# ORSIÈRES INFO

**Nº 2 ▸ 2026**



04 Extraits du Conseil
05 Mérites communaux
08 Personnel communal
10 Orsières en chiffres
12 Orsériens d'ici et d'ailleurs : Martine Cretton
15 Candide Pralong
18 Attention aux tiques !
20 Pays du St-Bernard Résultats de l'enquête de satisfaction
23 Restaurant de La Breya
24 Amicale Orsières-Fully
25 Bal de l'amitié
26 Association Sonagnon
28 Bibliothèque-Ludothèque
30 ERVEO : filière musique du SAF
31 Formations terminées complément
32 Coup de Bar retour en images
34 100 ans d'Olga Copt
38 Pompiers : Groupe d'intervention en milieu périlleux
40 Via Francigena
42 Vendredis sur la place
44 Calendrier des manifestations
45 Animations estivales PSB
46 Calendrier du Club Seniors
48 Orsières Rétro



**ÉDITION**
**Commune d'Orsières**
027 782 62 62
reception@orsieres.ch

**MISE EN PAGE**
**Design Copy Services**
027 783 26 20
biolaz@designcopy.ch

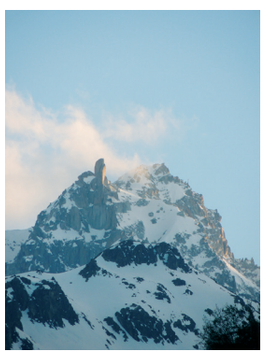
**IMPRESSION**
**Imprimerie du Bourg SA**
Martigny


## Merci à nos lecteurs !

Nous souhaitons adresser un grand merci à toutes les personnes qui ont répondu à notre appel et partagé leurs photos pour illustrer la couverture de cette édition. N'hésitez pas à continuer à nous envoyer vos plus beaux clichés pour le prochain numéro afin d'apporter une touche unique et authentique à notre publication et révéler la beauté de notre commune.

reception@orsieres.ch


Isabelle Coppey


Nolan Fellay


Anne-Françoise Lovey





# ÉDITO

*Chères lectrices et chers lecteurs de l'Orsières Info,*

**Comme à l'accoutumée, ce numéro met en lumière ce qui fait la richesse et la vitalité de notre commune : ses habitants, ses engagements, ses projets et les liens qui unissent notre population au quotidien.**

Au fil des pages, vous découvrirez les actualités communales, les décisions du Conseil, les chiffres de l'évolution démographique de la Commune, mais aussi les femmes et les hommes qui la font vivre, souvent avec discrétion et passion. Mentions spéciales à Martine Cretton, un exemple de dévouement pour la communauté, ainsi qu'à Olga Copt, la septième centenaire de notre histoire, fêtée comme il se doit voici quelques semaines par sa famille et ses proches.

En parlant d'histoire, *Orsières Rétro* revient sur un document exceptionnel trouvé dans nos archives, ou quand une petite histoire s'incruste dans la Grande : une lettre originale du Général Guisan datée du 7 août 1945 – le lendemain du bombardement nucléaire d'Hiroshima par les Américains et 2 jours avant celui de Nagazaki – dans laquelle il remercie un résident de la Fouly pour le courrier reçu à l'occasion de la Fête Nationale.

La transition envers les animations de cet été est toute trouvée… Les manifestations prévues dans les villages, les Vendredis sur la Place ou encore les activités estivales en stations offriront autant d'occasions de se retrouver et de partager des moments conviviaux.

Je tiens d'ailleurs à remercier chaleureusement toutes les personnes, associations, bénévoles, collaborateurs communaux et partenaires qui contribuent, jour après jour, au dynamisme de notre Commune et nous permettent de vivre ces moments d'échange.

Bel été à toutes et à tous en attendant de vous retrouver pour une assemblée primaire extraordinaire à la rentrée, consacrée au retour des concessions des Forces Motrices d'Orsières. Vingt ans après celui des Forces Motrices de Sembrancher, il s'agit d'un dossier crucial pour l'avenir de notre Commune sur lequel nous aurons l'occasion de revenir en détails.

*Bonne lecture !*

*Joachim Rausis*
*Président d'Orsières*

# Extraits des séances du Conseil municipal

**SÉANCE DU 25 FÉVRIER 2026**

### SÉCURITÉ
**Avalanches février 2026**

Le Conseil prend connaissance du journal des événements dus aux conditions météo exceptionnelles, lors de la semaine de Carnaval. Fort heureusement aucune victime ni dégât majeur aux infrastructures ne sont à déplorer. Il prend également note des premières améliorations à apporter relevées par les personnes en charge de la gestion de l'événement. Un retour d'expérience complet sera effectué plus tard dans l'année.

### CULTURE ET SPORT
**Mérites 2025**

Le Conseil décide l'attribution des récompenses sportives et culturelles de l'année écoulée.

**SÉANCE DU 11 MARS 2026**

### ENVIRONNEMENT
**Marais de Champex**

Au vu de la fréquentation de cette zone, de son exploitation touristique et de l'adaptation des limites de la zone à bâtir, un ajustement de la décision cantonale de protection est nécessaire. Le Conseil accepte les détails de ces modifications.

### TRAVAUX PUBLICS
**Assainissement de la Route du Stade**

Le Conseil adjuge les travaux de génie-civil à Charly Lovey SA pour Fr. 466'205.15 HT et les travaux de bitume à Sabéco SA pour Fr. 39'500.- HT.

**SÉANCE DU 25 MARS 2026**

### TRAVAUX PUBLICS
**Fermeture des chantiers dans les zones touristiques**

Le Conseil valide la fermeture des chantiers dans les stations de Champex-Lac et La Fouly du vendredi 24 juillet 2026 le soir au lundi 17 août 2026 le matin.

**SÉANCE DU 15 AVRIL 2026**

### NATURALISATION
**M. Rémy Declercq**

Le Conseil décide d'octroyer le droit de cité à M. Rémy Declercq, domicilié à Chez-les-Reuses, en vue de l'obtention de la nationalité suisse.

### SPORT
**Coupe du Monde de football 2026**

Le Conseil accepte la demande du café-restaurant L'Ourson d'installer un grand écran sur la place devant le magasin Volg durant la Coupe du Monde de football, du 11 juin au 19 juillet 2026.

**SÉANCE DU 29 AVRIL 2026**

### FINANCES
**Télés-Vichères-Liddes**

Le Conseil décide de soutenir le projet Avenir TVL par l'achat de 5 actions pour la Municipalité et 15 actions pour la Bourgeoisie.

**Vous trouvez les extraits complets des séances du Conseil sur le site de la Commune**

www.orsieres.ch/
Publications/ Extraits du Conseil



# Mérites culturels et sportifs 2025

**Le 24 avril dernier, lors de la soirée de remise des mérites, la Commune a mis à l'honneur ses talents sportifs et culturels.**

Jusqu'ici intégrée à une autre manifestation communale, la cérémonie a, cette année, bénéficié d'un écrin qui lui était propre. Une formule inédite qui marque un tournant dans l'organisation de cet événement traditionnel et qui a rencontré un vif succès. En offrant un moment exclusif aux lauréates et lauréats, l'Administration communale a permis de mieux valoriser leur parcours, leur engagement et leurs performances.
Près d'une centaine de personnes ont répondu à l'invitation. Autorités communales, méritants, familles et accompagnants se sont réunis dans une atmosphère chaleureuse. Chacun a pu apprécier des démonstrations et des présentations soignées, mettant en lumière la diversité et la richesse des talents locaux, qui s'illustrent dans le domaine sportif ou culturel.

La soirée s'est prolongée autour d'un apéritif sublimé par les délicates mignardises sucrées confectionnées par Justine Richard, l'une des méritantes, pâtissière de talent. Une touche gourmande particulièrement appréciée, qui a ajouté une dimension personnelle et savoureuse à l'événement.
Cette formule renouvelée est, sans aucun doute, une réussite qui promet de faire de cette soirée un rendez-vous incontournable pour les années à venir.



*Bienvenue au public ↓* *Les Gourmandises de Justine →*



## *Mérites culturels et sportifs 2025 → suite*

## CULTURE



### JUSTINE TORNAY
**Mérite spécial**
Parcours d'auteure, compositrice et interprète



### JUSTINE RICHARD →
**Distinction culturelle**
- Meilleure moyenne en apprentissage de boulangère-pâtissière-confiseuse
- 2e place lors de la Finale romande et tessinoise des Jeunes Confiseurs

### LÉNA JORDAN
*Fanfare Edelweiss*
**Distinction culturelle**
- 2e place au Junior Slow Melody Contest en cornet, catégorie cadets 3

### NOAH TISSIÈRES
*Fanfare Edelweiss*
**Distinction culturelle**
- 1re place au Championnat suisse des solistes (CNSQ) en xylophone, catégorie cadets

### AMÉLIE BOLIS
*Fanfare Echo d'Orny*
**Prix d'encouragement culturel**
- 2e place au Junior Slow Melody Contest en cornet, catégorie cadets 1

### MAËLLE CRETTON
*Fanfare Edelweiss*
**Prix d'encouragement culturel**
- 2e place au Junior Slow Melody Contest en cornet, catégorie minimes 2

### LOUP DE PREUX
*Fanfare Edelweiss*
**Prix d'encouragement culturel**
- 5e place au Junior Slow Melody Contest en cornet, catégorie minimes 1

### AMBROISE FELLAY
*Fanfare Edelweiss*
**Prix d'encouragement culturel**
- 4e place au Junior Slow Melody Contest en cornet, catégorie minimes 1

### JULIEN VERNAY
*Fanfare Edelweiss*
**Prix d'encouragement culturel**
- 2e place au Championnat suisse des solistes (CNSQ) en alto, catégorie minimes



↖ *En famille Amélie Bolis et son frère*



*Amélie Bolis, Léna Jordan, Noah Tissières*



*Julien Vernay, Ambroise Fellay, Maëlle Cretton, Loup De Preux*

© Photos: Elisabeth Darbellay-Gabioud

## SPORT

### CLAIRE TROILLET
*Lausanne Université Club (LUC)*
**Mérite sportif**
- Championne suisse de volleyball en 1re ligue

### CLÉO VODOZ
*Boxing Club Martigny*
**Mérite sportif**
- Championne suisse U19 de boxe en catégorie W54

### ANNY BISELX
*Club de Pétanque Les Cadets - Martigny-Croix*
**Distinction sportive**
- 4e place au Championnat suisse triplette

### ELODIE DARBELLAY
*Société de gymnastique Aurore - Martigny*
**Distinction sportive**
- Championne valaisanne de gymnastique (agrès), en catégorie C6

### BASTIEN COPT
*Tir Eclair - Orsières*
**Prix d'encouragement sportif**
- Champion valaisan de tir à la carabine, 10 mètres



*Claire Troillet* | *Cléo Vodoz* | *Anny Biselx* | *Elodie Darbellay* | *Bastien Copt*

# Personnel communal

## SÉCURITÉ ET CONSTRUCTIONS

En Valais, les établissements accueillant du public – tels que les établissements publics, les entreprises ou encore les immeubles de plus de deux appartements – sont soumis à des contrôles périodiques obligatoires en matière de sécurité des bâtiments. Dans ce contexte, le Conseil municipal avait délivré, en novembre 2025, un préavis favorable à la création d'un service intercommunal des constructions. Ce projet prévoyait notamment la création d'un poste partagé entre les domaines des constructions et de la sécurité.

Ainsi, lors de sa séance du 25 mars 2026, le Conseil municipal a nommé **M. Bruno Rosier** en qualité de chargé de sécurité et collaborateur technique au service des constructions.

Ce poste se répartit de la manière suivante :

- à 60 % en tant que chargé de sécurité pour les communes de Bourg-St-Pierre, Liddes et Orsières, avec pour mission d'assurer les contrôles périodiques ainsi que leur suivi ;
- à 40 % comme collaborateur technique au service des constructions de la commune d'Orsières, notamment pour la gestion de la police des constructions.



