



N° 77 - DÉCEMBRE 2025



VOEFFRAY

CHARPENTE

La passion du bois depuis 1969

www.voeffray-charpente.ch

Christian Voeffray Charpente SA | Maîtrise fédérale | Vérossaz – Bex

Cours de QI GONG *à Vérossaz*



SOIAM RIONDEL 079 263 21 57



Fabrice Gnazzo

Conseiller en assurances
et prévoyance

T 024 473 43 33

fabrice.gnazzo@mobiliere.ch

la Mobilière



Chaque année, j'ai l'impression que le monde devient un peu plus sombre. Les conflits augmentent, les catastrophes écologiques se multiplient. On voit des familles quitter leur pays. Le racisme s'étend de façon effarante. Les différences font peur et les injustices gagnent du terrain. Devant ce constat, beaucoup se sentent impuissants, parfois même découragés.

Mais une question demeure malgré tout : dans un monde qui semble si abîmé, comment parvient-on encore à trouver de la joie, à croire en quelque chose de beau ?

Pourtant, au cœur de ce brouhaha incessant, il existe ces petits instants qui réchauffent le cœur alors que les jours raccourcissent et que l'hiver s'installe doucement. Un sourire échangé sur le trottoir, une voisine ou un voisin qui propose son aide, ou simplement un moment partagé entre amis autour d'un verre.

Ces moments de simplicité sont notre plus belle réponse au chaos. Ici, à Vérossaz, on connaît la valeur de l'entraide, de la chaleur humaine, des amitiés sincères. Ce sont ces liens qui rendent la solitude moins lourde, qui nous rappellent à chacune et chacun qu'elle ou il n'est pas seul.e.

À l'approche des fêtes, je me dis que c'est peut-être ça, l'essentiel : cette façon de se retrouver, de rire ensemble, malgré tout, en se répétant que tout ira bien tant que nous serons là les uns pour les autres.

Alors je souhaite à toutes et à tous une fin d'année pleine de rires, de partages et de belles surprises. Prenons soin les uns des autres et continuons à faire vivre, ensemble, la chaleur et la solidarité de notre petit coin de Terre.

Delphine Echenard
Présidente

«L'espoir, ce n'est pas la conviction que tout ira bien, mais la certitude que les choses ont un sens.»
Václav Havel

CLAUDE MOTTOLA

Natel 079 355 40 76



Chauffage - Sanitaire
Installation et Réparation



1891 Vérossaz

Tél. 024 485 33 76 - Fax 024 485 35 23

MoriSod

ransports Vérossaz SA

L'ATELIER COIFFURE

chez *Mélanie*



079 785 73 28

RELOOKING
coaching en image

ATELIER-GALERIE

Créations bois

Tournage
Marqueterie
Sculpture

Cathy et Luc Tschupp
Rte des Bassex 29
1891 Vérossaz
024 485 10 31

WWW.ORIGINART.CH

L'ATELIER BIEN-ÊTRE

Réparations du corps et de l'esprit

www.latelierbienetre.ch
078 740 34 47



JE VOUS PROPOSE
DES SOINS ET DES ATELIERS

- * soin de Guérison
- * coaching-guérison
- * médiumnité de contact
- * méditation
- * cours de médiumnité & enseignement spirituel

Séverine Magnin
Médium ∞ guérisseuse

078 892 25 31
www.severinemagnin.ch
Pétolets 4 * 1891 Vérossaz



Avanthey SA

M + F

Route de Larret 19 - 1870 Monthey

Chauffage - Sanitaire - Ferblanterie
Couverture - Ventilation

Tél. 024 471 41 04

info@avanthey.ch

Votre pub ici?

6.....	Agenda des manifestations 2026	
8.....	Chronique villageoise	
8.....	A votre service	
9.....	La classe !	
11.....	Les lectures coups de cœur	
12.....	Un visage de Véross'	25.....
14.....	La recette d'Andréanne	25.....
16.....	Les pages de l'école	27.....
20.....	Pro senectute	31.....
21.....	Prévention	32.....
22.....	La Sigismonda	33.....
23.....	La rubrique bien-être	34.....
		37.....
		39.....
		41.....
		43.....

AGENDA DES MANIFESTATIONS 2026

Janvier

4	Messe des familles (10h) suivie des vœux de la paroisse	Paroisse catholique
8	AG	Association de la Jeunesse
14	Après-midi partage (14h-16h)	Club des Aînés
18	Loto apéritif	Paroisse catholique
21	Yoga et mantra	Julia (076 228 96 08)
24	Valerette altiski	Ski club Cime de l'Est
26	Ciné Senior (rdv 13H45 Place de l'ancien hôtel)	Club des Aînés
31	Yoga du matin	Julia (076 228 96 08)
31	Bal de l'hiver	Jeunesse

Février

1	Loto apéritif	Chœur La Sigismonda
3	Club de lecture au Cardelet à 20h	Voyage entre les lignes
7	Né pour lire	Point-lecture
11	Yoga et mantra	Julia (076 228 96 08)
11	Après-midi partage (14h-16h)	Club des Aînés
14	Carnaval	Véross'anime
17	AG	Club des Aînés
22	Loto apéritif	Auto-moto club La Poya
23	Ciné Senior	Club des Aînés

Mars

3	Club de lecture au Cardelet à 20h	Voyage entre les lignes
6	AG	Véross'anime
8	Loto apéritif	Véross'anime
11	Yoga et mantra	Julia (076 228 96 08)
11	Après-midi partage (14h-16h)	Club des Aînés
21	Yoga du matin	Julia (076 228 96 08)
22	Loto apéritif	Club des Aînés
29	Messe des Rameaux (17h) animée par L'Écho des Cimes, souper tartines	Paroisse catholique
30	Ciné Senior	Club des Aînés

Avril

5	Messe de Pâques (10h), animée par L'Écho des Cimes	Paroisse catholique
9	Contes en balade	Point-Lecture
12	Loto apéritif	Chœur L'Écho des Cimes
14	Club de lecture au Cardelet à 20h	Voyage entre les lignes
15	AG	Cartel
18	Concert annuel	Chœur La Sigismonda
25	Vide-grenier	Société de développement
26	Loto apéritif	Société de tir
26	Messe de 1 ^{ère} communion à Massongex	Paroisse catholique
27	Ciné Senior	Club des Aînés

RETROUVONS-NOUS-Y !

Mai

1 - 3	Fête de chant	Lourtier
12	Club de lecture au Cardelet à 20h	Voyage entre les lignes
13	Sortie	Club des Aînés
14	Messe de l'Ascension (10H) animée par La Sigismonda	Paroisse catholique
24	Messe de Pentecôte (18h), animée par L'Écho des Cimes	Paroisse catholique
25	Ciné sénior	Club des Aînés
27	Journée Suisse Lecture à voix haute	Point-Lecture
29	AG	Véross'info

Juin

4	Fête-Dieu, messe (9h30) animée par L'Écho des Cimes	Parade de la Fête Dieu et Paroisse catholique
6	Né pour lire	Point-lecture
6	Matinée entretien du Parcours Vita	Société de développement
13	Messe des familles (10h) et remerciements bénévoles	Paroisse catholique

Juillet

5	Yoga dans l'herbe	Société de développement
19	Messe Fête patronale (10h) et jubilaires mariage animée par la Sigismonda	Paroisse catholique

Août

5	Brunch des aînés	Club des Aînés
15	Sortie de la mi-été	Ski-Club Cime de l'Est
16	Yoga dans l'herbe	Société de développement
20	AG	Chœur de dames L'Écho des Cimes
25	AG	Chœur d'hommes La Sigismonda
26	AG	Société de gym L'Églantine
29	7 ^e édition du COA (C'est un Open Air)	Amicale du COA
31	Ciné sénior	Club des Aînés

Septembre

6	Loto apéritif	Société de gym L'Églantine
13	Messe de confirmation pour le secteur de St-Maurice à l'Abbaye (10h)	Paroisse catholique
20	Loto apéritif	Société de Tir Dents-du-Midi
26	Pizza party au four banal	Société de développement
28	Ciné Senior	Club des Aînés

Pour plus d'informations sur les manifestations, nous vous invitons à visiter les sites internet des organisateurs. Vous trouverez les coordonnées des président.e.s des sociétés locales sur le site de la commune : <https://verossaz.ch/sport3.php>
Vous organisez une manifestation, proposez des cours ou des ateliers ouverts au public et se déroulant à Vérossaz, n'hésitez pas à nous le transmettre par e-mail (verossinfo@gmail.com).

CHRONIQUE VILLAGEOISE

Naissance

Livia Perrin

née le 01.09.2025

filie d'Amandine Giovanola et d'Alexandre Perrin

Mariage

Ameli de Fossey et Cédric Jeanmaire-dit-Quartier

mariés le 18.07.2025

Décès

Lucilla Zulliger

née le 04.12.1925

et décédée le 08.09.2025

Toute l'équipe du journal exprime son soutien et sa sympathie à la famille endeuillée.
Nous souhaitons la bienvenue au nouveau bébé et tous nos vœux d'amour aux mariés !
Nous publions les naissances, mariages et décès qui nous sont connus
et respectons l'anonymat s'il nous l'est demandé.

