

INFO

CRANS-MONTANA ICOGNE LENS

N° SPÉCIAL JEUNESSE

**Sans le filtre des écrans,
les jeunes cultivent leur créativité
et se retrouvent sur la saine voie
d'activités partagées,
pp. 6 à 10**

4

En revue

Malorie Blanc :
une championne
attachée à la région

5

Une personne, une histoire

Le cœur de Romain
Berclaz bat pour sa terre

11

Hors murs

Quand l'IA
interroge le sens
critique des élèves

15

Une région, un territoire

Racine Carrée ou
la biodiversité active

Des mots pour faire écran aux maux

INFO

CRANS-MONTANA ICOGNE LENS

Bimestriel indépendant et gratuit, édité par l'Association des communes de Crans-Montana (ACCM) et Crans-Montana Tourisme & Congrès (CMTC)

Tirage : 9800 exemplaires

RÉDACTION

Rédaction en chef Sylvie Chevalier

Rédaction Jean-Michel Bonvin, Pierre-Armand Dussex, Geneviève Hagmann, Adélaïde Patrignani, Véronique Salamin, Claude-Alain Zufferey

Correction Gérard Chabbey

Mots croisés Jacques Berlie

Photo mystère Gratien Cordonier

Dessin Debuhme

Photo couverture Luciano Miglionico

ADRESSES DE CONTACT

L'INFO
route de la Moubra 66
3963 Crans-Montana
www.l-info.ch

Pour vos demandes d'abonnement et vos questions administratives :
admin.linfo@cransmontana.ch

Pour vos réponses aux concours :
concours.linfo@cransmontana.ch

Pour vos commentaires et suggestions de reportages :
redac.linfo@cransmontana.ch

GRAPHISME

Shirlene Terrapon

IMPRESSION

Imprimerie Nouvelle, Crans-Montana

DISTRIBUTION

Messageries du Rhône, Sion
La Poste, Crans-Montana

Si vous n'avez pas reçu votre journal, contactez les Messageries du Rhône :
027 329 76 95
contact@messageriesdurhone.ch



Plus de contenu sur internet

l-info.ch

Les choisir, les ciseler, les assembler pour composer une précieuse mélodie, d'autant plus perceptible si elle s'exprime en toute liberté. Les mots, fidèles compagnons d'introspection, résonnent de vingt-six tonalités. Aussi pétillants qu'une bulle de champagne, ils dessinent de leur frivolité assumée un sourire sur les lèvres de ceux qui les goûtent sans retenue. Finement aiguisés, non sans douleur, ils piquent les esprits, réveillent les consciences, subliment une proposition, arrachent une larme.

Rieurs, révélateurs, les mots se glissent dans tous les états émotionnels avec la même et unique mission : mettre en lumière l'imperceptible. Ils recadrent les idées impensables. Ils structurent les propos désordonnés. Ils réinventent les possibles. Que l'on ne s'y méprenne pas, littéralement, les mots sont des rebelles. Sous leur musicalité, ils peinent à contenir un accent d'ironie, seule réponse qu'ils ont trouvée pour contrer l'absurdité du monde. Emportés par leur fougue, ils dépassent parfois la pensée et se font corriger. À juste titre. En définitive, ce qu'ils redoutent le plus, c'est d'être mis à l'index ou contraints de s'égrainer dans l'inconsistance jusqu'à ne former qu'une coquille vide de sens.

Désormais, les mots affrontent de féroces concurrents aux aguicheuses allures d'écrans multiples. Autrefois en salle, puis en bonne place dans nos foyers, ces derniers ne quittent plus nos poches afin d'être à portée de main pour tout et surtout pour rien. Certains génies autoproclamés prédisent que les nouvelles technologies squatteront jusqu'à nos neurones. Pour autant qu'il nous en reste quelques-uns...

Les mots nous bousculent, nous stimulent simplement par le fait qu'ils nous obligent à de véritables efforts pour saisir dans son intégralité la complexité de nos relations sociales. Plus accessibles, plus puissants par leur développement débridé, les écrans sont susceptibles d'éteindre nos capacités d'éveil. À moins que nous ne sortions du silence assourdissant qui nous aveugle pour transformer les maux liés aux mauvais usages du numérique en réelle occasion de faire de nous des humains augmentés.

LE PARLER À NOUS DANS LA DÈCHE

Être « dans la dèche », c'est-à-dire dans la misère, du moins ne plus avoir d'argent. Dérivée du latin « déchoir », l'expression argotique apparaît en premier lieu aux abords des tables des casinos. Pertes au jeu qui vous mettent sur la paille... Par extension, la dèche fourmille de synonymes imagés pour celui qui « est fauché » ou « à sec », soit avec les poches vides. On peut aussi payer « ric-rac » un montant tout juste suffisant, mais pour cela, il ne faut pas être « sans le sou ».

Par Jean-Michel Bonvin

04



EN REVUE

MALORIE BLANC

À pleine vitesse vers les sommets

05



UNE PERSONNE, UNE HISTOIRE

ROMAIN BERCLAZ

La Jeunesse au corps et au cœur

06



DES GOÛTS ET DES CULTURES

La culture investit l'école

08



AVEC VOUS

Écrans à tout-va: enjeu collectif à encadrer

index

11



HORS MURS

L'IA à l'épreuve de la classe

12



SPORTS ET LOISIRS

Unihockey: juniors A au top

13



AUTOUR DE NOUS

Crans-Montana Classics soigne l'avenir

14



KALÉIDOSCOPE

Infos pratiques

Coup de projecteur

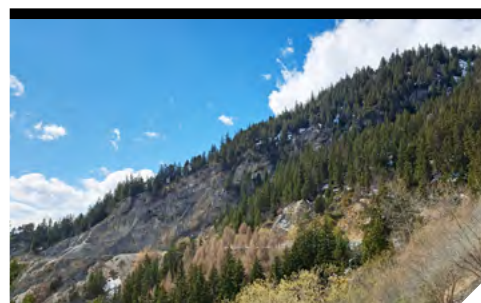
15



UNE RÉGION, UN TERRITOIRE

Habiter et faire vivre le territoire autrement

16



FAITES VOS JEUX

Dessin

Mots croisés

Photo mystère

À pleine vitesse vers les sommets

Malorie Blanc, 22 ans, est désormais bien installée en Coupe du monde. Victorieuse à Crans-Montana en février, elle a enchaîné avec ses premiers Jeux olympiques. La skieuse d'Ayent est également ambassadrice des Mondiaux 2027, qu'elle vivra à domicile.