Âgé de 27 ans, Bruno Rosier a réalisé un apprentissage de charpentier puis a obtenu, en 2023 un Brevet fédéral de contremaître charpentier. Côté sécurité, il est sous-officier au CSI Haut-Entremont, en formation pour être officier, a déjà de solides connaissances dans le domaine de la protection incendie et en science des matériaux, qu'il va consolider encore par des cours de chargé de sécurité qu'il suivra dès la date de son engagement, soit dès le 1er juin 2026.

Nous nous réjouissons de l'accueillir au sein de notre équipe et lui souhaitons plein succès dans ses nouvelles fonctions.

## BISSE-VIEUX

Le Conseil communal, lors de sa séance du 29 avril 2026, a nommé **M. Fabien Gabioud** au poste de surveillant du Bisse de Reppaz/Bisse-Vieux. Il assumera cette fonction dès la mise en eau 2026 et veillera à l'entretien ainsi qu'au bon fonctionnement du bisse, tout en contribuant à la sécurité et au confort des usagers.

Il succède à MM. Dany Tornay et Julien Tornay, que le Conseil communal remercie chaleureusement pour leur engagement et le travail accompli depuis 2022.

## CONSTRUCTIONS ET CADASTRE

Après deux années de collaboration au sein du service des constructions et en qualité de teneur de cadastre, **M. Jonathan Biselx** a choisi de donner une nouvelle orientation à son parcours professionnel.

Durant son activité, il a accompli ses missions avec sérieux, rigueur et professionnalisme. La Commune le remercie chaleureusement pour son engagement et la qualité du travail réalisé, et lui adresse ses meilleurs vœux de réussite et d'épanouissement pour la suite de son parcours professionnel et personnel.



Afin d'assurer sa succession, le Conseil communal a procédé à la nomination de **Mme Mélodie Gay-Balmaz** au poste de collaboratrice administrative. Titulaire d'un CFC d'employée de commerce avec maturité intégrée et bénéficiant d'une expérience au sein de plusieurs services communaux de la Commune de Val de Bagnes, elle dispose de solides compétences administratives, organisationnelles et rédactionnelles.

Sa candidature sera proposée au Conseil d'État en vue de sa nomination en qualité d'adjointe au teneur de cadastre. Parallèlement, une réorganisation interne permettra à Mme Karelle Cincotta, qui occupe actuellement cette place, d'accéder à la fonction de teneur de cadastre.



Le Conseil communal lui souhaite plein succès dans l'exercice de ses nouvelles fonctions.

## DES ENGAGEMENTS TEMPORAIRES AUX TRAVAUX PUBLICS ET AU SERVICE FORESTIER

Afin de renforcer les effectifs des services communaux durant la période estivale, le Conseil communal a décidé de procéder à l'engagement de **MM. Thomas Ropraz, Alastair Yule, Serhii Vasyliuk, Cyrille Jacquemettaz** et **Quentin Marquis** en qualité d'auxiliaires auprès du service des travaux publics.

Par ailleurs, **MM. Mathieu Bloyet** et **Yohan Lovey** rejoindront temporairement le service forestier afin de soutenir les équipes dans l'accomplissement des tâches liées à la saison estivale.

Ces engagements permettront d'assurer le bon fonctionnement des services et la bonne exécution des missions confiées durant la belle saison.

# Orsières en chiffres

## Données générales

**Nombre d'habitants**
3395

**Nombre de ménages**
1555

**Proportion H/F**
52.2 % d'hommes
47.8 % de femmes

### Population des villages

| VILLAGES | HABITANTS | EN % | ÉVOLUTION |
|---|---|---|---|
| Montatuay | 3 | 0.09 | = |
| Le Clou/Les Granges/Ferret | 6 | 0.18 | = |
| Branche d'en Bas | 11 | 0.32 | = |
| Chez-les-Giroud | 12 | 0.35 | = |
| Verlonnaz | 18 | 0.53 | + 1 |
| Chamoille | 19 | 0.56 | + 1 |
| Branche d'en Haut | 22 | 0.65 | - 1 |
| Prayon/L'Averne/La Seiloz | 22 | 0.65 | - 4 |
| La Rosière | 23 | 0.68 | - 3 |
| Commeire | 25 | 0.74 | = |
| Chez-les-Addy | 28 | 0.82 | - 2 |
| Le Biolley | 29 | 0.85 | + 3 |
| Maligue | 32 | 0.94 | + 1 |
| Les Arlaches | 34 | 1.00 | - 1 |
| Soulalex | 37 | 1.09 | + 1 |
| La Douay | 38 | 1.12 | - 2 |
| Chez-les-Reuses | 56 | 1.65 | + 1 |
| La Fouly | 72 | 2.12 | + 7 |
| Prassurny | 80 | 2.36 | + 5 |
| Issert | 102 | 3.00 | + 13 |
| Reppaz | 129 | 3.80 | + 10 |
| Somlaproz | 252 | 7.42 | - 10 |
| Praz-de-Fort/Saleinaz/Revers | 287 | 8.45 | + 9 |
| Champex-Lac | 310 | 9.13 | + 7 |
| Orsières | 1748 | 51.49 | + 26 |
| TOTAL | 3395 | 100.00 | + 62 |

## Habitants par origine et permis

**Valaisans**
2269

**Suisses (Autres cantons)**
459

**Étrangers**
667
(40 nationalités différentes.
Tous les continents représentés)

## Évolution de la population de 2016 à 2025

| | 2016 | 2017 | 2018 | 2019 | 2020 | 2021 | 2022 | 2023 | 2024 | 2025 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Habitants | 3207 | 3234 | 3234 | 3219 | 3193 | 3231 | 3240 | 3337 | 3333 | 3395 |
| Naissances | 40 | 31 | 31 | 28 | 22 | 28 | 23 | 25 | 20 | 29 |
| Décès | 25 | 35 | 17 | 36 | 33 | 29 | 30 | 34 | 40 | 35 |

## Âge de la population

| | 2017 | 2019 | 2021 | 2023 | 2025 |
|---|---|---|---|---|---|
| 0-10 ans | 407 | 384 | 368 | 358 | 357 |
| 11-20 ans | 357 | 371 | 380 | 389 | 401 |
| 21-30 ans | 368 | 347 | 330 | 351 | 384 |
| 31-40 ans | 395 | 391 | 389 | 407 | 401 |
| 41-50 ans | 430 | 438 | 446 | 451 | 452 |
| 51-60 ans | 421 | 430 | 457 | 463 | 453 |
| 61-70 ans | 385 | 379 | 357 | 395 | 422 |
| 71-80 ans | 316 | 315 | 321 | 328 | 323 |
| 81-90 ans | 129 | 136 | 149 | 166 | 167 |
| 91 ans et plus | 26 | 28 | 34 | 29 | 35 |
| TOTAL | 3234 | 3219 | 3231 | 3337 | 3395 |

**Doyenne**
101 ans
en 2026

**Doyen**
94 ans
en 2026

*Données au 31.12.2025*

# Martine Cretton,

## Ambulancière passionnée, au chevet de toutes et tous




**Martine, en quelques mots, qui es-tu? D'où viens-tu?**

**Je suis née le 4 août 1973. Petite, j'habitais aux Ides, pas très loin de la menuiserie. C'était le seul bâtiment qu'il y avait, un ancien moulin paraît-il. J'ai grandi là-bas avec ma grand-maman. Ensuite, j'ai déménagé avec elle sur la place vers l'église.**

**Comment es-tu devenue ambulancière?**

Avec beaucoup de volonté... et un peu de culot! Déjà enfant, j'étais attirée par le domaine médical. C'est ma grand-maman qui m'a mise dans le bain. Elle était membre active des Samaritains. Elle m'emmenait à ses cours et je faisais la patiente, la blessée. Ensuite, André Yerly s'est installé à Orsières. Il avait un garage et en même temps, il faisait ambulance. C'est lui qui a commencé à circuler par ici, avec les secours. Mon petit frère, René, faisait l'apprentissage de mécanicien chez lui. Quand il fallait, il partait en intervention avec André. C'est là qu'est née sa passion et qu'il a eu envie de devenir ambulancier. Il est parti se former à Martigny. Chez Yerly, le personnel manquait, surtout à Nouvel An, à Verbier, alors je me suis proposée. J'ai appris sur le tas, quand on avait besoin de moi.

Comme ça me plaisait, j'ai demandé à suivre un stage aux ambulances, à Martigny, mais c'était réservé aux hommes et j'ai été refusée. Alors durant quelques années, j'ai travaillé à Rive-Haute, dans une petite entreprise d'horlogerie puis l'entreprise a fermé. J'ai à nouveau demandé à faire un stage à Martigny et, grâce au chômage, ça a marché! Ils se sont rendu compte que je me débrouillais pas mal. Comme ils étaient peu nombreux, ils m'ont gardé pour la saison d'hiver à Verbier. Je n'avais que la formation de samaritaine mais j'étais passionnée. Je dépannais le plus souvent possible même si je ne touchais que 40 francs par jour...

**Il n'y avait pas de formation, d'école pour devenir ambulancière?**

Oui, il y avait une école sur Fribourg mais c'est le service d'ambulance où l'élève était employé qui devait faire la demande. En tant que femme, je n'avais aucune chance d'être engagée dans les ambulances autrement que pour dépanner. Un jour, sans rien dire au chef, je me suis quand même inscrite à l'école d'ambulancier, sans trop d'espoir. Je suis allée en cachette passer les tests d'entrée et quelques temps après, le chef m'a convoquée dans son bureau. J'avais été prise à l'école! Il n'a pas vraiment apprécié ma manière de faire mais il m'a tout de même gardée, impressionné par mon culot. Parfois, il faut pousser un peu le destin et tout se met en place comme il faut.

Dans mon parcours, il faut souligner le rôle qu'a joué Bernard Darbellay. Il a énormément compté pour moi. Il enseignait à l'école d'ambulancier à Fribourg et c'est lui qui m'a fait passer les examens finaux. Le samedi après-midi, quand il avait fermé le cabinet, il allait manger puis il venait à l'école de La Proz pour me faire répéter les gestes, les exercices. Il passait tout l'après-midi avec moi à m'apprendre ce qu'il savait. Je lui dois beaucoup.

**Après cette formation, tu as été engagée?**

Le patron a remis son service d'ambulance à Jean-Philippe Crettenand. C'est lui qui m'a engagée comme ambulancière fixe. Une femme aux ambulances, c'était une première! J'avais enfin un contrat mais avec un salaire de misère, bien en-dessous de mes collègues, pour le même job, les mêmes heures. Heureusement, les choses ont changé depuis et plus personne ne remet en question la place d'une femme dans les ambulances. Aujourd'hui, je travaille toujours à Martigny.

**Quelles sont les qualités qu'il faut avoir, selon toi, pour être ambulancière?**

D'abord, tu dois être en forme, physiquement. Les sacs sont extrêmement lourds et il faut souvent porter les patients. Heureusement, j'ai la corpulence des gens de la montagne et j'ai de la force. Mais la force, c'est aussi et surtout dans la tête. Si tu veux devenir ambulancier en pensant seulement faire *pimpon* et sauver des vies, tu ne tiens pas trois mois. Dans ce métier, ton quotidien est rythmé par la souffrance et la mort. De temps en temps, tu as un accouchement qui se passe bien et ça fait ton petit bonheur. Ou tu sauves une vie. Mais c'est très rare. Si tu n'as pas cette envie d'accompagner, d'aider les gens parfois juste en leur tenant la main, tu changes de métier.

**Certaines expériences sont plus marquantes que d'autres...**

Oui, parfois c'est très dur. On est des humains, pas des super héros. Il faut faire des choix difficiles. Sur le moment, j'agis. Ensuite, j'accuse le choc. Après certains drames, je passe des jours à pleurer, à ne pas dormir...





