



**Cahier  
romand**  
Finance  
chrétienne

**Editorial**  
Retrouver  
souffle



# L'ESSENTIEL

**Votre magazine paroissial**

**Val d'Hérens**

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

JANVIER 2024 | NO 1 UNE PUBLICATION SAINT-AUGUSTIN

L'ARÈNE





## Sommaire

### 02-04 Secteur

Les ateliers créatifs de l'Avent et Noël  
Assemblée générale de la paroisse  
de Saint-Martin  
Le tour des églises et chapelles  
Patois

### I-VIII Cahier romand

### 05-07 Secteur

Art et foi  
L'amour de soi!  
L'Hôtel Dieu – Sion  
Dimanche des Laïcs 4 février 2024,  
à Saint-Martin  
Livre de vie  
50<sup>e</sup> anniversaire du chœur mixte  
Saint-Nicolas d'Hérémece

### 08 Informations et horaires Providence

## Horaires et coordonnées des secrétariats paroissiaux

### Evolène

Mardi et Mercredi 9h30-12h / 13h30-16h45  
027 283 11 27 – Courriel: [secretariat@paroisses-herens.ch](mailto:secretariat@paroisses-herens.ch)

### Saint-Martin

Lundi 13h30-17h / Mardi 8h-11h30 / Vendredi 13h30-17h  
027 281 12 63 – Courriel: [secretariat@paroisses-herens.ch](mailto:secretariat@paroisses-herens.ch)

### Hérémece et Vex

Mercredi 8h-11h30 / 13h30-17h, Jeudi 8h-11h30  
027 207 25 51 – Courriel: [secretariat@paroisses-herens.ch](mailto:secretariat@paroisses-herens.ch)


**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


**IMPRIMERIE  
SCHMID**  
Ch. St-Hubert 45 Tél. 027 327 22 55  
CH-1951 Sion Fax 027 323 44 41  
[info@imprimerie-schmid.ch](mailto:info@imprimerie-schmid.ch)  
[www.imprimerie-schmid.ch](http://www.imprimerie-schmid.ch)

## Retrouver souffle

PAR ETIENNE CATZEFLIS  
PHOTOS: DR

J'espère que vous avez passé de belles fêtes de fin d'année! Bien souvent elles ne sont pas tant reposantes, mais ont l'avantage de nous faire sortir de nos soucis ou de notre train-train. Or voilà que trop vite elles font partie du passé, et nous reprenons notre rythme habituel.



Je vous livre deux remarques entendues de la bouche d'autorité au service de la société:

- « *Après ces quelques années, je me demande si j'arriverai à garder encore assez d'enthousiasme dans ma charge, ou si je me contenterai du minimum, freiné par l'indifférence ou les critiques négatives?* »
- « *Apparemment, aujourd'hui les gens n'ont tellement plus besoin des autres, qu'il est difficile de trouver des personnes disposées à siéger dans les comités de nos sociétés villageoises.* »

Ces remarques m'interpellent et m'incitent à clarifier au seuil de l'an nouveau mes dispositions intérieures. Eh oui! malgré le confort, la prospérité, la sécurité (pour combien de temps?), ne suis-je pas moi-même modelé par un *esprit* ambiant plutôt terne et fatigué? Fatigué de quoi? Je ne sais même pas trop!

Que veux-je donc adopter pour assumer une place constructive dans la société?

A propos *d'esprit*, je vous souhaite d'accueillir l'ESPRIT qui veut nous donner ou redonner souffle! Et que ce souffle puisse favoriser en vous et autour de vous la JOIE du service!



*Aidant, aidé: la joie partagée.*

**Ici**  
votre annonce serait lue



# Les ateliers créatifs de l'Avent et Noël



PAR YVAN DELALOYE  
PHOTOS: ORGANISATEURS

Le 27 novembre dernier se sont déroulés, au cycle d'orientation d'Euseigne, des ateliers créatifs pour préparer l'entrée dans le temps de l'Avent qui va nous conduire à la fête de Noël.

Ce moment ouvert à tous ceux qui le souhaitent, a notamment réuni de nombreuses familles accompagnées par leurs enfants suivant des préparations de parcours aux sacrements.

L'équipe organisatrice a pu compter sur l'aide de personnes bénévoles qui ont animé les divers ateliers en prodiguant leurs explications et leurs conseils sur la manière de réaliser les activités proposées.

Durant l'après-midi, tous les participants ont pu réaliser des couronnes de l'Avent ou des décorations de Noël, des lanternes, des cartes de Noël, de petits bonnets en laine, des anges en carton ou tout simplement colorier des dessins en relation avec les fêtes de fin d'année.

