



**Cahier  
romand**

Dieu se met  
au vert

**Secteur**

Dimanche  
des laïcs



# L'ESSENTIEL

**Votre magazine paroissial**

**Val d'Hérens**

Evolène, Hérémenche, Mase, Nax,  
Saint-Martin, Vernamiège, Vex  
[www.paroisses-herens.ch](http://www.paroisses-herens.ch)



FÉVRIER 2021 | NO 2 UNE PUBLICATION SAINT-AUGUSTIN



## Sommaire

### 02-04 Secteur

Dimanche des laïcs  
Le tour des chapelles  
Une place pour chacun,  
à la suite de notre baptême  
Patois  
Nouvelles et informations du diocèse  
Lettre d'information du diocèse

### I-VIII Cahier romand

#### 05-07 Secteur

Art et foi  
Qu'est-ce que le Mercredi des cendres?  
Livre de vie  
Prière pour la terre

#### 08 Secteur

Messes du Carême et des Rameaux  
**Méditation**  
L'espoir

## Dimanche des laïcs

### TOUS FRÈRES!

(*Fratelli tutti*, pape François)

PAR YVAN DELALOYE, BUREAU DE LA CRAL

DESSIN: DAVID BOILLAT

Les textes de la liturgie du dimanche 7 février consacrés aux laïcs font écho au temps de pandémie que nous traversons et qui voit ses effets se prolonger aujourd'hui encore. Un virus est venu déranger la mécanique bien huilée de notre société et nous rappeler brutalement notre vulnérabilité. Oui, nous sommes fragiles, nous pouvons être touchés, de près ou de loin, par la Covid-19, raison pour laquelle, nous devons désormais et, pour un certain temps encore, vivre sous le régime des gestes barrières.

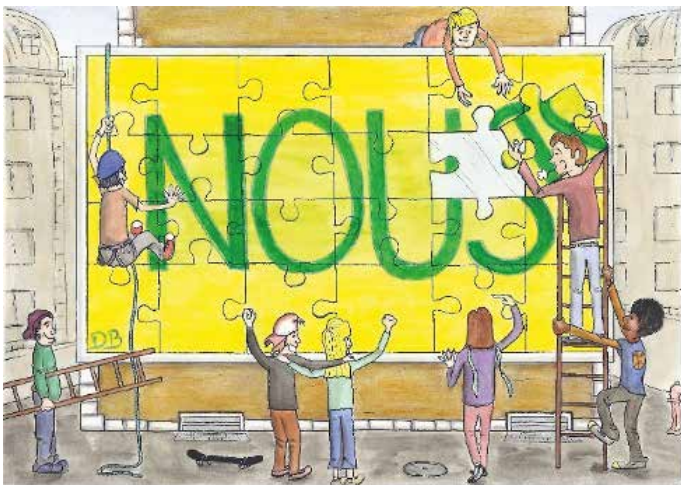
Combien sont-elles, les victimes de cette pandémie à pouvoir reprendre à leur compte les paroles de Job qui dit: « Je n'ai en partage que le néant, je ne compte que des nuits de souffrances. » Frères et sœurs de Job elles sont nombreuses à crier vers Dieu du fond de leur détresse alors, écoutons-les, tendons-leur la main et prenons soins les uns des autres, surtout des plus faibles.

François nous le dit dans sa dernière encyclique *Fratelli tutti* (« Tous frères ») sur la fraternité et l'amitié sociale publiée en pleine pandémie et cet appel doit résonner encore plus fort à nos oreilles de laïcs baptisés et engagés dans nos paroisses et nos mouvements car « Vivre dans l'indifférence à la douleur » n'est pas une option possible pour lui.

Cet appel nous est adressé chaque jour et plus encore en ces temps difficiles. Les textes nous invitent à annoncer l'évangile d'abord auprès des souffrants, des Job de notre temps en adoptant l'attitude de Paul: « Avec les faibles, j'ai été faible, pour gagner les faibles » et en faisant confiance à Jésus, qui guérit la belle-mère de Simon et beaucoup d'autres malades.

