Du 21 au 27 septembre 2022 | Hebdomadaire | CHF 2,80 (TVA 2,5% incluse) | Edition N°72 | CH-JAA 1800 Vevey | Poste CH SA www.riviera-chablais.ch

Riviera
Chablais
votre région

Des secrets naturels pour freiner la maladie d'Alzheimer
Page 16

L'Édito de
Karim Di Matteo

Le pouvoir des fleurs

Les frimas de l'automne sont là, mais il me vient l'envie de fredonner l'air plutôt printanier du «Pouvoir des fleurs» de Laurent Voulzy, même si en l'occurrence il est plutôt question de fruits, de légumes et d'épices. Mais en cette journée mondiale contre la maladie d'Alzheimer, les mots et les notes du chanteur français apportent une note d'espoir bienvenue, soit celle que l'on retire de l'enthousiasme naturel et des arguments 100% scientifiques de Kurt Hostettmann, auteur d'un livre sur l'influence que peuvent exercer les plantes sur notre mémoire. Celui qui a notamment cofondé le jardin botanique de Leysin est non seulement une référence mondiale dans le domaine, mais la maladie lui a pris ce qu'il avait de plus cher, son épouse. C'est peu dire qu'il a lui-même éprouvé la méthode. Le chercheur ne vend toutefois aucune solution miracle de bonimenteur. Il le dit d'emblée: l'Alzheimer ne se guérit pas. Mais fidèle à l'adage d'Hippocrate, nos aliments peuvent se révéler nos premiers médicaments. Dans le cas présent, certains sont propices à doper notre capacité à retenir, comme les myrtilles de nos montagnes ou l'huile essentielle de romarin. L'ouvrage de Kurt Hostettmann est avant tout l'occasion de rappeler que selon l'association Alzheimer Suisse, quelque 150'000 personnes atteintes de la maladie ou d'une autre forme de démence vivent actuellement en Suisse, pour quelque 32'200 nouveaux cas chaque année, soit une nouvelle personne affectée toutes les 16 minutes!

Lire en page 16

Sport P.11

FOOTBALL

Réfugié congolais, le joueur offensif Chadrac Akolo est arrivé en Suisse à l'âge de 14 ans. Après avoir performé dans notre pays et à l'étranger, il est de retour en Super League cette saison où il joue pour le FC Saint-Gall. Il engrange de nombreuses minutes sur le gazon tout en continuant à faire trembler les filets adverses.

Région P.08

LOISIRS

Les modèles réduits ont désormais leur terrain de jeu à Champoussin, où s'est déroulé un championnat le week-end dernier. Mais l'ambition du créateur de la piste et de la compétition est d'investir la plaine et de monter un club pour créer des infrastructures ouvertes à l'année, comblant un manque dans la région.

La Braye peut enfin rêver de résurrection

Château-d'Œx Malgré les craintes, les élus ont décidé de faire confiance à l'association Edelweiss Paradise en lui allouant 750'000 francs. Alors qu'elle vient de lancer une levée de fonds privés pour financer la revitalisation quatre saisons de l'ancien domaine skiable, le signal lancé aux investisseurs est fort. **Page 09**

Keystone

Le toit du canton brûle

Les flammes ont ravagé deux étages du bâtiment de Mario Botta aux Diablerets. Le téléphérique semble avoir été épargné.

Page 07

Pub

eco²net SA
Nettoyage & Facility Services
ANS 50 1968 2018

Et si vous preniez le risque d'être **satisfait** ?

Conciergerie · Service de femmes de ménages · Entretien de bureau · Tous travaux

Devis gratuit et sans engagement

www.eco2net.ch
Vevey
021 921 00 33

Riviera Chablais votre région a aimé votre publication

Sélection très subjective de quelques perles dégotées sur Facebook ces derniers jours. À vous de jouer!

Taguez notre page sur votre publication pour tenter d'être dans notre journal!

Suivez-nous sur notre page Facebook: **Riviera-Chablais**

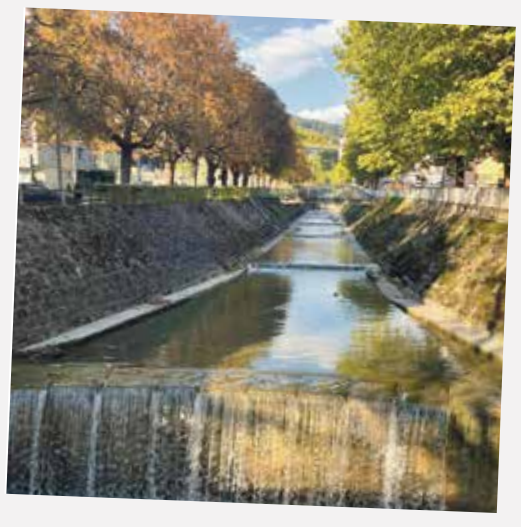
Région Dents du Midi
Le 18 septembre 2022

Un grand bravo à tous les participants de la 51e édition du DDM Trail! | Gabriel Premand

Rapaz Olivier
Le 19 septembre 2022

Fire 🔥🔥🔥!!!

Patrick Bertschy
Le 20 septembre 2022



Balade le long de la #Veveyse

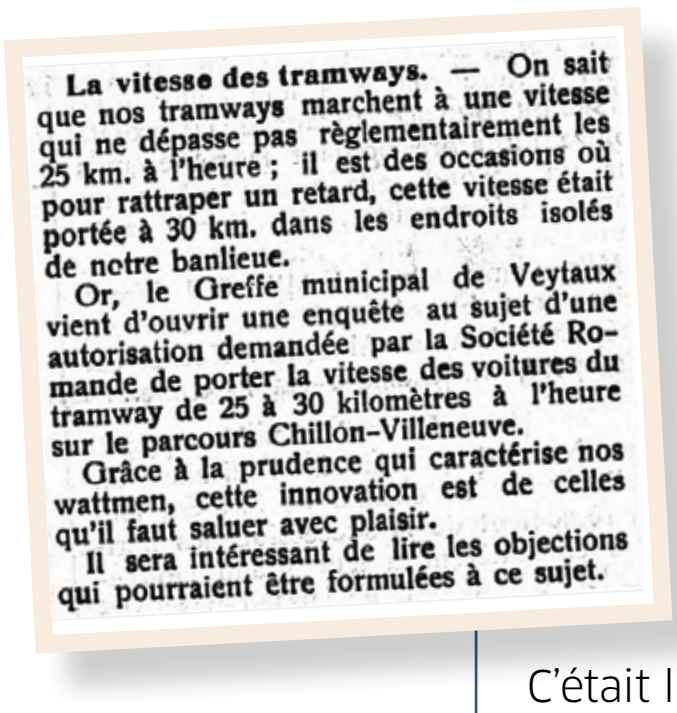
L'humeur d'Hélène Jost

La poutre, la paille et la **prise**

J'éteins la lumière quand je sors d'une pièce. Ma télévision, ma radio et mon wifi sont branchés sur des prises à interrupteur. Je n'achète que des ampoules LED. Tous mes appareils électroménagers sont récents et bien notés. Je consomme peu de viande et presque pas de bananes ni d'avocats, même si j'adore ça. Je mange des céréales en vrac et de plus en plus de mets faits maison. J'ai arrêté de fumer. Malgré tous ces petits gestes, je le sais bien: ma marge de progression est immense. J'y pense un peu quand je commande des habits, davantage quand je passe un après-midi à engloutir une série en streaming en pianotant sur mon téléphone portable. En plus, je prends encore l'avion, avec ma mauvaise conscience en supplément de bagage.

Mais que je me rassure, il y a pire que moi! Mes habitudes en matière de mobilité sont en effet bien loin de celles des ultra-riches et des footballeurs, l'actualité nous l'a rappelé ces dernières semaines. Le temps d'une polémique comme on les aime, je suis revenue dans le cercle des vertueux, juste parce que je préfère le train au jet privé pour mes déplacements quotidiens. Ce sont des petits riens comme ça qui remontent le moral, parfois. Youpie!

Attention, je ne conteste pas le bien-fondé de la démarche qui consiste à dénoncer les abus commis par ces accros au kérozène, qui planent à des années lumières des problématiques qui ont miné cette fin d'été. Mais attention à ne pas se laisser distraire par le courroux populaire. Des efforts, il faudra bien continuer d'en faire, que ce soit pour le climat ou pour son porte-monnaie. Et pourquoi pas en commençant par forcer la main de celles et ceux qui ne se sentiraient pas concernés, plutôt que se contenter de s'en servir comme paravents.



La vitesse des tramways. — On sait que nos tramways marchent à une vitesse qui ne dépasse pas règlementairement les 25 km. à l'heure ; il est des occasions où pour rattraper un retard, cette vitesse était portée à 30 km. dans les endroits isolés de notre banlieue.

Or, le Greffe municipal de Veytaux vient d'ouvrir une enquête au sujet d'une autorisation demandée par la Société Romande de porter la vitesse des voitures du tramway de 25 à 30 kilomètres à l'heure sur le parcours Chillon-Villeneuve.

Grâce à la prudence qui caractérise nos wattmen, cette innovation est de celles qu'il faut saluer avec plaisir.

Il sera intéressant de lire les objections qui pourraient être formulées à ce sujet.

C'était l'actu le...

27 septembre 1922

Y a le feu au lac à Veytaux: le greffe municipal estime que le tramway qui transporte les visiteurs vers le Château de Chillon est trop lent. La desserte est pourtant assurée par un fleuron de la technologie qui fut, en 1888, la première ligne électrifiée du réseau ferré suisse. Alors que la vitesse maximale des trams dans le pays est alors fixée à l'époque à 25 km/h, la Commune demande une dérogation pour l'augmenter à 30 km/h. Cette allure grisante n'est pas inédite, puisqu'il «est des occasions où pour rattraper un retard, cette vitesse était portée à 30 km, dans les endroits isolés de notre banlieue», analyse la Feuille d'avis de Montreux, en ce 27 septembre. **DGE**

IMPRESSUM

Riviera Chablais SA
Chemin du Verger 10
1800 Vevey

021 925 36 60
info@riviera-chablais.ch
www.riviera-chablais.ch

Abonnements
CHF 99.- par année
et par région.
Toutes nos formules sur
abo.riviera-chablais.ch

Tirage total 2022

Editions abonnés

***Riviera** Chablais*
votre région
2'500 exemplaires
hebdomadaire,
le mercredi

*Riviera **Chablais***
votre région
2'500 exemplaires
hebdomadaire,
le mercredi

Editions tous-ménages
Riviera Chablais
votre région
94'000 exemplaires
tous-ménages, mensuel,
le mercredi

Editeur
Conseil d'administration
de Riviera Chablais SA

Directeur fondateur
Armando Prizzi

Impression CIL Bussigny

Conseillers en publicité
Nathalie di Rito,
Giampaolo Lombardi,
Basile Guidetti.

Administration
Laurence Prizzi,
Marie-Claude Lin,
Nicole Wetzel.

PAO
Patricia Lourinhã,
Mattéo Costantino.

Correctrice Sonia Gilliéron

Rédaction
Anne Rey-Mermet,
rédactrice en chef.

Région Riviera:
Xavier Crépon,
Noriane Rapin,
Hélène Jost,
Rémy Brousoz.

Région Chablais:
Christophe Boillat,
David Genillard,
Karim Di Matteo,
Sophie Es-Borrat.

Les éditeurs de la région misent sur le local et l'original

Michel Moret a choisi de publier une vingtaine de livres pour cette rentrée littéraire, en prévision d'une nouvelle augmentation du prix du papier. | N. Rapin

Rentrée littéraire

Le monde du livre sort d'une crise sanitaire pour replonger dans une crise économique. Mais la littérature romande tire son épingle du jeu. Le point avec les trois principales maisons de la Riviera et du Chablais.

| Noriane Rapin |

«La littérature romande instaure ses propres règles.» Cette petite phrase lâchée par Alexandre Grandjean, co-directeur des éditions veveysannes Hélice Hélas, résume bien l'état d'esprit d'une tradition qui devra s'accrocher à sa devise pour survivre à une nouvelle rentrée littéraire chahutée.

Après deux ans de pandémie, plutôt propices au marché du livre mais sans événement promotionnel, les éditeurs suisses doivent affronter en septembre 2022 la hausse des prix du papier et du carburant. Ces petites maisons n'ont pas les moyens de mettre sur pied une stratégie marketing et de suivre les tendances du moment, comme le font les grandes sœurs parisiennes. Mais elles jouent leur longévité sur leurs auteurs et la qualité des ouvrages qu'ils proposent aux lecteurs.

«C'est le texte et ce qu'il a à dire qui nous importe, pas le contexte, explique Alexandre Grandjean. Nous faisons en sorte que ces livres durent le plus longtemps possible. Nous visons les long-sellers plus que les best-sellers.» Même analyse du côté des éditions de l'Aire et de leur directeur Michel Moret: «C'est comme si j'allais cueillir des fleurs dans les champs, j'en prendrais de toutes les sortes. Je ne suis pas un intégriste de la marguerite ou de la primevère. L'important, c'est la qualité.»

Pandémie et manuscrits

Le Covid a marqué de son empreinte les publications de cet automne. Les éditeurs constatent que les manuscrits qui leur arrivent actuellement sont pour beaucoup les fruits de cette période hors du temps. Beaucoup de nouveaux écrivains se sont d'ailleurs essayés à la plume à cette occasion.

Pour Michel Moret, ce petit temps de latence s'explique par le processus d'écriture: «Le romancier ne suit pas l'actualité comme un journaliste, l'intériorisation prend du temps. Ces temps-ci, les thèmes de la solitude, de la remise en question sont très prégnants. Cette inquiétude débouche aussi sur des sujets écologiques.»

Les éditions Saint-Augustin, à Saint-Maurice, ont aussi constaté ce regain d'introspection chez les auteurs en herbe. Ces derniers ont envoyé un certain nombre d'essais autobiographiques, ce qui les a conduites à créer l'année dernière une collection dédiée, «Terre d'Encres». «Nous n'avons pas croulé sous les manuscrits, observe Pascal Ortelli, responsable des éditions. Mais nous avons reçu ces récits de vie, qui méritaient un traitement propre. Terre d'Encre permet d'aider les auteurs à mettre leur histoire sur papier et à la diffuser.»

Marasme économique

Alexandre Grandjean et ses deux compères d'Hélice Hélas, Pierre Yves Lador et Stéphane Bovon, ont remarqué comme les autres une augmentation considérable de leur chiffre d'affaires depuis 2020. Mais l'époque où les ventes en librairies tutoyaient les records semble bien être révolue. «Pour les petites structures éditoriales comme la nôtre, la pandémie était synonyme de croissance économique. On constate actuellement qu'on revient au monde d'avant.»