Cette proposition d'entrée dans le temps de Noël a permis de constater que la créativité prend tout son sens par l'énergie positive qui régnait. Elle a aussi contribué à rapprocher et créer de nouveaux liens entre les participants venant de diverses paroisses de notre secteur. Au final c'est un moment magique qui a été vécu et qui a permis à chacune et chacun de repartir chez lui avec ses créations et les yeux remplis d'étoiles!

Merci et bravo à toutes et tous!



# Assemblée générale de la paroisse de Saint-Martin

TEXTE ET PHOTOS PAR MONIQUE GASPOZ

Le dimanche 26 novembre dernier, une cinquantaine de paroissiens et habitants de Saint-Martin se sont réunis pour une messe suivie d'une assemblée générale à la salle bourgeoise.

Mais pourquoi donc faire une assemblée générale de la paroisse? Les buts en étaient – d'informer sur la situation financière et pastorale actuelle; – d'être à l'écoute des paroissiens et d'identifier leurs attentes; – de réfléchir ensemble à des pistes pour l'avenir.

Qu'est-ce qu'une paroisse et quelles sont ses missions? Une paroisse est une communauté locale qui se sent concernée par le Christ, ouverte sur tous les habitants d'une région, qu'ils soient chrétiens ou non. Elle



est au service d'une pratique religieuse et d'une formation à la foi catholique. Elle est attentive aux personnes en recherche de spiritualité et ouverte aux personnes non croyantes.

## Une démarche de réflexion et d'échange

Après la célébration de l'eucharistie et une brève présentation par le Cocom et le Cogest, les participants réunis par tables de six à huit personnes ont réfléchi et échangé sur leurs souhaits et attentes pour



l'avenir de leur paroisse, afin qu'elle soit toujours plus vivante, malgré la diminution de la présence du prêtre. Ils ont noté leurs idées sur de grands Post it. Puis une mise en commun a été réalisée afin de partager à tous les réflexions des différents groupes. Une synthèse sera réalisée et présentée prochainement. Des priorités seront définies quant à la mise en œuvre des idées émises.

Cette rencontre a été un beau moment de conscientisation, de réflexion et de partage.



# Le tour des églises et chapelles

## L'ancienne église Saint-Sylve, à Vex

C'est la seule église dédiée à saint Sylve, deuxième évêque connu de notre diocèse. C'est à lui que saint Eucher, évêque de Lyon, a dédié sa Passion des martyrs d'Againe.

TEXTE ET PHOTOS PAR MONIQUE GASPOZ

SOURCE : PLAQUETTE « L'ANCIENNE ÉGLISE SAINT-SYLVE DE VEX » ÉDITÉE EN 1989, POUR COMMÉMORER LA BÉNÉDICTION DE L'ANCIENNE ÉGLISE RESTAURÉE

C'était l'église paroissiale de Vex et des environs jusqu'en 1876. Elle a été rénovée en 1988 et sert encore aujourd'hui de **chapelle ardente**. Elle est entourée du cimetière depuis fort longtemps. Les habitants de la région étaient baptisés dans cette église. On y célébrait aussi les enterrements. Les autres célébrations avaient lieu principalement dans l'église située dans le village. L'église Saint-Sylve marquait donc surtout le début et la fin de la vie des paroissiens.

Cette église est riche d'une longue histoire :

- La **nef romane** est du XI<sup>e</sup> siècle.
- Le **chœur gothique** de plan carré a remplacé l'abside romane en 1498.
- Le **clocher** date du XIV<sup>e</sup> siècle.
- La nouvelle **sacristie** date de 1714.

On ne peut pas parler de l'église Saint-



Sylve sans évoquer les **chauves-souris** : une colonie de grands rhinolophes, espèce très rare, revient chaque année de mai à septembre dans le clocher.

Depuis longtemps, cette église veille comme une sentinelle à l'entrée du Val d'Hérens.

## Patois

PAR GISÈLE PANNATIER

### Apilyè

«Lù bèla Klyèrtà dè Tsalènde lù no-j-èhlyéire è lù rëzouye lo kou. Lù dèrri zòch dè l'ann pàchonn akouéite, n'arrouvouèin za óou Bønn Ànn è n'apilyèin l'àn 2024.»

Au seuil de la nouvelle année, l'enthousiasme joyeux des commencements se répand dans l'atmosphère pourtant troublée de notre temps. Le premier jour de l'an s'installe comme un moment suspendu au cours duquel circulent les paroles de bénédiction.