Pour le pape François, annoncer et guérir vont de pair et notre foi doit se vivre dans nos actes et nos actes témoigner de notre foi et il nous rappelle que le chrétien reconnaît « le Christ lui-même dans chaque frère abandonné ou exclu ». Leur venir en aide, c'est donc annoncer l'Évangile là où nous sommes engagés, avec la diversité de nos charismes.

La Communauté romande de l'apostolat des laïcs vous offre une vaste palette de mouvements pour conjuguer annonce de l'Évangile et amour du prochain. Peut-être en trouverez-vous un à votre mesure!



## Horaires et coordonnées des secrétariats paroissiaux

### Evolène

Mardi et Mercredi  
9h30-12h / 13h30-16h45  
027 283 11 27  
Courriel:  
paroisses.ehv@gmail.com

### Mase

Mercredi matin 9h-12h  
079 905 27 82  
Courriel:  
p.mtnoble.stmartin@gmail.com

### Saint-Martin

Vendredi après-midi 14h-17h  
027 281 12 63

### Vex

Mercredi 8h-11h30 / 13h30-17h  
Jeudi 8h-11h30  
027 207 25 51  
Courriel:  
paroisses.ehv@gmail.com



## Une place pour chacun, à la suite de notre baptême

PAR DES MEMBRES DU COCOM DE SAINT-MARTIN

**Etre chrétien, ça veut dire quoi, ça change quoi, concrètement? Comment mettre en œuvre véritablement notre baptême?**

Nous nous sommes peut-être posé ces questions. Dieu a besoin de nos mains, de nos yeux, de notre intelligence, de notre contribution pour un monde meilleur. Nos lieux de vie, de travail, de loisirs nous donnent les occasions de vivre la solidarité, le partage, la coresponsabilité. Ils sont des lieux de **communio**n fraternelle et de service.

**Etre baptisé**, c'est être plongé dans cette histoire avec Dieu, avec le Christ, non pas tout seul, mais ensemble avec une communauté qui vit de ce qu'elle croit.

Pour ne pas nous décourager et pouvoir donner à notre tour, nous avons besoin de reprendre des forces dans l'écoute de **la Parole de Dieu et l'Eucharistie**: nous accueillons un Dieu proche qui nous aime et nous soutient en nous donnant son Esprit Saint. Ainsi, la bienveillance et l'amour de Dieu que nous recevons nous habitent pour que nous puissions le manifester à d'autres.

Pour grandir dans la foi de notre baptême, nous avons besoin de connaître, **d'être formés et informés** sur la foi proclamée par notre Eglise, sur la Bible et son message. La participation active à des célébrations, à des formations, des lectures, nous aident à être plus conscients de notre foi, de notre rôle de chrétiens dans notre communauté locale et dans le monde.

C'est tout cela que nous rappelle **la journée de l'apostolat des laïcs**, le 7 février 2021.

*Alors, à chacune et chacun d'entre nous de participer à sa manière, pour être vraiment « membres du peuple de Dieu et disciples missionnaires », comme le dit le pape François (La joie de l'Evangile, n° 120).*

## Le tour des chapelles

**Dans le cadre de cette nouvelle rubrique, nous allons nous attacher à vous faire découvrir régulièrement les nombreuses chapelles de notre vallée. La croix sur chacune d'elle nous indique l'appel vers le Haut et la chapelle elle-même nous dit que là où elle se trouve, il y a une communauté d'hommes et de femmes qui partagent une même foi en Dieu et en l'homme.**

PAR YVAN DELALOYE, PATRIMOINE HÉRÉMENCE | PHOTO: PHILIPPE NENDAZ

### La chapelle Saint-Antoine à Prolin – 1851

Un prêtre originaire de Prolin, Antoine Nicolas Sierro, curé à Nax, a offert aux habitants du village cette chapelle dont la construction débuta en 1844 et se termina en 1851 par sa bénédiction le 1<sup>er</sup> août 1851.