L'inflation actuelle risque de heurter le monde du livre de plein fouet. Les inquiétudes sont partagées par tous les professionnels de la branche. «Un livre qui n'est pas vendu est facturé négativement, relate Pascal Ortelli. Nos chiffres sont déjà en dents de scie habituellement, et c'est encore pire avec la situation économique actuelle.»

Face aux risques, les éditeurs optent pour différentes stratégies. Michel Moret a décidé de publier un maximum d'ouvrages cet été avant que le papier n'atteigne des tarifs prohibitifs. «Un livre édité est un livre sauvé.» Du côté d'Hélice Hélas, on a renoncé à répercuter les coûts de production sur le prix en librairie. «Comme nous bénéficions d'aides publiques, nous avons décidé de ne pas faire passer le lecteur à la caisse», explique Alexandre Grandjean.

La qualité dans la diversité

Dans les difficultés, la principale force des éditions romandes réside dans leur agilité. Malgré leur taille, les trois maisons ont toutes décidé de se diversifier pour continuer d'atteindre leur public. Hélice Hélas en a fait sa ligne éditoriale, dite «baroque, épique et punk», associant les essais de sciences sociales à la littérature fantastique ou à la bande-dessinée.

Du côté de l'Aire, Michel Moret a aussi depuis longtemps l'ambition de ne pas se laisser mettre en boîte. «Nous restons ouverts, même si nous privilégions la littérature. Comme un grand éditeur français. C'est notre style.»

Pascal Ortelli compte bien également renforcer le positionnement des différentes collections de Saint-Augustin pendant l'année qui vient. Et pourquoi pas, profiter de son ancrage territorial pour explorer de nouveaux horizons. «Nous voudrions toucher le monde du tourisme. Certaines stations pourraient avoir envie de réaliser des plaquettes sur leur histoire.» Pas question de renoncer au champ religieux, qui reste l'ADN de la maison. «Au contraire, nous allons renforcer ce pôle-là. Mais peut-être plus sous forme de témoignages qui rejoignent les gens.»

Les efforts seront-ils payants? Dans tous les cas, les éditeurs sont loin de baisser les bras. «Malgré toutes ces secousses telluriques, j'ai confiance en la qualité de notre production et en nos lecteurs, affirme Michel Moret. Dans les périodes de crise, on constate toujours un retour au livre. Il faut publier des ouvrages qui aident à vivre dans la profondeur.»

La sélection des nouveautés 2022

«Vanité», de Reynald Freudiger, éd. de l'Aire

Inspiré de l'histoire familiale de l'épouse de l'auteur, ce roman raconte l'exil, ses réussites et ses revers. Reynald Freudiger, enseignant à Burier, s'empare du destin des Portugais qui quittent leur patrie pour chercher une vie meilleure en Angola. Il explore le lien charnel qui unit ces deux pays. «C'est un roman très bien ficelé, avec une écriture très maîtrisée, estime l'éditeur Michel Moret. Il devrait toucher beaucoup de ressortissants portugais.»

«L'amant de la déesse Lune»,
d'Alain Bagnoud, éd. de l'Aire

Déjà lauréat d'un prix littéraire pour son dernier polar paru aux éditions de l'Aire, le Genevois Alain Bagnoud conte ici une enquête d'un autre genre. Une femme part à la recherche du manuscrit, réputé exceptionnel, d'un écrivain disparu vingt ans auparavant. Dans sa quête, elle découvre la vie de l'auteur dans ses moindres recoins. Alain Bagnoud explore l'acte créatif en revisitant le mythe grec d'Endymion et Séléné.

«K comme Almanach»,
par Marie-Jeanne Urech, éd. Hélice Hélas

Prenez une ville que désertent ses habitants pour une destination idéalisée mais dont personne ne revient. Là, un homme allume chaque soir les lampadaires, pour endiguer l'obscurité. Il recueille un réfugié sorti des flots, réfugié qui voit dans cette cité le monde meilleur que tout le monde va chercher ailleurs. «Cette fable réinsère de la tendresse dans un contexte de peur d'un effondrement, en l'abordant sous l'angle de la littérature», commente Alexandre Grandjean.

«Prenez de l'ail et de l'argent, du sel et de la terre»,
par Ursula Timea Rossel, éd. Hélice Hélas

Le pendant germanophone de Marie-Jeanne Urech, selon ses éditeurs. Ce «roman polyphonique» fait écho à deux classiques, Orlando de Virgninia Woolf et à Orbitor de Mircea Cartarescu. «Le livre fait système, emboite les histoires les unes dans les autres, fait voyager dans la physique quantique, dans les identités, énumère Alexandre Grandjean. On est dans du fantastique absolu mais qui convoque sa propre langue.» L'autrice assume un petit côté loufoque, elle qui a fondé l'institut de cryptogéographie. «On rit du début à la fin, tout en étant intelligent.»

«Confidences des étoiles»,
d'Odette La Du Paul, éd. Saint-Augustin

Dans cette autobiographie éditée dans la collection Terre d'Encres, l'autrice revient sur son enfance montheysanne. Orpheline de mère à 18 mois, elle mène l'enquête sur son suicide auquel elle ne croit pas. Son père, fondateur et tenancier du dancing des Treize étoiles, demeure un personnage central de son récit de vie: un homme avenant et apprécié auprès de ses clients, mais tyrannique et intransigeant à la main. Une tranche de vie qui vient éclairer une page d'histoire chablaisienne.

«Guy Oberson. Un prêtre en chemin»,
de Laurence Marti, éd. Saint-Augustin

«Ce livre, religieux mais grand public retrace la vie d'un prêtre heureux», commente Pascal Ortelli. Guy Oberson, proche des milieux ouvriers, a reçu plusieurs honneurs de la société laïque au cours de sa carrière. Il est lauréat du Prix Jeunesse et Sport, pour avoir su allier les activités sportives et la prêtrise. La ville de Renens lui a aussi remis son Prix de l'intégration pour son travail avec les migrants. «Il fait partie de ces personnes dont la rencontre illumine», affirme l'ancienne Syndique POP Marianne Huguenin.

AVIS D'ENQUETE

Conformément aux dispositions en vigueur, la Commune d'Aigle soumet à l'enquête publique, du 17 septembre 2022 au 16 octobre 2022, le projet suivant :

– **Inscription de deux servitudes de passage au chemin de Pré Russin – parcelles 262, 267, 2498 et 2696**

selon plan présenté par Géo Solutions Ingénieurs SA, Rue du Midi 18, 1860 Aigle

Le dossier est déposé au Bureau technique où il peut être consulté pendant les heures d'ouverture et sur le : www.aigle.ch – onglet Pilier public. Les observations ou oppositions éventuelles doivent être consignées directement sur la feuille d'enquête ou adressées sous pli recommandé à la Municipalité dans le délai d'enquête.

Délai d'intervention : 16 octobre 2022

La Municipalité

A LOUER

À louer aux Paccots Centre,
accès facile même en hiver,
3.5 pièces refait à neuf, cheminée,
calme, air pur, 5 minutes de l'autoroute.
CHF 1560.– cc.

Willy Berthoud – 079 823 65 55

ACHETE TOUTES MONTRES

Achète toutes montres mécaniques,
à quartz, automatique, de poche, réveils,
pendulettes, Swatch ainsi que étain,
argent, argenterie, or, or dentaire, couteaux
militaires, briquet etc...
Etat sans importance.

Tél. 079 394 60 96

COMMUNE D'AIGLE

La Municipalité met au concours un poste de

Agent.e d'exploitation 100% (conciergerie)

auprès de la division de conciergerie.

Ce poste est ouvert aux hommes et aux femmes.

Mission, profil, entrée en fonction
et renseignements sur le site
de la Commune d'Aigle **www.aigle.ch**

Délai de postulation : **14 octobre 2022**

PROTECTION CIVILE DISTRICT AIGLE

Le comité de direction met au concours un poste de

Commandant.e de l'Organisation régionale de protection civile

Ce poste est ouvert aux hommes et aux femmes.

Mission, profil, entrée en fonction
et renseignements sur le site
de la Commune d'Aigle **www.aigle.ch**

Délai de postulation : **21 octobre 2022**

AVIS D'ENQUÊTE **COMMUNE DE CHESSEL**
DEMANDE DE PERMIS DE CONSTRUIRE (P)

La Municipalité de Chessel soumet à l'enquête publique du 24.09.2022 au 23.10.2022 le projet suivant :

N° CAMAC : **217228**	Compétence : **(ME) Municipale Etat**
Parcelle(s) : **325**	Coordonnées : **2.557.977 / 1.133.425**
Réf. communale : **04-2022**	N° ECA : **171**
Lieu dit ou rue :	**Rte de la Porte du Scex 157**
Propriétaire(s) :	**DUVAL BRIAN ET LAETITIA**
Auteur des plans :	**PELLOUCHOUD SIMON PELLOUCHOUD & CIE ELECTRICITÉ-CHAUFFAGE**
Nature des travaux :	**Transformation(s), Installation d'une pompe à chaleur air/eau extérieure en remplacement d'une chaudière à mazout**
Particularités :	**Mise à l'enquête du degré de sensibilité au bruit, de degré : 2**

La Municipalité

SEIC-Télédis devient Genedis

Le Groupe SEIC-Télédis fait peau neuve l'année de ses 30 ans. L'un des principaux acteurs du Valais et de l'Est vaudois dans les secteurs de l'énergie, des télécommunications et du multimédia devient Genedis. Derrière ce nouveau nom, la volonté de renforcer son positionnement d'acteur régional de la transition énergétique.

Le Groupe SEIC-Télédis a dévoilé sa nouvelle identité ce 16 septembre : au revoir SEIC-Télédis, place à Genedis. Une nouvelle marque sobre et moderne pour incarner les engagements de l'entreprise : « Nos activités dans les domaines de l'énergie et du multimédia accompagnent nos clientes et clients au quotidien, relève Philippe Délèze, directeur de Genedis. Le nouveau nom est inspiré du mot "génération" et met en exergue notre engagement en faveur du bien-être des générations actuelles et futures. La terminaison tonique en "dis" marque un lien de filiation avec notre ancienne identité, car il ne s'agit pas d'une rupture mais d'une continuité. » Connue initialement sous l'appellation de SEIC (Service électrique intercommunal), l'entreprise est devenue le Groupe SEIC-Télédis au début des années 2000 à la suite de l'acquisition de la société montheysanne Télédis, spécialisée dans les télécommunications. En 30 ans, ce groupe en mains publiques a évolué d'un simple distributeur d'électricité à ses débuts en un prestataire de services complets dans les domaines de l'énergie, du multimédia et des techniques du bâtiment. « Au fil du temps, nous avons diversifié nos activités et sommes entrés dans des marchés très concurrentiels. Il était donc naturel de repenser notre identité afin de renforcer le positionnement de l'entreprise », souligne Philippe Délèze.

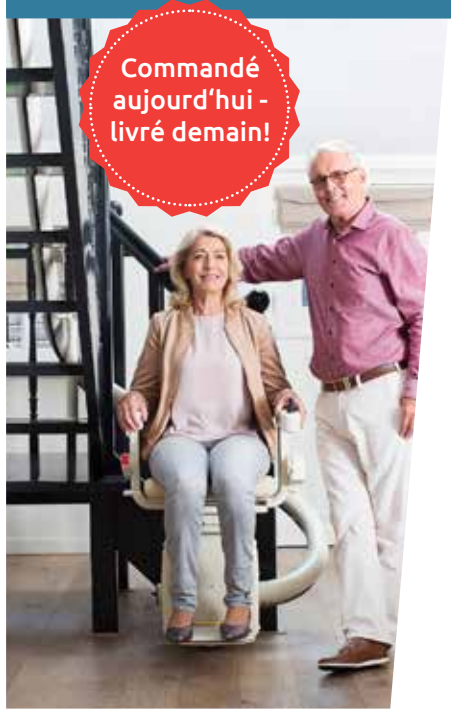
Concrétiser la transition énergétique

Cette nouvelle identité accompagne la stratégie de Genedis qui souhaite affirmer sa position d'acteur régional majeur de la transition énergétique. Outre les investissements importants dans le développement du réseau électrique de demain, le Groupe propose des solutions photovoltaïques, thermiques et de mobilité électrique pour les particuliers, les entreprises et les collectivités publiques. Il soutient également activement des projets de production renouvelable, ses investissements en la matière ayant atteint plus de 36 millions de francs depuis le début des années 2010.

Thomas Masotti

Francis Dumas, président du Conseil d'administration, et Philippe Délèze, directeur de Genedis.

Le pionnier Suisse des **monte-escaliers**



- Le plus grand choix de monte-escaliers
- Près de 9'500 installations en fonction
- Plus de 70 collaborateurs en Suisse

Consultation gratuite
021 793 18 56
ou voir **www.rigert.ch/fr**

Scannez-moi

rigert NIVELLE LE CHEMIN

Pour vous – chez vous
AIDE ET SOINS A DOMICILE
Suisse

Perpétuer les saveurs

Événement

Dans le cadre de la Semaine du goût, un atelier dispensé à Troistorrents propose de réaliser la mythique salée de la vallée. Reportage entre beurre et farine chez une spécialiste.

| Textes et photos: Sophie Es-Borrat |

Confectionner une salée, pour Simone Premand, c'est du gâteau.

Il ne faut pas lésiner sur le beurre pour cette recette.

«Le secret d'une salée réussie? Des ingrédients de qualité.»

Avec sa croûte brune et sa pâte moelleuse, la salée de la vallée figure en bonne place parmi les traditions culinaires de la région. Simone Premand en a préparé un nombre «inestimable». D'abord pour la cantine de They qu'elle a tenue 35 ans avec son mari, puis pour la Cavagne qu'elle fournit à raison de deux à trois gâteaux par semaine depuis 2008. Jusqu'à 25 pièces sont sorties de sa cuisine en un jour pour la désalpe.

La force de l'habitude

Après avoir allumé le four sur 50°, Simone Premand s'attaque au levain, ingrédient essentiel à sa version du dessert. Une pincée de sucre, une de farine, un demi-cube de levure de bière fraîche travaillés à la fourchette et un peu d'eau tiède: les gestes sont sûrs, automatiques. Si sa vue n'est plus ce qu'elle était, ce n'est pas un problème, celle qui fêtera ses 85 ans la semaine prochaine pourrait réaliser sa recette les yeux fermés.