— **Pourquoi avoir accepté d'être ambassadrice des Championnats du monde 2027?**

J'ai une relation de longue date avec Crans-Montana, station dans laquelle je me suis entraînée depuis toute petite. C'est un honneur pour moi de pouvoir représenter notre région et de contribuer à la promotion de ce grand rendez-vous. Participer à des Championnats du monde à la maison est une opportunité incroyable. Cela ajoute certes un peu de pression, mais c'est surtout très motivant de pouvoir skier devant ses proches, sur une piste que l'on connaît bien.

— **Cette pression ne vous a pas empêchée de gagner votre première course de Coupe du monde en février dernier sur la piste du Mont Lachaux?**

J'ai réussi à la transformer en excitation, et elle m'a portée. Avant le départ, je savais que beaucoup de membres de mon fan-club étaient dans l'aire d'arrivée. Cette foule, cette effervescence m'ont tirée vers le haut.

— **En 2024, vous vous êtes blessée en Coupe d'Europe à Crans-Montana. Au moment de vous élancer en Coupe du monde cette année, avez-vous eu de l'appréhension?**

Non, pas du tout. Nous avons eu la chance de nous entraîner sur la piste une semaine avant

les épreuves. C'est simplement au moment de passer au Trou du Renard que j'ai pensé à ma blessure. Finalement, ma relation avec la piste du Mont Lachaux est une belle histoire : je m'y suis blessée, mais j'y ai aussi gagné ma première course de Coupe du monde. Il n'y avait pas meilleur moyen de passer par-dessus cette mésaventure.

— **Cette blessure n'a pas freiné votre progression?**

Je m'en serais bien passée. Mais avec mon entourage, nous avons bien géré cet épisode de ma vie. Nous avons pris le temps de réfléchir à toutes les solutions avant mon opération. Si c'était à refaire, je ne changerais rien. Cette blessure est survenue à un moment où je skiais bien et j'ai pu avoir des réponses à mes questions. Nous avons eu deux courses dans la même journée, et je sais que je suis tombée parce que j'étais fatiguée. Cela m'a aidée à surmonter cette épreuve et j'ai beaucoup appris.

— **Quel bilan tirez-vous de vos premiers Jeux olympiques?**

C'est un privilège d'avoir pu y participer. La proximité entre

la Suisse et l'Italie m'a permis de vivre cet événement hors norme en compagnie de quelques proches. L'ambiance n'est pas la même que sur le circuit Coupe du monde. À Cortina, nous avons pu aller deux fois au village. J'ai adoré échanger avec les sportifs d'autres disciplines. Au niveau des résultats, j'étais un peu déçue, surtout après la descente. Mais je me dis que je n'ai que 22 ans, que j'ai pris de l'expérience, et qu'il y aura d'autres Jeux olympiques. J'ai pu constater qu'être au rendez-

vous le jour J fait monter le poids qui pèse sur les athlètes et, de ce fait, l'individualisme. L'équipe occupe moins d'importance que durant le reste de la saison.

— **Les JO, un rêve d'enfant?**

Non, parce que plus jeune, je ne me suis jamais projetée dans le haut niveau. Et lorsque je voyais Lara Gut, je me disais que c'était vraiment trop de stress. Mais j'aimais bien regarder les JO à la télé, pour découvrir des sports moins connus.

— **Il en a fallu enchaîner des sélections pour arriver en Coupe du monde?**

“
J'ai réussi à transformer la pression en excitation”

Ma progression a été très linéaire. Mais pour les jeunes en général, je trouve que les sélections sont rudes et qu'elles interviennent un peu trop tôt. Elles conditionnent les carrières dès 12 ans. Ce n'est pas drôle de dire au revoir aux copines d'entraînement qui ne sont pas retenues à la fin d'une saison. Tout cela engendre beaucoup de frustration, mais c'est avant tout une formidable école de vie.

— **Ambassadrice des Mondiaux 2027, mais également de la finale du Grand Prix Migros qui s'est déroulée sur le Haut-Plateau fin mars. C'est un peu le grand écart?**

J'ai participé à cet événement lorsque j'étais enfant. Je n'en garde que de bons souvenirs, alors je n'ai pas hésité à endosser ce rôle. Ces finales nous donnaient la possibilité d'aller courir pour la première fois en Suisse alémanique. Et il y avait le village avec toutes ses animations qui nous permettaient de nous amuser après la compétition.

Par Claude-Alain Zufferey



Plus de contenu sur l-info.ch

La Jeunesse au corps et au cœur

Romain Berclaz est un jeune homme de la terre, nourri de passions et d'engagements. Président de la Jeunesse de Randogne-Mollens, il tisse des amitiés qui renforcent son attachement pour sa région. Rencontre.

On le retrouve chez lui, à la ferme des Trontières, qui surplombe le village de Randogne. T-shirt et casquette au logo de la Jeunesse de Randogne-Mollens, il pose pour le photographe au milieu de ses vaches. Il faut dire que la ferme familiale, à Romain Berclaz. « Lorsque j'étais petit, je me réveillais tout seul tôt le matin pour suivre mon père à l'écurie. » Cette passion s'éteint durant l'école primaire, étouffée par des élèves moqueurs. Elle revient plus forte que jamais durant l'adolescence. « Je m'étais juré que je ne serais jamais paysan, mais à la fin du cycle d'orientation, j'ai repris goût et j'ai su que ce métier me correspondait », raconte-t-il.

Depuis, Romain est monté dans un TGV : CFC d'agriculteur, patente en élaboration de produits fermiers, brevet fédéral et, actuellement, maîtrise fédérale en préparation. Autant dire que le futur maître agriculteur de 22 ans est surbooké. Mais, en cet après-midi printanier où le soleil cogne dans un ciel azuré, il n'hésite pas à prendre du temps pour parler de la Jeunesse de Randogne-Mollens. Un groupement qui lui tient à cœur, qu'il a cofondé en 2022 sous l'impulsion de l'association Anim' Randogne-Bluche, et qu'il préside depuis fin 2025.