Le curé bienfaiteur choisit saint Antoine l'ermite comme patron que l'on distingue de saint Antoine de Padoue, également ermite, qui vécut en Italie vers 1200. Saint Antoine l'ermite, l'Egyptien, est le protecteur des animaux et est souvent représenté avec un cochon à ses côtés.

Jadis, la perte d'une pièce de bétail était catastrophique pour les familles nombreuses, raison pour laquelle on le priait beaucoup. On disait souvent lorsque l'on égarait quelque chose: «Saint Antoine, vieux voleur et vieux menteur, rends-moi ce que ce que tu m'as pris.»



En 1935, on la restaura complètement sous la direction du président Emile Bour-

din, originaire de ce village, et du curé Maytain.



# Patois

PAR GISÈLE PANNATIER

## Lè Chindre

«Aprè la klyèrtà dè la Tsandèlòouja, aprè lo tèin dè karnavà, chè lève lù Zò déi Chindre. Tsike ànn, oun boürle lo karnavà lo nèitt dóou Dumâ Grâ devàn kè lè Chindre lè markichàn lo koumèinsemèn dè la karèinma.»

D'emblée, la Chandeleur place février sous le signe de la lumière puisque, lors de la présentation de Jésus au temple, Siméon reconnaît la Lumière d'Israël. En outre, à ce moment de l'année, l'antienne paysanne redit la joie suscitée par la clarté qui, progressivement, gagne sur la nuit: «A la Tsandèlòouja, lù zòch an krèchoùk dóou dùnà d'ouñn' èfóouja», signe de réjouissances que le temps d'un repas de nocés.

Puis la période carnavalesque – indépendamment du silence que la pandémie actuelle jette sur nos contrées – renforce la montée du jour sur l'obscurité et

les flammes finissent par engloutir le carnaval personnifié. Ainsi notre hiver s'achève dans les cendres d'un grand feu.

Dans la tradition juive, les cendres sont, selon les situations, un symbole de désolation et d'affliction ou un symbole de pénitence. Dans la tradition montagnarde, les cendres s'associent encore à la fonte de la neige et à la fertilité ainsi qu'à la purification.

Qui ne se souvient pas de ces cendres épandues sur le chemin verglacé et à même de freiner instantanément la joyeuse cohorte des lugeurs? Effectivement, les cendres ont raison de la glace ou de la neige. «Pò féire terrènà oun moué dè kourtù óou óuna plàche, n'èinvoue dè chindre.» Les cendres font fondre la glace hivernale et partant hâtent le renouveau.

Les bienfaits des cendres se manifestent tant pour le bien-être de l'individu que pour la qualité des récoltes. Souffrait-on de points de côté, il convenait de «mètre choùk dè chindre tsàde chù ounn a lè-j-èfoùnte». Quand vient le moment de «kourà lè chindre», on les répand au

fond du jardin ou dans les champs en raison de leur propriété fertilisante. Pourtant la métaphore «dè chindre» s'applique à une terre asséchée.

«È kann îre lù zò dè mènà la bouya! faléi chè vèlyè dè pâ tsachyè tsóouja óou fouà pòr avéi dè chindre pròopye è dè bon linchoùk.» L'eau de lessive préparée avec l'eau bouillante versée sur la seule cendre de bois garantissait la blancheur de la toile. Le pouvoir de purification des cendres était bien connu de nos ancêtres.

Le nom patois «chindre» reste très proche de son origine latine CINERE. «Avoué lè chindre bènite lo Zò déi Chindre, lù prîro mârke la kroui chù lo frònn è dùtt: Ènchovùn-tè kè t'é dè poussa è kè tù toùrnéré à la poussa.» C'est le rappel de la fragilité humaine: alors que la mort menace sans cesse, l'homme choisit la vérité de sa vie.

