





# Édito

Nous nous souviendrons longtemps de ce début d'année 2026. Toute notre vie sans doute, en étant chacun marqué par une blessure plus ou moins profonde et douloureuse: la perte d'un être cher, des images d'horreur, son propre corps handicapé, un amer «pourquoi» sans réponse, des souvenirs angoissants. Une blessure qui cicatrisera lentement, et qu'il faudra tâcher de ne pas rouvrir ni trop brusquement, ni trop fréquemment, au risque de demeurer prisonnier d'un deuil sans autre issue que la mort.

Car Dieu nous veut vivants. Cette certitude ne donne pas de réponse à l'absurde cruauté du mal, mais elle nous aide au moins à reprendre le chemin de la vie lorsque celui-ci est ravagé par l'épreuve.

J'aime contempler des œuvres d'art: la beauté fait du bien à l'âme et m'a souvent apaisée. Regardez (ci-dessous) cette fresque de Fra Angelico, un peintre italien du 15<sup>e</sup> siècle. Jésus, à peine ressuscité, descend aux enfers pour en délivrer les justes. Dans la lumière, il affirme ainsi sa victoire sur la mort, et ouvre un chemin vers la résurrection.



De notre propre enfer, ici-bas, le Seigneur veut aussi nous tirer: saisissons sa main! Sur cette peinture, Jésus semble vraiment solide, serein, animé par le mouvement de la vie, décidé à nous sauver personnellement, les yeux dans les yeux... Les personnages se sont aussi mis en

mouvement, ne serait-ce que par un regard timide. Je trouve cela très consolant, revitalisant, rempli de cette espérance «qui ne déçoit pas».

N'ayons pas peur désormais de nous tourner vers ce qui nous rend un peu plus vivants, un peu plus confiants, un peu plus généreux, un peu plus enracinés sur cette terre qui a besoin de notre emprunte singulière... En nous mettant, aussi longtemps que l'aube nous réveillera, en présence du Christ venu «pour illuminer ceux qui habitent les ténèbres et l'ombre de la mort, pour conduire nos pas au chemin de la paix» (Luc 1, 79).

Adélaïde Patrignani

PS: Je laisse désormais ma place à Tina Fischer, en étant reconnaissante pour ces deux ans (et quelques mois) passionnants et bien remplis dans notre secteur pastoral!

# Agenda

## Samedi 14 février

**Saint Valentin.** Journée pour les couples au monastère de Gêronde. Infos sur [www.noble-louable.ch](http://www.noble-louable.ch)

## Mercredi 18 février

### Mercredi des Cendres, début du Carême

Messe à 9h à Mollens

Messe à 18h à Montana-Station

Messe à 18h30 à Lens

Messe à 19h à Chermignon-d'en-Haut

## Mercredi 25 février

### Début du parcours Alpha à Randogne

Souper-découverte à 19h30 (infos dans le dossier pp. 4-5)

## Vendredi 27 février

Soupe de Carême à 12h à la salle bourgeoise d'Icogne, inscription par mail à [info@icogne.ch](mailto:info@icogne.ch)

## Samedi 7 mars

Messe à 18h30 à Loc

Messe avec confirmations à 18h30 à Chermignon-d'en-Haut

## Dimanche 8 mars

Messe avec confirmations à 10h à Montana-Station

## Dimanche 15 mars

Festival diocésain des familles  
au Labyrinthe Aventure d'Evionnaz

## Jeu 19 mars

### Saint Joseph

Messe à 10h à Montana-Station

Messe à 10h à Lens

Messe à 11h à Ollon

Messe à 11h15 à la salle de gym de Mollens  
suivie de la soupe de Carême

## Vendredi 27 mars

Soupe de Carême à 12h à la salle bourgeoise d'Icogne, inscription par mail à [info@icogne.ch](mailto:info@icogne.ch)

## Dimanche 29 mars

### Dimanche des Rameaux

Messes aux horaires habituels

Messe à 18h à Crételles suivie du bouillon de Carême

## Dimanche 5 avril

**Pâques** (horaires à venir)

Agenda complet des messes sur le site [www.noble-louable.ch](http://www.noble-louable.ch)

## IMPRESSUM

### Editeur

Secteur Pastoral Noble et Louable Contrée

### Rédaction

Adélaïde Patrignani, Lens

### Graphisme et mise en page

Juliart's graphique, Flanthey

### Impression

Imprimerie Nouvelle Sàrl, Crans-Montana

Le journal paroissial *Ren'Contrée-Vous* en version numérique, les annonces hebdomadaires et les actualités sur le site [noble-louable.ch](http://noble-louable.ch) et sur les réseaux sociaux.