« Notre but, c'est de dynamiser la vie des villages, et de tisser et conserver des liens entre les jeunes de la région », résume Romain Berclaz. Au programme,



Motivé et bosseur, Romain Berclaz travaille à la ferme, où il s'occupe d'une soixantaine de vaches, de la production de fromages et de l'entretien du paysage. Côté loisirs, il pratique la randonnée, le ski, la pêche et s'engage dans la Jeunesse de Randogne-Mollens.

le week-end en cabane, le traditionnel vin chaud de Noël, le bar à ski sur la place d'Ycoor et, tous les premiers samedis du mois, des soirées raclettes, grillades ou encore jeux de société. Sans oublier les coups de main lors du trail de l'Aminona et du Wildstrubel, lors du Noël des aînés ou des manifestations villageoises.

PRÉCIEUSE SOLIDARITÉ

La Jeunesse de Randogne-Mollens regroupe une quarantaine de membres de tous horizons de 16 à 30 ans. Elle

aimerait attirer plus de monde pour assurer la relève. Elle souhaiterait également parvenir à une meilleure représentation féminine. « La Jeunesse nous permet de rencontrer des personnes qu'on ne côtoierait pas forcément dans notre vie quotidienne. Cela crée des amitiés et de la solidarité », se réjouit son président.

Une solidarité précieuse dans les bons et dans les pires moments, comme lors de la tragédie du Constellation. Les échanges sont aussi réguliers avec les autres Jeunesses, dont celles de Lens-Icogne et de Loc et environs.

Pour faire vivre l'association, le président peut compter sur un solide comité de six membres à qui il tient à rendre hommage : « Ils sont au top et m'aident beaucoup ! » Ensemble et en collaboration avec la Jeunesse de Lens-Icogne, ils planchent notamment sur « un grand projet ». Mais le jeune homme refuse d'en dire plus : « On ne va pas vendre la peau de l'ours avant de l'avoir tué », sourit-il, énigmatique, avant de déposer ses lunettes de soleil sur la table de la terrasse, et de repartir pratiquer « le plus beau métier du monde ».

Par *Véronique Salamin*

AU-DELÀ DE LA TRANSMISSION DE SON ART, LA DANSEUSE ET CHORÉGRAPHE ALICE CRETTOL ACCOMPAGNE LES ENFANTS DANS LEURS EXPLORATIONS ARTISTIQUES. GRÂCE À SA PERSONNALITÉ BIENVEILLANTE, ILS ACQUIÈRENT UNE PERCEPTION FINE DU CORPS ET DE L'ESPACE.

La culture investit l'école

© Miglionico



Soutenue par l'État du Valais et la Fondation Mercator, l'éducation culturelle a désormais trouvé sa place dans les classes. Le projet Agent-es culturel·les Suisse propose des espaces de réflexion et de créativité et accompagne les établissements dans leurs démarches.

Ce matin de printemps sur le parvis de l'école de Lens, les élèves des classes 5-6H écoutent les consignes de Charlotte Olivier. « Vous devez ramener des objets qui serviront de support à notre travail. » Le thème choisi au sein de l'établissement est la cour de récré. Artiste pluridisciplinaire, Charlotte Olivier détaille : « J'avais envie de leur confier la mission d'être des explorateurs avec des loupes ou des jumelles et d'investiguer les espaces et les matières. » Là ce sont des

petits cailloux et ici c'est la souche d'un arbuste couvert de mousse qui rejoignent la salle dédiée aux activités créatrices et manuelles.

Dans ce cadre, l'institutrice Léa Bétrisey constate que les écoliers évoluent plus librement et plus spontanément. « Ils ont du plaisir à explorer collectivement et ils aiment les activités créatrices. Cela les oblige à prendre conscience de ce qu'ils regardent. » L'étape suivante consiste à réaliser des tampons imprimés basés sur les trouvailles.

Léa Bétrisey, heureuse de voir les élèves si concentrés, résume le sens de la démarche : « À mes yeux, le processus semble plus important que le résultat. » Le lien entre les objets et le lieu devient tangible : l'acte de création s'ancre dans les mémoires.

EXPRESSION CORPORELLE

Autre classe, autre travail artistique : la danseuse et chorégraphe Alice Crettol invite les élèves de 7H et 8H pour une exploration différente de la cour de récréation. Par deux, les enfants évoluent entre les structures de jeux et les obstacles qui se dressent sur leur chemin. L'un d'entre eux, les yeux fermés, est guidé par la voix ou par les gestes de son camarade. Ce faisant, ils apprennent à être attentifs à leurs sensations corporelles et à se mouvoir en toute confiance dans l'espace. Un peu plus tard sur le terrain de basket, les élèves sont disposés en cercle autour de la chorégraphe. Progressivement, sur du rap, de la chanson française ou de la musique classique, ils gagnent en assurance. Un instant, la poésie des corps en mouvement investit cet endroit habituellement dédié au sport et à la compétition.

Charlotte Olivieri et Alice Crettol interviennent dans le cadre d'Agent-es culturel·les pour des écoles créatives. Ce projet est né en Suisse en 2018 sous l'impulsion de la Fondation Mercator Suisse, active dans le développement social. Depuis son implantation en 2024 dans les écoles de Crans-Montana, des villages et de la Noble-Contrée,

le projet propose à toutes les classes une découverte concrète du monde culturel et artistique. L'État du Valais a nommé deux agents culturels, Muriel Eschmann Richon et David Zehnder, qui fournissent un service apprécié. « Nous aidons les écoles à déterminer leur profil culturel et nous les soutenons pour que l'art et la culture fassent partie de leur quotidien, précise Muriel Eschmann Richon. Ce soutien dure deux ans, avec l'idée que les écoles s'habituent à poursuivre des processus artistiques. »

Dans le Plan d'études romand, les disciplines artistiques et culturelles occupent une place de choix comme le confirme Frédéric Clivaz, directeur des Écoles des Villages : « Nous disposons aussi de l'appui du CRAC, la Commission régionale art et culture. Cette commission a été mise en place par nos prédécesseurs pour permettre à une enseignante de disposer de quelques heures supplémentaires pour la préparation de projets. » Les services cantonaux de l'enseignement et de la culture proposent depuis des années déjà plusieurs dispositifs dédiés. L'un d'entre eux, Étincelles de Culture a fait ses preuves. L'idée de faire entrer l'art et la culture dans les écoles est désormais bien acquise.

