ENGAGEMENT CITOYEN

Tandem, un lien entre les habitant-e-s de la commune de Conthey...

P.8

T'ES DE CONTHEY

Découvrez le Karaté-Club Conthey, on y pratique le Karaté d'Okinawa de style Shorin-Ryu!

P.12

GRAND CONCOURS

Retrouvez les résultats du concours **« Journée du Patrimoine Contheysan»**

P.13

BONJOUR CONTHEY

Edition N°3 - septembre 2020

BREAKING
NEWS

«BONJOUR CONTHEY»

Vers un comité de personnes relais ???

Les retours de la population contheysanne autour du journal «Bonjour Conthey» sont très positifs et apportent une grande satisfaction de part et d'autre. Afin de continuer à enrichir ce projet en 2021, un comité de personnes relais composé de citoyens·nes contheysans·nes sera réuni. L'objectif est simple et vise à développer le réseau de contributeurs·trices en articles locaux, à travers votre regard.

Vous aimez votre Commune et vous vous sentez motivé à collaborer pour un journal local ? Contactez-nous sans plus attendre à bruno@conthact.ch ou par téléphone au 027 565 17 27

CULTURE

Conthey Show à la salle polyvalente se prépare à rouvrir ses portes au public, avec un programme varié et divertissant. L'une des nouveautés de la rentrée de cet automne, c'est une formule inédite qui a été réfléchie spécialement pour les aînés !

ContheyShow
spectacles et concerts

P.17

LE MAG : MA PETITE ENTREPRISE A CONNU CETTE CRISE

Même si cette crise n'est pas définitivement derrière nous, nous avons voulu savoir comment certains entrepreneurs ont vécu cette situation difficile et connaître leurs perspectives pour l'avenir. Partons à la rencontre de 6 commerçants contheysans.

P.4-5

INFORMATIONS CORONAVIRUS

Retrouvez les informations utiles sur :

www.conthey.ch

Le site est mis à jour régulièrement

COMMUNE DE Conthey
VALAIS • SUISSE

Route de Savoie 54
1975 St-Séverin

Tél. : 027 345 45 45

T'es parti où en vacances ???

Vous l'aurez probablement constaté, tout comme ce virus qui semble encore nous donner tant de fil à retordre, notre été se sera montré plutôt atypique. Cette maladie n'affecte pas uniquement l'organisme humain, elle transforme l'ensemble de nos habitudes, nos activités sociales et profite d'une présence médiatique plutôt envahissante. On ne s'étonnera donc pas de son influence sur nos coutumes estivales.

Avec l'annulation des vacances familiales à l'étranger et peut-être un besoin de ne pas prendre de risques inutiles, beaucoup d'entre nous auront choisi de rester dans notre remarquable pays durant les beaux jours. Nous avons tout simplement pris d'assaut notre patrimoine naturel, culturel et touristique.

Le Valais n'est pas à plaindre. Au bénéfice d'une proximité appréciable avec la nature, il nous comble de bonheur par ses mayens, ses randonnées en montagne, ses restaurants, sa gastronomie, ses produits locaux, ses bistrots, ses grillades au jardin, son vignoble, sa culture et sa convivialité. Autant d'éléments qui ont probablement encouragé les citoyens à décompresser au calme et en toute simplicité.

Pour ma part, depuis une dizaine d'années, je m'installe en famille à Palagnedra dans le Centovalli tessinois. Un village d'une centaine d'habitants où il fait bon s'isoler. Une position stratégique de repli où j'ai tout de même réussi à croiser notre Conseiller Fédéral : Alain Berset. J'imagine que lui aussi avait besoin de décrocher avant son discours du 1er août à Bellinzone.

Tout comme notre Federer national, une bonne partie de la population a cherché à pratiquer un tourisme patriotique. En souhaitant refaire connaissance avec la Suisse, nous nous sommes protégés en soutenant l'économie locale et c'est plutôt une bonne chose en ces temps incertains.

Il n'en reste pas moins que par certains aspects, le touriste peut se transformer en un être peu fréquentable. Il s'aglutine en masse et parfois avec maladresse dans des espaces trop restreints pour s'épanouir convenablement dans une distanciation sociale. Il peut aussi laisser derrière lui tout un inventaire de déchets, oubliant sa conscience écologique et souillant par la même occasion cette nature qui nous fait tant de bien.

Et pourtant… Depuis le confinement, certains d'entre vous rêvent secrètement d'un monde plus en phase avec certaines valeurs et notre condition d'animal « rationnel » inscrit dans un écosystème. L'utopie d'une société qui change en pleine conscience de ses problèmes et cela sous l'emprise d'une menace collective. Chassez le naturel, il reviendra au galop… Mais cette fois avec un masque sur le museau !!!

Il faut néanmoins raison garder et nous savons tous que nous avons besoin de liens sociaux pour nous épanouir. Même si aujourd'hui nous sommes astreints à des règles sanitaires plus ou moins contraignantes, nous parlons tout de même d'une reprise de nos activités sous certaines conditions.

C'est donc avec un esprit joyeux, visant à recréer des liens, que Conth'Act est parti à la rencontre de la population contheysanne au mois de juillet. Au moyen d'un bus équipé et d'un protocole sanitaire, nous avons organisé plusieurs activités intergénérationnelles au grand air. À travers le cinéma, le bricolage, le jeu, la musique, le théâtre, le jardinage, les échanges et la rencontre, nous avons accroché des sourires et retrouvé des émotions positives en groupe. Un relâchement bienvenu qu'il nous faudra encore apprivoiser ces prochains mois avec responsabilité. Et comme c'est déjà la fin des vacances, je tiens encore à vous souhaiter, une belle reprise !!!

CONTH'ACT
Bruno Brasil
Animateur Responsable

Nous tenons à remercier toutes les personnes qui se sont investies dans la création et la bonne marche de cette troisième édition de Bonjour Conthey.

Conception graphique : impact'com sàrl ¦ Impression : imprimerie de la Morge

ÉDITORIAL

Pérennité…

Voici déjà la troisième édition de « Bonjour Conthey » fait par les Contheysans, pour les Contheysans.

Qui aurait dit que cette initiative, lancée au plus fort de la crise du COVID-19, lorsque le confinement était imposé à la population suisse, privant ainsi les familles, les amis, les collègues de travail d'un contact ô combien important, du moins l'avons-nous constaté alors, aurait toujours autant de succès.

La deuxième édition, tout aussi variée quant à la teneur de ses articles, la diversité de ses auteurs et des sujets abordés, a vu le jour alors que, la situation sanitaire allant en s'améliorant, les restrictions ont été allégées. Puis vint la période estivale, laquelle devait nous permettre de profiter de quelques jours de détente bienvenus, de respirer un air différent, de renouer le contact avec les personnes perdues de vue depuis plusieurs mois. Nos élans voyageurs ont cependant été stoppés par les craintes liées à une quarantaine qui nous serait imposée au retour d'un pays considéré comme à risque. Si cette nouvelle situation a contraint certains à changer leurs plans, cela a eu le mérite de permettre aux vacanciers de découvrir ou de redécouvrir notre beau pays. A voir les publications sur les différents réseaux sociaux, il apparaît que certains coins ont été bien visités par les citoyens contheysans qui sont sûrement devenus incollables en géographie et en histoire suisse.

On dit parfois que la nature et les animaux sont capables de s'adapter à un nouvel environnement, aux changements climatiques. Je constate que l'Homme est également capable de faire face à de nouvelles contraintes. Il prouve que, malgré le confinement, l'absence de gestes d'amitié, d'affection, l'apprentissage de la distanciation sociale, le renoncement aux sorties, aux manifestations, aux entraînements, aux répétitions, l'entraide, la solidarité, le partage ne sont pas devenus que des vœux pieux mais qu'ils sont encore bien présents en lui..

Au-delà des craintes liées aux annonces régulières de l'OFSP, en lisant vos articles qui reflètent vos impressions, vos craintes, vos espoirs, j'ai envie de vous dire, chères concitoyennes, chers concitoyens combien je suis fière de votre engagement pour ce journal. Je vous adresse un grand MERCI. Merci de nous permettre de prendre de vos nouvelles, de faire votre connaissance au travers de vos diversités, de partager vos émotions, de créer un lien entre nous.

Nul ne sait quelles restrictions nous serons imposées ni jusqu'à quand elles vont durer. A entendre le nombre d'avis différents sur le sujet, il devient difficile de savoir à qui se fier, quelle théorie croire, quelle voie suivre. Faut-il faire partie des « prudents » qui s'imposent des règles strictes même si elles sont au dépens de leur qualité de vie, des « cools » qui pensent plutôt que les recommandations sont surfaites et que le virus c'est pour les autres ou enfin des adeptes du Carpe diem en vivant le jour présent ? Quelle que soit la position que l'on adopte, nous devons et devrons traverser cette période et certainement modifier certaines de nos habitudes.

J'ose un souhait ! Que ce bel élan né avec le lancement de « Bonjour Conthey » ne faiblisse pas et qu'il perdure au-delà de cette situation particulière que nous vivons maintenant depuis plusieurs mois. Pour quelle raison, cette belle expérience devrait-elle s'arrêter le jour où la situation reviendra à la normale ? Au contraire, ce lien né dans l'adversité doit perdurer, doit devenir un rendez-vous attendu tant des auteurs, que des lecteurs, afin de refléter l'humeur du moment, y compris les situations joyeuses, les belles expériences, les amitiés, les réussites.
C'est aussi ça la vie à Conthey.

Bonne lecture à tous !

Pour le Conseil Municipal :
Laurence Roh
Conseillère municipale
Constructions, Aménagement du territoire

Même si cette crise n'est pas définitivement derrière nous, nous avons voulu savoir comment certains entrepreneurs ont vécu cette situation difficile et connaître leurs perspectives pour l'avenir.

Le Mag'Aven et la tourmente de la pandémie

En ce début d'année 2020, notre Mag'Aven passe des jours presque trop tranquilles. Survivra-t-il à la grande distribution ?

En février les actualités ne sont pas réjouissantes avec cette épidémie de Covid-19. Les cas enregistrés en Suisse augmentent. À la mi-mars, la décision du Conseil fédéral tombe : le confinement est annoncé. Il chamboule la vie de tous, y compris notre routine au Mag.

Tout de suite, nous mettons en place un service de livraisons à domicile et pratiquons les mesures d'hygiène sanitaires nécessaires. L'augmentation de clients implique une modification de notre stock. La patience et la compréhension de tous ont contribué au bon déroulement de ces semaines extraordinaires.

