

HANSEN OPTIQUE

DYNOPTIC 1 BEST IN CLASS PARTNER

Journal de **Sierre**

N° 5

Vendredi
14 mars 2025



DOMINIQUE SCHRECKLING

Rencontres 5-6-10

Les couleurs de l'intégration

Streethockey 14

Moquin, le double atout des Sierre Lions

P.P.A. – Poste CH SA – 1950 Sion 1 | Bimensuel | Distribution tous ménages

PUBLICITÉ

SCHMIDT

JUSQU'À
3 000 CHF
OFFERTS*

DU 1ER AU 31 MARS

GRANGES
Route du Moulin 16
(Anciennement Gaudin Cuisines)
Tél. 027 452 43 43

*Voir conditions.

Vous avez une info, des photos?

www.lejds.ch | redaction@lejds.ch | +41 27 451 12 22

Le chiffre

90 000

visiteurs... (contre 54 000 durant la saison 2023-2024)

.... en 94 jours d'ouverture, 130 lanternes, 6 œuvres lumineuses, 19 concerts «Synesthesia», 12 soirées d'animations ou 2900 messages déposés pour la fée Bella Lui, perpétuant cette tradition chère aux enfants et apportant une dimension participative à l'expérience: les chiffres records ne manquent pas autour du Chemin des Lanternes. Pour Sébastien Schornoz, Président de l'Association Festival Étoile Bella Lui: «Cette édition a été exceptionnelle. Le Chemin des Lanternes est désormais bien plus qu'un parcours lumineux: c'est une véritable aventure sensorielle.» ■



DR

La phrase

«La coparentalité est dans l'intérêt des enfants.»

Edward Krug
Professeur agrégé en Travail Social à l'Université de la Colombie-Britannique



DR

SIERRE «Divorcer sans se déchirer», le titre de la conférence organisée par «Compétences familles» se révèle des plus clairs. Les parents peuvent bâtir, ensemble, une coparentalité sur mesure, adaptée aux besoins et spécificités de leur famille. «Compétences Familles» compte accompagner sur ce chemin-là ceux qui en ressentent le besoin. Le 26 mars, en début de soirée, elle présentera brièvement ses projets, nés de l'expérience sur le terrain, de formations diverses et d'une collaboration avec des partenaires à l'étranger.

PUBLICITÉ

Toucher le cœur de vos futurs clients
grâce aux médias locaux.

IMPACT_medias
027 329 77 11
valais@impactmedias.ch

Cette même soirée, elle a convié l'éminent scientifique Edward Kruk, Professeur émérite en travail social à l'Université de British Columbia. Il se déplacera spécialement de Vancouver, Canada, pour l'occasion. Edward Kruk, initialement formé en sociologie, est à l'origine des Conférences internationales pour la parentalité partagée (ICSP – International Council of Shared Parenting). Ayant étudié et travaillé dans différents pays, il a conduit maintes recherches et publié force publications dans le domaine de la famille, de la prise en charge de l'enfant après le divorce et de la protection de l'enfant. Il a été décoré, par la Couronne britannique, de la médaille du Jubilé de Diamant pour sa vie au service des enfants vulnérables et de leur famille. Edward Kruk traitera de violence intrafamiliale, de violence conjugale et de violence contre les femmes. ■

26 mars 2025, Auditoire 1 de L'ECCG Monderèche 1 (sud du parking de la gare), 19 h à 21 h

QUENTIN RAHM FORT HEUREUX QUE LE VÉNÉRABLE ÉTABLISSEMENT DE LA POSTE TROUVE DE NOUVELLES RACINES (P.4)



Edito

LES TRAVERS BINAIRES

Les stéréotypes sont les flatte-couillons des idées reçues. Ils mettent des œillères à l'intelligence, ils font que la réflexion se réduit à des réflexes primaires. Nous en sommes tous victimes, de ces stéréotypes. C'est un travail de vigilance quotidienne de les désamorcer. Cela consiste à prendre un peu de recul et se dire: «Ai-je raison d'adhérer à cette idée ou, si je la confronte à une autre, est-ce qu'elle tient la route?» En plus simple: est-ce que mon cerveau reptilien me conduit vers des pensées d'abruti? Cela fait peut-être coupage de cheveu en quatre, ces questions, mais elles sont vitales à toutes formes de compréhensions: de soi-même ou sociales. Elles donnent des nuances de gris à ce que certains voient en teintes binaires: noir et blanc (ou vice versa). Elles permettent de gommer des généralisations bien faciles. Du genre? Ces dernières semaines, lorsque j'ai découvert force articles sur le quartier «défavorisé» où j'habite, à Sierre (les Glariers, donc), j'ai trouvé que c'était plein de stéréotypes. Il ne s'agit en aucune de mettre du Bisounours dans la réalité des faits. Mais une minorité ne représente jamais une majorité. Sauf dans certains pays. Mais pas chez nous. ■



JOËL CERUTTI
Rédacteur en chef

04
ACTU
RÉOUVERTURE POUR LA POSTE
Le mythique hôtel de Sierre rebondit avec de nouveaux gérants.

09
GENS D'ICI
INTÉRIEURS MIS EN VALEUR
Laetitia Speckinger à l'écoute de vos logis.

18
SPORTS
FOOTBALL
Les équipes du district retrouvent les terrains. Le point avec le FC Sierre.

20
SORTIR
LA GÉRONDINE TRÈS EN HARMONIE
Juste avant son concert annuel 2025, rencontre avec le directeur Ronald Favre.

LA QUESTION DE LA SEMAINE:

Concours photo

Quelle part de la production mondiale de vin représente le Valais?



MUSÉE DU VIN

Le Musée du Vin de Sierre vous invite à la découverte de sa nouvelle exposition temporaire, «Destination Vin».
Le Valais occupe une place majeure sur la scène viticole nationale en abritant près du tiers du vignoble helvétique. Mais à l'échelle planétaire, la région reste infime : elle ne couvre que 0,06% des surfaces et représente 0,15% de la production mondiale de vin. Pourtant, la viticulture valaisanne regorge de caractéristiques et des records uniques.
Altitude, pente, méthode de vinification... À travers 12 thématiques, la nouvelle exposition, qui a débuté le 8 mars, met en parallèle le Valais et d'autres régions viticoles du monde. Ce dialogue permet de mieux comprendre les spécificités du vignoble valaisan, tout en explorant des sources d'inspiration venues d'ailleurs. Destination Vin offre donc un voyage immersif et interactif, en invitant les visiteurs à découvrir l'identité viticole du Valais sous un nouveau jour, entre tradition en innovation.
Pour enrichir votre visite, profitez également du sentier viticole reliant le Musée du Vin de Sierre à celui de Salgesch, jalonné de 80 panneaux explicatifs sur la vigne et le vin en Valais. ■

Tentez votre chance en répondant à la question de la semaine et remportez: deux entrées pour visiter la nouvelle exposition temporaire du Musée du Vin. **Pour participer:** répondez à la question de la semaine par e-mail à info@sierretourisme.ch ou par téléphone au 027 455 85 35. **Date du tirage au sort:** 21 mars 2025. **Réponse du concours précédent:** 40 cépages. **Gagnant du dernier concours:** Katja Matter

PUBLICITÉ

Le Nouvelliste PARTENAIRE MÉDIA

RIEN DE TROP BEAU POUR LES DIEUX
15.12.24 — 20.04.25
LENS | CRANS-MONTANA
FONDATIONOPALE.CH

FONDATION OPALE



© Cyprien Tokoudagba, photo Maurice Aeschimann, courtesy The Jean Pigozzi African Art Collection | Forme Sion, formeo.ch

«Cultiver l'authenticité sierroise»

Le sérénissime Hôtel de la Poste a repris ses activités. Derrière cette renaissance, un groupe qui s'occupe de la gestion locative. Plus un trio qui, naguère, a officié au Château de Villa. ▸ JOËL CERUTTI



L'Hôtel de la Poste a su résister aux grandes démolitions qui ont marqué la rue du Bourg dans les années cinquante. SACHA BITTEL

SIERRE L'Hôtel de la Poste s'affranchit du sceau de la fermeture. Depuis quelques semaines, il revit grâce à Geoffrey, Jimmy ou Alexandre (de la société Heiwa Solution) et Jennifer, Joao et Max que vous avez croisé jadis au Château de Villa (eux, c'est évidemment la restauration). Deux pôles, un seul intérêt: que La Poste retrouve ses activités sur le long terme. Alexandre Elie se charge des explications.

> *«Il nous fallait un partenariat avec quelqu'un qui connaisse bien la région.»*
>
> **Alexandre Elie**
> Heiwa Solution

Judicieux partenariat

«Heiwa Solution s'est formé autour du concept d'une conciergerie de qualité avec 150 biens à louer. Notre juridiction s'appuie sur la parahôtellerie et nous nous sommes demandés comment mettre la dynamique de notre service au cœur de l'hôtellerie.» Puis ils apprennent qu'à Sierre, l'Hôtel de La Poste cherche repreneur. Heiwa soumet son dossier à la Bourgeoisie de Sierre à qui appartiennent les lieux.

Leur jeunesse – ils affichent la trentaine conquérante – ainsi que leur expertise du monde digital plaident en leur faveur. Par contre, Geoffrey, Jimmy ou Alexandre sont moins aguerris en matière de restauration. «C'est compliqué, il nous fallait un partenariat avec quelqu'un qui connaisse bien la région sierroise.» Ils lancent leurs sondes et se retrouvent «très en adéquation» avec Jennifer, Joao et Max. Un trio qui avait aussi posé sa candidature pour la reprise de La Poste. «Ils donnent beaucoup de leur personne dans le projet et nous avons noué une collaboration positive où chacun apprend de l'autre.»



Voici un mois, ses nouveaux gérants prenaient possession des lieux historiques. DR



Traubenkur
vom 24. August an.
Pensionspreis mit Zimmer und Wein:
Erster Tisch Fr. 5.
Zweiter Tisch „ 4.
Prachtvolle Aussicht auf die Alpen.
Schöne Spaziergänge. Gesundes Klima
und zuvorkommende Behandlung.
Hôtel de la Poste,
Sierre (Wallis).

La toute première publicité pour l'Hôtel de la Poste, le 9 septembre 1886, dans le journal bernois Der Bund. DR

Garder l'humain

Pour la gestion hôtellière, La Poste bénéficie du pôle des ressources humaines d'Heiwa Solution. Certains checking s'effectuent en ligne, ce qui libère du temps pour un meilleur accueil. Le passage de flambeau entre Caroline Brugy, ancienne gérante, et les repreneurs s'est déroulé sous les meilleurs auspices. «Caroline nous a aidé à 1000%, ce qui est très rare. Elle nous a délivré certains conseils, nous laissant faire aussi nos expériences», dit Alexandre Elie. Dans sa partie bistrot, La Poste se mue en un bar à vins ouverts aux encaveurs de la région comme à des crus exotiques. Dans la restauration, Joao table sur une petite carte dédiée, elle aussi, aux produits du cru, avec une addition qui soit la plus douce possible… «Nous cherchons à être familial et à cultiver l'authenticité sierroise», assure Alexandre Elie. ■

EN QUELQUES DATES

1709 Première mention de l'établissement sous le nom d'Auberge du Soleil. Sa construction daterait de la fin du XVIIe siècle.

1883 Les lieux prennent définitivement le nom d'Hôtel de la Poste. Quelques 25 lits sont proposés, la chambre revient à trois francs.

1900 (aux alentours) Aménagement du bistrot de l'Hôtel de la Poste.

2003 Acquisition par la Bourgeoisie de Sierre des lieux (photo du bas), les rénovations s'effectuent entre 2005 et 2007. Y est ajoutée une salle à manger en forme de trèfle.



FRANÇOIS MAMIN

S'entendre dans la différence

La Semaine d'action contre le racisme à Sierre se déroule du 21 au 28 mars. Durant cette édition 2025, Berthilde Nyiransabimana ira animer un atelier de sensibilisation au Cycle d'orientation des Liddes. Rencontre prolixe. ▸ JOËL CERUTTI



Berthilde Nyiransabimana a découvert l'exclusion lors de son arrivée dans notre pays. CERUTTI

SIERRE Avant d'arriver en Suisse, Berthilde Nyiransabimana ignorait ce qu'était une race. Dans son Rwanda natal, sa famille était «mixte»: une mère tutsie et un père hutu. «Lors du génocide de 1994, mon père a protégé la famille de ma mère. Ensuite, cela a été l'inverse. Mais il s'agissait d'ethnies et pas de races. Mon père était aussi plus qu'ami avec un père Franciscain qui venait de Slovaquie. Il lui a même offert une vache, ce qui en faisait des frères de sang!»

Berthilde Nyiransabimana, dans ses études d'assistante sociale, s'engage vers l'autre «pour améliorer la qualité de vie». Elle cherche, dès sa jeunesse, avec une qualité d'écoute innée, «comment s'entendre malgré les différences». Il lui était vital de travailler avec «son peuple» afin que des héritages de haine puissent être répudiés. Berthilde Nyiransabimana a poussé ses études jusqu'à l'Université afin d'avoir les meilleurs «outils pour accompagner», désamorcer les conflits, permettre aux gens d'exprimer sur le terrain. «Les Rwandais sont très introvertis dans leurs souffrances.»