Par Pierre-Armand Dussex

Plus d'infos

→ kulturagent-innen.ch/fr/info



PRISE DE CONSCIENCE



© Miglionico

L'intervention d'artistes professionnels dans les écoles consolide l'éducation culturelle. Dans les classes 5-6H de Lens, les élèves de Léa Bétrisey abordent les arts graphiques avec la médiatrice Charlotte Olivieri. Grâce à elle, les enfants prennent conscience des liens qui relient les sources d'inspiration aux œuvres réalisées.

ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ



© Miglionico

Muriel Eschmann Richon, agente culturelle, accompagne les écoles des villages et de la Noble-Contrée, leur permettant d'organiser jusqu'à trois interventions d'artistes par classe et par année. Son collègue David Zehnder est en charge des écoles de Crans-Montana.

TRANSMISSION ORALE



© Nora Pfeiffenlé-Moos

Sur le Chemin des Lanternes, les classes de Crans-Montana ont travaillé de manière multidisciplinaire sur le thème de l'oralité avec la conteuse Aline Gardaz de Luca, l'auteure Christine Pompéi, la bruiteuse Caroline Leroux-Le Forestier et le musicien Christophe Farin.

© Miglionico



« Sans écrans, c'est comment ? » : une semaine de réflexion et des mois de préparation pour les organisateurs. De gauche à droite, Clara Marques, étudiante Team Academy, Delphine Deprez, adjointe de direction des Écoles des Villages, Frédéric Clivaz, directeur des Écoles des Villages, Aurore Fardel, étudiante Team Academy, Florence Salamin De Ieso, déléguée à la Jeunesse de l'ACCM.

Écrans à tout-va : enjeu collectif à encadrer

Bouleversant nos repères à une vitesse inédite, le numérique s'est imposé comme un acteur central de nos vies. Il redéfinit nos apprentissages, nos relations et notre rapport au monde. Derrière ses promesses d'efficacité se dessinent des fragilités nouvelles qui interrogent notre capacité à en faire un usage maîtrisé.

Par Sylvie Chevalier



Les inquiétudes liées aux mutations actuelles ne sont pas nouvelles. L'imprimerie, la radio, le cinéma ou encore la télévision ont soulevé des interrogations similaires. Avec le temps, ces moyens techniques ont été intégrés et encadrés. L'ampleur et la rapidité d'implémentation des médias numériques suscitent davantage de questions. Ce d'autant plus que le cadre législatif et éducatif qui devrait réguler leur usage tarde à s'imposer au profit – au sens propre comme au figuré – de leurs initiateurs.

DIFFICILE DE S'EN PASSER

Car les risques associés sont bien réels. À l'heure où les plateformes numériques favorisent la polarisation et la diffusion de contenus trompeurs, la qualité du débat démocratique s'en trouve impactée. L'équilibre psychologique des individus est mis sous pression, fragilisé par des mécanismes conçus pour capter l'attention et jouer sur

les émotions. Une surexposition aux écrans nuit au bien-être en entraînant divers maux : problèmes de concentration, troubles du sommeil, augmentation de l'anxiété, difficultés relationnelles, etc.

Si toute la société est concernée par ces effets délétères, les jeunes figurent en première ligne pour y être « tombés dedans » dès leur plus jeune âge au point de développer une forme d'addiction. « Je suis accro », admet Thomas, 15 ans, qui indique passer en moyenne 5 à 6 heures par jour sur les écrans, statistiques de son « doudou » préféré à l'appui. « Avec mon smartphone, j'écoute aussi de la musique », tient-il à préciser, soulignant ainsi à quel point les outils numériques sont devenus les couteaux suisses du quotidien.

ACTIONS DE SENSIBILISATION

Les actions de sensibilisation se multiplient à l'image de celle organisée récemment par le Service jeunesse de l'ACCM,

la Social Team Academy de la HES-SO, les centres scolaires, les sociétés et les associations de la région de Crans-Montana (cf. encadré). Du 26 mars au 2 avril, les élèves des écoles des villages et du Centre scolaire et plus largement l'ensemble de la population ont été incités à relever un pari commun : détourner leur regard des écrans. « Nous avons pensé cette semaine comme un véritable laboratoire à ciel ouvert, permettant d'expérimenter des journées sans écrans. Notre objectif ne visait pas à bannir leur utilisation, mais à la réduire tout en encourageant à s'investir dans la vie locale », précisent les organisateurs.

Autre questionnement actuel à mettre en corrélation avec l'usage excessif du numérique : la santé mentale des jeunes. Jusqu'au 25 avril, l'exposition « Ça va toi ? » explore cette problématique à la Bibliothèque de Crans-Montana. Construire son identité. Développer ses valeurs. Faire des choix pour son avenir. Ou encore, se familiariser avec l'influence des réseaux sociaux, la gestion des émotions et du stress. Autant de défis qui attendent les adolescents à une période charnière de l'existence où « la santé mentale devient un enjeu central ». Une vingtaine de panneaux abordent des sujets complexes. Une présentation à la fois instructive et interactive rend le contenu accessible à tous. Le projet est proposé par Julie Robyr, fraîchement diplômée en psychologie et en droits de l'enfant, et réalisé avec l'aide de Jennifer Bignens, bibliothécaire, Stéphanie Bonvin,



Julie Robyr, conceptrice de l'exposition « Ça va toi ? », a uni sa créativité à celle de Jennifer Bignens pour lever les tabous sur la santé mentale des jeunes et engager un dialogue constructif.



Lors de la conférence donnée en ouverture de la semaine « Sans écrans, c'est comment ? », le sociologue Olivier Voirol a exploré les façons dont le numérique agit sur nous et les manières d'y résister.



À la fois ludique et instructive, l'exposition est visible à la Bibliothèque de Crans-Montana jusqu'au 25 avril. Elle s'adresse en priorité aux jeunes dès 14 ans, mais les adultes y trouveront aussi leur intérêt.

responsable de la Bibliothèque, et Florence Salamin De Ieso, déléguée à la jeunesse de l'Association des communes de Crans-Montana.