*« J'ai toujours vécu pour aider les autres.*

**Qu'est-ce qui t'aide à traverser ces moments?**

Chez moi, je me sens bien, je me ressource. J'ai construit ce petit chalet, en 2005. C'est mon cocon de sécurité. Mon exutoire, c'est le sport, le vélo. Sans cela, je serai dépressive ou alcoolique. Et la montagne, la nature, c'est aussi indispensable pour moi. Je ne te dis pas le nombre d'arbres que j'ai serré dans mes bras!

**De quelle manière la région, la commune, impacte-t-elle ta vie?**

Pour moi, il était hors de question d'habiter ailleurs. Quand j'arrive sur le territoire communal, je me sens déjà chez moi. Et j'ai cette fierté de me dire que par mon métier, je prends soin de ma commune. Souvent, je connais les gens chez qui j'interviens. Ils peuvent compter sur moi. Si je suis au boulot, je viens. Et si je suis à

## *Martine Cretton* → *suite*



la maison, je viens quand même. Si mon voisin a un problème, je serais malade que personne ne m'appelle alors que je dors à cinquante mètres. Même si je ne peux plus rien faire pour lui, je suis là pour son entourage.

**Quand tu connais les personnes, est-ce que cela change ta façon d'intervenir?**
C'est un stress supplémentaire mais pas négatif. C'est plus d'engagement, une connexion plus forte. Quand j'arrive, ils sont tout de suite soulagés: «C'est Martine, ça va aller!». Ça me touche beaucoup, j'aime cette proximité. Mais si c'est trop grave, malheureusement, je ne pourrai pas faire plus qu'un autre collègue.

**Aujourd'hui, tu dois ralentir pour préserver ta santé, te protéger. C'est quelque chose qui va à l'encontre de ce métier que tu aimes...**
Oui, j'ai eu des problèmes de santé ces deux dernières années. Mon dos s'est bloqué sur une intervention, je me suis fait deux hernies discales et maintenant je dois me ménager. Avec l'ambulance, je fais des transferts, j'ai moins besoin de porter. Il faudrait que je pense parfois plus à moi, que je parte quelques jours... mais je n'y arrive pas. J'ai toujours vécu pour aider les autres.

**Et le futur?**
Avec mes soucis de dos, j'ai un peu anticipé. J'ai fait un brevet de formatrice d'adulte et avec mes papiers de monitrice samaritaine et mon expérience d'ambulancière, j'ai été engagée comme formatrice aux Samaritains. Aujourd'hui, je fais 30% d'ambulance et l'équivalent de 20% ou 30% de formation pour les samaritains. C'est un bon arrangement et un plan B pour la suite.

**À côté de ton engagement comme ambulancière, quels sont tes loisirs?**
Le sport, les balades avec mes chiens, mais aussi la fanfare, c'est important! Pour la musique et le côté social. Ça fait du bien de partager des moments avec des gens qui vont bien. On peut rire de plein de choses, on peut déconner. J'avoue même que parfois on boit des bons verres, et c'est tant mieux.

**Sur ta table de chevet ou de salon, qu'est-ce qu'il y a comme journal, lecture?**
Le Nouvelliste, bien sûr! Chaque matin, la page des morts, comme tous les bons Valaisans. Et bien sûr, l'Orsières Info. J'écoute aussi pas mal de podcast. Ça m'aide à me calmer avant de m'endormir.

**Si tu pars en voyage, emmènerais-tu quelque chose d'ici?**
Alors clairement oui, j'en aurais besoin. Parce que je suis vraiment très attachée à cette commune. Je prendrais un bout du Catogne dans mon sac, c'est sûr! Et une photo du village, que je pourrais regarder de temps en temps.

*Isabelle Coppey*



# Candide Pralong
## Le fondeur qui rêve plus loin que les podiums

**Après quinze saisons passées au sein de l'élite mondiale du ski de fond, Candide Pralong a récemment mis un terme à sa carrière sportive. Le fondeur d'Orsières a accepté de revenir pour nous sur ses débuts, les moments marquants de son parcours, les exigences du sport de haut niveau ainsi que sur cette nouvelle étape de vie qui s'ouvre désormais, loin des pistes de compétition.**

**Comment as-tu découvert le ski de fond?**
C'est mon frère Charles qui m'a fait découvrir le ski de fond. Lui en faisait déjà depuis deux ou trois ans. Je devais avoir une dizaine d'années quand j'ai chaussé des skis de fond pour la première fois. C'était à la Fouly, il faisait un temps terrible, il y avait du vent et en plus, j'avais du matériel pas vraiment adapté avec un ski qui ne crochait pas. Franchement, toutes les conditions étaient réunies pour que ça se passe mal... et pourtant j'ai adoré! Je crois que dès ce jour-là, j'ai su que je voulais faire du ski de fond.

**Si tu pouvais adresser un message au jeune Candide qui débutait le ski de fond, que lui dirais-tu aujourd'hui?**
Je lui dirais d'avoir davantage confiance en lui et en ce qu'il ressent. Dans le sport de haut niveau, tu reçois énormément de conseils et d'avis de tous les côtés, et ce n'est pas toujours facile de savoir quelle direction prendre. Avec le temps, je me suis rendu compte que ce qui fonctionnait le mieux pour moi, c'était souvent ce que je pensais au fond de moi. Donc je lui dirais de se faire confiance, d'écouter davantage son intuition et de croire en ses propres choix.

**Est-ce qu'il y avait un objet porte-bonheur qui t'a accompagné pendant ta carrière?**
Non, pas vraiment. Quand j'étais plus jeune, j'étais assez superstitieux. Je voulais parfois remettre les mêmes habits pour une course parce que ça avait bien marché la fois d'avant. Mais plus j'ai grandi, moins j'ai eu ce côté-là.
Au final, ce qui m'a vraiment accompagné tout au long de ma carrière, ce n'est pas un objet, mais plutôt la passion. Depuis le début, j'ai toujours été profondément passionné par ce sport, et c'est ça qui m'a permis d'avancer et de toujours continuer à me dépasser.



*Les débuts de Candide en compétition*

**Le ski de fond est un sport à la fois solitaire et exigeant sur le plan de l'endurance. Est-ce qu'il t'a permis de mieux te connaître?**
Oui, j'ai énormément appris sur moi-même. C'est un peu un cliché, mais le sport est vraiment une école de vie. Quand je m'entraînais dans le cadre de la Fédération suisse de ski Swiss-Ski, ça n'a jamais vraiment fonctionné pour moi, les résultats ne suivaient pas. Je n'ai rien à leur reprocher, mais ce système ne me convenait pas.

## *Candide Pralong* → *suite*

C'est à ce moment-là que j'ai dû trouver mes propres solutions. J'ai appris à mieux me connaître en devenant plus indépendant, à comprendre ce qui me convenait vraiment et à construire une approche qui me correspondait davantage.

**À quel moment as-tu compris que cette saison serait la dernière ? Et, plus largement, est-ce qu'on choisit vraiment de quitter le sport de haut niveau, ou est-ce que le corps et la vie finissent par décider un peu à notre place ?**

En réalité, j'avais déjà pris cette décision il y a plus d'un an. Comme c'était une année olympique, j'ai choisi de faire une dernière saison.
Plus jeune, j'adorais voyager, découvrir de nouveaux endroits, c'était quelque chose de magnifique. Mais avec le temps, le fait de devoir partir constamment de la maison est devenu plus pesant. On est très souvent loin, que ce soit pour les entraînements ou les compétitions, et ça a fini par devenir lourd.
Il y avait aussi la pression des résultats. J'aime toujours la compétition, mais c'est devenu plus difficile de gérer cette exigence permanente de devoir performer et être au niveau à chaque course.

**Y a-t-il un rêve que tu as mis entre parenthèses pendant ta carrière ?**

Quand j'étais gamin, mon seul vrai rêve, c'était de pouvoir vivre de mon sport. À 12 ans, je n'avais pas vraiment conscience qu'une carrière sportive s'arrêtait plutôt vers 35 ans que vers 65 ! C'était mon objectif, mon rêve, et je n'allais pas plus loin dans la réflexion.
Aujourd'hui, je dirais que mon rêve, c'est de fonder une famille et de m'épanouir tout simplement. Mais ça, ça vient avec le temps : ce n'était pas du tout quelque chose auquel je pensais il y a quinze ans.

**Après tant d'années à optimiser ta condition physique, es-tu prêt à découvrir les joies du dimanche sur le canapé ?**

Pas tout de suite ! Je suis vraiment content de pouvoir rester davantage à la maison et de ne plus devoir faire mes valises et voyager en permanence mais je reste quelqu'un de très actif qui a besoin de bouger.
Par rapport au ski de fond, je n'ai pas d'engagement officiel, mais je vais garder un lien en accompagnant des jeunes sur des camps ou des compétitions dans le cadre de Ski-Valais. Sur le plan professionnel, je terminerai ma formation à la HEP dès le mois d'août et j'enseignerai en parallèle le sport et l'allemand au Cycle d'orientation.







**Que représente Orsières pour toi et reviendrais-tu y vivre ?**

Orsières c'est toute ma jeunesse. J'y ai vécu jusqu'à mes 20 ans, avant de partir dans les Grisons. J'y suis très attaché, ce sont mes racines et je reviens régulièrement pour voir ma famille. Aujourd'hui, je vis à Nyon surtout pour des raisons pratiques. Mais on va revenir en Valais, pas à Orsières même mais on se rapproche. J'ai toujours gardé des liens forts avec Orsières. J'ai aussi pu compter sur des sponsors locaux, comme l'entreprise Jean-Michel Sarrasin, et je reste proche de plusieurs sportifs de la commune. Je suis content d'avoir découvert d'autres horizons, mais Orsières garde une place très importante pour moi.

**Quand on entend le nom *Pralong* à Orsières, on pense au ski de fond mais aussi aux vaches d'Hérens. Vois-tu un parallèle entre le monde du sport et des reines ?**

Oui, clairement. Et d'ailleurs, dans notre famille, on est un peu « atteints » de passion ! On est soit complètement passionnés, soit on cherche ce qui nous fait vibrer… je ne sais pas dans quel sens ça va ! Mais dans le fond, ce sont deux mondes très proches qui demandent de la passion. Ce n'est pas rationnel : il faut de la discipline et un engagement à 100 %. Ce ne sont pas des activités qu'on fait à moitié. Donc oui, je comprends qu'on puisse nous prendre pour des fous… mais on le sait, et on l'assume complètement !

**Quel message aimerais-tu transmettre aux jeunes ?**

Je leur dirais de croire profondément en leurs rêves et de ne pas se laisser freiner par les autres. Si on nous dit que c'est trop dur, trop risqué ou impossible, il ne faut pas écouter. Les obstacles feront toujours partie du chemin, il faut les accueillir avec envie, joie et ambition. Il faut garder ses rêves en tête, leur laisser une vraie chance d'exister et de se réaliser.

**Quand on prononcera ton nom dans quelques années, qu'aimerais-tu que les gens retiennent ?**

Aujourd'hui, on m'associe encore au ski de fond mais dans le monde du sport, ça change très rapidement et je pense qu'on va vite tourner la page. De mon côté, je n'ai pas vraiment d'attente particulière là-dessus. Je n'ai pas envie de stopper le temps et de rester figé dans cette image de sportif d'élite. J'espère qu'on pourra dire un jour que je suis devenu un bon enseignant, qui a su transmettre et accompagner. J'ai envie d'évoluer, de découvrir d'autres choses et de m'investir dans des projets inspirants et qui ont du sens.