À VOTRE SERVICE

Ce coin attend vos petites annonces !
Bricoleurs, jardiniers, baby-sitters ou
promeneurs de chiens en herbe...

Faites-vous connaître
dans le prochain
numéro !

Envoyez votre texte à
verossinfo@gmail.com

La collection des photos des élèves 5-6H (3-4P) se prolonge, mais le découpage des degrés change. En remontant les années à partir de 1977-1978, on n'a plus des classes à deux degrés mais à 3 degrés, 1P à 3P (3H-5H) et 4P à 6P (6H-8H). Donc les élèves de 8-10 ans que nous avons suivis sur 45 années scolaires (voir la revue du bicentenaire <https://verossaz.ch/bicentenaire.php> et les derniers Véross'info) se trouvent désormais séparés en 6-9 ans et 9-12 ans. Commençons par les 9-12 ans...

1977 - 1978
Classe 4P-6P



Debout de gauche à droite : Coutaz Christine, Dave Véronique, Barman Yvette, Voeffray Sandra, Gex Mireille, Barman Yvonne, Richard Chantal, Barman Romaine

À genoux de gauche à droite : Sophie Barman, Morisod Bernard, Richard Aurèle, Gex Jean-Bernard, Jordan Patricia, Coutaz Pierre-Alain

Assis de gauche à droite : Daves Stève, Jacquemoud Dominique, Voeffray Bernard, Dave Patrice, Coutaz Romain, Voeffray Nadia

Enseignante : Anne-Marie Renevey

Merci à Bernard et Mireille Morisod pour la mise à disposition de la photo. Aidez-nous à poursuivre la remontée dans le temps !

ESPACE BEAUTE

www.espace-beaute-marielle.ch

Marielle Jacquemoud
Esthéticienne diplômée

079 471 32 58

Ch. de Chavanne 20 • 1891 Vérossaz



Vente de produits sans gluten

**Cristina
JACQUEMOUD**
076 390 07 72

Pasta Party Gluten Free Sàrl

Rte de la Doey 11 | CH-1891 Vérossaz
MCentral | Av. de la Gare 36 | 1870 Monthey
www.pastaglutentfree.ch



STORES CHABLAIS

CONFORT & PROTECTION DEPUIS 1974

Rte Industrielle 10 – 1860 AIGLE
Tél. 024 466 77 07 – Fax 024 466 16 93

info@storeschablais.ch
www.storeschablais.ch

www.liec.ch

Stéphanie Da Col Gianella
Agréée ASCA

7, passage de la Doey
1891 Vérossaz
tél. 079 436 00 89



**l'instant
essence-ciel**

Massage - Aromathérapie - Réflexologie - Cours

LES CIMES D'ALEX



www.lescimesdalex.ch 079 630 79 07

MÉGANE FANELLI



GRAND-RUE 13
1890 ST-MAURICE



079 922 32 33



MFCOIFFURE@BLUEWIN.CH



WWW.MFCOIFFURE.WIXSITE.COM/MFCOIFFURE



Vieux Fromages Sàrl

Laurent Vieux

Marinette Vieux

Chemin de la Ry 17
1893 Muraz/Collombey

Tél. 024 472 75 23
Fax 024 472 88 23

Massages - Reboutage

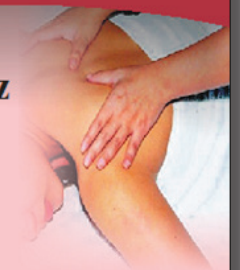
*Aussi à votre
domicile*

Ricardo Rodriguez
Masseur Diplômé
Agréé ASCA

Rue de quarry 2
1869 MASSONGEX

078 889 92 84

Soins pris en charge par certaines caisses maladies



LES LECTURES COUPS DE COEUR

Horaires

Le lundi de 17h30 à 19h

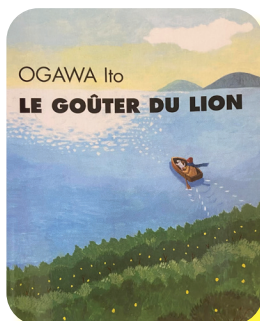
Le jeudi de 16h à 17h30

Le 1er samedi du mois de 9h30 à 11h30

Le Point Lecture se situe au bloc scolaire.



Le goûter du lion d'Ogawa Ito



Un livre ô combien lumineux. Et pourtant il traite d'un sujet grave et pudique, la fin de vie. Ce qui fait de ce bouquin un roman solaire, c'est d'abord le lieu : l'île aux citrons. Une île baignée dans la mer intérieure du Japon qu'il faut gagner en bateau. L'union de la mer, du ciel et de la lumière, surplombée par la maison du Lion. Ce lieu de paix où Shizuku a choisi pour vivre pleinement ses derniers jours. Avec elle, nous ferons la connaissance des autres pensionnaires - ses camarades, ses alliés et pour tout dire, sa nouvelle famille - et Rokka qui s'attache à elle pour son plus grand bonheur. Il y a aussi les goûters du dimanche où l'amour de la vie grandit encore et toujours quand on le savoure en même temps qu'un dessert d'enfance. On y partage également ses peurs et ses joies. Les douleurs du corps et de l'âme sont soulagées. Un chemin apaisé, un roman plein d'espoir, de gratitude. « *Savourer le délice suprême de la vie jusqu'à la dernière goutte* », où la seule règle est d'être libre. J'ai refermé ce livre avec sérénité. Seule une bougie continue de brûler dans ma mémoire, sur le seuil d'une porte.

Si je ferme les yeux d'Edney Silvestre



Un livre qui raconte la montagne. Une femme qui conte des histoires. Ce bouquin ne pouvait que me plaire ! Nous sommes dans les années 50. Dans une vallée voisine, le Haut-Giffre. Camille, lectrice, arrive de Paris et s'installe au village. Elle a acheté un chalet que le propriétaire a quitté précipitamment en y laissant tous ses biens. Pourquoi est-elle venue se perdre dans ce village montagnard ? C'est au café qu'elle tentera de tisser des liens et d'en apprendre davantage sur la vie passée de ces hommes. Par ses mots et sa douceur, Camille essaiera d'apprivoiser également celui qui lui a vendu le chalet. Cet ancien guide qui, au-delà de son métier passionnant, a vécu le pire drame que peut connaître un homme. Ce que Camille va découvrir sera bouleversant. Tout en apportant du baume sur le chemin de la résilience.

Prochaines activités :

7 février - Né pour Lire

9 avril - Balade contée

Bienvenue,
c'est un bonheur de vous accueillir !

Fabienne Monnay Daves

UN VISAGE DE VÉROSSAZ



Le visage de cette édition est un passionné de nature, qu'il aime autant qu'il la respecte. Les espaces naturels sont son terrain de jeux et il est incollable sur tout ce qui pousse, des arbres aux légumes, en passant par les fleurs. Sur les hauts de Vérossaz, il a trouvé son bonheur, dans un chalet inversement proportionnel à sa taille. Ce « petit » détail devrait vous aider à deviner qui est à l'honneur...

Vincent Lugon-Moulin, pourrais-tu stp te présenter à nos lecteurs en quelques mots ?

Je viens de Monthey, où j'ai grandi jusqu'à mes 11 ans, avant de déménager aux Neyres. C'est vraiment là que j'ai grandi, et depuis, je ne me vois plus vivre en plaine. J'ai fait ma dernière année d'école primaire à Collombey, avant de retourner à Monthey pour terminer ma scolarité obligatoire.

J'ai fait un premier apprentissage d'horticulteur-floriculteur à Malévoz, un peu par hasard. J'avais fait plusieurs stages, et celui-là m'avait vraiment plu. Je n'étais pas très « école » et j'avais envie de travailler dehors. À Malévoz, je me suis découvert une passion, un vrai intérêt qui n'a cessé de grandir au fil de la formation. Une fois mon CFC en poche, j'ai voulu continuer à apprendre. J'ai donc fait un deuxième apprentissage, cette fois de pépiniériste, chez Jean-Luc Debrot à Bex. Je me plais à dire qu'à Malévoz, j'ai découvert ma passion, et chez Jean-Luc, j'ai appris à travailler (rires).

Après ces deux formations, j'ai eu envie de me tourner vers quelque chose de plus humain, de plus social. J'ai alors passé neuf mois à Sion, dans l'entreprise sociale La Thune (aujourd'hui renommée Déclics – Déclencheurs d'avenirs). Au départ, c'était un stage, puis j'ai été engagé comme maître socio-professionnel non formé, avec la possibilité de suivre le cursus. Les bénéficiaires étaient des personnes cabossées par la vie — c'était une expérience riche mais souvent dure pour le jeune adulte que j'étais à l'époque. Ensuite, je suis parti au Gabon avec l'association Nouvelle Planète pour repeindre un hôpital local. L'idée était de vivre une expérience tout en finançant un projet solidaire sur place.