> ***«La tolérance donne du sens à qui nous sommes.»***
>
> **Berthilde Nyiransabimana**
> Témoin durant la Semaine d'action contre le racisme

Libérer la parole

Là, nous parlons d'un temps d'avant 2012, avant qu'elle ne soit confrontée au racisme occidental, où sa peau noire n'est plus une «simple couverture, un habit là pour protéger notre corps». Elle a compris, en Valais, que sa pigmentation la catégorisait. «J'ai découvert que j'étais différente.» On lui sort alors que les Africains sont là «pour profiter du système». Au parc de jeux, elle fait fuir un gosse qui la pense cannibale et qu'elle va le dévorer.

Lorsqu'elle s'habille avec des pagnes aux couleurs bien pétantes, cela coince aux yeux de certains. Dans un home, une personne âgée refuse d'être lavée par Berthilde Nyiransabimana car «ce n'est pas moi qui suis sale».

Oui, nous sommes bien au XXIe siècle. Le 25 mars, elle ira échanger avec les élèves du Cycle d'orientation des Liddes. Cet atelier de sensibilisation entre dans les diverses actions de la Semaine d'action contre le racisme à Sierre. «Témoigner, cela libère la parole des autres. Nous nous découvrons et nous découvrons. La tolérance donne du sens à qui nous sommes. Notre différence est notre richesse. Face aux jeunes, il est important de favoriser la cohésion sociale, de créer un environnement inclusif dans le respect, afin que le futur soit tolérant, ouvert aux changements», poursuit Berthilde Nyiransabimana. Radieusement intarissable dès qu'elle est lancée. Qu'on se le dise! ■

Programme complet sur
https://www.sierre.ch/fr/semaine-actions-contre-racisme-1870.html

PUBLICITÉ



Le vendredi 8 mars, dans la salle omnisports bondée des Glariers, la première de «Comos» s'est mise en orbite. Pour la troisième année consécutive, le projet Cité encirquée a mélangé les âges, les classes sociales et les langues. ▸ TEXTE ET PHOTOS: **JOËL CERUTTI**

Reportage

Le bienveillant spectacle aux trente-trois nationalités

On dira sobrement que la Cité encirquée a été prise d'assaut dès le début des inscriptions. Au quartier des Glariers, le rush dure six petites heures où les quarante-huit places pour être les élu.e.s du spectacle se sont arrachées. «Nous ne pouvons malheureusement pas prendre plus d'élèves que tant. Sinon, nous perdrions en qualité. On n'arrive pas non plus à agrandir la salle omnisports…», glisse Estelle Borel, une des «artistes pédagogues» du projet. Il y a quand même des petits futés culottés qui ont essayé de bluffer.

«Nous en avons eu un qui a tenté le coup. Avec un grand sourire, il est venu le lundi matin, nous garantissant qu'il était inscrit…» Essayé pas pu! «Ce succès, c'est un bon signe pour nous», poursuit Estelle Borel. «Oui, nous avons une liste d'attente. Les Glariers, composé à 60% d'une population migrante, est un quartier très preneur. Les enfants attendent la Cité encirquée toute l'année», reprend Amra Mujanovic, éducatrice à l'Association sierroise de loisirs et culture (ASLEC), impliquée dans cette initiative. «En 2024, nous avons compté les nationalités qui participaient au spectacle, nous sommes arrivés à 33! C'est énorme!», s'exclame Estelle Borel.

Un travail de fond

Logiquement, cela demande une approche différente et aussi une sacrée collaboration avec l'école des Glariers. «Ce projet fonctionne vraiment comme un outil de cohésion sociale», relève Sarah Simili, qui mène la compagnie Courant d'Cirque, elle aussi investie dans Encirqué.

Derrière Amra et Sarah, durant l'interview, des mamans peignent, le mardi 4 mars, des globes. Ils participeront à la scénographie de «Cosmos» dès vendredi. Afin qu'elles se sentent le pinceau libre, une petite garderie a été organisée dans un coin de la salle de gym. «C'est vraiment un travail de fond, sur le long terme, qui ne peut pas être que ponctuel», reprend Sarah Simili.

> ***«Ce projet fonctionne vraiment comme un outil de cohésion sociale. C'est un travail de fond.»***
>
> **Sarah Simili**
> Compagnie Courant d'Cirque

Effectivement, Cité encirquée atteint sa troisième édition dans le quartier des Glariers. Gratuitement, il monte des ateliers autour des arts circassiens. A savoir les balles, les foulards, le fil, les diabolos, le trapèze, etc. Dans une douce discipline, les numéros se créent grâce à l'écoute des artistes. «C'est aussi le fruit d'années d'expérience et le résultat de toutes nos compétences réunies», résume Estelle Borel. Cette année, les pédagogues ont suivi, avant d'entamer les ateliers, une «journée de sensibilisation au racisme, harcèlement scolaire et violences liées au genre». «Cela monte la qualité de l'équipe encadrante et nous parlons tous d'une même voix», souligne Estelle Borel. Une initiative portée par une aide accrue des diverses autorités comme des privés. «Il y a une mobilisation, on nous fait de plus en plus confiance et cela nous fait plaisir d'être valorisés et légitimés», appuie Sarah Simili.

Favoriser la confiance en soi

Dans la salle de gym, toujours le mardi 4 mars, l'objectif capte des regards enfantins concentrés et fiers. Certains élèves se révèlent des fidèles, d'autres effectuent leurs premiers pas. Ils ont choisi leur spécialité, pas leurs partenaires, et cela jongle avec toutes les tranches d'âge. Le corps ne demande pas de traduction, il lève les barrières linguistiques, jette aux orties les classes sociales. Le collectif prend le pas sur l'individu. «Le cirque permet de s'exprimer différemment. Il libère de l'anxiété, de la tristesse, des soucis à l'école. Il favorise le lâcher prise, la fierté et la confiance en soi», plaide Estelle Borel. Qui, en trois ans, sent que le cadre de Cité encirquée devient de plus en plus «apaisant et bienveillant». Ces deux mots reviennent plusieurs fois dans nos échanges.

> ***«Le cirque permet de s'exprimer différemment. Il libère de l'anxiété, de la tristesse, des soucis à l'école.»***
>
> **Estelle Borel**
> Chargée de communication Cité encirquée

Avoir du plaisir

Vendredi, à l'heure de la première de «Cosmos», le 8 mars, les diverses communautés remplissent jusqu'à être bondée la salle de gym des Glariers. Dans les corridors, les tables débordent de plats exotiques pour l'après spectacle.. Durant celui-ci, le spectateur perçoit bien que l'important n'est pas dans la performance mais plutôt dans la reconnaissance. «Avant tout, le but principal est d'avoir du plaisir. Pour nous, c'est un projet qui fait sens car il est super bien mené et pensé. On apprend et on se nourrit les uns les autres.», conclut Estelle Borel. Dans l'air, il ne serait pas impossible que l'expérience s'étende à un autre quartier sierrois. A suivre… ■









Durant une semaine, la salle omnisports du quartier des Glariers accueille les répétitions puis les représentations de divers spectacles. Ils mobilisent non seulement les enfants mais aussi leurs parents qui participent à la conception de certains accessoires. Une garderie est organisée pour «libérer» les mamans.

AGROL Eden



Les conseils de Maria

Au printemps: préparer son jardin potager

Planifier son potager avant le printemps est essentiel pour assurer une belle croissance des plantes et une bonne récolte. Une terre riche, aérée et bien drainée favorise le développement des plantes, leur résistance mais aussi leur saveur. Maria d'Agrol Eden nous dévoile les différentes étapes à suivre pour bien organiser son jardin et optimiser les cultures pour obtenir une terre saine et fertile:

Premièrement, il est primordial de **bien nettoyer votre jardin**. Enlevez toutes les feuilles mortes, les branches et les mauvaises herbes. Pensez aussi à vous débarrasser des plantes malades ou mortes afin d'éviter la propagation de maladies.

La deuxième étape consiste à **préparer le sol**. Elle est essentielle pour favoriser la croissance des plantes. Deux méthodes s'offrent à vous:

Première méthode

Environ deux à trois semaines avant de retourner la terre, ajoutez du fumier bovin ou de poule en graines.

Deuxième méthode

Intégrez du compost déjà préparé (pas celui en graines!) ou du fumier décomposé pour enrichir naturellement le sol. Cette étape doit se faire immédiatement après avoir tourné le sol.

Le compost est particulièrement recommandé pour apporter les nutriments nécessaires à la terre. Si votre sol est trop dur ou manque de structure, mélangez du compost avec du terreau pour obtenir une meilleure texture. Ensuite, il faut vérifier le pH du sol et l'ajuster si nécessaire. Pour ce faire, nous vous proposons des kits de test prêts à l'emploi et n'hésitez pas à nous demander conseils. Car si le sol devait se révéler trop acide, vous devrez ajouter de la chaux, ou de la poudre de roche, s'il est trop riche.

La troisième étape consiste à planifier les cultures. L'organisation des plantations est une étape clé pour un potager productif. Faites un plan en fonction de la rotation des cultures pour éviter l'appauvrissement du sol. Pensez à sélectionner vos graines et plantes selon le climat, la saison, mais aussi votre lieu d'habitation (plaine, montagne). Commencez les semis en intérieur pour les plantes ayant un long cycle de croissance, comme les tomates, les poivrons et les aubergines. Pour les autres, attendez la fin mars ou avril pour planter en extérieur.

Si vous avez rencontré des maladies dans votre potager l'année précédente, il est recommandé de désinfecter vos outils avec un mélange d'eau et de javel (le meilleur antifongique naturel). ■

▶ VALÉRIE SMITS

www.agrol.ch

Une inéluctable hausse

SIERRE Par le biais d'un prospectus tout ménage, la Commune de Sierre a informé la population d'une adaptation de la taxe pour les eaux usées. Jusqu'en 2023, il y avait un bas de laine encore positif qui permettait de compenser l'insuffisance de financement. Grignoté jusqu'au moindre centime, il a fallu appliquer le principe légalement obligatoire du «pollueur payeur». «C'est le législateur qui nous l'impose, il n'y a pas de choix», dit Stéphane Delaloye, ingénieur de ville.



Les eaux usées doivent être traitées le plus possible et cela a un coût. SACHA BITTEL

A cela s'ajoutent d'autres contraintes: le traitement des micropolluant, l'amélioration des STEP de Noës et Granges qui avaient peu évolué depuis 1976 ou 1998. Pour votre portemonnaie, la taxe de base passe de 10 à 15 centimes le m3 du volume bâti et les taxes proportionnelles de 50 à 60 centimes le m3 d'eau potable. Mais plus précisément? «Pour un ménage d'une personne, l'augmentation sera de 18, 30 francs. A trois personnes, nous serons à 39 francs. Un foyer de quatre personnes devra compter sur 58,50 francs», estime Alain Broccard, responsable de l'environnement. Et 2025 marque une première étape.

«Il y aura une seconde augmentation dont le montant dépendra de l'état des comptes 2024. Son calcul relèvera des compétences du Conseil général», précise Stéphane Delaloye. Malgré ces diverses hausses, Sierre reste dans les moyennes les plus basses de Suisse dans les taxes des eaux usées. ■ ▶ JC

La plus belle pour aller jouer

PARIS/SIERRE La success story de la sierroise Variocaster Pralong Guitars se poursuit. Dimanche 9 mars 2025, elle a remporté le prix de la plus belle guitare au salon international du Paris Guitare festival. L'instrument conçu par Irénée Pralong a été désigné par le public parmi 120 «concurrents» luthiers venus de toute l'Europe. «C'est ahurissant!», réagit Irénée Pralong, heureux que sa création «titille les yeux de tout le monde». Une telle distinction apporte une «sacrée assise» à la marque et la rend plus attractive aux yeux des professionnels. Une bonne centaine d'entre eux ne s'est pas privée de tester la Variocaster sur le stand. En 2026, Irénée Pralong aurait des visées sur un autre salon international, en Allemagne cette fois. Pour mémoire, la Variocaster avait été lancée au Montreux International Guitar Show en mai 2023. ■ ▶ JC



Ambiance au stand de Pralong Guitars lors de la remise du prix de la plus belle guitare. DR

L'art de cultiver les intérieurs

Depuis vingt ans, Laetitia Speckinger s'est passionnée pour l'immobilier. Avec quelques cordes supplémentaires à cet arc dont le suivi de chantier. Rencontre avec une Bruxelloise d'origine aux parcours plutôt riches! ▶ TEXTE: **JOËL CERUTTI** ▶ PHOTO: **PETAR MITROVIC**

RANDOGNE Laetitia Speckinger pourrait être la «femme sweet home» de votre foyer. Sa mission? Elle fait de votre futur logis un «moment agréable». Laetitia Speckinger investit son énergie dans l'immobilier depuis vingt ans. Elle déniche les bons locataires comme les «perles rares» dans les appartements ou les chalets. Classique. Dans ces compétences, elle a glissé trois autres atouts : l'aménagement intérieur, le suivi de chantier et le «home staging». Ce qu'elle résume, durant l'interview, par ce slogan: «Aidez-vous! Gardez votre rêve!» Elle le complète avec: «Je suis là, je me dépatouille, faites-moi confiance.» Etayons. «J'aide, par exemple, à concevoir des espaces de circulation qui soient simples, efficaces et fluides. Je participe aux choix des matériaux les plus adéquats. Je peux intervenir au moment où se font les plans.» Il arrive aussi que Laetitia Speckinger prenne un chantier en cours.