SECTEUR PASTORAL NOBLE ET LOUABLE CONTRÉE

Place de l'Eglise 2, 1978 Lens - T 027 483 45 13

✉ [media.secteur@noble-louable.ch](mailto:media.secteur@noble-louable.ch)

🌐 [noble-louable.ch](http://noble-louable.ch) - 📷 [noblelouable\\_paroisses](https://www.instagram.com/noblelouable_paroisses)

📍 Secteur-Noble-et-Louable-Contrée - 📺 @SecteurNLC

Vos dons pour soutenir le tout-ménage *Ren'Contrée-Vous*

Raiffeisen - secteur pastoral:  
CH04 8061 5000 0023 9316 6





# Prions pour les jeunes victimes de l'incendie de Crans-Montana



Caroline



Emilie



Fany



Mariam



Nora



Stefan

Prions pour tous leurs camarades également victimes cette nuit-là :

Victoria, Taylan, Charlotte, Noémie, Giovanni, Matéo, Emanuele, Chiara, Sofia, Giovanni, Achille, Riccardo, Vivian, Cyane, Alice, Dalia, Léo, Stiven, Mariam, Maxime, Joaquim, Benjamin, Ben, Pablo, Zélie, Alix, Noa, Trystan, Guillaume, Alicia, Diana, Nathan, Arthur.

Ainsi que pour tous ceux dont l'identité a été préservée par leur famille et pour tous les autres présents à cette soirée, qui garderont des séquelles toute leur existence.

Prions pour toutes les familles touchées et abattues, pour les amis, pour tous ceux dont le drame a changé à jamais le destin.

*Seigneur Jésus, prends pitié!  
Ô Marie, conçue sans péché, priez pour nous qui avons recours à vous !*



# Parole d'espérance : extrait de l'homélie de Mgr Jean-Marie Lovey

L'évêque de Sion a présidé la messe du dimanche 4 janvier 2026 (Epiphanie) à la chapelle Saint-Christophe de Crans, en mémoire des victimes.

**I**l nous faut, ensemble, demander la grâce d'être à notre tour nous des guetteurs de lumière. Face à l'éclipse qui assombrit le ciel dans notre Canton, notre pays, il est insupportable pour tant de familles, tant de personnes, de demeurer dans l'obscurité de la souffrance ou de la mort, dans le noir du non-sens. La question d'une lumière qui attire et qui éclaire devient capitale. Elle est au centre de notre quête, de notre interrogation : qui nous fera voir la lumière ? En réalité, chacun apporte une part indispensable.

(...) Devant l'enfant reconnu comme leur Dieu et donc prosternés à ses pieds, les mages laissent jaillir tout ce qu'ils ont en eux. La richesse de leur être : franc comme de l'or. La bonne odeur d'une vie qui se répand comme un encens à la gloire de leur Dieu ; et la douceur de leur miséricorde déposée comme un onguent de myrrhe sur les blessures rencontrées en chemin. Chacun de nous possède ses propres réserves

d'or d'encens et de myrrhe. Cherchons à savoir en quoi elles consistent. Puis regardons où nous les tenons en réserve. Et nous les déverserons devant Dieu, sachant que Dieu n'est pas ailleurs que là où un enfant de cette terre souffre. Nous en avons tout plein autour de nous, ils sont là, sur notre chemin !

(...) Nous ne pourrions pas retourner à notre vie quotidienne sans prendre dans notre compassion toutes les personnes concernées par le drame de Montana. Pour toutes les personnes qui ont perdu un enfant, un frère, une sœur, une amie, leur chemin ne sera plus jamais le même. Vous aurez, chers amis, à rejoindre votre quotidien par un autre chemin. La prière de cette assemblée en célébration, l'amitié qui se nourrit de rencontres, mais aussi la rencontre avec le Christ Jésus devenu l'un de nous : tout vous sera lumière sur votre route, manifestation de la présence divine. Que la clarté d'en haut nous devance toujours et partout. Amen.



La messe de l'Epiphanie à Crans a réuni toutes les personnes touchées par le drame, comme ici, les sapeurs-pompiers.

## Quel est le rôle de l'Eglise dans cette tragédie ?

Eclairage du curé de Crans-Montana, Alexandre Barras

« L'Eglise intervient surtout en deuxième phase, après la première phase réservée davantage aux psychologues et secouristes. Mes confrères et moi avons assuré les enterrements, et nous avons encore du travail avec le suivi des familles. Notre présence et notre accompagnement sont importants, en fonction des besoins des personnes bien sûr. On n'impose pas, on propose. Nous sommes là d'abord pour écouter, et pour faire passer un message d'espérance. Comme chrétien, on sait

que la mort n'est pas une fin, mais un passage vers Dieu. Il est important de continuer la route.

