouse», poursuit Pedro Pinto. Le FC Sierre est le premier club amateur à avoir pu s'entraîner dans le mythique stade de Séville. Le groupe a également pris le temps de visiter la région et de faire du paddle sur la rivière qui traverse le centre-ville. «Après avoir été aussi bien traités, nous sommes dans l'obligation de faire des points lors du deuxième tour», conclut Pedro Pinto.

PUB

DEVENEZ COOPÉRATEUR DE MIGROS VALAIS



GRATUIT



DÉCIDEZ DE L'AVENIR DE VOTRE MIGROS



DEVENEZ CONSOMMATEURS



RECEVEZ LE MIGROS MAGAZINE



UNE PART SOCIALE DE CHF 10.-



UN CARNET DE BONS CHAQUE ANNÉE



Inscription

www.migrosvalais.ch/coopérateur



L'ÉDITO

Protéger les plus faibles



ISABELLE BAGNOUD LORETAN
RÉDACTRICE EN CHEF

Les maladies psychiques souffrent de tant de représentations négatives qu'elles provoquent directement ou indirectement

l'exclusion des personnes malades. Ce sont des handicaps invisibles, comme témoigne François (page 4) qui souffre de schizophrénie. Ce n'est pas comme une jambe cassée. Pas si simple à expliquer. La maladie isole car elle reste un tabou même dans notre société. Une maladie honteuse. Les Journées des schizophrénies du 19 au 26 mars rappellent qu'il faut en parler. Car même si ce n'est que 1% de la population qui souffre de schizophrénie, près de 20% des Suisses, tous âges confondus, est concernée par une souffrance psychique modérée à sévère. Ceux qui ont le bonheur de n'avoir besoin d'aucune solidarité, d'aucun service de l'Etat social ne se rendent pas compte du parcours du combattant qu'il faut parfois effectuer. Et la «réussite» tant valorisée dans notre société n'arrange rien! Mais les choses évoluent: l'Hôpital Valais fait d'énormes efforts, des associations et des cours existent pour les proches. Car oui, clairement, il faut protéger les plus faibles.

LA PHOTO D'AVANT

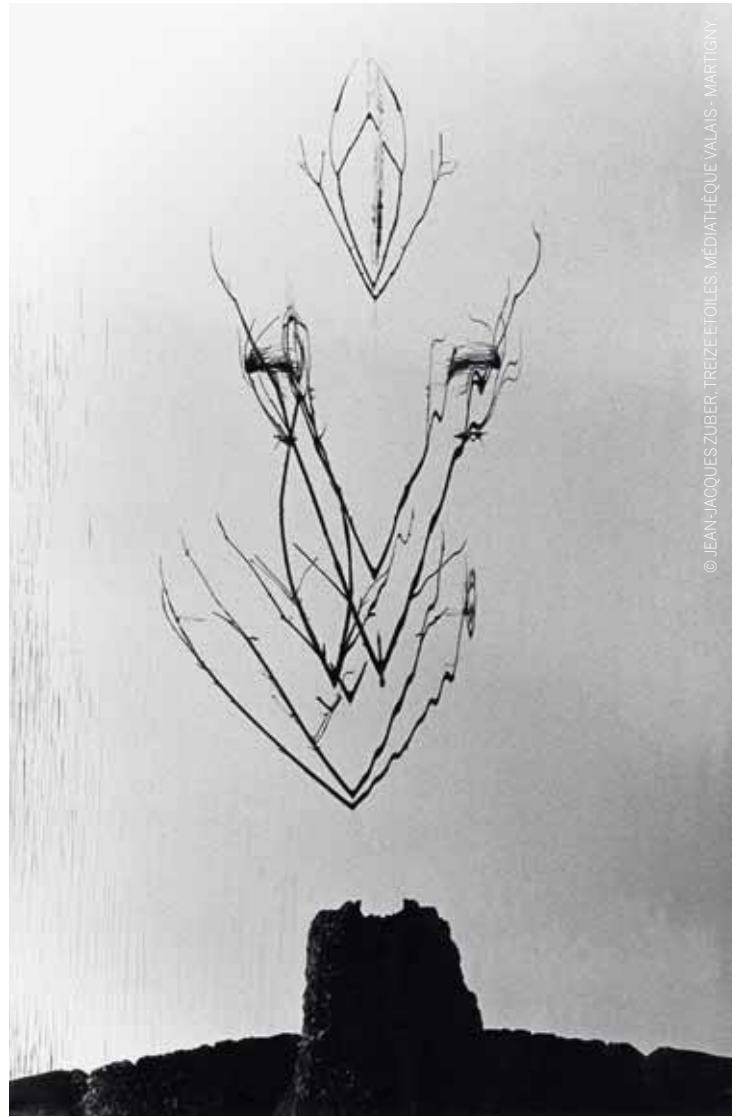
Un peu de lumière pour un visage

Exposées au monde, les pellicules photosensibles n'en retiennent qu'une part infime, sans quoi nous ne pourrions plus rien en percevoir. Pour répondre à ce peu de lumière, la composition, la technique, l'inventivité et l'étonnement s'assemblent derrière l'objectif. Là, en 1974, Jean-Jacques Zuber saisit un morceau de la forêt de Finges sans intention autre, peut-être, que de faire état de ce qu'il peut observer. Là où son regard porte au loin, entre les arbres, son objectif s'est arrêté près du sol, de l'eau. La photo est publiée à l'horizontal. Elle rend quelque chose de la lumière et du calme de l'eau, simplement.

La beauté s'est invitée à ce rendez-vous. Elle travaille aussi parfois dans les failles. Car, lorsque notre attention retourne le sens de cette image, un portrait esquissé dans l'eau flotte indifféremment. Verticale, la structure est autre. Un alter ego de branches apparaît, constitué par le reflet. C'est un masque ou un totem, mais c'est aussi simplement de l'eau.

Notre regard ne travaille-t-il pas souvent ainsi? Métamorphosant ce qui est perçu, reçu? Et alors nous posons un peu de lumière sur le visage autre, sur le visage d'autrui.

A la Médiathèque Valais - Martigny, sensibiliser aux multiples dimensions du regard actif, permuter les points de vue, penser le monde et s'en nourrir par le regard des autres sont des pratiques valorisées. En collaboration avec le festival Cellules Poétiques, du 25 mars au 16 avril 2022, l'espace Dans L'Objectif vous propose «Printemps, je te bois», une exposition et des rendez-vous culturels autour de l'œuvre littéraire et poétique de S. Corinna Bille.



© JEAN-JACQUES ZUBER, TREIZEFOILLES, MÉDIATHÈQUE VALAIS - MARTIGNY

JULIEN ANTOINE BOVIER



JOURNÉES DES SCHIZOPHRÉNIES Du 19 au 26 mars, l'association Synapsespoir organise une série de rencontres et d'échanges autour des schizophrénies. L'occasion de rencontrer François qui raconte son quotidien, de connaître l'association Synapsespoir et faire le point avec le CCPP de Sierre.

«Sommes-nous si différents?»

ISABELLE BAGNOUD LORETAN

François* est l'une des 85'000 personnes atteintes de schizophrénie en Suisse, des troubles psychotiques qui touchent une personne sur 100. Une maladie qui apparaît en général entre 18 et 25 ans et qui peut provoquer délires et hallucinations. Les causes des schizophrénies restent inconnues mais il s'agirait d'une combinaison de facteurs génétiques et environnementaux qui se caractérise par des troubles importants de la perception de la réalité. François n'a jamais été dangereux, ou violent envers les autres. Il aime le rappeler. Car selon le Valaisan, cette maladie psychique véhicule des idées fausses et beaucoup de peurs. C'est pourquoi aussi, il a décidé de rester anonyme.

Accompagnement ambulatoire

François a 46 ans. Storiste de formation, il est aujourd'hui à l'AI. Il aime peindre des tableaux et s'occupe du ménage et de ses enfants pendant que sa femme travaille. Dans son quotidien, la maladie occupe une grande place. Quand il se sent bien, il sort boire un café mais généralement il évite de croiser du monde. Sous curatelle pour se protéger et protéger sa famille contre des achats compulsifs, il souffre aussi de troubles de la mémoire et a de la peine à se concentrer. «Les gens ne comprennent pas forcément, il y a immédiatement du jugement. Les schizophrénies, ce n'est pas comme une jambe cassée, ça se passe à l'intérieur de

vous et ce n'est pas simple à partager», dit-il. Pourtant François reste positif, il reconnaît bénéficier d'un encadrement affectif et thérapeutique ambulatoire bienveillant. Il se dit très reconnaissant envers sa femme et ses enfants (sa femme a

qui lui éviterait des crises tétanisantes. Une semaine avant, il sent pourtant grandir son stress et ses angoisses. Avec le temps, et en collaboration avec médecins et infirmière, il a appris à gérer ses réserves médicamenteuses.

crises sont de plus en plus nombreuses: «C'est comme si vous étiez extrêmement timide et que vous vous retrouviez au milieu d'une conférence de presse avec 50 personnes qui vous dévisagent». En voiture, il peut tout à



«Il y a immédiatement du jugement»

FRANÇOIS*
SCHIZOPHRÈNE

coup imaginer des scénarios catastrophes. Parfois il a des visions, comme si le visage de l'autre pénétrait dans le sien, comme s'il n'existait plus. «On a tourné en rond un moment avant de poser un diagnostic et quand il est arrivé ça m'a beaucoup soulagé», se souvient François. Il évoque encore plusieurs séjours à Malévoz où il s'est senti libre de parler de sa maladie, d'apporter son éclairage et son expérience, sans être jugé. «J'avais l'impression que nous parlions la même langue, qu'on se comprenait même si nous étions tous différents».

Dernièrement, François a écrit cette phrase: «J'aimerais être comme vous. Pouvons-nous échanger ne serait-ce qu'un instant nos vies? Juste pour voir si nous sommes si différents. Je me demande si vous auriez peur de la mienne ou que la vôtre soit trop belle à mes yeux. Ou que sais-je... Aimeriez-vous la mienne !?»

«Vous savez», conclut-il joyeux, «il y a des malades qui font de très belles choses dans leur vie...»

*Prénom d'emprunt

suivi les cours Profamille et la famille est membre de l'association Synapsespoir), envers son psychiatre et une infirmière qui passe une fois par semaine pour simplement parler: «C'est formidable de pouvoir me confier, ça permet aussi de soulager ma famille». Une fois par mois et pour ne pas oublier ses médicaments, il reçoit une injection

«J'ai accepté ma maladie et je suis mon traitement»

Autant qu'il s'en souviennent, François a toujours eu des angoisses, il s'est rapidement senti différent même s'il a suivi sa scolarité et, malgré deux échecs, a réussi son apprentissage. A l'adolescence, il entend des voix, les

A SIERRE

Un centre de consultations et hôpital de jour

En matière de psychiatrie adulte, le canton du Valais possède un centre hospitalier à Malévoz faisant partie du département de psychiatrie et psychothérapie de l'Hôpital du Valais. En complément ou en parallèle à cette prise en charge stationnaire, la psychiatrie de liaison (psychiatres, psychologues et infirmiers) intervient dans les services somatiques de l'Hôpital du Valais pour orienter et soutenir les patients ou les soignants. En matière ambulatoire, le Valais possède une unité hospitalière et un accueil de jour en pédopsychiatrie à Sierre, un service médico-pénitentiaire ainsi que quatre Centres de compétence en psychiatrie et psychothérapie (CCPP) à Monthey, Martigny, Sion et Sierre. Les centres proposent des consultations médicales mais aussi un hôpital de jour qui peut accueillir, à Sierre par exemple, jusqu'à environ 15 personnes entre 10 heures et 16 heures, des patients qui suivent des thérapies de groupe et/ou en individuel. A Sierre, le centre est composé d'une équipe pluridisciplinaire de médecins, d'infirmiers, de psychologues, d'une ergothérapeute, et d'une assistante sociale assistés d'un secrétariat. «Je dois dire que nous avons du succès, c'est probablement parce que nous sommes bien identifiés aujourd'hui en termes de compétences», explique Cédric Burgat infirmier ICUS qui coordonne une part de l'activité au CCPP de Sierre. «Il est probable aussi que la crise du Covid ait clairement augmenté les activités hospitalières et extrahospitalières. Nous sommes débordés mais nous possédons une offre différente de

celles des cabinets privés notamment par la multiplicité des ressources au sein du pôle de psychiatrie». L'organisation des soins psychiatriques en Valais tient aussi à la géographie spécifique du canton qui appelle à investir dans des soins de proximité comme parfois alternatives à des hospitalisations. Tout porte à croire qu'on se dirige dans le futur vers un accroissement encore des équipes mobiles qui peuvent réagir rapidement à domicile en laissant ainsi le plus possible la personne dans son environnement de vie. «Une alternative possible aux hospitalisations qui peuvent se révéler lourdes et très significatives», confirme Cédric Burgat.