OUTILS CONCRETS

Avant d'être présentée dans d'autres cantons, l'exposition accueillera les élèves de 11CO. Faisant partie du public cible, ils prolongeront la réflexion entreprise durant la semaine « Sans écrans, c'est comment ? ». Lors de cette visite, ils recevront un kit de positivité élaboré avec le soutien de *The Mental Health Association Coffee Foundation*, une association vaudoise engagée en faveur de la jeunesse et œuvrant pour une prise en compte équivalente de la santé mentale et de la santé physique. Sa démarche repose sur l'utilisation du café comme vecteur de partage pour initier une conversation. « De nombreuses situations difficiles se résolvent en tendant une oreille attentive lors d'un simple échange », souligne Jennifer Bignens. Une approche concrète qui favorise l'ancrage dans le réel.

Sensibiliser, fixer des règles, limiter l'usage des écrans, autant de nécessités à prendre en compte pour faire du numérique ce qu'il doit rester : un outil au service de l'humain et non l'inverse.



Plus de contenu sur l-info.ch

UNE SEMAINE POUR REPENSER SES HABITUDES

La semaine « Sans écrans, c'est comment ? » a invité chacun à réfléchir à la place des écrans dans son quotidien et à (ré)apprendre à vivre sans eux. Si pareille expérience a déjà été menée par d'autres communes, celle conduite sur le territoire se voulait intergénérationnelle avec un programme concernant autant les enfants que les adultes. Réflexions en classe, conférence publique, chasse au trésor, invitations à participer aux

événements sportifs ou culturels, les acteurs du projet ont rivalisé d'imagination pour que chacun trouve des alternatives concrètes au numérique.

À titre d'exemple, un kit de survie à l'intention des classes primaires a été réalisé par deux étudiantes de 1^{re} année à la HES-SO. Sur la base des idées récoltées auprès des élèves, le kit se compose d'un carnet ludique compilant

des activités faciles à pratiquer en solo ou en société, d'un jeu de cartes, de dés et de scoubidou. De quoi renoncer au défilement frénétique du pouce sur son écran pour retrouver le plaisir d'avoir dix doigts qui s'expriment librement. Partageant un même enthousiasme, les organisateurs espèrent renouveler leur formule l'année prochaine et l'étendre au district.

L'IA à l'épreuve de la classe

© Miglionico

Au total, une trentaine d'élèves du cycle d'orientation de Crans-Montana ont pris part à l'expérience initiée par l'INFO. En parallèle, les tests réalisés avec l'IA ont donné lieu à un travail personnel et pratique à découvrir sur notre site internet.

Des élèves de 11CO se confrontent à l'intelligence artificielle dans le cadre d'un projet mené en cours de français. L'expérience révèle le potentiel pédagogique de ces outils, mais aussi les défis qu'ils posent aux enseignants.

« Contrairement au discours véhiculé, l'utilisation de l'IA n'est pas si intuitive. Pour en tirer le plein potentiel, cela nécessite un encadrement clair et une formation spécifique », constate Joëlle Pralong, enseignante au Centre scolaire de Crans-Montana au terme d'un projet d'expérimentation de l'IA mené en cours de français renforcement et français développement avec l'INFO. Et sa collègue, Laurence Emery, de renchérir : « Les élèves sont conscients qu'ils doivent développer un sens critique face aux dérives possibles de l'IA, mais ils sont moins regardants en ce qui concerne le résultat. Pour eux, ces technologies leur permettent avant tout d'obtenir des textes bien rédigés avec peu d'efforts. »

À la rentrée scolaire 2025-2026, une trentaine d'élèves de 11CO ont été invités à écrire une lettre de motivation destinée à un futur employeur. Les participants ont d'abord composé un texte en classe de manière manuscrite. Ils l'ont retravaillé plusieurs fois avec leurs enseignantes avant de « le passer » dans différentes IA. Ils ont également utilisé ces dernières pour

générer un avatar censé les représenter à partir des informations fournies. La rédaction en chef de l'INFO est intervenue à trois reprises pour exposer les usages professionnels de l'intelligence artificielle, répondre aux questions des jeunes et recueillir leurs impressions.

Si Joëlle Pralong et Laurence Emery ont abordé cette expérience avec un enthousiasme manifeste, elles relèvent aussi les difficultés rencontrées en raison de leur propre manque de maîtrise des outils d'intelligence artificielle. Elles se sont senties un peu démunies face aux enjeux soulevés par l'intégration de l'IA à l'école. Les deux titulaires insistent ainsi sur l'importance de disposer rapidement de moyens pédagogiques adaptés afin d'accompagner au mieux les élèves dans leur apprentissage.

Par Sylvie Chevalier



Plus de contenu sur l-info.ch

Ce qu'en pensent les élèves

Sarah : « En utilisant différentes IA, j'ai remarqué que les résultats n'étaient pas les mêmes et parfois je ne me reconnaissais pas dans ce qui était proposé. »

Solene : « Pour obtenir un meilleur résultat, on doit donner pas mal de précisions lorsqu'on rédige son prompt. »

Maël : « C'est rapide et efficace. J'ai pris plusieurs IA pour retravailler mon texte de base et j'ai vraiment constaté des améliorations dans l'orthographe et la construction des phrases. »

Morgane : « L'avatar de Maël proposé par l'IA lui ressemble beaucoup, le mien, un peu moins. Et mon texte est presque trop parfait. »

Eleonora : « L'IA permet d'aller plus loin, mais il faut garder un esprit un peu critique et vérifier les sources. »

Unihockey : juniors A au top



Les juniors A de l'UHC Chermignon disputeront la finale suisse les 18 et 19 avril.

Dominants tout au long de la saison, les jeunes de l'UHC Chermignon affrontent les meilleures équipes du pays en avril. Ils misent non seulement sur la qualité de leur jeu, mais également sur la cohésion de groupe. Et ça fait toute la différence.

Les compétitions d'unihockey se disputent sur grands ou petits terrains en fonction des infrastructures dont disposent les clubs. L'UHC Chermignon évolue dans la salle polyvalente de Martelles sur une petite surface, avec trois joueurs de champ et un gardien. Les juniors A, désormais dirigés par Alain Savary qui a relayé Grégory Sonzogni, ont survolé leur championnat. Ils se sont assurés la première place de leur poule, avant même de disputer les deux dernières rencontres qui ont eu lieu à domicile à la fin du mois de mars.

Ils ont ainsi gagné le droit de disputer la finale suisse face aux cinq autres vainqueurs de groupe, les 18 et 19 avril. « Nous sommes coutumiers du fait. Cette volée est exceptionnelle.