> *Merci Candide pour cet échange. Nous te souhaitons plein de succès et de bonheur pour la suite de ton parcours.*

# Attention aux tiques !

**Avec le retour des beaux jours et les balades en forêt, dans les prés ou même dans votre jardin, il est important de rester vigilant face aux tiques. Ces petits acariens, souvent discrets, peuvent pourtant représenter un risque pour la santé.**

## QU'EST-CE QU'UNE TIQUE ?

La tique est un parasite minuscule qui se nourrit du sang des animaux et des humains. Elle peut mesurer moins de 3 millimètres, mais sa piqûre n'est pas anodine. Les tiques se trouvent jusqu'à 2000 m d'altitude en Suisse, principalement dans les zones herbeuses et boisées, sur les feuilles basses ou les branches où elles attendent un passage pour s'accrocher.

## QUELS EFFETS PEUT AVOIR UNE PIQÛRE ?

La plupart des piqûres de tiques sont sans conséquence, mais certaines peuvent transmettre des maladies, si la tique est infectée, comme :

- **La maladie de Lyme (borreliose),** la plus connue, qui peut provoquer fièvre, fatigue, douleurs articulaires et une éruption cutanée caractéristique appelée érythème migrant (une tache rouge qui s'étend en forme de cercle à partir de la piqûre).
- **L'encéphalite à tiques (FSME),** infection virale qui touche le système nerveux et peut provoquer des complications sévères.
- **La tularémie** ou d'autres infections moins fréquentes selon les régions.

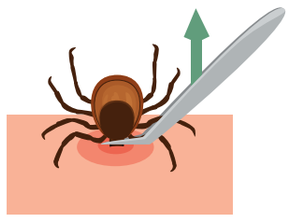
Il est essentiel de retirer une tique le plus tôt possible et de surveiller l'apparition de symptômes dans les jours ou semaines qui suivent la piqûre.



## COMMENT SE PROTÉGER ?

Quelques mesures simples permettent de limiter le risque :

- **S'habiller stratégiquement :** Portez des vêtements longs, clairs (pour repérer les tiques plus facilement) et des chaussures fermées. Rentrez le bas du pantalon dans vos chaussettes.
- **Appliquer un répulsif :** Utiliser un spray adapté sur la peau et les vêtements. Choisissez un produit dont la substance active convient à l'âge et à la sensibilité de la peau, notamment pour les enfants.
- **S'inspecter minutieusement :** examinez soigneusement votre corps et celui de vos enfants après chaque sortie. Inspectez en particulier les replis chauds et humides : creux des genoux, aine, aisselles, cou, cuir chevelu et derrière les oreilles.
- **Protéger les animaux de compagnie :** les chiens ou les chats peuvent ramener des tiques à la maison qui peuvent ensuite se déplacer et se loger sur les membres du foyer.
- **Retirer la tique correctement :** Agissez sans attendre avec une pince fine (ou une pince à tiques). Si on retire la tique dans les 24 heures, le risque de borréliose est presque nul. Saisissez la tête au plus près de la peau, tirez doucement et sans écraser le corps. Désinfectez la zone ensuite.
  **A éviter absolument :** N'appliquez jamais de produit (alcool, éther, huile) avant le retrait, car cela stresse la tique et augmente le risque qu'elle libère des agents pathogènes.
  **Bon à savoir :** Ce n'est pas grave si une petite partie de l'acarien reste dans la peau. Elle sera éliminée naturellement par l'organisme, comme une écharde.



## QUAND CONSULTER ?

En cas de doute, ou si des symptômes apparaissent après une piqûre (fièvre, maux de tête, rougeur qui s'étend), consultez rapidement un médecin.

## LE VACCIN CONTRE L'ENCÉPHALITE À TIQUES (FSME)

Il est possible de se faire vacciner contre l'encéphalite à tiques pour éviter les complications neurologiques. Le vaccin est pris en charge par l'assurance-maladie obligatoire (AOS, sous réserve de la franchise).

### Où se faire vacciner localement ?

À la Maison de la Santé à Sembrancher : Pour les adultes et les enfants (recommandé par les autorités dès l'âge de 3 ans, possible dès 1 an).
À la Pharmacie d'Orsières : Pour les personnes dès l'âge de 16 ans vaccination en pharmacie.

### Schéma vaccinal :

Le schéma complet comprend trois doses réparties sur une période totale de 5 à 15 mois (selon le type de vaccin utilisé). Pour maintenir une protection efficace, une dose de rappel est nécessaire tous les 10 ans. Ce vaccin n'est en général pas contre-indiqué pour les femmes enceintes ou allaitantes.
Attention : la vaccination protège efficacement contre la FSME, mais elle ne protège pas contre la maladie de Lyme (borréliose). Même vacciné, l'application des gestes de prévention reste indispensable !

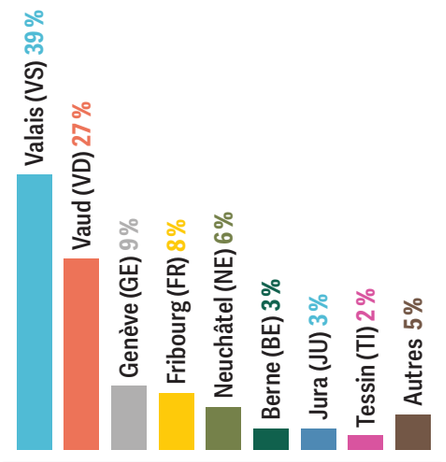
## Pour + d'informations

pique-de-tique.ch

# Retour sur notre enquête de satisfaction 2026

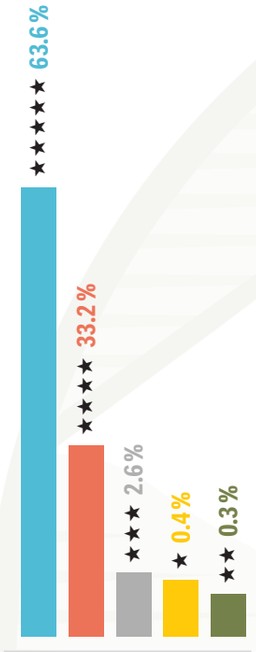
**Entre février et avril 2026, le Pays du St-Bernard a mené une large enquête. L'objectif est de mieux connaître le taux de satisfaction et les attentes aussi bien de nos hôtes que de nos habitants.**

Les 2176 réponses recueillies ont confirmé nos impressions, tout en faisant émerger plusieurs pistes d'amélioration pertinentes. Voici les principaux enseignements résumés en 5 points:




## 1 Origine des sondés ↑

90 % des répondants sont Suisse. Parmi eux, les cantons romands sont logiquement aux premières places avec une proportion importante de Vaudois.

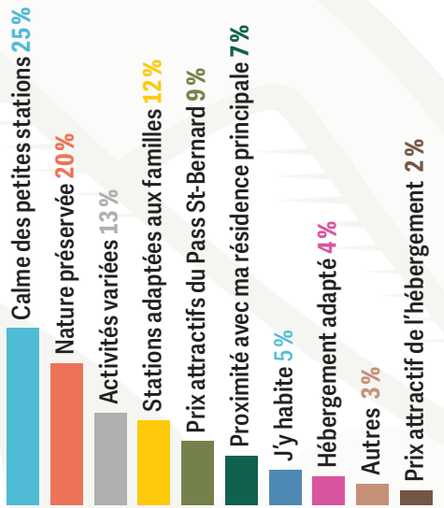


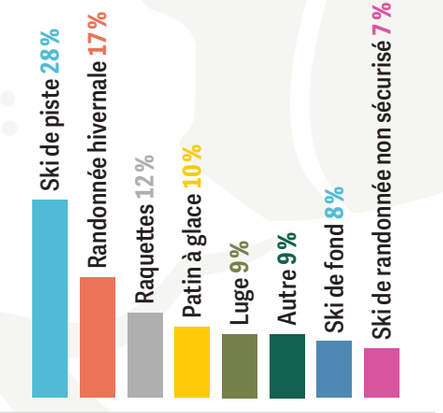

## 2 Réponse de la destination à leurs attentes ↑

Lorsqu'on leur a demandé si la destination du Pays du St-Bernard répondait à leurs attentes, les résultats affichent un excellent niveau de satisfaction: 63,6 % des répondants ont attribué la note maximale de 5/5, tandis que 33,2 % lui ont donné 4/5, portant ainsi le taux global de satisfaction à 96,8 %.

## 3 Raison de leur venue →

Concernant les motivations de leur venue (plusieurs réponses étant possibles), le calme et la nature apparaissent comme les principaux attraits de la destination. Ces résultats confirment notre volonté de privilégier l'amélioration de l'existant plutôt qu'un agrandissement de l'offre. Plus surprenant, la diversité des activités proposées arrive en troisième position, montrant que les notions de «petit», «calme» et «varié» ne sont pas nécessairement incompatibles.




## 4 ← Activités pratiquées

Concernant les activités pratiquées (plusieurs réponses possibles), le ski de piste arrive sans surprise largement en tête. En revanche, la présence de la randonnée hivernale en deuxième position mérite une réflexion plus approfondie. Notre réseau de randonnées hivernales – comprenant des itinéraires balisés, sécurisés et damés – reste en effet limité, principalement en raison du manque d'espace disponible.

## *Enquête de satisfaction → suite*

5

**La dernière question – la plus intéressante car ouverte – avait pour but de connaître les manques perçus par les sondés. Voilà les principales réponses:**

**Plus d'un tiers (36,6 %)** des sondés n'expriment aucun manque. C'est un signal de satisfaction globale solide pour la destination en écho à la question 2 ci-dessus.

**14,4 %** regrettent avant tout les problèmes de restauration directement accessibles sur ou près des pistes, surtout les deux restaurants à Champex-Lac. La demande porte aussi sur des lieux conviviaux et abordables (buvettes, terrasses, food trucks) et sur un après-ski plus animé.
La fermeture de la Breya est passagère puisqu'un nouveau restaurant permettra de répondre à cette problématique. A La Fouly, la nouvelle buvette du Barfay répondra aussi grandement aux attentes de restauration sur les pistes.

**8,9 %** souhaitent une amélioration de la qualité du domaine skiable: enneigement insuffisant (canons à neige), remontées mécaniques jugées vieillissantes et demande d'un domaine plus étendu.
Plusieurs projets devraient en partie répondre à la question de l'enneigement et des remontées vieillissantes. Il est par contre clair qu'étendre nos domaines skiables relève pratiquement de l'impossible. Cela contredirait en outre les deux principales raisons qui expliquent la venue de nos hôtes: petite station calme et nature préservée.

### Conclusion

Cette enquête confirme que le Pays du St-Bernard répond aux attentes de ses hôtes, en particulier grâce à son identité forte basée sur la nature, le calme et une offre d'activités variée. Les résultats mettent également en lumière des axes d'amélioration concrets, notamment en matière de restauration et de qualité des infrastructures sur lesquels travaillent déjà les remontées mécaniques et les communes.

*Gaëtan Tornay*



© GAME Architectes



# Le nouveau restaurant de la Breya

Présenté à l'Assemblée générale du 17 avril dernier, le nouveau restaurant de la Breya a passé les premiers méandres administratifs et a été mis à l'enquête. D'une esthétique contemporaine et audacieuse, le bâtiment allie durabilité et économie. La surface sera recouverte de panneaux solaires et chaque choix a été soumis aux filtres financiers et pratiques de notre commission Breya. Le restaurant permettra à plus de 80 personnes de manger à l'intérieur et près d'une centaine à l'extérieur. Mais laissons la parole aux architectes du bureau GAME-VS !