> “C'est ma recette personnelle, chacun a la sienne. Sur dix salées, il n'y en a pas deux pareilles”
>
> **Simone Premand**
> Spécialiste de la salée

Pour faciliter la tâche, le robot prend le relais pour mélanger et pétrir la pâte, qui doit être souple et lisse, un peu comme celle des tresses. «J'ai toujours vu ma maman faire ça, c'était le gâteau du dimanche. Mais c'est ma recette personnelle, chacun a la sienne. Sur dix salées, il n'y en a pas deux pareilles. Je fais toujours mon levain, ça prend du temps mais ça en vaut la peine.»

Beurre, farine, sucre et cannelle

Une fois la pâte étendue et disposée sur le plat, elle est garnie d'une plaque de beurre en tranches. «Comme un gâteau fait dix parts, ça ne fait que 25 grammes par personnes», rassure la cuisinière. La matière grasse est ensuite recouverte d'un mélange sucre, farine et cannelle. «Les puristes diront que la vraie salée, c'est la nature. Mais on peut ajouter une couche de fruits en compote directement sur la pâte. Je mets parfois des pommes, des pruneaux… Le meilleur c'est avec la rhubarbe.»

Ensuite au four d'entrer en action. La pâte y lèvera encore pendant vingt minutes avant de passer à la cuisson, à 200°, jusqu'à ce que le tout soit doré. Mais pourquoi ce dessert s'appelle la salée? Cela remonterait à l'époque où, lorsqu'on faisait boucherie, beaucoup de pièces de viande étaient salées pour être conservées. Et lorsqu'on les descendait de la cheminée, c'était un jour de fête à l'occasion duquel on mangeait ce gâteau, d'où son nom. C'est dumoins l'explication la plus plausible entendue par l'habitante de Troistorrents.

Mettre la main à la pâte

Pour perpétuer ce savoir-faire ancestral, Simone Premand donne des ateliers à la Cavagne à Troistorrents. Ce sera justement le cas ce jeudi dans le cadre de la Semaine du goût. «Expliquer c'est une chose, mais voir faire en est une autre. Je conseille d'ailleurs aux participants de mettre en pratique ce qu'ils ont vu assez rapidement. C'est en reproduisant les gestes que ça rentre.»

Alors que les effluves caractéristiques du gâteau se répandent dans sa cuisine, la Chorgue avoue: «Je ne peux plus en manger. J'en ai tellement fait, toujours la même recette. D'ailleurs sur la tarte aux pommes, je ne mets pas de cannelle! Mais tant que je peux cuisiner, je continue avec plaisir. Grâce à ça je me sens utile.» Il y a donc fort à parier qu'elle comblera encore de nombreux gourmands.

Plus d'infos: Atelier de confection de la salée à la Cavagne, jeudi 22 septembre à 14h. Inscriptions au 077 474 91 09.

Morceaux choisis

Dans la région, de nombreuses activités et actions sont organisées depuis le 17 septembre dans le cadre de la Semaine du goût. En voici quelques-unes à venir:

- Journée des champignons, le samedi 24 septembre sur la place de Tübingen à Monthey de 10h à 16h. Avec exposition et repas organisés par le Groupement mycologique montheysan, mais aussi ateliers, musique et jeux.
- Gourmettes et Musettes, le samedi 24 septembre de 11h à 14h à Leysin. Montée en cabine avec sac pique-nique garni de produits locaux cuisinés par les Gourmettes du Chablais. Réservation obligatoire.
- Savurando, à Château-d'Œx, du jeudi au dimanche jusqu'au 30 octobre. Après avoir assisté à la fabrication du fromage, une chasse au trésor offre des découvertes culinaires dans le Parc naturel régional. Réservation indispensable.

Programme complet sur **www.gout.ch**

* Scannez pour ouvrir le lien

En image

Echauffement carnavalesque

150 jours avant sa 150e édition, le Carnaval de Monthey a annoncé le programme des festivités destinées à tenir les fervents en haleine jusqu'au 16 février. Le «Calendrier de l'Avant» dévoilé lors de l'Apéro folklorique samedi comporte notamment des visites guidées de la ville. Les 15 et 16 octobre, les curieux auront l'opportunité exceptionnelle de visiter le hangar dans lequel les chars sont construits. En novembre, vernissage du livre marquant le jubilé. **SEB**

En bref

MONTHEY

Petit oui pour une ville plus «jouable»

Le Conseil général de Monthey du 12 septembre a accepté de justesse (24 oui, 22 non, une abstention) un postulat des Verts invitant le Conseil municipal à «accentuer encore l'attractivité et la convivialité des espaces publics dans la ville, avec des placettes et des espaces de sports urbains et de loisirs». «Grâce à de nouveaux espaces, comme la place du Comte-vert, nous voyons à quel point les enfants s'approprient un espace ludique et attrayant», a notamment argumenté Sandy Crausaz. **KDM**

Des ravisseurs présumés sèment l'émoi sur le web

Aigle

Une maman affirme sur Facebook que sa fille a été accostée par des inconnus sur le chemin de l'école. Police et école rassurent, tout en rappelant quelques règles.

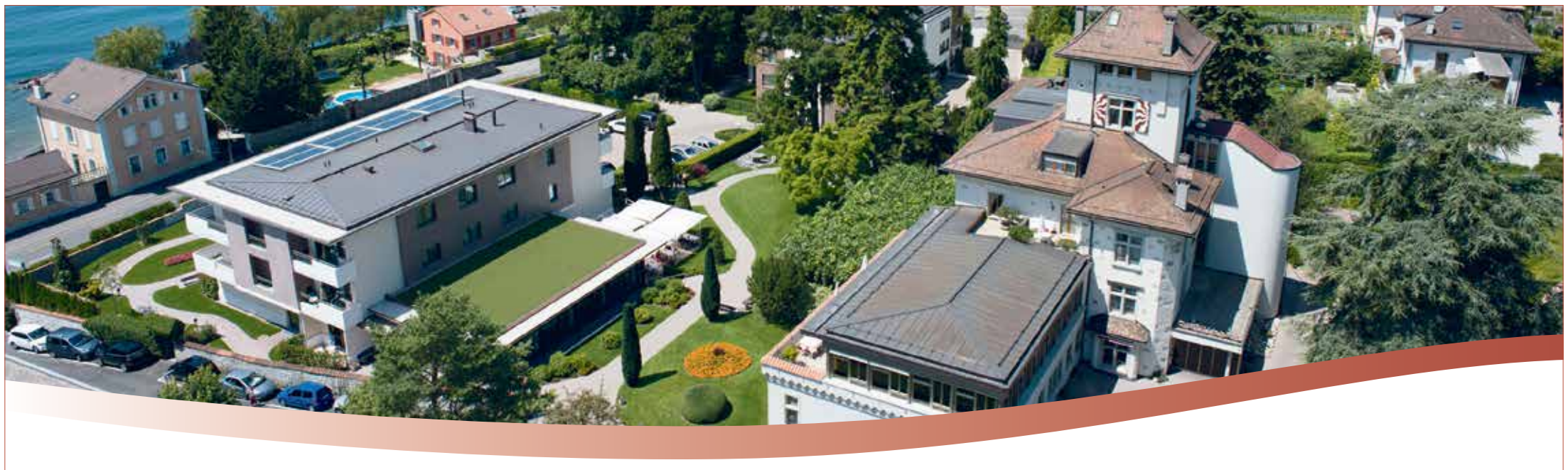
| David Genillard |

Une écolière aurait été «accostée par deux jeunes hommes mardi dernier à 8h», à Aigle. Selon sa maman, ces inconnus lui ont proposé des bonbons en l'invitant à la suivre. L'incident se serait déroulé près de la papeterie Amiguet Martin, sur le chemin menant de l'UAPE Les Petits Pirates au site scolaire de la Grande Eau.

L'Aiglonne en a informé la police ainsi que l'UAPE. Et appelle à la prudence sur Facebook. Sa publication a provoqué un vif émoi et des commentaires évoquant une quinzaine de plaintes adressées à la Police du Chablais. Joint par téléphone, son commandant Jérôme Meilland indique que deux cas seulement ont été annoncés «et qu'aucune identification n'a pu être faite». Son ton se veut rassurant. «Ce genre de craintes remonte régulièrement à l'occasion de la rentrée. C'était le cas l'an dernier. Cela dit, il s'agit de ne pas banaliser ces inquiétudes. Nous avons renforcé nos patrouilles, par mesure de précaution.»

Le directeur des écoles d'Aigle, Pierre-Alain Hermann, abonde. «Sans négliger le risque, il faut bien dire que ces rumeurs ou signalements reviennent régulièrement sur la scène de l'école. Mais nous ne pouvons pas prendre de risques: j'ai toutefois rédigé une note interne à l'intention des enseignants, les invitant à rappeler quelques règles aux enfants.»

Parmi les mesures préconisées: ne pas suivre une personne qu'on ne connaît pas, en cas de contrainte, crier à tue-tête, en parler immédiatement à un adulte de sa connaissance… «Afin d'éviter les prétextes tels que "C'est ta maman qui m'envoie te chercher", il serait bon que parents et enfants conviennent d'avance d'un mot de passe.»



Une vie paisible dans un cadre privilégié

Le Château de la Rive est un établissement médico-social reconnu d'intérêt public, situé à Lutry, au bord du lac Léman.

La vie est précieuse, nous en prenons soin

Le domaine du Château de la Rive jouit d'une situation idéale au bord du lac Léman, bénéficiant d'un climat doux et d'un ensoleillement optimal tout au long de l'année. Nous menons sans cesse de nouvelles réflexions visant à répondre toujours mieux aux attentes et aux besoins spécifiques de nos 103 résidents. Nos collaborateurs parfaitement qualifiés et dévoués assurent un service personnalisé, répondant ainsi aux habitudes et au rythme de chaque résident.

La vie est un sourire, chaque jour nous vous l'offrons

Un espace Snoezelen, un salon de coiffure, une salle de gymnastique et de rééducation sont à disposition de nos hôtes. Ces espaces permettent d'offrir un lieu de divertissement et relaxant tout en respectant leurs envies.

La vie est une promesse, nous la respectons

En choisissant de vivre dans un cadre harmonieux et bienveillant, le Château de la Rive, un établissement moderne à taille humaine, est particulièrement soucieux d'offrir à ses résidents un cadre de vie, un confort et un sentiment de bien-être élevés.

Établissement médico-social
Chemin de Curtinaux 14
1095 Lutry

Pour tous renseignements :
Tél. 021 796 10 41
direction@chateaudelarive.ch
www.chateaudelarive.ch

Salle de gymnastique et physiothérapie.

Une table et un service hôtelier de premier ordre.

Les 3 bâtiments de l'établissement sont idéalement implantés au cœur d'un parc arborisé de 10'000 m².

Château de la Rive

La tâche colossale des pompiers face au Botta en feu

Le feu a complètement ravagé les 3e et 4e étages du bâtiment qui abrite également la station d'arrivée du téléphérique. | Police cantonale vaudoise

Les Diablerets

Un incendie s'est déclaré dans la nuit de dimanche à lundi dans le bâtiment de Glacier 3000. Il a fait d'importants dégâts mais le téléphérique et sa station d'arrivée ne seraient pas impactés.

| Sophie Es-Borrat et Christophe Boillat |

Il aura fallu de nombreuses heures aux soldats du feu pour parvenir à maîtriser le sinistre. Et pour cause, le bâtiment dessiné par Mario Botta est perché à 2940 mètres sur le domaine de Glacier 3000, au-dessus des Diablerets (commune d'Ormont-Dessus). Impossible d'y accéder autrement que par la voie des airs ou à pied, le téléphérique ne pouvant fonctionner sans qu'un bilan complet de l'infrastructure soit établi.

Depuis l'annonce de l'incendie vers 4h30 lundi matin, les services de défense contre l'incendie et de secours (SDIS) Alpin, de la Riviera et du Pays-d'Enhaut sont intervenus sur place avec l'aide de quatre hélicoptères. Après avoir acheminé les soldats du feu sur place, tour à tour ils ont transporté de l'eau prélevée de l'autre côté de la vallée dans le lac Retaud, à raison de 800 litres par convoi. Ils ont d'abord été déversés sur le foyer, puis dans un bassin dans lequel une motopompe puisait. De l'eau a également été convoyée via le téléphérique.

D'autres pompiers alentour sont venus en renfort, de Lausanne notamment. «Quatre personnes du SDIS Alpin ont passé la nuit sur place, avec des employés de Glacier 3000», informe le capitaine Patrick Frutig. Le chef du site d'Ormont-Dessus annonce que le sinistre «n'a fait aucun blessé. Il n'y avait du reste personne sur place.»

L'intervention, compliquée, a nécessité beaucoup de temps et donc de forces, principalement à cause de la forte chaleur dégagée. «Nous sommes heureusement préparés et rendus très réactifs par les exercices et cours toujours plus poussés que nous suivons régulièrement. Ainsi, nous avons pu circonscrire le feu. Tous les intervenants ont fait un excellent travail», poursuit Patrick Frutig.

Saison lancée le 5 novembre

Seuls les étages supérieurs de l'édifice inauguré en 2001 ont été la proie des flammes. Il n'en reste que des cendres qui fumaient encore mardi matin. «Je peux confirmer que les parties restaurant au 3e et 4e étages ont été détruites par le feu. Selon les premiers rapports de nos ingénieurs, la structure porteuse du bâtiment semble être en bon état», déclare Bernhard Tschannen.

«Nous avons fait des constats et en ferons encore aujourd'hui (*ndlr:* mardi). Nous sommes confiants sur le fait que le téléphérique et la station d'arrivée ne sont pas impactés. Des spécialistes de la société qui a construit l'installation viennent demain (mercredi) pour inspecter l'entier de la construction, y compris les câbles», poursuit le directeur de Glacier 3000.

La société exploitante va donc poursuivre l'état des lieux avant de savoir précisément quand le téléphérique sera rendu au public. «Nous prendrons le temps nécessaire, ne serait-ce que pour assurer la complète sécurité de notre staff et de notre clientèle. Nous envisageons de manière positive le lancement de la saison d'hiver, le 5 novembre», conclut Bernhard Tschannen.

Pour définir les causes de l'incendie, toute personne disposant d'éléments susceptibles de faire avancer l'enquête est priée de contacter la Centrale vaudoise de police au 021 333 53 33. Sont particulièrement visés les randonneurs ayant passé la nuit à proximité, dans la cabane du Club alpin suisse ou au refuge de Pierredar; qui ont peut-être vu quelque chose. Mardi matin, la Police cantonale vaudoise n'avait pas d'informations à ce sujet.