À mon retour, fidèle au dicton « jamais deux sans trois », j'ai entrepris un troisième apprentissage, cette fois comme paysagiste, chez Alain Juillard, afin de combler mes lacunes dans ce domaine. Je l'ai fait en une année, puis je suis resté quelques années comme ouvrier chef d'équipe. L'hiver, j'en profitais pour suivre des cours sur les murs et aménagements en pierres sèches. En 2009, je me suis décidé à me mettre à mon compte. J'avais envie de laisser libre cours à ma créativité, de concevoir des jardins un peu différents — d'où le nom de mon entreprise : L'Autre Paysage. J'ai rapidement trouvé un ou deux clients ouverts à de nouvelles idées. Ma première cliente, d'ailleurs, c'était Marianne Maret, alors présidente de Troistorrents. Son jardin a été mon tout premier projet. De fil en aiguille, j'ai pu développer un joli réseau, notamment grâce à des amies propriétaires d'une boutique de fleurs qui m'ont fait de la pub. Et depuis, tout s'est enchaîné naturellement. En 2016, j'ai obtenu le brevet de contremaître – spécialiste en jardins naturels. Cela m'a permis d'approfondir ce qu'on voit en apprentissage, avec des cours sur la gestion d'équipe, les milieux naturels, les aménagements durables, la biodiversité, etc. Et en 2022–2023, j'ai repris les locaux et une partie de l'entreprise de mon ancien maître d'apprentissage à Bex. Aujourd'hui, nous sommes quatre ouvriers à plein temps.

Mon projet d'indépendance, c'est avant tout d'avoir du plaisir à travailler. Et pour avoir des chantiers intéressants, il faut donner de soi, prendre du temps pour comprendre le projet du client. Il faut que tout cela ait du sens. J'aime l'idée d'aménagements qui s'intègrent dans le paysage et respectent la nature. Je suis d'avis que l'aménagement du territoire se doit de favoriser la biodiversité, avec des projets réfléchis, respectueux des lieux, qui limitent notre empreinte et soutiennent la faune locale.

Et quels sont tes hobbies ou tes passions avec tout cela ?

Pendant longtemps j'ai joué du saxophone à la fanfare à Massongex. J'étais un mauvais musicien mais j'aimais l'ambiance (rires). Il faut dire qu'à la base, la musique était plutôt un choix parental : mon père aurait rêvé de faire de la musique. N'ayant pas pu, il a permis à ses enfants de le faire. C'est grâce à cela que j'ai intégré l'école de musique de la fanfare vers mes 10 ans. Je me suis plu dans cette société et bien investi en devenant responsable du camp musical. J'ai également fait partie de la guggen des Batranouilles durant quelques années. Mais au fil du temps et de mes formations, j'ai dû mettre un terme à ma carrière musicale pour privilégier ma carrière professionnelle. Jeune adulte, j'ai également été chef scout à Vouvry. A la base, j'y allais pour donner un coup de main à un ami qui était membre du groupe scout. J'y suis resté 6-7 ans et j'ai pu participer à plusieurs camps. Je suis dans mon élément quand je suis à l'extérieur.

Actuellement, la question des loisirs se pose différemment. Je me demande souvent où s'arrête le travail et où commence le loisir (rires). Mon activité professionnelle me passionne et j'y consacre pas mal de temps, il faut le dire. Par exemple, je fais pousser mes propres légumes. J'en suis assez fier car je suis totalement autonome pour me fournir et m'alimenter. Pour moi, faire du bois, confectionner une tresse faite maison, aller récolter de l'ail des ours en forêt, ce ne sont pas des corvées, mais plutôt un loisir. Maintenant, j'aimerais prendre le temps de bien vivre. Aller plus souvent à vélo, prendre le temps de mieux manger, passer du temps en famille... bref, revenir à un rythme de vie plus sain.

Comment es-tu arrivé à Vérossaz ?

Je suis arrivé à Vérossaz par hasard, je ne suis pas monté pour le village. C'est Tony Mariétan, qui faisait la fanfare avec moi à Massongex, qui m'a fait la promotion d'un petit chalet dans le quartier Vers chez les Gex. Petit chalet que j'ai finalement acheté. Quand je l'ai repris, le chalet tenait plus de la cabane améliorée que d'une vraie habitation. C'était assez rudimentaire et surtout, petit. Mais c'était rigolo comme expérience. Je m'y suis adapté assez rapidement. Ces 60 m² étaient largement suffisants pour moi. Quand Emmanuelle est venue partager ma vie... c'était encore rigolo. Emmanuelle vient de Bulle. Elle est podologue et a son activité à Bulle. Elle est très attachée à sa région et travaille du lundi au mercredi. Elle reste là-bas les 2 soirs. Ça nous permet un chouette rythme de vie. Puis, en 2019, nous avons eu la chance d'accueillir Titouan dans notre foyer et dans notre petit chalet de 60 m². A trois, l'expérience chalet c'était toujours rigolo, mais ça devenait un peu cher pour rénover. Alors nous avons reconstruit le chalet à neuf et nous sommes désormais un peu moins à l'étroit.

Mon grand-père était agriculteur, il avait une petite exploitation près de la carrière de Choëx. J'aurais adoré reprendre ça, j'aimais le lieu, j'avais plein de souvenirs d'enfance là-bas. Mais cela ne s'est pas fait. Et ici, à Vérossaz, je retrouve un peu de ce rêve : j'ai de quoi faire du bois, j'ai de la surface pour jardiner, je peux m'amuser à créer une sorte de micro-ferme où je fais pousser arbres, légumes, plantes... Bref, je m'éclate !

Si tu devais sélectionner un coup de cœur à Vérossaz, lequel choisirais-tu ?

Le coup de cœur pour moi, ça serait le restaurant du Progrès. Les bistrotts sont des lieux rassembleurs, qui participent à la vie du village. Ils permettent de créer du lien. Le Progrès, c'est petit, chaleureux, tu peux avoir les oreilles qui traînent. Ce genre d'endroit est intéressant autant pour les nouveaux habitants qui cherchent à s'intégrer que pour les gens de passage qui veulent découvrir un lieu authentique. Il y a une grande diversité sociale, on peut tomber sur des gens d'horizons très différents, du touriste à l'habitué, comme sur des personnages plus emblématiques (rires).

Pour terminer, qui proposes-tu pour le prochain numéro du Véross'Info ?

Je passe le relais à Katy Melo Renault.

LA RECETTE D'ANDRÉANNE



ROSBIF SAUCE PERSILLÉE (cuisson basse température) 4 personnes

*1 - 1,2 kg de rosbif, 2 cs de beurre, sel, poivre, 2cs d'huile, 1 cc de moutarde, paprika
Sauce : 150g de persil, 1 ½ dl de crème, 3 cs de beurre*

Rôtir la viande dans le beurre chaud 4-5 min. de tous les côtés, saler, poivrer.

Bien mélanger l'huile, la moutarde et le paprika.

Badigeonner la viande. La placer dans un faitout et laisser cuire 2 heures dans le four préchauffé à 65 degrés.

Pour la sauce, blanchir le persil 1 min. dans de l'eau salée à ébullition, rincer à l'eau froide, bien le presser et le couper finement. Faire chauffer la crème, ajouter le persil et passer au mixer. Saler et poivrer et ajouter le beurre au fur et à mesure en mélangeant constamment.

Couper le rosbif en tranches fines, servir la sauce à part

Bon appétit !
Andréanne Deladoey



www.elmecca.ch

ELMECCA
- ÉLECTRICITÉ -

TRAVAIL QUALITÉ LONGÉVITÉ



Coutaz^{sa}

Toiture - Sanitaire - Chauffage - Energie solaire



024 485 15 20
www.coutaz.ch



ATRA S.A.

GÉNIE CIVIL - BÉTON ARMÉ



Génie civil

Béton armé

Travaux publics

1870 MONTHEY

Rue Château-Vieux 5

Tél.

024 / 471 00 10

Fax

024 / 471 00 11

e-mail

info@atra-sa.ch

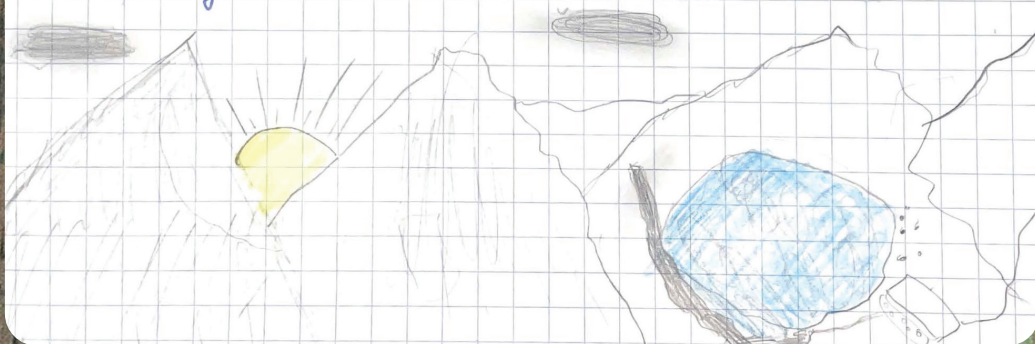
LES PAGES DE L'ÉCOLE

Les élèves de 7H et 8H se sont rendus à Salanfe du 3 au 5 septembre. Voici quelques photos qui racontent ces 3 jours.