Beaucoup de personnes se tournent vers les psychologues, mais elles comptent aussi sur l'Eglise pour se retrouver, pour vivre ensemble, ou seules, des moments de recueillement et de prière. Cela les aide à traverser ce drame et cette période de deuil. La « marque de fabrique » de l'Eglise, c'est sa capacité à rassembler. »



Alexandre Barras



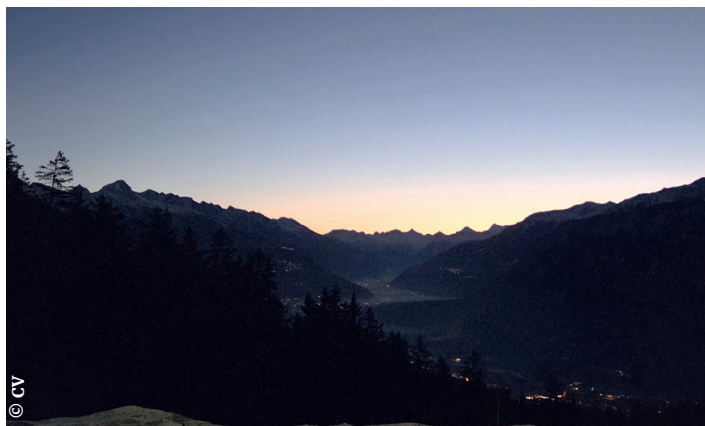
# Un sapeur-pompier : « La Vie est plus forte que la mort »

Témoignage d'un sapeur-pompier volontaire, membre de notre secteur pastoral, présent sur le front lors de cette terrible nuit.

## Comment as-tu vécu cette nuit du 1<sup>er</sup> janvier ?

A mon arrivée sur site, j'ai eu une vision de « guerre » et un sentiment d'impuissance m'a envahi. Après avoir analysé rapidement mon environnement, les réflexes acquis en exercices ont été mis à profit, et grâce à la collaboration de tout le monde (\*), nous nous sommes occupés des blessés et des jeunes partis trop tôt vers le Père. Durant la nuit, vu la gravité de l'événement, j'ai mis un message sur WhatsApp demandant de prier, et j'ai écrit à des amis prêtres, afin qu'ils nous soutiennent par la prière. Vers 7h30, j'ai levé la tête et j'ai vu un magnifique lever de soleil (photo ci-dessous) : un sentiment de force m'a envahi... la Vie est plus forte que la mort !

(\*) témoins, badauds, staff du bar 1900, policiers, sapeurs-pompiers, ambulanciers, médecins, infirmiers, samaritains, first responders, l'OCVS, ...



Au matin du 1<sup>er</sup> janvier, un lever de soleil qui donne de l'espérance.

## Qu'as-tu ressenti dans ce moment tragique ?

Tout d'abord un sentiment d'impuissance m'a envahi, et très rapidement l'action a refait place à ce sentiment. Tous les intervenants se sont soutenus mutuellement, et la prière nous a portés dans notre mission.

## Pendant et après la tragédie, quel a été l'état d'esprit au sein de votre équipe ?

C'était tout d'abord l'incompréhension et le déni de ce qui se passait, puis il y a eu de la solidarité. Lorsque le dernier blessé est parti du site, nous nous sommes mis en rond, les bras sur les épaules des autres collègues sapeurs-pompiers, et nous avons prié et pleuré ensemble. Ce fut un moment d'intense émotion. Ensuite nous avons continué à prendre soin de nous, grâce à des discussions et à l'aide de psychologues. De plus, nous avons reçu de magnifiques « clin Dieu » : affiche devant la caserne, mots et lettres de remerciements, biscuits, gâteaux et autres marques de générosité de la population ; cela a rempli d'espérance le cœur des sapeurs-pompiers.

## Souhaites-tu continuer ton engagement malgré cet événement ?

Oui, je souhaite continuer. C'est un moment très difficile qui vient de se passer, mais les remerciements, les applaudissements et la force reçue me confortent pour continuer l'aventure, jusqu'à ma « retraite de sapeur-pompier ». De plus, j'ai reçu une grâce : l'espérance et la paix habitent mon cœur.

## De quelle manière la foi t'a-t-elle accompagnée ?

En vivant cet événement, je me suis appuyé sur ma foi, en confiant tout au Père et à Marie, afin qu'ils nous soutiennent et nous guident dans nos gestes et nos paroles, lors de l'intervention et après.

## Malgré toute l'horreur et l'absurdité de cette nuit, peut-on en tirer quelque chose de bon, ou retenir quelque chose de plus lumineux ?

Oui, la Vie est plus forte que tout. Et comme l'a dit une jeune lors du deuil national : mettons de la Vie aux jours !

## Comment reprend-on sa vie quotidienne après un tel événement ?

Il faut atterrir, pendre soin de soi, laisser sortir les émotions, solliciter des professionnels pour évacuer cela et continuer à vivre ! Et comme le disait notre ancien curé Michel : Mon Dieu ta création est magnifique, mais en Valais tu t'es surpassé !



Découvrez aussi le témoignage du curé Pablo Pico sur [cath.ch](http://cath.ch), grâce au QR code.





# Continuer à vivre et à aimer, malgré la mort d'une amie

Loriane a 24 ans et habite à Chalais. Elle était une amie proche d'Emilie Pralong, décédée lors du drame de Crans-Montana. Cette perte l'a profondément marquée, mais n'a pas ébranlé sa foi en Dieu. Pour cette étudiante en 3<sup>e</sup> année d'HES en travail social à Sierre, les amitiés et la prière constituent un soutien dans l'épreuve.



Emilie et Loriane se connaissaient depuis sept ans.