Laetitia Speckinger lors du shooting organisé par le Journal de Sierre, en septembre 2024, à la Fondation Opale.

«Eh, les gars, je suis là pour faire votre intendance, je fais le nécessaire pour que cela roule.»

Laetitia Spaeckinger
Designer d'intérieur et qui a déménagé 24 fois dans sa vie

Parce que le propriétaire habite trop loin pour y venir quotidiennement. «La confiance n'évite pas le contrôle...» Elle rassure aussitôt les corps de métier et les architectes. «Eh, les gars, je suis là pour faire votre intendance, je fais le nécessaire pour que cela roule, parler tout de suite avec le proprio. Du coup, tout le monde est content, il n'y a plus de blocage.»

Avec l'expérience, elle a aussi trié «le bon du mauvais grain». Elle connaît ceux qui assurent, à qui elle donnerait «un chantier les yeux fermés». «On touche quelque chose d'important: un toit sur la tête. C'est tellement génial et rassurant quand tout se passe bien.»

«C'est mon truc»

Si Laetitia Speckinger aime tant ce qui touche à la construction, c'est rien que la faute à ses «familles d'amis». «Ce sont les mêmes depuis trente-cinq ans. Ils sont tous architectes, entrepreneurs ou dans l'immobilier. Cela m'a influencé et rejoint ma passion d'aider les gens à «fabriquer» leur refuge.» Auparavant, à Bruxelles, Laetitia avait failli sauter à pieds joints dans plusieurs métiers: journalisme ou criminologue.

«Mais il y avait un facteur limitant. Un des profs était un ami de ma famille et je ne pouvais pas l'encadrer.» Alors, troisième voie, le marketing. Des études qu'elle termine tout en gérant une boîte de nuit bruxelloise: Le Claridge. «C'était assez space...» Le monde créatif, elle le fréquente aussi depuis gamine. «Ma mère est restauratrice de tableaux, on avait à table toute la faune artistique bruxelloise.» Et puis s'insinue un mal sournois. «Dans le marketing, je m'emmerdais, je tournais en rond, je suis allé voir ailleurs. Pourquoi pas la Suisse?» Soit à Randogne dès 2005. Où elle rencontre celui qui allait devenir son mari, Max. Dans un premier temps, elle gère un club de vidéo à Crans-Montana. «Il y avait encore des cassettes VHS!», rigole-t-elle. Puis elle s'aiguille, comme déjà indiqué, vers l'immobilier. Entre le canton de Vaud et le Valais, elle passe par divers employeurs.

Avant de se dire que l'indépendance a du bon. «Je voulais agir comme je le ressentais. Parce que les clients se souviennent de votre nom, de votre tête.» Laetitia Speckinger ne regrette donc pas d'avoir échoué à l'examen d'entrée pour être policière, à Bruxelles. «J'ai vu que l'immobilier, c'est mon truc, que je m'y éclate! UTILISEZ-MOI!», prie-t-elle, les bras levés vers le ciel, dans un grand éclat de rire. ■

Notes : https:/laetitiaSpeckinger.ch/

«Cela doit être dans mon karma»

Amandine Rouvinez vient en aide aux enfants indiens. A votre tour de soutenir son association UDAAN en participant à un repas le 29 mars. ▸ JOËL CERUTTI

MURAZ Petite, Amandine Rouvinez rêve d'ouvrir un orphelinat en Inde. «J'ai toujours été sensible aux autres. Cela doit être dans mon karma, j'ai un sens de l'éthique assez développé», témoigne-t-elle. La suite devient une histoire de famille. Sa mère trouve que sa fille a contracté «la maladie de l'Inde.» Comme la tante d'Amandine s'y rend parfois, elle lâche: «Prends-la avec toi, comme ça, elle nous laissera tranquille !»

«C'est au-delà la pauvreté, les gens vivent à huit dans une même pièce.»

Amandine Rouvinez
«UDAAN, Vers un avenir meilleur»

A 18 ans, il y a des maladies dont on n'a pas envie de guérir. Après ce premier voyage, Amandine suit, au Danemark, une formation d'enseignante humanitaire. Dans ce cadre, elle repart en Inde effectuer un stage de six mois pour la Rural ConneXtion Fondation (RCF). Sur place, Amandine enseigne l'anglais et les mathématiques.
Dans les «bidonvilles et les zones rurales de Jaipur, Varanasi, du Nainital et du Chhattisgarh», Amandine gère le choc culturel, social. «C'est au-delà de la pauvreté, les gens vivent à huit dans une même pièce. Mais les enfants étaient contents de venir à l'école.» Notre Sierroise («de Muraz, je suis une Anniviarde qui bouge beaucoup...») remarque surtout qu'il n'existe aucun programme alimentaire. Difficile d'apprendre lorsque l'estomac gargouille, que les gosses souffrent de malnutrition et de carence. Alors avec des sponsors indiens, Amandine monte l'association «UDAAN, vers un avenir meilleur» en 2013. Sur ses flyers, à voix haute, elle le rappelle en boucle : 15 de nos francs permettent de nourrir un enfant durant un mois. Depuis, Amandine ne cesse de faire la navette. Educatrice sociale en Suisse, elle retourne sans cesse en Inde. Entre deux, elle récolte des fonds. Avec UDAAN, vous la verrez dans des marchés de Noël, vendre du muguet à Sierre, participer au Festival des Cinq Continents à Martigny, y proposer des produits d'artisanat ou des tatouages au henné. Et monter des repas de soutien.



Amandine Rouvinez, depuis vingt ans, partage son temps entre la Suisse et l'Inde. DR

Fonds directement sur place

Le premier, en 2023 à Réchy, avait attiré une septantaine de personnes. «Nous avions plus qu'atteint nos objectifs!» Le second se déroule à Miège le 29 mars. Pour Amandine et sa garde rapprochée, motivée, cela représente un boulot de Titans. «Nous sommes cinq en cuisine durant un jour et demi, c'est un travail énorme. Il y a cinq kilos d'oignons à couper. Cette année, nous avons pris une machine.» Tous les fonds récoltés sont apportés en cash sur place. Cela limite les intermédiaires bancaires onéreux. D'autant que le gouvernement indien ferme certains comptes internationaux afin d'en chasser les organisations humanitaires étrangères. Bref, avec UDAAN, cela arrive directement auprès des personnes concernées. Un gage de fiabilité. ■

Repas de soutien UDAAN
Samedi 29 mars, dès 15 h 45, salle bourgeoisiale de Miège. Inscription à udaan-suisse@hotmail.com ou au 077 469 10 75.

Vous remettre en selle grâce à un «atelier-vélo» gratuit

SALQUENEN – Pour la 1ère fois, le Parc naturel Pfyn-Finges met sur pied un « atelier-vélo » qui permet à tout un chacun de faire gratuitement le bilan de son vélo. **L'atelier se tient samedi 22 mars, entre 10 h et 15 h à La Souste devant le magasin de vélo RelAction (Waldstrasse 15).**
Les professionnels présents examineront l'état général des vélos et donneront de précieux conseils.
Les réparateurs présents regarderont les freins, la hauteur de la selle, l'état de la chaîne, tous ces éléments qui permettent de rouler avec un meilleur sentiment de sécurité. De petites répérations pourront être faites à titre exceptionnel. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire; les vélos seront traités par ordre d'arrivée.



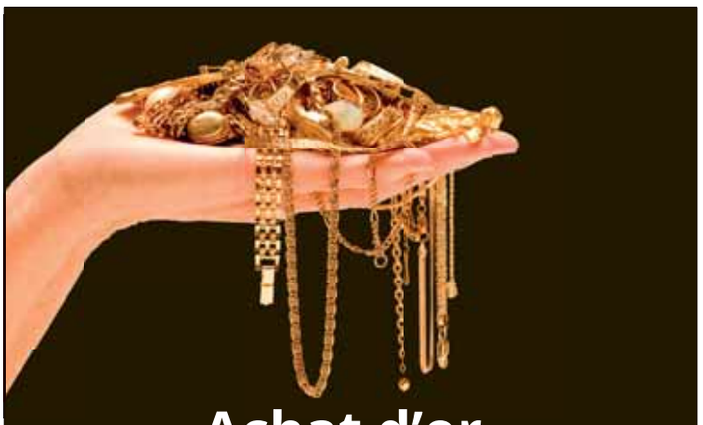
Un coup de boost avant de se lancer sur les routes en mobilité douce. MY LEUKERBAD AG

Balade en VTT électrique

En marge de l'événement, une sortie en VTT électrique est organisée en partenariat avec BikePlan, et permettra de prodiguer de nombreux conseils techniques aux participants. L'un de leur collaborateur guidera le groupe le long de différents sentiers et donnera de précieux conseils pour être plus à l'aise à vélo, que ce soit dans les virages étroits ou les pentes légères. La sortie est payante (Fr 30.- pour 2 h) et débute à 13 h devant le magasin RelAction à La Souste. Les inscriptions sont obligatoires. Comme toutes les offres du parc naturel, l'excursion est gratuite pour les habitants des communes et les membres du parc naturel. Il est demandé de prendre avec soi le matériel nécessaire, soit un casque à vélo, des lunettes, une paire de gants, etc. ■ ▸ **(C.RED)**

Infos et inscriptions
www.pfyn-finges.ch/touravelo

PELLEGRINO CONTROLE
VOTRE EXPERT EN SÉCURITÉ ÉLECTRIQUE
• Contrôle OIBT périodique
• Contrôle électrique pour la vente d'un bien immobilier
• Intervention rapide en cas d'anomalie
Tél. 079 386 43 14 • pellegrino.controle@gmail.com • www.pellegrino-controle.ch


Achat d'or, d'horlogerie & étain
Tous les vendredis
chez LuxuryCoquoz sàrl
Rte du Simplon 8 | 1958 ST-LÉONARD
Bureau ouvert de 9h00 - 12h00 et 13h30 - 17h00
Je me rends également à domicile
LUXURYCOQUOZ SARL
SWITZERLAND
M. Coquoz | T 079 893 90 30
www.luxurycoquoz.ch
CHE-309.731.459

Achat tous véhicules récents, reprise leasing etc.
Garage Delta – Sion
027 322 34 69 – 079 628 02 13
078 667 17 56

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

Mettez vos événements en lumière dans nos journaux grâce à
L'AGENDA DU Nouvelliste
Parution tous les jeudis
pour un prix unique de Fr. 25.–
agenda.lenouvelliste.ch

Mr Fanssou
voyant medium
vous aide à résoudre vos problèmes même les plus désespérés
Résultat en 2 jours
Tél. 079 523 45 29

Menuisier Ebéniste
exécute
Réparation, transformations. Sinistre dégâts d'eau. mobilier vintage, création. Service montage meubles, entretien.
Tél. 078 239 67 58

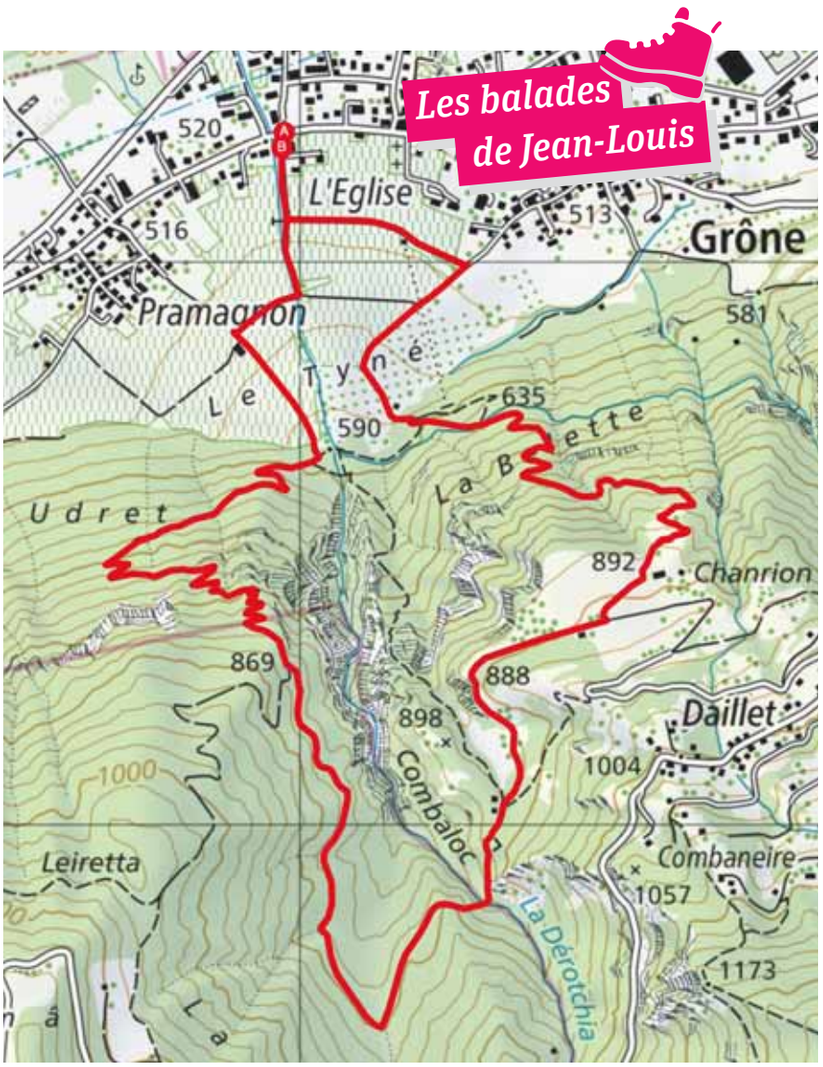
Près de chez vous à Sierre.
TOUS BOIS menuiserie+charpente
Route de l'Ancien Sierre 8
3960 Sierre
Tél 027 455 17 50
zuber@tousbois.ch
tousbois.ch
Les spécialistes pour EgoKiefer Fenêtres et portes

Simplement confortable.