A l'entrée du carême, «lù Dùmékro déi Chindre» nous invite à suivre le chemin qui conduit des cendres de nos doutes et de nos angoisses au feu vivifiant qui embrase la nuit pascale.

# Nouvelles et informations du diocèse

## Deux nouveaux diacres en Valais!

### SOURCE: CRV

C'est avec une grande joie que Mgr Jean-Marie Lovey a ordonné deux frères au diaconat le 13 décembre dernier en la Cathédrale de Sion.

### Un cadeau qui ne se reprend pas

Voici ce que Simon et Valentin Roudit avaient dans les cœurs en cette journée de fête:



«Le diaconat est une consécration à Dieu, un cadeau qu'on lui fait de notre vie pour qu'il l'utilise au service de son Eglise, des gens qui nous seront confiés. Et un cadeau, ça ne se reprend pas. C'est pourquoi nous aurons besoin de vos prières, qui soutiendront notre fidélité à la grandeur de l'engagement et de la vocation.» Nous pouvons les confier dans nos prières jusqu'au 27 juin 2021 date de leur ordination à la prêtrise.

L'ainé, Simon, est chanoine régulier du Grand-Saint-Bernard. Il a fait ses vœux solennels dans cette congrégation le 7 décembre 2019. Après avoir œuvré dans la paroisse de Martigny, il est monté au Grand-Saint-Bernard, accompagné de ses confrères Hugues et Matthieu.

Valentin, quant à lui, est séminariste dans le diocèse de Sion. Après cinq ans de formation au séminaire et une année en mission à Hong Kong, le voici à la paroisse de Collombey-Muraz pour son année de stage.



## LETTRE D'INFORMATION DU DIOCÈSE DE SION

L'évêché de Sion propose à tous les fidèles de s'inscrire afin de recevoir régulièrement une lettre d'information sur la vie du diocèse.

Uniquement par voie électronique, elle paraîtra à un rythme mensuel. N'hésitez pas à la faire connaître autour de vous, surtout en ces temps où le besoin de communication et de communion se fait encore plus fort. Vous pouvez vous y abonner à l'adresse internet suivante: [cath-vs.ch/info-sion](http://cath-vs.ch/info-sion)



# Art et foi

## Accueillir et voir au-delà des apparences

TEXTE ET PHOTO PAR MONIQUE GASPOZ

**Joseph et Marie**, vous êtes fidèles à la Loi de Moïse. Vous suivez les préceptes de votre religion en vous rendant au Temple de Jérusalem, avant de rentrer à Nazareth. Vous venez rendre grâce à Dieu pour cet enfant. Vous apportez deux colombes, offrande des gens peu fortunés.

**Siméon**, tu accueilles Marie, Joseph et l'Enfant-Dieu. Tu es un homme en attente, à l'esprit ouvert, dans ton grand âge. L'Esprit Saint est sur toi, Celui qui t'aide à interpréter les événements au-delà des apparences. Tu constates ainsi qu'en cet enfant, la promesse de Dieu est accomplie. C'est pour toi une très grande joie. Tu prends l'enfant-Dieu dans tes bras et tu bénis Dieu: « *Maintenant, Maître, c'est en paix, comme tu l'as dit, que tu renvoies ton serviteur. Car mes yeux ont vu ton salut, que tu as préparé face à tous les peuples: lumière pour la révélation aux païens et gloire d'Israël ton peuple.* » (Lc 2, 29-32) Tu annonces à Marie qu'un glaive transpercera son cœur. A la joie suscitée par l'arrivée du Sauveur se mêle en toi l'amertume de l'annonce des futures souffrances de Marie.