« Pour fêter le Nouvel An, j'ai reçu plusieurs propositions, dont une de la part d'Emilie qui souhaitait aller à Crans. Mais cette année, j'ai préféré rester tranquillement à la maison avec ma sœur et son copain. Avant le souper, on est allés à la messe à Chalais. Peu après minuit,

j'ai souhaité la bonne année à Emilie. Puis le matin au réveil, mon frère m'a dit qu'il y avait eu un drame à Crans-Montana. J'ai demandé de ses nouvelles à Emilie, puis j'ai essayé de l'appeler, sans réponse, même si son natel sonnait. C'est en appelant son père que j'ai su qu'elle n'avait pas dormi chez elle. J'ai vraiment commencé à m'inquiéter. Ensuite, j'ai prié un chapelet, pour elle et pour les autres personnes concernées. L'attente a duré plusieurs jours. C'était inquiétant, mais j'étais bien entourée et j'ai continué à prier. C'est lors de la soirée d'adoration à Chalais, le 3 janvier, organisée en mémoire des victimes, que j'ai appris de la part d'un pompier présent qu'Emilie était malheureusement décédée.

J'ai eu du mal à réaliser qu'elle était partie, d'abord lors de la veillée, et encore maintenant. Le deuil n'est pas terminé. Cela faisait sept ans qu'on était amies. On était proches, c'est pour cela que j'ai souhaité rendre un hommage à Emilie lors de son enterrement. J'ai rappelé que la vie est fra-

gile et précieuse, et que c'est important de s'aimer, de se soutenir et de partager.

Depuis ce drame, ce n'est pas facile de reprendre les études : on est un peu ailleurs, il y a beaucoup de moments où on pense à ça, et les réseaux sociaux n'aident pas. Mais le fait de pouvoir prier et d'être entourée de bonnes personnes m'aide à traverser cette épreuve.

Dans ma prière, je confie à Dieu toutes les personnes touchées par ce drame. Je suis persuadée que Dieu console, restaure, donne des grâces et apporte la paix. C'est pour cela que la prière est essentielle pour moi.

Pour la suite de l'année, on peut se dire que la vie continue, qu'elle peut être belle, malgré les épreuves et qu'elle vaut la peine d'être vécue. Pour moi, il est important de garder cette lumière et cette espérance dans nos cœurs. Dieu est présent ! Faisons-lui confiance, car c'est lui qui peut donner du sens à nos vies. »

“ Je voudrais adresser une parole toute particulière aux jeunes :  
ce que vous vivez, ce que vous ressentez a de l'importance.

N'ayez pas peur de mettre des mots sur vos émotions,  
sur vos peurs, vos colères et votre tristesse.

Osez parler, osez demander de l'aide, osez vous appuyer sur d'autres.  
Demander ou accepter d'être épaulés est un acte de courage.”

Gilles Cavin, pasteur à Sierre et président du Synode suisse de l'Église réformée évangélique







Tina Fischer

## Du changement pour notre secteur : bienvenue Tina!

Chères lectrices, chers lecteurs, je m'appelle Tina Fischer et j'ai le plaisir d'intégrer notre magnifique secteur Noble et Louable Contrée afin de succéder à Adélaïde Patrignani, précédemment chargée de communication.

J'ai vécu et grandi à Grimisuat. En 2020, j'ai rencontré mon mari Frédéric et j'ai quitté nos belles montagnes valaisannes pour le rejoindre au bord du lac enchanteur de Neuchâtel. Deux ans et demi plus tard, nous avons

choisi de revenir sur notre terre natale afin d'y établir notre famille. C'est à Lens que nous avons déposé nos valises.

Aujourd'hui, j'ai la chance de rejoindre nos paroisses pour contribuer à son rayonnement et à la poursuite de ses missions. C'est pour moi un grand honneur et une belle responsabilité. J'espère être à la hauteur de ma pré-décesseuse et vous offrir un journal toujours aussi vivant, inspirant et proche de vous.

## Un Carême solidaire avec Noloco Partage

Si la pauvreté semble invisible sur le Haut-Plateau, elle n'en est pas moins une réalité. L'association Noloco Partage vient en aide aux personnes les plus défavorisées. Il est possible de la soutenir grâce aux soupes de Carême.

Au centre de Crans-Montana, une enseigne contraste avec les boutiques huppées: il s'agit du magasin solidaire, géré par l'association Noloco Partage. Chaque semaine, une vingtaine de bénévoles y donne de son temps pour trier, mettre en valeur et distribuer des denrées invendues de six grandes surfaces de la station, préalablement récoltées par des chauffeurs, bénévoles eux aussi.

« Nous souhaitons assurer une nourriture régulière et de qualité aux bénéficiaires », souligne Maurice Dirren, un montanais membre de l'association. Il explique que 70 à 80 personnes en situation de précarité, en accord avec les communes, fréquentent le magasin pour s'alimenter gratuitement. L'aide octroyée est limitée à un mois.

Noloco Partage, fondée il y a une douzaine d'années, agit également à travers d'autres initiatives: les « cartons du cœur », remplis directement dans les magasins par les clients, la vente de vêtements invendus, divers cadeaux reçus et redistribués.