Profitez de chaque conversation
auditiongreiner.ch – Rue de Galley 1 – 3966 Réchy – 027 458 50 50

Audition GREINER
Phonak Audéo Sphere Infinio
La dernière technologie révolutionnaire de Phonak.
Elle permet une réduction totale du bruit environnant pour une clarté vocale sans précédent.
Offres avantageuses. Bilan auditif et test d'appareils gratuits et sans engagement.

Autour de Combaloc et Dérotchia



GRÔNE – DAILLET, EN BOUCLE

Entre Grône et Pramagnon, montez la petite route de la Dérotchia, le long du torrent. Au premier croisement, tournez à gauche par le grand chemin, vers la lisière de la forêt. Le sentier assez raide traverse l'ancien bisse de Grône et, par de multiples lacets, arrive à Chanrion. Vous êtes là au point culminant de la balade; 900 m. Prenez à droite la petite route qui descend un peu, se transforme en chemin puis en sentier rouge et blanc. Vous passez près de deux maisons abandonnées, Combaloc, il faut poursuivre tout droit et descendre vers le torrent. Après la traversée du petit pont de bois, une montée raide mais très courte, (40m) et vous faites la belle traversée horizontale. Le sentier en forêt dense ne voit pas le soleil, est bordé de mousse et de superbes fougères. Vous arrivez sur le croisement du sentier de Nax et Grône.

La descente est agréable et facile. A la sortie de la forêt, restez à gauche du torrent pour rejoindre le point de départ.

La boucle peut se faire aussi dans l'autre sens, mais il est toujours préférable de choisir les pentes plus raides pour la montée, pour ménager vos genoux! Donc montez par la gauche du vallon. ■ ▶ JEAN-LOUIS PITTELOUD



Combaloc. JEAN-LOUIS PITTELOUD



Traversée de la Dérotchia. JEAN-LOUIS PITTELOUD

Durée **3 h**

Distance **6 km**

Dénivelé **+/- 480 m**

Difficulté **Assez difficile**

Si vous ne l'avez pas encore fait, téléchargez l'application SuisseMobile puis présentez l'appareil photo au code QR et vous serez guidé sur tout le parcours de la randonnée. Pour une utilisation parfaite du GPS de SuisseMobile, les utilisateurs de smartphone doivent disposer de l'application SuisseMobile Plus (30.–/an).

Les Anniviards y ont cru jusqu'au bout de la finale

Le HC Anniviers s'est incliné 3-2 dans la série finale face à Martigny. Il menait pourtant 2-0. La saison est globalement réussie avec l'intégration de jeunes Sierrois qui ont fait beaucoup de bien à tout le groupe. ▸ CLAUDE-ALAIN ZUFFEREY



Le HC Anniviers a éliminé les Portes-du-Soleil en demi-finales, avant de s'incliner face à Martigny en finale. REMO

HOCKEY SUR GLACE En 3e ligue, la logique a été respectée. Les deux meilleures équipes de la saison régulière se sont affrontées en finale des play-off. Et c'est Martigny qui s'est imposé 3-2 dans la série. Le HC Anniviers est pourtant passé tout proche du sacre, puisqu'il menait deux matches à rien, après avoir fait le break au Forum dans l'acte I. «C'est toujours rageant de perdre une finale. Mais il ne faut pas oublier que Martigny est une belle équipe. A l'image de Nicolas Gastaldo, elle possède de meilleures individualités que nous», relève le président du HC Annniviers, Frédéric Pellaz. A l'occasion du troisième match décisif, la tension était palpable dans les deux camps. Les Anniviards ont mieux commencé en marquant les premiers. «A ce moment-là, je pense que nous avons eu peur de gagner. Les choses n'ont pas tourné dans notre sens et nos adversaires se sont imposés 4-1.» Les deux dernières rencontres ont été remportées par Martigny, 2-1 à Vissoie et 3-2 au Forum. Cette année, le HC Anniviers n'avait pas de velléité de monter en 2e ligue. En revanche, il reste ambitieux et veut chercher une promotion dans les trois ans. «Nous avons eu la chance d'avoir Laurent Tachinni qui est venu en cours de saison aider Pascal Rey pour coacher l'équipe. Cela nous a fait beaucoup de bien.»

> ***«C'est toujours rageant de perdre une finale. Mais il ne faut pas oublier que Martigny est une belle équipe.»***
>
> **Fédéric Pellaz**
> Président du HC Anniviers

Collaboration avec Sierre

La présence des jeunes du HC Sierre, des juniors U20 qui n'ont pas la possibilité d'aller plus haut, est également indispensable pour le développement du hockey en Anniviers. «Ils ont fait une saison incroyable. Nous allons donc continuer à collaborer avec les Sierois et tenter d'encore rajeunir notre contingent. Ces juniors sont totalement concernés et viennent régulièrement aux entraînements, ce qui n'est pas le cas de tout le monde. Certains soirs, c'était difficile de travailler les situations spéciales.... il n'y avait jamais la même équipe sur la glace», poursuit Frédéric Pellaz. La collaboration Sierre - Anniviers permet également au club anniviard d'avoir des juniors dans toutes les catégories de jeu, sauf en U20. «Les parents des Sierrois jouent très bien le jeu. A voir maintenant comment le projet Academy Valais va avancer», conclut le président du HC Anniviers. ■

IL RESTE ENCORE DES TRAVAUX À ACCOMPLIR

Arrivé au terme de leur première saison avec une patinoire couverte, les Anniviards tirent un bilan plus que positif. Les installations pourront rester ouverte jusqu'au 23 mars. «Nous avons pu jouer tout notre championnat sans report de matches, ce qui nous change la vie. Tous les joueurs disent aussi que la glace est meilleure avec le toit», explique Frédéric Pellaz. L'aménagement d'une cantine et d'un local matériel, sous forme de deux containers, est encore au programme. «C'est un investissement de 70 000 à 80 000 francs qui sera entièrement pris en charge par le club. Après ça, nous serons au top. Nous avons une cantine, mais le local appartient à la commune et la salle est souvent louée pour des fêtes durant le week-end, ce qui nous oblige à déplacer notre matériel. Ce n'est pas vraiment pratique.»



Le Canadien Jean-Philippe Moquin n'a pas encore joué à Ecossia. Il pourra voir à quel point le public sierrois est chaud durant les play-off à venir. NOUVELLISTE/SACHA BITTEL

Sierre Lions

Jean-Philippe Moquin, plus qu'un joueur, un ambassadeur du street

Le Canadien de 25 ans est double champion du monde. Il a découvert le Valais l'été dernier et finira la saison avec les Sierre Lions. Plus qu'un renfort, c'est un véritable promoteur de son sport. Très actif sur les réseaux sociaux, il possède déjà de nombreux fans en Suisse. ▶ TEXTE: **CLAUDE-ALAIN ZUFFEREY**

Jean-Philippe Moquin est arrivé du Québec le 26 janvier. Il restera en Valais en tous cas jusqu'à la fin de la saison de LNA pour aider les Sierre Lions à remporter des titres, mais pas seulement. «Je ne savais pas vraiment à quoi m'attendre en débarquant à Sierre. Mais je savais quand même qu'il y avait moyen de développer le streethockey dans la région. Une avancée considérable a été effectuée avec la pose du sol en plastique à Ecossia, mais il y a encore beaucoup de travail à faire, surtout du côté des juniors.» Au Québec, par exemple, en une quinzaine d'années, les licenciés ont été multipliés par trois pour arriver à près de 100 000 joueurs. «Alors, pourquoi cela ne fonctionnerait-il pas en Suisse? Mais pour cela, il faut faire connaître le streethockey au plus grand nombre.»

En Amérique du Nord, le trois contre trois a été mis en avant afin de pouvoir mettre le plus grand nombre de terrains sur un minimum de place et ainsi susciter un plus grand intérêt. Le problème, c'est qu'en Suisse les grandes ligues viennent de passer au cinq contre cinq. «On pourrait envisager du 3x3 pour les jeunes. A mon arrivée, j'ai assisté à des entraînements de juniors. Je trouve que le terrain d'Ecossia est immense par rapport à leur taille. Et surtout, dans tous les sports, plus tu touches la balle et plus tu vas trouver ça passionnant», poursuit Jean-Philippe Moquin.

Afin de promouvoir son sport, le Canadien de 25 ans utilise les moyens de sa génération: les réseaux sociaux. Il possède une page Instagram qui réunit déjà 12 200 abonnés (la Fédération internationale en compte 13 200). Il y publie des vidéos parlant de technique et prodigue des conseils pour que les joueurs s'améliorent. «Ses capsules vidéo ont un impact considérable.

C'est fou de voir le nombre de jeunes qui viennent lui faire signer des autographes et lui demander des conseils lors des matches des Sierre Lions», explique Mathieu Schildknecht, joueur de la première équipe sierroise, et principal artisan de la venue de Jean-Philippe Moquin dans la Cité du Soleil (voir encadré).

Un travail à Vernayaz

On peut être double champion du monde et être loin du professionnalisme. Au Québec, il gagnait 120 dollars par semaine. Ce qui correspond à peu près à ce qu'il dépensait en essence pour se rendre aux entraînements. Les plus gros salaires sont de 175 dollars hebdomadaires et une saison ne dure que trois mois. A Sierre... il ne touche pas d'argent. Mais les Sierre Lions lui ont trouvé à loger chez l'habitant, une voiture et surtout un travail. C'était une des conditions pour qu'il puisse rester en Suisse au moins jusqu'à la fin du mois de mai. «Si j'étais venu en Europe pour l'argent, j'aurais opté pour la République tchèque. A Sierre, je suis là pour vivre des expériences.» Après avoir étudié en gestion de projet et comptabilité à HEC Montréal, le Québécois a trouvé un stage de quatre mois dans l'entreprise Genedis à Vernayaz, dans la section énergie renouvelable. Celui lui permet d'avoir un petit salaire et de pouvoir profiter un peu de son séjour en Suisse. «Rien qu'avec mes économies, je n'aurais pas pu faire grand-chose... Et je rencontre aussi des gens en dehors du monde du streethockey, c'est chouette. Je trouve que je ne me suis jamais intégré aussi vite dans une équipe et dans un travail. En Valais, c'est facile.»

> ***«S'il y avait plus d'engouement pour le street, il y aurait plus d'homogénéité entre les équipes de LNA.»***
>
> **Jean-Philippe Moquin**
> Nouvelle recrue des Sierre Lions

26 points en cinq matches

Depuis qu'il a intégré l'effectif des Sierre Lions, Jean-Philippe Moquin se balade sur les terrains de LNA. En cinq rencontres, il a déjà inscrit 11 buts et 15 assists. De quoi changer les plans de jeu et les ambitions des Sierrois pour cette saison 2024-2025. Mais lui, comment trouve-t-il le championnat de Suisse? «Nous avons une très belle équipe, mais je constate qu'il y une très grande différence de niveau entre le haut et le bas de classement. S'il y avait plus d'engouement pour notre sport, il y aurait plus d'homogénéité entre les formations de LNA.» Le nouveau venu est surtout épaté de voir le sentiment d'appartenance qu'il peut y avoir pour un club. Dans le streethockey canadien, le système de draft est appliqué, comme en hockey. Donc un joueur peut arriver n'importe où, sans avoir grandi avec sa franchise. «En Suisse, c'est plus une famille, même les joueurs blessés viennent aux matches ou aux entraînements. Ils continuent à vivre avec le groupe.» Les Sierre Lions ont donc engagé l'homme providentiel, capable de tout faire sur le terrain, mais également d'apporter son expérience dans les rencontres importantes. «Il a un sacré shoot, un super poignet, une vision du jeu, il sait jouer derrière... En 20 ans de carrière dans le street, c'est le joueur le plus complet que j'ai vu. Et comme notre contingent n'est pas pléthorique, il n'a pas pris la place de quelqu'un», explique Mathieu Schildknecht. Depuis son arrivée en Suisse, il y a une chose que Jean-Philippe Moquin n'a pas encore fait: jouer à domicile à Ecossia. En 2025, les Sierrois se sont déplacés à cinq reprises. Ce sera chose faites demain (14 heures) face aux Horgenberg Hammers. ■

UNE PREMIÈRE RENCONTRE À MONTRÉAL

Jean-Philippe Moquin a donc découvert Sierre en juin dernier. Lors des Championnats du monde, qui se sont disputés à Viège, l'équipe du Canada logeait à l'hôtel Ibis. Et c'est pendant cette compétition qu'il a été interrogé par un journal tchèque sur ses envies de jouer en Europe. «Sur le ton de la plaisanterie, j'ai lâché: que l'équipe qui a envie de m'avoir vienne me chercher. J'ai reçu plusieurs téléphones de la Suisse, mais cela n'est pas allé plus loin.» Sierre avait également fait des démarches auprès du représentant du joueur, mais sans rien concrétiser. «En octobre, j'ai pris des vacances pour aller à Montréal. Je voulais vraiment rencontrer Jean-Philippe. Et c'est là-bas que j'ai appris qu'il n'était plus représenté. Je l'ai appelé directement et ça a tout de suite collé entre nous. Pour moi, il devait vraiment correspondre à la mentalité du club, pour qu'il ne casse pas le superbe noyau que nous avons créé dans la première équipe», explique Mathieu Schildknecht.