La date du déconfinement est annoncée. Et cette fois la question se pose : la liberté retrouvée, serons-nous oubliés par nos clients ? Après quelques semaines, nous constatons que la clientèle est restée fidèle. Avec toutefois de nouvelles habitudes : venir moins souvent et acheter pour plusieurs jours ce qui nécessite de nouvelles adaptations de commandes.

La mise en place par la Commune des bons Conthey19 nous est aussi d'une aide précieuse ; pour rappel, l'achat de ces bons est toujours possible. Finalement le chamboulement de ce début 2020 nous prouve notre capacité d'adaptation et de solidarité. Par ce message je tiens à remercier ma collègue Yolande, les bénévoles et notre clientèle. Et n'oubliez pas : j'achète malin, j'achète au Mag'Aven !!!

Claude Sauthier, Gérante

Erde et sa « Boucherie des Alpes »

Si vous avez déjà pris la route de Derborence et du Sanetsch, il n'est pas impossible que vous ayez pu apercevoir notre boucherie. On y trouve tout un assortiment de produits locaux allant de la viande fraîche mûrie sur l'os, aux spécialités artisanales valaisannes. De l'entrée au dessert, il est possible de trouver son bonheur à la « Boucherie des Alpes ».

Notre commerce étant implanté à Erde, il est clair que l'essentiel de notre clientèle se situe sur les hauts de Conthey. Avec cette crise sanitaire et le confinement, nous avons pu compter sur les habitants des villages. L'annulation des manifestations, des banquets et autres lotos portent un coup dur à notre secteur d'activités. Grâce au précieux soutien de notre fidèle clientèle, conjugué à celui de la Commune de Conthey par local19, les effets ont été sensiblement atténués.

Pour l'heure, il reste difficile d'évaluer concrètement l'impact économique de cette crise sur notre commerce. Les vacances d'été aux Mayens de Conthey favorisent aussi une consommation locale de nos produits et il s'agit clairement d'une opportunité économique à saisir. Le dernier trimestre de l'année fera probablement la différence sur la balance.

Je tiens encore à remercier les clients qui soutiennent notre entreprise depuis plus de 20 ans. Il s'agit d'un soutien non négligeable en cette période de crise. Et pour ceux qui ne nous connaissent pas encore, vous êtes les bienvenus chez nous.

Philippe Thiessoz, Boucher

Restaurant « Le Grand Bleu » à Plan-Conthey

Pour les personnes qui ne connaissent pas encore ce restaurant, il est tout à fait possible d'imaginer qu'à travers son nom, également utilisé par le film culte de Luc Besson, on porte une référence particulière à la méditerranée.

Ouvert depuis 20 ans, le chef de cuisine et propriétaire Giannis Kalandranis propose ses spécialités culinaires empreintes de cette identité.

Depuis le début de la crise en mars 2020 et jusqu'à aujourd'hui, son restaurant et son service traiteur « Cuisine Evasion » ont perdu 90% des banquets prévus. Heureusement que sa clientèle locale est restée fidèle au rendez-vous. En effet, dès l'ouverture du restaurant le 11 mai, le retour de ses clients a permis de compenser en partie la perte du service traiteur.

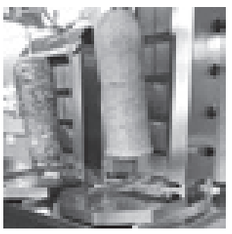
« J'ai senti que les gens avaient besoin de ressortir en respectant toutefois les consignes et les règles d'hygiène imposées par l'OFSP. J'ai fait de mon mieux pour contenter mes clients et j'espère aussi fidéliser les nouveaux. ».

Il reste optimiste pour le futur car il voit que les bonnes décisions ont été prises et que les entreprises sérieuses vont probablement survivre à cette période délicate.

Giannis Kalandranis, Chef cuisinier

MA PETITE ENTREPRISE A CONNU CETTE CRISE

Jet Pizza Kebab à Châteauneuf



Dès la décision de fermeture du Conseil Fédéral, on prend conscience qu'on va vivre une situation exceptionnelle. Comme tout le monde, on est dominé par la peur et le doute. On est inondé d'informations et il était assez difficile d'y voir clair dans ce brouillard.

Au bout de quelques temps, la vie reprend le dessus. On parle de nous les indépendants, de l'économie, de la crise et de la faillite qui guette les PME. Toutes les manifestations importantes pour notre secteur d'activités sont annulées (notamment la Foire du Valais).

Heureusement, l'État intervient. Il prend nos employés en charge, nous aide financièrement et nous autorise à rouvrir au mois d'avril.

C'est vrai… Ce n'est pas comme avant. Le virus a chamboulé nos habitudes. Mais malgré tout, on garde l'espoir pour un retour à la normale de nos affaires.

Mehmet Kaya, Patron

Discovery Voyage à Châteauneuf

La branche du voyage est certainement l'une des plus impactée par la crise du coronavirus. Dès la mi-mars, les frontières se sont fermées rapidement et les liaisons aériennes internationales coupées dans la foulée. Nous ne pouvions plus vendre de voyages. La fermeture de l'agence exigée par le Conseil Fédéral n'a évidemment pas amélioré la situation.

Par contre, pas de répit pour nous, il a fallu organiser le rapatriement de dizaines de clients bloqués à l'étranger. Cela fait partie du précieux service après-vente offert par Discovery Voyages.

Nous avons malheureusement été contraints d'annuler des dizaines de voyages prévus cette année. Nombre de familles furent très déçues de voir leur projet de vacances tomber à l'eau, dès la fin des écoles.

Durant cet été, nous avons tout mis en œuvre pour permettre à nos fidèles clients de partir en France, Grèce, Turquie, Tunisie, Majorque et dans les destinations à nouveau disponibles. Cela constitue environ 15% du volume d'un été habituel.

Notre avenir dépendra surtout du soutien et de la solidarité de la population contheysanne. Pensez donc à Discovery Voyages plutôt que de vous précipiter sur internet. Nous assurons un conseil professionnel et un service personnalisé précieux dans cette période d'incertitude. Nous nous réjouissons de vous accueillir dans notre agence !

Isabelle Anchel et Dominique Evéquoz, Associés

Au salon de coiffure « Les Mots d'Elle » à Châteauneuf

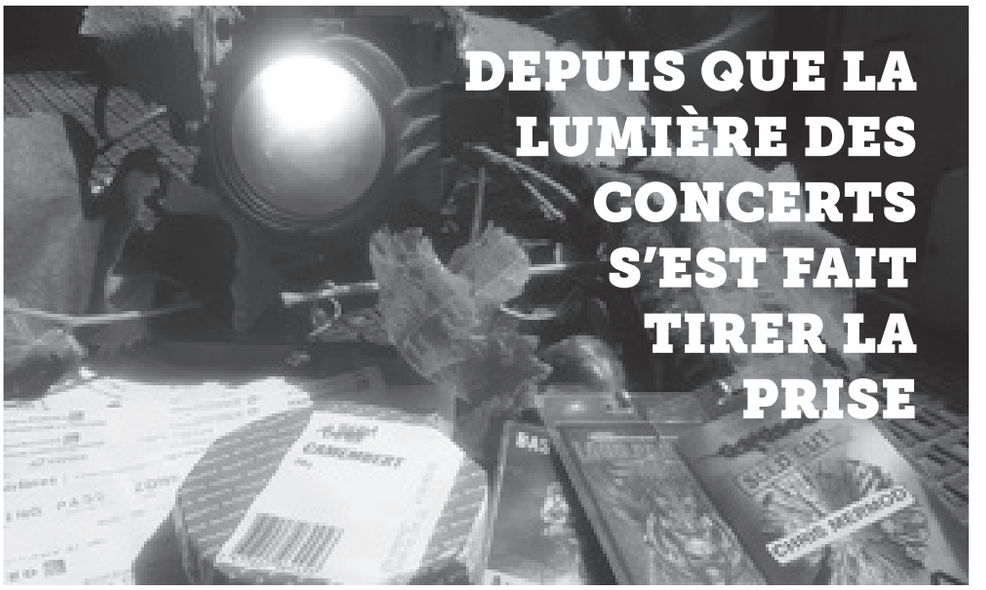
Lorsque les autorités nous ont imposé la fermeture des salons de coiffure, j'avais déjà pris la décision, avec toute mon équipe, de fermer mon salon depuis quelques temps. Cette annonce du conseil fédéral m'a soulagé car elle signifiait que j'aurais les aides nécessaires à la survie de mon entreprise.

Dès lors, je pouvais me consacrer à des activités qui sont le quotidien des chefs d'entreprise mais qui sont souvent laissées de côté faute de temps : refonte de mon site internet, nouveaux concepts publicitaires, etc… mais aussi renvoi des formulaires de RHT et de prêt COVID, réévaluation du plan de sécurité de l'entreprise avec la mise à jour COVID. Bref, le travail n'a pas manqué.

Lorsque l'on nous a annoncé la possibilité de rouvrir mon commerce, il a fallu rappeler tous les clients qui avaient un rendez-vous planifié pendant la fermeture pour les replacer en priorité. Puis nous avons ouvert notre ligne pour tous les autres. Ce fut l'affluence d'un mois de décembre et, malgré les contraintes sanitaires, nous avons essayé de satisfaire tout le monde.

Depuis, notre activité est retournée à la normale en comparaison des années précédentes. Bien sûr qu'une certaine incertitude règne depuis quant à la situation économique globale et nous espérons vivement que les choses reviendront à la normale « aussi vite que possible… aussi lentement que nécessaire. » Et n'oubliez pas que si vous rendez visite à votre coiffeur vous devez être masqué ! Protégeons-nous !

François Evéquoz, Propriétaire



DEPUIS QUE LA LUMIÈRE DES CONCERTS S'EST FAIT TIRER LA PRISE

Je m'appelle Christophe Mermod et avec mon épouse Lena Mishchuk, nous sommes éclairagistes. Il s'agit de l'un des nombreux métiers que l'on peut classer dans la catégorie : « Technique du spectacle ». Ce secteur est principalement composé d'indépendants pour qui les mandats se négocient des mois à l'avance et parfois au jour le jour.