Une telle association peut sembler superflue sur le Haut-Plateau, où le niveau de vie est élevé. « Beaucoup de personnes ont en réalité de la peine à montrer qu'ils ont difficultés financières », assure Maurice Dirren. Les bénéficiaires sont des personnes étrangères, mais aussi des locaux, des personnes âgées, des femmes seules.

Comme en 2025, les bénéfices des soupes de Carême seront cette année encore reversés à Noloco Partage. « L'année passée, le soutien des paroisses a été précieux pour nous », déclare Maurice Dirren. Ces dons permettent surtout d'acheter des denrées fraîches, pour le magasin solidaire.

Dates des soupes de Carême: voir l'agenda en p. 2 et le site [www.noble-louable.ch](http://www.noble-louable.ch)




Le magasin solidaire à Crans-Montana.



**CLAUDE MASSEREY**  
Objets d'art sacré  
Fournitures liturgiques  
Cierges-Bougies

Ch. St-Hubert 13 - 1950 Sion  
Tél. 027 322 55 32 - 027 323 28 19  
Natel 079 628 19 63 - Fax 027 323 63 62



**vaudoise**

**Agence de Crans-Montana**  
**Julien Rey**

Rue du Pas-de-l'Ours 5  
3963 Crans-Montana

T. 027 480 17 34  
M. 079 608 01 63  
e-mail: [julienrey@vaudoise.ch](mailto:julienrey@vaudoise.ch)  
[www.vaudoise.ch](http://www.vaudoise.ch)

**INSÉREZ  
VOTRE PUBLICITÉ  
ICI!**

Contactez-nous :  
[media.secteur@noble-louable.ch](mailto:media.secteur@noble-louable.ch)  
027 483 45 13



# Explorez le sens de la vie

Alpha

## Parcours Alpha: et la foi devient familière

Présent depuis vingt ans dans notre secteur, le parcours Alpha revient cette année à Randogne. Une aventure qui vaut la peine d'être tentée, comme nous l'expliquent trois anciens participants.

Un repas, un court exposé, une discussion : telle est la recette à succès du parcours Alpha (aussi appelé « Alphalive »), depuis bientôt cinquante ans. Lancé en 1977 par des pasteurs londoniens, ce programme d'évangélisation a ensuite essaimé dans les paroisses catholiques. Alpha est aujourd'hui présent dans 169 pays du monde, dont la Suisse.

Partout, l'objectif est le même : faire découvrir les bases de la foi chrétienne à des personnes qui fréquentent l'Eglise ou non. Le parcours se déroule sur dix à douze semaines, à raison d'une soirée hebdomadaire autour d'un thème spécifique (le sens de la vie, Jésus, la vie après la mort...). Un weekend rassemblant les participants est également prévu.

Dans notre secteur pastoral, le premier parcours Alpha a lieu en 2006. Les initiateurs sont deux chanoines, dont la plupart de nos lecteurs se souviennent bien : Joseph Voutaz et Jean-Pascal Genoud. Joseph Voutaz était parti faire un stage dans une paroisse catholique de Londres, où le curé lui avait parlé des bienfaits d'Alpha. A son retour dans notre contrée, il en parle à Jean-Pascal Genoud qui, convaincu de la proposi-

tion, décide avec lui de mettre en place une équipe de quinze personnes afin d'organiser un parcours.

### Un parcours transformant

Originaire de Chermignon, Anne-Catherine Roduit rejoint le groupe. Cette couturière et mère de famille, engagée en paroisse depuis sa jeunesse, « accepte par politesse ». Puis au fil de ses formations – notamment à Londres, où elle s'est rendue quatre fois –, elle devient plus enthousiaste. « J'ai trouvé cela génial », assure-t-elle. Anne-Catherine rejoint ensuite le comité romand Alpha, obtient le feu vert de l'évêque de Sion de l'époque, Mgr Brunner, met en place une journée de formation pour le diocèse...

Un engagement qui découle des fruits du parcours, bien visibles : « Je trouvais en moi des ressources que je ne soupçonnais pas, je voyais des personnes transformées, des cœurs s'ouvrir, des participants s'engager ensuite en paroisse... On ne ressort pas indemne d'un parcours Alpha, positivement. » Mais Anne-Catherine insiste : « Il ne s'agit pas de recruter pour les paroisses. Le parcours Alpha est une proposition. Chaque personne reste libre d'entrer, et libre de sortir. » Les prêtres du secteur ont, quant à eux, pour mission d'inviter à participer.

« En 2006, il y avait soixante participants, et je n'avais pas une chaise de plus, se souvient la Chermignonarde. On a fait ce premier parcours à Montana-Village, situé au milieu du secteur. »

Au cours des années suivantes, le parcours Alpha s'est déplacé dans d'autres paroisses du secteur. Le prochain aura lieu à Randogne : il commencera le mercredi 25 février prochain avec un souper découverte à 19h30 à la R'uche (place du village 1).

« Je pense que c'est un excellent outil d'évangélisation. J'en suis certaine », témoigne Anne-Catherine. Une conviction que l'on transforme en souhait pour l'édition 2026 d'Alpha !