Elle est constituée de joueurs venant de Sierre et de Chermignon. Certains d'entre eux jouent ensemble depuis dix ans. Ce sont de vrais copains qui se côtoient également en dehors des terrains. Ils sont vraiment là les uns pour les autres », commente Alain Savary.

En raison d'un manque de juniors A dans notre canton, cette catégorie d'âge prend part à la Coupe valaisanne avec les actifs. Cela n'a pas empêché la relève chermignonarde de battre l'UHC Bürchen en quart de finale. « Sur petit terrain, la vivacité de ces jeunes de 18 ans a fait la différence face à des adultes. C'est bon signe pour la suite, car arrivés à la limite d'âge, ils vont devoir jouer en première équipe dès la saison prochaine », poursuit l'entraîneur.

Fondé en 2010, l'UHC Chermignon compte également dans ses rangs des kids en D et E, ainsi que des équipes messieurs et dames qui évoluent en 3^e ligue.

2^e LIGUE EN POINT DE MIRE

« Cette affiliation à Swiss Unihockey nous a fait grandir. Nous avons créé une équipe dames, développé nos juniors, formé des moniteurs Jeunesse+Sport et des arbitres. Je tiens également à poursuivre notre collaboration avec nos clubs voisins. Le fait que Sierre joue sur grand terrain permet à nos jeunes de se développer au plus haut niveau avant, pour certains, de revenir chez nous », relève le président, Michael Zedi.

Les actifs de 3^e ligue sont au sommet du classement de leur groupe. Ils aimeraient bien monter d'une catégorie. L'accession à la 2^e ligue permettrait aux actuels juniors A de se fixer un challenge supplémentaire afin de continuer leur progression. « En Valais, il est de plus en plus difficile d'intéresser les jeunes à la pratique de notre sport. La 2^e ligue nous aiderait à garder nos talents et à recruter d'autres joueurs. À court terme, notre but est de créer une deuxième équipe qui réunirait des passionnés plutôt tournés vers le loisir », poursuit Michael Zedi, qui est en recherche permanente d'entraîneurs et de bénévoles pour faire tourner le club. Depuis la période Covid, ils sont devenus des denrées rares.

Par Claude-Alain Zufferey

Crans-Montana Classics soigne l'avenir

Le jeune quatuor de la Haute École de musique Valais aura le privilège de bénéficier des conseils de virtuoses de la musique de chambre lors des Masterclasses de début août.

@ Miglionico

Donner au jeune public le goût de la belle musique, mais aussi offrir aux artistes en devenir des opportunités de progresser vers l'excellence. C'est la double mission que Crans-Montana Classics poursuit en faveur de la jeunesse.

La musique classique est jugée parfois élitiste et confinée dans les salles de concert. Cela ne signifie pas que les jeunes s'y désintéressent. Mais encore faut-il leur donner l'occasion de l'entendre. Crans-Montana Classics témoigne de cet effort d'élargir le public par la diversité de la programmation et des lieux de concerts. « Nous organisons des événements spécialement destinés aux jeunes. Et les enfants, jusqu'à 16 ans, accèdent même gratuitement à toutes nos productions », souligne Isabelle Bagnoud Loretan directrice exécutive.

EXEMPLES VARIÉS

Depuis des années, le traditionnel Spectacle des familles de janvier affiche complet. Sa formule originale associe un orchestre, un narrateur et un illustrateur qui projette des

images en direct. Multidisciplinaire et ludique, cette présentation émerveille les centaines d'enfants attentifs. De quoi éveiller leur curiosité pour la musique.

Ils sont très jeunes, âgés de 9 à 15 ans, les lauréats du Geneva Junior Music Competition qui donnent un concert ce 19 avril, à la Fondation Opale. À l'enseigne de « L'aube des virtuoses », ils proposent un riche programme, accompagnés par l'orchestre Sinfonia Valais-Wallis.

Quant à l'événement « La rue est à nous », il vise à promouvoir les jeunes musiciens professionnels qui se produisent lors des marchés ou sur les terrasses de la station. Cet été, cinq concerts au programme, duos, trios... de divers instrumentistes. « Nous leur offrons la possibilité de jouer en plein air, hors les murs, parce que la musique classique se révèle au contact de tous les publics »,

précise Isabelle Bagnoud Loretan qui porte avec conviction une démarche de décloisonnement des auditoriums.

COMPAGNONS EN MUSIQUE

Crans-Montana Classics se préoccupe aussi de formation au travers des Masterclasses. Cet été, du 3 au 9 août, une quinzaine de jeunes talents internationaux bénéficieront de cours, en collaboration avec des professeurs de la Chapelle musicale Reine Élisabeth. Cette institution prestigieuse occupe une place prépondérante dans l'enseignement supérieur en Europe. Ce sont tous des musiciens qui mènent une brillante carrière et qui souhaitent transmettre leurs connaissances. Leur pédagogie prend la forme d'un compagnonnage utile pour l'apprentissage du métier. Grâce aux contacts noués par le violoniste Michael Guttman, le directeur musical de Crans-Montana Classics, la

région profite d'un exceptionnel réseau de maîtres confirmés. Parmi les étudiants sélectionnés pour ces Masterclasses figure un quatuor de musique de chambre de la HEMU de Sion. « Nous nous réjouissons de cette semaine pour perfectionner notre technique, mais aussi pour bénéficier de l'expérience de professeurs de renom », s'exclame Viviana Peters, l'une des violonistes du groupe, aux côtés d'un altiste et d'une violoncelliste. Les rencontres avec d'autres jeunes en provenance du monde entier présagent de riches échanges. Ce quatuor a été formé pour la circonstance. Mais il ambitionne de poursuivre l'aventure. « Nous partageons une jolie compatibilité. Il est important de se comprendre musicalement, mais également sur le plan personnel et relationnel », relève la violoniste d'origine américaine. L'harmonie des cordes et... des cœurs pour créer de la belle musique.