*« Le projet du restaurant d'altitude La Breya est né d'une réflexion attentive aux contraintes techniques, économiques et contextuelles : altitude à 2200 m, conditions de construction exigeantes et budget maîtrisé. L'architecture exprime ainsi une recherche d'efficacité et d'identité à travers une forme simple et emblématique, pensée en lien étroit avec la montagne. Le choix du bois, principalement local, s'impose comme une réponse durable et cohérente aux spécificités du site. Son enveloppe dorée et son profil triangulaire captent la lumière, dialoguent avec les sommets et affirment la présence d'un repère à la fois fort et poétique au cœur du paysage alpin. À l'intérieur, le volume compact et chaleureux ouvre des perspectives cadrées sur le paysage offrant au visiteur une immersion au cœur de la montagne. »*

L'enveloppe du projet de restaurant se monte à 3 millions, dont la moitié est couverte par le Fonds d'infrastructure du Pays du Saint-Bernard. Afin d'assurer le financement du restaurant et des autres projets, la société de remontées mécaniques propose des actions pour un montant de 500'000.-. Vous trouverez toutes les informations sur **www.saint-bernard.ch/telesfc.** Parallèlement, le projet de canalisation destiné à l'acheminement de l'eau potable et à l'évacuation des eaux usées progresse de manière coordonnée.

*Laurence Rausis*

# Amicale « Les Orserains de Fully et les Fuillerains d'Orsières »

**Un lien d'amitié entre deux communes, deux parcours de vie et des attaches partagées**

## LA COMMUNE DE FULLY

Nichée au pied du Grand Chavalard, entre Martigny, Saillon et Charrat, Fully est une commune valaisanne dynamique de plus de 9500 habitants. Avec ses sept villages de plaine et huit hameaux de montagne, elle offre un cadre de vie privilégié, au milieu des vignes, des cultures et des paysages caractéristiques du Valais. Célèbre pour sa Petite Arvine et sa traditionnelle Fête de la Châtaigne, elle sait allier tradition, convivialité et ouverture.

## L'AMICALE

**Depuis de nombreuses années, notre Amicale a le plaisir de rassembler les Orserains de cœur installés à Fully. Tous les deux ans, nous nous retrouvons autour d'un bon repas ou d'une activité conviviale afin de partager de vrais moments d'amitié, de rencontre et de simplicité.**

Aujourd'hui, nous souhaitons agrandir la famille. Nous serions ravis d'accueillir également les personnes natives de Fully qui ont choisi de s'établir à Orsières. L'idée est simple: réunir celles et ceux qui partagent un lien avec Fully et Orsières, tisser de nouvelles relations et passer d'excellents moments ensemble.

Pour nous rejoindre, il vous suffit de remplir l'un des deux critères suivant:

- avoir fait sa scolarité à Orsières et habiter sur la Commune de Fully
- avoir fait sa scolarité à Fully et habiter sur la Commune d'Orsières

Si l'idée vous sourit et que vous souhaitez vous inscrire, ou tout simplement en savoir un peu plus, vous pouvez contacter les personnes suivantes:

Alexandra Carron Bérard 079 459 46 11
Florence Grange Rausis 079 225 19 87
Magali Lattion Carron 078 691 31 40
Nathalie Christillin Dénis 079 542 88 27



*Au plaisir de vous rencontrer prochainement!*



# Bal de l'amitié

**Le 13 décembre dernier, c'est dans une ambiance chaleureuse et festive que nous avons trinqué à l'amitié, testé la danse country, dégusté une délicieuse raclette et participé à une fabuleuse tombola.**

Grâce à votre nombreuse participation et à un élan de solidarité incroyable, la belle somme de Fr. 3'500.- a pu être reversée à chacune des fondations soutenues: **La Fondation Terre des Hommes Valais, par son directeur Grégory Rausis et la Fondation Raphaël Abbet par son président Michel Abbet.**

Nous tenons à adresser un grand MERCI aux nombreux commerçants de la région pour leurs généreux dons ayant permis de constituer les superbes lots de la tombola. MERCI également aux bénévoles ainsi qu'à la Jeunesse d'Orsières derrière les bars, dont l'énergie et l'engagement ont largement contribué à la réussite de cette belle soirée.

Une soirée simple, sincère, chaleureuse et profondément humaine... tout simplement phénoménale!

*La bande de copines*






# Sur les traces du Père Gildas

Aide Suisse au Bénin
SONAGNON
DEMAIN SERA MEILLEUR en béninois

## SUR LES TRACES DU PÈRE GILDAS

**Créée en 2021, l'association Sonagnon porte l'héritage du Père Gildas, prêtre béninois de 2018 à 2023 dans notre paroisse. Sa mission : soutenir des projets durables dans sa commune natale. En février dernier, le comité de l'association s'est rendu au Bénin pour rencontrer la population et constater sur le terrain la pertinence des projets financés et mesurer l'impact sur la vie locale.**

## L'EAU, C'EST LA VIE

La première semaine, nous avons visité divers forages de puits. Là où les femmes marchaient plusieurs kilomètres pour de l'eau, des points d'eau potable allègent les corvées, améliorent la santé et favorisent l'hygiène. Chaque inauguration a été célébrée par chants et danses : des moments de joie partagée et de gratitude.

## SCOLARISATION DES ENFANTS

L'accès à l'école dépend souvent du matériel scolaire. Sonagnon a distribué près de 1000 kits sur cinq ans, principalement dans la commune de Kpomassè, berceau du Père Gildas. Notre association a été accueillie en chanson dans plusieurs écoles : des instants d'émotion et d'espoir pour l'avenir des enfants.

## L'USINE DE TOMATES

Sur les conseils du Père Gildas, nous avons investi dans la construction d'une petite usine de transformation de tomates. Avec l'aide de Gildas et de son cousin Vital, la structure permet aujourd'hui de produire, transformer et écouler les tomates sur les marchés. Une cinquantaine de femmes, réparties en trois coopératives, travaillent sur le site et peuvent ainsi gagner un revenu régulier, contribuant à l'autonomie des femmes, principaux piliers des familles béninoises.

## SANTÉ : L'HÔPITAL SAINT LUC

Nous avons profité de notre voyage pour visiter l'hôpital Saint Luc à Cotonou. Grâce à l'engagement de Romaine Pouget et de son équipe, l'établissement a été agrandi et doté d'une nouvelle salle des urgences. Avec des moyens limités, les progrès sont remarquables. L'évêque de Cotonou a chaleureusement remercié Orsières de lui avoir envoyé Romaine, une personnalité remarquable portée par une foi inébranlable.












## UN PAYS PAUVRE MAIS… TELLEMENT RICHE

La vie est difficile pour beaucoup de familles au Bénin ; nous avons souvent été frappés par l'extrême pauvreté. Mais comment décrire la richesse de nos rencontres, des sourires, de l'accueil ? Merci à toi, Père Gildas, de nous avoir fait découvrir ton pays et de nous avoir permis de partager ces moments humains si précieux.

## COMPTES (résumé)

- **Dons reçus :** ..... **133'000.-**
- **Usine de tomates :** ..... **57'848.-**
- **Kits scolaires :** ..... **21'408.-**
- **Puits d'eau :** ..... **43'386.-**
- **Divers dons sur place :** ..... **4'000.-**
- **Réserve restante :** ..... **6'358.-**
  (sera transférée à une association à Riddes, où le Père Gildas est désormais, pour poursuivre les liens avec le Bénin)

## MERCI ORSIÈRES

Notre association a récolté l'essentiel des dons dans la commune. Merci à la population : cet argent a été investi à 100 % dans les projets. Les frais administratifs et de voyage ont été couverts par les membres de Sonagnon.

*Le comité de Sonagnon*
*Christophe - Gérard - Jérôme*



*Le comité Sonagnon à l'inauguration de l'usine de tomates*

# BIBLIOTHÈQUE LUDOTHÈQUE

## MUNICIPALES ET SCOLAIRES ORSIÈRES




*L'évasion ne serait-elle pas justement un des nombreux bienfaits de la lecture ? Sans aucun doute le livre participe à notre bien-être en nous faisant voyager.*

**Les femmes de la Caroline**
*Laurence Gauvin & Sandrine Perroud*
La revisite d'un crime suisse célèbre en rendant la parole aux femmes. Si à l'époque du drame en 1911, les hommes (policiers, psychiatres ou journalistes) ont tenté d'interpréter les motivations de la meurtrière, ce roman offre un récit original et féministe sur ce qui a pu conduire au crime une adolescente de 17 ans.

**Le valet de cœur** *Sylvie Bonin*
La vie de Claire bascule lorsqu'elle apprend qu'elle est malade. Déstabilisée, elle envisage de tout quitter, mais sa rencontre avec Antoine, un écrivain valaisan installé à Paris, change sa trajectoire. Il l'emmène dans son chalet du Val de Bagnes. La montagne devient un refuge face à ses angoisses. Sylvie Bonin, autrice suisse explore avec sensibilité les fragilités humaines et les parcours de reconstruction.

**Sept jours avant la tombe** *Holly Jackson*
À la suite d'une violente agression, Jet Mason apprend qu'elle n'a plus que sept jours à vivre. Elle se lance dans une course contre la montre pour découvrir qui veut sa mort. Au fil de son enquête, elle met au jour des secrets bien enfouis et comprend que le danger est bien plus proche qu'elle ne l'imaginait. Un roman rempli de suspens, de secrets de famille et de rebondissements, impossible à lâcher.

**On n'est pas sortis de l'auberge**
*Cécile Dubuisson*
Comment le quotidien d'une famille se retrouve chamboulé par l'arrivée d'un enfant différent. Trois femmes courageuses, 3 générations pour une même famille qui traverse les épreuves. Un récit de vie fort, sincère, drôle et dur à la fois.

**Glissez une liseuse dans votre sac et emportez une bibliothèque avec vous.**
Sur une liseuse, une tablette, un smartphone ou un PC nous vous proposons des prêts gratuits de livres sur la plateforme e-bibliomedia à télécharger depuis chez vous.
Pour cela, il suffit de vous inscrire à la bibliothèque. Un mot de passe et une adresse-mail suffisent. Une liseuse peut être empruntée à la bibliothèque.
Bien sûr, nous sommes à votre disposition pour de plus amples informations.



### *À vos agendas*

***Nous serons en vacances durant deux semaines dès le 13 juillet.***
***Réouverture aux horaires habituels le mardi 28 juillet à 16h.***

**Coccicontes**
Avec Aline Gardaz De Louca, conteuse de la Roulotte des contes. Pour les enfants dès 18 mois accompagnés d'un adulte.
**24 septembre de 9h45 à 10h30**

*Plongeons en famille dans l'univers captivant des pirates. Embarquez pour des aventures pleines de défis, de cartes mystérieuses et de trésors à découvrir.*

### À L'ABORDAGE !




**Captain Flip**
Recrutez canonnière, perroquet, navigatrice, vigie, cuistot... Accumulez des pièces mais gare à l'explosion ! La pirate la plus riche gagnera la partie !
→ JEU DE RÉFLEXION ET DE STATÉGIE - DÈS 8 ANS

**La grande bataille**




Deux chasseurs d'or s'affrontent. Leur objectif ? Découvrir où sont cachés les trésors de l'autre ! Retrouvez le jeu de la bataille navale dans une revisite originale et superbement illustrée par Pauline Amelin !
→ DÈS 6 ANS

**Ma chasse au trésor**
Jeu de piste géant à faire et à refaire grâce aux nombreuses énigmes et devinettes
→ DÈS 6 ANS







**Parce que bouger c'est essentiel au bon développement des enfants, les jeux en extérieur sont le moyen idéal pour favoriser une activité régulière... le plaisir en plus !**
Un grand choix de jeux et de jouets pour profiter du beau temps vous attend à la ludothèque.

**Mölkky**
Devenez un adepte du Mölkky, ce jeu de plein air très populaire en Scandinavie. Combinant adresse, tactique et chance, le Mölkky est un jeu de lancer à pratiquer dans les parcs. Abattez habilement les quilles et marquez 50 points pour remporter la partie.