Cette dernière a aussi envoyé «des inspecteurs spécialisés dans les incendies au sein de sa brigade scientifique», dit-on à la cellule Communication. «Leurs recherches prendront du temps et aucun élément ne sera communiqué durant l'enquête.» La police de sureté est aussi en action. Pour l'heure «aucune piste n'est écartée.» Les investigations se dérouleront sous la conduite de la procureure Carole Delétra.

L'EPIC est «une préoccupation, pas une priorité»

L'Ecole professionnelle intercantonale de chimie de Monthey devra attendre quelques années pour être rénovée. A moins que le Grand Conseil ne relève le plafond de son fonds FIGI. | DR

Monthey

L'école intercantonale de formation des pros de la chimie devra passer un tour pour toucher les 35 millions du Canton pour sa modernisation. Le fonds FIGI est vide.

| Karim Di Matteo |

Le Conseil d'Etat a bien l'intention d'investir quelques dizaines de millions dans l'Ecole professionnelle intercantonale de chimie de Monthey (EPIC)… mais pas tout de suite. Le gouvernement cantonal, qui avait laissé entendre au printemps vouloir entrer en matière sur un investissement d'environ 35 millions, a quelque peu douché les attentes des élus chablaisiens vendredi dernier.

Au vu des problèmes de place et de localisation des salles de l'école situées dans et autour du site chimique de Monthey, Christophe Darbellay, en réponse à une interpellation urgente de quatre élus chablaisiens, a confirmé que le futur développement de l'école était «une préoccupation», mais pas à court terme. Selon l'élu du Centre, l'EPIC ne fait «pas partie des priorités d'investissement 2023-2026 du fonds FIGI (*ndlr:* fonds de financement de l'investissement et de la gestion des immeubles de l'Etat) validées par le Conseil d'Etat le 4 mai dernier, les 500 millions étant déjà engagés pour d'autres objets. Cette nouvelle construction impliquerait une augmentation du plafond du fonds.»

Limite à rehausser

Dès lors, c'est exactement ce qu'ont demandé par voie de motion quatre élus valaisans, dont Françoise Métrailler (Collombey-Muraz), par ailleurs signataire de l'interpellation urgente. «Nous demandons de relever ce plafond à 800 millions pour pouvoir honorer certains investissements du Grand Conseil. Nous avons voté 35 millions pour l'EPIC et puis rien! Ce n'est pas très crédible. Un tel rehaussement profiterait à des projets sur l'ensemble du canton, pas seulement pour le Chablais.»

Le projet de l'EPIC et les autres sollicitations en attente pour le fonds FIGI (Ecole de commerce et de culture générale de Monthey, centre éducatif de Pramont, deuxième étape du pôle muséal cantonal, etc.) représentent déjà 200 millions d'investissements. À noter aussi que les 500 millions déjà octroyés pour cette tranche comprennent, entre autres, la rénovation de la Castalie, la reprise du collège de Saint-Maurice par le Canton ou encore l'assainissement du centre pour sourds et aveugles des Marmettes.

Pub

Les modèles réduits gagnent du terrain

Voitures télécommandées

Un championnat de trial petit format s'est tenu samedi dernier sur le parcours créé cette année à Champoussin. Un club et des structures permanentes pourraient voir le jour.

| Texte et photos: Sophie Es-Borrat |

Les pilotes de véhicules tout-terrain à l'échelle 1/10 n'ont pas eu la tâche facile samedi dernier. Avec la neige tombée durant la nuit, le parcours a mis leur dextérité à l'épreuve, décourageant même certains de faire le déplacement. Inspiré du règlement du trial, il s'agissait de franchir les obstacles sans toucher les 19 portes, sous peine de pénalités. La prise en main et les tonneaux coûtant aussi des points.

Des quarante points initiaux, le premier concurrent de la journée n'en avait plus beaucoup une fois l'arrivée franchie. Mais Pascal Baietto n'était pas là pour la gagne. «J'ai acheté une voiture avec mon fils l'année passée, pour le plaisir et faire un peu de mécanique. Ça a comblé une frustration d'enfance. Faire du bricolage chez soi, rouler sur le terrain, entretenir le matériel… Ce n'est pas vraiment une passion mais le modélisme m'a toujours plu.»

De la boue et de la concentration

Du haut de ses douze ans, Leandro Perrin n'a pas démérité aux commandes du Traxxas 110 qu'il possède depuis cinq ans. Un véhicule de la marque fétiche de sa famille depuis quatre générations. «J'aime beaucoup les Land Rover et c'est intéressant de faire du 4x4 avec des modèles réduits, ce qu'on ne peut pas encore faire avec des grandes.» En attendant de passer son permis, le garçon a décroché la deuxième place dès ses débuts en compétition.

Le parcours sur lequel les sept participants se sont affrontés a été construit pour la première fois cet été à Champoussin par Yannis Anker, au départ du parc aventure Point Sud qu'il gère depuis 2017. «Je me suis réveillé en pleine nuit avec cette idée, explique le néophyte. Je cherche toujours de nouvelles activités pour amener du monde, alors je me suis renseigné sur ce domaine et je me suis lancé.»

Armé d'une pelle, d'une pioche, d'idées et de temps, il a donc aménagé quelques mètres carrés pour en faire une piste pour tout-terrain. La seule loin à la ronde, la plus proche, celle d'Aigle, étant goudronnée. Et son initiative s'est avérée payante: «Petit à petit, j'ai eu à peu près une vingtaine de personnes par semaine qui louaient une voiture et la piste et d'autres qui venaient avec leur propre véhicule», indique Yannis Anker.

Pour petits et grands enfants

Pont en fers à béton, passage sur des cordes, montée dans de gros cailloux, planche à bascule et autres franchissements scabreux: les utilisateurs se prennent vite au jeu, quel que soit leur âge. De l'expérience du responsable du parc, les parents ne donnent plus la télécommande aux enfants, une fois qu'ils ont essayé.

La gamme de prix des engins va de 300 à plus de 1000 francs, selon les modèles et leur niveau technique. «Les modèles réduits sont très proches de la réalité, relève Pascal Baietto. Ils se comportent comme une vraie voiture et on peut les aménager avec des décorations personnalisées.» «C'est fou tous les accessoires qu'on peut mettre là-dessus, ajoute Yannis Anker. Il y a des chaînes, des chenilles… On peut même bloquer les différentiels!»

Si le nombre de participants au championnat a pâti de la météo, l'engouement manifesté durant l'été, par les gens de passage comme ceux du coin, a donné envie à l'initiateur de la piste et du concours de persévérer. «Cet hiver, j'aimerais fonder un club ou une association pour créer des parcours ouverts à l'année en plaine, avoir de plus en plus de membres et organiser des championnats.»

Est-ce que la région comporte un potentiel suffisant? «Dans le coin, il y a plus d'adeptes que ce que l'on croit. Je ne pensais pas qu'il y en avait autant, concède Yannis Anker. Beaucoup de gens ont des modèles réduits à la maison, ils vont s'amuser un peu dans la forêt etc, mais quand il n'y a pas de structure, c'est moins marrant au bout d'un moment.»

1: Leandro Perrin et sa Land Rover ont pris la 2e place du classement.

2: La boue a passablement compliqué la tâche des pilotes.

3: Si certains avaient leur propre véhicule, d'autres en ont loué sur place.

Pour ce premier championnat, sept compétiteurs se sont mesurés sur le parcours de Champoussin.

> "Il y a plus d'adeptes que ce que l'on croit"
>
> **Yannis Anker**
> Organisateur du championnat de modèles réduits

Pub

«Loin des yeux, loin des contrôles. Alors n'encourageons pas l'importation et le tourisme d'achat et continuons à produire local.»

Cloé Pointet
Députée Vert'libéral

NON à l'initiative inutile sur l'élevage

non-initiative-elevage.ch

Matches sans filet pour athlètes du jeu

Spectacle

Une dizaine de personnes donneront vie au premier festival d'improvisation organisé à Monthey du 22 au 24 septembre, faisant la part belle à l'inattendu.

| Sophie Es-Borrat |

Joutes verbales et musique sont au programme du premier festival montheysan consacré à l'impro théâtrale. Un rendez-vous mis sur pied par «Au pire on improvise» (APOI), collectif chablaisien formé en 2018. Ce dernier saisit cette occasion pour présenter son spectacle «Et si c'était vrai» ce jeudi. Vendredi et samedi soir, des matches verront s'affronter quatorze joueurs et joueuses, provenant de Suisse et de France.

«Ce sont des personnes que nous avons rencontrées dans le milieu, avec lesquelles nous nous entendons bien et que nous avons du plaisir à voir se produire, explique Justin Grept, l'un des organisateurs. L'idée du festival était de permettre aussi à d'autres d'en profiter.» Ce sera donc chose faite au P'tit Théâtre de la Vièze en cette fin de semaine.

Imagination et connivence

La création d'histoires plus ou moins longues (de trois minutes à une heure) sur des mots, styles ou thèmes imposés, par un arbitre ou le public, assure des moments uniques. «Des spectacles 100% improvisés sur des fonds sonores qui le sont également, avec beaucoup d'émotions, d'inattendu, de rires et parfois aussi de pleurs, promet l'organisateur. Le meilleur de chaque participante et participant est livré en instantané.»

Lors des affrontements scéniques du week-end, les équipes seront départagées par les spectateurs. Mais la compétition n'est pas l'aspect le plus important. «Nous proposons surtout un spectacle, comme c'était le cas dans les années 70 lors de la création de ces matches. Ils s'appuyaient sur un concept proche de celui du hockey en Amérique du nord. C'est d'ailleurs pour ça que les joueurs et joueuses d'impro portent des maillots comme ceux des sportifs», souligne Justin Grept.

Pour cet adepte et pratiquant d'impro, cette discipline ne manque pas d'intérêt. «On voit des gens prendre des risques, faire une histoire sur un fil sans forcément de filet en dessous, essayer ensemble de se maintenir et de faire la traversée.» Un exercice d'équilibriste réalisé en équipe, alliant imagination, vivacité, écoute et confiance.

Pour cette première, le festival compte également un rendez-vous pour les plus jeunes. Concernant la fréquentation, les organisateurs ne savent pas à quoi s'attendre, mais ils espèrent avoir septante personnes par soirée. Quant à une éventuelle deuxième édition, ce n'est pour l'heure pas encore au programme. Tout dépendra du succès rencontré ce week-end.

www.apoi.ch/festival

* Scannez pour ouvrir le lien

En bref

PORT-VALAIS

Le Vibez Festival porte plainte

Les organisateurs du Vibez Festival, prévu du 9 au 11 septembre au Bouveret et annulé par les autorités de Port-Valais pour des «questions de sécurité», portent plainte contre la commune vendredi. «Nous demandons un dédommagement à hauteur de ce que nous avions avancé, à savoir 278'000 francs», explique un membre. À la suite d'un oui de principe fin juillet, les organisateurs avaient pris les devants. Quelques jours avant le 24 août, date butoir pour présenter un concept de sécurité, la Commune avait décidé de ne pas donner d'autorisation définitive. Le programme du festival rap prévoyait notamment Maître Gims et Naps. **KDM**

PAYS-D'ENHAUT

Deux des trois communes préparent leurs noces

La discussion entre Château-d'Œx et Rossinière se poursuit, sur la question d'une possible fusion entre les deux communes. Sollicitée à plusieurs reprises, Rougemont n'a pas souhaité se joindre au projet. L'étude de faisabilité qui vient d'être lancée vise, dans sa première phase à évaluer les impacts d'une fusion avec une attention dans des domaines tels que l'administration, les finances, le tourisme, les écoles ou la vie associative. Six groupes de travail ont été mis sur pied et livreront leur rapport final à l'été 2023. La population sera associée à leurs travaux par le biais de séances d'information et d'ateliers participatifs, prévus le 29 septembre, puis les 6, 10 et 13 octobre. **DGE**

Edelweiss Paradise a réussi son premier examen

Laa Braye n'est plus desservie par les remontées mécaniques depuis 2018. L'association Edelweiss Paradise s'active pour revitaliser l'endroit en y développant une offre douce et durable. | C. Dervey – Archives 24 heures

Château-d'Œx

Jeudi, les élus ont débloqué un crédit de 750'000 francs en faveur de l'association qui s'active pour la réouverture du secteur de la Braye.

| David Genillard |

L'échange a été «nourri et émotionnel, mais fairplay», selon Yves-Julien Delessert. Jeudi, du haut de son podium de président, l'élu favotais a arbitré pendant une bonne heure le match opposant détracteurs et partisans de la réouverture du secteur touristique la Braye. Enjeu de la partie? Un crédit de 750'000 francs à l'intention de l'association Edelweiss Paradise, qui s'active en faveur de cette revitalisation en mode quatre saisons depuis 2015 (notre édition du 7 septembre). 37 conseillers ont approuvé cette enveloppe, six l'ont refusée et sept autres se sont abstenus. Un résultat net qui réjouit évidemment les membres de l'association (lire encadré).

Du côté des défenseurs du «non», la crainte de «remettre le doigt dans l'engrenage» a été abondamment évoquée. Et pour cause: en 2017, la Municipalité annonçait qu'elle retirait son soutien annuel à la société Télé-Château-d'Oex, soit un montant de 480'000 francs en moyenne et un total de 8,2 millions de francs en un peu plus de quinze ans. Les pistes de la Braye avaient fermé à la fin de l'hiver suivant, après une ultime saison inespérée.

Les opposants pointent également un important risque financier et la crainte que d'autres investissements se trouvent gelés ou retardés. Le syndic Éric Grandjean confirme, mais nuance: «Nous devrons faire des choix, mais nos finances nous permettent cette dépense à ce stade. D'autant qu'il s'agit d'un préavis d'intention: le crédit ne sera débloqué que si Edelweiss Paradise réunit la somme totale.» Soit 7,71 millions de francs.

Partisans en voix

Le constat a été confirmé par la commission des finances, qui a plaidé en faveur du «oui», tout comme la commission ad hoc. Ce sont d'ailleurs les partisans de la revitalisation qui ont été le plus en voix. Ils ont exprimé une volonté d'aller de l'avant, l'impact positif pour la branche touristique et hôtelière locale, la volonté de laisser une chance à ce projet, la nécessité de donner un signal aux investisseurs privés… «Une remontée mécanique est un élément important pour un village de montagne. Il est de la responsabilité des autorités communales de soutenir des projets d'avenir.»

Sonder les citoyens?

Dans l'autre camp, Xavier Ecoffey (PLR) a ensuite déploré que «la population n'ait pas l'occasion de s'exprimer. On voit que de nombreux conseillers sont favorables, mais mon sentiment lorsque je discute avec des habitants, c'est que ce soutien n'est pas forcément aussi marqué au sein de la population». L'élue UDC et députée Céline Baux affirme au contraire avoir enregistré des retours de personnes dans l'attente d'une réouverture.