NB : vous souhaitez participer au souper-découverte à Randogne ? Bienvenue ! Pré-inscription souhaitée auprès de Véronique et Frédéric Gross : 077 424 50 04, vegross44@gmail.com.



Anne-Catherine Roduit, l'une des pionnières du parcours Alpha dans notre secteur.





### Nicolas : un parcours pour écouter Dieu et les autres

*Biologiste et toxicologue de formation, Nicolas Donzé intervient depuis de nombreuses années au sein des parcours Alpha de notre secteur pastoral afin de donner des enseignements.*

Les participants viennent parfois par curiosité pour juste une soirée. Mais l'ambiance du repas, les discussions à cœur ouvert, sans tabou, sans jugement, puis le cours et enfin la discussion qui suit amènent les gens à revenir pour continuer à découvrir, non une religion, mais un ami, le Christ.

Pour enseigner, il faut apprendre, accepter avec humilité que l'on ne sait pas grand-chose. Ce parcours m'a non seulement permis de mieux connaître et aimer le Christ, mais aussi d'approfondir mes connaissances de la foi catholique. En fait, j'ai pu entraîner « les deux ailes de l'âme », comme le disait saint Jean-Paul II : la science et la foi.

Souvent, les gens disent qu'ils n'ont pas besoin de l'Eglise, qu'ils se débrouillent très bien tout seuls : je ne pense pas que cela soit possible. Notre monde souffre de ce sentiment que l'on peut. L'être humain est un animal social. Dieu, c'est l'histoire d'une relation, dans la Trinité. Donc Dieu a créé l'humanité ainsi pour les relations entre humains. On a besoin des autres pour être aidés, consolés, aimés, et pour aider, consoler et aimer. Ce parcours permet de nous remettre en question. Ce monde très bruyant ne nous laisse plus le loisir de nous entendre, de nous retrouver et donc d'entendre Dieu. Ici, on partage un enseignement, un peu comme un chapelet que l'on égrène au fil des semaines. Cela permet à chacun d'avancer à son rythme sur le chemin de la foi, pour se retrouver et croiser Jésus, dans une rencontre, une parole ou une idée. Ce parcours nous permet de découvrir cette musique que l'orchestre symphonique divin ne cesse de jouer, mais que l'on n'entend plus à cause du bruit de notre monde.

### Benjamin : de la clarté et le plaisir d'échanger

J'ai suivi ce parcours après y avoir été encouragé par mon beau-père, mais je n'avais aucune pression ni attente, c'était d'abord par curiosité. Puis c'est devenu un plaisir de venir tous les mercredis soir et de retrouver les participants. Au-delà des thèmes abordés, des liens se sont créés entre nous, malgré nos parcours de vie différents.

Ce parcours m'a apporté beaucoup de lumière, et m'a permis d'approfondir ma foi. Je suis pratiquant depuis mon enfance, grâce à ma grand-maman qui m'emmenait à la messe. Mais je ne devais pas me contenter d'être spectateur, il me fallait devenir acteur de ma foi, et la diffuser autour de moi. Avant, j'étais gêné de parler de ce que je ressentais en tant que catholique pratiquant. Aujourd'hui, j'ose en parler en toute honnêteté si l'on vient me poser des questions.

Durant ce parcours, j'ai eu une prise de conscience : lors de plusieurs événements marquants de ma vie, il est sûr et certain que Dieu était là, ce qui est rassurant et beau. Et puis parler de sa foi avec d'autres participants ne peut que la renforcer, aussi petite ou fragile soit-elle.

Aujourd'hui, en tant que père de famille, j'ai envie de transmettre la foi à mes enfants, en leur donnant des outils, en faisant tout mon possible, mais sans leur imposer d'obligation. A d'éventuels intéressés par le parcours Alpha, je dirais de ne pas avoir d'a priori. Plus que les thèmes abordés, c'est le fait d'échanger avec les participants qui compte, et cela apporte beaucoup.





# Carême : sous les cendres, le renouveau

Ouvrant le temps du Carême, la messe des Cendres 2025 a été marquée par un fait singulier : une forte affluence des fidèles, que ce soit en France voisine mais aussi en Suisse romande, notamment dans les cantons de Genève et de Neuchâtel (selon le site cath.ch). On ne dispose pas de chiffres précis, mais de nombreux prêtres témoignent notamment d'une part significative de jeunes venus participer. Plusieurs pistes sont avancées : recherche croissante de sens, tendance diffusée par les réseaux sociaux, augmentation du nombre de personnes demandant le baptême... Nous vous proposons ici de revenir sur la signification du Carême, ce temps particulier qui prépare à la fête de Pâques. Qui sait, peut-être aurez-vous envie de tenter l'expérience ?



Lors du rite de l'imposition des cendres, le prêtre trace une croix sur le front des fidèles, signe d'appel à la conversion.