J-1 Départ Mercredi 3 septembre (partie 1, 8:00-15H)

On est parti avec le bus, on a été à Mervillie visiter la centrale hydroélectrique. On a appris comment marche le barrage et comment il font de l'électricité avec l'eau. C'était super intéressant. Deux monsieur nous ont fait la visite de la centrale. On a repris le bus et on a été jusqu'à Van d'an Haut et on est parti à pied. Au milieu de la montée on a pic-niquer. On est arrivé à Salanfe vers 14:00. On a eu 1H de libre et après on a écrit dans ce journal.



jour 1 suite : Pendant 1 heure on a joué à l'auberge. Ensuite on a été au lac on a croisé des marmottes et on est allés faire trempette ensuite on a été cernés par des vaches. J'ai eu très peur on est rentrés à l'auberge et on a pris une petite douche et après on a fait un bouy-garou puis on a mangé.





Jour 1 mercredi 3 septembre partie 1

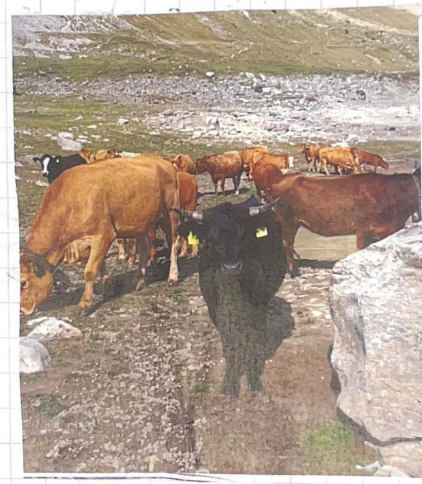
Nous sommes partis de Versozz à 8h15, c'est un bus qui nous a amenées jusque à Miéville. On a visité la centrale électrique, j'en ai appris plein de chose, c'était super. Le bus nous a repris jusqu'à Vent d'en haut. On est parties à pied pour Salanfe c'était long et raide. En arrivant le prof nous a laissé 1h de temps libre pour jouer au parc. Ensuite on a commencé le journal de nos 3 jours.



Jour 1 Mercredi 3 septembre partie 2

Nous sommes partis faire le tour du lac on a trempé les pieds, puis les vache sont venues vers nous. On a aussi pris plein de photos. En revenant on a découvert les dortoirs et on s'est douchés. Après on a été souper. Voici le menu: demain j'aurais encore plein de chose à raconter.

- entrée soupe aux légumes
- plat poulet curry
- Riz haricots
- Dessert glace caramel
- Miam

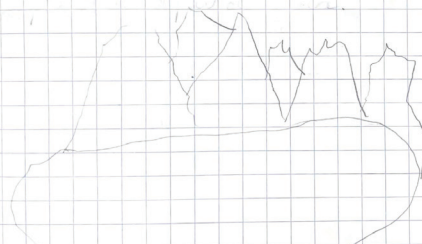


jour 2

Le matin on s'est réveillés on a été déjeuner et puis on a été visiter le barrage c'était trop cool. Le monsieur nous a même donné un coprin-sun après on est rentrés à l'auberge faire nos sacs pour le dîner et les personnes de l'auberge nous on fait le pic-nic. On a été sur le barrage c'était très haut ensuite on a fait un bout d'une ballade de... et on a mangé (Miam) après on a continué et on a fait un concours de coeurs c'était très drôle!

Jour 2!

On a visité le barrage et après on a fait une longue marche. Nous avons mangé notre pic-nic à côté d'une mine d'or après on est allés au bord du lac et on a fait des coeurs. On a fini de faire le tour du lac et on est rentrés à l'auberge. On a refait nos sacs on est allés souper. Avant d'aller dormir on a fait des jeux.



Jour 2 jeudi 4 septembre partie 2

Nous avons souper:

les gagnants sont... Soen, Noélie, Jonathan, Lumen!!!

Nous avons joué au kems c'était trop cool!!

entrée	soupe légumes curry
plat	viande pâtes carottes
dessert	glace vanille coulis chocolat



jour: 3

On est partis à 9H. On est montés jusqu'au col du Jorat et on est redescendus un bout pour manger. Après le pique-nic nous avons continué à descendre jusqu'à Virozay. À la fin on avait très mal aux jambes mais c'était trop cool ! À l'arrivée on a eu un goûter au couvert.

jour 3

Nous sommes partis à 9H on a pris un chemin pendant 1 min puis on est retournés en arrière parce qu'on n'était trop près. Après on a eu une petite montée et on a cru que les autres s'étaient perdus tellement il y avait de brouillard juste avant la descente on a vu 2 bouquets. Puis on a fait 2h de descente et on a pu rigoler on a été jusque à Mex et après jusqu'à Virozay pendant la montée du début. Bien arretait pas de dire que nous montions l'Everest "Petit pas par petit pas nous seront à sommet"



Merci encore à toutes les personnes qui soutiennent ce projet de près ou de loin, merci aux accompagnants Moumen et Alessandra. Une pensée particulière pour Marie-Claude accompagnatrice, photographe, infirmière officielle de cette sortie. Finalement, merci à l'équipe de l'Auberge de Salanfe, l'entreprise Hydro Exploitation et la commission scolaire qui rendent ce séjour possible.

Les 7H et 8H et leur enseignant

Les Déductions Fiscales pour les Seniors dans le Canton du Valais : Ce qu'il Faut Savoir !

Chaque début d'année, la déclaration fiscale revient comme un rendez-vous incontournable. Si beaucoup préfèrent confier cette tâche à un bureau spécialisé ou à une fondation, il est essentiel de fournir tous les documents nécessaires pour éviter de passer à côté de déductions fiscales importantes. Ces oublis peuvent avoir un impact significatif sur le montant de vos impôts.

Pour vous aider, voici un aperçu des déductions fiscales spécifiques aux seniors dans le canton du Valais.

1. Déduction pour les proches aidants

Les proches aidants peuvent bénéficier d'une déduction forfaitaire de 6'000 CHF (valable en 2025) s'ils apportent une aide régulière et substantielle à une personne âgée ou en situation de handicap.

Un médecin ou le centre médico-social doit pouvoir attester de l'état de santé de la personne bénéficiaire et de l'aide apportée. Si plusieurs proches aidants accompagnent une même personne, la déduction est partagée entre eux. **Bon à savoir :** Un conjoint aidant peut également faire valoir cette déduction.

2. Frais médicaux non couverts (dentiste, lunettes, appareil auditif, ...)

En plus des primes d'assurance-maladie, les frais médicaux au sens large sont déductibles, à condition de fournir des justificatifs (factures, décomptes). Il convient de préciser que pour les médicaments, une ordonnance médicale pour pouvoir déduire ces frais est requise, le ticket de caisse ne suffit pas. S'il y a des frais en lien avec la ligue pulmonaire, par exemple location d'appareil respiratoire, ils peuvent être déduit sous frais de handicap (2565 b).

3. Allocation pour impotence (API)

Les bénéficiaires d'une allocation pour impotence peuvent déduire un forfait sous l'onglet 2565b, selon le degré d'impotence :

- 2'500 CHF pour une impotence faible,
- 5'000 CHF pour une impotence moyenne,
- 7'500 CHF pour une impotence grave.

À noter : L'allocation pour impotence elle-même n'est pas un revenu imposable.

4. Déductions pour les frais d'EMS

Il existe différentes possibilités de déductions pour les personnes résidant en EMS. Il est donc important de choisir l'option la plus favorable.

- Les personnes en EMS sans allocation pour impotence : peuvent déduire un forfait de Fr. 40.- par jour passe en EMS comme frais maladie. Les contribuables doivent produire les justificatifs utiles et détaillés qui sont remis par l'EMS.

- Les personnes en EMS avec allocation pour impotence peuvent déduire les frais qui demeurent à leur charge comme frais handicap (2565b). Le montant de la déduction correspond à la facture du home, réduite d'un forfait mensuel de Fr. 1'645.- (arrêt du 12.09.2019). Il est aussi possible d'utiliser ces déductions pour les personnes sans allocation pour impotence, mais qui ont plus de 60 minutes d'aide par jour. Pour ces personnes, il convient de remplir le formulaire qui se trouve sur le site des contributions (Questionnaire médical).

Exemple : Calcul d'une déduction EMS avec allocation pour impotence

Frais effectifs EMS : 50'000 CHF

Forfait annuel (1'645 CHF x 12) : 19'740 CHF

Montant déductible : 30'260 CHF

Ces questions peuvent être complexes, c'est pourquoi il est conseillé, en cas de doutes ou de questions, de s'adresser à des experts fiscaux ou au service des contributions.

Nadia Merotto
Répondante pour le BRIC Seniors

Le BRIC Seniors est la porte d'entrée pour toutes les questions portant sur la vie à la retraite.
BRIC Seniors : Av. Du Théâtre 14, 1870 Monthey
024/565.80.86
bric@vs.prosenectute.ch
www.bric-seniors.ch

PRÉVENTION

STOP SUICIDE

Tout le monde peut être acteur.ice de la prévention du suicide

À l'occasion de la Journée mondiale de prévention du suicide (10 septembre), l'association STOP SUICIDE lance sa nouvelle campagne #LÀPOURTOI2025. Cette année, le message clé est : « Tout le monde peut être acteur.ice de la prévention ».