DE L'IMPORTANCE DES PROCHES: L'ASSOCIATION SYNAPSEPOIR

L'association Synapsespoir organise les Journées des schizophrénies du 19 au 26 mars, l'occasion de sensibiliser la population à la maladie à travers plusieurs rendez-vous. L'association est composée de proches de personnes souffrant d'une schizophrénie ou de troubles bipolaires, elle apporte du soutien aux proches et améliore leur qualité de vie. Synapsespoir entretient un partenariat avec le programme Profamille de l'Hôpital du Valais qui propose des formations aux proches avec des professionnels de la santé mentale. Interview avec son président, Pascal Brunner.

Donnez-nous des exemples de ce que fait Synapsespoir?

Nous nous engageons pour le soutien des proches et nous organisons des journées de sensibilisation. Nous rencontrons deux fois par an les nouveaux médecins assistants pour les sensibiliser. Lorsqu'une personne est admise à Malévoz, nous informons ses proches de notre existence, nous participons aussi aux cours proposés par Profamille en co-animation témoignant de ce que nous avons vécu, nous sommes partenaires des projets prioritaires psychiatrie de l'Hôpital de Valais... Nous intervenons aussi dans les Hautes Ecoles. Vous savez, la maladie draine un lourd héritage de

culpabilité... Les troubles schizophréniques ne sont pas une conséquence néfaste de l'éducation donnée par les parents...

J'ai eu trois téléphones en deux jours avec des proches qui me disaient: «j'ai fait tout faux!» Personne n'est préparé à vivre une telle situation. Il faut se battre tous les jours. En tant que proche, c'est parents, frères, sœurs, conjoints, enfants de... pour les petits on a même créé une brochure (Tom et Lola) et un jeu..

La maladie touche tout le monde?

Oui. Peu importe l'endroit sur terre, qu'il s'agisse d'un homme ou d'une femme, pauvre ou riche.

Quelles en sont les causes?

Actuellement on privilégie la thèse de la vulnérabilité biologique, à laquelle s'ajoutent des causes environnementales liées plutôt à des événements difficiles, une montée de stress, une consommation de drogue, un divorce, un décès...

Qu'implique la formation Profamille?

14 rencontres avec un programme pour chaque soirée menées par des professionnels et qui comprennent aussi du travail à domi-

cile. Quand la formation est terminée, les proches sont considérés comme des experts de la maladie.

Sentez-vous encore de la stigmatisation?

Il y a encore beaucoup de jugements liés aux maladies mentales. Emotionnellement, le proche va se sentir coupable. D'autant que nous vivons aussi dans la société de la réussite! On entend encore des «Mais foutez-lui un pied au c...!», «Vous l'avez mal éduqué!»... Je sens toutefois des améliorations. Par exemple, il y a encore une année, il n'y avait pas de personnel qualifié présent pour les troubles psychiques aux urgences de l'Hôpital Valais à Sion. Aujourd'hui, c'est sept jours sur sept, de 8 à 20 heures! L'hôpital a fait d'énormes efforts.

Vous tiendrez un stand au marché de Sion le 25 mars, pourquoi?

L'idée est d'informer le grand public avec un professionnel de la santé, d'approcher les familles par un autre biais, faire connaître notre association, répondre aussi aux questions. Les proches n'osent pas toujours en parler. Ici, le cadre est moins psychiatrique, il est ouvert à tous et des échanges sont possibles. IBL

www.synapsespoir.ch

Judi 17 mars dès 20 heures: soirée musicale, témoignages et échanges, café du Nord à Sion avec les artistes Mize & Joël Nendaz.

Mercredi 23 mars à 19 h 30: salle Notre-Dame des Champs à Martigny-Ville, conférence de Martina Aleves, infirmière spécialiste clinique en psychiatrie sur «Maladies psychiques, danger d'exclusion».

Vendredi 25 mars dès 8 heures: stand au marché de la ville de Sion.

Vendredi 25 mars à 17 h 30, cinéma Casino à Martigny et 18 h 30 au Plaza à Monthey, projection du film «La Forêt de mon père».

bibliothèque média
thèque

LE GRAIN DE SEL



Nellie Bly est complètement folle. Sans cesse, elle répète vouloir retrouver ses «trons». Personne n'arrive à saisir le sens de ses propos, car en réalité, tout cela n'est qu'une vaste supercherie. Nellie cherche à se faire interner dans l'asile psychiatrique de Blackwell à New York dans le but d'y enquêter sur les conditions de vie de ses résidentes. Y parvenant avec une facilité déconcertante, elle découvre un univers glacial, sadique et misogyne, où ne pas parfaitement remplir le rôle assigné aux femmes leur suffit à être désignées comme

aliénées. L'histoire vraie de la pionnière du journalisme d'investigation et du reportage clandestin. Un récit poignant porté par un graphisme élégant.

Nellie Bly: dans l'antre de la folie, de Virginie Ollagnier et Carole Maurel.

Six Suisses romands souffrant de troubles psychiques divers (schizophrène, borderline, bipolaire, dépressif) participent à une aventure thérapeutique unique en son genre: un mois dans la jungle et sur les fleuves de la Guyane française, au cœur de la forêt amazonienne. Encadrés par un psychiatre et trois infirmiers des Hôpitaux Universitaires de Genève, ils sont confrontés à eux-mêmes, au cours d'un trek inoubliable et de rencontres exceptionnelles avec les Amérindiens Wayana et les descendants des esclaves africains. Comment les aventuriers traverseront-ils ces territoires parfois hostiles à l'image de ceux qui hantent quotidiennement leur esprit?

D'une jungle à l'autre (DVD), de Raymond Vouillamoz et David Rihs



En lien avec l'article l'article sur la schizophrénie, l'équipe de la Bibliothèque-Médiathèque de Sierre propose d'élargir le sujet avec quelques références issues de leurs collections. Des ouvrages plus ou moins récents mais surtout des incontournables à (re)découvrir:

Victoire, 14 ans, écrit à Karine, sa tante. Elle lui confie ses joies, ses peines et surtout elle lui parle de son père. Ce dernier, professeur de musique, a changé de comportement et d'humeur: lui, si gentil d'habitude est devenu une personne agressive. Puis, l'indifférence, la tristesse et la déprime se sont installées en lui. Son père souffre de troubles bipolaires. Et pour Victoire, cette maladie n'est pas facile à appréhender... Une approche de la maladie adaptée aux adolescents avec des sites internet et des adresses utiles. L'ouvrage contient également un entretien du Dr Jean-Pierre Guichard, psychiatre.

Mon père fait des montagnes russes dans sa tête: la bipolarité, de Christine Deroin et Angélique Excoffier



ET AUSSI...

Rien ne s'oppose à la nuit, de Delphine de Vigan: Au cœur de la mémoire familiale, entre souvenirs lumineux et secrets enfouis, un roman autour de Lucile, la propre mère de Delphine de Vigan, atteinte du syndrome bipolaire. Prix Renaudot 2011.

Des oiseaux plein la tête, d'Alexandra Garibal, illustré par Sibylle Delacroix: Malgré la différence de Nénette, No essaie de la comprendre et d'être son ami. Ensemble, ils font flotter des bateaux en papier les jours de pluie. Un album pour enfants plein de délicatesse.

La petite fille à la balançoire: témoignage de Frédérique Bedos avec Valérie Péronnet: C'est l'histoire d'une petite fille dont la maman glisse lentement dans la maladie mentale. Elle rencontre une famille extraordinaire de la banlieue de Lille, qui adopte des enfants du monde entier. Adolescente, elle partage sa vie entre cette maison du bonheur et des tête-à-tête compliqués avec sa mère à la dérive. Entre amour doux et amour fou. C'est l'histoire de Frédérique Bedos.

Black swan [DVD], réalisé par Darren Aronofsky: Rivalités dans la troupe du New York City Ballet. Nina est prête à tout pour obtenir le rôle principal du Lac des cygnes que dirige l'ambigu Thomas. Mais elle se trouve bientôt confrontée à la belle et sensuelle nouvelle recrue, Lily...

Brise glace, le podcast du journal Le Temps: Être «schizo», dans le langage populaire, ça veut dire indécis, bizarre, voire dangereux... pour Jack, jeune Jurassien installé à Lausanne, c'est une réalité depuis dix ans.

Diagnostiqué à la fin du collège, il se bat depuis contre les crises, l'apathie, les préjugés aussi. Dans cet épisode, il raconte avec courage son parcours tourmenté, mais rempli d'espoir.

Retrouvez tous les grains de sel de la BMS sur www.bmsierre.ch/jds

PUB



Profitez de nos

OFFRES

LUMINEUSES

Jusqu'au 31 mars sur nos plus beaux modèles de cuisines et de dressings.

GAUDIN

GAUDIN CUISINES | Route du Moulin 16 | 3977 Granges
T. 027 452 43 43 | www.gaudin-cuisines.ch
Ouvert le samedi matin



SCHMIDT

parce que vous n'êtes pas comme tout le monde

Sierre, à vendre

**maison individuelle
entièrement rénovée**

située dans un quartier magnifique et
calme.
140m² habitable, 70m² de terrasse,
garage.

Disponible immédiatement.

Contactez le propriétaire au
079 470 93 05

ABDB débarras

Débarras appartement,
maison, cave.

**Déduction sur la prestation
pour tout bien récupéré.
Visite et devis gratuit.**

www.abdb-debarras.ch
Tél. 079 387 38 78

**ACHAT D'OR &
D'HORLOGERIE. ÉTAIN**

**Tous les vendredis, chez
Coquoz Luxury, route du Simplon 8,
1958 ST-LÉONARD, bureau ouvert
de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h00**

NOUS ACHETONS :

Tous bijoux en or, même cassés (bagues, bracelets, colliers,
lingots, or dentaire, toute monnaie en or ou argent).

Toute argenterie 800 et 925.

ÉGALEMENT GRAND EXPERT D'HORLOGERIE**Montres**

LONGINES, HEUER, IWC, OMEGA, PATEK PHILIPPE, ROLEX,
VACHERON, ZENITH, MONTRE DE POCHE, MONTRES
BRACELET, TOUS CHRONOS, TOUTES HORLOGERIES ET
TOUTES MONTRES EN ACIER, PENDULE, PENDULETTE,
ATMOS, ETC.

**N'hésitez pas à prendre vos montres cassées,
nous les rachetons pour leurs pièces !**

**Nous achetons également tous tableaux de peintres valaisans
et tous tableaux école suisse et étrangère du XVIIe au XXe.**

JE ME RENDS ÉGALEMENT À DOMICILE.

M. Coquoz au tél. **079 893 90 30**
www.coquozluxury.ch

Noës du propriétaire**A vendre app. 2½ neuf**

grand balcon yc 1 place de parc.
Prix et conditions exceptionnelles.

A proximité de toutes
les commodités.

Disponible de suite.

A vendre aussi box.

Tél. 027 322 02 85

**Pierres
tombales
sculptures
croix
en bois
entourages
inscriptions**

M. Elsig
Rue de Villa 6
Sierre
Tél. 079 216 46 69
027 455 88 71.

**Achat tous
véhicules
récents,
paie prix
Argus.**

Garage Delta Sion
027 322 34 69
079 628 02 13
078 667 17 56

IMPRESSUM

Tirage certifié REMP/FRP: 25 717

Administration: Le jds – journal de Sierre et du Valais central, CP 667,
avenue Général-Guisan 18, 3960 Sierre.

Impression: Centre d'Impression Romand ESH Medias, Monthey

Directeur général et éditeur: David Genolet

Rédaction: Tél. 027 451 12 29 - www.lejds.ch | E-mail: redaction@lejds.ch
Isabelle Bagnoud Loretan (rédactrice en cheffe), Claude-Alain Zufferey (sports),
Remo Pagliarani (photos). Délais rédactionnels: mardi 17 h.

Régie des annonces:

impactmedias, rue de l'Industrie 13, 1950 Sion - Tél. 027 329 77 11, e-mail: valais@impactmedias.ch
impactmedias Sierre, Mme Sabrina Fischer.
Mobile +41 78 913 36 33 - sabrina.fischer@impactmedias.ch

Entreprise du Valais central
cherche pour son secteur génie civil

- **1 maçon A (génie civil)**
- **ouvriers de la construction (classe C)**
- **1 chef d'équipe (génie civil)**
- **1 machiniste permis M 2**

Lieu d'engagement: St-Léonard.

Entrée en fonction: à convenir.

Contact : 079 436 96 90.



**Un loft
à Sierre ?**

Accédez à l'offre
immobilière valaisanne sur

imm  lenouvelliste.ch

avec **immobil**fer.ch

SIERRE Pierre Vianin sort un nouvel ouvrage. Depuis 1992, il consacre toute sa carrière professionnelle à l'accompagnement des élèves en difficulté scolaire. Avec une bienveillance et surtout, toujours très au fait des avancées scientifiques qui viennent régulièrement tordre le cou aux préjugés.

«C'est une certitude, le redoublement ne sert à rien!»

ISABELLE BAGNOUD LORETAN

Pierre Vianin est devenu l'un des grands spécialistes romands de l'accompagnement des élèves en difficulté. Ses livres, qui s'adressent plutôt à des professionnels,

«Tous mes livres sont des réponses aux questions que je me suis posées grâce à mes élèves.»

sont constamment réédités. De vrais succès d'édition! Il en est le premier surpris. Pierre Vianin écrit des livres, forme des enseignants à la HEP mais son identité professionnelle, il la puise dans son travail d'enseignant spécialisé depuis 1992. Ce qu'il fait aujourd'hui encore à Noës. Le maître vient de faire paraître un troisième ouvrage aux éditions De Boeck Supérieur, «De l'échec scolaire à la réussite». Derrière ses propos, il y a toujours cette vision humaniste et positive du développement de l'enfant.