Ce travail… C'est une passion… Quelque chose qui demande tout de même de se lever à 4 heures du matin. Quand on aime, on ne compte pas ses heures. Il faut monter dans un train qui nous amène dans un aéroport, pour ensuite prendre deux à trois vols, voyager à des milliers de kilomètres, passer des postes frontières aux douaniers plus ou moins sympathiques, sauter dans un bus pour rejoindre un hôtel au milieu de la nuit, se réveiller au petit matin pour préparer un concert qui va durer un peu plus d'une heure et refaire le chemin inverse pour rentrer en Suisse le lendemain. Il s'agit d'un travail éprouvant et intense, mais riche en expériences humaines et culturelles.

Avec l'arrivée de la Covid-19 et l'annulation des événements culturels à l'échelle mondiale, c'est dans le pays de Mickey et Donald que tout s'est arrêté pour moi. Je venais de commencer une tournée de 40 jours qui s'est annulée au bout de deux semaines. Cela a tout de même permis au groupe qui m'employait de couvrir mes frais de déplacement et un salaire de 2'000.00 CHF. Depuis le début de cette crise, c'est l'unique rentrée d'argent pour cette année que j'ai pu percevoir dans mon domaine professionnel.

Conscient de mon statut d'indépendant, je ne m'attendais à aucune aide spécifique. Nous avons finalement été surpris de recevoir un soutien cantonal de la part de la Caisse de compensation. Un montant de 19.00 CHF par jour très appréciable, mais insuffisant pour couvrir nos coûts mensuels et les factures en cours.

Dans cette situation difficile, nous avons heureusement pu compter sur mes parents et sur des personnes sympathiques tel que M. Gabriel Delaloye, Patron de la « Cave Des Rives du Bisse » à Ardon. En effet, ce dernier nous a donné l'opportunité d'apprendre le travail de la vigne et de déguster ses excellents vins. Il nous fallait travailler dans d'autres domaines pour subvenir au fonctionnement de notre ménage.

Mon épouse a également dû accepter de travailler dans d'autres exploitations agricoles. Si, malgré un salaire de 13.80 CHF brut, l'expérience générale s'est avérée globalement positive et enrichissante, son premier patron portait bien peu de considération à ses employés, pour un travail pénible de six à sept jours par semaine, sous toutes conditions météorologiques.

Dans les difficultés économiques actuelles, il a fallu adapter notre mode de vie. Cela nous a permis de découvrir qu'une plus large gamme de produits de consommation M-Budget sont de très bonne qualité, mis à part leur dentifrice.

Durant ce confinement imposé, je me suis perfectionné dans l'art du recyclage et cela afin de continuer le projet de rénovation de la bâtisse familiale. J'ai redécouvert, par la même occasion, la joie de ne plus prendre l'avion chaque semaine et de dormir ainsi dans mon propre lit.

Aujourd'hui, l'avenir s'annonce encore très sombre pour cette profession centrée autour de la lumière. Certaines prédictions envisagent une interdiction des spectacles qui pourrait durer jusqu'en 2022. Dans cette optique, il est évident que nous allons encore devoir faire appel à notre capacité d'adaptation et trouver d'autres options pour subvenir à nos besoins. Après une vie centrée autour du monde du spectacle qui pourrait désormais prendre fin, l'obligation d'une reconversion pourrait se transformer en opportunité. Si l'on ne peut pas rebrancher la prise, la vie nous réserve peut-être de nouvelles surprises.

Christophe Mermod, Éclairagiste

Liste indicative des apprentissages CFC et AFP en Valais :

Scannez le QR code ci-contre avec votre téléphone pour afficher la liste

PLACES D'APPRENTISSAGE : RÉPERCUSSIONS ET SOLUTIONS !

Le COVID-19 n'a pas épargné la filière de l'apprentissage. En effet, la pandémie a chamboulé autant les recherches de places d'apprentissage pour la rentrée 2020, que les cours à l'école professionnelle ainsi que les examens finaux. Malgré un recul de 4% des contrats signés à la même période de l'année passée, cette filière ne semble a priori pas menacée. Au mois d'août, nous pouvons noter encore plus de 600 places vacantes en Valais. Une Task Force a aussi été mise sur pied par le conseiller fédéral Guy Parmelin, Perspectives Apprentissage 2020, qui vise avec le programme d'action Places d'apprentissage Covid-19 à cibler le coaching et le monitoring des jeunes en recherches d'une place d'apprentissage.

© Jean-Claude Roh

Monsieur Jean-Daniel Vergères, Président du Conseil Général et responsable de la Commission communale d'apprentissage, nous livre son constat durant cette période : « Tout d'abord Conthey c'est : 216 apprentis en formation, formés par 86 entreprises qui offrent 32 types de formation différente. Durant cette période difficile que le monde vient de vivre, nous avons malheureusement dû déplorer 27 ruptures de contrats d'apprentissage. Si toutes ses ruptures ne sont pas liées à la pandémie, certaines peuvent lui être attribuées.

La commission communale n'a pas pu, durant ce printemps chamboulé, effectuer les visites traditionnelles auprès des apprentis formés sur le territoire de notre commune. Le respect de la distance sociale en est la cause principale. Les cours professionnels suspendus de façon présentiels, les apprenants ont dû faire preuve d'autonomie pour réaliser les devoirs et leçons proposés par les différentes écoles professionnelles. Pour certains d'entre eux, la tâche n'a pas toujours été facile par manque de repères et de présence physique du corps professoral pour les guider. Pour certaines professions la partie pratique a été proposée sous une forme raccourcie afin de respecter les distances de sécurité et les règles sanitaires en vigueur. Les CFC délivrés cette année, ne seront donc pas des CFC au rabais comme certains auraient pu le craindre. Soucieux de la problématique du recrutement, des députés ont déposé lors d'une session extramuros du Grand-conseil de juin dernier à Brigue, plusieurs postulats afin de faciliter la vie des entreprises formatrices et ainsi les inciter à recruter le même nombre d'apprentis que les années précédentes malgré le ralentissement économique. Toutes ces demandes ont trouvé grâce auprès de l'ensemble de la députation valaisanne. Ne l'oublions pas, l'apprentissage est un processus nécessaire qui donne à l'individu les moyens de son épanouissement personnel et de son intégration sociale. »

Arnaud Favre, éducateur social au sein de l'action socioculturelle Conth'Act, vous suggère quelques pistes d'actions concrètes afin de trouver une place d'apprentissage :
« Tout d'abord, le portail officiel suisse d'information de l'orientation professionnelle orientation.ch est une vraie mine d'or ! Cette plateforme offre un moteur de recherche des places d'apprentissage libres et regorge de bons conseils, tant pour créer un dossier de candidature, que pour se préparer à un entretien d'embauche ou encore des astuces pour les futurs apprentis (salaire, conditions de travail, etc.).

En parallèle, l'application mobile OP présente les différents métiers en décrivant l'activité ainsi que la formation et le profil requis et permet aussi la recherche de places d'apprentissage. Facile d'utilisation et à portée de main, elle permet notamment de recevoir une alerte qui permet aux jeunes de se tenir informés en temps réel de la publication d'une nouvelle place d'apprentissage.

Pour terminer, il est aussi très important de savoir qu'une mesure préexistante au coronavirus privilégie l'admission en école sans avoir de place d'apprentissage préalable. Le délai de signature d'apprentissage a été repoussé à novembre.

Je me tiens à disposition pour conseiller et accompagner vos démarches au 079 307 87 06 ou arnaud@conthact.ch »

Article coécrit par
Arnaud Favre et Jean-Daniel Vergères.

Accueillir les nouveaux arrivants dans le respect de la diversité et permettre la découverte de la vie socioculturelle de Conthey, sont les maîtres-mots de ce projet.

Tandem, un lien entre les habitant-e-s de la commune de Conthey.

Tandem est une continuité du projet «Marraines et Parrains Culturels ». Son concept est simple : il s'agit de mettre en lien des bénévoles connaissant bien leur région et des personnes souhaitant prendre part à la vie sociale et culturelle. Tandem répond ainsi aux besoins d'intégration des personnes nouvellement arrivées. Il se veut un vecteur de cohésion sociale par la création de liens par et entre les habitants d'une même commune.

Aujourd'hui, Conthey est l'une des 17 communes qui participent activement au développement de ce projet et plus de 200 participants s'animent déjà à le faire vivre. Suite à un tout ménage envoyé en début d'année, le projet rencontre déjà un vif succès, signe d'une population désireuse d'être actrice de passerelles entre les différentes cultures.

Ce projet, c'est quoi au fait ?

« Tandem » est avant tout une aventure humaine. Accueillir, faire découvrir et se découvrir ensemble. La nature profonde de ce projet est de créer des liens sociaux et simplifier l'intégration des personnes au cœur de notre Valais central. Pour ce faire, les délégué.e.s à l'intégration mettent en lien des bénévoles connaissant bien leur commune, leur région et des personnes souhaitant prendre part à la vie sociale et culturelle.

De qui à qui ?

La mission des bénévoles est vaste et prend les couleurs et les formes que chacun souhaite y mettre. Elle peut être de faciliter l'apprentissage du français, d'aiguiller les nouveaux arrivant.e.s dans des questions administratives, de montrer le chemin vers les services et institutions compétents, de leur faire découvrir les us et coutumes de notre région ainsi que le magnifique patrimoine naturel et culturel. Tout cela à travers des visites et balades, des activités communes, mais aussi, tout simplement, en partageant du temps.

Les tandems qui ont déjà pris part à cette aventure et qui étaient plus connus sous le nom de « marraines et parrains culturels » décrivent ce projet comme étant « principalement un contact humain spontané, dans lequel il faut y aller avec le cœur, rester soi-même, tout en connaissant ses limites ». C'est un enrichissement pour chacun, un échange partagé.

Envie d'entrer dans l'aventure ?

Vous avez entre 18 et 128 ans ? Vous avez envie d'être co-créateur d'une passerelle entre les différentes cultures de votre lieu de vie, dans un esprit d'échange, de partage, de respect mutuel et d'ouverture ?!
Alors, rejoignez-nous ! Et parce que toute aventure commence par un premier pas, contactez-nous !
Nous sommes à la recherche de personnes bénévoles bien établies à Conthey ainsi que des personnes désireuses de découvrir notre commune et souhaitant participer à ce projet.
Pour mener à bien cette mission, nous offrons une formation de base à nos bénévoles ainsi qu'un encadrement tout au long de ce parcours, par le biais du service régional à l'intégration du district de Conthey. Il est également possible de rencontrer et de partager l'expérience des bénévoles déjà impliqués dans ce projet.