Depuis 25 ans, l'association informe, sensibilise et lève le tabou autour de la thématique du suicide des jeunes. Le suicide chez les jeunes, bien qu'en baisse depuis une vingtaine d'années, reste la première cause de mortalité chez les 15-29 ans. La mission de l'association reste primordiale. Avec sa nouvelle campagne, STOP SUICIDE met l'accent sur l'entourage des jeunes et son rôle dans la prévention du suicide.

Pour ce faire, l'association a fait appel à des figures politiques, des professionnel-les, des proches et des jeunes. À travers de courtes vidéos partagées sur les réseaux sociaux, ces acteur-rices partagent leur message, axé sur leur vision et leurs pistes d'action, afin de proposer des solutions concrètes à l'entourage des jeunes. Vous y retrouverez notamment la chanteuse Izia Jeen, la médecin et politicienne Louise Trottet et bien d'autres ! En parallèle de cette campagne de prévention, STOP SUICIDE multiplie ses actions en ligne et hors ligne afin d'être toujours plus proche des jeunes et de leur entourage. Retrouvez toutes les actions et événements auxquels l'association prend part, ainsi que les capsules vidéo de sa nouvelle campagne, sur stopsuicide.ch, Instagram, TikTok et LinkedIn.

Besoin d'aide ? Ne restez pas seul.e,
appelez le 143 (adultes) ou le 147 (jeunes) 24h/7j

LA SIGISMONDA



110 ans et toutes ses dents !

La Sigismonda fête ses 110 ans le 30 mai 2026 à l'occasion de son concert annuel. C'est l'occasion de faire une revue des effectifs et de vous parler un peu de la fête à venir.

Des chanteurs qui se succèdent depuis 110 ans

Si la Sigismonda sera bien en forme pour fêter son anniversaire en 2026, c'est parce qu'elle a toujours pu compter sur le cœur et l'engagement sans faille des villageois. Eh oui, ne croyez pas que chanter dans une chorale soit un truc d'une autre époque : cette saison encore, Vérossaz a répondu présent en offrant au chœur de nouveaux membres nous donnant un joli coup de jeune !

Place aux nouveaux arrivants !

Les ténors 1 se réjouissent donc d'avoir pu accueillir Joseph ! Il rejoint ainsi Luis, dans ce registre qui devient le registre des plus jeunes, au sein de la chorale. Les ténors 2 ne sont pas en reste. Grâce à l'arrivée de Michel, ils peuvent se targuer d'être le registre qui a l'effectif le plus élevé !

Quant aux barytons et aux basses, point de jalousie, car tout va bien pour eux aussi. Les barytons, avec des gaillards solides qui comptent double, c'est la force tranquille du chœur ! Du côté des basses, avec l'arrivée de Michaël, on observe maintenant que les profondes vibrations du registre font vibrer les fenêtres de la maison de commune, lieu où l'on répète tous les mardis ! Et même si le doyen de la société se trouve plutôt du côté des ténors 2, les basses comptent deux personnes qui ont fêté leurs 80 ans – tout rond – en 2025 ! Si vous devinez de qui il s'agit, faites-leur un clin d'œil quand vous les croiserez !

Un concert à ne pas manquer

D'ailleurs, un concert annuel, c'est une bonne occasion de les croiser. Tout en prenant soin des nouveaux, Renata, notre directrice chic et choc, épaulée par la commission de musique, nous prépare un joli événement pour le 30 mai. Vous en avez peut-être entendu parler dans le village : il s'agira d'une œuvre originale qui rend hommage à deux monuments de notre patrimoine musical, André Ducret et Joseph Bovet.

Et comme un anniversaire ne se fête pas sans des amies de longue date, on vous réserve quelques petites surprises...

Rendez-vous le samedi 30 mai 2026

Alors... prenez un post-it ou sortez votre smartphone et notez bien : rendez-vous au concert annuel de la Sigismonda le samedi 30 mai 2026 à 20h00 à l'école de Vérossaz.

Le comité de la Sigismonda



Reconnaissance de soi - Petites pistes vers la joie de vivre

La fin d'année approche et un moment de rétrospective s'impose. Cette année, nous avons exploré l'importance de se poser les bonnes questions et d'inclure le corps dans nos choix. Aujourd'hui, nous ajoutons : la reconnaissance de soi, fil conducteur vers la joie de vivre.

Cette année a été riche : je me suis mariée, j'ai fêté mes 30 ans, nous avons emménagé dans notre maison construite exactement comme nous la souhaitions et j'ai pu intensifier mon engagement auprès des enfants grâce au yoga.

Ces expériences m'ont rappelé combien il est précieux de reconnaître ce que l'on accomplit et de savourer pleinement la vie. Il y a des moments où la vie nous invite à faire une pause et à regarder d'où l'on vient. Ces instants de reconnaissance - de soi, de son parcours, de son évolution - sont souvent silencieux, discrets, mais puissants.

Parfois, ils sont plus bruyants : comme une angoisse ou une maladie qui pousse à poser des questions intimes. Des signes qui rappellent qu'il est temps de s'écouter vraiment, sans peur, sans pudeur.

Voici ce qui m'aide à nourrir la joie de vivre :

- *Donner une intention à chaque chose que vous faites.*
- *Petits rituels : respirer, sourire, observer la nature, noter trois plaisirs par jour.*
- *Introspection avant l'action : laisser ses décisions être guidées par ce qui résonne en vous, pour discerner et raffiner votre manière d'être, en toute élégance.*
- *Se reconnecter à ses envies, c'est l'heure !*
- *Entraîner son esprit à la positivité.*
- *Prier ou exprimer sa gratitude : pas seulement dans la difficulté, mais aussi quand la vie est belle et intense.*
- *Servir et rendre sa vie utile, sans oublier de se respecter soi-même.*
- *S'entourer de beauté : tout ce qui reflète la vie que vous souhaitez vivre.*

Se reconnaître, c'est d'abord se rendre visible à soi-même, puis laisser le monde refléter cette authenticité.

Merci à tous pour vos retours : récemment, quelqu'un a dit à mon mari :

« Ah, tu es le mari de la dame qui écrit la rubrique bien-être ? »

Cela rappelle que se montrer sincèrement offre aux autres la permission d'en faire autant.

Mantra du mois :

**Je me vois, je me reconnais,
je prends ma place dans le grand
mouvement de la vie.**



Julia Migliorisi



Nicolas Pirolet sàrl

Photographie

Successeur de  spécialiste de la photo depuis 1922

*Photos d'identité - photos de mariage / événements - séances photos
Vente et location de matériel photo
Tous travaux et impressions photographiques*

www.nicolas-pirolet.ch

*Av du Crochetan 2
1870 Monthey*

*024/471.22.38
info@nicolas-pirolet.ch*



ASV Construction Générale SA

ASV Construction générale SA

Rue du Châble-Bet 41

1920 Martigny

TEL. 027 / 723 23 32

L'AMC LA POYA

Enigmoto / Enigmauto 2025

Après l'édition 2024 nous avons décidé de repartir pour l'aventure... Ce samedi 20 septembre, 43 équipes et plus d'une soixantaine de participants ont pris le départ en moto ou en voiture pour un tour bardé d'énigmes dans notre région. Le parcours et les questions ont emmené les participants de Massongex au château de Chillon, par Torgon, St-Gingolph... avec un retour jusqu'à Saillon, Martigny et une arrivée à Massongex. Quelques questions ont posé des problèmes aux concurrents qui ont dû chercher les infos, sur place ou sur Internet...



La soirée a continué avec la remise des prix, un magnifique repas concocté par notre président et un concert du groupe One Side qui a enflammé la salle. Ce jeu ludique et ouvert à tous a donné beaucoup de plaisir aux participants comme aux organisateurs, la préparation nous a permis d'apprendre beaucoup de choses sur notre région. Participez l'année prochaine à la 3^e édition qui aura lieu... à définir... !



Isabelle Lagoute
Membre du comité

LE PASSEPORT VACANCES

Une nouvelle édition vient de s'achever, marquée cette année par l'énergie d'un comité renouvelé. La météo, globalement clémente, nous a offert des conditions idéales pour mener à bien l'ensemble des activités prévues. De la fabrication de fromage ou d'une lampe en métal à la visite d'un bateau de la CGN, en passant par l'expérience radiophonique avec Radio Chablais et l'initiation au rugby, les enfants ont eu la chance de s'immerger dans des univers variés, sources de découvertes, d'apprentissage et d'émerveillement.

Un immense merci à nos supers responsables de groupe, sans qui rien ne serait possible ! La plupart d'entre eux ont déjà confirmé leur présence pour l'édition 2026, ce dont nous nous réjouissons. Le passeport vacances doit également sa réussite aux accompagnants, qui s'investissent chaque année pour offrir des journées inoubliables aux enfants, aux côtés des chefs de groupe. Leur engagement est précieux et nous tenons à leur exprimer toute notre gratitude. Nous avons déjà le plaisir de vous annoncer les dates de la prochaine édition: les 28, 29 et 30 juillet 2026. Nous comptons d'ores et déjà sur votre présence !