N'êtes-vous pas naïf, Pierre Vianin, de penser que tous les élèves peuvent réussir?

Derrière cette affirmation, il y a l'idée de l'éducabilité. J'ai une vi-

sion positive du développement de l'enfant, je ne crois pas en l'intelligence innée. Ma vision se base sur des recherches qui montrent que le cerveau se développe en fonction des stimulations de la famille, de l'école et de l'enseignement. Un enfant qui est en échec scolaire risque d'être en difficulté pour la suite. L'aider à l'école c'est aussi l'aider pour la vie, le mettre en situation de réussite, de motivation, de confiance en lui.

Sur quoi vous fondez-vous?

De nombreux travaux en neurosciences, en psychologie positive montrent que si l'approche est adaptée à l'enfant, il n'y a aucune raison qu'il ne réussisse pas à l'école. 2% des enfants présentent une réelle déficience cognitive. Ils sont rares. Or, 20% des élèves sont en échec scolaire! Ce sont ces 20% qui m'intéressent. Car il n'y a aucune raison pour qu'ils ne réussissent pas.

Il faut en conclure que tous les élèves dont vous vous occupez à Noës réussissent?

Non, je suis loin de 100% de réussite car ce qui est compliqué c'est de comprendre ce qui bloque l'apprentissage. C'est de trouver le bon levier. Les élèves qui viennent chez moi sont signalés pour des problèmes de mathématiques ou de français, mais ce n'est que la pointe de l'iceberg.

Le travail de Pierre Vianin à Noës comme enseignant spécialisé constitue le terreau de ses recherches.
LEJDS





Un exemple?

Une élève est venue chez moi pour des difficultés en mathématique. Je prends du temps pour l'évaluation, je ne me précipite jamais. Je constate que c'est une élève qui ne donne pas de sens à ce qu'elle fait. Elle ne se pose pas de questions. Dès qu'elle doit entrer dans un raisonnement, elle est en difficulté. Je lui pose trois questions devant chaque problème de math: de quoi s'agit-il? Pourquoi? (à quoi ça peut servir) et comme le résoudre. L'élève doit être capable de répondre à ces trois questions. Et ces questions sont valables dans tous les domaines car il s'agit ici de donner du sens aux apprentissages. L'enseignante m'a dit qu'elle n'était plus la même car désormais elle comprend ce qu'elle est en train de faire. C'est le cœur de mon travail: identifier là où ça coince. Ce peut être la concentration pour un problème de lecture et mon job sera de l'aider à se concentrer.

Les parents semblent toujours démunis face à l'échec scolaire de leurs enfants, pourquoi?

Nous vivons dans un système exigeant, compétitif, qui sélectionne dès les classes primaires. Il existe pourtant un Cycle d'Orientation pour le faire. Le système crée l'échec scolaire.

C'est-à-dire?

C'est une certitude: le redoublement ne sert à rien. Des centaines d'études scientifiques le prou-

vent et pourtant nous continuons. Il y a des pays, notamment nordiques où le passage est automatique et ils sont pourtant les plus performants dans les classements.

Comment expliquer cette inertie?

Ce sont des choix politiques. Des politiciens du district de Sierre ont d'ailleurs déposé en décembre une motion interpartis au Grand Conseil pour tenter de changer cette vision. La motion n'a pas encore été traitée. Pour qu'il n'y ait plus de redoublement sauf lors de certains critères qui ne sont pas uniquement liés aux notes scolaires. Mais je sais que le sujet est extrêmement sensible. Car c'est l'évaluation qui est remise en question. Mais pour changer le système, il est nécessaire aujourd'hui de poser une action politique car l'école sélective est un choix.

L'inertie tient aussi au fait que nous sommes assez bons dans les classements PISA: si tout va bien, pourquoi changer? Il n'en reste pas moins qu'il y a chaque année à l'école obligatoire des centaines d'enfants qui redoublent pour rien.

Mais il existe des alternatives privées?

Les écoles privées alternatives partent de bonnes intentions, proposent des approches plus globales. Je suis favorable au discours mais je regrette que la population d'élèves ne soit pas représentative de la diversité de la société. Je préfère mettre mon énergie à faire bouger l'école publique, ce qu'elle fait tout de même. L'école que j'ai vécue et celle d'aujourd'hui n'ont rien à voir! Nous intégrons les élèves en difficulté. À l'époque, ils étaient stigmatisés, se retrouvaient coincés dans des classes d'observation. Le Valais a été exemplaire sur le sujet.

Vous dites aussi l'importance de la mémorisation...

La mémorisation est le maillon faible du système scolaire actuel. On a axé l'enseignement sur la

compréhension, c'est une bonne chose. Sauf que si l'élève comprend et ne mémorise pas, à quoi ça sert? Il ne pourra pas réutiliser ce qu'il a appris! A l'école de nos parents, ils devaient beaucoup mémoriser sans apprendre. C'est un retour de balancier. Mais les deux s'autoalimentent, nous raisonnons en partie sur ce que nous avons en mémoire. Il ne faut pas l'oublier.

Vous reconnaissez aussi que l'enseignement est plus difficile, les classes hétérogènes, les exigences des parents parfois démesurées...

Il faut avoir une approche bienveillante. C'est la relation qui est au cœur de mon travail. On ne peut pas faire ce boulot si on ne s'investit pas dans la relation. Considérer l'enfant comme un partenaire, mettre de l'huile dans les rouages, c'est nécessaire... Quand survient un échec scolaire, il faut absolument éviter de chercher le coupable, mais chercher une solution.

Comment faites-vous pour rester si optimiste?

Je crois en un monde meilleur! Je suis parfois exagérément optimiste, on me l'a déjà dit. Mais comment voulez-vous accompagner un enfant en difficulté sans cette vision positive de lui, de sa famille qui n'est pas parfaite mais qui peut l'aider. Et sans cette vision positive de l'enseignant qui lui non plus n'est pas parfait mais qui veut le bien de l'enfant! Nous n'avons jamais vécu une période aussi belle: les droits de l'enfant, la place de l'humain ou celle de la femme. Dans une perspective historique, la courbe est ascendante.

CONFERENCE

Rencontre avec Pierre Vianin

Présentation de son dernier livre.
26 avril à 17 h 30
au CO La Tuilerie, Saint-Maurice.
Entrée libre sur inscription:
<https://forms.office.com/r/7qsQumnwet>

PUB

Hug Valtoiture

Ferblanterie | Couverture
Étanchéité | Rénovation



Votre nouvel artisan ferblantier de la région Sierre-Sion

Réalisation de toitures neuves et rénovations
Entretien de toitures
Remplacement et pose de fenêtres de toit type velux
Diverses pièces de ferblanterie sur mesure
Travaux soignés et dans les règles de l'art

Jérémie Hug

Rte de Crête-Blanche 21A | 3977 Granges

079 955 54 06 | info@valtoiture.ch



TRUCS ET ASTUCES DE L'IMMOBILIER

Une fois par mois, l'entrepreneure
NATHALIE TUBEROSA
livre pour le Journal de Sierre
ses trucs et astuces dans
les domaines de la construction
et de la rénovation.



Aménagements extérieurs

Le constructeur qui bâtit votre maison vous laisse généralement imaginer vous-même les aménagements extérieurs. Premier conseil: ne mettez pas directement de la terre contre votre maison! Fixez d'abord une protection qui s'appelle un Delta MS. On l'appelle aussi couramment papier chocolat, parce qu'il est de couleur brune et un peu ondulé. Il va protéger vos fondations des infiltrations d'eau.

Contre ce papier chocolat vous allez répandre du gravier au moins sur 10 à 15 cm de large. Après le gravier, je vous conseille vivement de poser une bordure pour délimiter votre pelouse, et ça facilitera surtout la tonte de l'herbe.

Ne grondez pas votre constructeur d'avoir laissé des cailloux dans la terre, ils vont favoriser l'infiltration de l'eau quand il va pleuvoir. La terre végétale, sans cailloux, se met uniquement sur les derniers 20 cm du dessus, et uniquement aux endroits où vous semez votre pelouse.

Autre conseil: pour le goudronnage, attention à respecter les températures, ne le faites pas exécuter quand il fait trop froid, attendez le printemps. De toute manière, les centrales de goudronnage ouvrent vers la mi-mars...

Pour l'arrosage, pensez à demander à votre constructeur de pouvoir récupérer les eaux de pluie dans un récupérateur. L'eau est une ressource précieuse, faites un geste pour la planète! Presque la moitié de l'eau que nous utilisons n'a pas besoin d'être potable. L'eau de pluie qu'on récupère est douce. Vous pouvez l'utiliser pour arroser votre jardin, laver la voiture, remplir une piscine. Il existe plusieurs tailles de récupérateurs d'eau, de 200 à 2000 litres. Les cuves enterrées peuvent contenir jusqu'à 10 000 litres, et dans ce cas on y ajoute une petite pompe.

Un dernier conseil: utilisez des gouttières en PVS ou en zinc. Et n'oubliez pas de placer une grille de protection sur vos gouttières pour éviter les feuilles mortes et les insectes.

Si un sujet vous tient à cœur, vous pouvez poser vos question à:
redaction@lejds.ch

RETOUR SUR IMAGES



SIERRE Dix ans après l'accident de car qui a coûté la vie à 28 personnes, les proches des victimes, les autorités suisses, belges et néerlandaises et les secouristes et policiers se sont réunis à Géronde pour rendre hommage aux disparus. DR



SIERRE Durant les vacances, l'Aslec a organisé des activités de carnaval pour les enfants de la région. Avec, en invité surprise, une Guggen de confection maison. 22 enfants ont construit un bonhomme hiver, fabriqué des capes et instruments de musique, préparé la pâte à pizza pour que le carnaval prenne place: concert, clown, show... Et la mise à mort du bonhomme hiver. DR

PUB

A François Epiney sàrl



Gypserie - Peinture
Isolation de façades
Papiers peints - Crépis
Toutes décorations

INSIDE
Détail

Sierre | Miège
079 219 03 10
f.epiney@netplus.ch



Ouverture de la saison !

Le paysage en délire avec Bernard Sartoretti et Rolf Hermann

03.04.22 10.00 – 16.00
Excursion guidée | Des histoires humoristiques et nos paysages impressionnants vous attendent.

Les voix du printemps

13.04.22 06.30 – 09.00
Excursion ornithologique | Découvrez les premiers messagers du printemps.

Les oiseaux dans le paysage culturel de Brentjong

20.04.22 05.45 – 09.00
Excursion ornithologique

Adonis du printemps

23.04.22 14.00 – 17.30
Excursion guidée | Rencontrez ces fleurs lumineuses.

Inscrivez-vous maintenant ! Nombre limité de participants
T 027 452 60 60, admin@pfyn-finges.ch, www.pfyn-finges.ch

Granges
idéal pour investisseurs
2½ pcs + couvert
Fr. 356 000.-
petite promotion avec vue dégagée.
Renseignements et contacts
079 260 00 04

Cherche à acheter
Chalet de 2½ à 5½ pièces
Nous parlons français et allemand
Tél: 033 654 00 03

SERENA-Médium
psycho-numérologue,
longue expérience en voyance,
toujours là pour répondre à vos inquiétudes,
avec sérieux et sans bla-bla
au 0901 587 010 – CHF 2.50/mn



OPTIQUE SA
Sierre

Nous recherchons de suite ou à convenir

UN/E OPTICIEN/NE 60% - 80% CFC ou équivalent

Pour le travail à l'atelier et les relations clientèle

Nous attendons votre dossier de candidature à :

Hansen Optique SA
Av. Général Guisan 5
3960 Sierre

info@hansen-optic.ch

FLORA MEDIUM
Voyance sérieuse
7/7 de 8h30 à 23h30
0901 222 320
Fr 2.40/min

SION

PLACE DES POTENCES

jusqu'au 3 avril 2022

OUVERT

Vendredi et samedi jusqu'à 21h
Dimanche et mercredi jusqu'à 19h

LE PLUS GRAND

LUNA-PARK

EN VALAIS

VALÉRIE DÉFAGO GUIDOUX FÊTE LES 30 ANS DE SON ÉCOLE DE DANSE

30 ans passionnément

SIERRE Des débuts de son école, Valérie Défago Guidoux s'en souvient parfaitement. C'était il y a 30 ans, la Veyrassoise avait 22 ans, elle avait emprunté un peu d'argent pour débiter sa petite entreprise avec l'insouciance nécessaire qui permet de croire à ce qu'on fait. Il lui aura fallu cinq ans pour pouvoir en vivre. Aujourd'hui, l'école Tendances fait danser plus de 230 enfants, ado-

«Les élèves ont beaucoup de plaisir, moi encore plus!»