C'est l'instant où toujours revient, si fugitif parfois, le sentiment merveilleux de nous éveiller à la vie. C'est l'ouverture sans cesse recommencée, traversée par les espoirs qui renaissent et par les craintes des jours à venir qui sourdent.

Le Jour de l'An, «ounn apilye l'ann», une autre année débute, mais, dans la perspective patoise centrée sur les gens, on s'engage dans une nouvelle année, la décision de commencer comporte un risque à assumer. «Apilyè», c'est saisir avec détermination, empoigner avec fermeté.

«Ounn apilye ounn moublo» afin d'effectuer un travail avec cet outil. Il arrive d'«apilyè pè lè péiss, d'apilyè lè-jogreùlye», de tirer les cheveux, les oreilles. «Apilye lè-jogreùlye», le petit matin froid saisit.

En général, «apilyè» appuie l'engagement du sujet, «chè

dèmoùre pâ, apilye», il ne prend pas la tâche à la légère mais à bras le corps.

La formulation négative tend à condamner l'absence d'investissement. D'une personne qui refuse d'exécuter tout travail : «Ènn apilye pâ ouinna!» De même, lorsqu'une vache renonce à une lutte, le constat désabusé de l'éleveur décontenance l'interlocuteur : «L'apilye pâ!»

A l'inverse, la persévérance insistante s'exprime au moyen du composé «rèpilyè». L'insuccès, l'échec ou la défaite subie n'émoussent pas la volonté de réussir ni la combativité. «È rèpilyènn», dit-on en parlant par exemple d'un enfant qui multiplie les tentatives afin de parvenir à atteindre l'objectif qu'il s'est fixé. Quant à une vache «rèpilyènta», elle se montre toujours prête à affronter l'adversité, quels qu'aient été ses déboires.

En Suisse romande, le mot «apilyè» est bien connu en Valais et dans les Alpes vaudoises; il a cours également en Savoie et en Vallée d'Aoste. Ce verbe est proche de l'italien *pigliare*, qui est un synonyme de prendre. Dans nos patois, il ne regroupe pas tous les emplois du verbe «prendre», mais il remonte aussi au latin populaire \*PILIARE, signifiant saisir. Dans notre région, «apilyè» revêt encore la notion de coller, attacher.

Au milieu du tumulte des nouveautés, le recommencement d'une année est un enchantement toujours neuf. La nouvelle année sera «rèpilyènta», soutenue par un ressaisissement de sens, qui permet d'inventer l'avenir.

Bønn Ànn a tsikouinna è a tsikouùn!



# Art et foi

## La visite des mages

TEXTE ET PHOTO PAR MONIQUE GASPOZ

De vous les mages, on dit que vous êtes trois. La tradition chrétienne vous a vus avec des âges différents: du plus jeune au plus âgé, vous représentez tous les âges de la vie. En l'un de vous, chacun peut se reconnaître, invité à se laisser attirer par le Christ, comme vous l'avez fait.

Vous descendez de vos grandes montures et vous vous agenouillez devant ce Dieu petit enfant, mis au monde par une jeune fille de Nazareth.

L'évangéliste Mathieu ne vous attribue pas de prénoms, mais la tradition vous a nommés Melchior, Gaspard et Balthazar.

Vos somptueux cadeaux sont de précieux symboles. En apportant de l'**or**, vous désignez Jésus comme roi des Juifs. Avec l'**encens**, vous identifiez le nourrisson comme Fils de Dieu. Avec la **myrrhe**, vous annoncez la mortalité de Jésus. La triple nature du Christ est ainsi évoquée: royale avec l'or, divine avec l'encens et humaine avec la myrrhe.



Giotto, Visite des Mages, Basilique Saint-François, Assise.

Benoît XVI écrivait: «L'Épiphanie est un mystère de lumière représentée de manière symbolique par l'étoile qui a guidé le voyage des mages. Mais la vraie source de lumière, l'Astre d'en-haut qui vient nous visiter (Lc 1, 78), c'est le Christ.»