Le nom de « Carême » est le nom donné au jeûne de quarante jours avant Pâques. Il vient de « quadragesima » qui signifie en latin « espace de quarante ». C'est aussi de là que vient le mot « quarantaine », lorsqu'on met quelqu'un à part. Là, c'est Jésus lui-même qui s'est isolé dans le désert afin de se préparer à sa mission évangélisatrice. C'est dans un cœur à cœur avec son Père du ciel qu'il a accueilli l'importance de son ministère de réconciliation avec l'humanité entière. Durant ces jours de solitude, il a subi les attaques du démon voulant le détourner de sa tâche, mais il lui a résisté. Tout naturellement, la première communauté chrétienne a voulu garder ce rite comme une préparation aux fêtes pascales.

Il débute par la messe des Cendres. Le prêtre dépose un peu de cendres sur le front ou sur la tête de chacun, en y faisant le signe de la croix, et en invitant la personne à se convertir car nous ne sommes que poussière et nous retournerons en poussière (cf. Genèse 3,19). Le péché nous

éloigne de Dieu et des autres, la conversion c'est ce retour vers le Seigneur et vers nos frères et sœurs. C'est abandonner mes pratiques mauvaises pour retrouver celles qui nous font grandir et qui plaisent tant au ciel.

Le carême n'est donc pas une question de régime alimentaire, même si ce dernier est bénéfique pour la santé, mais bien une expiation de nos péchés ainsi qu'une communion avec tous ceux qui souffrent dans leurs corps et de maintes façons. En m'abstenant de tel ou tel élément, je veux retrouver une âme pure et qui plaise à Dieu dont je suis l'enfant bien-aimé.

## Quelques pistes à suivre

Vous êtes peut-être comme moi ? On veut faire un carême rempli de bonnes résolutions et souvent au final... Il serait bon d'en choisir une parmi ces trois domaines :

- le carême spirituel : prier plus, lire des vies de saints ou faire des lectures spirituelles, une retraite, un pèlerinage, participer à la messe en semaine, etc.
- le petit effort de pénitence par le jeûne : s'abstenir de tel aliment ou de telle boisson.
- un renouveau dans la charité fraternelle. Carême pour les autres : visiter un malade, une personne âgée, me réconcilier avec untel, rendre service, être accueillant et à l'écoute, etc.

Comme le dirait Jésus à chacun : « car aime ». Un carême offert généreusement et joyeux. « Parfume-toi le visage, mets de beaux habits afin que ton jeûne, ton offrande ne soient connues que de Dieu seul » nous le rappelle Jésus dans les évangiles.

Alors bon « car aime » à tous !

Alexandre Barras,  
curé de Crans-Montana



**berclaz + romailleur sa**  
+ maîtrises fédérales + brevet fédéral  
**chauffage - sanitaire**  
Rte de Montana 54 - 3974 Mollens  
Tél. 027 481 22 59  
info@berclaz-romailleur.ch





**Rue Principale 40 - 1978 Lens - 027 483 21 32**  
Lundi-Vendredi 7h00-12h30 / 14h00-18h30 Samedi 7h00-17h00



*Un accompagnement tout en douceur*  
Barras SA: +41 (0)27 481 28 16  
www.pompesfunebresbarras.ch



# A Lourdes, « j'ai réappris à prier »

Au sanctuaire Notre-Dame de Lourdes, les miracles ne touchent pas seulement le corps. Ils sont aussi spirituels. Dominique Ayer, habitant de Crans-Montana, en témoigne.

**D**ominique Ayer est membre de l'Association des Hospitaliers diocésains de Notre-Dame-de-Lourdes de Chermignon, secouriste de la section des Samaritains de Crans-Montana, et chevalier officier de l'Ordre hospitalier des saints Maurice et Lazare. En tant qu'ancien professeur, il participe encore à plusieurs projets culturels.

« En 2024, un médecin engagé dans le Pèlerinage interdiocésain à Lourdes m'a dit incidemment, lors d'une soirée raclette, qu'il manquait des brancardiers pour le prochain pèlerinage. Alors je lui ai répondu spontanément qu'il pouvait compter sur moi et que je m'y inscrivais en lui précisant que c'était par pur altruisme, sans ferveur religieuse particulière.

Dès mes premiers jours à Lourdes, j'ai effectué toutes les tâches que l'on me demandait en évitant de me laisser « prendre » par une piété qui ne me correspondait pas. Mais plus le temps passait durant ce premier

pèlerinage, plus j'étais ému par le dévouement de toutes les hospitalières et de tous les brancardiers. J'ai aussi été très impressionné par la ferveur des pèlerins venus du monde entier et priant à haute voix dans leur langue respective. Par effet de groupe peut-être, finalement, je me suis surpris à prier, ce que je n'avais plus fait depuis plus de 50 ans. Étais-je touché par la grâce ?

De retour en Suisse, j'ai été enthousiasmé par l'esprit de dévouement des Amicales d'hospitaliers de Lourdes et je me suis réinscrit pour le pèlerinage suivant... et ainsi de suite. Chaque année, c'est un nouveau bain de jouvence que de se plonger dans cette ambiance spirituelle remarquable. Je suis sûr que je retournerai comme brancardier au Pèlerinage interdiocésain aussi longtemps que j'en aurai les capacités.