Laetitia Lovey
Membre du comité



Architecture sur mesure.

www.probatec.ch



DANIEL ARLETTAZ
Fiscalité Révision Comptabilité

Au service
des Véroffiards

- Etablissement de déclarations d'impôts
- Etude et planification fiscale
- Comptabilité complète
- Planification financière

DANIEL ARLETTAZ Sàrl - Rue du Simplon 14 - 1920 Martigny +41 27 565 28 80
info@daniel-arlettaz.ch - www.daniel-arlettaz.ch - CHE-277.532.422 TVA



LA PAGE DU SKI CLUB



Une belle mise en jambes pour démarrer la saison !

Comme chaque année, notre saison a débuté avec la traditionnelle sortie du 15 août. Plus de 30 membres ont pris part à cette belle marche, rendue possible grâce au train MOB, qui nous a emmenés du charmant village des Avants jusqu'à la gare des Cases. De là, nous avons emprunté le sentier des Muletiers pour rejoindre la buvette de Jaman. Un pique-nique avec une vue imprenable sur le lac Léman a couronné cette montée dans la bonne humeur - une des plus belles récompenses de la journée !

Les OJ démarrent la saison en beauté !

Nos OJ ont lancé leur programme avec une sortie tir à l'arc à Torgon. Une dizaine de jeunes se sont affrontés dans un concours de précision, dans une ambiance digne de Robin des Bois. La magie a-t-elle opéré ? Les parents nous le diront ! La deuxième sortie s'est déroulée dans le cadre de l'Altitrail de Chalin, avec le désormais traditionnel défi du cervelas. Une vingtaine de jeunes ont participé avec enthousiasme, honorant la course avant de savourer des cervelas grillés à Valerette. Les photos témoignent de la belle ambiance, mais surtout de l'esprit de cette épreuve : ici, le plaisir d'être en montagne compte autant, sinon plus, que la performance. Faire découvrir cette passion à nos jeunes reste un objectif cher au comité et aux moniteurs.

À venir pour notre ski-club:

Prochain grand rendez-vous : le camp de ski à Fiesch pour les OJ, du 27 au 30 décembre 2025, suivi de cinq sorties glisse. Pour les familles, trois magnifiques sorties sont également au programme, dans des stations de ski à découvrir ou redécouvrir. => Toutes les informations et inscriptions sont disponibles sur notre site internet (https://www.sc-cime-est.ch/SC_Cime_Est). Belles fêtes de fin d'année à tous et vive le sport.



Julien Richard
Pour le ski club Cime de l'Est

CHABLAIS TOITURE



SARL

FERBLANTERIE - COUVERTURE

Brevet fédéral

Chablais.toiture@hotmail.com | 079.476.40.78



GARAGE DES SPORTS
■■■■ M O N T H E Y ■■■■



**Vente véhicules neufs
et d'occasion toutes marques**

Réparations toutes marques



Av. du Simplon 34 - 1870 Monthey
Tél. 024 471 87 87
info@garagedessports.ch

Eric Passaquay
079 218 86 38



... que du bonheur pour les amoureux de la nature!

OUVERT DE JUIN A OCTOBRE

Auberge de Salanfe

Restaurant - Dortoirs - Chambres

027 761 14 38

auberge@salanfe.ch

www.salanfe.ch



La Plume d'Isis

Le couteau suisse de l'administration

Déclaration fiscale - Ecrivain public
Administration succession

Patricia Montangero-Crausaz ● Epinassey 51 ● 1890 St-Maurice ● 078 259 01 62 ● admin@laplumedisis.ch

KUNZLE

FIDUCIAIRE / GÉRANCE

ICI AVEC VOUS !

GÉNIE CIVIL / LOCATION MACHINES CHANTIER
TERRASSEMENT / TRANSPORT / DÉMOLITION
CONCASSAGE ET RECYCLAGE DE MATÉRIAUX
AMÉNAGEMENTS EXTÉRIEURS

RITHNER SA
PRÉ-BÉRARD 17 / CP 123 / 1870 MONTHÉY
+ 41 24 473 73 53 / INFO@RITHNER.CH
RITHNER.CH



MICHELLOD

S.A.

www.michellod-menuiserie.ch

Banque Raiffeisen

de Massongex/St-Maurice/Vérossaz

1869 Massongex

Téléphone 024 473 30 30

Horaires d'ouverture

Tous les jours du lundi au samedi

RAIFFEISEN

Ouvrons la voie



**PRO
SENECTUTE**
PLUS FORTS ENSEMBLE

Gymnastique⁺ Vérossaz (cours mixte 60+)

Commence où tu es. Utilise ce que tu as.
Fais ce que tu peux.

Les mardis dès le 1^{er} octobre 2024 de 14h à 15h

Salle polyvalente

Renseignements et inscriptions :

Danielle Chammartin 079 483 31 05



Ce cours est partiellement subventionné par l'Office fédéral des assurances sociales car il favorise tout particulièrement l'indépendance et l'autonomie des personnes âgées.

Pro Senectute Valais-Wallis

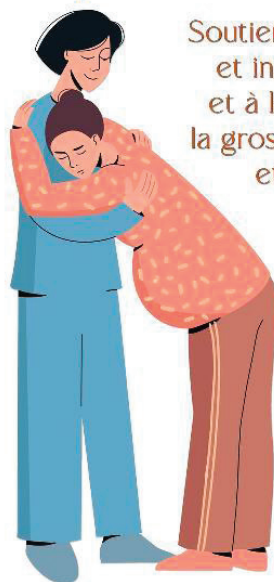
Tél. 027 322 07 41

Valais-Wallis

www.vs.prosenectute.ch



par la main Doula



Soutien émotionnel, physique
et informatif aux femmes
et à leurs familles pendant
la grossesse, l'accouchement
et le post-partum.

Pour avoir plus
d'informations

✉ PARLAMAINDOULA@GMAIL.COM

🌐 WWW.PAR-LA-MAIN-DOULA.CH

📍 PASSAGE DU CARDELET 15
1891 VÉROSSAZ

📱 @PAR_LA_MAIN.DOULA

📞 079 512 50 60



HALLOWEEN



LA JEUNESSE

Fête au village

Le 13 septembre dernier, notre village a vibré au rythme de la traditionnelle fête au village, une journée attendue des villageois.

Comme habituellement, les boulistes se sont affrontés lors d'un tournoi de pétanque amical, dans une ambiance détendue mais compétitive.

Durant la soirée, un jeu-concours a suscité de nombreuses discussions et estimations audacieuses ! Il s'agissait de deviner la taille cumulée, en centimètres, de l'ensemble des membres de la Jeunesse présents au Rassemblement des Jeunesses Valaisannes 2025 (voir photo ci-dessous).

La compétition a été serrée et les gagnants se sont départagés à seulement 0,5 cm près (réponse = 2914.5 cm). C'est finalement Mélanie Jacquemoud qui a remporté le concours, repartant avec un bon au restaurant Le Progrès. Félicitations à elle !

La soirée s'est ensuite prolongée sur le dance floor, jusqu'au petit matin, comme nous savons si bien le faire !

Un grand merci à toutes les personnes qui ont contribué à la réussite de cette belle journée : bénévoles, participants, organisateurs. Vivement l'année prochaine !

Et pour prolonger la fête, rendez-vous le samedi 7 mars 2026 pour notre incontournable bal de l'hiver !

Le comité de la Jeunesse de Vérossaz



WEEK-END SANTÉ AU NATUREL

Quelle belle énergie a rayonné tout au long de ce Week-end de la Santé au Naturel ! Les 25 et 26 octobre resteront gravés dans nos cœurs comme deux journées empreintes de bienveillance, de partage et d'humanité. Grâce à vous, chers visiteurs, le rendez-vous a pris vie dans une atmosphère d'ouverture et de sérénité. Vous êtes venus nombreux, curieux, à la recherche d'équilibre, d'écoute et de lumière intérieure. Vos sourires, vos échanges et votre présence attentive ont donné tout son sens à cet événement.



Nos remerciements les plus sincères s'adressent également aux exposants, thérapeutes, artisans conférenciers et surtout à nos bénévoles, véritables tisseurs de liens entre le corps, l'âme et la nature. Chacun a su, à sa manière, apporter une étincelle de savoir, de douceur et de confiance. Toute l'équipe organisatrice tient à exprimer sa profonde gratitude pour cette belle réussite collective. Christine, Nathalie et Sylviane, au nom du comité, remercient de tout cœur celles et ceux qui ont contribué, de près ou de loin, à faire de cette édition un moment d'harmonie et de découverte. Ce week-end nous a rappelé combien il est essentiel de revenir à l'essentiel : à soi, à l'autre, à la nature. Que cette belle énergie continue de vibrer en chacun de nous et nous inspire à vivre plus consciemment, plus simplement et plus joyeusement. À toutes et à tous, merci du fond du cœur — et rendez-vous dans deux ans pour une nouvelle édition, toujours sous le signe du bien-être, du naturel et de la lumière intérieure. « *La grandeur de l'humanité ne réside pas dans la richesse ni le pouvoir, mais dans la capacité à aimer et à partager.* » (Mahatma Gandhi)

Sylviane Megaro



« Nadine et Charles Liechti ont à cœur de remercier les généreux donateurs lors de leurs actions et ventes en faveur de l'orphelinat de Sœur Virginie au Liban. Merci à vous et à bientôt. »

HOMMAGE À

FABRICE GEX

Octobre 1973 ...