VALÉRIE DÉFAGO GUIDOUX
DIRECTRICE
ÉCOLE DE DANSE
TENDANCES

lescents et adultes, compte huit intervenants dont trois professionnelles et permet tous les deux ans à l'ensemble de ses élèves de participer à deux spectacles sur la grande scène du TLH-Sierre. En 2019, les représentations ont attiré plus de 1700 spectateurs! De quoi pavoiser. Pourtant la directrice reste droite dans ses bottes et associe à ce succès la fidélité de ses élèves, de sa famille et de ses amis qui, depuis les débuts, lui donnent les coups de main nécessaires pour monter des shows ambitieux. A nouveau, Valérie sera à la commande de deux spectacles, avec les enfants les 1, 2 et 3 avril puis avec les adolescents et les classes adultes les 8, 9 et 10 avril. Des représentations qui auront un goût particulier: celui de la liberté retrouvée après une crise du Covid qui a durement touché l'école.

Transmettre une technique aux élèves...

Valérie Défago Guidoux a commencé la danse à l'âge de 4 ans. Elle s'est formée en danse classique au Conservatoire avec Marie-Thérèse de Rivaz durant de lon-



Pour les enfants, sur la scène du TLH-Sierre, se produire devant un grand public est un moment de vrai bonheur. REMO

gues années. Une formation qui lui a apporté une rigueur dans le travail, le sens de l'autocritique et une exigence artistique. Elle a enchaîné ensuite avec le modern'jazz et a poursuivi sa formation à Genève avant de s'envoler pour New York. «A l'époque, j'avais déjà compris que j'aimais le contact et que j'avais du plaisir à transmettre mon art», explique la pétillante enseignante. Les années américaines lui permettent de perfectionner sa technique et d'élargir ses connaissances en fitness, en anatomie ou physiologie... «En trente ans, les choses ont évolué, les danses aussi. J'ai débuté en enseignant l'aérobic et le jazz! D'autres danses se sont ajoutées naturellement comme les danses urbaines ou la danse orientale».

...et de l'émotion au public

Les bons souvenirs sont nombreux. Elle évoque le spectacle Bal Musette où Germaine Rauch lisait des lettres d'amour tandis que s'ouvrait la grande porte à l'arrière de la scène du TLH-Sierre où l'on découvrait des danseurs qui s'adonnaient au musette sur le parking. «Tous mes spectacles sont de bons souvenirs car j'essaie

toujours, malgré le stress, que ce moment reste magique pour les enfants. Et ce confort de création est possible car les plus anciens s'occupent des plus jeunes et qu'une grande partie de la logistique, les coulisses et des décors sont pris en charge par mes amis».

Le futur, elle le perçoit sous l'angle des rencontres qui ont régulièrement nourri ses cours ou ses spectacles. Vincent Zanetti, Etienne Arlettaz, Le Joncour ou la

troupe du Cabaret Edelweiss qui sera présente cette année encore. Valérie Défago Guidoux émet tout de même un vœu: celui qu'un jour, on enseigne la danse à l'école publique: «Ça permettrait de réduire le fossé entre les filles et les garçons car en matière de danse, les garçons sont toujours trop rares. Cinq garçons dansent chez moi actuellement!»

ISABELLE BAGNOUD LORETAN

www.tendances.ch

Réservation: www.tlh-sierre.ch

LES DEUX SPECTACLES

Didactique, ludique et tendre

Depuis quelques années, Valérie Défago Guidoux propose deux spectacles, l'un pour les enfants entre 4 et 12 ans et l'autre pour les adolescents et les adultes. Du 1er au 3 avril, les enfants présentent «Des Livres & Moi» librement inspiré de «La maison des contes» d'Anik Le Ray. Divers styles de danse (classique, hip-hop, jazz, danse orientale, moderne) pour une histoire qui rappelle l'importance et de la magie de la lecture. Le spectacle des «grands» «Quadrachromie» emmène le spectateur dans un voyage esthétique où les couleurs s'associent aux changements de saison. Les comédiens de la troupe «Edelweiss Chalais» assurent la partie théâtrale du spectacle, en adaptant librement la pièce bien connue «Coiffure pour dame» qui rappelle avec tendresse, humour l'importance des liens d'amitié...

Des livres & Moi: 1er avril à 19 h 30; 2 avril à 14 h et 19 h 30 et 3 avril à 16 h.
Quadrachromie: 8 avril à 19 h 20; 9 avril à 19 h 30 et 10 avril à 16 h.
Réservation: www.tlh-sierre.ch

Le Nouvelliste

PARTENAIRE MÉDIA



ACTE 4

SAMEDI 19 MARS
18H00

PRE-GAME SHOW: 17H45



VS



BILLETÉRIE EN LIGNE: HCSIERRE.CH

BIG PARTY
ANIMÉ PAR DJ CUCHE

EN BREF

TADA

SIERRE TADA pour Terrain Aventure De l'Aslec. Tous les mercredis après-midi, de 13 h 30 à 17 heures et tous les 2e samedi du mois, des professionnels proposent des activités aux enfants. L'espace offre la possibilité aux enfants de 3 à 8H d'expérimenter la vie de groupe, la découverte, l'aventure et la création. Construction de bateaux, de cabanes, sculptures géantes, cours de cuisine ou jardinage...

10 francs par mercredi et 15 francs pour le samedi. Inscription à l'avance par mail à tada@aslec.ch

Traits noirs sur fond blanc

VENTHÔNE Ambroise Héritier expose ses dessins à la galerie du château de Venthône du 19 mars au 10 avril. L'artiste «laisse aller son crayon au fil de son imagination. En mode automatique». Peintre, graveur, illustrateur et bédéiste pour des magazines de Suisse romande, le Saviésan propose des dessins à la

plume et à l'encre de Chine sur des papiers de très grand format. Et ça grouille. De personnages, de matières, danse d'une foule qui s'étend, «comme un ballet d'étourneaux». Ambroise Héritier n'est pas seulement un grand dessinateur, il collabore à des projets passionnants comme lorsqu'il co-dirige et peint ou dessine pour la revue «Sillage» lors de périples en pleine mer. C'est un artiste d'aventures, géographiques et graphiques aussi pour cette exposition car les dessins sont réalisés sans filet, sans gomme et sans arrière possible. Noircir la page. «L'outil qui va plus vite que la main, qui va plus vite que la pensée», écrit-il.

Vernissage, vendredi 18 mars dès 18 h 30.

Ouvert du vendredi au dimanche de 15 à 18 h.

Présence de l'artiste le 27 mars.

Concert

SIERRE La Géronidine donnera son concert annuel au TLH-Sierre les 25 et 26 mars à 20 heures. Sous la direction de Ronald Favre, 50 musiciens au taquet!

Des Sierrois sur le podium

SIERRE En présentant les lauréats du concours d'architecture du futur campus dédié aux 350 étudiants et apprentis de l'EDHEA et de l'Ecole de couture du Valais dans l'édition du Journal de Sierre du 4 mars dernier, nous avons omis d'ajouter que le deuxième prix avait été décroché par le bureau Memento architecture de Sion mais en collaboration avec le bureau Gasser Siggen architectes SA à Sierre et Editech à Ayent. «Faune Norge» reprend les codes de l'enveloppe des halles Usego pour créer un nouveau bâtiment aux allures industrielles et lumineuses.

Nouvelle exposition

SIERRE La nouvelle exposition du Musée du vin est ouverte! «Le grand théâtre du vin – un costume sur mesure» présente tous les objets et visuels destinés à vanter les qualités du vin.

Du me au ve de 14 à 18 h

et le sa et di de 11 à 18 h.

Alice Looper

SION Alice Richtarch se produit avec son projet Alice Looper à l'Ambassade, à Sion, le 9 avril à 20 h 30. Un projet musical créé d'abord en solo pour imaginer des boucles vocales aériennes mais qui, ici, se déploie en quatuor avec Rafael Gunti, Yannick Pont et Arthur Henry au Beatbox.

Nouvelle présidente

CHALAIS Lors de son assemblée annuelle, l'association romande des musiciens accordéonistes qui s'est tenue à Chalais, a nommé à sa tête une jeune Chalaisarde, Murielle Nançoz âgée de 24 ans.

Une personne décède**dans un incendie**

GRIMENTZ Le 15 mars, une personne a trouvé la mort dans l'incendie d'un appartement situé sur la route de Moiry. Une instruction a été ouverte par le Ministère public afin de déterminer les circonstances de l'événement.

PUB

*Le printemps est de retour.
Pensez à vous protéger...*

Offre Duo
Votre 2^{ème} paire
de verres
optiswiss®
OFFERTE

Hansen

    www.hansen-optic.ch

REMONTÉES MÉCANIQUES LA PASSION DE JULIEN BEAUD

«Je suis un généraliste... précis»

CRANS-MONTANA Sierrois d'origine, Julien Beaud habite à Biemme. A 23 ans, il possède la particularité d'être passionné par l'histoire et le fonctionnement des transports par câbles, depuis... toujours. «J'adore tout ce qui tourne. Je peux rester des heures à essayer de comprendre comment fonctionne un système de poulie. Cela vient de mon enfance. Avec ma maman, nous utilisions souvent le télésiège du Weissenstein, près de Soleure. Il datait des années 50. J'étais fasciné, et je lui demandais toujours de prendre des photos. Nous allions également skier en Anniviers, région qui ne manque pas d'installations intéressantes.»

Tout commence en 2010

Lors de notre rendez-vous dans la Cité du Soleil, Julien Beaud a débarqué avec un trésor dans son sac à dos: un énorme classeur rempli de centaines de cartes postales et de photos, qu'il classe depuis 2010. Elles ont comme point commun de traiter des remontées mécaniques. «Je les ai dénichées sur internet ou auprès de collectionneurs. J'en possède de très, très rares. Cela me prend un temps fou pour les trouver, car je ne cherche pas la même chose que Monsieur tout le monde. Les beaux paysages ne m'intéressent pas. Pour moi, par



Julien Beaud devant le funiculaire SMC, qui a effectué sa dernière course le 6 mars dernier. LEJDS

exemple, les documents les plus précieux sont ceux qui présentent l'intérieur des gares des installations de remontées mécaniques. C'est l'aspect technique, la belle mécanique qui me passionnent.» C'est sûr qu'ils n'ont pas grand-chose à voir avec les cartes postales qui trônent sur les présentoirs

des magasins de souvenirs.

Dans sa recherche permanente du détail, le Biennois s'est également tourné en direction de la Médiathèque de Martigny dès 2016, et plus récemment vers les archives des journaux, ainsi que de la RTS, qui ont été numérisées. «Et pour moi, le top du top ce sont

les archives fédérales à Berne. Elles possèdent de nombreux plans d'ingénieurs qui m'apportent une précision technique incroyable. J'aime aller au fond des choses, tout chercher et tout trouver. Je suis un généraliste... précis.»

Des études en économie

Le jeune passionné a-t-il allié l'utile à l'agréable lors de sa scolarité, en suivant une filière technique? «Pas du tout. Je suis en économie à l'université de Neuchâtel. Pourquoi ce choix? Parce qu'en économie, il faut aussi comprendre. Et surtout, je souhaite que les remontées mécaniques restent ma passion. Lorsqu'une passion devient un boulot, tout est perverti.» Et en plus de cela, Julien Beaud s'intéresse à l'histoire, pas au présent. «Aujourd'hui, les constructeurs livrent les stations de manière assez uniforme. Si tu as compris le fonctionnement d'un télésiège, tu as compris celui de la moitié des autres qui sont en activité.»

Comment le Biennois voit-il l'avenir des remontées mécaniques? «Il ne va plus se jouer sur les pistes de ski, mais plutôt dans les villes, sous forme de transports publics.»

CLAUDE-ALAIN ZUFFEREY

Si vous avez des photos: vous pouvez les envoyer à julienbeaud@hotmail.com ou le contacter directement au 079 901 23 00.

LES INSTALLATIONS DE CRANS-MONTANA

Une station qui a souvent innové

La famille de Julien Beaud possède un chalet dans le val d'Anniviers. Mais lui, c'est plutôt sur les remontées mécaniques de Crans-Montana qu'il a jeté son dévolu. «Ce qui est intéressant là-haut, c'est qu'au fil du temps de nombreux constructeurs ont été représentés. Et la station a souvent été pionnière en ce qui concerne les prototypes utilisés. Ils n'ont d'ailleurs pas tous très bien fonctionné», commente le Biennois. Avant de plancher sur le Haut-Plateau, Julien Beaud avait fait des recherches sur Champéry et Verbier. Mais en 2017, estimant avoir fait le tour de ses deux premiers projets, il s'est mis à étudier les remontées mécaniques de Crans-Montana. Il a compilé une multitude d'informations qu'il adore partager. Alors, quel est le premier système de remontée du Haut-Plateau? Un télésiège? La réponse fuse: «Un funiluge, qui date de

1924. Il y en a d'ailleurs eu un deuxième en 1930. C'était un câble qui tractait une sorte de charrette en bois. Puis, entre 1936 et 1942, Oehler a installé un télésiège assez particulier, à ceintures. Les skieurs étaient sanglés par la taille. C'est un constructeur qui aimait faire des choses différentes. Car à cette époque, les arbalètes en bois existaient déjà.» Julien Beaud possède des documents de toutes les époques. Mais à Crans-Montana, il s'est plutôt spécialisé sur la télécabine des Violettes (photo). Il a déjà monté un dossier de 223 pages concernant cette ligne. Après plusieurs essais infructueux, il peut depuis 18 mois s'appuyer sur les archives de CMA, afin de gratter encore un peu plus profond. «Dans ce cas-là, j'avais une belle photo de l'extérieur de la gare des Marolires. Je voulais savoir ce qu'il y avait à l'in-



térieur lors de sa mise en service (on y revient toujours). J'ai trouvé les plans, mais il me manquait encore le cliché de l'intérieur. Je l'ai... et c'est désormais l'un de mes plus précieux documents», conclut Julien Beaud, qui pense arriver au terme de ses recherches fin 2022. Il lui reste encore un travail de rédaction. Il connaît le domaine, puisqu'il a déjà écrit pour le site remontees-mecaniques.net. Et après, pourquoi ne pas éditer un livre?