Grâce à ces pèlerinages, j'ai réappris à prier et c'est avec joie que je récite l'Ave Maria plusieurs fois par jour avec des intentions de prière qui

s'adressent à tous mes proches et même à tous ceux que je croise sur mon chemin de vie. »



Dominique Ayer en tenue de service, comme hospitalier de Lourdes.

## Une nouvelle proposition pour les enfants

L'adoration eucharistique pour les enfants est régulièrement proposée depuis le mois de janvier à l'église de Flanthey. Une heure de prière spécialement pensée pour eux !



« C'est un appel qui est né à plusieurs reprises lors de l'adoration du Saint Sacrement », confient Anne et René Rey, de Chelin, initiateurs de cette proposition. « Jésus et Marie aiment la prière des enfants. C'est pourquoi, dans un esprit de transmission, nous avons voulu leur partager cette richesse ». Le couple est convaincu que l'adoration des enfants « sera un accélérateur pour la transformation de notre paroisse et la rendra toujours plus priante, accueillante et missionnaire. Depuis trois ans, l'adoration pour les adultes a été mise sur pied par notre curé, Pablo Pico, et l'on perçoit déjà des bienfaits dans notre paroisse. Avec les enfants adoreurs, ces bienfaits seront démultipliés », espèrent-ils.

Chaque rencontre dure une heure : après l'accueil, il y a des prières, des chants, de la louange et une mini-catéchèse devant le Saint-Sacrement. Un livret spécialement adapté aux enfants les accompagne, pour mieux comprendre comment et pourquoi adorer le Saint-Sacrement. Rendez-vous les 4 mars, 1<sup>er</sup> avril, 6 mai et 3 juin. Les parents et grands-parents des adoreurs en herbe sont également les bienvenus !





## Une exposition sur le Saint-Suaire

**Pour tout savoir sur le Linceul de Turin, rendez-vous à l'église de Lens à partir du Carême et jusqu'au 31 décembre. Des panneaux mis à disposition par l'association « Montre-Nous Ton Visage » vous permettront d'en savoir plus sur ce précieux tissu.**

Conservé à la cathédrale Saint-Jean-Baptiste de Turin, le Saint-Suaire reste une énigme pour les savants.

Cette pièce de tissu de 4,10 m de long et de 1,10 m de large porte une empreinte qui serait celle de Jésus-Christ, mort crucifié. C'est une image unique au monde. Personne n'a pu en expliquer la formation, ni la reproduire.

C'est en 1898, en développant la première photographie du Linceul, que le photographe amateur Secondo Pia voit se former sur le négatif la silhouette positive d'un homme qui a été flagellé, couronné d'épines, crucifié, avec une plaie au cœur... L'étude anatomique fait apparaître une similitude impressionnante entre les marques du Linceul et le récit de la passion du Christ dans les Evangiles.

« Le Visage du Suaire communique une grande paix. C'est comme s'il nous disait: aie confiance, ne perds pas l'espérance; la force de l'amour de Dieu, la force du Ressuscité vainc tout », a rappelé le Pape François en 2013, à l'occasion d'une exposition publique (ostension) du Saint-Suaire.

## Concours - photo mystère



Une cloche, encore silencieuse dans l'hiver et ses arbres dénudés, avant de retentir à Pâques, parmi les bourgeons du printemps. Une cloche qui annonce un départ et célèbre une arrivée. Une cloche d'une jolie chapelle de notre secteur, en fête le jour de la Chandeleur. Où se trouve-t-elle?

Envoyez votre réponse, avant le 24 février 2026, avec vos coordonnées complètes, à [media.secteur@noble-louable.ch](mailto:media.secteur@noble-louable.ch) ou par courrier: Prieuré, concours photo, Place de l'Eglise 2, 1978 Lens.

Un bon de Fr. 30.- au magasin d'alimentation « Chez Martine » est à gagner.

Le gagnant du concours du numéro de décembre/janvier est Adrien Mabillard, bravo! La bonne réponse était: saint André, représenté sur le vitrail de la chapelle de Chermignon-d'en-Bas.

## Appel à témoignages

Dis voir, t'as rencontré Jésus? Tu as vécu un déclic qui a changé ta vie?

Contacte-nous: [media.secteur@noble-louable.ch](mailto:media.secteur@noble-louable.ch) ou Place de l'Eglise 2, 1978 Lens



**Etoile des pierres**  
Bijoux et minéraux

Le magasin des vrais "souvenirs de la montagne"

MINEBI SA - Mme Feusi  
Av. de la Gare 4 - 3963 Crans-Montana  
Tél. 027 481 58 44

**POMPES FUNÈBRES DANIEL REY & FILS Sàrl**

Jean-François EMERY  
079 212 31 21  
Représentant Lens - Flanthey - Icogne  
Route de Crans-Montana 24  
3963 MONTANA  
fabien.rey@netplus.ch  
[www.pompes-funebres-daniel-rey.ch](http://www.pompes-funebres-daniel-rey.ch)

**FELIX**

Votre bureau, nos solutions.