**Il fait beau, il fait chaud, la biblioludo sort les chapeaux !**
**La Fouly,** place de jeux
les 02.07 et 30.07 de 14h à 15h30
**Champex,** place de jeux
les 09.07 et 06.08 de 14h à 15h30
**Vendredi sur la Place** le 03.07

| | | |
|---|---|---|
| BIBLIO | Mardi | de 16 h à 18 h |
| | Mercredi | de 16 h à 19 h |
| | Jeudi | de 16 h à 18 h |
| | Samedi | de 19 h à 11 h |
| LUDO | Mardi | de 16 h à 18 h |
| | Mercredi | de 16 h à 19 h |
| | Jeudi | de 16 h à 18 h |

*Durant l'été la ludothèque est ouverte uniquement les mercredis de 16h à 19h*

# Structure SAF musique au CO ERVEO

**SAF… un acronyme bien connu des élèves du CO, qui évoque les skieurs revenant bronzés de leurs entraînements, les fondeurs qui remportent chaque année le cross, ou encore tous ces sportifs quittant les cours pour travailler leur condition physique. Mais on oublie souvent la lettre du milieu! La structure SAF – sport-art-formation – rassemble aussi une belle équipe de musiciens. Moins visibles que leurs camarades sportifs, ils représentent pourtant, selon les années, entre 15 % et 25 % des élèves SAF de notre école.**




Nous offrons à ces musiciens particulièrement talentueux la possibilité de disposer de davantage de temps pour développer leur art, ainsi que de participer à un projet collectif original. Individuellement, ils peuvent suivre leur cours d'instrument durant le temps scolaire et, si nécessaire, répéter seuls dans une salle mise à leur disposition. Ensemble, une fois par semaine, ils se retrouvent avec un musicien professionnel pour construire un projet renouvelé chaque année.

Sans être exhaustif, voici quelques projets menés ces dernières années:

- Cours d'improvisation avec Adeline Mélo de l'EJMA
- Concert chansons-accompagnement avec Yves Moulin
- Composition et enregistrement de musiques de courts-métrages avec Dany Rossier
- Concert multi-instruments avec Julien Pouget
- Concert autour d'Ibrahim Maalouf avec Julien Pouget

L'objectif est triple: jouer ensemble, explorer d'autres manières de faire de la musique et présenter le résultat en public. Nos musiciens viennent des fanfares et du conservatoire, ils ont donc l'habitude d'interpréter des partitions choisies par d'autres. Composer, improviser, jouer «dans le style de»: voilà une autre façon d'aborder la musique. Et lorsqu'il faut présenter tout cela devant ses camarades et ses enseignants, la zone de confort est largement dépassée.
Cette année, dix musiciennes et musiciens ont formé un sympathique groupe. À eux la parole!

*« C'est cool avec Julien Pouget, on apprend une nouvelle façon de faire de la musique! (AMÉLIE)*
*- Je peux progresser en musique, et après l'école j'ai plus de temps pour mes devoirs et me reposer. (TANIA)*
*- J'ai plus de temps le soir pour d'autres activités. Avec Julien, nous jouons d'autres musiques, avec d'autres musiciens. C'est inhabituel pour moi, mais j'aime bien! (NOÉMIE)*
*- Faire partie du SAF musique m'aide à progresser, j'ai plus de temps le soir et j'ai beaucoup de plaisir à faire de la musique différemment avec Julien! (ANAÉ)*
*- Comme je fais mes cours d'instrument pendant l'école, je suis plus libre le soir. J'aime aussi faire de la musique en groupe. (JULIEN) »*




Et pour les curieux, un petit saut sur le blog de l'ERVEO s'impose:
erveo.ch/musiques-de-film

*Matthieu Bender*
*coordinateur des musiciens SAF*

## FORMATIONS TERMINÉES
## Complément

*Dans le n° 4-2025, l'Administration communale félicitait toutes les personnes ayant terminé leur formation durant l'année 2025. Nous avons omis de mentionner:*

**UNIVERSITÉ DE LAUSANNE**
Master en psychologie:
**Pauline Laterza**

*Nous nous excusons pour cet oubli, la félicitons chaleureusement pour sa réussite et lui souhaitons plein succès pour la suite.*

*Retour en images sur « Coup de Bar », le spectacle des élèves de 3CO qui ont réalisé une performance pleine d'énergie et de talent !*



Photos: Thierry Villenet















# Les cent printemps d'Olga

**Chaque année, le printemps m'émerveille. Je ne me lasse pas d'observer la nature qui, malgré la rudesse de l'hiver, renaît et explose de vie. Et ce printemps n'a pas failli à ses promesses… J'ai eu le privilège de découvrir une fleur qui s'épanouit depuis cent ans, d'une beauté particulière, d'une force rare et d'un éclat exceptionnel. Laissez-moi vous raconter son histoire…**



Née le 30 avril 1926 à Verlonnaz, Olga est le deuxième enfant de Céline Lovey et Henri Michellod, après André de deux ans son aîné. En octobre 1931, la famille s'agrandit avec la naissance de Fernand. Mais le bonheur est de courte durée: Céline ne se remet pas de l'accouchement et meurt au début de l'année 1932, laissant derrière elle un mari et trois enfants dévastés. Olga n'a pas encore 6 ans.

Lorsqu'elle évoque sa maman, elle se rappelle encore avec tendresse: *«Quand elle m'embrassait, elle le faisait si fort que j'avais presque mal.»*

Anaïs, la grand-maman maternelle qui vit au rez-de-chaussée de la maison familiale, demande à sa fille Alphonsine de prendre soin de ses petits-enfants et de son beau-fils. Et c'est ainsi que Olga et ses deux frères grandissent entourés de leur papa et de leur tante, devenue belle-mère. De cette union naissent deux enfants: Rolande en 1938 qui décédera d'une pneumonie à 10 mois et Jean-Claude en 1939. La naissance de ce petit garçon est un immense bonheur pour la famille et tout particulièrement pour Olga qui s'en occupe beaucoup.

Financièrement, ce sont des années difficiles. Pour ramener un peu d'argent à la maison, Olga livre du lait dans les hôtels de Champex. Tous les jours, peu importe les conditions, elle porte une boille de 10 litres sur son dos, depuis Verlonnaz durant l'hiver et depuis Champex d'en Bas durant l'été.

Elle se rappelle encore de la délicatesse des hôteliers lorsqu'ils la voyaient arriver: *«Ils me servaient un café, m'enlevaient les souliers et me réchauffaient les pieds. Ils étaient vraiment tous très gentils. Et pour rentrer, des fois je prenais la lugette et je descendais par le chemin du Signal. J'avais rien peur.»* Non, Olga ne craignait rien: ni l'effort, ni le froid, ni la charge qui pesait sur son dos. Il fallait le faire et cela ne la dérangeait pas. *«Et puis, 10 litres, c'est pas lourd, tu vois!»*

De cette époque qui paraît aujourd'hui irréelle aux yeux de la jeunesse actuelle, elle se souvient en souriant: *«Au printemps, papa partait deux semaines à Fully pour s'occuper de la vigne. Durant ces 15 jours, je portais le lait à Chez-les-Reuses et mon oncle Emile prenait le relais jusqu'à Champex. Je faisais ensuite le chemin jusqu'à l'école ménagère à Orsières, en compagnie de mes enseignantes et je leur racontais un peu ma vie. Touchées par ce que je vivais, elles m'aidaient parfois à finir des coutures ou des tricots. Au début, les autres filles de l'école étaient un peu jalouses. Puis, lorsqu'elles ont compris pourquoi les enseignantes m'accordaient cette aide, elles ont fini par trouver que je le méritais bien.»*

Alphonsine a toujours traité sa belle-fille avec bonté, mais une mère demeure irremplaçable. La tendresse comme les confidences restent absentes de leur relation. Et tandis qu'Olga devient jeune femme, elle traverse les bouleversements de cette étape de vie en trouvant un appui précieux auprès d'une amie.

A 20 ans, lors du bal de carnaval, Olga tombe sous le charme de Clément Jordan, et réciproquement. C'est décidé, ils se marient au printemps. Seule ombre au tableau: Clément n'appartient pas au même parti politique. Olga s'en rappelle avec tendresse: *«Papa ne voyait pas ce mariage d'un bon œil. Il a réussi à le repousser à l'automne en prétextant que son vin serait prêt à ce moment-là.»* Bon gré mal gré, ils unissent leur vie et rachètent la maison des grands-parents de Clément à La Douay qu'ils entreprennent de rénover. Olga raconte: *«Je préparais le mortier… trois brouettes de sable, un sac de ciment partagé en trois portions. Quand Clément rentrait de sa journée de travail, je mouillais le mortier pour qu'il puisse se mettre directement à la tâche.»* Tous deux travaillent d'arrache-pied pour transformer le bâtiment qui va devenir leur foyer et accueillir leurs huit enfants dont trois mourront malheureusement à leur naissance.

Olga évoque ces années comme étant les plus belles de sa vie:

> *Le bonheur c'était quand les enfants étaient petits. La maison était pleine de bruit et de rires. Pleine de bêtises aussi!*

Elle se souvient avec une douce nostalgie des batailles de coussins qu'elle devait arbitrer.

Mais ce bonheur est brutalement ébranlé le 29 octobre 1959. Clément travaille sur un chemin agricole à La Douay. Il est tout juste titulaire

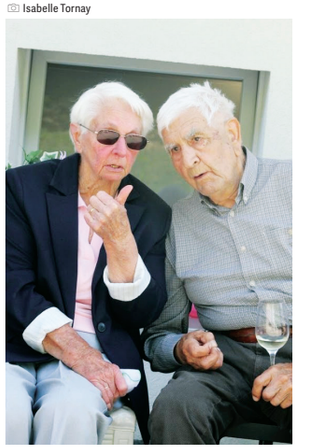
Valérie Meizoz



Hélène Jordan



Isabelle Tornay





*Maison de La Douay* PRISM Studio photo



*Visite du Conseiller d'Etat et du Président de la Commune chez Olga le jour de ses 100 ans*

PRISM Studio photo

du permis de chasse, au grand dam de son épouse. En manipulant son fusil, un coup part. Il y laisse sa vie, ses cinq enfants et sa femme qui se rappelle avec précision des derniers instants partagés avant le drame: «*Comme il ne travaillait pas très loin, il est venu faire sa pause de 10 heures à la maison. Il a encore joué avec Pierre-André, l'a pris sur son dos en marchant à quatre pattes.*»

Malgré la douleur, Olga tient bon. Elle élève ses enfants, s'occupe de la maison, travaille aux foins et aux fraises. Mais il lui faut de l'aide, une force et du réconfort, ce qu'elle trouve dans les bras d'André Copt, qu'elle épouse en 1961. Cette union suscite des commentaires malveillants dans la population, certains allant jusqu'à prédire qu'elle ne durerait pas plus de deux ans. Il est vrai qu'épouser une femme de 12 ans son aînée, veuve et mère de cinq enfants, n'a rien d'un chemin facile. Pourtant, André ne s'en inquiète pas et trouve naturellement sa place auprès d'Olga et de ses enfants. Ils ont ensuite la joie d'accueillir trois enfants, deux filles et un garçon qui décède peu après sa naissance.

Plus de soixante ans plus tard, tous deux sourient: «*Il faut laisser parler les gens. La plus grande leçon qu'on pouvait leur donner c'est que ça aille bien.*»

La vie d'Olga est jalonnée d'épreuves mais elle considère la plus douloureuse comme étant la mort de son fils Raphaël. En 1972, à 24 ans, il trouve accidentellement la mort lors d'une sortie en montagne, dans le secteur des Ecandilles. Cette tragédie laisse dans son cœur de maman une blessure profonde, toujours vive et inguérissable. Elle raconte aujourd'hui, les yeux encore plein de larmes: «*C'était vraiment affreux. La perte de mon mari a été terrible mais Raphy, c'était trop... j'étais découragée. Et puis, je me suis dit: je dois vivre pour les autres, je n'ai pas qu'un fils.*» A chaque réunion de famille, elle évoque ce fils parti trop tôt, si bien que ses petits-enfants et arrière-petits-enfants ont le sentiment de l'avoir connu. D'ailleurs, l'une de ses petites-filles est allée déposer une plaque commémorative sur les lieux du drame.