**Anne**, âgée de quatre-vingt-quatre ans, tu ne t'écartes pas du Temple et tu pries le Seigneur nuit et jour. Tu tiens le rouleau de la Parole et du geste de ta main, tu reconnais Jésus le Fils de Dieu, Celui qui vient sauver le peuple que Dieu s'est choisi.

**Jésus**, tu es appelé « *lumière qui éclaire toutes les nations* ». Après avoir été porté en Marie, Siméon te prend dans ses bras, comme pour te donner au monde.

Cet épisode scelle le lien entre l'Ancienne et la Nouvelle Alliance de Dieu avec les hommes. Le tissu rouge qui relie les deux colonnes du Temple en est le symbole.



Maestro Giovanni (Arte Greco-Macedone, fin XVI<sup>e</sup> siècle). Présentation de Jésus au Temple, Musées du Vatican.

**A la suite d'Anne et Siméon**, puissions-nous voir en chaque personne que nous rencontrons ce qui est lumineux en elle, au-delà des apparences.

**La fête de la présentation de Jésus au Temple, ou Chandeleur, est célébrée le 2 février** dans le calendrier chrétien. Dans l'Antiquité, on fêtait la sortie de l'hiver à la mi-février, parce que les jours rallongent. A cette occasion, les Romains défilent dans les rues avec des flambeaux pour célébrer le retour à la lumière. L'Eglise a transformé ce rite païen en fête religieuse. Au Moyen Age, les chrétiens organisaient des processions pendant lesquelles ils portaient des chandelles (ou bougies) bénites, symboles de la lumière du Christ d'où le nom de Chandeleur, fête des chandelles.

**SERVICE  
FUNEBRE  
EVOLENE**



**ORGANISATION COMPLETE DES OBSEQUES**

A VOTRE DISPOSITION 24H/24

**WANDA FOURNIER 079 366 64 30**

SERVICE FUNEBRE PATRICK QUARROZ 027 322 73 00

**WWW.SERVICEFUNEBRE.CH**



# Qu'est-ce que le Mercredi des cendres ?

TEXTE RETRAVAILLÉE PAR ISABELLE VARONE; SOURCE: EGLISE.CATHOLIQUE.FR | PHOTO: DR

LE MERCREDI DES CENDRES, 1<sup>er</sup> jour du Carême, est marqué par l'imposition des cendres: le prêtre dépose un peu de cendres sur le front de chaque fidèle, en signe de la fragilité de l'homme, mais aussi de l'espérance en la miséricorde de Dieu. En 2021, il sera célébré le 17 février.

## ORIGINE

On trouve déjà le symbolisme des cendres dans l'Ancien Testament. Il évoque globalement la représentation du péché et la fragilité de l'être. On peut y lire que quand l'homme se recouvre de cendres, c'est qu'il veut montrer à Dieu qu'il reconnaît ses fautes. Par conséquent, il demande à Dieu le pardon de ses péchés: il fait pénitence.



## UN SYMBOLE DE RECONNAISSANCE

Tous, nous faisons l'expérience du péché. Comment s'en dégager ? Jésus nous apprend que nous serons victorieux du péché quand nous aurons appris par l'Évangile à remplacer le feu du mal par le feu de l'Amour. Car le feu qui brûle ce jour détruit d'abord mais, en même temps, ce feu éclaire, réchauffe, reconforte, guide et encourage.

## UN APPEL À LA CONVERSION

La cendre est appliquée sur le front pour nous appeler plus clairement encore à la conversion, précisément par le chemin de l'humilité. La cendre, c'est ce qui reste quand le feu a détruit la matière dont il s'est emparé. Quand on constate qu'il y a des cendres, c'est qu'apparemment il ne reste plus rien de ce que le feu a détruit. C'est l'image de notre pauvreté. Mais les cendres peuvent aussi fertiliser la terre et la vie peut renaître sous les cendres. Tout en le marquant, le prêtre dit au fidèle: « *Convertissez-vous et croyez à la Bonne Nouvelle.* » L'Évangile de ce jour est un pas-

sage de saint Matthieu – chapitre 6, versets 1 à 6 et 16 à 18 – qui incite les fidèles à prier et agir, non pas de manière orgueilleuse et ostentatoire, mais dans le secret de leur cœur :