Polenta au gorgonzola et champignons



Ingrédients pour 4 personnes

- 250g Polenta
- 8 champignons
- 80g de gorgonzola
- 1,2 l de bouillon de légumes
- 1 c. à soupe d'huile
- 1 branche de thym
- Sel et poivre

Préparation

- Verser le bouillon de légumes dans une casserole et le faire chauffer. A ébullition, verser la polenta en pluie et cuire tout doucement sans cesser de remuer pendant environ 5 min.
- Incorporer 60 g de gorgonzola coupé en dés et mélanger.
- Nettoyer les champignons et les faire sauter dans une poêle chaude huilée avec le thym. Saler modérément et poivrer.
- Dresser la polenta dans un plat, ajouter les champignons et le reste de gorgonzola grossièrement émietté, poivrer et servir sans attendre.

Bon appétit!



Les bonnes *tables* de chez nous

**BRASSERIE
LE NATIONAL**

MENU DE PÂQUES

À l'emporter ou sur place
infos sur :

www.brasserie-le-national.ch

Cuisine de saison

Traiteur « Les 2 Chefs » - Bar 17:30



Rte de Sion 1 - 3960 SIERRE - Tél. 027 565 90 60



**SIERRE
Restaurant**

Me - Je - Di: 10 h - 19 h
aussi sur réservation en soirée

Ve - Sa: 10 h - 23 h

Pour toutes les infos,
abonnez-vous à notre site

Samedi midi: raclette
Dimanche midi: grillade

www.lermitage.online

Pfynstrasse 160 - 3952 Susten - Tél. 027 456 38 48

**PROCHAINE PARUTION
DE NOTRE RUBRIQUE
VENDREDI 1^{er} AVRIL**

Pour paraître dans cette rubrique: tél. 027 329 77 11 ou jds@impactmedias.ch



Vous avez des problèmes d'audition ? Nous mettons tout en œuvre pour vous aider à bien entendre, mieux comprendre et à vous sentir à l'aise dans votre quotidien ! Faites-nous confiance et contactez-nous aujourd'hui encore. Nous prenons soin de votre audition !

**Audition
GREINER**

Votre spécialiste en aides auditives
Accousticien agréé brevet fédéral, Ing. El. dipl.
auditiongreiner.ch

Rue de Galley 1
3966 Réchy
027 458 50 50

T'AS OÙ LES ANCÊTRES?

«Les vies ont une valeur!»

SIERRE La première chose que l'on entend en entrant chez elle? La télé et les annonces des journalistes sur la situation en Ukraine. Bien que Tetyana Matter aime que ses actes montrent ce qu'elle est réellement, elle a depuis quelques semaines du mal à agir normalement et a de la difficulté à s'exprimer. Pour elle, la situation du pays est désastreuse et elle a beaucoup à perdre dans ce conflit. Mis à part son mari et ses deux fils, sa famille est en Ukraine, dans ce pays où plus personne ne se sent en sécurité, qu'il y ait des bombes qui tombent au-dessus de leur tête ou non.

Tetyana a passé un quart de siècle en Ukraine dans la région de Transcarpatie et elle a grandi dans une école spécialisée dans la langue française. Encore adolescente, elle s'engage pour le Comité d'aide médicale et de parrainage sans frontières (CAMPSF), une association humanitaire française qui œuvre dans le pays et où elle réalise des traductions lors de programmes de 2 à 4 semaines. Plus tard, après avoir travaillé comme guide touristique pour deux Vaudois, elle décide de continuer ses études en Suisse, là où les montagnes lui rappellent celles de sa région, les Carpates. Même après tant d'années à vivre en Suisse, elle continue régulièrement à rendre visite à sa famille en Ukraine. Les habitants y sont chaleureux et il y a toujours quelque chose sur la table, ce qui n'a d'ailleurs pas été aisé pour son mari qui n'avait pas l'habitude de manger autant!



Tetyana Matter, conseillère générale à Sierre est inquiète pour les Ukrainiens.
LE JDS

Quand elle arrive en Suisse, elle n'a aucun problème à s'intégrer grâce à ses connaissances du français. C'est en Valais qu'elle rencontre son mari de 25 ans son aîné lors d'une visite en 2003. Pour lui, c'est le coup de foudre et elle tombe rapidement amoureuse. En 2018, elle décide de se porter candidate à la Constituante. Pour elle, c'est le moyen d'apporter une nouvelle vision et même si elle n'est pas élue, cette expérience lui donne envie de continuer à s'engager dans la société et à consacrer du temps pour

la collectivité. Ce qu'elle fait d'ailleurs depuis janvier 2021 en devenant conseillère générale de la Commune de Sierre.

Le conflit fait rage

Depuis fin 2013, la tension entre l'Ukraine et la Russie s'est intensifiée. La population ne s'attendait pourtant pas à une attaque avant cette nuit du 23 au 24 février passé, lorsque des troupes russes envahissent le territoire. À Kiev, à 4 heures du matin, la cousine de Tetyana est réveillée par des bruits

TETYANA MATTER

Age: 46 ans

Profession: traductrice, interprète judiciaire, enseignante russe et français

Pays d'origine: Ukraine, village de Sokyrnytsia.

d'explosions. Ne sachant pas comment réagir, elle attend un jour ou deux pour décider de fuir ou rester sur place. L'après-midi, elle estime qu'il est déjà trop tard pour s'en aller et prend la décision de rester avec sa famille. Chaque jour, Tetyana l'appelle pour prendre de ses nouvelles et des bruits de tirs rythment les conversations. Impuissante, elle tente au mieux de se rassurer: «Je me sens en sécurité mais savoir qu'ils subissent une guerre me terrifie... La peur est présente, même là où les bombes ne tombent pas, pourtant j'admire le courage et la résistance que le peuple démontre au quotidien». À l'ouest de l'Ukraine, de nombreux réfugiés attendent après avoir fui des zones en guerre. La région est encore sécurisée mais qui sait comment la situation pourrait évoluer ces prochains jours? Sa belle-sœur, qui vit encore en Transcarpatie ne pourrait même pas fuir le pays, car son fils vient d'avoir 18 ans et peut être mobilisé à tout moment. Malgré l'aide humanitaire déployée par de nombreux pays d'Europe, l'acheminement des biens de première nécessité et de nourriture arrive rarement plus loin dans le pays, là où les étagères des magasins sont vides. Bien que l'inquiétude la ronge, Tetyana reçoit du soutien et est profondément touchée de voir les Valaisans se mobiliser pour sa communauté qui a tout perdu en quelques semaines. Elle remercie ceux qui ne restent pas indifférents à ce qui se passe en Ukraine et qui participent aux manifestations de solidarité et aides humanitaires: «Les vies humaines ont une valeur. Cela vaut la peine.»

ESTELLE HERMANN

MON DRAPEAU**«Il représente l'indépendance»**

Pour évoquer son pays, Tetyana a choisi son drapeau. La citation «Gloire à l'Ukraine, Gloire aux héros» y est inscrit et illustre l'héroïsme de ses habitants qui n'ont pas peur de se soulever contre le système. En novembre 2013, le président pro-russe de l'époque, Viktor Ianoukovytch rejette l'accord de collaboration entre l'Ukraine et l'Union Européenne, ce qui indignait profondément les Ukrainiens, enclins à mettre en place un gouvernement démocratique et non corrompu. C'est suite à cet événement que la révolution de Maïdan éclate: certains jours, des centaines de milliers de manifestants se retrouvent sur la place de l'Indépendance, également nommée «Maïdan». Tetyana achète ce drapeau quelques mois plus tard lorsqu'elle rend visite à sa famille car il représente à la fois le commencement, les couleurs des paysages de son pays, l'indépendance, la résistance du peuple ukrainien et surtout, la vie.



Le Nouvelliste

#enpistes

LA TOURNÉE DES STATIONS VALAISANNES DIE SKI TOUR DER WALLISER STATIONEN

2021-2022

- 18.12 Crans-Montana
- 25.12 Thyon 2000
- 01.01 Grächen
- 08.01 Anzère
- 15.01 St-Luc/Chandolin
- 22.01 La Forclaz
- 29.01 Veysonnaz
- 05.02 Nendaz
- 12.02 Les Marécottes
- 19.02 Vercorin
- 26.02 Champex-Lac

- 05.03 Les Portes du Soleil
- 12.03 Nax
- 19.03 Loèche-les-Bains
- 26.03 Aletsch Arena
- 02.04 Verbier-La Tzoumaz
- 09.04 Zermatt
- 16.04 Grimentz-Zinal

Ski, apéritif offert, musique, concours et animations.
Forfaits à gagner et informations sur enpistes.lenouvelliste.ch

Ski, gratis apero, Musik, Wettbewerb und Unterhaltung. Weitere Informationen auf enpistes.lenouvelliste.ch



SPORTS

21

HOCKEY

CRANS-MONTANA

La première équipe a affronté Fribourg pour la bonne cause: un don de 5000 francs à la Ligue contre le cancer.



Aurélien Coubès en action à Crans-Montana. Pour briller en freestyle, il n'est pas toujours utile de garder les pieds ou les skis sur terre. TIMO JARVINEN

SKI FREESTYLE AURÉLIEN COUBÈS

Un avenir très prometteur

CRANS-MONTANA A seulement 14 ans, Aurélien Coubès fait partie de la structure de Ski Valais réservée aux freestyleurs: Style Valais, créée en 2011 au moment de l'émergence de cette discipline. Il est encore à l'école au CO de Crans-Montana et bénéficie d'un aménagement d'horaires pour les entraînements et les compétitions.

Le spécialiste de half-pipe est actuellement à la croisée des chemins: il est juste trop fort pour participer aux concours romands, et juste trop jeune pour être tout le temps pris en charge dans les compétitions nationales et européennes. Sans son grand frère Louis, qui lui sert de coach et de chauffeur, il manquerait de nombreuses étapes, indispensables à sa progression au niveau international. Car Aurélien envoie déjà du

lourd et participe à l'European Cup. Il se trouve actuellement à Laax dans les Grisons pour sa prochaine épreuve. Une bonne nouvelle est également tombée en milieu de semaine: le freestyleur de Crans-Montana a été sélectionné par Swiss Ski pour participer à la finale de la Coupe du monde Roo-

EN CHIFFRES

15

Pour sa première participation aux Mondiaux juniors, Aurélien Coubès ne s'est juste pas qualifié pour la finale en terminant 15e. Il a posé ses deux runs, sans chute. Une compétition qui lui a servi de déclic. Vu son jeune âge, il aura encore trois possibilités de participer à des championnats du monde.

kie Freestyle à Madonna di Campiglio, en Italie.

Un projet familial

Sa carrière, Aurélien Coubès la doit aussi à sa famille, très sportive dans son ensemble. Il y a deux ans, les parents Olivier et Nadia ont décidé de s'installer à Crans-Montana, afin de limiter les déplacements depuis Neuchâtel, leur ancien lieu de résidence. Ce sont également eux qui s'occupent de l'organisation générale et de la recherche de sponsors, car une saison complète coûte plus de 20'000 francs. C'est par là qu'il faut passer pour conduire le jeune skieur aux JO de la jeunesse, puis aux JO de 2026. Ses deux gros objectifs.

CLAUDE-ALAIN ZUFFEREY

Pour soutenir Aurélien: il suffit d'envoyer un mail à info@coubesbrothersriders.ch, il prendra contact avec vous.

AVOIR DU STYLE

Aurélien Coubès incarne son sport

Le ski freestyle: on a souvent tendance à dire que c'est plus qu'un sport, que c'est un mode de vie, des attitudes. C'est vrai que sur les réseaux sociaux – en photos ou en vidéos – ces sportifs 2.0 en ont... du style. Il faut ajouter à cela un physique à toute épreuve et une bonne dose de courage pour tenter des figures de plus en plus périlleuses et exigeantes. Né le 28 novembre 2007, Aurélien Coubès incarne son sport: une bouille d'ange, une dégaine cool, un discours posé. Le jeune homme, qui évolue dans un monde de grands depuis déjà plusieurs années, sait où il va. Mais il n'a encore rien perdu de ses réflexions d'enfant. Comme lorsqu'il évoque ses meilleurs souvenirs des Mondiaux qui viennent de s'achever à Leysin: «C'est incroyable de se retrouver dans un tel environnement. Certains de mes adversaires avaient un fan-club. Il y avait des physios, un gars qui faisait les skis, et... j'avais même ma carte d'athlète.» Le skieur de Crans-Montana, station dont il est l'un des ambassadeurs, est véritablement entré dans la cour des grands. Et cela lui a plu.