Par Jean-Michel Bonvin

URGENCES - ACCIDENTS - MALADIES

Police	117
Feu	118
Urgences vitales	144
Urgences non vitales	0848 200 300
(urgences adultes, enfants, psychiatriques, dentaires et pharmacie de garde)	

Secours routiers	140
La Main tendue	143
Empoisonnements	145
Aide tél. pour les enfants et les jeunes	147
Police Crans-Montana	027 486 87 60
Vétérinaire	027 480 23 45

CENTRE MÉDICAL

Crans	027 564 67 70
Montana	027 481 23 71

PHARMACIES**LENS**

Pharmacie de Lens	027 483 43 00
-------------------	---------------

CRANS-MONTANA

Amavita Bagnoud	058 851 30 50
Benu des Alpes	027 481 24 20
La Résidence	027 481 40 87
Pharma-Crans	027 481 27 36
Pharmacie Internationale	027 480 33 31

TAXIS**CRANS-MONTANA**

Taxis Dolt	+41 27 481 27 27
Taxis Central Jean Emery	+41 27 481 19 19
Taxi Federico	+41 79 733 20 20
Taxis Francis	+41 27 481 51 51
Taxi Jacky	+41 79 204 36 45
Service Limousine	+41 78 708 18 54
Emery Christian Taxis	+41 78 770 44 44
Ivan Taxi	+41 79 750 60 60
Taxi Maria	+41 79 133 13 04
Taxis Poncic	+41 27 481 94 94
Privilège Limousine	+41 79 392 81 86
Taxi Patrick	+41 79 589 68 66
Élite Driver	+41 79 363 17 17
Alfonso Taxi	+41 79 759 36 48

24h / 24h:

Safe Drivers Sàrl	+41 76 203 66 32
All Service Taxi Sàrl	+41 79 260 20 30

GARDERIE D'ENFANTS/UAPE**CRANS-MONTANA**

Fleurs des Champs	027 481 23 67
-------------------	---------------

CHEMIGNON

Croc'Soleil	027 480 49 47
-------------	---------------

LENS

Colibri	076 323 53 86
---------	---------------

CENTRE MÉDICO-SOCIAL

Crans-Montana	027 563 65 50
Sierre	027 455 51 51

INFO TOURISTIQUE

CMTC	027 485 04 04
------	---------------

**COUP DE PROJECTEUR**

© Miglionico



Installé à Lens depuis 1999, Sébastien Rouiller voit la montagne comme un lieu de dépassement de soi et de solidarité.

DES JEUNES AUX CONFINS DE L'ARCTIQUE

Du 11 juillet au 8 août prochain, le groupe de montagne Élévation explorera le Groenland. Son responsable Sébastien Rouiller, enseignant au Collège des Creusets et guide professionnel, présente ce camp hors du commun.

Qui sont ces aventuriers valaisans qui partiront au Groenland ?

Il s'agit de 21 jeunes âgés de 20 ans au maximum, scolarisés dans différents établissements de Sion. Cinq d'entre eux font partie du CAS Montana-Vermala. Sept guides de montagne et accompagnateurs complèteront le groupe. Durant l'année, nous faisons régulièrement des sorties en montagne, et tous les trois ans environ, nous vivons une expédition de plusieurs semaines.

Pourquoi avoir choisi une telle destination ?

Déjà parti au Maroc et en Norvège, le groupe est désormais mûr pour vivre une aventure en autonomie

totale, dans un pays plus reculé. Nous nous sommes aussi inspirés du groupe de montagne du Collège de l'abbaye de Saint-Maurice, parti au Groenland en 2005 et 2024. L'objectif n'est pas de faire des exploits, mais de découvrir une terre vierge, des fjords inhabités, et de grimper des voies de niveau intermédiaire.

Comment se passe votre préparation ?

Cela fait deux ans que l'on prépare cette aventure, dont le budget s'élève à cent cinquante mille francs. Il faut ainsi récolter des fonds et relever un défi logistique majeur : nous dormirons 30 nuits sous tente, nous aurons besoin de 860 kg de nourriture qui

sera commandée sur place, il faudra amener notre matériel, se laver dans un lac, et faire face, peut-être, à des ours blancs ! Côté sportif, les jeunes ont un bon niveau et s'entraînent partout en Valais, notamment sur le Haut-Plateau, à la Plaine Morte ou en salle d'escalade à la Moubra. Certaines courses seront longues, car il y a jusqu'à dix-huit heures d'ensoleillement près du cercle polaire arctique. En revanche, il ne fera pas très froid – entre moins 5 et 15 degrés, donc il est facile de trouver l'équipement adapté. La présence d'un médecin dans l'équipe permettra de bien réagir en cas de blessure ou d'accident.

Par Adélaïde Patrignani



Habiter et faire vivre le territoire autrement



Racine Carrée invite la population à participer à ses actions, comme ici en 2025, avec l'arrachage du bunias d'Orient, plante néophyte invasive, sur une parcelle agricole d'Icogne.

tants à mettre la main à la pâte. Ce printemps, tous ceux qui le souhaitent pourront participer à l'aménagement de nouveaux espaces verts de la place Pontét de Chermignon, un projet initié par l'association pour verdifier le cœur du village. «La biodiversité est incompatible avec le "tout propre" et le "tout rangé" des pelouses bien tondues... Nous essayons de faire évoluer les mentalités pour diversifier les aménagements, y compris auprès des services communaux», relève Morgane.

Parce que la nature n'a pas de limites, « nous proposons un angle de vue plus large, une approche du territoire au-delà des frontières communales ». Le projet « trame bleue », qui a pour objectif de restaurer et reconnecter les zones humides de la région, en est une parfaite illustration. Pour le mettre en œuvre, Racine Carrée s'associe à Crans-Montana 2027. À l'achat d'un billet pour les Championnats du monde de ski, chaque spectateur pourra ajouter une contribution volontaire, qui servira à redonner à l'eau sa place dans le paysage.

Par Geneviève Hagmann

Plus d'infos

→ racine-carree.ch



Plus de contenu sur l-info.ch

Racine Carrée, c'est une équipe de jeunes de la région qui agit pour promouvoir la faune et la flore de Crans-Montana, Icogne et Lens. Elle s'engage avec la population, sollicite des scientifiques et fait bouger les communes à travers des actions concrètes.

Tout a commencé avec une histoire de crapauds écrasés sur la route de Chermignon-d'en-Bas. Peinées d'assister, jour après jour, au triste sort de plusieurs centaines de batraciens en migration vers le lac de Combuissan, Morgane et Johanna Bagnoud décident d'interpeller les autorités communales et obtiennent un soutien pour la pose de barrières amovibles le long du tronçon.