« *Quand tu fais l'aumône, que ta main gauche ignore ce que donne ta main droite,*

*afin que ton aumône reste dans le secret;*

*ton Père voit ce que tu fais en secret.*

*Quand tu pries, retire-toi au fond de ta maison, ferme la porte,*

*et prie ton Père qui est présent dans le secret.*

*Quand tu jeûnes, parfume-toi la tête et lave-toi le visage;*

*ainsi ton jeûne ne sera pas connu des hommes,*

*mais seulement du Père qui est présent dans le secret. »*

## CONCRÈTEMENT

Convertissons-nous chaque jour pour choisir Dieu et l'aimer dans nos frères en toute discrétion et humilité, sûrs que Lui voit nos intentions et nos actions même si les autres ne le remarquent pas.

**Ici**  
votre annonce  
serait lue

  
**Famille  
Claude  
Masserey**  
 Fournitures liturgiques  
 Cierges – Bougies – Lumignons  
 Ch. St-Hubert 13 – 1950 Sion  
 Tél. 027 322 55 32 – Natel 079 628 19 63  
 Fax 027 323 63 62

Agence immobilière  
 et touristique  
 Location –  
 Vente  
  
**IMMO-TOURISME**  
 Evolène-Region  
 Route Principale 60  
 1984 Les Haudères  
 Véronique et Maurice Bracci-Maitre  
 Tél. 027 283 22 24 – info@immo-tourisme.ch  
 www.immo-tourisme.ch

  
**Taverne  
Evolène**  
 Café - Bar - Restaurant  
 1983 Evolène – Valais – Suisse  
 027 283 12 02 – info@lataverneevolenarde.ch



# Livre de vie

## Décès

### Evolène

10 décembre: *Armand CHEVRIER*, 1935  
26 décembre: *Catherine ANZEVUI-GASPOZ*, 1932

### Héremence

10 décembre: *Joséphine MAYORAZ*, 1925  
22 décembre: *Gérard SIERRO*, 1944

### Mase

28 décembre: *Martial MAURY*, 1933

### Saint-Martin

28 décembre: *Cécile MAYOR-VOIDE*, 1938

### Vex

27 décembre: *Andrée PITTELOUD*, 1940

## Baptême

### Vex

12 décembre: *Liam FOLLONIER*, de Fabien et Kathia née FOLLONIER

## Dons

### Evolène

*Chapelle des Haudères*  
Anonyme Fr. 2400.-

*Chapelle de Clos Lombard*  
Anonyme Fr. 200.-

*Chapelle Saint-Barthélémy*  
Anonyme Fr. 200.-

*Eglise d'Evolène*  
Anonyme Fr. 200.-

### Héremence

*Chapelle de Mâche*  
En souvenir de Clément DAYER: Fr. 500.-

### Héremence

En souvenir de Lucien SIERRO (1940): Fr. 100.-

### Saint-Martin

En souvenir de Félicie GASPOZ-MOIX: Fr. 300.-

## Prière pour la terre

Rédigée par le pape François, cette « Prière pour notre terre » conclut son encyclique sur l'écologie intégrale *Laudato si'* (2015).

Dieu Tout-Puissant qui es présent dans tout l'univers  
et dans la plus petite de tes créatures,  
Toi qui entoures de ta tendresse tout ce qui existe,  
répands sur nous la force de ton amour  
pour que nous protégions la vie et la beauté.

Inonde-nous de paix, pour que nous vivions comme  
frères et sœurs sans causer de dommages à personne.

Ô Dieu des pauvres, aide-nous à secourir les abandonnés  
et les oubliés de cette terre qui valent tant à tes yeux.