Pour toutes les personnes désireuses de rejoindre l'aventure, merci de prendre contact avec :

« Tandem »
Coordination du projet
Service à l'intégration
Stéphane Roduit
Centre culturel – Rue Centrale 26 – 1964 Conthey
tandem@conthey.ch

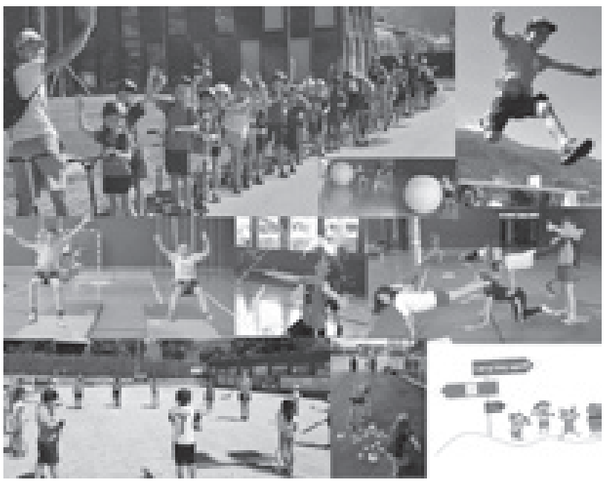
Camp'they sportif 2020

Vidéo Camp'they sportif

Scannez le QR code ci-contre avec votre téléphone pour voir la vidéo sur Youtube

Cet été s'est déroulé la deuxième édition du Camp'they sportif du 29 juin au 10 juillet dernier. L'organisation a été quelque peu chamboulée vu la situation sanitaire liée au COVID. Malgré tout, fin juin, toutes les autorisations ont été reçues pour assurer le bon déroulement de ce camp.

Plus de 115 enfants sont venus se dépenser et ont eu l'occasion de tester une quinzaine d'activités sportives encadrées par des moniteurs Jeunesse & Sport. Au programme : tennis, football, natation, athlétisme, agrès, course d'orientation, kinball, danse, ju-jitsu… Nous avons vécu un superbe camp, la météo était au rendez-vous, les jeunes étaient hyper motivés et d'excellente humeur ; nos moniteurs étaient heureux de pouvoir partager leur passion et de promouvoir les clubs sportifs de la commune.



Nous aimerions remercier la commune de Conthey qui a mis à disposition les salles de sport et tous les moniteurs qui se sont investis à 200% durant cette quinzaine. Des remerciements également aux différentes entreprises qui nous ont offert du matériel et des collations ainsi qu'aux parents des jeunes pour leur confiance.

La prochaine édition est déjà en préparation et vous pouvez d'ores et déjà réserver la semaine du 28 juin au 2 juillet 2021 et/ou du 5 juillet au 9 juillet 2021. Il est possible de participer à une ou deux semaine(s).

Au plaisir de tous vous retrouver l'été prochain !

Caroline Udry et Amélie Cotter, Organisatrices

Accompagnement Mère-Enfant (AME)

Le Centre Suisses-Immigrés offre, par l'intermédiaire d'une responsable régionale, la possibilité à des mamans (parfois à des papas) un accompagnement pour faciliter l'intégration de l'enfant, de la maman, de la famille.

Un ou une bénévole rencontre la famille, (l'enfant scolarisé et le parent, prioritairement la maman), une fois par semaine pour un temps de partage : faire les devoirs, étudier les leçons, communiquer les informations en lien avec l'école, ceci en étroite collaboration avec les enseignant.e.s. Ce projet a déjà aidé nombre de familles migrantes à s'intégrer.

Qui dit accompagnement dit « bénévoles ». Si vous avez des disponibilités, n'hésitez pas à me contacter au 079 507 51 38.

Béatrice Roh, Coordinatrice

Sagesse chinoise ; Le cours des choses.

La pensée taoïste est emplie de sagesse. Dans les temps troublés, elle s'avère être un guide utile pour surmonter les épreuves de la vie. L'homme n'ayant aucune prise sur le destin, il doit cependant suivre le cours des choses.

Voici un exemple de texte de philosophe chinois, qui nous invite à nous centrer sur nous-même en laissant taire nos pensées, nos analyses et nos réactions face aux événements extérieurs, qui s'invitent dans notre existence et y influent.

On pense être fataliste, l'abandon d'efforts pour changer ou améliorer le destin. C'est pourtant une preuve de sagesse profonde et de confiance extrême en celui-ci, que de se préserver, se tenir en retrait et de le laisser par lui-même dénouer le cours des choses et ses influents. La paix intérieure se trouve en finalité dans l'acceptation, le relâchement mental et l'oubli de nos préoccupations.

天其运乎？地其处乎？日月其争于所乎？孰主张是？孰维纲是？孰居无事推而行是？意者其有机缄而不得已乎？意者其运转而不能自止邪？云者为雨乎？雨者为云乎？孰隆施是？孰居无事淫乐而劝是？风起北方，一西一东，有上仿徨，孰嘘吸是？孰居无事而披拂是？敢问何故？"巫咸袑曰："来，吾语女。天有六极五常，帝王顺之则治，逆之则凶。九洛之事，治成德备，临照下土，天下戴之，此谓上皇。

Zhuang zheu 14

Te fais-tu du souci pour le monde ?
Penses-tu qu'il a besoin de tes conseils ?
Les cieux ne tournent-ils pas d'eux-mêmes ?
Le soleil et la lune ne trouvent-ils pas leur place ?
Quelle intelligence est derrière tout cela ?
Qu'est-ce qui, crée toutes ces connections ?
Qu'est-ce qui, sans le moindre effort,
fait que tout se passe le moment venu ?
y a-t-il quelque mécanisme caché
qui fait la vie telle qu'elle est ?
qu'est-ce qui fait que les choses se passent
exactement comme elle se passent ?
Les nuages font-ils la pluie,
Ou est-ce la pluie qui fait les nuages ?
Quelle force les gonfle et les crève ?
Les vents se lèvent au nord,
Ils soufflent à l'ouest, à l'est,
Et voguent à travers les cieux.
Qu'est-ce qui sans le moindre effort,
Engendre cette insondable joie ?

Lingzhi Jacquemet

Derborence de Ramuz

les enseignements de la montagne

Derborence, écrit et publié en 1934, est le dix-neuvième roman de l'auteur vaudois Charles-Ferdinand Ramuz. Le récit reprend le contexte de l'éboulement survenu à Derborence en 1714, lorsqu'un pan des Diablerets s'effondrait sur les alpages environnants. Ramuz y inscrit une histoire de montagne et d'amour, qui chante la nature et les hommes du pays.

Alors qu'Antoine et Thérèse sont à peine mariés, le temps est venu de l'inalpe, et de la séparation. Antoine monte ainsi à l'alpage pour la saison d'été, laissant Thérèse seule « en bas ». Survient alors l'éboulement. En bas, on pense que « ceux d'en haut » sont tous morts. Mais Antoine survit durant deux mois dans les pierriers, dans le sein de la montagne. Lorsqu'il redescend, on croit à un revenant. Thérèse devra alors le ré-apprivoiser…

Il nous faut lire (ou relire) ce récit pour plusieurs raisons : Tout d'abord, le récit de Derborence ne fait pas seulement prendre comme contexte un lieu connu et cher des Contheysans ; il le fait sentir, voir, goûter, à travers des personnages enracinés et attachés à leur terre. Ramuz ne sépare jamais les hommes du lieu où ils vivent, il sait le lien qui les unit. Avec Derborence, il nous permet de voir notre « chez nous » depuis un autre angle, mais avec la profondeur de la connaissance concrète : nous connaissons de nos yeux, ces alpages, ces roches, ce grand trou formé par l'éboulement que l'auteur décrit. Il convoque les légendes que nous connaissons, ou du moins que nos aînés connaissent : celle du diable qui joue aux quilles dans la montagne, celle des âmes des vachers qui habitent les lieux de l'éboulement… Un lien existe donc entre notre expérience de Contheysans et l'expérience d'Antoine et de Thérèse : nous sommes reliés par le lieu.

Ensuite, il nous faut lire Derborence parce que le récit dit la montagne, dans sa double face, à la fois pure et hostile à l'homme. Ramuz puise dans l'imaginaire de la montagne, qui dans toutes les cultures du monde, est toujours marqué par ces deux facettes. D'un côté, la montagne est effrayante, imprévisible, et hostile aux hommes : la roche, la pente, l'altitude, les orages, le sol infertile, lui rendent la vie dure, le font se sentir tout petit et bien impuissant. Elle est un « ailleurs » dangereux, où les lois et les mesures humaines ne s'appliquent pas. De l'autre côté, la montagne est cet endroit préservé de la souillure, pur, où la nature a tous ses droits, qui forme un pont vers le ciel, vers ce qui dépasse l'homme. Dans bien des mythologies et des traditions, la montagne est ainsi le lieu du sacré.

« Derborence, le mot chante triste et doux ». Triste, car les lois de la montagne ont réduit à néant les efforts des hommes par l'éboulement ; doux, parce que de cet effondrement la vie renaîtra, et l'amour sortira vainqueur : Thérèse ramènera Antoine à la vie quotidienne, et à la sérénité.

Il faut lire Derborence aussi car il dit les hommes dans leur simplicité et dans la vérité de leur condition. Si Ramuz choisit souvent comme cadre la montagne, c'est parce qu'elle met en permanence les hommes en contact avec l'élémentaire, et parce qu'ils doivent lutter pour y vivre. La nature dicte le rythme de l'activité humaine (inalpe l'été, aridité de l'hiver, …) et la bouscule d'imprévus. Dans ces conditions, le montagnard est forcé de ne vivre que du concret et de refuser toute abstraction. Il ne dramatise jamais son sort – car la montagne force à l'humilité –, et est capable d'habiter le silence qui l'entoure par des sentiments simples et profonds.

Le cœur de la trame de Derborence réside dans cette acceptation de la vie montagnarde telle qu'elle est. Les villageois doivent faire avec la montagne qui tombe. Ramuz conte la lutte des hommes non pas contre les forces de la nature, mais avec elles. Lutte perpétuelle, mais lutte essentielle, parce qu'elle est dans l'ordre des choses, et que l'homme ne vit que par là.

Pour l'auteur, la montagne est ainsi le lieu obligé d'un consentement à la lutte. C'est en consentant à sa condition difficile, en acceptant de ne pouvoir maîtriser que ce qui est à sa taille, que les personnages de Derborence affirment leur force et trouvent leur joie. C'est en acceptant l'ordre des choses, et le tragique de la condition humaine, que l'homme peut affirmer sa force et trouver sa joie.