Fallait-il donner aux citoyens la possibilité de trancher? Le syndic a rappelé en plénum la possibilité de renoncer au vote en ouvrant un référendum spontané. Le parlement a vite écarté cette solution: elle aurait pour effet de retarder le projet de six mois, alors que la recherche de fonds privés a démarré en août. Reste désormais la possibilité d'un référendum communal pour s'opposer au vote des élus. «Mais au vu du vote très clair, il est peu probable qu'on prenne cette direction», estiment de concert Éric Grandjean et Yves-Julien Delessert.

«Il faut arriver à changer son état d'esprit»

À l'étranger au moment du vote, Jean-David Duc a pris acte avec satisfaction de l'issue des débats, à son retour. Les réticences exprimées par certains élus, le président d'Edelweiss Paradise dit les comprendre. «Lorsque nous avons discuté avec la Municipalité en août, ces mêmes craintes ont été exprimées. Mais nous avons des exemples de stations où cela fonctionne. Pourquoi pas chez nous? Pour aller de l'avant, il faut que les gens soient capables de changer leur état d'esprit.»

Le Damounais insiste: «C'est une toute autre approche que nous voulons développer. J'ai eu l'occasion d'échanger avec des habitants, avant le vote. On m'a dit: <Pourquoi est-ce que ça marcherait pour vous, alors que ça n'a pas marché par le passé>. Nous tablons sur une fréquentation tout au long de l'année et plus uniquement durant la saison de ski. Et même lors d'hivers sans neige, il y aura des activités à la Braye. Je suis convaincu que si on laisse une chance à ce projet, il va tirer en avant toute la région.»

La Ville fait un «pass» de plus vers la culture

Aigle

La Municipalité veut soutenir la culture locale avec une carte d'accès gratuite qui donnera accès à une sélection de spectacles.

| Christophe Boillat |

Dans la poursuite de son action engagée il y a quelques années pour une offre plus accessible à sa population, l'Exécutif souhaite lancer un «pass» culture. Gratuit, muni d'un QR code et de format carte de crédit, ce nouveau support ouvrira l'accès à plusieurs spectacles payants organisés dans la ville par des acteurs locaux.

Pour l'heure, les événements culturels aiglons gratuits se limitent aux expositions de l'Espace Graffenried, au festival Aigl'in Music et à la Fête des Couleurs. Le reste est payant, que ce soit l'entrée au théâtre Waouw, aux expositions permanentes et temporaires ou festivals du Château, aux concerts organisés par les Amis de la musique d'Aigle et du Chablais (AMAC) ou encore aux projections du cinéma Cosmopolis.

«Nous souhaitons entreprendre une démarche supplémentaire à destination de la population tout en continuant à subventionner des acteurs de la culture aiglonne», explique Corinne Moesching, déléguée de la culture et de la communication.

Le «pass» accordera la gratuité à quatre offres (et une remise sur une cinquième) par an. La Commune remboursera ensuite les différents acteurs liés à cette action: théâtre, cinéma, Graffenried pour une participation au brunch dominical, AMAC, Château. Ces prestations représentent une économie annuelle de 110 francs. «Un tel procédé à l'efficacité déjà éprouvée existe dans d'autres villes vaudoises», poursuit la porte-parole.

300 précieux sésames

La Municipalité proposera 300 cartes, soit 3% des Aiglons. Elles seront disponibles sur appel selon le principe du «premier arrivé, premier servi». Un seul «pass» par demande sera possible et il faudra être majeur pour pouvoir en retirer un. Cette action prendra un caractère d'essai en 2023 ou 2024. En fonction de son succès, l'offre pourrait être reconduite, réduite ou améliorée et peut-être plus forcément gratuite.

«La constitution de ce «pass» culturel, l'achat des cartes, son organisation et les remboursements consentis aux acteurs locaux, coûteront 51'000 francs en 2023, idem en 2024», conclut Corinne Moesching. Le Conseil communal débattra et se prononcera sur ce projet municipal en automne.

Pub

Le Dr Marc de Goüyon rejoint Orthodensis

Médecin-dentiste spécialiste en orthodontie, le Dr Marc de Goüyon dispose d'une longue expérience internationale. Chez Orthodensis, il est entouré par une médecin-dentiste et une équipe paramédicale expérimentée.

Nos prestations
• orthodontie enfants et adultes
• gouttières actives (aligners)
• traitement apnée du sommeil
• hygiène dentaire

orthodensis
clinique orthodontique

Bâtiment Pré-Naya II
Rue de la Verrerie 1
MONTHEY
024 471 35 35
orthodensis.ch

OCTANE

Histoires simples
Philippe Dubath, journaliste et écrivain

Hommage à l'amanite tue-mouches, éclatante amie du bolet

P. Dubath

Les princes de la prédiction fausse, dont je suis, avaient beaucoup miaulé cet été, en pleine canicule. Selon eux, et donc moi-même, il n'y aurait pas de champignons cet automne. Le sol souffrait trop de la sécheresse, il était épuisé jusque dans les grandes profondeurs. Le pronostic était amer, on n'avait jamais vu ce qu'on allait voir. Mais voilà: adieu les pessimistes présages, les orages et les nuages sont arrivés, ils ont repris possession du ciel trop bleu, ils ont fait leur boulot et mouillé avec opiniâtreté les bois et les sous-bois où patientait le mycélium. Ils ont donné un souffle salvateur à ce qui semblait asphyxié.
Et la nature a pu montrer ce qu'elle sait faire de miraculeux. L'autre jour, le premier signe de vie m'a été donné par ces merveilles que sont les amanites tue-mouches, les champignons qui ont illuminé tous les livres et les dessins animés de toutes les enfances. On les aime, on les dessine, on les colorie, puis un jour, en grandissant, on apprend qu'ils ne sont pas vraiment des copains, qu'il ne faut pas les toucher, qu'ils peuvent faire mal, et surtout beaucoup rire si on les mange. Moi, quand je les ai revus, récemment je n'ai pas ri, j'ai souri. Tout seul dans la forêt. Je leur ai parlé. Pour leur dire: «Bonjour, élégantes beautés, charmantes passantes dans vos imperméables rouges à pois blancs, bienvenue, bravo et merci d'avoir résisté et de revenir éclairer ma balade. Mon regard s'éveille, car si vous êtes là, les bolets, les cèpes ne vont pas tarder à apparaître. Je sais qu'eux et vous êtes bons camarades, que vous aimez les mêmes coins. Donc je vais revenir très bientôt, les amies.» Je suis revenu une fois, deux fois, respirer cet air léger, jouir de cette ivresse qui anime le chercheur de champignons quand il sait que tout est possible. À l'instar du photographe animalier immobile dans un chaos de nobles rochers, qui sait que le lièvre ou l'hermine pourraient bien passer devant lui. Étonnamment, le chercheur de champignons fait silence comme le photographe. Comme si les bolets pouvaient fuir. En vérité, c'est surtout pour ne pas être repéré par une dame ou un monsieur en quête de la même chose que lui. Le chercheur de champignons est un propriétaire de terrain éphémère. Là où il est, il est chez lui, le monde du sol lui appartient. J'étais exactement dans cet état d'esprit quand je suis revenu une fois encore et que j'ai aperçu à quelques mètres de moi les premiers petits moines dans leur habit beige. Plus loin, au milieu de quelques amanites tue-mouches éclatantes de vie, chapeaux épanouis, rougeur de soleil couchant, les frères, les parents et les grands-parents bolets m'attendaient. Dodus, rondeurs appétissantes, ils avaient aussi savouré les pluies revenues, vaincu l'été caniculaire, et m'invitaient à entrer dans le bel automne tendre et frais. Je me suis rappelé mes prévisions grisâtres du mois d'août quand la forêt aplatie par la chaleur ne pouvait m'offrir que de l'ombre bienfaisante et semblait éteinte pour longtemps. Puis je suis rentré, impatient de préparer ma récolte et de l'associer avec des tagliatelles, heureux de ramener dans ma cuisine ces offrandes de la nature vaillante et généreuse, et de penser aux belles amanites qui avaient ouvert pour moi un nouveau livre d'enfant. Enfin, j'ai écouté «Septembre», de Barbara.

Miser sur le positif

Pédagogie

L'école de Massongex participe à un programme lancé par la Haute école pédagogique valaisanne misant sur les forces des élèves.

| Sophie Es-Borrat |

Prudence, courage, humour, sagesse et curiosité sont quelques-unes des 24 forces du programme mis sur pied par la HEP. Il s'agit de comportements et de qualités que cette méthode vise à identifier et cultiver auprès des écoliers, par une démarche s'inscrivant dans la psychologie positive. «On a une tendance assez naturelle à regarder les déficits, les domaines à améliorer, explique Nicolas Bressoud, instigateur du projet. Le but premier est de réorienter l'attention sur ce qui fonctionne chez l'enfant, d'identifier ce sur quoi s'appuyer pour l'aider à progresser.»

Essai fructueux

Lors de l'année scolaire 2016-2017, une classe de Massongex a fait partie du projet pilote, gérée par deux enseignantes, dont Martine Gallay, adjointe à la direction des écoles primaires du village. Une expérience bénéfique qui a fait naître la volonté d'aller plus loin et d'étendre le programme à tout l'établissement cette année. Et l'idée a rencontré l'adhésion de l'entier des seize professeurs.

«Une enquête menée dans le district sur le bien-être à l'école en 2019 a montré que des élèves sont anxieux ou manquent de confiance en eux. Ce programme permet de les aider. Ce n'est pas une baguette magique, concède Martine Gallay, mais je trouve que grâce à lui on arrive à avoir un bon climat de classe avec les enfants, harmonieux, dans lequel on peut bien travailler.»

La méthode, qui encourage les comportements positifs, est basée sur une démarche scientifique rigoureuse et étayée par des études. Elle a été expliquée aux parents des 201 enfants scolarisés à Massongex lors d'une présentation jeudi dernier. Les porteurs du projet n'hésitant pas à faire participer activement ces derniers à l'exposé.

«On ne veut pas les faire adhérer mais rendre transparent ce que l'établissement fait. Et s'ils veulent y jouer un rôle, ce sera tout bénef pour leurs enfants», déclare Nicolas Bressoud. Sa collègue Elena Lucciarini, enseignante auprès d'adolescents et formatrice, ajoute: «Le programme a plus d'impact si toute l'école est embarquée, du concierge à la direction, en passant par les profs et les parents.»

Connaître les différentes forces, les déceler chez soi et chez les autres, les lier à un comportement. Est-ce à l'école de l'inculquer? «En abordant cette méthode, on travaille aussi l'expression orale, le vocabulaire, les relations sociales: ça développe les capacités transversales de l'élève, assure Martine Gallay. L'école évalue une certaine intelligence, mais elle développe aussi tout ce qui fait grandir des enfants bien dans leurs têtes, pour qu'ils soient bien dans leur vie».

Nicolas Bressoud abonde: «Le plan d'études romand que les enseignants doivent respecter comprend différents axes et disciplines: français, math, allemand… Mais il y a aussi tout ce qu'on appelle les compétences du vivre ensemble, savoir collaborer, développer un esprit critique, connaître ses forces… Ça fait partie du cahier des charges et du travail pédagogique de fond, même si ce n'est pas évalué avec des notes.»

Si la démarche n'est pas spécifiquement axée sur l'apprentissage, elle y contribue. Pour l'illustrer, Elena Lucciarini évoque un exemple concret. «Lorsqu'un de mes élèves fait preuve de persévérance dans le sport qu'il pratique en allant à tous les entraînements, je vais lui demander comment il pourrait mettre cette qualité en pratique pour résoudre le problème de math auquel il est confronté».

Retours positifs

À l'issue de la présentation, l'assistance était visiblement acquise à la cause, une maman demandant même la création d'une formation destinée aux parents. Une seule crainte a été exprimée: la démarche n'instaure-t-elle pas un climat de compétition entre les enfants? Les formateurs reconnaissent l'existence de ce risque, mais s'en remettent à des enseignants sensibilisés sur la question.

Le programme de la HEP-VS basé sur les forces engendre-t-il des bénéfices concrets? Son initiateur le confirme en s'appuyant sur les retours des professeurs qui l'ont expérimenté à travers le canton, les questionnaires remplis par les élèves, les résultats académiques avant-après et les comparatifs réalisés entre les classes participantes et les autres.

En image

Troupeaux sur le retour

Après un été à l'alpage perturbé par la sécheresse et les fortes chaleurs, les troupeaux en estivage sur les hauts de Gryon ont regagné la plaine, à la date prévue pour la désalpe: samedi. Vieux tracteurs, saint-bernards, yodleurs, lanceurs de drapeaux et sonneurs de cloches ont également effectué le trajet, en compagnie des bêtes. **DGE**

Gryon Tourisme

Pub

Le fabuleux destin de l'attaquant Chadrac Akolo

Chadrac Akolo a signé cet été un contrat de deux saisons avec le FC Saint-Gall. | FC St.Gallen

Le Congo dans le sang

Fiancé à une Congolaise de Suisse, Chadrac Akolo retourne régulièrement dans son pays et tout particulièrement à Kinshasa, une mégapole de 17 millions d'habitants. «La Suisse est mon pays d'adoption mais je reste très attaché au Congo.» Il y a créé une fondation à son nom qui vient en aide à de nombreux enfants abandonnés. «Ce fut le destin de mon père. Après avoir dû lever le pied pendant le Covid, nous sommes à nouveau très actifs.»

Football

Arrivé à l'adolescence dans le Chablais en tant que requérant d'asile, le joueur a percé comme professionnel à Sion avant de s'envoler pour l'Allemagne et la France. Il est de retour cette saison à Saint-Gall, l'un des meilleurs clubs du pays. Rencontre.

| Bertrand Monnard |

«Pour moi, dans la vie, rien n'était gagné d'avance», glisse Chadrac Akolo à propos de son destin aux allures de conte de fées. À 14 ans, ce Congolais d'origine a été accueilli au centre de réfugiés de Bex. Il a ensuite effectué plusieurs stages dans la métallurgie avant de se consacrer entièrement au football. Bien lui en a pris puisqu'il a d'ores et déjà réussi une superbe carrière. Après Sion et un prêt à Neuchâtel Xamax, l'attaquant a joué deux saisons avec Stuttgart dans la prestigieuse Bundesliga. Son parcours le mènera ensuite à Amiens (L1 et L2) et Paderborn (2e Bundesliga).