DOMINIC STEINMANN

AGENDA

Deuxième ligue inter

Samedi 19 mars

17 h 30 Stade-Payerne - Sierre

Samedi 26 mars

18 h Sierre - Prishtina Berne

Deuxième ligue

Samedi 19 mars

18 h 30 Fully - Saint-Léonard

Dimanche 27 mars

15 h 30 Saint-Léonard - Nendaz

Troisième ligue

Samedi 19 mars

18 h Sierre 2 - US Ayent-Arbaz

18 h 30 Lalden - Saint-Léonard 2

Dimanche 20 mars

10 h Miège - Conthey

10 h 30 Chippis - Termen

Samedi 26 mars

18 h Saint-Léonard 2 - Miège

18 h Stalden - Sierre 2

19 h US Ayent-Arbaz - Chippis

Quatrième ligue

Vendredi 18 mars

20 h 30 Bramois 2 - Chermignon

Samedi 19 mars

18 h Saint-Léonard 3 - US Hérens

19 h Granges - Châteauneuf 2

19 h 30 Grône - Crans-Montana

Dimanche 20 mars

10 h 30 Lens - Chippis

Samedi 26 mars

19 h Lens - Châteauneuf 2

19 h Granges - Saint-Léonard 3

19 h 30 Chermignon - US Hérens

20 h Crans-Montana - Bramois 2

Dimanche 27 mars

10 h 30 Chippis 2 - Chalais

Cinquième ligue

Samedi 19 mars

19 h 30 Miège 2 - Noble-Contrée

Dimanche 30 mars

15 h 30 Nendaz 3 - Sierre 3

Dimanche 27 mars

Ardon 2 - Anniviers

15 h 30 Noble-Contrée - Arbaz 2

EN DATES

Alex Minganti en action

«J'espère que mes anciens amis de Chippis passeront me voir au bord d'un terrain. On n'est pas si loin.» L'appel d'Alex Minganti est lancé.

Saxon 3 recevra Châteauneuf 3, dimanche à 16 h. Puis, il se déplacera à Fully le samedi 26.

FOOTBALL ALEX MINGANTI

Au-delà des mots

SAXON/CHIPPIS C'est l'histoire d'un passionné de football qui a toujours dû se battre pour pouvoir pratiquer son sport. Aujourd'hui, il est entraîneur de la troisième équipe du FC Saxon.

Sourd de naissance, Alex Minganti (60 ans) est arrivé à Chippis au début des années 70. Sa famille s'est installée dans le bas du village... à côté du terrain de foot. Comme il a suivi sa scolarité dans une institution spécialisée à Moudon, il n'était en Valais que le week-end. «Olivier Perruchoud, qui est actuellement le président de la commune chippiarde, m'amenaient avec lui à l'entraînement le vendredi. Mais pour vraiment intégrer une équipe, ça a été compliqué. Mes parents n'ont pas voulu que je prenne une licence.»

Cela n'a pas altéré sa passion pour le ballon rond. Il a continué à jouer à l'école durant les pauses. Puis, après avoir énormément grandi à l'adolescence et être accaparé par son apprentissage, Alex Minganti est passé par le basket au BBC Renens et par le tennis, sport dans lequel il a donné des cours. Mais ces deux disciplines n'ont pas fait cesser ses envies de football. Il a joué dans différents clubs lausannois en actifs ou en seniors, au poste de défenseur central. «Avec le FC Chile Lausanne, nous avons été champions vaudois de 5e, puis de 4e ligue. Mes coéquipiers parlaient en espagnol et moi avec les mains. On se comprenait bien.»

Un rêve devenu réalité

Il a également dirigé des équipes de sourds pendant plus de 20 ans. Mais c'est une fois de retour en Valais que son envie de devenir entraîneur d'une formation d'entendants a germé. Elle a été grandement facilitée par l'intervention de Fabrice Bridy qui l'a pris sous son aile et qui a fait de lui son entraîneur-assistant à Leytron, puis à Troistorrents. «Dès lors, je me suis fixé comme objectif de faire une formation. Je suis désormais le seul sourd en Suisse à avoir le diplôme C.» Dans le même temps, il a eu la chance de trouver un poste d'entraîneur en chef au FC Saxon. Depuis juillet 2020, il est aux com-



Alex Minganti: «Le FC Saxon, ses joueurs, son président Gaël Thomas m'ont ouvert les bras. Je les remercie de m'avoir fait confiance en me permettant d'occuper ce poste d'entraîneur.» REMO

mandes de la troisième équipe, nouvellement créée. «Michaël Fernandez m'a fait confiance. Et tout se passe bien. Comme je n'entends pas, je compense les oreilles par les yeux. Je suis un vrai caméléon», commente Alex Minganti. Les rapports avec ses joueurs sont francs, les consignes passent, tant durant les entraînements, qu'en matches.

Le Chippiard réfléchit énormément et profite du trajet entre

Charraz et son lieu de travail à Lausanne (mécanicien sur machines chez Bobst) pour étudier les différentes tactiques sur YouTube. Puis, il faut qu'il échange, qu'il communique «Je suis très sociable, je vais facilement vers les gens pour parler foot.» Et Alex Minganti a beaucoup de choses à dire.

CLAUDE-ALAIN ZUFFEREY

COURS D'ENTRAÎNEUR À OVRONNAZ

«La surdité ne doit pas être cause de malaise»

Alex Minganti a mené son projet à bout en réussissant son diplôme C d'entraîneur. Il peut désormais officier jusqu'en 3e ligue. «J'ai passé une semaine à Ovronnaz avec des entendants. J'ai réussi à suivre la théorie et la pratique grâce aux six interprètes qui se sont succédé. Sans eux, cela aurait été impossible.» Après quelques heures d'adaptation, les autres participants à la formation ont très rapidement créé des liens avec Alex Minganti. «C'est devenu notre mascotte, confirme Maurizio Leoni. Il a très vite réussi à s'intégrer. Il est intéressé à tout ce qui touche au foot. Pour nous, il a été une vraie source d'inspiration et de motivation. Sa réussite est un message fort pour tout le monde. Il est parvenu à surmonter tous les obstacles.» Et Alex Minganti de conclure: «La surdité ne doit pas être une cause de malaise. Je ne suis pas gêné par les entendants, et je ne veux pas qu'ils le soient non plus.»

PLAY-OFF

Une finale plus serrée que prévu

Le HC Crans-Montana se trouve actuellement en pleine finale des play-off du championnat de 3e ligue. Il affronte le HC Villars que tout le monde donnait grand favori en début de compétition. Les Vaudois – un peu à l’image du HC Sierre lorsqu’il s’était relevé de la faillite – ont monté une grosse équipe. Ils ont remporté les deux premiers matches de la série, mais ils ont été plus accrochés que prévu: 8-7 après prolongation lors du premier acte, et 3-1 pour la revanche. La troisième confrontation de cette série au meilleur des cinq parties se déroulera demain à Villars (20 h). «Nous avons vraiment deux styles opposés. Notre adversaire a de l’expérience, une grosse profondeur de banc. Quant à nous, nous mettons en avant la solidarité et le cœur. Nous nous battons sur tous les pucks. Et nous avons nos occasions», commente le président Francesco Palmisano. Le but de la formation du Haut-Plateau était de participer à cette finale. Pour y parvenir, elle a écarté le HC Anniviers au stade précédent (3-0). Tout ce qui arrive maintenant est considéré comme du bonus. «Nous avons réalisé une belle saison. De notre côté, nous n’avons pas eu de problème d’effectif. Les blessures nous ont laissés tranquille. Nous avons dû serrer les rangs en décembre-janvier, mais c’est traditionnel en station», poursuit le président, qui voit toujours d’un bon œil le fait de faire certains matches contre des formations non valaisannes. Cela relève l’intérêt. Et financièrement c’est jouable.



Alan Rotzer et le HC Crans-Montana résistent bien. REMO

HOCKEY MATCH CARITATIF

Unis pour la bonne cause



Le HC Crans-Montana et les U20 Elites fribourgeois, réunis avec le maillot spécialement créé pour leur rencontre caritative. DR

CRANS-MONTANA «Nous allons régulièrement demander de l’argent aux gens afin de pouvoir boucler notre budget. Je me suis dit que pour une fois c’était à nous de redonner quelque chose», explique Francesco Palmisano, président du club de hockey du Haut-Plateau. C’est pourquoi il a décidé de mettre sur pied une rencontre amicale et caritative entre sa première équipe et les U20 Elites du HC Fribourg-Gottéron, formation dans laquelle évolue son fils Matteo. Fallait-il encore trouver un moyen pour récolter de l’argent, car en pleine pandémie – la rencontre a eu lieu fin décembre – il était impossible de compter sur des rentrées en termes de billette-

rie. Le HC Crans-Montana n’a pu faire aucune publicité pour sa manifestation, sans quoi il aurait dû mettre en place un plan de sécurité trop coûteux.

Un franc succès

Les organisateurs ont donc décidé de créer des maillots spéciaux

pour l’événement. Ce sont les joueurs eux-mêmes qui se sont chargés de les vendre, en passant par leurs amis et leurs familles. «Cette action a dépassé nos espérances. Nous aurions même pu en vendre beaucoup plus. Le risque que nous avons pris à la base a donc été payant», conclut Francesco Palmisano, qui souhaite reconduire chaque année un événement caritatif dans le cadre de son club de hockey.

Sur la glace, les Ecureuils se sont fait manger par les Dragons. Les U20 se sont imposés 19-3. Mais malgré ce score fleuve, tous les joueurs ont pris plaisir à participer à cette journée.

CLAUDE-ALAIN ZUFFEREY

EN CHIFFRES

5000

L’action du HC Crans-Montana a permis de récolter 5000 francs pour la Ligue valaisanne contre le cancer. Le chèque a été remis à la fin février au directeur de l’association, Frank Moos.

PUB



Désormais, je souris sereinement

IMPLANTOLOGIE DENTAIRE DE QUALITÉ, À DOMODOSSOLA.

RADIOGRAPHIE PANORAMIQUE + SCANNER 3D CONE BEAM DANS LA CLINIQUE

Prothèse dentaire complète fixe supérieure ou inférieure avec implants € 5.900

Implants haute qualité + Couronne en Céramique € 1.180

Certification de tous les implants • Garantie sur tous les traitements



CLINIQUE DENTAL QUALITY® UNIQUEMENT À DOMODOSSOLA

Téléphone: +39 0324 242292

clinichedentalquality.ch

PROGRAMME

L'épreuve en un coup d'oeil

9 h 45 Poussins (2015 et après).

10 h Poussines (2015 et après).

10 h 15 Ecoliers C (2013-2014).

10 h 30 Ecolières C (2013-2014).

10 h 45 Ecoliers B (2011-2012).

11 h Ecolières B (2011-2012).

Parcours de 1600 m.

11 h 15 Ecoliers A (2009-2010);

Ecolières A (2009-2010).

Parcours de 3150 m.

11 h 45 Hommes (1983-2002);

Vétérans 1 (1973-1982); Vétérans 2

(1963-1972); Vétérans 3 (1962 et

avant).

Parcours de 9450 m.

11 h 45 Challenge Entreprises

(sans limite d'âge).

Parcours de 3150 m.

12 h 30 Cadettes B (2007-2008);

Cadettes A (2005-2006); Cadets

B (2007-2008); Populaires 1 (Sans

limite d'âge).

Parcours de 3150 m.

12 h 45 Personne à mobilité ré-

duite (sans chrono et sans limite

d'âge); Course FUN, parents, en-

fants, grand-parents (sans chrono

et sans limite d'âge).

Parcours de 1000 m.

12 h 50 Populaires 2 (sans limite

d'âge); Cadets A (2005-2006);

Juniors (2003-2004); Dames Ju-

niors (2003-2004); Femmes

(1983-2002); Dames 1 (1973-1982);

Dames 2 (1972 et avant).

Parcours de 6300 m.

Les coureurs doivent se présenter

à la chambre d'appel 10 minutes

avant le départ de leur catégorie.

ATHLÉTISME 49E COURSE DU SOLEIL

La renaissance, enfin

SIERRE Après deux ans d'absence, la Course du Soleil va faire son retour le 27 mars prochain. Le Covid n'aura pas eu la peau de la classique printanière sierroise. Pourtant, il reste encore des traces de cette pandémie en ce qui concerne l'organisation de l'épreuve. «Les différentes directives liées au Covid 19 et les incertitudes nous ont obligés à modifier l'organisation de la course de cette année. Exceptionnellement, elle est délocalisée entièrement dans l'enceinte du site sportif d'Ecossia à Noës», a expliqué le CA Sierr.

Deux parcours à plat

Qui dit nouveau lieu, dit nouveau parcours. Les deux variantes proposées seront entièrement plates. Parcourant en alternance des revêtements en herbe, en gravier-terre, la piste finlandaise et la piste d'athlétisme en tartan, le petit tour, pour les enfants, sera long de 1600 mètres. Les jeunes et les adultes se mesureront sur un tracé de 3150 mètres, situé sur le site d'Ecossia et les chemins alentour. Ces deux parcours sont sensiblement similaires en longueur à ce qui se faisait du côté du lac de Géronde et de Goubing. La montée en moins.