Derborence, ce sont des hommes qui acceptent l'effort, qui acceptent la lutte, et qui par là rencontrent la beauté, font durer l'amour. Certainement que nous pouvons en tirer quelques enseignements…

Jessie Vergères
Administratrice des espaces et
Déléguée culturelle de Conthey

Karaté-Club Conthey

Le karaté-Club Conthey est né le 6 septembre 1994, on y pratique le Karaté d'Okinawa de style Shorin-Ryu.

Il faut savoir que dès leur plus jeune âge les enfants sont confrontés à la compétition sous plusieurs formes… sport, école, etc… Pour cette raison le Karaté-Club Conthey favorise plutôt la formation de l'individu que la compétition. Chacun peut évoluer à son rythme.

Bref historique du karaté d'Okinawa

De même qu'il existe plusieurs disciplines en ski ou en cyclisme, il existe plusieurs styles de karaté. Ceux-ci peuvent être divisés en deux groupes majeurs, les styles japonais et les styles okinawaïens. Jusqu'au début du XXe siècle, le karaté, alors connu sous le nom générique de « Te », était pratiqué essentiellement sur l'île d'Okinawa. L'on considère aujourd'hui que l'initiateur du karaté d'Okinawa est Me Tode Sakugawa (1762-1843). L'art martial qu'il pratiquait était un mélange de techniques de combat utilisées par les samouraïs en charge de la protection du roi de Shuri à Okinawa et de techniques de combat utilisées en Chine, et importées à Okinawa par Me Kusanku, représentant militaire chinois à la cour du roi de Shuri.

Me Yasuhiro Uema

Aujourd'hui à 75 ans, Me Uema est l'un des représentants les plus significatifs du karaté de style Shorin-Ryu. Son père Joki Uema, ainsi que d'autres maîtres Okinawaïens lui ont transmis l'héritage que constitue cette forme de karaté pratiquée à Okinawa. Il est en quelque sorte l'un des rares dépositaires d'un art martial ancestral qu'il transmet aux élèves de son école d'Okinawa, mais aussi à ses élèves européens et notamment au Karaté-Club Conthey.

Okinawa - Conthey

Me Yasuhiro Uema et son fils Takeshi Uema, figures emblématiques du karaté d'Okinawa font souvent le déplacement en Valais depuis cette île célèbre, située au sud du Japon. Lors des stages, ces derniers séjournent une dizaine de jours dans notre canton et les adeptes de sa ligne de karaté, le Shorin-Ryu, peuvent venir s'entraîner à haute dose. Même des étrangers font le déplacement pour suivre cet enseignement. Plusieurs membres de notre Dojo de Conthey se sont aussi rendus une fois ou l'autre à Okinawa, pour s'entraîner à « la source ». Ces échanges sont bien sûr très riches, aussi bien pour ce qui est de l'aspect sportif que pour ce qui est de la découverte d'une culture souvent très différente.

Les bénéfices de la pratique du karaté

Le karaté peut se pratiquer dès le plus jeune âge, jusqu'à un âge très avancé pour autant que la santé le permette. Il n'y a pas d'âge limite pour commencer. Chacun module l'intensité de son entraînement à ses possibilités physiques, le mental aidant toujours à se surpasser un peu. Le karaté enseigne dès lors la volonté, la confiance en soi, l'humilité aussi. Il enseigne le respect de l'autre tout aussi bien que l'affirmation de soi. Je dirais aussi que dans le monde un peu fou dans lequel nous vivons la pratique d'un art martial, voire du sport tout simplement, permet de se situer, de poser des balises qui aident à mieux appréhender les difficultés, les soucis, qui aident tout simplement à mieux vivre.

Karaté-Club Conthey
Laurent Batiste
Ceinture noire 6ème Dan, Renshi

079 436 80 45
karate-okinawa@netplus.ch
www.kcconthey.ch
facebook : Karaté-Club Conthey

Résultats du Concours
Journées du Patrimoine Contheysan

Lors de la dernière édition du journal, nous vous avons proposé un concours dans le cadre du projet des journées du patrimoine contheysan. Vous avez été une trentaine à participer au concours mais malheureusement, personne n'a répondu correctement à toutes les questions. Alors voilà un petit article afin que vous puissiez prendre connaissances des réponses exactes.

1. **Combien de communes forment le district de Conthey ?**
   Le district de Conthey est formé par les communes suivantes : Conthey, Vétroz, Ardon, Chamoson et Nendaz. La réponse était donc B : 5.

2. **Combien de villages rassemble la commune de Conthey ?**
   La commune de Conthey rassemble 10 villages ; c'est-à-dire Aven, Daillon, Erde, Premploz, Sensine, St-Séverin, Le Bourg, Vens, Plan-Conthey et Châteauneuf-Conthey.

3. **Combien de nationalités différentes sont présentes sur le territoire contheysan ?**
   La réponse à cette question était dans les statistiques disponibles dans le Conthey-Info de mars 2019. Nous trouvons actuellement environ 70 nationalités différentes sur le territoire contheysan. « La commune de Conthey compte 24.18% d'étrangers établis (y compris les requérants d'asile), de 71 nationalités, [...] »

4. **A qui appartient la région de Derborence ?**
   La vallée de Derborence appartient aux trois communes : Conthey, Vétroz et Ardon. Conthey a la majorité du côté de la route officielle, le barrage et le lac mais Ardon a la partie d'en face (la face est du Haut-de-Cry). Quant à la partie centrale, où la Lizerne passe, c'est le territoire de Vétroz.

5. **Combien d'espèces végétales alpines pouvons-nous observer dans la région de Derborence ?**

6. **Derborence est un district franc fédéral de combien d'hectares ?**
   Pour répondre à la question 5 et 6, il fallait se rendre sur le site de la Commune de Conthey sous l'onglet Derborence Lodze où vous trouvez la phrase suivante : « La région de Derborence fait partie d'un site protégé de plus de 15'000 ha, comprenant d'abondantes richesses naturelles : près de 800 espèces végétales alpines, orchidées et bonzaïs, forêt vierge de 50 ha, forêt pionnière des éboulements, hêtraie des versants de la vallée ; [...] ». Les réponses sont donc question 5 : C et question 6 : A

7. **De quels cantons viennent les vaches qui montent sur l'alpage de Flore et Aïre/Ayroz ?**
   Ici deux réponses étaient possibles. En effet, la race des vaches laitières qui montent dans les alpages de Flore et Aïre est Fribourgeoise. Le propriétaire des vaches (Eric Ramseyer) les amène chaque année depuis sa ferme à Palézieux (canton de Vaud) avec des camions bétaillères jusqu'à l'alpage pour la saison d'été.

8. **Pendant la saison d'été, l'alpage de Lodze peut accueillir environ combien de moutons ?**
   Le berger actuel amène environ 300 moutons paître sur l'Alpage de Lodze durant l'été mais la capacité maximale est de 400 moutons selon « la Planification des alpages à moutons du Valais, Rapport final 2014 rédigé par Agridea, le développement de l'agriculture et de l'espace rural ».

Les gagnants du tirage au sort

Maurice Michelet : 1x nuit pour 2 personnes en demi-pension au Gîte de Lodze d'une valeur de 130.-

Fanny Mayor : 1x bon d'une valeur de 100.- à faire valoir à l'Auberge du Godet

Nicolas Evéquoz : 1x bon d'une valeur de 100.- à faire valoir à la Cabane d'Ayroz

Raphaël Arlettaz : 1x bon d'une valeur de 100.- à faire valoir au Refuge du Lac à Derborence

Valérie Quennoz : 1x fromage de l'Alpage du Larzey à retirer sur place

Nicole Codourey : 1x fromage de l'Alpage de Pointet à retirer sur place

Hatice Minnig : 1x une fondue pour 2 personnes à faire valoir à l'Auberge du Godet

Merci d'avoir participé et bravo à vous tous !

Amaterasu:
histoire d'une divinité japonaise

Amaterasu O mi kami est la divinité la plus honorée du panthéon shintoïste japonais. Son nom signifie « Auguste Divinité qui illumine le ciel ». Elle est la déesse du soleil et à ce titre règne sur les « hautes plaines célestes », l'équivalent de l'Olympe dans la mythologie grecque.

Ses frères sont Tsukuyomi, le dieu de la Lune et Susanoo, le dieu des océans et des tempêtes. A sa naissance, Amaterasu rayonnait littéralement. C'est pourquoi son père lui confia la gestion des cieux. Cela causa la jalousie de son frère Susanoo, mécontent d'être cantonné aux océans. Il commença à saccager les champs de riz et le palais de sa sœur.

Amaterasu en fut tellement contrariée qu'elle s'enferma dans une grotte dont elle scella l'entrée avec un gros bloc de pierre. Les conséquences ne tardèrent pas à se manifester : sans la déesse du soleil, le monde entier était plongé dans l'obscurité et plus rien ne poussait dans les champs.

Tous les autres kamis (esprits divins) implorèrent alors Amaterasu de sortir de sa grotte… Mais elle était profondément blessée par l'attitude de son frère et refusa. C'est alors qu'Uzume (divinité de la gaité et de la bonne humeur) commença une danse endiablée devant la grotte.

Sa grande beauté suscita l'enthousiasme des dieux présents (sous les regards désapprobateurs des autres déesses) qui le manifestèrent bruyamment.

Entendant les rires et les cris à l'extérieur, Amaterasu devint curieuse et déplaça juste un petit peu le bloc de pierre : « pourquoi riez-vous tant ? » demanda-t-elle. Ils lui répondirent qu'ils étaient heureux d'avoir trouvé une autre déesse autant resplendissante qu'elle pour la remplacer.

Amaterasu sortit donc pour voir de qui il s'agissait et vit une superbe déesse en face d'elle. Elle réalisa un peu tard que ce n'était que son propre reflet projeté dans un miroir octogonal forgé par Ishikori Dome, le kami à l'œil unique. Elle n'eut pas le temps de retourner dans la grotte car Tajikarawo, dieu connu pour sa force, l'empêcha d'y retourner. Les autres divinités la supplièrent ensuite de ne jamais se cacher à nouveau.

Elle accepta à 2 conditions :

Que son frère Susanoo soit banni des cieux, ses ongles arrachés et sa barbe coupée ;
Que ses propres descendants règnent dorénavant sur le Japon en qualité d'Empereur.