Guéris nos vies, pour que nous soyons des protecteurs du monde  
et non des prédateurs, pour que nous semions la beauté  
et non la pollution ni la destruction.

Touche les cœurs de ceux qui cherchent seulement des profits  
aux dépens de la terre et des pauvres.

Apprends-nous à découvrir la valeur de chaque chose,  
à contempler, émerveillés,  
à reconnaître que nous sommes profondément unis  
à toutes les créatures sur notre chemin vers ta lumière infinie.

Merci parce que tu es avec nous tous les jours.  
Soutiens-nous, nous t'en prions,  
dans notre lutte pour la justice, l'amour et la paix.



PHOTO: DR

Ici  
votre annonce  
serait lue

IMPRIMERIE  
**SCHMID**

Ch. St-Hubert 45 Tél. 027 327 22 55  
CH-1951 Sion Fax 027 323 44 41

info@imprimerie-schmid.ch  
www.imprimerie-schmid.ch

L'Evangile... à l'Ecran !  
[www.levangilealecran.com](http://www.levangilealecran.com)

Chaque vendredi, une piste pour  
bien vivre l'Evangile dominical





## Informations messes

En raison des circonstances sanitaires liées au COVID-19, les horaires des messes seront communiqués au fur et à mesure via le site internet de nos paroisses: [www.paroisses-herens.ch](http://www.paroisses-herens.ch) ainsi que dans les annonces de la semaine qui se trouvent dans nos églises.

## Messes du Carême et des Rameaux

PAR YVAN DELALOYE

**Espace 2** rejoindra, dans le cadre du 50<sup>e</sup> anniversaire de son église, la communauté d'Hérérence pour offrir à ses auditeurs la diffusion des messes du Carême et de celle des Rameaux.

Les messes des dimanches du carême seront diffusées en direct à 9h les 21 et 28 février, 7, 14 et 21 mars et celle du dimanche des Rameaux à la même heure le dimanche 28 mars.

## L'espoir

PAR JEAN-CLAUDE FAVRE, 1999

PHOTO: DR

Pourquoi sur notre bonne terre  
Bien des hommes se font la guerre  
Alors que notre Dieu et Père  
Nous a créés tous sœurs et frères

Le mal se rencontre partout  
Chez les autres comme chez nous  
Comment parviendrons-nous à bout  
Chacun doit y planter son clou

Dès lors il faut se pardonner  
Voire même se réconcilier  
Et pourquoi pas fraterniser  
Voilà un programme à forger

Que la Paix vienne sur cette terre  
Tel est mon vœu le plus sincère  
Faisons monter vers Dieu le Père  
Nos supplications nos prières

Mais il ne faut point s'attrister  
Le Christ nous l'a certifié  
A tous ses chers et bien-aimés  
Il donnera l'éternité

Sur Jésus notre foi se fonde  
Un jour viendra un nouveau monde  
La paix régnera à la ronde  
Nos semences seront fécondes

L'espoir il est vrai nous soulage  
Au risque même du naufrage  
Dès lors fixons bien le rivage  
Pour réussir notre abordage



LAPOSTOLÉ

JAB CH-1890 St-Maurice  
P.P. / Journal

**L'ESSENTIEL**

Votre magazine paroissial

### IMPRESSUM

**Editeur** Saint-Augustin SA  
Case postale 51, 1890 Saint-Maurice

**Directeur général** Yvon Duboule

**Rédacteur en chef** Nicolas Maury

**Secrétariat** Tél. 024 486 05 25, fax 024 486 05 36  
bpf@staugustin.ch

**Equipe de rédaction**  
Equipe pastorale du secteur du Val d'Hérens

### Contact magazine

Secteur pastoral du Val d'Hérens  
essentiel.herens@gmail.com, tél. 079 109 28 91

### Cahier romand

Essencedesign SA, Lausanne

### Photo de couverture

Photo: Monique Gaspoz