Le Challenge des Entreprises sera également reconduit pour



Pas de montée de Goubing cette année. Le parcours sera complètement plat du côté d'Ecossia. LE JDS

cette édition 2022. Une nouveauté à signaler: les coureurs (trois au minimum) partiront ensemble pour un tour de 3150 mètres. Le classement sera réalisé en tenant compte des trois meilleurs temps.

Afin que les participants puis-

sent boire et manger, plusieurs foodtrucks seront installés sur le site de compétition. Un château gonflable permettra également aux plus jeunes de s'amuser en attendant l'arrivée de leurs proches.

CLAUDE-ALAIN ZUFFEREY

PATINAGE ARTISTIQUE ISC CRANS-MONTANA, SIERRE ET RÉGIONS

Une saison sportive réussie

SIERRE Durant la pandémie, l'Ice Skating Club de Crans-Montana, Sierr et Régions n'a pratiquement pas dû arrêter ses entraînements. La patinoire de Graben est restée ouverte et celle d'Ycoor est en extérieur. «Nous n'avons jamais eu plus de dix patineuses, ensemble sur la glace. Ce qui signifie que nous avons pu continuer notre activité. Nous comptons toujours une septantaine de jeunes dans nos rangs. Et lorsque les compétitions ont repris, nous avons fait de bons résultats. Sportivement, je suis satisfait de notre saison», relève le président du club, Ludovic

Pellissier. Les Sierroises ont décroché trois titres de championnes valaisannes et deux places de vice-championnes romandes.

Un gala à Graben

À la suite du départ de plusieurs professeurs, Rijana Delessert a dû reprendre du service avec le groupe compétition. Elle est assistée de Laura Pfenninger, une ancienne patineuse sierroise, qui est restée fidèle au club. «Depuis que j'ai arrêté la compétition, j'ai effectué plusieurs formations Jeunesse+ Sport. J'ai également appris l'enseignement auprès de

Rijana. Cela fait près de dix ans que j'accompagne les plus jeunes lors de leurs premiers pas sur la glace. J'ai suivi l'évolution de toutes les filles qui patinent aujourd'hui en concours.» Cette saison, la Sierraise qui étudie à Zurich a pu s'impliquer encore plus avec le groupe compétition.

Pour la suite, le président Ludovic Pellissier est à la recherche de professeurs, afin de continuer le travail effectué ces dernières années. A noter que côté actualité, le club va présenter son gala, demain samedi à Graben à 11 heures.

CLAUDE-ALAIN ZUFFEREY



Rijana Delessert et Laura Pfenninger, derrière les patineuses Meyane Carvalho, Maeva Fidenza et Kristeya Bliznakova. DR

SORTIR

24

THÉÂTRE

AINSI VA LA VIE

Un spectacle intime, casque sur les oreilles dans l'appartement d'une disparue.

ASIMA UN NOUVEL ALBUM ET UN CONCERT

Un voyage sonore

VENTHÔNE Le projet Asima est né dans la tête de Nicolas Fardel en 2012. Il rêvait d'associer les sonorités traditionnelles d'Asie au jazz rock, une rencontre musicale entre l'Orient et l'Occident. Il fonde l'ensemble en 2014 et monte plusieurs concerts qui font date car le guitariste affectionne aussi les mises en scène lumineuses. Nicolas Fardel revient aujourd'hui avec un nouvel album «ReSource» qu'il présentera en concert dans le splendide théâtre de La Poste à Viège le 31 mars à 19 h 30.

Asima, c'était un mot inventé. Pour Asie et moi. Car l'Asie a changé Nicolas Fardel.

Des compositions d'ici, des sonorités traditionnelles

Sur le fond, l'intention reste la même dans ce partage des sonorités. Ce sera comme un voyage. «Un voyage entre des styles jazz-rock-électro et des instruments acoustiques traditionnels qui donnent la couleur à ma musique», explique Nicolas Fardel guitariste de Swing Maniak. Entre les débuts d'Asima et aujourd'hui, ce sont les compositions qui ont évolué. Le



Asima présente son nouvel album «ReSource» sur la scène du Théâtre de la Poste le 31 décembre.

DAVID ZUBER

guitariste n'essaie plus d'imiter l'Asie traditionnelle dans ses partitions. «Ce que j'ai écrit est plus proche de moi. C'est, comme le titre de mon nouvel album l'indique, un retour aux sources. Je ne m'inspire plus de l'Asie mais je

continue à jouer avec ses sonorités qui me fascinent. Et c'est une combinaison sublime». Sur la belle scène de La Poste, huit musiciens. Un quatuor guitare, basse, batterie, clavier avec Nicolas Fardel, Francis Stoessel, Nicolas Ger-

ber et Pat Patti. Et puis Chou Mei-Siang à la voix, Liu Wan-Yu au dizi et flûtes, Peng Jingxuan au guzheng (cithare) et Zhao Li'ang à l'erhu (violon).

Les compositions du nouvel album sont très construites. Et s'imprègnent de tout ce qu'aime le guitariste: des belles mélodies, des styles multiples, jazz, rock ou électro, des ballades aussi. Et les sons traditionnels donnent cette empreinte unique qu'on ne retrouve nulle part ailleurs. Enregistrés à la Pitrerie aux Mayens de Sion dans le studio de Lionel Darbellay, les neuf titres vous embarquent dans un pays imaginaire, dans un lyrisme assumé et porteur. Un projet un peu fou qui a su se déployer et trouver son public.

ISABELLE BAGNOUD LORETAN

31 mars à 19 h 30, Théâtre La Poste, Viège.
Réservation sur www.lapostevisp.ch

EN BREF



Hypersensible

SIERRE Le couturier Gary Germanier est aussi peintre. Il est aussi hypersensible. Pour en parler, il a imaginé une exposition très sensorielle au Stammde l'association Satellite visible jusqu'au 8 avril. Le spectateur pénètre dans son univers. Au mur, des peintures d'organes. Des cœurs, des poumons, des intestins aux couleurs vives et aux formes graphiques. Ce corps qui parle, ce corps qui fait, malgré le stress et comme un contre-pied aux pensées qui tournent en boucle... A la radio, un journaliste interroge l'hypersensibilité, Gary Germanier témoigne. Des diapositives, photographies d'enfance, des objets personnels et soudain le téléphone qui sonne... Avenue Max-Huber 12

SEMAINE CONTRE LE RACISME RENDEZ-VOUS

A la rencontre de l'autre

SIERRE Plusieurs événements s'organisent dans la région autour de la Semaine d'actions contre le racisme du 21 au 27 mars prochains. La lecture «La Machine dans la forêt» à la Maison des cultures, le spectacle «Boucle d'or 2022» au TLH-Sierre (lire page 25), la présentation du livre «Noir en couleurs» de Licia Chery (lire page 25) à la BMS, la projection du documentaire SAMOS sur la crise migratoire au Bourg. Il y aura aussi un magnifique spectacle tout public à la salle de la Sacoche vendredi 26 mars à 20 heures. «Les Migrants» de Claire Audhuy donne à entendre des témoignages de femmes migrantes, touchants, drôles et surprenants. La metteuse en scène a imaginé une performance dessinée et musicale avec la voix de Claire Audhuy, les dessins de Suzy Vergez et la musique d'Alexandrine Guédron.

Un spectacle documentaire animé et musical

Pendant plusieurs mois, l'autrice s'est rendue dans un centre d'accueil pour femmes migrantes. Elle a écouté des récits, partagé des repas et des sourires. On découvre Farzana qui a fui les Tali-



Claire Audhuy et Alexandrine Guédron pour partager des récits tendres, bouleversants et drôles aussi sur les migrantes. DR

bans de Kaboul, Ghole qui a survécu au règne de Saddam Hussein ou Aïssatou qui découvre Ikea... Les projets de la Cie Rodéo d'âme interrogent des thématiques engagées. Les projets se construisent toujours à partir de recherches sur le terrain et en archives, d'entretiens et de reportages qui peuvent aboutir, c'est selon, à des spectacles ou des films, des ateliers ou des expositions.

La Cie explore aussi à travers ce spectacle, un thème d'actualité, celui de l'exil où circulent beau-

coup de fausses informations et de peurs.

Un spectacle nécessaire pour comprendre les thématiques de l'exil et du vivre-ensemble, pour découvrir la réalité de la vie et les parcours de combattants de ces courageuses. Une rencontre avec l'autre, une plongée au cœur de récits bouleversants de femmes qui ont dû quitter leur pays pour se reconstruire ailleurs. (C)

Tout le programme de la Semaine d'actions contre le racisme sur: <https://www.vs.ch/web/spm/programme-2022>

FESTIVAL FILM VERT

En mode durable

SIERRE Pour voir les meilleurs documentaires sur l'écologie et la nature, rien ne vaut le Festival du Film Vert qui se déroule dans toute la Suisse.

«Refusant de céder au défaitisme, les équipes de programmation du festival ont choisi des films qui explorent des pistes, donnent de l'espoir et présentent des solutions possibles pour que notre futur soit... durable», expliquent les organisateurs.

Vendredi 25 mars à 20 heures, le cinéma du Bourg projette le documentaire «Héros Ordinaires Neuchâtel». Le film donne la parole à 17 personnes qui abordent chacune un ou plusieurs objectifs du développement durable 2030. Du coup, le spectateur découvre une grande variété de contenus et une représentation des actions à mettre en œuvre dans les entreprises publiques et privées, dans les associations, dans notre quotidien, quels que soient l'âge, le parcours, la culture ou le genre. Les réalisatrices seront présentes pour échanger avec le public sierrois avant un apéro.

De la souffrance à la vie

Le 1er avril à 19 h 30, le Bourg présente «One Earth Everything is connected» où il est question d'élevages hyper-intensifs et hyper-technologiques de porcs au cœur de la Chine qui affectent les quatre coins de la planète. Montrant ainsi que le système global de nourriture compromet de manière irréversible l'équilibre fragile de la planète. Un film dur qui interroge sur le comment puis-je prendre soin de tout ça et de moi? Avant et après le film, Patricia Wegmann, psychologue et Sabrina Tacchini donneront un aperçu des souffrances psychiques en lien avec la prise de conscience de l'urgence climatique qui peuvent aussi devenir une source d'énergie qui nous permet de faire face aux défis. (C)

Entrée 10 francs.

Pas de réservation.

Limite d'âge pour One Earth: à partir de 14 ans.

TLH-SIERRE IMMERSION DANS LA VIE D'UNE PERSONNE DISPARUE

Ainsi va la vie...

SIERRE Une expérience. Et du théâtre aussi créé tout spécialement pour le TLH-Sierre. «Ainsi va la vie»: vous entrez dans l'appartement d'une personne disparue et vous découvrez tous ses souvenirs à travers les objets et les affaires qui sont déposés là. Cette personne vous parle aussi, une dernière fois.

Vous recevrez un casque à l'entrée qui correspond à un l'un des parcours. C'est comme un spectacle sur ce qu'on laisserait après sa mort.

Une histoire qui parle aussi de Sierre

Samuel Perthuis s'est formé à la Manufacture, Haute école de théâtre de Suisse romande, il a notamment travaillé pour Joël Pommerat et Ursula Meier et a suivi aussi la Hochschule der Künste Bern en orientation mise en scène. Pour créer son récit, il a rencontré plusieurs personnes vivant à Sierre. Car cette histoire parle aussi de notre ville! (C)

Rendez-vous 10 minutes avant l'horaire à la rue du Marché 8. Réservation: www.tlh-sierre.ch

Une personne à découvrir à travers son intérieur. DR



AU CASINO**UNCHARTED**

Vendredi 18 mars et samedi 19 mars à 18 h; dimanche 20 mars à 16 h 30.
Film d'aventure américain de Ruben Fleischer (VF - 12 ans).

THE BATMAN

Du vendredi 18 mars au mardi 22 mars à 20 h 30.
Film de science fiction américain de Matt Reeves avec Robert Pattinson, Zoé Kravitz et Paul Dano (VF - 12 ans).

AU BOURG**MAISON DE RETRAITE**

Vendredi 18, samedi 19 mars à 20 h 30; dimanche 20 mars à 19 h; lundi 21 et mardi 22 mars à 18 h. Comédie française de Thomas Gilou avec Kev Adams, Gérard Depardieu

et Mylène Demongeot (VF - 12 ans).

LA MIF

Samedi 19 mars à 18 h; dimanche 20 mars à 17 h et mardi 22 mars à 20 h 30. Film du genevois Fred Baillif sur l'histoire d'un foyer pour

jeunes filles. Avec Claudia Grob, Charlie Reddy (VF - 14 ans).

PRESQUE

Dimanche 20 mars à 15 h. De et avec Bernard Campan et Alexandre Jollien, comédie (VF - 10 ans).

EXPLORATION DU MONDE

Lundi 21 mars à 14 h 30 et 20 h 30. Film-conférence sur la Corse: la marche le monde à ses pieds.

Guitare classique

LENS Monica Torti est guitariste classique, elle donnera un concert ce samedi 19 mars à 18 heures à la Fondation Opale. Après un certificat de guitare au Conservatoire de Lausanne avec félicitations du jury, la Vaudoise termine actuellement son Bachelor à la Haute école de musique de Lausanne dans la classe de George Vassilev.