Ces conditions furent promptement acceptées par les autres kamis qui ne voulaient surtout pas que le soleil disparaisse à nouveau. Amaterasu reprit donc ses activités dans son palais et Susanoo ne pouvait désormais plus mettre un pied dans les territoires de sa sœur, à savoir le ciel.

Olivier Pitteloud, Association Kissui

«Adieu veaux, vaches…»

Pour fêter son Centenaire, la Fédération d'élevage de la race d'Hérens (FSEH) avait organisé un événement de grande envergure, avec des festivités sur 2 week-ends. A l'honneur, les éleveurs prioritairement, leurs animaux et leurs produits.

Samedi 2 mai 2020 à Prabardy/Sion, journée dédiée aux éleveurs, oh! combien la journée s'annonçait belle! Avec ses expositions d'animaux, de fromages représentant chaque district, d'animations pour les enfants, le combat des vaches 2èmes veaux, l'élection de Miss race d'Hérens du 100ème anniversaire, les stands de produits du terroir, un repas offert à quelques 800 éleveurs de la race d'Hérens et j'en passe, tout ça avec une météo également invitée et présente ce jour-là, la journée laissait présager d'un jubilé inoubliable.

Le week-end suivant, se tenait l'habituelle finale des combats de reines, avec à son apogée, la qualification de la reine des reines du Centenaire, ce n'est pas peu dire… j'en frissonne.

«Adieu, veaux, vaches, cochons, couvée» ! M. Corona arrive.

Presque comme un cyclone, il a balayé tous les rassemblements, toutes les manifestations et pour nos éleveurs les combats qualificatifs de printemps. Il a presque anéanti un an et demi de réflexions, de sollicitations, de travail et de soucis; de maigre importance dira-t-on au vu d'autres conséquences. Si le côté festif est bouleversé, pour nos éleveurs, l'annulation des combats de reines impacte sur leur travail et les résultats économiques qui en découlent. Rien n'est jamais acquis…

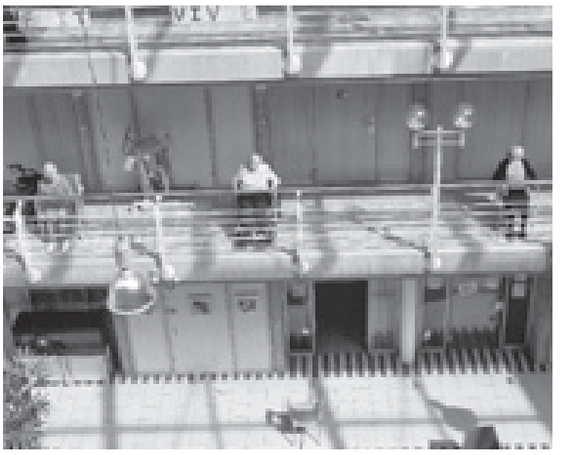
Ce magnifique programme sera en partie remis au week-end du 8-9 mai 2021, si Dieu le veut. A l'heure actuelle, le comité organisateur, soucieux de mener à bien ce jubilé, poursuit son travail stoppé net au début mars 2020.

Heureusement, la Covid-19 n'a pas eu raison de tout. Le comité organisateur souhaitant laisser une autre trace de cet anniversaire et rendre hommage à toutes les facettes de la magnifique race d'Hérens, a édité un livre intitulé «Du lait et de la corne». Dans cet ouvrage, Jean-Henry Papilloud a mis en lumière de magnifiques photos du temps passé, tirées des archives de la Médiathèque Valais, alors que d'autres professionnels, avec un regard différent, y ont apporté une touche plus moderne. Les textes, édités dans nos deux langues officielles, parlent des éleveurs d'hier et de ceux d'aujourd'hui, de l'histoire de la race d'Hérens dès 1835 et de l'évolution de la FSEH depuis sa création en 1920 à nos jours.

Ce livre, témoin d'une tradition encore bien vivante, s'adresse à tous publics; il sera disponible dès la deuxième quinzaine de septembre, en librairies, ou à l'adresse marion.varone@gmail.com ou 079/370.20.26, je le recommande, nous nous ferons un plaisir de vous l'envoyer.

Marion Varone
Secrétaire de la Fédération suisse de la race d'Hérens
et de l'organisation du Centenaire

Bonjour Conthey, *depuis le Foyer Haut de Cry*



Lundi 16 mars, la Direction nous informe que nous devons réadapter nos activités à cause : de la crise sanitaire du Covid-19.

Le foyer s'est mis en isolement total afin de protéger ses pensionnaires. Nous avons donc arrêté les activités de groupe, pour ne faire plus que de l'accompagnement et du soutien moral. Nous constatons que nos résidents gèrent avec peine ce confinement et nous confient leurs sentiments et ressentis.

L'armée, la protection civile et les samaritains sont venus en renfort. Dès le début avril, nous avons mis en place les appels vidéo avec les familles.

Cette période nous a permis de nous rapprocher des résidents et d'approfondir nos liens.
A partir de la mi-mai, nous avons débuté le dé-confinement par étape :

- La première étape : Reprendre les animations avec deux résidents
- La deuxième étape : Reprendre les animations avec cinq résidents

Nos pensionnaires sont heureux de retrouver petit à petit une vie normale.
La population de la région nous a apporté son encouragement en nous offrant de magnifiques dessins et des remontants alimentaires. Un énorme MERCI à ces donateurs.

Notre activité de gym douce :

Durant la crise sanitaire du Covid-19, comme le foyer est en isolement, l'équipe d'animation réorganise l'activité gym douce, selon les mesures de protection l'OFSP, afin de maintenir les motricités fines et globales des pensionnaires.

Le foyer possède un grand patio qui est ouvert sur les trois étages de la gériatrie. Nous avons donc installé les chaises à deux mètres de distance les unes des autres, de façon à ce que les résidents puissent voir l'animatrice qui donne la gym depuis le rez-de-chaussée.

L'animatrice qui est au patio avec le micro montre les exercices. Les autres animatrices sont dans les étages pour aider les pensionnaires à réaliser les mouvements.

Voici quelques exercices à essayer chez vous si vous le désirez :

- Avant de commencer installez-vous assis, le dos droit et les pieds à plat par terre.
- Tête : Pencher la tête en avant puis en arrière lentement, en rotation puis sur les côtés.
- Épaules : Les bras le long du corps, faire des rotations, lever et baisser les épaules sans les laisser tomber.
- Bras : Les membres supérieurs tendus devant, les monter jusqu'au menton et redescendre.
- Jambes : Les mains posées sur les genoux, lever les talons, puis les pointes des pieds.

L'équipe d'animation du Foyer Haut-de-Cry

La bibliothèque
et ses livres en langues étrangères

Lors de sa fermeture, la bibliothèque interculturelle «L'ardoise» a mis à la disposition des bibliothèques un certain nombre de livres d'enfants en langues étrangères. La bibliothèque de Conthey a bénéficié de ce prêt.

Actuellement, nous avons dans nos rayons une centaine de livres en langues étrangères, qui vont des langues européennes aux langues africaines et arabes (albanais, anglais, allemand, arabe, croate, espagnol, italien, portugais, polonais, serbe, tigrigna).

Le prêt se fait de la même manière que pour tous les volumes, à savoir trois livres par personne durant un mois. Nous invitons les personnes intéressées à venir à la bibliothèque pour les découvrir.

Jusqu'à la première semaine de septembre, la bibliothèque n'est ouverte que le jeudi de 18h00 à 20h00.

Les horaires dès septembre :

Mercredi	de 14h00 à 16h30
Jeudi	de 18h00 à 20h00
Samedi	de 10h00 à 11h30

Profitez de la reprise scolaire pour faire découvrir à vos enfants le plaisir de la lecture dans votre langue maternelle et en français également.

Au plaisir de vous rencontrer à la bibliothèque.

Véronique Dayer, Bibliothécaire

Au théâtre cet après-midi,

un concept unique dédié aux aînés !

Conthey Show à la salle polyvalente se prépare à rouvrir ses portes au public, avec un programme varié et divertissant. L'une des nouveautés de la rentrée de cet automne, c'est une formule inédite qui a été réfléchie spécialement pour les aînés !

Le projet « Au théâtre cet après-midi » veut rendre le théâtre accessible à toutes et tous, particulièrement aux Seniors pour lesquels il ne serait pas aisé d'assister à une représentation théâtrale en soirée. Ainsi pour un prix préférentiel, vous pourrez non seulement assister à une pièce de théâtre de Boulevard de qualité, avec têtes d'affiches mais également bénéficier du transport en autocar avec la compagnie Buchard pour les personnes n'étant pas sur Conthey et d'un goûter à la fin de la représentation.

Pro Senectute Valais-Wallis est partenaire de ce projet. Les mesures sanitaires seront strictement respectées, autant dans la salle polyvalente que durant le trajet en autocar pour assurer la sécurité de chacune et chacun.

Le programme artistique

Toutes les pièces proposées en après-midi sont des pièces de boulevard. Un pur moment de détente, de rire, de découverte de beaux décors et costumes et de nombreuses têtes d'affiches. Voilà ce que l'on vous promet pour cette programmation dédiée aux aînés. Tout sauf une prise de tête ! Mais attention, avec beaucoup de classe, dans la plus grande tradition boulevardienne. Pour la saison 2020-2021, nous proposons les pièces suivantes : « Vive le marié » en date du 22 octobre 2020 et « La Maternelle » le 21 janvier 2021. Loin de nous l'idée de faire un lien entre ces deux pièces, vous pouvez choisir de vous inscrire pour les deux ou pour une seule pièce. À chaque pièce son lot d'humour et de détente.

Le lieu et l'heure

La salle polyvalente de Conthey a été entièrement rénovée et agrandie. La salle est extrêmement facile d'accès, pour les personnes en chaise ou à mobilité réduite, les sièges sont capitonnés et modulables. La scène est large et magnifique. La technique son et lumière est assurée par des professionnels. Bref, un écrin de rêve.

Les pièces sont présentées à 15h00 et durent environ 1h30.

Nous espérons que vous serez nombreuses et nombreux à profiter de cette offre, n'hésitez pas à partager ces informations un maximum autour de vous afin que tout le monde puisse en profiter.
A noter que ces après-midis sont ouverts à tous les âges !