Préparation idéale pour les play-off

TOURNOI DE PILSEN Les Sierre Lions se sont rendus en République tchèque du 6 au 9 février. Cette compétition internationale réunissait les équipes juniors U20 tchèque et U23 slovaque, Pilsen, Bratislava, ainsi qu'Oberwil. Les rouge et jaune ont atteint la finale, battus par la République tchèque U20 (4-2). «Nous avons vraiment pris ce tournoi comme préparation à la deuxième partie de saison. Notre but était de resserrer les liens avant les play-off. Jamais je n'aurais pensé arriver en finale. Mais nous avons vu que nous pouvions rivaliser avec des grosses cylindrées comme Pilsen et Bratislava, qui ont terminé au 3e rang de leur championnat respectif. Nous étions peut-être moins tactique, mais notre envie a fait la différence», commente Mario Paulik, coach des Sierre Lions. Et de la motivation, ils ont dû en avoir, car ils ont disputé six matches en trois jours. «Nous avons joué des matches de 3x10 minutes, mais le rythme était très élevé. Ce fut un bon réveil après la pause hivernale, une préparation de fou. Cela nous a rappelé les émotions des play-off.»

Plus qu'un seul match

Car la saison régulière de LNA arrive dans son money time. Les Sierre Lions sont déjà certains de terminer deuxièmes derrière Oberwil. Demain, ils accueilleront les Horgenberg Hammers pour la dernière journée, et après place aux play-off en avril. Entre deux, les Sierrois joueront le Final Four de la Coupe de Suisse le 29 mars.
Ces grands moments de la saison, le coach Paulik pourra donc les négocier avec sa nouvelle recrue Jean-Philippe Moquin. Va-t-il devoir adapter sa stratégie en fonction du Canadien. «Non, c'est un joueur complet qui est très sympa sur et en dehors du terrain. Il ne se prend pas la tête. Je vais juste devoir l'aligner avec des gars qui arrivent à le suivre au niveau vitesse. Nous avons pu voir lors du tournoi de Pilsen, que ce n'était pas évident pour tout le monde. Son imprévisibilité va également poser de nombreux problèmes à nos adversaires», conclut Mario Paulik. ■

En dates

15 MARS
SOUPER DE SOUTIEN
Cette soirée anniversaire exceptionnelle, pour marquer les 35 ans des Sierre Lions, aura lieu à la salle de gymnastique de Noës dès 18 h 30.

29 MARS
COUPE DE SUISSE Le Final Four se déroulera cette année à Gals (BE). En demi-finales, Sierre sera opposé à Bonstetten-Wettswil et Oberwil à Gals. La finale se jouera le soir même à 19 h. Les Sierre Lions organiseront un bus pour que les supporters puissent se rendre sur place.

Un changement de cap salvateur pour les Beavers

Sierre participe désormais au championnat de Softball Slow Pitch, une version mixte du baseball. Parmi les meilleurs clubs suisses de la discipline, les Beavers ont également pu se tester sur la scène européenne. ▸ CLAUDE-ALAIN ZUFFEREY



Battes et balles adaptées ont permis de rendre le jeu beaucoup plus intéressant. WWW.JFOTO.CH

BASEBALL Le club des Beavers de Sierre, un historique du championnat de Suisse, a été fondé en 1986 à… Chermignon. Cela fait de lui le plus ancien club de Romandie. De terrain en terrain, il s'est installé à Ecossia. Grâce à l'appui de la Ville de Sierre, il possède désormais les meilleures infrastructures de Suisse romande. Il ne manque plus qu'une tribune et qu'une zone d'échauffement pour les batteurs, afin que les Sierrois puissent accueillir une étape du circuit européen. Ce qui serait le graal pour les Beavers. «Cela serait une formidable vitrine pour notre sport et une belle publicité pour la région. Les instances européennes sont intéressées à venir en Valais. Nous sommes au centre de l'Europe. Mais il ne faut pas laisser passer notre chance, il y a de nombreuses destinations qui souhaitent également être ville hôte», explique Sandro Fazio, président des Sierre Beavers.



«En Europe, la division mixte est en plein boum. Le nombre de participants est en hausse constante. C'est vraiment du baseball énergisé.»

Sandro Fazio
président des Beavers

Historiquement, le baseball était pratiqué par les garçons et le softball par les filles. Une troisième voie mixte vient de s'ouvrir, celle du Softball Slow Pitch. Cette nouvelle manière de jouer fait un carton dans toute l'Europe. Elle a mélangé les meilleurs aspects des deux disciplines, ce qui la rend beaucoup plus attractive, tant pour les acteurs que pour les spectateurs. Les Sierrois et Sierroises se sont ralliés à la cause au sortir de la très difficile période du Covid. «Nous avons gagné sur tous les tableaux. Nous pouvons désormais aligner une équipe qui comprend des filles, car nous avons toujours été un club mixte. Nous pouvons également recruter plus facilement, car le jeu est plus intéressant avec plus d'actions à gérer, qui débouchent sur plus de points. Les débutants vont plus rapidement commencer à se faire plaisir. Et nous avons gagné des spectateurs qui restent plus facilement voir des matches d'une heure plutôt que de trois heures. C'est vraiment du baseball énergisé», poursuit Sandro Fazio.

Deux podiums en Suisse

Une équipe doit toujours avoir au moins trois filles sur le terrain. Les Beavers sont donc à la recherche de joueuses pour compléter leur effectif. «Nous acceptons les filles et les garçons dès l'âge de 15 ans. Les nouveaux peuvent venir tester le baseball trois-quatre fois avant de s'engager. Après, nous avons besoin de gens motivés qui soient présents. Chez nous, tout le monde joue. C'est fondamental pour fidéliser les joueurs. Quelqu'un qui reste sur le banc va vite baisser les bras.»

Dans le championnat de Suisse, les Beavers sont montés deux fois de suite sur le podium (2e et 3e places). Ils jouent contre des équipes représentant plutôt des grandes villes: Zurich, Bâle, Berne, Genève ou encore Lausanne. ■

LES BEAVERS ÉGALEMENT SUR LA SCÈNE EUROPÉENNE

Grâce à leurs bons résultats dans le championnat de Suisse, les Sierrois ont été retenus pour disputer une compétition internationale à Riccione. «L'expérience a été incroyable. Nos rencontres étaient télévisées, c'est fou. Nous avons pu constater que le niveau était très haut. Cela fait du bien de pouvoir disputer de tels matches, dans lesquels tout va beaucoup plus vite», commente le président Sandro Fazio. Les tournois se multiplient en Europe, mais les Beavers ne participent pour l'instant qu'à l'étape italienne. «C'est surtout une question de budget. Les hôtels, ça coûte cher. Il faut savoir que nos joueurs doivent prendre congé pour participer à une telle manifestation. Nous sommes donc en perpétuelle recherche de sponsors pour continuer à grandir en Europe. Et pour que les Beavers soient visibles, il faut qu'ils jouent sur la scène européenne.»

Le comité du TC Sierre se renforce et propose de nouvelles activités

Ça bouge du côté de centre de Pont-Chalais. Trois nouveaux membres ont rejoint le comité du TC Sierre qui va développer trois nouveaux axes pour les années à venir: le padel, une collaboration avec Activ Fitness et un shop.

▶ CLAUDE-ALAIN ZUFFEREY



Le comité du TC Sierre, version 2025: Christophe Darioli. Ekaterina Providoli, Vincent Pont, Maël Fellay, Lycia Freixo, Yoann Antille, Christophe Lanz, Yannick Mathys et Alexi Aurech. DR

TENNIS L'assemblée générale du club sierrois s'est déroulée le 20 février. Son comité s'est renforcé par l'arrivée de Lycia Freixo, Ekaterina Providoli et Vincent Pont. Il se compose désormais de neuf membres. «Comme nous allons diversifier nos activités, il était important d'avoir plus de forces vives. Nous avons également mis en place des commissions pour travailler sur nos différents projets», relève le président Yoann Antille, qui se réjouit d'accueillir deux dames dans son comité version 2025.

La première nouveauté à signaler est l'ouverture d'un shop TC Sierre. Il est lié aux différents sports pratiqués dans le centre. Un petit magasin - avec point de vente et stock - sera à disposition des utilisateurs des infrastructures de Pont-Chalais. Ils peuvent déjà commander quelques produits en ligne.

Afin d'attirer de nouvelles personnes qui ne connaîtraient pas encore le tennis, le TC Sierre a mis en place une offre combinée avec Activ Fitness: six mois de tennis (du 14 avril au 13 octobre) et une année de fitness. «Cette promotion est valable jusqu'au 31 mars et elle est également adressée à nos membres. Fitness et tennis sont deux activités complémentaires. Ce partenariat va également nous permettre d'organiser des conférences sur des thèmes comme la nutrition, l'échauffement ou la récupération», souligne Yoann Antille.

Padel en projet à Sierre

Parmi les sports de raquettes, il y en a un qui fait un carton dans tous les pays: le padel. Encouragé par la commune, les Sierrois ne veulent pas laisser passer le train. Ils projettent donc de créer deux surfaces de jeu extérieures. Ce projet d'un coût de 250 000 francs a été approuvé par l'assemblée générale. «Il a très bien passé auprès des membres. Un plan de financement est encore à l'étude, mais le coûts vont être supportés en grande partie par le club», poursuit Yoann Antille. Aucun court de tennis ou de badminton ne sera sacrifié. Le padel va prendre place à l'ouest du centre. «Nous travaillons encore les aspects administratifs et la faisabilité dans la zone d'Ecossia avec la commune de Sierre. Le conseiller communal en charge des sports, Eddy Beney, était d'ailleurs présent à notre assemblée générale.»

Le TC Sierre est déjà tourné vers la saison estivale, il annonce sa journée d'ouverture pour le 13 avril. «L'an dernier, nous avons fait un carton avec la venue de 130 personnes. Cette manifestation est ouverte également aux personnes qui ne sont pas membres de notre club. Tout le monde est le bienvenu», conclut le président. Cette saison 2025 sera également marquée par la présence d'une équipe masculine en LNC, à l'occasion des Interclubs. Cela promet du beau tennis lors des deux matches à domicile. ■

Mais aussi...

C'EST LE PRINTEMPS, VOILÀ LA COURSE DU SOLEIL

ATHLÉTISME La 52e Course du Soleil et le 9e Challenge des entreprises auront lieu le dimanche 16 mars. Depuis 2022, c'est le site d'Ecossia qui a été choisi pour accueillir près de 1000 participants en toute sécurité. Organisées par le Club-Athlétique de Sierre, cette manifestation n'est pas seulement réservée aux enfants. Les coureurs aguerris et les débutants sont également attendus ce week-end dans la Cité du Soleil. Les départs des différentes catégories auront lieu de 10 h 15 à 13 h 15. Les inscriptions sont encore possibles, dimanche directement sur place.

Toutes les infos et les horaires détaillés:
https://coursedusoleil.ch

VEYRAS: LE TOURNOI DES CRÊTES DU 4 AU 14 AVRIL

TENNIS Le TC Veyras organise son tournoi de printemps du 4 au 14 avril. Ce 9e Tournoi des Crêtes est ouvert aux dames classées de R4 à R9. Deux tableaux sont au programme chez les messieurs: R2-R6 et R6-R9. Les inscriptions peuvent se faire dirctement sur le site de Swiss Tennis ou par message au 079/3836167, jusqu'au 31 mars. Pour les spectateurs, boissons et repas à thèmes seront proposés tous les jours au terrain des Crêtes de Veyras. La raclette sera offerte le dimanche 13 avril dès 14 heures.