D'un monde divin et infini ton âme allait rejoindre un monde humain et fini

Tu allais

Naître à la Terre

Frayer l'Humanité

Éprouver l'allégresse, le ravissement

Pleurer la tristesse, le désenchantement

Tu allais

Découvrir ton toi et ton unicité

Découvrir notre nous et notre individualité

Les études, les voyages, la lecture, la musique : tout t'intéressait

Ce parcours aurait dû te combler

Malheureusement tu ressentais le Vide en toi

Tu te retrouvais à désirer une autre richesse

Et tu allais enfin la trouver cette Richesse

Tu rencontrais la CRÉATION

Il y avait Tout en Elle

Le monde végétal ...

Prairie, Forêt, Pâturage: l'habitat de tes chers troupeaux!

Le monde minéral ...

Montagne, Pierre, Rocher: les "fours" de tes chers cristaux

Et bien sûr le monde animal ...

L'animal t'a toujours émerveillé

Sa loyauté, sa force, sa douceur

Chiens, chevaux, vaches, moutons, tes chers animaux

Tu les as tant aimés, tu les as tant choyés

Ils t'ont tant apporté, ils t'ont tant donné

Merci la Création!

Pour Fabrice, tu étais son livre de chevet empli d'amour de la première à la dernière page. Un amour qui a nourri et tapissé son cœur. Un amour qui l'a porté à en offrir quelques étincelles à tout être humain rencontré sur son chemin.

Juin 2025

De ce monde humain et fini ton âme a rejoint le monde divin et infini

Merci la Terre

De lui avoir tant appris

Merci ma chère famille

De l'avoir si bien accueilli, Fabrice, notre fils, votre frère aîné

Vous l'avez aimé avec ses illusions, ses désillusions, ses hardiesses, ses faiblesses, ses passions, ses désaffections.

Vous l'avez apprécié pour sa précieuse présence en tout moment, pour la douceur de son accueil, la bienveillance de son écoute, l'immensité de son cœur, l'entièreté de son être.

Fabrice, tu nous manques profondément!

Mais, nous le savons, tu es présent plus que jamais. Tu es avec nous, nous sommes avec toi. Nous t'aimons. Quelques jours avant de t'en aller, marchant dans ton alpage - ton royaume - comme tu l'appelais, rayonnant tu nous lançais:

“ Tout va bien ici en haut! ”

Et nous sommes certains que tout va bien LÀ-HAUT, en ton nouveau ROYAUME.

Maman, pour nous tous

†Papa, Valéry, Anne-Laure, Frédérique, Mathieu, Maude



HOMMAGE À

LUCILLA ZULLIGER



Chère Nonna,

Partir... c'est toujours trop tôt, même à la veille de tes cent ans. Après un siècle d'une vie bien remplie, tu nous as quittés en nous laissant plein de beaux souvenirs et d'anecdotes.

MERCI pour

- ... les bons moments passés à Daviaz et les cafés du dimanche matin dès notre plus jeune âge
- ... les vacances avec toi dans ton village natal à San Vito
- ... tes dictons emplis de bon sens en frioulan et tes conseils bienveillants
- ... tes talents de bricoleuse (lit de poupées, ...), couturière et cuisinière (soupe à l'ortie, spaghettis aux fruits de mer, tarte aux fraises des bois, polpettes...)
- ... le partage de tes moments de vie atypique, entre l'Italie et la Suisse
- ... les petites chansons frioulanes sur tes genoux et tes cartes de Noël en italien
- ... tes téléphones à chaque anniversaire
- ... les chocolats napolitains de tes cafés que tu conservais précieusement et les biscuits toujours dans l'armoire pour nos visites
- ... tes mandalas coloriés avec passion et amour
- ... l'initiation à la conduite du rollator ainsi que les bons tuyaux pour l'EMS

Enfin, merci pour cette petite folie d'avoir acheté et retapé une maison à Daviaz, où tout a commencé pour nous et où nous avons tous pu habiter. Ta philosophie de vie, ta jeunesse d'esprit et ton optimisme nous accompagnent jour après jour.



Ta famille

20 décembre: vin chaud et film

Odeur de cannelle et d'orange, rires et babillages, feu dans la nuit... Le décor des traditionnels vins chauds de l'Avent est posé. Sous l'égide de la Société de Développement, des familles ou sociétés nous donnent l'occasion de nous rencontrer 4 fois en décembre.

Le samedi 20 décembre, ce sera au tour de la Paroisse de vous accueillir sur le parvis de l'église à partir de 17h00. Mais avant cela, le film l'Étoile de Noël sera projeté sur « grand » écran.

Bo, l'âne du meunier veut sa liberté et se blesse en s'évadant. Marie le recueille et le soigne. Elle est enceinte et avec Joseph, ils doivent se rendre à Bethléem ; Bo va les aider. Dans ce pays gouverné par Hérode, des sages venus d'Orient racontent que l'enfant à naître sera le roi de la paix. Voyant en lui un concurrent, le roi Hérode lance ses gardes aux trousses de Marie et Joseph ... Après bien des péripéties où les animaux tiennent les premiers rôles, l'enfant vient au monde sain et sauf : il est né sous une bonne étoile, l'étoile de Noël !

Ce film d'animation réalisé en 2017 revisite l'histoire du premier Noël en faisant parler les animaux : l'âne, la brebis, la colombe et bien d'autres encore. Pour enfants accompagnés à partir de 5 ans ; durée 1h26.

Le film débute à 16h00 à l'église.



Après le film, les familles pourront profiter des gâteaux, du thé et du vin chaud... et peut-être de quelques flocons de neige ! Au plaisir de partager avec vous ce moment convivial !

Le Conseil de Communauté et le Conseil de Gestion

Remerciements de la paroisse de Blatten

La quête de la Fête-Dieu a été offerte à la paroisse de Blatten. Une lettre de remerciement nous a été adressée (voir extrait ci-dessous). Merci pour votre générosité et votre solidarité.

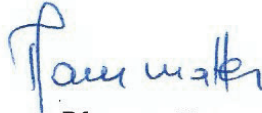
Grâce à votre soutien de **577.35 francs**, nous nous rapprochons de notre objectif : reconstruire notre église, et avec elle, une partie de notre communauté. Non seulement en pierre et en bois, mais aussi en confiance, en cohésion et en optimisme.

Au nom de toutes les personnes concernées, nous vous disons du fond du cœur : « Vergelt's Gott » (Que Dieu vous récompense) et merci !

Puisse la reconstruction être visible non seulement à l'extérieur, mais aussi dans nos cœurs.

Avec notre profonde gratitude


Dr Hans-Anton Ebener


Dr Thomas Pfammatter



GRB GEORGES REY BELLET

GROUPE GEODESIS

*bureau d'ingénieurs EPF/SIA
et géomètres brevetés*

ZI Les Marais 1
CH-1890 St-Maurice
Tél.: +41 (0)24 485 15 65
Mail: st-maurice@grbsa.ch

Av. de la Gare 37B
CH-1870 Monthey
Tél.: +41 (0)24 471 15 18
Mail: monthey@grbsa.ch

G. Rey-Bellet SA
www.grbsa.ch

schmidli

GÉNIE CIVIL | CONSTRUCTION

Guy Sneiders
M. +41 79 212 65 11



Schmidli et Cie SA
Route du Boeuferrant-Nord 13
Case postale 93 | 1870 Monthey 1
T. +41 24 472 76 72
F. +41 24 472 71 68
info@schmidlisa.ch

AVALANCHE





A faire

- S'informer si son domicile est dans une zone de danger
- Ecouter la radio et suivre les consignes des autorités
- Si possible, couper l'électricité, le gaz et fermer l'eau
- Fermer les portes, fenêtres et les volets
- Sortir uniquement sur ordre d'évacuation
- Apporter de l'aide aux personnes vulnérables
- Informer le voisinage



Si une évacuation est ordonnée

- Prendre avec soi le matériel personnel (consigne : matériel pour une évacuation)
- Ne pas rentrer chez soi sans autorisation
- Ne pas rebrancher l'électricité, le gaz et l'eau sans autorisation



Se renseigner

- Portail des dangers naturels www.dangers-naturels.ch



Service de la sécurité civile et militaire - Protection de la population / 2023



BLACKOUT





Préparer chez soi

- 9 litres d'eau par personne
- Aliments longue conservation
- Réchaud à gaz, alcool ou pâte combustible
- Bougies avec allumettes ou briquet
- Radio portable et lampe de poche (batteries de rechange)
- Pharmacie de secours
- Argent liquide en petites coupures



Débrancher

- Les ordinateurs et tous les autres consommateurs électriques facilement accessibles



Attention

- Les ascenseurs, portes automatiques et escaliers roulants seront à l'arrêt
- Les feux de circulation ne fonctionneront plus
- Les caméras de vidéosurveillance et les alarmes seront désactivées
- Après un certain temps, les téléphones ne fonctionneront plus et il n'y aura plus d'eau courante



A faire

- Ecouter la radio
- Ne téléphoner qu'en cas de nécessité
- Economiser l'eau potable

Service de la sécurité civile et militaire - Protection de la population / 2023



RÉSERVES DOMESTIQUES



S'assurer d'avoir suffisamment de réserves pour tenir quelques jours sans aide extérieure en fonction de vos besoins.