Puis la vie poursuit son cours. Olga travaille au café du Catogne à La Douay, à la laiterie d'Orsières et aux foins avec sa fille. Quelques années plus tard, le couple savoure la retraite en réalisant plusieurs voyages et en profitant de la vie, tout simplement.

Aujourd'hui, à cent printemps, Olga demeure fidèle à elle-même: un roc, une battante qui n'a jamais pris l'habitude de se plaindre. D'une force tranquille, elle continue d'avancer avec la même énergie discrète qui l'a toujours accompagnée. Pour entretenir sa forme, elle fait encore un peu de gymnastique à la maison. Elle garde aussi ses petits rituels bien à elle: ne manquer pour rien au monde son feuilleton quotidien, continuer à préparer de délicieuses tartes dont elle a le secret, et accueillir avec joie ceux qui passent la porte. Car sa maison est restée ce qu'elle a toujours été: un lieu ouvert, chaleureux et accueillant, où la famille se retrouve naturellement. Entourée des siens, elle savoure ces présences comme la plus belle des richesses.

Très ouverte et tolérante, elle regarde le monde d'aujourd'hui avec une certaine distance bienveillante: à ses yeux, on se complique souvent la vie pour peu de choses. Et si quelqu'un se plaint, elle rappelle avec son sourire tranquille: «*ça ira mieux demain...*» comme dans la chanson qu'elle aime fredonner.

Olga n'a pas de regrets. Les rêves d'autrefois ont laissé place à une forme de paix simple et profonde: celle d'une vie accomplie, pleinement vécue. Elle considère aujourd'hui avoir eu une belle existence, traversée de joies intenses et d'épreuves surmontées, avec une étonnante capacité à toujours se relever.

Optimiste et en bonne santé, elle avance encore, sereine, comme si chaque jour restait un cadeau de plus à accueillir.



*Voyage de classe au Maroc*





*Olga danse entourée de sa famille lors de la fête organisée pour son anniversaire*

Isabelle Tornay



Valérie Meizoz

*Il est des rencontres qui bousculent, qui marquent et qui suspendent le temps. Ma rencontre avec Olga a été de celles-là.*

*Merci, Olga, pour ton accueil chaleureux: je me suis sentie attendue et véritablement la bienvenue chez toi. Merci pour le partage de tes souvenirs, dans lesquels chaque scène reprend vie, portée par une multitude de détails précis, vivants et touchants dans leur justesse.*

*Merci pour ta lumière et ta simplicité, pour ta douceur autant que pour ta force, discrète mais indéniable. Une force qui traverse les épreuves sans jamais s'imposer, mais qui se devine dans chaque mot, chaque silence, chaque regard. Merci pour ton exemple, précieux et inspirant.*

*Justine Duay*

# CSI Haut-Entremont
## Plongée au cœur du Groupe GRIMP

**Le Groupe GRIMP du CSI - Groupe de Reconnaissance et d'Intervention en Milieu Périlleux - regroupe 16 pompiers spécialement entraînés pour intervenir là où le danger est le plus intense et l'accès le plus difficile. Des falaises vertigineuses aux chantiers accidentés, ces professionnels sont toujours prêts à se déployer pour secourir les victimes, même dans les situations les plus critiques.**

### PRINCIPALES MISSIONS

Les interventions du groupe GRIMP couvrent des situations délicates où chaque geste compte:

- Assistance lors d'accidents de la route dans des zones inaccessibles, incluant la pose de lignes de vie, l'acheminement des pompiers et du matériel, ainsi que la sécurisation du site
- Gestion des accidents sur les chantiers
- Sauvetage de personnes
- Toutes missions nécessitant un engagement particulier et des compétences techniques spécifiques
- Sauvetage sur les remontées mécaniques

### FORMATION

Afin d'être toujours opérationnels, les membres du GRIMP suivent cinq sessions de formation par an, incluant des entraînements conjoints avec le SRE 144 et le groupe GRIMP du CSI des Combins. A la tête du groupe, Raoul Crettenand assure la coordination et la supervision de chaque opération.

### GROUPE OSR11 : UNE SPÉCIALISATION DU GRIMP

Certains pompiers du GRIMP poursuivent leur spécialisation au sein du groupe OSR11, placé sous la supervision de l'OCVS. Dans notre région, le groupe est dirigé par Mathieu Simon (Chef) et Yann Terrettaz (remplaçant).

Composé de 20 sauveteurs - dont 8 pompiers du GRIMP du CSI Haut-Entremont et 12 guides de montagne - le groupe est mobilisé pour une vingtaine d'interventions chaque année.

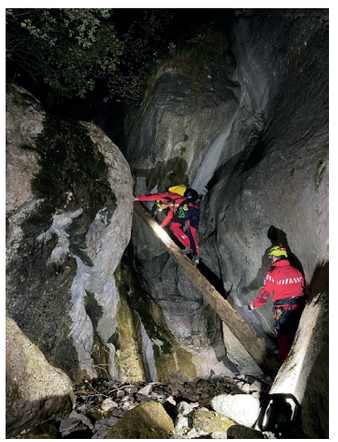
**Des missions qui défient les sommets:**

- Sauvetages en montagne et en moyenne montagne lorsque l'hélicoptère ne peux pas intervenir
- Recherche de personnes disparues
- Sauvetage lors d'avalanches

### L'EXIGENCE DE LA FORMATION

Intégrer l'OSR11 nécessite tout d'abord d'être membre du GRIMP, de maîtriser les techniques de secours en montagne été comme hiver, et de posséder une formation de base en premiers secours.
Le GRIMP et le groupe OSR11 illustrent l'excellence et l'engagement des pompiers face aux situations extrêmes. Grâce à leur formation rigoureuse, leur spécialisation technique et leur esprit d'équipe, ces professionnels assurent chaque jour la sécurité des personnes dans des conditions parfois périlleuses.









Certaines interventions du GRIMP se sont malheureusement terminées par des drames, notamment lors d'accidents d'avalanche ou de la route.
D'autres, en revanche, se sont terminées d'une belle manière. On peut notamment citer l'évacuation du télésiège à la Fouly, à la suite d'une panne survenue lors de la descente d'une vingtaine de personnes après une soirée raclette à la Bulle. Cette intervention a permis au GRIMP de mettre en application les techniques travaillées lors de ses entraînements annuels.
Une intervention qui a particulièrement marqué certains pompiers du GRIMP est celle de la Fenêtre d'Arpette. Une randonneuse polytraumatisée avait dû être redescendue jusqu'au relais d'Arpette à l'aide d'un TSL (brancard équipé d'une roue et deux poignées), comparable à une brouette.
L'opération, rendue difficile par le terrain, s'est poursuivie durant toute la nuit.
Le GRIMP pourra d'ailleurs en témoigner: le sentier de la Fenêtre d'Arpette n'est pas adapté aux brouettes!

*Raoul Crettenand*

# La Via Francigena : sur les traces des pèlerins d'Europe

**Depuis plus de mille ans, la Via Francigena relie le nord de l'Europe à Rome. Cet ancien chemin de pèlerinage, chargé d'histoire et de spiritualité, traverse des paysages variés, des plaines anglaises aux Alpes suisses, avant de rejoindre la Ville éternelle. Aujourd'hui encore, il attire marcheurs, pèlerins et amoureux du patrimoine, séduits par la richesse culturelle et humaine de cet itinéraire hors du temps.**

## UN CHEMIN HISTORIQUE AU CŒUR DE L'EUROPE

Rome est relié au nord de la France au Ier siècle de notre ère grâce à l'empereur Claude qui voulait conquérir la Grande-Bretagne. Ce tracé sert ensuite à la fois les armées et le commerce. En 990, l'archevêque de Canterbury Sigéric rentre de Rome où il a reçu le pallium des mains du pape Jean XV. Dans son journal, il décrit les 79 étapes de son parcours, offrant ainsi le premier témoignage précis de cette grande route médiévale.

Son voyage a servi de base à la mise en valeur de la Via Francigena à travers l'Europe. A la chute de l'empire romain, la voie des francs reste un des principaux passages alpins: marchands, soldats, têtes couronnées s'y succèdent. Dès 1300, elle devient un important itinéraire de pèlerinage européen. Le chemin des romieux comme on l'appelle parfois, connaît son heure de gloire vers les années 1300 et la proclamation des Années Saintes puis sa fréquentation diminue dès le XVIIe siècle. C'est en perspective du jubilé de l'an 2000 que l'itinéraire est remis au goût du jour.

*Au-delà de son héritage historique, la Via Francigena reste aujourd'hui un chemin vivant, entretenu par des passionnés, des associations et les communes traversées.*



Photos: Valérie Moulin



## LE SAMEDI DE QUASIMODO : UNE TRADITION VIVANTE

Au-delà de son héritage historique, la Via Francigena reste aujourd'hui un chemin vivant, entretenu par des passionnés, des associations et les communes traversées. En Valais, cette tradition se perpétue chaque année lors du « Samedi de Quasimodo », une journée d'inspection et de marche organisée depuis 1996 par les Compagnons de la Via Francigena et depuis 2024 par l'Association Suisse de la Via Francigena.

Le principe est symbolique: chaque année, une commune transmet un sceptre à la suivante, marquant ainsi la responsabilité collective de préserver et valoriser le chemin. Ce sceptre représente la continuité, la solidarité entre les villages et l'attachement à cette voie historique.

## LA TRANSMISSION DU SCEPTRE ENTRE SEMBRANCHER ET ORSIÈRES

Le samedi 11 avril 2026, la 30e édition du « Samedi de Quasimodo » s'est déroulée entre Sembrancher et Orsières. Le moment fort de cette marche conviviale et ouverte à tous a eu lieu au torrent de Pouta Revenne, où le Président de Sembrancher, Thierry Voutaz, a remis symboliquement le sceptre à Joachim Rausis. Ce geste marque la transmission de la responsabilité morale et patrimoniale du tronçon de la Via Francigena reliant les deux communes.

La marche s'est terminée à Orsières par un apéritif, dans un esprit de partage et de convivialité fidèle à l'esprit du pèlerinage. Bien plus qu'une simple randonnée, cette journée rappelle que la Via Francigena est avant tout une aventure humaine, où l'histoire, la nature et les rencontres continuent de se rejoindre au fil du chemin.