Infos complémentaires:
Par mail: jerome.zenruffinen@gmail.com

Agenda

DEUXIÈME LIGUE
Samedi 15 mars
18 h Sierre - Saxon
Dimanche 16 mars
10 h 30 La Combe - Chippis
Samedi 22 mars
18 h Chippis - Naters 2
18 h Savièse - Sierre
Samedi 29 mars
18 h Sierre - Bramois
19 h Vernayaz - Chippis
Samedi 5 avril
18 h Sierre - Vernayaz
Dimanche 6 avril
10 h 30 Chippis - Savièse

TROISIÈME LIGUE
Samedi 22 mars
18 h St. Niklaus - St-Léonard
18 h 30 Chalais - Naters 3
Dimanche 23 avril
10 h Miège - Stalden
Samedi 29 avril
18 h 30 Lalden - Chalais
19 h St-Léonard - Leuk-Susten
Dimanche 30 avril
15 h Varen - Miège
Samedi 5 avril
18 h Miège - Naters 3
18 h 30 Chalais - St-Léonard

QUATRIÈME LIGUE
Samedi 22 mars
17 h St-Léonard 2 - Chermignon Lens
18 h Salquenen 2 - Sierre 2
19 h 30 Granges - Ayent-Arbaz
Dimanche 23 mars
14 h 30 Chippis 2 - Bramois 2
15 h Noble-Contrée - Crans-Montana
Samedi 29 mars
18 h 30 Bramois 2 - St-Léonard 2
18 h 30 Val d'Hérens - Crans-Montana
19 h Savièse 2 - Chippis 2
19 h 30 Granges - Noble-Contrée
20 h Sierre 2 - Lalden 2

CINQUIÈME LIGUE
Dimanche 23 mars
10 h 30 Grimisuat 2 - Sierre 3
Vendredi 28 mars
20 h Savièse 3 - Chalais 2
Dimanche 30 mars
10 h 30 Sierre 3 - Anniviers
13 h Crans-Montana 2 - Steg 2
Vendredi 4 avril
20 h Anniviers - Saas Fee

Le FC Sierre a trouvé son rythme de croisière

Une fois n'est pas coutume, le club sierrois a passé une trêve hivernale sans trop de pression. Sa première équipe joue le haut du classement et peut travailler en toute sérénité. ▸ CLAUDE-ALAIN ZUFFEREY



Le FC Sierre à l'entraînement sur le terrain synthétique d'Ecossia, après son retour d'un camp à Lisbonne. REMO

FOOTBALL La une du FC Sierre se trouve actuellement au quatrième rang du classement de 2e ligue avec 23 points. L'an dernier à la même époque, les hommes de l'entraîneur Eric Ampola se battaient contre la relégation. «Le fait d'être dans le haut du classement nous permet de construire les choses calmement. Nous avons trouvé notre rythme de croisière, nous ne sommes pas tout le temps dans l'urgence», relève Antoine Abel, président du FC Sierre. Autre motif de satisfaction: le contingent est resté extrêmement stable, tant l'été dernier que cet hiver. «Nous avons réussi à fidéliser nos joueurs. Nous avons même certains de nos éléments qui sont revenus. Ils se sont rendu compte que nous ne faisons pas tout faux, et qu'il y a des choses à faire au FC Sierre. Nous avons remis l'ouvrage sur le métier sans changer de philosophie. Nous voulons bien jouer au ballon et que tout le monde se fasse plaisir», poursuit le président.

Mais dans ce groupe, les choses peuvent aller très vite. Le premier, Naters II, ne compte que quatre longueurs d'avance sur les rouge et jaune, qui n'ont que huit points de marge sur le FC Chippis, actuellement douzième et premier non-relégable. Les Chippillards devront être en jambes dès la reprise de ce week-end. Ils se déplaceront à La Combe dimanche avec la possibilité de créer un écart substantiel sur la barre. Ils possèdent actuellement six points d'avance sur les Bas-Valaisans.

Gaëtan Karlen s'entraîne avec le FC Sierre

Les Sierrois vont débuter cette deuxième partie de saison en recevant Saxon samedi, puis en se déplaçant à Savièse, deux adversaires directs. Le club de la Cité du Soleil n'a pas fait trop de publicité sur le sujet: mais Gaëtan Karlen s'entraîne depuis une année et demi avec sa première équipe. L'ancien joueur de Sion, Neuchâtel Xamax, ou Thoune (138 matches de Super League, 99 de Challenge League et 16 de Coupe de Suisse) est professeur de sports au CO de Grône. «Il connaissait bien plusieurs joueurs de notre effectif, alors est venu avec nous. Il ne s'entraîne qu'une fois par semaine, mais il reste toujours très efficace. Il fait du bien dans le vestiaire, c'est un exemple pour les jeunes», conclut Antoine Abel, qui se fait gentiment aux installations d'Ecossia. Les terrains sont tout à fait à son goût grâce au bon travail du service communal des parcs et jardins. Il manque cependant encore deux vestiaires supplémentaires pour fluidifier les choses certains jours de matches, qui affichent complet. ■

UN CAMP D'ENTRAÎNEMENT À LISBONNE

La première équipe sierroise est de retour de son camp d'entraînement. «Tout s'est très bien passé. Nous sommes restés cinq jours au Portugal. Même si la météo n'a pas toujours été favorable, nous avons bien pu travailler. Nous avons insisté sur des phases tactiques que nous n'avons pas le temps de tester en Suisse», explique l'entraîneur Eric Ampola. Quatrième du classement, le FC Sierre se sent pousser des ailes et n'est pas contre le fait de gratter une ou deux places durant ce printemps. «L'ambiance au sein du groupe est top. Elle s'est encore renforcée à Lisbonne, où 21 joueurs étaient présents.»

Réflexions autour des EMI



Sonia Barkallah et, le 14 octobre 2024, durant l'avant-première de «Témoins» au Pathé Palace de Paris. Le docufiction a une dizaine de dates en Suisse romande. MURIEL DESPIAU

Le docufiction « Témoins, ils sont des millions à l'avoir vécu» sera projeté sur le grand écran du cinéma Le Bourg en avant-première romande. Interview de la réalisatrice Sonia Barkallah autour des expériences de mort imminente (EMI). La réalisatrice sera par ailleurs présente à Sierre. ▸ JOËL CERUTTI

SIERRE EMI, comme Expérience de mort imminente... Trois lettres qui interpellent. Selon les chiffres fournis par la réalisatrice Sonia Barkallah, 4% de la population mondiale (325 millions de personnes) en aurait vécu une. Proches de la mort, elles rapportent des témoignages identiques: décorporations, un tunnel avec une lumière au bout, la rencontre avec des proches décédés. Au retour, elles se révèlent différentes. «Leur échelle de valeurs change, elles sont moins matérialistes, elles se rapprochent de la nature», décrit Sonia Barkallah, depuis les alentours de Marseille, via une interview par internet. Débarrassées de la crainte du grand départ, elles «n'ont plus peur de la vie».

Elles la savourent intensément. Plus troublant, d'autres se mettent à parler des langues étrangères ou acquièrent des capacités «extrasensorielles».

Cela fait des décennies que l'EMI passionne Sonia Barkallah. Déjà dès l'âge de 5 ans, elle se pose «des questions existentielles» et se demande pourquoi cela nous étonne. A 11 ans, elle perd son grand-père. Une tante lui prête alors le livre «La vie après la vie» signé par le Dr Raymond Moody. Elle-même, trois ans plus tard, connaît une expérience de décorporation. «Je flottais au-dessus de ma chambre et j'étais attirée par la chaîne hi-fi. Je percevais les stations radio qui défilaient très vite. Je me suis dit que nous étions électromagnétiques.»

Sincérité des témoignages

Sonia Barkallah, à 17 ans, se sort d'une dépression et de tendances suicidaires grâce à un documentaire tiré de «La vie après la vie». «J'ai été frappée par la sincérité des témoignages, j'ai eu envie de faire moi-même un film.» Elle s'y met pleinement avec toute la conviction «d'une fada de 20 ans». Une chronologie style rapido? 2006, premier colloque international autour des EMI à Martigues. 2010, sortie de «Faux départ», documentaire réalisé par Sonia Barkallah sur les EMI, financé par des conférences, des dons. 2015, la voilà aux commandes d'une web TV, S17.TV. Plus un livre. Plus la mise en chantier, dès 2022, du docufiction «Témoins», sorti en novembre 2024 et projeté à Sierre en avant-première suisse. Sonia Barkallah a senti «une autre énergie dès le départ» avec «Témoins». «Je n'ai jamais été aussi heureuse, je reçois des shoots d'amour de la part des soignants, du public, cela me porte, cela vaut de l'or. Il y a des gens qui viennent me remercier avant même d'avoir vu le film.» Que ce soit les gens qui travaillent dans les soins palliatifs ou des personnes qui ont vécu un EMI sans le savoir, Sonia Barkallah connaît son public.

«En septante ciné-débats, il y a soit des gens concernés par une EMI, soit ceux qui ont perdu un être cher et qui cherchent des réponses. Ou alors des passionnés !» Explications scientifiques ou spirituelles autour des EMI, Sonia Barkallah s'est fait une opinion personnelle qui n'influence en rien son travail professionnel. «La vie après la mort est un sujet très sensible où la science n'a pas encore les outils de la connaissance. Je n'impose rien. A la fin de «Témoins», il y a des propositions parce je n'ai pas fait un film pour faire un film.» Il vous appartient dès lors de vous lancer dans cette réflexion ou de l'initier après les 113 minutes que dure «Témoins». ■

Projections

Samedi 22 mars 2025 à 18 h et dimanche 23 mars 2025 14 h 30, Cinéma Le Bourg, Sierre.



Photo officielle de la Gérondine prise au Théâtre Les Halles où se déroule le traditionnel concert annuel. FABRICE PAULI

Un «tour de force» en instance pour la Gérondine

SIERRE Le privilège du chef dans un concert annuel, c'est de pouvoir choisir la pièce centrale. Celle qui atteint le grade six, à savoir du musclé et du sérieux dans la complexité de l'exécution. Ce qui représente une belle gymnastique mentale et musicale pour le directeur de la Gérondine, Ronald Favre. «C'est un véritable Tetris qui est long à mettre en place. Il faut bien réfléchir en amont, savoir quels buts on se donne et dans quel registre», détaille Ronald Favre. A cela s'ajoute un élément supplémentaire de taille. «Il faut le coupler avec la formation continue. Nous avons beaucoup beaucoup de jeunes qui sont au Conservatoire. Nous pouvons aborder des pièces qui se complexifient. C'est très stimulant.»

Les 28 et 29 mars, le pinacle des deux concerts s'appelle «Dance Movements», composée par Philip Sparke en 1996. Ronald Favre le qualifie de «tour de force pour un grand orchestre.» «Mais nous sommes de plus en plus armés pour ce genre de défi. Philip Sparke se montre très généreux avec les cuivres, c'est pour ça que je l'ai prise.»

> *«Il faut bien réfléchir en amont, savoir quels buts on se donne et dans quel registre.»*
>
> **Ronald Favre**
> Directeur

Le plaisir comme argument

La joie du chef, entre ces concerts annuels, c'est d'avoir réussi depuis 2009 à reconstruire une école de musique. «Je suis presque parti d'une feuille blanche. J'ai pu y mettre ma patte, amener de nouveaux instruments comme des bassons, des hautbois ou des cors d'harmonie.» Et faire en sorte que les talents soient fidèles à la Gérondine. «Quand je suis arrivé, c'était comme un seau qui fuyait de tous les côtés. Nous participions à la formation des jeunes musiciens durant cinq ans et ensuite ils partaient. A présent, cela arrive beaucoup moins.»

D'autant que ces forces composent le 70% des effectifs. Et dans les 30% restants, des fidèles qui «ont un niveau très haut et qui savent travailler l'instrument.» Un investissement qui force le respect. «Le plaisir, c'est le seul argument que l'on a pour que les gens restent.»

En 2025, Ronald Favre pense «être presque à la fin de sa réorganisation.» Il sait qu'il peut compter sur la Commune de Sierre.

Elle subventionne notamment d'un tiers les frais du Conservatoire. Il s'appuie sur un solide noyau de 55 personnes. Parfois, il peut demander quelques apports d'autres fanfares (Salquenen, Chippis, Lens). L'attente du chef, c'est de compter sur la présence du public, au Théâtre Les Halles, les 28 et mars, à 20h. ■

▶ JOËL CERUTTI

Au menu du concert annuel

Side Paths (A.Ziegelbäck) - Dance Movements (P.Sparke, pièce principale) - Army of the Nile (K.J.Alford) - Aladdin (arr. P.Jenning) - Carthago (A.Loretan)

Audition

Prochaine audition des élèves de la Gérondine, le 24 mai, à 17 h, dans le local de répétitions à Sierre, sous la BMS.

La Gérondine sur le vif









Roland Favre et quelques membres de la Gérondine durant le concert de Noël 2024. Pour la première fois en 15 ans, il n'y a pas eu d'apport extérieur. JULIEN.DRE

Dans l'objectif de REMO

En souvenir des confettis 2025







Que ce soit à Sierre, Muraz ou Chalais (et bien d'autres lieux), Carnaval édition 2025 a été marqué par les rites incontournables avant l'arrivée du carême et du printemps.

PUBLICITÉ

Dépistage du cancer du côlon

Couler un bronze pour une santé en or



Test à faire soi-même
simple, rapide et pas cher
90% de guérison en cas de détection précoce

agence-imedia.ch

Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis

ligue valaisanne contre le cancer

pharma valais wallis

DÉPISTAGE DU CANCER DU CÔLON VALAIS

Concours Mot mystère

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



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.