De retour cet été en Suisse, il joue pour le FC Saint-Gall sous les ordres de Peter Zeidler, un entraîneur qui lui avait déjà fait confiance par le passé dans la capitale valaisanne. «Il y a énormément de respect mutuel entre nous. Peter est une personne entière, honnête dont j'aime la franchise. Que tu aies été bon ou pas bon, il te le dit en face.» Chadrac s'est ainsi rapproché de sa famille, son père, sa mère, ses deux petites sœurs et son frère cadet qui vivent à Aigle. «Je vais les trouver dès que je peux. Mon papa vient me voir à tous mes matches. Ma maman et une de mes petites sœurs étaient aussi dans les tribunes lors de notre récente victoire contre YB.»

Une pépite en devenir

Chadrac Akolo était encore gamin lorsqu'il a fui le Congo avec son père pour rejoindre le reste de sa famille dans le Chablais. «Avec eux, j'ai vécu de longs mois difficiles au centre de requérants de Bex», relève non sans pudeur le joueur de 27 ans. Voilà quelques années, il s'exprimait déjà dans les colonnes de *24 heures*. «Certains matins, un copain avec qui j'avais parlé la veille n'était plus là car il avait dû repartir». Aujourd'hui, ce professionnel est heureux de son destin et de celui de sa famille. «Je vis du football, ma passion, et une de mes sœurs travaille dans le secteur médical. Avec le recul, c'est très bien.»

Le jeune talent avait fait ses débuts avec les juniors C de Bex. Anthony Tagan, l'entraîneur d'alors resté un ami proche, s'en souvient. «C'était un match amical et comme Chadrac n'avait pas de souliers de foot, on lui en avait prêté une paire. Il avait dribblé, marqué. Cela avait été un flash pour tout le monde. C'était un vrai footballeur de quartier, libre et naturel, qui n'avait jamais fréquenté d'école de foot.» Selon lui, si Akolo a réussi à «faire carrière» c'est grâce à ces mêmes qualités: «Très fort dans les 30-40 derniers mètres, il élimine facilement ses adversaires et sait jouer dans les espaces.»

Anthony et Raphaël, son père, patron d'une entreprise de peinture à Bex, ont été importants dans le destin du Congolais. «Les Tagan pour moi, c'est une deuxième famille. Ils m'ont beaucoup aidé dans la vie et le font encore maintenant», souligne Chadrac Akolo. Raphaël Tagan relativise: «On lui a simplement donné des petits coups de main. Mais il avait surtout un potentiel énorme. Nous sommes très fiers de ce qu'il a accompli». Anthony et son ex-junior continuent à se téléphoner plusieurs fois par semaine. «Chadrac reste le gamin que j'ai connu à 14 ans qui n'avait rien ou presque. Il est toujours très attachant et reconnaissant» .

À 16 ans, l'attaquant congolais jouait avec l'équipe de 2e ligue inter du FC Bex. | FC Bex

Tour d'Europe

Engagé par Sion alors qu'il brillait avec l'équipe de 2e ligue inter de Bex, l'attaquant a d'abord été prêté à Xamax avant que son talent n'éclate avec l'équipe de Christian Constantin lors de la saison 2016-2017 qui l'avait vu marquer 18 buts. «Il était tout maigrichon, tout petiot. On l'a construit ici», se rappelle le président. Pour son fils Barthélémy (*ndlr:* directeur sportif du FC Sion) qui est resté proche avec le joueur: «Chadrac est un super mec, une très belle personne».

Entre plusieurs offres de l'étranger, il avait finalement choisi celle de Stuttgart et son club néo-promu en Bundesliga, l'un des plus populaires en Allemagne. Son transfert avoisinant les six millions de francs était l'un des plus élevés du club valaisan. Les débuts de l'attaquant avaient été très remarqués. «On avait battu Dortmund, puis le grand Bayern des Lewandowski, Robben et Ribéry, 4-1 à Munich. J'avais mis le troisième but. Mais mon souvenir le plus fort reste celui que j'avais inscrit à la dernière seconde contre Cologne. C'était le derby du Rhin, le match le plus attendu de la saison». Relégué sur le banc par le nouvel entraîneur, Chadrac Akolo en garde néanmoins un très bon souvenir. «Ce que j'ai vécu là-bas, c'était un rêve. Quand je retourne à Stuttgart, les gens me reconnaissent encore.»

À l'international

En sélection, Chadrac est l'un des joueurs clés des Léopards du Congo. Il y côtoie notamment les Marseillais Chancel Mbemba et Cédric Bakambu avec qui il a disputé la Coupe d'Afrique des nations 2019, en Egypte. En début d'année, leur équipe a manqué d'un rien le billet pour la prochaine Coupe du Monde au Qatar lors d'un barrage contre le Maroc. Même lors des défaites, l'ambiance est indescriptible au stade des Martyrs de Kinshasa, affirme le joueur. «Il est censé contenir environ 80'000 personnes au maximum, mais ils sont bien souvent plus de 100'000. Quand on entre sur ce terrain, c'est de la folie!»

Les as vaudois des agrès ont rendez-vous à Aigle

Gymnastique

Ce week-end, le chef-lieu accueille le championnat cantonal de la discipline, organisé cette année par la société FSG Aigle-Alliance.

| Etienne Di Lello |

Pas loin de 600 gymnastes se départageront lors des championnats vaudois aux agrès du 24 au 25 septembre. Pour cette édition 2022, la société de gymnastique FSG Aigle-Alliance s'est vu confier l'organisation de l'événement. Depuis presque un an, le club chablaisien prépare ce qui s'annonce déjà comme une grande fête.

«Ce n'est pas la première compétition d'envergure que nous préparons. On a déjà eu les championnats suisses de trampoline en 2019 ainsi que d'autres grandes manifestations de gymnastique», note Katherine Luquiens, coprésidente du comité d'organisation. Selon la responsable, ces championnats auront toutefois une saveur particulière, «puisqu'il s'agit de la première édition post-Covid. C'est aussi une manière de remercier nos athlètes que d'accueillir cette manifestation dans leur ville.»

Qualification nationale à la clé

Ces championnats vaudois revêtent d'une importance particulière pour les athlètes. Tandis que dans les autres pays les agrès sont généralement associés à la gymnastique artistique, en Suisse ils se distinguent à part entière de cette dernière. Cette joute cantonale est ainsi une porte d'entrée vers les plus hautes sphères de la discipline. Camille Choffat, championne vaudoise C7 (une des catégories les plus élevées dans notre pays) en 2021, en témoigne: «Peut-être que dans certains autres sports le niveau cantonal n'est pas très valorisé, mais pour nous, il y a une qualification à la clé pour les championnats romands et suisses. Aux agrès, on a un classement et ces championnats vaudois rapportent plus de points que n'importe quelle autre compétition locale. Le niveau sera donc très élevé ce weekend.»

Parmi tous les athlètes qui défileront aux quatre et cinq épreuves, respectivement pour les gymnastes féminins et masculins, le concours sera d'autant plus mémorable pour ceux qui le disputeront à domicile: «C'est une motivation supplémentaire, relève la membre du comité et gymnaste d'Aigle-Alliance, Christelle Vouillamoz. On sait que l'ensemble de notre société sera présente, ce qui n'est pas toujours le cas lors des compétitions qui se déroulent loin de chez nous. Ma famille et mes amis seront également là. En tant qu'athlètes, nous espérons tous donner le meilleur de nous-mêmes.»

www.fsg-aiglealliance.com *

* Scannez pour ouvrir le lien

Championnats vaudois aux agrès, samedi 24 septembre (8h-20h) et dimanche 25 septembre (8h-16h), à la salle de gym de la Planchette.

En bref

FOOTBALL

Monthey toujours invaincu

L'équipe de Cédric Strahm s'est imposée 2-0 sur son terrain ce samedi contre Naters. Après sept rencontres, les rouges et noirs n'ont toujours pas connu la défaite. Les Chablaisiens continuent donc sur leur bonne lancée après s'être offert dernièrement Vevey et Meyrin et un nul contre Coffrane. Au classement, avec 17 points, ils talonnent toujours les M-21 de Servette (18 pts). Ils les défieront à Genève ce dimanche. **XCR**

TRAIL

2e place pour Maude Mathys

Lors de l'avant-dernière course des Golden Trail World Series avant la grande finale à Madère, Maude Mathys a encore engrangé des points. Elle a terminé deuxième ce samedi à l'ascension du Pikes Peak (Manitou Springs-Colorado, USA). La néerlandaise Nienke Frederiek Brinkman l'a devancée d'un peu plus d'une minute sur un parcours de 21 km. La Boyarde reste néanmoins en tête du classement général avec 528 points. **XCR**

Une carte blanche baignée d'ombres pour Olivier Estoppey

Sculptures

Un beau livre invite à s'introduire dans l'atelier de l'artiste chablaisien, où béliers, rhinocéros et loups prennent lentement vie. Son ouvrage paraîtra demain aux éditions Les Cahiers dessinés.

| David Genillard |

Des dizaines d'oiseaux attendent patiemment de prendre leur envol sur les rives de la Grande Eau, nichant pour l'heure sur une étagère (lire ci-dessous). Par la fenêtre, on aperçoit un cheval filiforme. Sur un établi, deux petits béliers jouent des cornes. Dans l'atelier d'Olivier Estoppey, le bestiaire ne cesse de s'agrandir.

Ceux qui traversent la cour du Moulin Neuf pour rejoindre la rue de la Gare depuis celle du Midi peuvent s'en apercevoir: sa porte est souvent ouverte. Qui penserait pourtant la franchir, à la découverte de cette fascinante Arche de Noé qui a hébergé un paon, un rhinocéros ou encore un cerf? «Olivier Estoppey: Un chemin dans les ombres» permet de le faire sans craindre de déranger le sculpteur en plein travail. L'ouvrage porte bien son titre. Il invite à un voyage dans les ombres de l'antre aiglon de l'artiste. Et le fait au gré d'une série de clichés esthétiques en noir et blanc, se concentrant principalement sur ces douze dernières années.

«C'est Nicolas Raboud (*ndlr:* ancien commissaire de la triennale Bex & Arts) qui a eu l'idée d'un nouveau livre, raconte le Boyard. J'en avais déjà sorti un, il y a quelques années, chez le même éditeur. Cette fois, j'ai eu envie de proposer quelque chose de plus intime, en sortant des archives d'ateliers. Plus que le résultat final, c'est travailler la matière qui me plaît. Je trouvais intéressant de montrer ces étapes au lieu d'aligner des œuvres terminées.»

Le livre raconte la genèse des œuvres, des premiers coups de fusain à la réalisation finale. | O. Estoppey – Les Cahiers dessinés

Genèse d'une œuvre

Ce lien intime se manifeste dans le choix des personnes impliquées dans la réalisation du tome. Une bonne part des photos sont l'œuvre de Guillaume, son fils aîné. «Et les textes ont été rédigés par des personnes que je connais depuis longtemps, comme Nicolas Raboud ou l'écrivain Jean-Baptiste Harang.» La masse de matériel rassemblée pour l'occasion a été transmise au graphiste lausannois Werner Jeker, avec pour tâche de l'organiser pour raconter une histoire. Une forme de carte blanche largement teintée d'ombres, en somme. «J'ai donné quelques idées au début, mais je me suis vite retiré. Je trouve intéressant de laisser quelqu'un d'autre le faire. Ça te donne une autre vision de ton travail.»

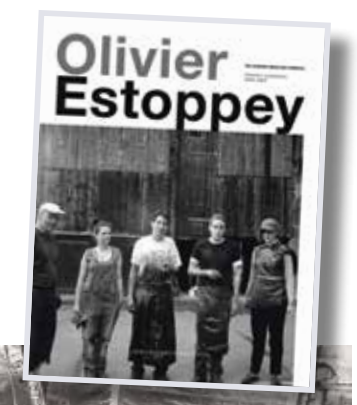
Le récit commence comme la Genèse. Mais si c'est le Verbe qui est au départ des Saintes Écritures, dans le cas des créations d'Olivier Estoppey, «au commencement est le dessin». Le trait tracé au fusain est énergique, voire sauvage. Une sauvagerie qui s'incarne souvent dans la réalisation finale, à l'image des loups qui hantent depuis 2009 le col de la Croix entre Ollon et Les Diablerets, ou des deux béliers au combat qui investiront, à terme, la place du Marché de Bex. «On retrouve ce caractère dès mes premiers dessins, dans les années 1982, 1983. Je ne sais pas d'où ça vient… Je n'ai pas eu une enfance tourmentée. Ça doit être un truc de protestant refoulé.»

Le «Tombeau de Couperin», une suite de six thèmes évoquant la mise à mort, les masques, les baisers, la traversée, exposé en 2011. | O. Estoppey – Les Cahiers dessinés

La peur du loup

Cela n'empêche pas cette violence incorporée de déteindre parfois sur celui qui contemple la sculpture. «Lorsque j'ai installé des loups au lac Lioson pour l'exposition Ailyos en 2018, on m'a dit que j'étais cinglé. J'ai eu des retours assez durs; on m'a accusé d'être pour le loup. Ce n'est pas le cas. Je ne suis pas agriculteur; je ne sais pas ce qu'ils vivent. Je ne prends pas position.» Trois autres loups, exposés à Tuttlingen en Allemagne, ont engendré un accès de bestialité plus marquant encore. Leurs têtes et chacune de leurs pattes ont été brisées à coups de barre de fer. «Il s'est avéré que celui qui a fait ça était suivi pour des troubles psychiatriques. Ces sculptures lui ont apparemment fait péter un stotz. Quand tu crées, tu t'attends à provoquer une réaction, mais là, ça m'a fait un drôle d'effet.»

«Olivier Estoppey: Un chemin dans les ombres», aux éditions Les Cahiers dessinés. 208 pp.



Vol d'oiseaux cloué au sol

Elle devait prendre son envol sur les bords de la Grande Eau. Las, la nuée d'oiseaux en fil de fer imaginée et conçue par Olivier Estoppey et sa fille Lara restent au sol: la Municipalité leur cherche un nouveau nid.

La mise à l'enquête en vue de l'installation de cette sculpture s'est soldée par une opposition. Elle émane de Jean Anex. L'avocat retraité dit ne rien avoir «contre le travail d'Olivier Estoppey». Mais les dimensions de l'œuvre – environ 8 m de large et 5 m de haut – «correspondent à celles d'une petite maison d'un étage sur rez, ce qui en fait un écran qui n'a rien à faire dans une zone de verdure protégée par la loi sur la protection de la nature et du paysage. Les Aiglons ne peuvent déjà presque plus apercevoir le vignoble d'Yvorne depuis la rive de la Grande Eau», souligne l'auteur, dont le domicile se trouve à quelques mètres à vol d'oiseau du site retenu pour recevoir la sculpture.