ORSIÈRES

# LES VENDREDIS SUR LA Place Centrale

**Pour la 4e édition, le comité de la Place Centrale se fait une joie de vous retrouver pour des moments d'amitié et de rencontres chaleureuses à partager tous ensemble, avec à l'honneur des animations pour les enfants toujours innovantes!**

- Horaires: chaque soirée de 17h à 22h sauf le 1er août: fin vers 1h
- Après 22h, MERCI DE CONTINUER LA FÊTE DANS NOS ÉTABLISSEMENTS PUBLICS
- **NOUVEAU: ATTENTION EN CAS DE PLUIE la soirée complète sera annulée. Vous serez averti le mercredi soir sur les réseaux sociaux. Merci de nous suivre!**




## PROGRAMME

**26 JUIN**
**FÊTE DE CLÔTURE DES ÉCOLES**

Dès 15h30: concert des enfants
Dès 16h: ouverture des bars et portions de frites
De 17h à 20h: atelier bricolage
**ANIMATION MUSICALE:** groupe live Pelco (19h)
**RESTAURATION:** Association Pro-forteresse

**3 JUILLET**
**SOIRÉE TRAMPOLINO GÉANT**

**Une soirée pleine de rebonds!**
Jeux avec la ludothèque Orsières
**ANIMATION MUSICALE:**
groupe live l'Orage du Val d'Aoste
**RESTAURATION:** Les Bouetsedons

**10 JUILLET**
**GRANDE SOIRÉE KARAOKÉ AVEC DJ LUDO**

**De nombreux lots à gagner**
**INSCRIVEZ-VOUS:** catégorie solo ou groupe
**RESTAURATION:** Classe 1996 et 2001

**24 JUILLET**
**SOIRÉE MOUSSE**

**Châteaux gonflables avec eau**
**ANIMATION MUSICALE:** DJ Ludo
**RESTAURATION:** Fanfare Edelweiss

**SAMEDI 1er AOÛT**
**FÊTE NATIONALE**

**Châteaux gonflables**
Atelier création de lampions
Fanfare de rue Power Alps
**ANIMATION MUSICALE:**
Groupe live Pytom
**RESTAURATION:**
Comité du Clocher

**7 AOÛT**
**ANIMATIONS AVEC LES POMPIERS**

Atelier bricolage
**ANIMATION MUSICALE:** groupe live Bonny B
**RESTAURATION:** JAC (jeunesse active de la Côte)

**14 AOÛT**
**SOIRÉE VILLAGEOISE**

**Concert du camp musical**
Atelier bricolage
**ANIMATION MUSICALE:** groupe live As'terasse
**RESTAURATION:** Fanfare Echo d'Orny

> *Nous sommes impatients de vous voir nombreux, en famille, entre amis ou même en solo, pour faire vivre le cœur de notre village et partager de magnifiques moments en votre compagnie.*

Infos et programme détaillé:
**www.saint-bernard.ch/agenda**

Suivez les nfos sur les réseaux sociaux.
**Animations Place Centrale**
**les_vendredis_sur_la_place**



# Calendriers des manifestations

## → juillet

**DU VE 10 AU DI 12**
### TRAIL VERBIER ST-BERNARD
UTMB
- La Fouly
- verbier.utmb.world/fr

**VE 17-SA 18**
### TOURNOI POPULAIRE
FC ORSIÈRES
- Orsières - Stade de la Proz
- www.fc-orsieres.ch

**DI 26**
### MARCHÉ DU TERROIR
PAYS DU ST-BERNARD
- Champex-Lac
- www.champex.net

**VE 31**
### FÊTE NATIONALE
- Praz-de-Fort

## → août

**ME 12**
### FÊTE ANNUELLE DU BX MAURICE TORNAY
ASSOCIATION DES AMIS DU BX MAURICE TORNAY
- La Rosière-Orsières
- 7h-12h
- www.bienheureux mauricetornay.ch

**SA 15**
### ASSOMPTION
PAROISSE D'ORSIÈRES
- Ferret - Chapelle
- 11h
- www.paroisses-entremont.ch

**DU DI 16 AU SA 22**
### TOURNOI POPULAIRE
TENNIS CLUB ORSIÈRES
- Orsières Courts et buvette du TCO
- www.tcorsieres.ch

**DI 23**
### RENCONTRE DE MODÉLISME NAVAL
AQUA MODELS CLUB
- Champex-Lac
- www.aquamodels.net

**DU LU 24 AU DI 30**
### UTMB / OCC
UTMB
- Orsières | Champex-Lac | La Fouly
- montblanc.utmb.world/fr

## → septembre

**SA 5-DI 6**
### BRUNCH SUR TÉLÉSIÈGE
PALP FESTIVAL
- Champex-Lac - La Breya
- www.palpfestival.ch

**SA 19**
### DÉSALPE
SKI-CLUB CHAMPEX-FERRET
- La Fouly
- www.la-desalpe.ch

**SA 26**
### VERTIC'ALP
SKI-CLUB REPPAZ/GD-ST-BERNARD
- Reppaz - Grenier de Moay
- www.screppaz.ch



# Animations estivales

Pays du St-Bernard
www.saint-bernard.ch

**LU**
**13-20-27 JUILLET**
**3-10 AOÛT**
### VISITE DE LA LAITERIE ET DÉGUSTATION DE FROMAGES
- Orsières - Laiterie
- 9h30-11h

**MA**
**14-21-28 JUILLET**
**4-11 AOÛT**
### ATELIER DE CRÉATION DE TISANE
- Champex-Lac Jardin botanique alpin Flore Alpe
- 9h30-11h30

**ME**
**15-22-29 JUILLET**
**5-12 AOÛT**
### INITIATION AU MUR DE GRIMPE
- La Fouly - mur de grimpe
- 9h-12h
- Enfants dès 5 ans accompagnés d'un adulte pour l'assurage
  CHF 20.-/personne

**ME**
**15-22 JUILLET**
**12 AOÛT**
### BALADES À CHEVAL
- Champex-Lac Parking du Revers
- 9h-12h (départ chaque 30 min.)
- CHF 30.-/adulte
  CHF 20.-/enfant
  Informations: 078 736 13 23

**VE**
**17-24-31 JUILLET**
**7-14 AOÛT**
### IRTAG
- La Fouly - mur de grimpe
- 14h-16h
- CHF 20.-/personne (enfant dès 7 ans)

**VE**
**17-24-31 JUILLET**
**7-14 AOÛT**
### BALADE BOTANIQUE À LA DÉCOUVERTE DES PLANTES MÉDICINALES
AVEC LE PR. HOSTETTMANN
- Champex-Lac
- 9h-11h

**SA 18-25 JUILLET**
**SA 1ER AOÛT**
**DI 16 AOÛT**
### BALADES À CHEVAL
- La Fouly Parking à l'entrée de la station
- 9h-12h
- CHF 30.-/adulte
  CHF 20.-/enfant
  Informations: 078 736 13 23

**LU 20 JUILLET**
**MA 21 JUILLET-11 AOÛT**
### BALADE CONTÉE: LA POTION PRODIGIEUSE
- Champex-Lac Office du tourisme
- 14h-16h30
- La Fouly - Office du tourisme
- 14h-16h30
- Âge: de 5 à 10 ans
  CHF 10.-/enfant

**LU 27 JUILLET**
**MA 28 JUILLET**
### JEU D'AVENTURE THÉMATIQUE: KOH LANTA
- Champex-Lac Office du tourisme
- 14h-16h30
- La Fouly - Office du tourisme
- 14h-16h30
- Âge: de 7 à 12 ans
  CHF 10.-/enfant

**MA**
**11-18 AOÛT**
### INITIATION À LA PÊCHE
- Champex-Lac
- 9h-12h
- CHF 22.-/personne
  Informations: 079 351 10 83

**INFOS ET INSCRIPTIONS:**
www.saint-bernard.ch

# Programme des activités du Club Seniors
## pour les mois de juillet, août et septembre

CLUB SENIORS ORSIÈRES

## Envie de rencontres ?

### REPAS ENSEMBLE
**Samedis 26 septembre**
Dès 11h30
Dans un établissement public de la commune, selon un tournus
Participation : Fr. 25.-/personne boissons prises en charge par le Club
Inscriptions : Françoise Gabioud Pouget
→ mardi soir qui précède le repas

### JEUX DE CARTES - JASS
**Lundi après-midi** au Café de Somlaproz
**Jeudi après-midi** au Café d'Issert
**Jeudi après-midi** à la salle sous la cure (dans le cadre de pro senectute)
dès 13h30

- Programme sujet à d'éventuelles modifications
- Ouvert aux 60+, sans inscription préalable, sauf précision contraire
- Stretching et gym tonique : 2 cours d'affilée - possibilité de n'en suivre qu'un - cours d'essai gratuit - tarifs avantageux
- La participation à une sortie se fait sous la seule responsabilité du/de la participant(e)
- Cotisation annuelle de Fr. 30.- pour être membre du Club Seniors Orsières (IBAN CH74 8080 8001 9845 3321 8 - Banque Raiffeisen Entremont)
- La caisse du Club participe d'une manière ou d'une autre aux frais des activités proposées

## Envie de bouger ?

Pratiquer régulièrement une activité physique est bénéfique pour la santé et le moral. Bouger permet de rester en forme et de maintenir son autonomie le plus longtemps possible.

### STRETCHING ET GYM TONIQUE
**Tous les mardis de l'année**
de à 9h à 11h
Fitness Olympia, Sembrancher
Rdv 8h30 au parking près du cimetière ou 9h sur place
*Venez découvrir un sympathique centre de fitness et faire un essai gratuit. Vous pouvez rejoindre les cours n'importe quand dans l'année.*

### BALADES DOUCES
#### SUR LES SENTIERS DE NOTRE RÉGION
**Tous les vendredis après-midi de l'année**
Rdv 13h30 au parking près du cimetière
*Envie de marcher ensemble, de recommencer à marcher, après ou malgré des problèmes de santé, de retrouver la confiance en ses capacités de mobilité, au sein de petits groupes adaptés à votre niveau ; goûter/verrée à la clé.*

*Et n'oubliez pas notre slogan :*
*Vieillir ? Même Pas Peur !*

## Envie de découvertes ?

### VISITE DE L'EXPOSITION D'ART CONTEMPORAIN, EN PLEIN AIR
### BEX ARTS
**Jeudi 23 juillet**
Rdv 9h30 à la gare
Inscriptions auprès de Véronique Thétaz,
→ 20 juillet

### DÉCOUVERTE DU VÉLO ÉLECTRIQUE
**Lundi 17 août**
Rdv 14h devant le magasin Stéphane Piatti
Présentation : Pascal Boisset, Stéphane Michellod et Stéphane Piatti
Inscriptions auprès de Véronique Thétaz
→ 14 août
*Jamais fait de vélo ? Pourquoi ne pas essayer avec les conseils d'experts-seniors ?*

### INITIATION À LA PÊCHE
#### CHAMPEX-LAC
**Vendredi 21 août**
Rdv 9h30 à la gare ou 10h au bord du Lac
Au programme : pêche à la ligne, apéro et repas les pieds dans l'eau
Prix : Fr. 15.-/pers.
Inscriptions auprès de Véronique Thétaz,
→ 16 août



## Et d'autres envies ?

### ATELIER TRICOTAGE-BAVARDAGE
**Mardi 15 septembre**
14h à 17h
Orsières, 400 Coups

*... et les vôtres... ?*

**Véronique Thétaz, prés.** 079 664 30 44
**Michel Maillard, vice-prés.** 079 673 59 58

▸ BALADES DOUCES ACCOMPAGNÉES
**Bernadette Murisier Volluz** 079 599 47 55
**Georgette Tissières** 079 776 58 47

▸ GYM DOUCE
**Michèle Steiner** 079 699 03 20

▸ GYM TONIQUE
**Véronique Thétaz** 079 664 30 44

▸ CARTES
**Séraphin Davoli** 079 856 15 57
**Claire-Lise Paccozzi** 079 393 42 27

▸ ATELIER-TRICOT
**Anne-Lise Bérard** 076 443 27 20

▸ ATELIER-CUISINE
**Véronique Thétaz** 079 664 30 44

▸ REPAS ENSEMBLE
**Françoise Gabioud** 079 943 18 14
**Roger Rossier** 079 211 95 23

# Orsières Rétro

*Le Commandant en Chef*
*de l'Armée*

Quartier Général de l'Armée,
le 7 août 1945.

Monsieur Paul Langer,
Tsé-Nô,

La Fouly (Valais)

Cher Monsieur,

J'ai bien reçu votre lettre par laquelle vous me transmettez l'adresse que le Comité d'organisation de la fête du Premier Août vous a chargé de me faire parvenir.

Je suis très sensible à ce témoignage émanant de toute la population du Val Ferret. Les nobles sentiments exprimés me touchent d'autant plus que je sens qu'ils s'adressent, à travers ma personne, à l'Armée suisse tout entière.

A mon tour, je vous prie de faire part à la population de votre région de mes voeux très cordiaux et croyez, cher Monsieur, à mes sentiments les meilleurs.

Votre Général :

*Document exceptionnel trouvé dans nos archives, ou quand une petite histoire s'incruste dans la Grande : une lettre originale du Général Guisan datée du 7 août 1945 - le lendemain du bombardement nucléaire d'Hiroshima par les Américains et 2 jours avant celui de Nagazaki - dans laquelle il remercie un résident de la Fouly pour le courrier reçu à l'occasion de la Fête Nationale.*