ANIMER	FAIENCIER	JONCHER	NOUE	SALLE
ARUMS	FRAYEUR	LION	ONZE	SENSIBLE
BLUSH	FRONT	MALIN	OPIACEE	SIRENIEN
BOVINE	GALA	MARTIEN	ORGE	SOPRANO
CASTRAT	GENTIANE	MIGNONNE	PRIMEUR	SPECIALE
COHORTE	GEOTRUPE	MUNI	QUINE	SUMO
DIETE	HERAUT	NAJA	REQUIS	TIEDIR
EPINGLE	ISOLOIR	NEIGE	RHUM	VEAU
EYRA	JALONS	NITRE	RUSSULE	VITE

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

A GAGNER

1er PRIX: 5 entrées au Happyland
2e PRIX: 3 entrées au Happyland
3e PRIX: 2 entrées au Happyland

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 concours@lejds.ch ainsi que vos coordonnées complètes (nom, prénom, adresse).
Tirage au sort: 28 mars 2025.

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

11 avril 2025.

GAGNANTS POUR LE MOT MYSTÈRE DU 14 FÉVRIER 2025

- **M. Pierre Zufferey, Sierre**
  2 forfaits de ski pour Saint-Luc/Chandolin
- **M. Jean-Louis Nanchen, Lens**
  2 forfaits de ski pour Vercorin

Solution du mot mystère du 14 février: BADEN

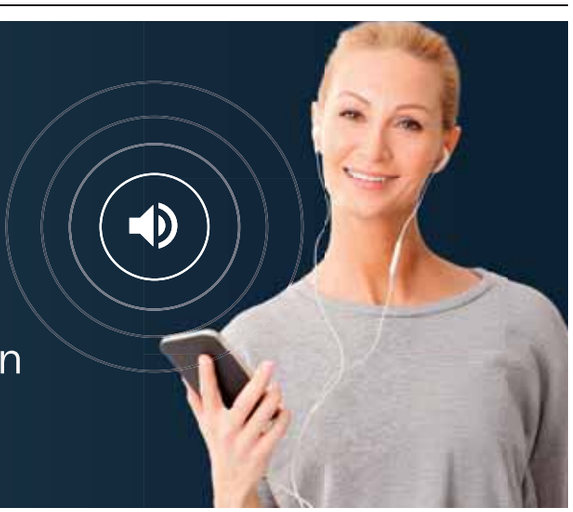
PUBLICITÉ

Le Nouvelliste

La Matinale audio

ÉCOUTER ICI

«Je teste la nouvelle version et donne mon avis!»



BiblioWeekend 25

Florilège d'activités dans les bibliothèques de la région. ▸ MURIEL IN-ALBON

Les 28 et 29 mars

Vous le savez déjà: les bibliothèques sont bien plus que des lieux de lecture! Le temps d'un week-end, plus précisément les 28 et 29 mars prochains, elles explorent le thème suisse commun «Les mots relient les mondes». A Sierre, Crans-Montana, Grône ou Chalais, le BiblioWeekend invite petits et grands à expérimenter la force des mots à travers des ateliers, des rencontres et des spectacles. En vrac, une «bibliothèque humaine» où l'on ne feuillette pas des pages, mais des récits de vie en chair et en os : des «livres humains» partagent leurs souvenirs et ouvrent le dialogue sur la diversité. Ailleurs, les plus jeunes fabriquent des attrape-rêves ou des marque-pages artistiques, tandis que les familles s'affrontent dans une grande journée du jeu de société. Les mots prennent aussi vie sur scène avec «Sur mon chemin des pierres», un spectacle émouvant sur la résilience et l'espoir. Et pour plonger dans un univers où l'art et la littérature se rencontrent, des expositions ludiques et interactives invitent à réfléchir sur l'impact de l'humain sur son environnement.
Un week-end pour rêver, créer et surtout, se rencontrer dans les bibliothèques de la région sierroise. Programme complet sur www.biblioweekend.ch. ■

Et aussi

▸ **Anaïs Vouillamoz**, «Sur la route du silence», photographie à l'espace 100 titres
▸ **Coccicontes**, conterie et jeux de doigts pour enfants dès 2 ans: samedi 15 mars à 9 h 30



STUDIO-KO

▸ **Le 17-17**, «Send Kelp», en coll. avec le Festival du film vert, au cinéma Bourg mardi 25 mars à 19 h
▸ **«Sur mon chemin des pierres»**, spectacle de la Cie Etourderie: samedi 29 mars à 10 h
▸ **Récits de guitare** avec Salomon Abiassi, jeudi 10 avril à 16 h

Infos
www.bmsierre.ch/mediation

Vous ici!?

Découvrez le portrait des personnes qui font vivre la BMS. ▸ MIAP


DR

Andrea Furlan anime depuis peu des sessions de jeu de rôle à la BMS. À la croisée du numérique et du patrimoine, ce passionné de récits a fait du jeu de rôle collaboratif son terrain d'exploration privilégié. Inspiré par son T3-Method, il invite les participants à revivre l'histoire de Sierre en tissant des fictions à partir des trésors littéraires de la bibliothèque. Lieu de ressourcement et d'éveil, la BMS est pour lui un refuge où il se reconnecte au plaisir du papier, errant entre les rayonnages à la recherche d'un livre rare ou partageant un moment de lecture avec ses enfants. Son regard aiguisé pour les détails cachés – une fleur jaillissant du béton, une inscription mystérieuse sur une feuille envolée – nourrit son imaginaire et transforme le quotidien en récit.
Son idée du bonheur? Un monde où la magie et la paix des contes peupleraient les pages des traités de géopolitique. Son admiration littéraire va à «Confessions d'un Masque» de Mishima Yukio, une œuvre d'une sincérité brute et bouleversante. Quant à son super pouvoir rêvé : abolir la barrière des mots pour transmettre ses pensées en un éclair. Pour **Andrea Furlan**, la normalité est une illusion: chaque être humain est un prisme unique, un univers à explorer. Une philosophie qui résonne dans son travail et dans sa vision du monde. ■

Son coup de cœur du moment:

«Confessions d'un masque», Yukio Mishima, éd. Gallimard.

médiabibliothèque

Cabinet de curiosités

Un piano en libre-accès


BMS

Ce matin, les notes du thème de Pirates des Caraïbes résonnent dans les espaces de la BMS. Il ne s'agit pas d'une bande-son diffusée pour une ambiance aventureuse, mais d'une jeune visiteuse profitant du piano en libre accès. Cet instrument, mis en dépôt par la Cie Perlamusica, est à disposition des musicien·nes souhaitant s'exercer et partager un instant de jeu avec le public. Accessible durant les heures d'ouverture, il invite chacun·e à faire vibrer la bibliothèque au gré des mélodies, les vôtres peut-être...

Culture G

«Crime et Châtiment» de **Fiodor Dostoïevski** est bien plus qu'un roman classique – c'est une plongée intense au cœur de l'âme humaine. Dans ce chef-d'œuvre incontournable, nous suivons Raskolnikov, un jeune homme déchiré par la pauvreté, qui en vient à commettre l'irréparable: un meurtre. Mais ce crime n'est que le début de son tourment. Dostoïevski nous entraîne dans les méandres des conséquences psychologiques et morales de cet acte, explorant des questions profondes sur la culpabilité, la rédemption et les limites de la moralité. Le tout se déroule dans une Russie en ébullition, où tensions sociales et politiques viennent renforcer la densité du récit. «Crime et Châtiment» est une œuvre magistrale qui captive par son intensité et la complexité de ses personnages, laissant une empreinte indélébile dans l'esprit du lecteur. ■



▸ COLINE MONNET

Une fin de mois plutôt du genre intense

Rencontre avec Marius Robyr



FREDERIC DUBUIS

CRANS-MONTANA La Patrouille des Glaciers, les courses de Coupe du Monde de ski alpin et l'élaboration du dossier de candidature pour l'obtention des Championnats du Monde de 2027 sont les trois défis que Marius Robyr a eu le plaisir et surtout la passion de mener à bien ces trente dernières années. La PDG, la plus belle et la plus difficile course de ski alpinisme au monde: une organisation gigantesque et qui sort de l'ordinaire. Les Courses de Coupe du Monde de ski alpin: un engagement titanesque pour remettre au goût du jour les deux pistes de course, la Nationale et la Piste du Mont-Lachaux. Enfin le travail de fourmi et de subtilité pour obtenir, après le succès de 1987, l'organisation des Championnats du Monde de ski alpin en 2027. Un événement organisé par Swiss Made Culture, réservations: www.swissmadeculture.ch

14 mars, Cinécran, 18 h 30

Alain Bagnoud dédicace



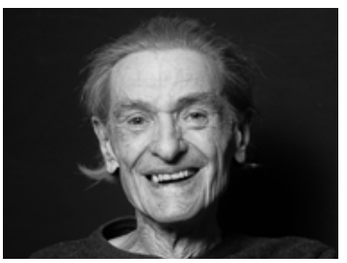
W.HUG

SIERRE Alain Bagnoud vous attend pour les dédicaces d'«Attractions», son second polar, qui plante son décor dans un village fictif, sanglant mélange entre Chandoline et Saint-Luc. N'hésitez pas à en discuter de vive voix avec le principal intéressé.

15 mars, librairie Payot, dès 11 h.

«Episode Noir»

VALENÇON Gustave Cerutti vous fait entrer dans son «Episode Noir» où le peintre s'amuse à explorer les variations autour de cette teinte.



PETAR MITROVIC

Jusqu'au 30 mars, Galerie «Le Casse-Tête», ouverte du vendredi au dimanche de 15 h à 19 h.

Jusqu'au 30 mars, Galerie «Le Casse-Tête», ouverte du vendredi au dimanche de 15 h à 19 h.

«Révélations?»



CERUTTI

SIERRE Autour des tables d'un bistrot imaginaire quatre histoires de vies se dévoilent. Elles parlent de famille, d'urbanisme, de création. Le texte, écrit par Olivia Seigne (qui assure également la mise en scène) est issu d'improvisations réalisées avec treize comédiennes et comédiens de la région. Des répliques «sur mesures» pour un jeu haute couture.

14 mars à 19 h 30 et 15 mars à 17 h, Théâtre Les Halles.

Expo en tanden

MURAZ L'atelier créatif réunit les créations de Suzanne Revaz (broderies) et Eva Müller (aquarelles et gravures). Suzanne Revaz profite de sa retraite pour s'adonner à ses passions: les tissus, les fils, les aiguilles et la création. «Chaque point brodé est une aventure», indique-t-on dans sa présentation. Pour Eva Müller, l'art a toujours été une source d'inspiration et un moyen d'expression son plus jeune âge. Au fil des années, elle s'est également passionnée pour la photographie, la gravure puis à l'aquarelle.

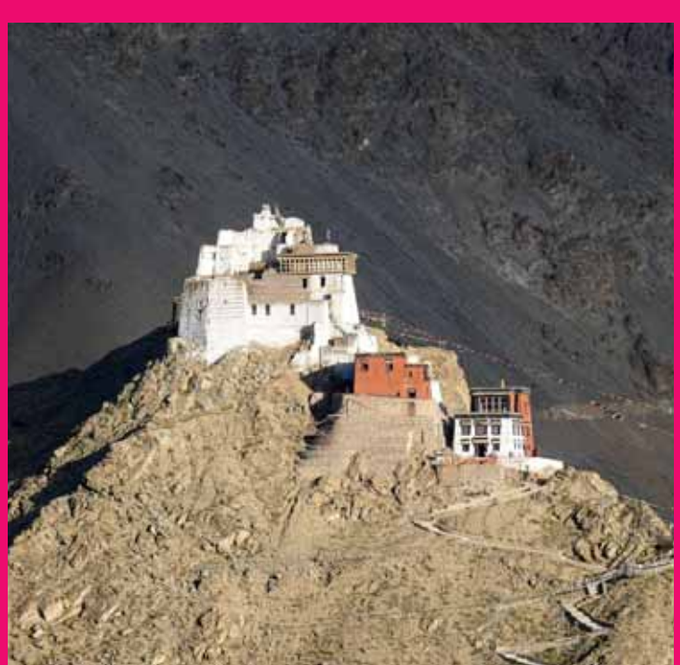
Jusqu'au 6 avril, du jeudi au dimanche, Rue de Mura 58, 16 h à 19 h.





DR

INVITATION AU VOYAGE «LADAKH-ZANSKAR»: AVEC CHRISTINE BONNET ET ERNEST PFAMMATTER



CHRISTINE BONNET

VENTHONE Expérimenter l'immensité… c'est à la faveur d'une exposition d'Olivier Föllmi que Christine Bonnet découvre les paysages himalayens, il y a de cela 40 ans! Montagnarde expérimentée, la gardienne de cabane y fera de très nombreux voyages: non seulement des treks mais aussi des séjours en immersion qui lui permettront de côtoyer le quotidien des femmes de cette fabuleuse région parsemée de sommets entre 3500 m et 7000 m. Ernest Pfammatter, passionné lui aussi de voyage et photographe averti, la rejoint en 2003 sur les sentiers himalayens. Si elle fonctionne à l'instinct, saisissant au vol des visages ou des scènes quotidiennes, lui capture patiemment les paysages, les lumières ou la faune, comme ce léopard des neiges blotti au pied d'un rocher…

Les contraintes d'une vie professionnelle en Valais réduiront parfois leurs séjours à quelques semaines mais les relations sont tissées et le besoin d'y retourner pour revoir ceux qui sont désormais des amis (bientôt sur 3 générations) est très fort. Le passage au temps de la retraite permet à nouveau de longs séjours tel ce périple de 3 mois, entre 2023 et 2024, dont sont issues une grande partie des photos de l'exposition… ou quand l'envie est intacte de partager rencontres et paysages!