Célina Ramsauer, Programmatrice
Hervé Fumeaux, Administrateur

Informations et inscriptions :
+41 77 534 06 95
billetterie@contheyshow.ch
www.contheyshow.ch

Conthey*Show*
spectacles et concerts

22.10 VIVE LE MARIÉ
avec Annie Gregorio, Sylvie Flepp, Édouard Collin
20h > CHF 55.- / -18 > CHF 25.- / après-midi > CHF 50.-

19.11 DÎNER DE FAMILLE
avec Emmanuelle Gracci, Jean Fornerod, Joseph Gallet
20h > CHF 50.- / -18 > CHF 25.-

03.12 FRANK TRUONG
un drôle de mentaliste
20h > CHF 50.- / -18 > CHF 25.- (hors abonnement)

14.01 CHIMÈNE BADI première date en Suisse
concert
20h > CHF 60.- / -18 > CHF 25.- (hors abonnement)

21.01 LA MATERNELLE
avec Sören Prévost, Stéphane Metzger, Arnaud Gidoin
20h > CHF 55.- / -18 > CHF 25.- / après-midi > CHF 50.-

11.02 ENSEMBLE Molière 2017 (comédienne théâtre privé)
avec Catherine Arditi, Sonia Palau, Floriane Vincent, Fabio Marra
20h > CHF 55.- / -18 > CHF 25.-

04.03 MONSIEUR X unique date en Suisse
avec Pierre Richard - Molière 2020 (seul en scène)
20h > CHF 65.- / -18 > CHF 25.-

15.04 THE WIDE SHOW création originale
par le violoniste Anthony Fournier
20h > CHF 50.- / -18 > CHF 25.-

LE PALP FESTIVAL SERA À CONTHEY POUR LA ST-CEP

Malgré le covid-19, le PALP est bel et bien présent cet été un peu partout en Valais, tout en respectant les mesures sanitaires en vigueur, bien sûr. Et c'est avec joie qu'on vous annonce, dans un roulement de tambours, que le festival s'arrêtera le 26 septembre à Conthey pour célébrer ses 10 ans, avec un tout nouvel événement : la Saint-Cep.

Mais, qu'est-ce que la Saint-Cep ? Une promenade culturelle, gastronomique et musicale à travers le vignoble, en collaboration avec Goûts et Patrimoine !

Le programme

Concrètement, la balade commence à 10h, 11h ou 12h au départ de la Tour Lombarde et sillonnera à travers le vignoble des Coteaux du Soleil. Trois étapes jalonnent le parcours. A chacun de ces arrêts, vous pourrez déguster un plat savoureux proposé par un restaurateur régional, accompagné de crus qui font la réputation de la région contheysanne, le tout dans une ambiance musicale vibrante et poétique, distillée par Meimuna (pop folk), Los Orioles (cumbia rock psyché), John Guster & the Rythm Storms (50's Rockabilly) et A Cobva (groupe folklorique).

Mais le programme ne s'arrête pas là ! Pour continuer à festoyer après cette promenade, le PALP a invité Vaudou Game et Haïdouti Orkestar à se produire à la Tour Lombarde. Un mélange entre l'afro-funk des années 70 et les gammes musicales utilisées au Togo dans les rituels vaudou en l'honneur des divinités, c'est ce que vous proposent les euphorisants Vaudou Game, menés par le charismatique Peter Solo. Vibrante, drôle, dansante et engagée, leur musique vaudou funk envoûtera votre début de soirée. Fanfare-orchestre composée de musiciens cosmopolites reconnus et affirmés, Haïdouti Orkestar brasse les cultures et les frontières, tisse des liens entre modernité et tradition et clôturera cette magnifique journée en interprétant des chansons kurdes, azéris, arméniennes, tsiganes et syro-libanaises, sublimées par leurs sons cuivrés. Ambiance assurée !

Les infos pratiques

Comment se rendre à la Tour Lombarde ? Le PALP met en place un système de navettes gratuites non-stop qui achemineront le public de Châteauneuf-Conthey (gare et salle polyvalente) à la Tour Lombarde. Tous les automobilistes devront se parquer à la salle polyvalente de Conthey où le service de navettes sera assuré jusqu'à la fin de l'événement.

Et combien ça coûte ? Le tarif de cette promenade musicale et gastronomique est fixé à CHF 60.- pour les adultes et à CHF 25.- pour les enfants de 6 à 14 ans (gratuit moins de 6 ans), réservation obligatoire via la billetterie du PALP ou starticket.

Billetterie et informations détaillées sur notre site : www.palpfestival.ch

Aline Mabillard, Assistante de production au Palp Festival

Une réponse chrétienne aux difficultés par les Églises évangéliques

Le monde tourne depuis le mois de mars autour de l'actualité liée au covid-19. Dans ce contexte de crise, les chrétiens de sensibilités évangéliques multiplient les appels à la prière commune et à l'action. Nous pensons que les chrétiens, toutes sensibilités confondues peuvent apporter un bon témoignage et des signes d'espoir à travers une aide concrète et une action réfléchie, dans ce temps particulier.

Prière et action commune

Nous vivons dans un monde en souffrance et en même temps, ici et maintenant, nous comptons sur l'action réparatrice de Dieu. Il ne s'agit de ne tomber, ni dans le fatalisme, ni dans une attitude arrogante sur nos capacités à répondre à cette crise.

J'aime bien cette citation attribuée au grand réformateur du XVe siècle Martin Luther : « Priez comme si tout dépend de Dieu, alors quand vous avez fini, allez travailler comme si tout dépend de vous. ».

Dans nos prières, n'oublions pas les nombreuses personnes victimes des conflits, maladies et de tragédies dans ce monde.

L'empoisonnement de la vie sociale

Les étrangers sont soudainement dangereux, les mesures des autorités sont mises en doute, les experts sont méprisés, les porteurs de la maladie sont traqués. Lorsque la peur devient omniprésente, les gens deviennent parfois « sauvages ».

Pour nous chrétiens, la foi en Dieu « Père, Fils et Saint-Esprit » nourrie par une lecture assidue de Sa Parole : la Bible est LA ressource pour surmonter les moments difficiles et avoir une coexistence réussie. En Jésus-Christ, nous trouvons la foi, l'espoir et l'amour. C'est dans la confiance en ce Dieu Tri-unitaire que nous sommes invités à puiser force et sérénité afin de nous tourner vers notre prochain et particulièrement vers les personnes isolées et malades.

Lorsque l'État s'immisce dans les affaires de l'Église

Nous ne devons pas oublier que l'apôtre Paul a appelé l'Eglise de Rome (Romains 13.1-7) à se soumettre à l'Etat, car il est « le serviteur de Dieu ». Paul l'exigeait en connaissance d'un système dictatorial de l'empereur Néron. Dans notre État démocratique, il devrait donc être plus facile pour nous de suivre l'appel de Saint Paul.

Il se souciait de la bonne réputation que les chrétiens sont appelés à avoir. Par une action intelligente, attentive et bienveillante, nous pouvons nous aussi aujourd'hui rendre témoignage de la crédibilité et de la véracité de l'Evangile. De cette façon, des bénédictions peuvent également découler de ce temps de défi.

Et ne l'oublions pas, le mot coronavirus est fabriqué à partir du mot latin corona signifiant «couronne ». En effet, quand on l'étudie au microscope électronique, on observe qu'il est rond et entouré de protubérances, qui forment comme une couronne. Peut-être un rappel du fait que nous avons la certitude et l'espoir que ce n'est pas la maladie qui règne sur nous, mais bien le Roi des rois : Jésus-Christ.

Lettre de Paul aux Philippiens 4.6-7 (La Bible)

> *Ne soyez inquiets de rien, mais demandez toujours à Dieu ce qu'il vous faut. Et quand vous priez, faites vos demandes avec un cœur reconnaissant. Ainsi la paix de Dieu, qui dépasse tout ce que nous pouvons comprendre, gardera vos cœurs et vos pensées unis au Christ Jésus.*

Philippe Rothenbühler
« Pasteur de l'Eglise évangélique de Réveil Source de Vie de Martigny et président du Réseau évangélique valaisan (REVs) »

NOTRE VÉCU DE CHRÉTIEN

Le vendredi 13 mars 2020 restera certainement longtemps gravé dans nos mémoires. Ce jour-là, le Conseil Fédéral a décidé lors de sa séance de prendre de nouvelles mesures pour endiguer la propagation du coronavirus et pour protéger la population. Parmi les mesures prises, le Conseil Fédéral a invité la population au confinement.

Cette arrivée du coronavirus au début du Carême de Pâques a changé notre vie de chrétien ou plutôt l'a réorientée. En ne pouvant plus célébrer nos offices en public, nos liens et nos relations avec les paroissiens et entre nous tous ont dû se restructurer. Grâce à la technique (Zoom, Skype…) nous avons pu rester en contact et vivre notre engagement de chrétiens en participant de manière interactive aux offices quotidiens avec tous les fidèles qui ont dû réorganiser leur vie familiale avec le télétravail et l'école à la maison pour leurs enfants.

Cette réorganisation de vie nous a permis de nous redécouvrir chacune et chacun personnellement. En effet, au travers de l'épreuve que le Seigneur nous a proposée et qu'Il nous a permis de vivre, nous avons, petit à petit, découvert quelle était sa Sainte Volonté. Ainsi, nous avons pu découvrir au jour le jour comment suivre le Christ.

Cette réorganisation de notre vie n'a pas été facile, il a fallu renforcer notre prière quotidienne et apprendre au jour le jour à faire confiance au Seigneur. Notre relation à la Mère de Dieu et aux Saints s'est renforcée et s'est approfondie. Nous avons découvert qu'ils étaient d'excellents GPS pour nous conduire au Christ.

Certains jours, cette épreuve du COVID-19 et du confinement, a pu nous paraître trop pénible à vivre et au-dessus de nos forces. Nous avons même pu connaître le découragement ou la révolte. Mais, en ouvrant la Bible qui contient la parole de Dieu, nous avons pu découvrir des paroles très encourageantes comme la parole du Christ lui-même dans l'Evangile de Saint Matthieu : « Si quelqu'un veut venir à ma suite, qu'il se renie lui-même, qu'il se charge de sa croix et qu'il me suive. » Mt 16,24. Ou celle de Saint Paul dans la première épître qu'il a écrite aux Corinthiens : « Aucune épreuve ne nous est survenue qui n'ait été humaine ; or Dieu est digne de confiance : Il ne permettra pas que vous soyez mis à l'épreuve au-delà de vos forces ; avec l'épreuve Il ménagera aussi une issue, pour que vous puissiez la supporter. » 1 Co 10,13.