Sur inscription: info@fondationopale.ch ou au 027 483 46 10.

Printemps de la poésie

SION Le printemps pour dire les mots des poètes. Saisissez l'occasion grâce aux événements liés au Printemps de la poésie. Pour prendre du recul, pour célébrer la beauté. La fondation Rilke se joint à la Ferme-Asile le 24 mars prochain dans ce cadre pour proposer un événement artistique autour des fruits et des vergers si souvent évoqués par le poète de Muzot. Sous le titre «Dansez l'orange» une performance d'Olivia Seigne (lecture) et Nicolas Turicchia (danse). «Les textes sur les fruits possèdent une sensualité omniprésente. Le vers Dansez l'orange est un magnifique vers, issu des «Sonnets à Orphée» dont nous célébrons, avec les Elégies de Duino, le centenaire», rappelle Brigitte Duvillard, directrice de la Fondation Rilke. Il faut imaginer aussi ce que représente une orange au temps de Rilke. Un fruit rare et précieux.

Après la performance, un menu en lien avec l'événement est proposé au cœur de la Grange de la Ferme-Asile.

Jeu 24 mars à 19 h. Spectacle: prix libre.

Repas: 50 francs sans boissons.

Comédie

ZINAL Le groupe théâtral de Court (Jura bernois) monte chaque année une comédie. Il viendra présenter la pièce de Bernard Granger «les trois moustiquaires» à la salle polyvalente samedi 26 mars à 20 h 30. Vous serez transportés au camping Malibu où deux familles rivales campent chaque été sur des emplacements mitoyens. L'un des pères, un charcutier facho, et l'autre, un communiste écolo-végétarien s'affrontent tandis que leurs ados sont amoureux l'un de l'autre.

Réservation: valdanniviers.ch/theatre-court

Atelier sur le son

LENS dimanche 27 mars de 14 à 16 h 30, la fondation Opale propose l'atelier intergénérationnel «Capture le Son». Le workshop animé par l'artiste Virginie Jordan, s'adresse aux jeunes et adultes qui souhaitent découvrir et expérimenter le processus de prise de sons dans no-

LES 7 JOURS D'UNE VIE

Les comédiens Jérôme Melly, Christian Bagnoud et Sandrine Strobino avec le metteur en scène, Vincent Forclaz. DR

Christian Bagnoud et Jérôme Melly qui raconteront la vie de Simon Labrosse en sept jours. Soutenu par ses amis Léo, un poète négatif et Nathalie, obsédée par son développement personnel, Simon Labrosse aimerait se réintégrer «dans la vie active». Tour à tour cascadeur émotif, finisseur de phrases, flatteur d'ego, il se bat avec dérision contre le système qui l'étouffe. Entre comique et tragique, des situations poétiques et des rencontres cocasses, le trio vit une semaine pas ordinaire. La troupe de La Main est née en 2007 pour mettre sur pied, en petit comité, des productions de qualité. Et elle y réussit...

Samedi 26 mars à 20 h et dimanche 27 mars à 17 h 30. Prévente en ligne sur billetterie@kabaret.ch

tre environnement. L'atelier offre une occasion unique et ludique de manipuler et se familiariser avec du matériel d'enregistrement professionnel. Après une introduction à la musique aborigène, vous pourrez capter les sons et bruits autour de la fondation. Un goûter surprise clôt l'atelier. Dès 12 ans. Inscription sur info@fondationopale.ch ou au 027 483 46 10.

La BMS décroche la lune

SIERRE Le premier BiblioWeekend aura lieu du 25 au 27 mars sur le thème «Décrocher la lune». Durant ce week-end, toutes les bibliothèques de Suisse accueilleront le grand public pour des animations à des horaires inhabituels. A Sierre, la Bibliothèque-médiathèque de Sierre (BMS) met sur pied plusieurs rencontres et ateliers: samedi 26 mars de 9 h 30 à 11 h 30, un atelier animé par Johanne Haari, pour les femmes autour de leur cycle lunaire durant lequel chacun fabrique son mandala lunaire. Samedi 26 mars à 10 heures, des contes pour toute la famille dès 6 ans; plus tard à 14 heures, rencontre avec la pétillante Licia Chery qui a publié en 2021 «Noir en couleurs». La chanteuse, écrivaine et présentatrice à la RTS (C'est ma question) évoque ses origines africaine et haïtienne, ses ancêtres et leur

esclavagisme; pour les enfants, de 14 à 16 heures, un atelier bricolage pour créer sa fusée qui partira sur la lune. Enfin, dimanche 27 mars à 10 heures, Jean-Luc Héritier, paysan thérapeute évoquera l'influence de la lune au quotidien et son application dans le jardinage.

Entrée libre pour les événements mais les ateliers sont limités et nécessitent de s'inscrire auprès du service du prêt.

PUB



Course de barrique unique au monde
Parcours de dégustation

Gastronomie et animations
Billetterie en ligne salgesch.ch

Concours LE JOURNAL DE SIERRE

BIMENSUEL JGA 3960 SIERRE

PAR CARTE POSTALE
OU PAR E-MAIL JOUEZ TOUS LES MOIS
ET GAGNEZ DE MAGNIFIQUES LOTS!

Le mot mystère

S	E	D	A	D	N	A	R	B	L	U	B	U	R	U
E	H	C	N	A	V	E	R	A	E	T	T	E	B	O
E	R	I	V	A	H	C	N	C	N	I	M	E	H	C
E	E	E	I	C	U	G	A	S	O	M	I	M	A	U
L	E	G	N	N	E	R	O	P	M	E	T	I	M	O
E	L	A	E	N	T	E	T	S	T	E	L	A	H	C
P	L	P	T	S	E	E	N	A	Z	L	E	I	C	B
P	A	H	T	E	T	S	N	I	E	E	U	V	E	B
A	A	S	E	T	S	I	E	S	T	E	E	I	I	F
L	D	E	R	N	I	R	O	O	E	U	G	D	R	R
E	V	U	C	O	T	F	U	N	F	E	O	H	C	E
S	E	G	E	T	R	O	C	O	S	N	U	R	B	N
E	T	I	S	L	A									
R	E	X	O	B	S									
U	A	E	T	A	G									

Les mots de la liste ci-dessous peuvent se lire et se biffer horizontalement, verticalement ou en diagonale, à l'endroit ou à l'envers. Une même lettre peut servir à former plusieurs mots sauf si elle fait partie du... mot à découvrir, aujourd'hui une ville. Bonne recherche.

ALLÉE	BRUNS	DUELS	MITE	SIESTE
APPELÉE	CAILLE	ECHO	NERF	SITE
ARTISTE	CHALET	EXIGUES	OURS	TEMPO
BEIGE	CHAVIRE	FRISE	PAGE	TONTE
BETTE	CHEMIN	GATEAU	PLANCHER	TRACE
BEVUE	CIEL	GESTION	REVANCHE	TREIZE
BIDON	CORTEGES	INTENSE	ROUTINE	TRUAND
BOXER	COUCOU	LUIRE	SAISON	URUBU
BRANDADES	CUVE	MIMOSA	SECRET	VEUF

Solution du mot mystère du 18 février 2022: ADELBODEN

A gagner

1^{er} PRIX: 4 billets d'entrée au Happyland à Granges

2^e PRIX: 2 billets d'entrée au Happyland à Granges

Comment participer?

Par COURRIER

Envoyez une carte postale avec le mot mystère en «majuscule» ainsi que vos coordonnées à l'adresse suivante:
Le Journal de Sierre, Le Mot Mystère,
Rue de l'Industrie 13, 1950 Sion.

Par MAIL

Envoyez la réponse «en majuscules» par mail, à l'adresse:
concours@lejds.ch ainsi que vos coordonnées complètes.
(nom, prénom, adresse).

Tirage au sort: Mardi 5 avril 2022.

Conditions de participation

Les collaborateurs du Groupe ESH Médias ainsi que les membres de leurs familles ne sont pas autorisés à participer.

En participant à ce concours, j'accepte que mes données soient exploitées par «Le Journal de Sierre» pour l'envoi d'informations et d'offres ponctuelles. Les gagnants seront avisés personnellement. Tout recours juridique est exclu.

Prochains concours

15 avril, 13 mai, 10 juin, 8 juillet, 26 août, 23 septembre, 21 octobre, 18 novembre, 16 décembre.

Gagnants pour le mot mystère du 18 février 2022

Madame Claudine Morard, Granges
2 forfaits journaliers de ski à Crans-Montana

Monsieur Robert Savioz, Vissoie
2 forfaits journaliers de ski à St-Luc / Chandolin

COULEUR DU TEMPS

Solidarité
sans frontières

Alors qu'il m'est arrivé, ces dernières années, d'être inquiète de nos manques d'humanité dûs à notre individualisme parfois tout-puissant, me voilà profondément touchée par tous les gestes d'amour, de solidarité, de tendresse, d'entraide que j'observe ces temps autour de moi. Je les ai notés dans un cahier pour m'en souvenir et pour me laisser entraîner par l'effet joyeux et contagieux qui en résulte et me motive à semer ces gestes bienfaisants à mon tour. Je ne résiste pas à l'envie de vous en partager quelques-uns.

Lundi, je suis touchée par mon amie qui ne perd jamais l'énergie et le courage d'accompagner son mari gravement malade et qui garde son humour intact et si bienfaisant.

Une semaine d'émotions

Mardi, je suis émerveillée par mon collègue qui se propose spontanément de remplacer une autre collègue engagée dans une formation continue.

Mercredi, je suis émue par l'élan de solidarité national immense lors de la ré-

colte pour la Chaîne du Bonheur et pour tous les gestes en faveur des victimes de la guerre en Ukraine.

Jeudi, je suis ébahie par la rapidité et la disponibilité d'un prêtre venu auprès d'une dame en fin de vie pour lui donner la force du sacrement des malades.

Vendredi, je suis éblouie par ces enfants de l'école primaire qui aident une maman à monter la poussette de son bébé dans le bus.

Samedi, je reste bouche bée en découvrant dans ma boîte aux lettres un livre-cadeau accompagné d'un petit mot adorable me remerciant pour un service rendu il y a longtemps.

Dimanche, je suis charmée par ma tante qui, malgré ses ennuis de santé, n'hésite pas à visiter mon papa dans sa maison de retraite pour lui apporter quelques heures de détente.

Que cette merveilleuse semaine de don de soi émaillée de ces élans de solidarité continue de nous émerveiller et nous invite à notre tour à propager autour de nous cette belle fraternité.

STÉPHANIE WALPEN

PUB

“
Grâce au Journal de Sierre,
touchez 100% des ménages.”



**Besoin d'aide
pour votre prochaine
campagne?**

Contactez-moi.

Sabrina Fischer
Conseillère à la clientèle
078 913 36 33
sabrina.fischer@impactmedias.ch

IMPACT_medias

DÉCÈS

POUR LE DISTRICT,
DU 4 AU 16 MARS 2022

Charles Moritz Providoli, 74 ans, Sierre
Nicolas Clivaz, 71 ans, Chermignon
Noëlle Loye, 85 ans, Sierre/Veyras
Victor Vernier, 83 ans, Sierre
Jean-Claude Riedo, Granges
Marie-Christine Storme, 62 ans, Sierre
Rodolphe Vocat, 95 ans, Miège
Christiane Faust, 90 ans, Sierre
Simone Bonvin-Monnet, 83 ans, Noës-Granges
Odile Gauye, 96 ans, Hérémece/St-Léonard
Bernard Germanier, 81 ans, Lens
Joseph Dussex, 82 ans, Montana/Lens
Jérôme Rudaz, 81 ans, Loc

POMPES FUNÈBRES

Charles Theler & Fils

Charles Theler & Fils
Jour et nuit Tél. 027 455 27 53

Barras  SA

Pompes Funèbres

CRANS-MONTANA ET RÉGIONS

T. 027 481 28 16
www.pompesfunebresbarras.ch

PERMANENCE DES
POMPES FUNÈBRES

F. EGGS & FILS

Avenue du Marché 3 – Sierre
Funéraire : Rte de la Gemmi 81
TEL 027 455 20 60

Fabien Rey

POMPES FUNÈBRES
DANIEL REY & FILS

MONTANA 079 740 23 49

LE
**JOURNAL
DE SIERRE**

Vous pouvez consulter «Le Journal de Sierre»
en format électronique sur le site www.lejds.ch
et retrouvez également des informations à chaud
sur sa page facebook.

Le Nouvelliste

PARTENAIRE MÉDIA

SOIRÉE MAGIQUE

1 AVRIL 2022

SALLE RECTO VERSO - GRÔNE

PROGRAMME

18H30: APÉRITIF

DÈS 19H30: FONDUE GLAREYARDE

ANIMATION: JULIEN SONJON,
MAGICIEN ET HUMORISTE

GRANDE TOMBOLA

dès 22h30
BOOM
+25 **PARTY**
animé par Linda Rao - ouvert au public



RÉSERVATIONS SUR
SHOP.HCSIERRE.CH OU
INFO@HCSIERRE.CH



COIKEN