▶ SANDRINE STROBINO

14 mars, vernissage dès 18h30. Dès le 15 mars, Galerie Château de Venthône, ouvert du vendredi au dimanche de 15 h à 18 h.

et riche entre le 14 et le 27 mars...


SACHA BITTEL

Cecilia, concert annuel

CHERMIGNON D'EN BAS La fanfare Cécilia de Chermignon, dirigée par Cédric Vergère, vous convie à son traditionnel concert annuel. La Cécilia vous propose un programme varié, qui soit «de nature à satisfaire les goûts de chacun·e et qu'elles vous procurent un agréable moment de détente en notre compagnie». En tout, treize titres s'affichent au menu musical de la soirée, présentée par Stéphanie Duc-Beapark et Elodie Moos. Ils mêlent morceau de concours, pièces solistiques et compositions plus légères. Vous y entendrez autant du John Williams que du Ibrahim Maalouf, voire même une composition du directeur, «The Way To Holidays».

15 mars, salle polyvalente de Martelles, 20 h.

Double installation

SIERRE «Cinquecento Medusae» (500 méduses) est une création artistique composée qui attire l'attention sur un phénomène provoqué par le changement climatique : la prolifération des méduses et la perte de la biodiversité. L'installation «Corallium», représente un grand récif corallien réalisé au crochet. Aujourd'hui, comme beaucoup d'autres espèces animales et végétales sur terre, les coraux sont également menacés par le réchauffement climatique. A travers une approche artistique et ludique, ces deux installations montrent combien les activités humaines ont des répercussions néfastes sur notre environnement

Jusqu'au 29 mars, HES-SO Valais/Wallis (Plaine Bellevue), du lundi au vendredi de 8 h à 17 h


DR

Rilke enchanteur

SIERRE « Incantations et enchantements poétiques»: c'est le titre de la 10e édition du «Printemps de la poésie» 2025. Jeanne Wagner et Alexandre Pateau, qui ont traduit les lettres de Rilke à Anita Forrer, exploreront avec Marcel Lepper, directeur de la Fondation Rilke, le potentiel magique de la langue de Rilke et l'art de la traduction. La soirée sera présentée par Vanessa Glauser, Université de Lausanne.

15 mars, Fondation Rilke, 18 h


DR

G'Oldies Disco Mobility

CRANS-MONTANA Pour l'avant-dernière fois de la saison, l'Association Crans-Montana festif met sur pied dansant le «G'Oldies Disco Mobility». Ce rendez-vous fait bouger les Seniors le troisième mercredi de chaque mois. Des navettes gratuites en minibus sont à disposition avec l'accompagnement des membres des Jeunesses régionales. Un projet intergénérationnel qui remporte un grand succès.

19 mars, Sewi Bar, Hôtel Faern Valaisia, 18 h 30

Quand vous voulez

SIERRE Art Métro et Zone 30 présentent l'immense avantage d'être visitables à n'importe quelle heure du jour et de la nuit. Selon vos insomnies ou vos curiosités artistiques, vous pouvez y apprécier en ce moment Pierre-Alain Zuber et Rémy Bender (Métro, jusqu'au 30 mai) et Sandrine Pelletier (Zone 30, jusqu'au 29 avril)

Horaires libres

Les Napolitaines


DR

VISSOIE Une traversée de la musique italienne, qui montre toute la diversité et la richesse de la chanson napolitaine. Ainsi nous voyagerons avec les mélodies et les duos de Rossini, découvrirons les chants qui ont inspiré Donizetti et Tosti, traverserons la musique traditionnelle napolitaine et finirons avec des chants populaires connus de tous.

21 mars, Tour d'Anniviers, 20 h 15

Vin du Glacier et xérès

GRIMENTZ Dominique Fornage, œnologue et expert en vins oxydatifs, effectue une visite commentée. Il vous présente et vous fait déguster deux vins du Glacier et deux xérès.
Une matinée pour tout savoir sur les vins oxydatifs.
Inscriptions obligatoires jusqu'au mardi 18 mars sur www.museeduvin-valais.ch/evenement/vin-du-glacier-et-xeres/ Places limitées.

22 mars, Maison bourgeoisiale, 9 h 30 à 11 h 30


SEDRIK NEMETH



«Send Kelp» ou notre avenir alimentaire par les algues, une réalisation traduite en français pour l'occasion. DR

Sierre aura une projection unique en Suisse

SIERRE Le Festival du Film Vert propose, pour sa vingtième édition, plus de 90 réalisations dans 118 lieux. Que ce soit en France, en Suisse et dans notre canton, il y a de quoi s'en mettre plein la rétine et se conscientiser. La Cité du Soleil y participe via le parc naturel de Pynn Finges, des animations dans les écoles voire la Bibliothèque Médiathèque de Sierre (BMS).

Donner de l'espoir

Avec celle-ci, il s'agit d'une première collaboration qui démarre fort. Le Festival du Film Vert propose pour une projection unique en Suisse: **«Send Kelp» (25 mars, 19 h).** «Nous avons fait traduire ce film pour l'occasion, confie Aurelian Mascitti, Responsable & Communication du Film Vert. Ce film documentaire donne de l'espoir et met en avant une nouvelle génération qui fait tout ce qu'elle peut pour s'adapter et réparer les dommages liés aux changements climatiques et à l'impact de l'homme.» En plus concret, le réalisateur Blake Mc Williams s'intéresse à un «nerd des alges » qui veut aider le monde «en créant une ferme d'élevage de varech».

Auparavant, il y aura **«De l'assiette à l'océan» (21 mars, 19 h),** ce coup de cœur du comité central de sélection, nous explique les effets de notre alimentation sur les cours d'eau, les champs. Gérald Dayer, le Chef du Service de l'Agriculture de l'Etat du Valais, complétera le propos en évoquant «les avancées en matière d'éco responsabilité dans le milieu agricole valaisans».

L'impact du sport

«Si les glaciers ne revenaient pas» sera proposé dans tout le canton et à Sierre le **27 mars dès 19 h.** Pour cet autre événement, le Festival du Film Vert s'associe là avec le parc naturel régional de Pfynn Finges. «L'œuvre traite de la gestion de l'eau. Son coauteur Gaëtan Morard, directeur du Musée valaisan des Bisses, sera présent ensuite pour une discussion.»

Il nous reste **«Conscience»** de Gaetan Gaussidard **(28 mars, 19 h)**, réalisation qui suit «des passionnés de freeride qui ont pris conscience de l'impact du ski sur l'environnement et ont effectué les changements pour diminuer cet impact». «Dans un canton ou le tourisme d'hiver reste encore majoritaire et subventionné et ou les compétitions de ski, de VTT et autres trails augmentent, n'est-il pas temps de se poser les bonnes questions sur l'impact du sport?», interroge Aurelian Mascitti.



En 2024, le Festival avait connu une fréquentation record 22 000 spectateurs «des personnes qui refusent de baisser les bras devant les mauvaises nouvelles».■ ▶ JOËL CERUTTI

Infos: les projections se déroulent au Cinéma Le Bourg.
A part le 25 mars, elles sont suivies par un convivial apéritif.

Cinéma

CASINO www.cinesierre.ch

Mickey 17
Réalisé par Bong Joon-ho avec Robert Pattinson, Naomi Ackie, Steven Yeun et Mark Ruffalo (VF-12 ans).
▶ **Vendredi 14, samedi 15, lundi 17 et mardi 18 mars à 20 h 30; dimanche 16 mars à 19 h.**

Paddington au Pérou
Film d'animation américain de Dougal Wilson avec Guillaume Gallienne, Ben Whishaw et Hugh Bonneville (VF-6 ans).
▶ **Samedi 15 mars à 18 h; dimanche 16 mars à 16 h 30.**

LE BOURG www.cinesierre.ch

L'attachement
Réalisé par Carine Tardieu avec Pio Marmaï, Valeria Bruni Tedeschi, Vimala Pons, Raphaël Quenard (VF-12 ans).
▶ **Vendredi 14 mars à 18 h; dimanche 16 mars à 19 h.**

God Save the Tuche
Réalisé par Jean-Paul Rouve avec Jean-Paul Rouve, Isabelle Nanty, Claire Nadeau, Sarah Stern (VF-10 ans).
▶ **Vendredi 14 mars à 20 h 30; samedi 15 mars à 15 h; dimanche 16 mars à 16 h 30.**

The Metropolitan Opera: Fidelio
Réalisé par Jürgen Flimm avec Lise Davidsen, Ying Fang, David Butt Philip, Magnus Dietrich
▶ **Samedi 15 mars à 17 h 55-vost.**

Coalition Multinationale responsable
▶ **Lundi 17 mars à 19 h.**

L'Histoire de Souleymane
Réalisé par Boris Lojkine avec Abou Sangare, Nina Meurisse, Alpha Oumar Sow, Emmanuel Yovanie (VF 12 ans).
▶ **Mardi 18 mars à 19 h.**

Vouloir vivre

Couleur du temps


PIXABAY

Dans la caravane humaine, il y a toutes sortes de marcheurs. Des leaders et des suiveurs, des infatigables et des fatigués, des joyeux et des tristes, des bons vivants et des agressifs, des grands, des moyens, des petits, des fins et des pas-fins, des forts et des faibles...

Les uns courent, d'autres s'essoufflent très vite, d'autres s'assoient sur le bord du chemin, d'autres rebroussent chemin.

Mais tous sont portés ou emportés par cette marée humaine.

Tous, même sans le savoir, sont avides d'Amour, sont assoiffés de vie.

Ils veulent VIVRE.

Ils portent en eux comme le trésor le plus précieux, cet acharnement à vouloir vivre.

Le Christ a brisé les chaînes de toutes nos morts afin que nous puissions toujours vivre en lui. ■

▶ **DANIEL REYNARD**

Vous pouvez consulter le «Journal de Sierre» en format électronique sur lejds.ch

DÉCÈS

Pour le district du 27 février au 12 mars 2025

Roger Tschopp, 97 ans, Sierre
Bernard Caloz, 86 ans, Sierre
Cécile Caloz-Burket, 92 ans, Sierre
Firmin Favre, 96 ans,Granges
Monique Rouvinet-Mudry, 65 ans, Lens
Nicolas Marcel Rey, 76 ans, Lens
Sylvia Bolliger, 66 ans, Sierre
Margrit Nabholz-Duc , 98 ans, Sierre
Jean Bagnoud, 91 ans, Icogne
Horacio Gorrilhas, 69 ans, Mollens

Ch. Theler & Fils
Pompes Funèbres Sàrl
Jour et nuit
+41 (0)27 455 27 53

Conférence autour du tremblement de terre de 1946



Le 25 janvier 1946, de violentes secousses ébranlent le Valais durant une dizaine de secondes.
De nombreuses habitations détruites, des dizaines de blessés, quatre victimes. Les rumeurs se répandent, on dit que ce n'est que l'avant-goût d'une secousse plus puissante encore. La nuit est glaciale, les gens n'osent pas rentrer chez eux et couchent à la belle étoile.
Une conférence, donnée par l'historien Martin Bagnoud et organisée par les Amis du Patrimoine de Lens, revient sur un événement qui a marqué l'histoire du Valais et plus particulièrement la région, l'une des plus touchées du canton.
Jeudi 27 mars 2025 à 20 h 30 Salle bourgeoisiale de Lens,
Place du Village 18. Entrée libre. DR

Le Nouvelliste

#enpistes

LA TOURNÉE DES STATIONS VALAISANNES — DIE SKI TOUR DER WALLISER STATIONEN — 2024-2025

07.12	SAAS-FEE	15.02	LES CROSETS
14.12	THYON	22.02	OVRONNAZ
21.12	ANZÈRE	01.03	CHAMPEX-LAC
28.12	CRANS-MONTANA	08.03	VERBIER/LA TZOUMAZ
04.01	ST-LUC/CHANDOLIN	15.03	NAX
11.01	BRUSON	22.03	VERCORIN
18.01	VEYSONNAZ	29.03	LES MARÉCOTTES
25.01	MORGINS	05.04	ALETSCH ARENA
01.02	NENDAZ	12.04	AROLLA
08.02	LOÈCHE-LES-BAINS	19.04	GRIMENTZ-ZINAL

INFOS SUR ENPISTES.CH



Les Fils de Charles Favre

FONDATION VALAIS SNOWSPORTS

Iris

SONOVAL

SWISS SKI SCHOOL

BENEFIT KOMBUCHA

L'ÉCHAPPÉE L'ÉQUILIBRE EST UN ART

PASSEPORT VALAISAN

L'USINE