Il est vrai que se renier soi-même pour porter la croix que le Seigneur nous propose de porter n'est pas évident, mais en nous connectant aux GPS cités plus haut, nous avons découvert que la souffrance que nous vivons sur cette terre fait partie de notre vie. Et, lorsque nous déposons cette souffrance dans les mains de la Mère de Dieu et des Saints, notre croix devient moins lourde à porter, car nous la portons avec eux, et surtout nous pouvons vivre cette communion que nous appelons la Communion des Saints et qui est, pour chacune et chacun d'entre nous, une véritable source de bienfaits et d'encouragements spirituels et humains.

Aujourd'hui, notre engagement et notre vécu de chrétien se poursuivent. Ils se poursuivent peut-être dans le doute et la crainte. Nous ne savons pas ce que l'avenir nous réservera, cependant, chacun de nous est responsable de ses comportements vis-à-vis de son prochain en respectant les consignes de nos autorités.

Pour nous aider à poursuivre notre chemin, le Christ nous offre encore une merveilleuse parole dans l'Evangile de Saint Matthieu : « Quant à Moi, Je suis avec vous tous les jours jusqu'à la fin du monde. » Mt 28,20.

Eh oui, le Seigneur est toujours avec nous et sera toujours avec nous. Lui, qui a porté sa Croix jusqu'au bout et qui a vaincu la Mort sur la Croix par sa Sainte Résurrection, nous montre que le chemin qu'Il nous propose de suivre passe par la croix et par notre naissance au Ciel (notre décès) et que ce chemin nous conduit à notre rencontre avec le Christ et à notre propre résurrection !

Prêtre Daniel Schmid
Recteur de la paroisse orthodoxe
Saints Georges et Maurice - Sion

COLORIAGE

Envoie-nous un scan de tes coloriages et de ton message pour Conthey à l'adresse suivante: **info@conthact.ch**
ou par poste: **Conth'Act, Rue Centrale 26, 1964 Conthey.**

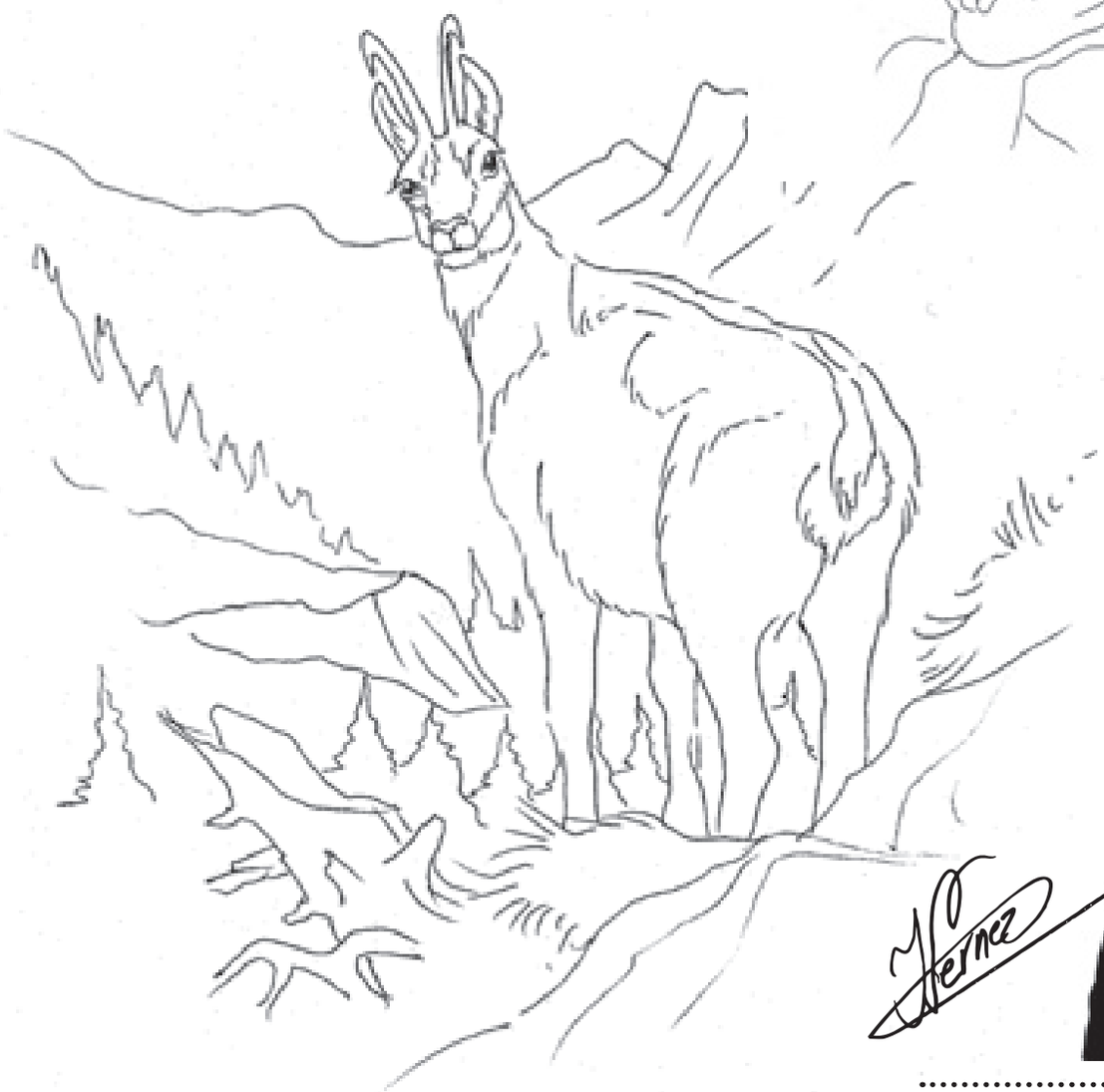
Mon message : .....

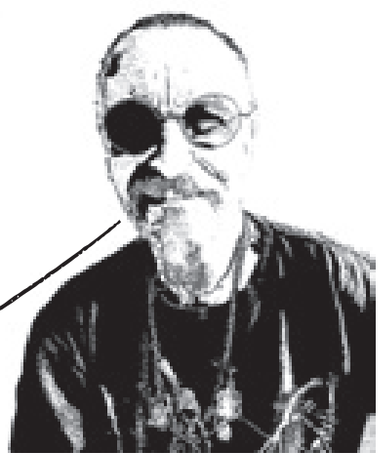
.....

.....

.....

.....



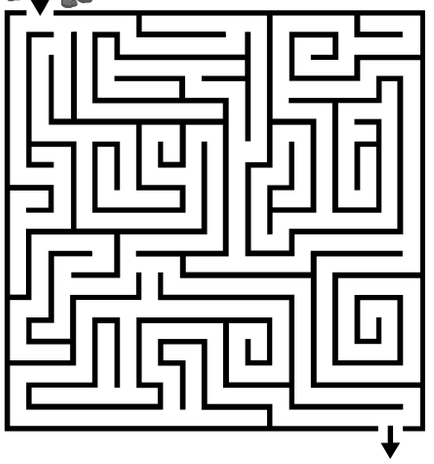


Ces coloriages vous sont proposés par **Joël Vernez**
Daillon

LE COIN DES JEUX !

Le Labyrinthe

Aide Rex à retrouver sa niche !



Sudoku

2			3		6			
6		5	9			4		8
						5		2
4		9		6	3			
			8			7		1
		1		4			9	
1		6	2	7				
	2					8		4
		4		1	8			7

Ce sudoku contient neuf lignes et neuf colonnes, donc 81 cases au total. Le but du jeu est de remplir ces cases avec des chiffres allant de 1 à 9 en veillant toujours à ce qu'un même chiffre ne figure qu'une seule fois par colonne, une seule fois par ligne, et une seule fois par carré de neuf cases.

«O Patoué dè Contèi - Le Patois de Conthey»

La Commune de Conthey, par le biais de son service à l'Intégration communale, vous propose de partir à la découverte du patrimoine contheysan. Un sentier didactique de 10 postes avec des activités ludiques pour petits et grands, vous attend jusqu'à fin septembre sur le chemin menant au Gîte de Lodze depuis les Mayens-de-Conthey

Mots-mêlés :

Cherchez les mots **en patois** dans la grille et avec les lettres restantes vous trouverez la traduction du mot "le moineau" en patois à Aven ?

Français	Patois
Buse	Buja
Choucas	Chouca
Chouette	Cheouète
Coq	Pôleco
Coucou	Côkyu
Cygne	Chegno
Épervier	Motsé
Faisan	Faèjan
Faucon	Fôcon
Geai	Dzî
Hibou grand duc	Thou
Hibou petit duc	Tserejoué
Hirondelle	Irondâa
Merle	Mèrlo
Mésange	Machintse
Oie	Oué
Pigeon	Pindzon
Pinson	Kyiton
Rossignol	Chegnorè

Les mots peuvent être à la verticale ou à l'horizontale.
Une lettre peut être utilisée plusieurs fois.

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

_ _ _ _ _ _ _ ^

Un jeu proposé par
Jérémy Papilloud
et mis en page par
Audrey Maret,
Déléguée à l'Intégration
Communale

Coronavirus : consignes et recommandations

Ces **interdictions** et **obligations** s'appliquent actuellement dans toute la Suisse.
Les cantons peuvent édicter des mesures supplémentaires.

Masque obligatoire dans les transports publics et dans les avions

Masque obligatoire lors de manifestations politiques

1000

Interdiction d'événements de plus de 1000 personnes

Quarantaine pour les personnes provenant des régions à risque

Plans de protection pour établissements, installations et manifestations

Les règles d'hygiène et de conduite sont des **recommandations** essentielles pour freiner la propagation du nouveau coronavirus.

Garder une distance de 1,5 mètre

Porter un masque si l'on ne peut pas garder ses distances

Respecter les règles d'hygiène

Se faire tester en cas de symptômes

Fournir ses coordonnées et permettre ainsi le traçage des contacts

Respecter les mesures d'isolement et de quarantaine

L'application SwissCovid pour les téléphones portables permet de retracer les contacts. À télécharger sur : Google Play Store pour Android et Apple Store pour iOS.

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Federal Office of Public Health FOPH

CANTON DU VALAIS
KANTON WALLIS

Port du masque obligatoire dans les magasins
(à partir du 31 août 2020)