**Belle fête de l'Épiphanie le 6 janvier!**

## Parcours sur l'estime de soi

L'estime de soi est un thème très en vogue. Il est vrai que dans un monde où nous entendons souvent parler de performances, de réussites, de compétitions nous sommes bien souvent en prise avec nos sentiments d'infériorité ou de supériorité. Tous ces sentiments peuvent être source de tensions en nous mais également au sein de nos relations. Ils peuvent également être un frein au don de soi, à la réalisation de la vocation et de la mission qui est la nôtre! Au cœur de tous nos doutes intérieurs, il est donc parfois bon d'entendre, Dieu nous dire: **«Tu as du prix à mes yeux et je t'aime!»** **Isaïe 43, 4**



Pour approfondir ce thème quatre rencontres seront proposées dans notre secteur. La Parole de Dieu, qui sera méditée et commentée nous aidera à **grandir dans un juste et authentique amour de soi**. Deux possibilités vous sont offertes:

**Parcours 1: église d'Evolène à 20h** les vendredis 23 février, 22 mars, 19 avril et 17 mai

**Parcours 2: église de Vex à 20h** les mercredis 28 février, 20 mars, 24 avril et 22 mai

Tout est possible: suivre le parcours dans son intégralité, participer à l'une ou l'autre des soirées, juste venir découvrir la première soirée. Quelle que soit l'option choisie, vous êtes les bienvenus!

Pour tous renseignements: Rosita Moix au 079 692 15 67 / [rosita.moix@paroisses-herens.ch](mailto:rosita.moix@paroisses-herens.ch)

**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**



# L'Hôtel-Dieu – Sion

**Ensemble, faisons la différence : rejoignez nos équipes de bénévoles!**

TEXTE ET PHOTO FOURNIS PAR ANNE JACQUIER DELALOYE

Depuis 1997, l'Hôtel-Dieu offre un accueil communautaire pour tous. Fidèle à l'esprit des fondatrices, les Sœurs hospitalières, l'Association Accueil Hôtel-Dieu poursuit sa mission :

- Plus de **10'000 repas**
- **60 bénévoles**
- **8000 heures** de bénévolat : repas, service, ateliers, ...

L'Accueil Hôtel-Dieu de Sion est bien ancré au cœur de la communauté de Sion et région. Il repose sur l'engagement et la générosité de ses bénévoles, hommes et femmes dévoués qui apportent des contributions inestimables : transport de marchandises, confection des repas, service, animation d'ateliers...

En collaboration avec l'équipe de l'Accueil Hôtel-Dieu, les bénévoles, d'ici et d'ailleurs, jeunes d'esprit ou de cœur, avec leurs forces et leurs faiblesses, œuvrent de concert pour que les hôtes reçoivent accueil chaleureux et repas savoureux.

Sans bénévoles, la mission ne peut être remplie.

Alors, du temps, de l'énergie à partager? Envie d'aider? Envie de rencontrer et partager? Les équipes de bénévoles n'attendent que vous!



## Témoignages

**Agnès:** bénévole du lundi

« Je viens depuis plusieurs années ici, toujours avec plaisir! On fait plaisir aux autres tout en se faisant plaisir. Il y a beaucoup de joie à donner!

Venir ici à l'Accueil Hôtel-Dieu en tant que bénévole nous permet de faire plaisir aux autres tout en se faisant plaisir.

## Equipe de bénévoles du lundi:

Etre bénévole, c'est aussi enrichir sa vie c'est rencontrer, aller vers l'autre, dévelop-

per de nouvelles compétences, travailler en équipe. C'est une expérience gratifiante qui favorise la croissance personnelle.

Etre bénévole, un acte de générosité qui incarne les valeurs fondamentales de solidarité, de compassion et d'engagement envers la communauté, contributif d'un espace d'humanité.

**Intéressé.e.s?** Passez à l'Accueil Hôtel-Dieu, Verso l'Alto, Rue de Lausanne 69 ou envoyez un e-mail à [sonia@versolalto.ch](mailto:sonia@versolalto.ch) ou lancez un coup de fil au 027 323 89 15.

## Dimanche des Laïcs 4 février 2024, à Saint-Martin

**Accueil d'une équipe du Camp Biblique Œcuménique de Vaumarcus (CBOV)**

10h Célébration de l'Eucharistie

11h Apéritif

11h45 Pique-nique canadien

13h Ateliers (approche théologique et créative autour de textes bibliques)

14h15 Mise en commun des ateliers

15h Fin des activités

Bienvenue à toutes les personnes intéressées, enfants et adultes!



# Livre de vie

## Décès

### Evolène

5 novembre: *Raymonde GAUDIN*, 1937  
 13 novembre: *Alice GEORGES-FORCLAZ*, 1929  
 18 novembre: *Jean CHEVRIER*, 1948  
 28 novembre: *Didier Escobar*, 1966

### Hérémece

10 novembre: *Martine SIERRO*, 1931  
 14 novembre: *Martialine DAYER*, 1929  
 15 novembre: *Georges GENOLET*, 1942  
 17 novembre: *Denis SIERRO*, 1930  
 22 novembre: *Jean-Camille MORAND*, 1961