L'opposant fustige également le manque de transparence de l'opération. «Le dossier de mise à l'enquête ne contient qu'un gribouillis de la sculpture et la Municipalité ne remplit pas la case dévolue au coût. C'est un peu raide. Cette œuvre n'a par ailleurs aucune utilité publique.»

Municipal aiglon en charge de la culture, Stéphane Montangero indique que l'Exécutif est désormais en chasse d'un nouvel écrin pour cette nuée. «Mais c'est l'avis du Canton qui nous a poussés à renoncer à celui initialement envisagé. Les travaux de réaménagement et de renaturation de la Grande Eau ont pris du retard et il ne paraît pas opportun d'installer à cet endroit une œuvre difficilement déplaçable avant ce chantier.»

Avec ses «Hommes tombés», l'artiste a voulu rendre hommage à un ami décédé. | O. Estoppey

Visite à la lumière des moines

Rougemont

Le conteur Dominique Pasquier propose ce vendredi une découverte originale et tout public du site clunisien et de son église mémorable.

| Christophe Boillat |

Vendredi dès 20h30, une heure et demie durant, Dominique Pasquier se muera en moine pour faire découvrir ou redécouvrir l'emblématique site clunisien de Rougemont où se dresse l'église Saint-Nicolas de Myre. Le berger-conteur damounais déclinera l'histoire, en campant divers personnages qui furent les acteurs de l'installation des premiers religieux et de l'évolution du prieuré (construit par les moines de Cluny entre 1073 et 1085), jusqu'à l'avènement de la Réforme.

Le public pourra apprendre de nombreuses belles pages d'histoire de la région au fil des siècles, comme l'arrivée de la première machine d'imprimerie du Pays-d'Enhaut, les relations entre moines et villageois, ou encore la mise sous tutelle vaudoise par Berne. La visite se déroule en trois tableaux intérieurs et extérieurs dans l'environnement exceptionnel du site clunisien de Rougemont: de l'église au château (ce dernier a été érigé dès 1572 par les Bernois), avec des décors de sons et de lumières adaptés.

Plus d'infos: Prendre des habits chauds et adaptés en fonction de la météo. Activité dès 5 ans. 60 personnes maximum.

Inscriptions obligatoires à: inscriptions@gruyerepays-denhaut.ch ou au 0848 110 888. Tarifs: 45 frs dès 14 ans, gratuit pour les 5-13 ans.

En bref

BÉNÉVOLAT

Avis aux amis des animaux

Dans le cadre du programme valaisan de recensement des hérissons, le Service cantonal des forêts, des cours d'eau et du paysage est à la recherche de bénévoles à St-Maurice, Vionnaz, Vouvry. Durant une semaine avant la mi-octobre, ces volontaires auront pour mission de gérer des tunnels à traces qu'ils auront préalablement disposés dans un périmètre défini. Il s'agira de remplir l'écuelle de nourriture, de disposer de l'encre à ses abords et de remplacer les feuilles aux deux extrémités de la structure en carton, sur lesquelles les animaux auront laissé leur empreinte. Plus d'informations sur le site: valais.nosvoisinssauvages.ch. **SEB**

Baptême brassicole

17 septembre 2022

Bien qu'il ait ouvert en juillet, le nouvel antre de la Brasserie de La Mine s'est offert une inauguration officielle ce samedi, avec une journée portes ouvertes. Le public a découvert les productions maison, l'outil de travail, le restaurant et une partie de l'équipe de cette belle aventure toute bellerine.

Photos par **Karim Di Matteo**

Galerie complète sur notre site:
https://riviera-chablais.ch/galerie/ *

* Scannez pour ouvrir le lien

La Brasserie de La Mine, c'est en premier lieu une aventure humaine, celle de ses sociétaires et bénévoles. Ici: le directeur Victor Bavaud, Sophie Berger et Michael Dupertuis, président de l'association.

Aurélie Vaudan et Manon Gay ont profité du coin canapé-loundge pour déguster une planchette.

Le patron des cuisines: David Berger.

Matières premières et marketing.

Elodie, Gaëtan, Lionel, Arnaud et Jocelyne.

Johan Gottier et Sophie Berger à la caisse.

Y a pas d'âge pour découvrir le monde de la bière: Elena et Stefano Regazzoni avec Svevo et Gioele.

Le brasseur Éric Nussbaum a fait la visite pour les curieux venus déguster une mousse.

Mercredi 21 sept

Concerts

Festival Septembre Musical Montreux-Vevey
Classique
Les lettres de Mozart par Roland Villazón.
Hôtel des Trois Couronnes, Rue d'Italie 49, Vevey 20 h

Expositions

La BD fait son vin
Château d'Aigle, Place du Château 1, Aigle 10–18 h

Tour de France
Cyclisme et étiquettes de vin.
Château d'Aigle, Place du Château 1, Aigle 10–18 h

Claude Nobs
Claude Nobs a été tellement mis en lumière comme fondateur du Montreux Jazz Festival que bien des facettes de ce génial touche-à-tout restent en partie dans l'ombre.
Musée de Montreux, Rue de la gare 40, Montreux 10–17 h

Manger – L'essence de vie
Moi et l'extérieur.
Alimentarium, Quai Perdonnet 25, Vevey 10–18 h

Roger Eberhard – Escapism
Avec Escapism, Roger Eberhard s'intéresse à une tradition suisse : la collection de couvercles de crèmes à café. De façon surprenante, leurs sujets couvrent tous les genres de la photographie.
Musée Suisse de l'appareil photographique, Grande Place, Vevey 11–17.30 h

Le Musée de A à Z
A comme arc, G comme girouette, S comme sarcophage. Pour chaque lettre de l'alphabet, le Musée historique de Vevey présente des objets issus de ses collections.
Musée historique de Vevey, Rue du Château 2, Vevey 11–17 h

Céline Burnand / Genesis – Le Livre des Origines
Pendant le Festival Images-Vevey, la galerie Odile reçoit la jeune artiste vaudoise Céline Burnand.
ODILE, Design du XXème siècle, Rue du Lac 14, Vevey 14–18 h

Divers

Western Vapeur Parc
Les cowboys et les indiens débarquent au Swiss Vapeur Parc.
Swiss Vapeur Parc, Route de la plage, Bouveret 10–18 h

Jeudi 22 sept

Expositions

Je déguste et je décolle
Château d'Aigle, Place du Château 1, Aigle 10–18 h

The Kid
L'exposition célèbre Chaplin à travers le spectre de l'enfance, la sienne, de sa résilience et de son incroyable parcours des ruelles délabrées de Londres à la star planétaire.
Chaplin's World, Route de Fenil 2, Corsier-sur-Vevey 10–18 h

Vert – Ville et végétal en transition
Jardin alpin du Pont de Nant, Les Plans-sur-Bex 10–18.30 h

Yohei Nishimura
Cette installation, création inédite inscrite dans l'esprit d'une « écriture du Vide », sera entourée des pièces de Jean-Paul Blais et Masamichi Yoshikawa.
Espace ContreContre, Rue du Glarier 14, Place de la Petite Californie d'Agaune, Saint-Maurice 17–20 h

Caroline Tschumi – Princesses en lumière
La Fondation du Château de Chillon et l'artiste suisse présentent un total de 12 portraits de femmes de la Maison de Savoie (XIIIe-XVIe siècle) qui trôneront au cœur de la forteresse.
Château de Chillon, Avenue de Chillon 21, Veytaux 9–18 h

Vendredi 23 sept

Concerts

Le piano dans tous ses éclats
Classique
La Goulue, Route des Épélévoz 1, Saint-Légier-La Chiésaz 19.30 h

Expositions

La BD fait son vin
Château d'Aigle, Place du Château 1, Aigle 10–18 h

Je déguste et je décolle
40 ans de Réserve de la Confrérie de l'Étiquette.
Château d'Aigle, Place du Château 1, Aigle 10–18 h

The Kid
L'exposition célèbre Chaplin à travers le spectre de l'enfance, la sienne, de sa résilience et de son incroyable parcours des ruelles délabrées de Londres à la star planétaire.
Chaplin's World, Route de Fenil 2, Corsier-sur-Vevey 10–18 h

Jeudi 22 septembre

Monthey

Concert

Hubert-Félix Thiéfaine – Unplugged
Au programme de ce tour de chant, des arrangements épurés et une setlist faisant la part belle aux classiques intemporels et à la redécouverte de quelques joyaux méconnus.
Théâtre du Crochetan, Rue du Théâtre 6 20 h

Claude Nobs
Claude Nobs a été tellement mis en lumière comme fondateur du Montreux Jazz Festival que bien des facettes de ce génial touche-à-tout restent en partie dans l'ombre.
Musée de Montreux, Rue de la gare 40, Montreux 10–17 h

Yohei Nishimura
Cette installation, création inédite inscrite dans l'esprit d'une « écriture du Vide », sera entourée des pièces de Jean-Paul Blais et Masamichi Yoshikawa.
Espace ContreContre, Rue du Glarier 14, Place de la Petite Californie d'Agaune, Saint-Maurice 17–20 h

Manger – L'essence de vie
Moi et l'extérieur.
Alimentarium, Quai Perdonnet 25, Vevey 10–18 h

Le Musée de A à Z
Musée historique de Vevey, Rue du Château 2, Vevey 11–17 h

Le piano dans tous ses éclats

ve 23 septembre · 19.30 h
Concert / Classique · La Goulue, Rte des Épélévoz 1 Saint-Légier-La Chiésaz

Il y aura 2 pianistes qui joueront à 4 mains, Lorris Sevhonkian et Kseniya Mardyan (qui s'est déjà produite à La Goulue ces 2 dernières années, avec grand succès). Le programme nous proposera de partir à la découverte de diverses compositions du XXe siècle, qui n'« arrachent pas forcément les oreilles », dont les oeuvres seront commentées au fil de la soirée par les artistes.

Roger Eberhard – Escapism
Avec Escapism, Roger Eberhard s'intéresse à une tradition suisse : la collection de couvercles de crèmes à café. De façon surprenante, leurs sujets couvrent tous les genres de la photographie.
Musée Suisse de l'appareil photographique, Grande Place, Vevey 11–17.30 h

Céline Burnand / Genesis – Le Livre des Origines
Pendant le Festival Images-Vevey, la galerie reçoit la jeune artiste vaudoise Céline Burnand, avec une installation de textes et photographies centrée sur une archive familiale personnelle.
ODILE, Design du XXème siècle, Rue du Lac 14, Vevey 14–18 h

Divers

Western Vapeur Parc
Les cowboys et les indiens.
Swiss Vapeur Parc, Route de la plage, Bouveret 10–18 h

Samedi 24 sept

Concerts

YNK – Album Release-Party
Rock / Metal
Et Wizards of Wiznan.
Pont Rouge, Avenue de la Plantaud 122, Monthey 20.45 h

Expositions

La BD fait son vin
Château d'Aigle, Place du Château 1, Aigle 10–18 h

Tour de France
Cyclisme et étiquettes de vin.
Château d'Aigle, Place du Château 1, Aigle 10–18 h

Je déguste et je décolle
40 ans de Réserve de la Confrérie de l'Étiquette.
Château d'Aigle, Place du Château 1, Aigle 10–18 h

Vert – Ville et végétal en transition
Des questions qui seront abordées par cette exposition réalisée en partenariat avec le Musée Historique Lausanne.
Jardin alpin du Pont de Nant, Les Plans-sur-Bex 10–18.30 h

Manger – L'essence de vie
Moi et l'extérieur.
Alimentarium, Quai Perdonnet 25, Vevey 10–18 h

Le Musée de A à Z
Musée historique de Vevey, Rue du Château 2, Vevey 11–17 h

Roger Eberhard – Escapism
Avec Escapism, Roger Eberhard s'intéresse à une tradition suisse : la collection de couvercles de crèmes à café. De façon surprenante, leurs sujets couvrent tous les genres de la photographie.
Musée Suisse de l'appareil photographique, Grande Place, Vevey 11–17.30 h

La Lune sous le toit – Pépinière 2022

sa 24 septembre · 19 h
Théâtre · Oriental-Vevey, Rue d'Italie 22 · Vevey

La thématique de la maison ambulante se ramifie avec quatre nouvelles créations, bercées par l'univers musical électronique. Sous la forme d'un cabaret à ciel ouvert, le spectacle invite son public à voyager de scène en scène et de pièce en pièce.