Boissons

- 9 litres d'eau par personne
- Lait UHT ou autres boissons



Aliments

- Riz, pâtes
- Huile ou autre corps gras
- Légumes ou fruits en conserve
- Farine et levure sèche
- Sel, sucre, café, thé
- Biscuit, chocolat
- Aliments pour bébé
- Nourriture pour les animaux



Hygiène

- Savon
- Papier de toilette
- Couches pour bébé



Pharmacie d'urgence

- Désinfectant
- Anti diarrhéiques, antidouleurs
- Thermomètre et médicaments personnels
- Pansements, bandes, pommades




Divers



- Bougies avec allumettes ou briquet
- Réchaud à gaz, alcool ou pâte combustible
- Radio portable et lampe de poche avec suffisamment de batteries de rechange
- Argent liquide en petites coupures

Service de la sécurité civile et militaire - Protection de la population / 2023



ALARME À LA POPULATION






 5 min 

1 min 1 min

Alarme générale

- Ecouter la radio et rester calme
- Se conformer aux consignes des autorités
- Informer les voisins
- Se tenir prêt à une éventuelle évacuation


 10 sec  10 sec  10 sec

20 sec 20 sec 20 sec

Alarme eau

- Quitter immédiatement la zone de danger en restant calme
- Ecouter la radio
- Se conformer aux consignes des autorités

Service de la sécurité civile et militaire - Protection de la population / 2023



GUIDO

**ENTREPRISE DE MAÇONNERIE
A. GUIDO & FILS SA
BEX · VEROSSAZ**

**TRANSFORMATION
SCIAGE & FORAGE
PIERRE NATURELLE**

www.guidosa.ch

MBA

CONSTRUCTION SA

MACONNERIE - BETON ARME



Châble-Bet 41
1920 Martigny
www.mbasasa.ch

Tél 027 723 67 08
Fax 027 723 67 09
info@mbasa.ch



L'été météorologique 2025 à Vérossaz à l'altitude de 915 m.

Températures : les étés se suivent et le constat revient à chaque fois ou presque. La valeur moyenne des 3 mois située à 18.0°C est supérieure de 0.3°C à la moyenne de 17.7°C calculée depuis l'été 1997. Juin fut particulièrement chaud avec + 2.0°C alors que juillet avec – 1.3°C a compensé en partie le mois précédent et août à nouveau plus chaud avec + 0.3°C.

Été-2025 moy +0.3°C	Temp °C max/min/moy	Temp. °C norme/dif	Temp. °C record max	Temp. °C record min
Juin	29.1/8.6/19.0	17.0/+2.0	32.4 en 2013	2.1 en 2006
Juillet	28.4/6.8/17.1	18.4/-1.3	34.2 en 2015	6.2 en 2016
Août	30.2/9.1/18.0	17.7/+0.3	33.1 en 2003	6.0 en 2016

Précipitations : Le cumul des précipitations pour ce dernier été situé à 121.4mm/m2 représente le 90% de la norme calculée depuis 1997. Juin et août sont restés inférieurs à cette norme. Juillet, très maussade, fut bien arrosé avec un excédent de 11%. Pour la station, il s'agit du mois le plus arrosé des 12 mois annuels après 29 ans de mesures. Les cumuls minimums pour les étés sont tous enregistrés depuis l'été 2018. Les mois de printemps et d'automne compensent en grande partie les déficits des cumuls d'été. La moyenne annuelle des cumuls depuis 1997 se situe à 1276mm/m2.

Été 2025 moy 121.4mm/m2	Cumul tot. mm/m2	Cumul tot. norme mm/m2	Cumul tot. max. mm/m2	Cumul tot. min. mm/m2
Juin	96.5	127.8	245.0 en 2001	48.9 en 2018
Juillet	160.5	143.2	303.0 en 2007	62.7 en 2022
Août	107.3	134.9	210.4 en 2020	55.3 en 2024

Rappel : l'implantation d'une station météo est cruciale pour avoir de bonnes valeurs. Les murs et les arbres à moins de 10m sont à éviter. Le capteur de température devrait être posé à 2m au-dessus d'une zone dégagée herbeuse si possible. L'anémomètre à 10m avec un dégagement tout autour. Le pluviomètre posé sur une surface absolument plane entre 1m50 et 2m avec un bon dégagement autour. Cette règle n'est pas facile à réaliser selon l'emplacement de la maison. Tous ces appareils nécessitent un nettoyage périodique à définir selon leur degré de salissures.

Tous les détails peuvent être consultés sur www.verossazmeteo.ch altitude 915 m.

René Rappaz

Garage Coutaz

Réparations toutes marques - Tuning - Vente

Véhicules de remplacement

Route de Vézenaux 20 - 1891 Vérossaz

Tél. 024 485 27 48

Fax 024 485 28 84

garagecoutaz@bluewin.ch



Albi DAVES

Forestier-Bûcheron

Travaux agricoles et Forestiers
Vente et livraison de bois de cheminée
Bois scié, livré

1891 Vérossaz

Tél. 079 638 20 62 - Privé 024 485 38 81

@julia.migliorisi ☎ +41 76 228 96 08 🇫🇷 | EN | PT | ES

YOGA

REIKI

ACCESS CONSCIOUSNESS



Julia Migliorisi

www.juliamigliorisi.com



Hypothèque

Prévoyance

Entreprise

Je vous conseille selon notre devise:
Ensemble, tout devient possible.

Sébastien Imesch, Conseiller
Agence de Monthey
Av. des Alpes 8, 1870 Monthey
079 401 45 29 / www.vaudoise.ch

Heureux. Ensemble. Depuis 125 ans.

 **vaudoise**
125
Assurances

LES JEUX D'HERVÉ



1. Divisions communales.
2. Cordiaux.
3. Protèges.
4. Officiers turcs. Est furieux.
5. Sous le couvert. Invasions.
6. En camion. Coupelles de labo.
7. Imprévus.
8. Office de l'après-midi. Métal précieux.
9. Exavolt. Peut être débité.
10. Pillage. Marjolaine.

- A. Prunes.
- B. Dessin ou photo. Etoile brillante.
- C. Assignation.
- D. Services non rendus. Orifices muraux.
- E. Poisson. Nickel. Cobalt.
- F. Appareil audio. Obscur.
- G. Obéirai.
- H. Fortes transpirations. Suit BC.
- I. Le mexicain. Enfile. Vague au stade.
- J. Elle a ses dents. Dans.

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

Vous avez deux possibilités de gagner :

1. Après avoir remis les lettres des cases jaunes dans le bon ordre, vous découvrirez un nom local de Vérossaz :

--	--	--	--	--

--

--	--	--	--	--	--

2. Vous résolvez le Sudoku ci-dessous et relevez le nombre obtenu dans les cases jaunes.

Un bon de CHF 30. – valable au Restaurant du Progrès sera tiré au sort parmi les bonnes réponses reçues.
 Votre participation est à envoyer jusqu'au 27.02.2026 par mail à verossinfo@gmail.com ou sur carte postale à l'adresse suivante :
 Véross'info - Case postale 4 - 1891 Vérossaz

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

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	M	O	N	U	M	E	N	T	A	L
2	E	P		B	E	C		A	R	A
3	R	E	N	A	C	L	E	R	A	I
4	V	R	A	C		O	B	E	R	E
5	E	A	U		O	T	A		A	S
6	I	S	T		C		H	I	T	
7	L		I	N			I	L		E
8	L	A	Q	U	E	T		I	O	N
9	E	P	U	I	S	E	M	E	N	T
10	S	I	E	S	T	E		N	U	E

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

La solution des mots croisés précédents est:

Palaqueue

La solution du Sudoku précédent est:

346

La gagnante du jeu précédent est :

Alexa Glassey

Contact

Véross'info
Case postale 4
1891 Vérossaz

verossinfo@gmail.com
079 658 52 20

Un article vous a particulièrement plu ?
Vous avez envie de l'offrir à un proche ?
N'hésitez pas à nous commander un
exemplaire supplémentaire en nous
envoyant un email.

Membres du comité

Delphine Echenard (présidente), Laurence
Darbellay (secrétaire), Félicie Morisod
(rédactrice), Rachel Dall'Agnolo (caissière),
Fanny Mariaux Aymon (rédactrice),
Catherine Daurelle (représentante de la
commune)

Graphisme et mise en page

Laure Coutaz Bressoud

Photo de couverture

Éclipse de Lune
Tania Salerno

Comment remettre un article ?

Les conditions de publication sont ici :
<https://verossaz.ch/vie4.php>

Dernier délai pour le n° 78 :
27.02.26

Le Véross'info est distribué à tous les
ménages de la commune, aux résidences
secondaires, aux membres,
aux abonnés et aux annonceurs.

Abonnement : 30.- par année
Tirage: 3 x par an à 500 exemplaires

Impression

Imprimerie des Collombes à Collombey

Merci pour votre soutien !

IBAN : CH44 0900 0000 1209 2566 5



QR code pour
ebanking

Prix des annonces publicitaires

CHF 100.- au total pour 3 parutions annuelles d'un huitième (1/8) de page

CHF 150.- au total pour 3 parutions annuelles d'un quart (1/4) de page

CHF 200.- au total pour 3 parutions annuelles d'une demi-page (1/2)