Avec l'aide de bénévoles, elles s'occupent ainsi chaque hiver de récupérer les migrants amphibiens pour les transférer sur leur lieu de reproduction. Leur frère Martin se joint à elles et l'idée de mener d'autres actions

en faveur de la biodiversité dans la région se concrétise sous le nom de Racine Carrée en 2021. Le noyau fraternel rameute des amis domiciliés dans les trois communes, et un comité de neuf personnes âgées de 20 à 35 ans se constitue rapidement.

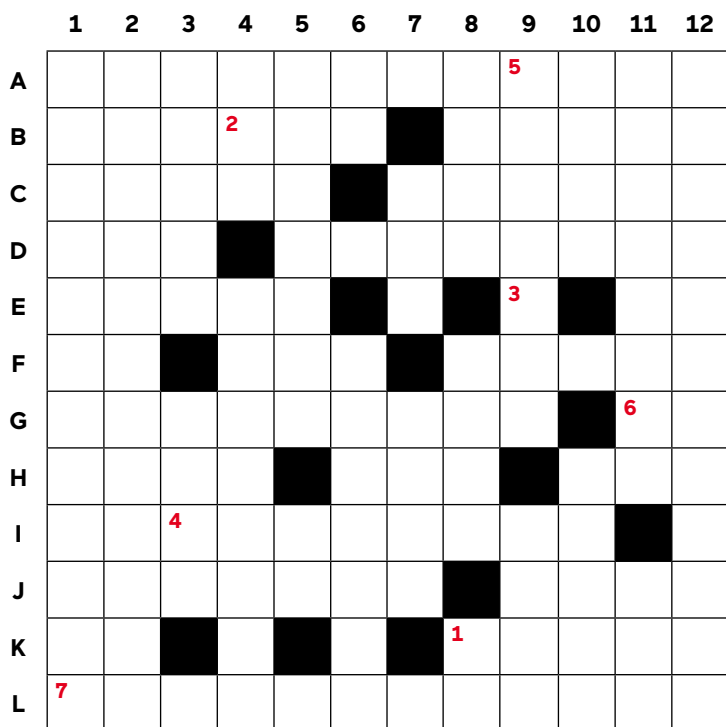
SENSIBILISER ET AGIR

Depuis, l'association fait bouger la population et les autorités à travers au moins quatre actions par année... Et ça marche! « Les gens sont demandeurs, ils viennent nombreux à nos événements, et nous les invitons toujours à prendre leurs enfants et petits-enfants pour que toutes les générations soient

impliquées », explique l'historien Martin Bagnoud, qui copréside l'association avec sa sœur Morgane, pédologue. Leur credo : sensibiliser et agir pour une cohabitation vivante avec la nature. Des exemples ? Plantation de haies d'essences indigènes le long des places publiques de Crans-Montana, arrachage des plantes envahissantes à Icogne, pose de nichoirs pour le hibou petit-duc à Flanthey, démontage de barbelés d'anciens parcs agricoles, balades à la rencontre de la faune locale, etc.

À chaque fois, Racine Carrée donne l'impulsion, interpelle le service communal concerné, trouve les ressources scientifiques et les bonnes pratiques, suit le projet et invite les habi-

SANS ÉCRANS, C'EST COMMENT?



MOTS CROISÉS #59

Horizontalement :

A Grouperas **B** Adverbe – Pot antique **C** Encercles – Maillot (2 mots)
D Dollar américain – Toastai **E** Prolapsus – Téraseconde
F Exclamation – Agence US – Plainte **G** Ramenée à l'essentiel – Ukraine
H Arc sinus – Cri de bûcheron – Canton CH **I** Albanaises
J Alcaloïde – Cantatrice **K** Note – Relatif au chien **L** Renversement

Verticalement :

1 Appareil cherchant la chaleur **2** Médecin **3** Commune d'Italie – Encaustique **4** Possessif – Synopsis **5** Dans le Bas-Rhin – Conjonction **6** Personnel – Alambic **7** Choix – Poisson **8** Charge – Habitants – Démonstratif **9** Ver marin – Fromage hollandais
10 Fleuve né en CH – Fabrique **11** Ventilateur – Boisson
12 Acceptable

À gagner : 1 pack saison été 2026 valable pour les activités de l'ACCM (valeur Fr. 200.-)

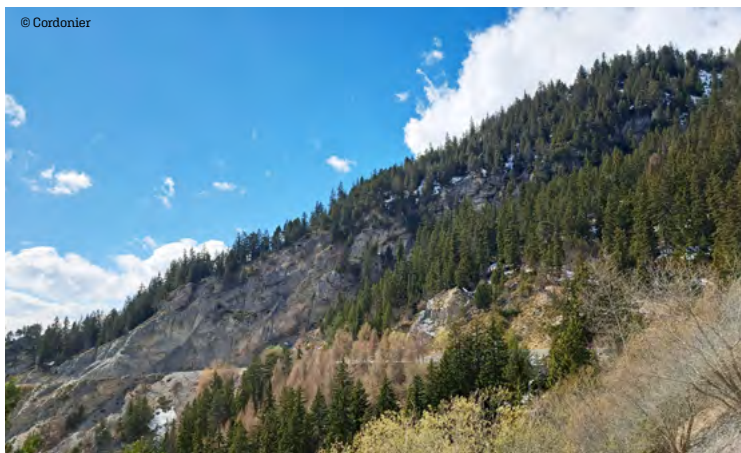
Envoyez vos réponses pour le 1^{er} mai 2026 à concours.linfo@cransmontana.ch ou par courrier ACCM, Mots croisés, route de la Moubra 66, 3963 Crans-Montana.

PHOTO MYSTÈRE #59

Au milieu de cette nature dont la splendeur se teinte d'un caractère sauvage, chemine une route à flanc de montagne. Où va-t-elle ?

À gagner : 1 session de surf à Alaïa Bay (valeur Fr. 180.-)

Envoyez vos réponses pour le 1^{er} mai 2026 à concours.linfo@cransmontana.ch ou par courrier ACCM, Photo mystère, route de la Moubra 66, 3963 Crans-Montana.



Résultats des mots croisés et de la photo mystère sur www.l-info.ch, rubrique «Faites vos jeux», dès le 4 mai 2026.