Divers

Dégustation à la cave
Domaine Bertholet, Chemin des Pierrettes 9, Villeneuve 9.30–12.30 h

Dimanche 25 sept

Concerts

Festival Septembre Musical Montreux-Vevey
Classique
Michael Schade chante Schubert.
Château de Chillon, Avenue de Chillon 21, Veytaux 18 h

Théâtre

Fleurs de soleil
Une performance solo de Thierry Lhermitte
Théâtre du Crochetan, Rue du Théâtre 6, Monthey 19 h

Expositions

La BD fait son vin
Château d'Aigle, Place du Château 1, Aigle 10–18 h

Je déguste et je décolle
40 ans de Réserve de la Confrérie de l'Étiquette.
Château d'Aigle, Place du Château 1, Aigle 10–18 h

Vert – Ville et végétal en transition
Des questions qui seront abordées par cette exposition réalisée en partenariat avec le Musée Historique Lausanne.
Jardin alpin du Pont de Nant, Les Plans-sur-Bex 10–18.30 h

Claude Nobs
Claude Nobs a été tellement mis en lumière comme fondateur du Montreux Jazz Festival que bien des facettes de ce génial touche-à-tout restent en partie dans l'ombre.
Musée de Montreux, Rue de la gare 40, Montreux 10–17 h

Manger – L'essence de vie
Moi et l'extérieur.
Alimentarium, Quai Perdonnet 25, Vevey 10–18 h

Le Musée de A à Z
A comme arc, G comme girouette, S comme sarcophage. Pour chaque lettre de l'alphabet, le Musée historique de Vevey présente des objets issus de ses collections.
Musée historique de Vevey, Rue du Château 2, Vevey 11–17 h

Caroline Tschumi – Princesses en lumière
La Fondation du Château de Chillon et l'artiste suisse présentent un total de 12 portraits de femmes de la Maison de Savoie (XIIIe-XVIe siècle) qui trôneront au cœur de la forteresse.
Château de Chillon, Avenue de Chillon 21, Veytaux 9–18 h

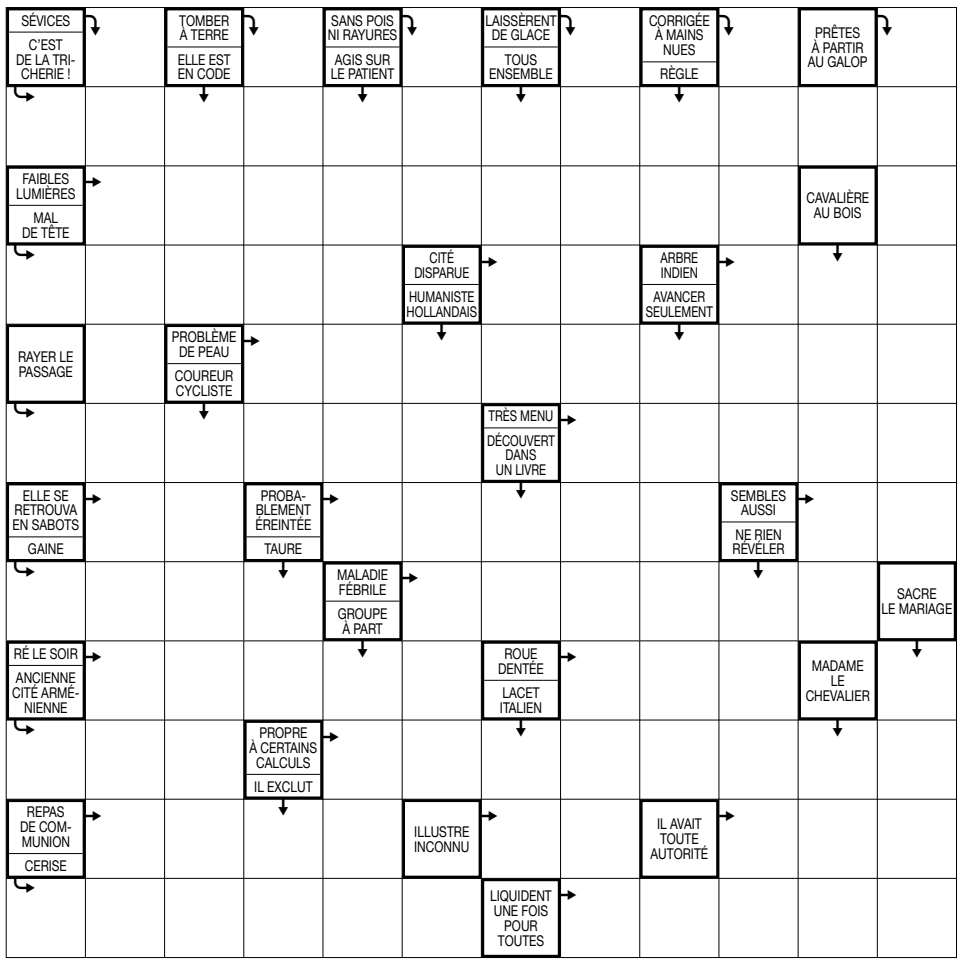
Visites guidées

Manger au Moyen Age et Lunch
Château de Chillon, Avenue de Chillon 21, Veytaux 11 h

Divers

Western Vapeur Parc
Les cowboys et les indiens.
Swiss Vapeur Parc, Route de la plage, Bouveret 10–18 h

Mots fléchés



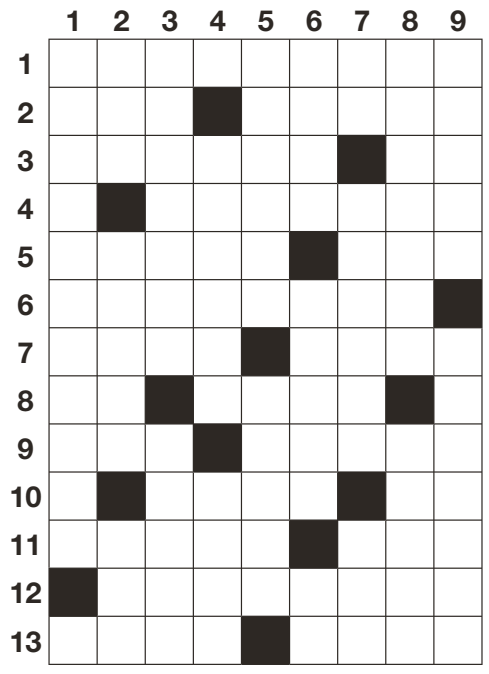
Mots croisés

HORIZONTALEMENT

1. Déconnecté de la prise de courant. **2.** Commune des Pays-Bas. Faire monter. **3.** Dégradations harmonieuses des tons dans un tableau. Elément négatif. **4.** Racine à l'action tonique. **5.** Groupe de langues indo-européennes. Compagnie réduite. **6.** Friandise provençale à base de pâte d'amandes. **7.** Information au public. Bien charpenté. **8.** On le colle dos au mur. Touchés en plein cœur. **9.** Colère d'antan. Prononcé chaque lettre. **10.** Segment d'ADN. Sa qualité est évaluée en carats. **11.** Barre de fermeture de porte. Porté préjudice. **12.** Manipulateur de partitions. **13.** Plaisir relativement coûteux. Jours romains.

VERTICALEMENT

1. Ne soumet plus à l'impôt. **2.** Ancienne appellation de Tokyo. Passer sous l'eau. Pari sportif. **3.** Petit oiseau de cage aux couleurs vives. Equivalents. **4.** Crée une rupture. Anneau de cordage. **5.** Imprégnés de sulfate double. Raconté des salades. **6.** Mystérieux lac d'Ecosse. Repas liquide. Adverbe de proximité. **7.** Parcours professionnel. Partie de la Grande-Bretagne. Habitat d'oiseau. **8.** Hauts bonnets, pointus et rigides, portés par les femmes du Moyen Age. Bien vue. **9.** Sort de terre. Membres de la branche maternelle.



Sudoku

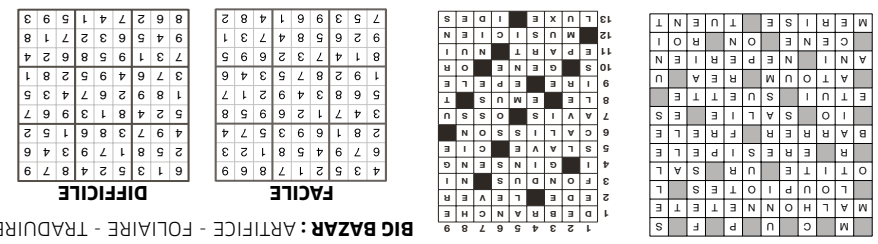
Facile

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

Difficile

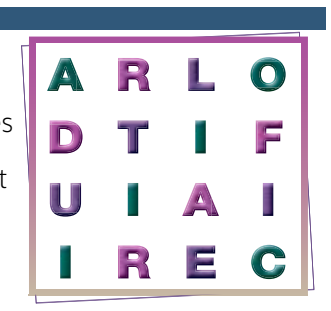
6		3		2			7	
		8	1		9		4	
4								
	2		8	1				
		9			7			5
3	7				5	2		
						6		
				3			1	8
8								

Solutions



Big bazar

Reconstituez trois mots de huit lettres sachant que les lettres doivent se toucher et qu'elles ne peuvent être utilisées qu'une seule fois pour un même mot.



Pub

Remplissez le formulaire et envoyez-le sous enveloppe à affranchir: **Riviera Chablais SA, Chemin du Verger 10, 1800 Vevey**

☒ Cochez votre formule

Riviera
3 journaux par mois
+ 1 tous-ménages mensuel
☐ **Semestre** 6 mois pour **CHF 59.-**
☐ **Economique** 12 mois pour **CHF 99.-**

Chablais
3 journaux par mois
+ 1 tous-ménages mensuel
☐ **Semestre** 6 mois pour **CHF 59.-**
☐ **Economique** 12 mois pour **CHF 99.-**

Offre combinée
6 journaux par mois
+ 1 tous-ménages mensuel
☐ Les deux régions avec notre offre sur 12 mois **CHF 150.-**

Veuillez écrire en MAJUSCULES

○ Mme ○ M. ○ Entreprise

Nom

Prénom

Rue/N°

NPA/Localité

E-mail

Date de naissance

Tél. privé

Mobile

Date & Signature

L'abonnement sera mis en service dès réception de ce coupon et une facture vous sera envoyée.
TVA et frais de port inclus.

« Je suis convaincu que l'on peut ralentir la maladie par les plantes »

Référence mondiale dans le domaine, Kurt Hostettmann sort un livre sur le pouvoir des plantes pour doper notre mémoire. | DR

Journée mondiale d'Alzheimer

Spécialiste mondial, le professeur Kurt Hostettmann suggère, dans un livre paru aux éditions Pillet des pistes alimentaires bonnes pour la mémoire.

| Karim Di Matteo |

Kurt Hostettmann se dit guidé par une phrase d'Hippocrate, le père de la médecine: «Que ton aliment soit ton médicament.» «Même si quelqu'un m'a laissé entendre que, historiquement, la citation ne lui est pas attribuée», glisse-t-il malicieusement.

Quoi qu'il en soit, ce docteur en chimie, professeur de phytochimie et de pharmacognosie et professeur honoraire de trois universités chinoises, ancien collaborateur de l'OMS à travers le monde, jouit d'une réputation internationale. Le grand public a par ailleurs l'habitude de l'entendre sur les ondes de la RTS dans l'émission Monsieur Jardinier.

Le Bernois d'origine et Valaisan d'adoption de 78 ans cultive aujourd'hui ses fruits et légumes dans son jardin de Champex, après avoir cofondé et présidé Gentiana, le jardin botanique de Leysin dévolu aux plantes médicinales et désormais désaffecté. Et selon son dernier livre, «Renforcer et conserver sa mémoire, fruits, légumes, épices», paru aux éditions Pillet (des éditions Saint-Augustin, à Saint-Maurice), les propriétés de certains aliments peuvent ralentir la maladie d'Alzheimer. Ce mercredi est justement la journée mondiale dévolue à la lutte contre la terrible maladie.

La maladie d'Alzheimer vous a pris ce que vous aviez de plus cher. Ce livre est dédié à votre épouse.

– Oui. J'ai écrit une trentaine de livres, dont certains avec elle. Elle était professeur de chimie. Nous avons travaillé ensemble aux États-Unis et en Chine, pour y former des doctorants notamment. Mon épouse a été atteinte pendant douze ans d'Alzheimer. C'est presque un record de longévité et cela s'explique probablement par le fait que j'ai toujours eu recours à des médecines alternatives, notamment à travers l'alimentation.

Par contre, vous prévenez tout de suite vos lecteurs: vous ne voulez pas donner de faux espoirs.

– Non, effectivement, on ne peut pas guérir d'Alzheimer. Mais je suis convaincu que l'on peut ralentir la progression et améliorer la mémoire par les plantes. Certaines ont fait l'objet d'études scientifiques sérieuses, avec parfois des essais cliniques. Tout ce que je cite s'appuie sur des bases scientifiques, parce que j'en suis un.

Vous distinguez trois familles. Lesquelles?

– Les fruits, les légumes et les épices. Dans les fruits, les pigments colorés, des polyphénols, ont des effets sur la mémoire. Le carotène aussi, comme dans la mangue ou l'abricot.

Mais à vous entendre, un fruit se démarque.

– En effet, la myrtille. Surtout celle de chez nous, qui, j'aime à dire, donne les dents bleues, comme celles que je ramasse derrière ma maison à Champex. Les variétés que vous achetez en commerce ont la même valeur nutritive, mais ne contiennent des pigments colorés que dans la peau. Si vous les coupez en deux, elles seront blanc-vert à l'intérieur, pas mauve. Une étude en Angleterre a montré les effets de la myrtille sur le cerveau. Une vingtaine d'enfants a reçu de la myrtille lyophilisée avec pigments et vingt autres sans. Trois heures après l'ingestion, les premiers étaient nettement plus rapides pour répondre aux mêmes questions posées en double-aveugle contre placebo.

Et à part la myrtille?

– La fraise, le cassis aussi, l'argousier, très riche en antioxydants et en vitamine C. Et ce qui est très à la mode aujourd'hui, c'est l'aronia, une plante qui nous vient du Québec et dont on a découvert les remarquables propriétés. Plusieurs centaines de milliers ont été plantées en Suisse. Les Indiens de la Belle Province en prenaient pour prévenir les virus hivernaux grâce à ses propriétés immunostimulantes.

Et si vous deviez conseiller des légumes bons pour la mémoire?

– Si je devais en citer un, ce serait le brocoli, qui permet par ailleurs de prévenir des cancers. La patate douce également. Les poivrons rouges et jaunes aussi, mais pas les verts. Et l'épinard, que l'on retient, à tort, surtout pour sa soi-disant richesse en fer.

Dernière famille, les épices.

– Et le romarin en tête de liste. Savez-vous que les Grecs, outre le fait qu'ils avaient tout de suite vu que c'était bon pour le foie, frottaient les tempes et le front de leurs enfants avec du romarin pour les rendre plus intelligents? Il en existe plusieurs types, mais celui qui marche le mieux pour la mémoire est le romarin à cinéole. L'huile essentielle de romarin est très bien, par diffuseur, deux ou trois heures le soir devant la télé. Sinon, je citerais aussi le curcuma.

Quand on entend tous ces aliments, on a envie de dire que l'on fait relativement juste alors au quotidien?

– Oui, absolument.

Et à quelle fréquence et à quelles quantités faudrait-il manger des myrtilles, du brocoli ou du romarin pour espérer des effets sur la mémoire?

– Les études montrent que les myrtilles agissent en quelques heures. En saison, il faudrait en manger trois à quatre fois par semaine 200 grammes ou alors sous forme de jus. Une autre étude montre que manger du brocoli ou un légume de la même famille au moins trois fois par semaine agit sur la mémoire et prévient le cancer.

Et faut-il les manger forcément crus pour profiter de leurs effets sur la mémoire?

– Pas forcément. La myrtille, par exemple, perd 80% de ses vitamines après cuisson, mais les pigments colorés résistent à la chaleur. Une confiture ou une bonne tarte font parfaitement l'affaire. Quant au romarin, comme dit, il faut l'inhaler. Cuite, l'huile essentielle va s'évaporer, même si cela reste bon pour la digestion et le foie.

Mis à part vos livres, continuez-vous votre combat à travers la recherche?

– Non, mais je reste tout de même actif en faisant partie du comité de rédaction d'une demi-douzaine de revues et en donnant des cours à la Haute école de santé de Lausanne ou à l'Agroscope de Conthey. Ou encore via mes interventions régulières dans l'émission Monsieur Jardinier. Cela m'oblige à rester constamment «up to date» (*ndlr:* à jour)!

Freepik