### Saint-Martin

7 novembre: *Candide GASPOZ*, 1938

## Dons

### Hérémece

En souvenir de *Martine SIERRO* (1931) Fr. 200.–  
 En souvenir de *Martialine DAYER* Fr. 200.–

### Chapelle de Riod

Baptême *Amandine MAYORAZ* Fr. 100.–

### Vex

Baptême *Viviane LUGINBUHL* Fr. 200.–

### Saint-Martin

Pour la prochaine fête des jubilaires Fr. 50.–

# 50<sup>e</sup> anniversaire du chœur mixte Saint-Nicolas d'Hérémece

## TEXTE ET PHOTO PAR VALENTIN DAYER

Le chœur mixte Saint-Nicolas aura le plaisir de célébrer son demi-siècle d'existence. Rejoignez les festivités les 15 et 16 juin 2024 à Hérémece.

En 1973, le chœur d'hommes d'Hérémece s'ouvre aux voix féminines créant ainsi le chœur mixte, connu aujourd'hui pour animer la vie du village. Pour cet anniversaire, une saison musicale particulière vous est proposée. Afin d'honorer sa fonction principale de chœur paroissial, des animations liturgiques, accompagnées d'ensembles amis, auront lieu à l'église d'Hérémece:

- 28 janvier: chœurs de Corin, Chermignon et Montana-Village
- 3 mars: chœur de Vex
- 17 mars: ensemble choral fribourgeois (180 chanteurs)
- 19 mai: chœur Ouvert à Tous

Durant le week-end des 15 et 16 juin, venez profiter de plusieurs activités musicales. Le Kiosque à musique sera présent le samedi



matin et des animations avec des sociétés locales coloreront la soirée. La fête se poursuivra le dimanche avec une grande messe à 10h, une partie officielle et un concert à 16h en deux volets: une « découverte » proposée par le chœur Saint-Nicolas en compagnie de toute personne souhaitant participer\*, puis le chœur Saint-Michel de Haute-Nendaz et le Grand Chœur de Filles

de la Schola empliront l'église d'accords mélodieux.

Le chœur mixte Saint-Nicolas espère vous voir nombreuses et nombreux pour célébrer avec eux cette année particulière.

\*Informations sur [www.choeur-st-nicolas.ch](http://www.choeur-st-nicolas.ch)



## Informations messes

PAR LA RÉDACTION

Les horaires de messes sont consultables via **le site internet** de nos paroisses: <https://paroisses-herens.ch>, les annonces de la semaine qui se trouvent dans nos églises et la **feuille « Vie de nos communautés »** qui est envoyée chaque semaine en s'inscrivant à l'adresse: [yvan.delaloye@paroisses-herens.ch](mailto:yvan.delaloye@paroisses-herens.ch)

# Providence

TEXTE ET PRIÈRE PAR ISABELLE VARONE

PHOTO: ISABELLE VARONE

On parle souvent de la Providence de Dieu sans forcément bien savoir ce que c'est...

C'est tout ce que Dieu nous donne à vivre par son Amour infini pour nous.

Nous pouvons demander la Providence lorsque nous avons toutes sortes de besoins matériels nécessaires

alors que nous n'avons pas forcément le financement pour les acquérir. Et si nous faisons la démarche dans un grand détachement et dans une grande confiance en elle, la Providence arrive!

Attention, elle ne se manifeste pas toujours de la façon que nous aurions imaginée!

## Prière

Seigneur Jésus, je te remercie pour tout le bien que tu me donnes tout au long de ma vie.

Je te demande la Providence pour résoudre ce problème, aide-moi !

Vois Seigneur ce besoin que j'ai ... *(le nommer)*  
Je ne sais pas comment arriver à me le procurer  
Je te demande de m'aider si telle est ta Volonté pour moi  
Amen

LA POSTE

JAB CH-1890 St-Maurice

**L'ESSENTIEL**  
Votre magazine paroissial

### IMPRESSUM

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

**Directeur** Yvon Duboule

**Rédacteur en chef** Nicolas Maury

**Secrétariat** Tél. 024 486 05 25, fax 024 486 05 36  
[bpf@staugustin.ch](mailto:bpf@staugustin.ch)

### Equipe de rédaction

Equipe pastorale du secteur du Val d'Hérens

### Contact magazine

Secteur pastoral du Val d'Hérens  
[bulletin-paroissial@paroisses-herens.ch](mailto:bulletin-paroissial@paroisses-herens.ch), tél. 079 109 28 91

**Cahier romand** Essencedesign SA, Lausanne

**Photo de couverture** Monique Gaspoz  
*Photo prise depuis Euseigne, à côté du Cycle d'Orientation.*