

Le MOÏNOBLE



ACTIVITÉS P.14
Espace Loisirs Mont-Noble

ACTIVITÉS P.17
Animations de Carnaval



IMPRESSUM

Éditeur:

Office du Tourisme de Nax Région

Adresse de la rédaction:

La Vaye-Plane · 1973 Nax

E-mail:

journal@mont-noble.ch

Mise en page:

Laura Crucitti

Tirages:

1'000 exemplaires

Parution:

Le Mont-Noble est distribué gratuitement à tous les habitants de la commune. Il est également disponible dans les commerces de nos villages.

L'Office du Tourisme est dégagé de toute responsabilité en cas d'erreurs figurant sur les documents, fichiers, fournis par leurs auteurs et des erreurs de publication.

VOUS/NOUS

- 4 L'INTERVIEW DE L'OFFICE DU TOURISME
Association «Les yeux en l'air»
- 6 L'INTERVIEW DE L'OFFICE DU TOURISME
Jeunesse de Mont-Noble

SCIENCES

- 8 BAROLIN: HISTOIRES POUR PETITS EXPLORATEURS

PETITES ANNONCES

- 11 CHALET À VENDRE

VIE LOCALE

- 12 MARCHÉ DE NOËL
Rétrospective

ACTIVITÉS

- 14 ESPACE LOISIRS MONT-NOBLE
Tarifs et horaires
- 15 NAVETTE GRATUITE
Horaires
- 16 TÉLÉ MONT-NOBLE
Transport de piétons
- 17 ANIMATIONS
Programme des vacances de Carnaval
- 18 RANDOPARC

LES PAGES OFFICIELLES

- 20 HORAIRES
L'Office du Tourisme et bibliothèque
- 21 HORAIRES
Bureau communal et déchetterie

AGENDA

- 22 INSÉREZ VOS PAGES
Marche à suivre
- 23 VOTRE CALENDRIER

VOS ANNONCES

- 31 SERVICES, HORAIRES ...

JEUX / CONCOURS

- 44 JEUX / CONCOURS

L'INTERVIEW

Rencontre avec l'association «Les yeux en l'air»



Pouvez-vous présenter l'association en quelques mots ?

« Les yeux en l'air » est une association qui a pour but d'offrir aux enfants/jeunes de 10 à 20 ans la possibilité de pratiquer l'alpinisme en hiver comme en été. Cette association a été fondée en 1995 par Samuel Schupbach. Depuis, des centaines de jeunes ont pu vivre de magnifiques aventures en randonnée à ski, cascade de glace, escalade, alpinisme. Le groupe se fixe comme objectif d'accueillir chaque jeune sans imposer un niveau particulier. Les participants sont alors accompagnés lors des sorties par un/des guides de montagne et des moniteurs afin d'assurer un encadrement idéal et un niveau de sécurité accru.

2025 c'est l'année des 30 ans de l'Association, quels projets avez-vous pour marquer le coup ?

Lors de chaque anniversaire « rond » nous avons vécu un voyage exceptionnel. Ainsi, en 2005 nous sommes allés gravir un 6000m péruvien. En 2015 une vingtaine de jeunes ont pu partir à l'ascension de sommets vierges kirghizes en été. En 2020, pour nos 25 ans, nous sommes partis à pied de Bramois pour accéder au sommet de la Dent-Blanche en une semaine. En 2025, nous allons retourner au Kirghizstan, mais en hiver cette fois pour tenter de gravir, les skis aux pieds, un ou des sommets vierges.

Qu'est-ce qui a motivé votre association à organiser ce voyage de ski à l'étranger ? Est-ce la première fois que vous réalisez ce type d'événement ? Quel est l'objectif du voyage ?

Le voyage de 2015 est encore gravé dans la mémoire de nombreux jeunes. L'expérience que nous avons pu vivre dans ce pays, avec ces montagnes « accueillantes », avec ce peuple encore plus accueillant, nous a poussé à nous tourner à nouveau vers cette destination. La nouveauté de cette année réside dans le fait que nous allons partir en hiver. En effet, le niveau de ski élevé des participants ainsi que

DE L'OFFICE DU TOURISME

leur envie d'évoluer dans la neige nous a poussé à nous tourner vers cette saison afin de rendre l'aventure encore plus extraordinaire.

Quels ont été les principaux défis rencontrés lors de l'organisation de ce voyage de ski ?

Trouver notre objectif a été un véritable défi : Nous ne voulions pas être trop haut en altitude, nous ne voulions pas être trop éloignés de la civilisation, nous souhaitions pouvoir gravir des sommets vierges, les skis aux pieds... De nombreux échanges avec le Kirghizstan nous a permis de nous fixer sur la chaîne de montagne d' « At-Bashi ».

Un immense défi consiste à trouver les finances pour pouvoir « offrir » un voyage qui reste finançable pour les familles.

Aujourd'hui, ce sont 11 jeunes, cinq moniteurs, deux guides de montagne et un adulte qui feront partie de l'expédition. Un entraînement particulier sera proposé aux participants durant tout le programme d'hiver du groupe montagne.

Comment un particulier ou une entreprise pourrait soutenir ce projet ?

Malheureusement nous n'avons pas

encore bouclé notre budget. Nous sommes encore à la recherche d'un gros sponsor... Si notre projet vous touche, si vous souhaitez soutenir ces jeunes valaisans dans leur rêve, si vous souhaitez pouvoir, en 2025, à l'heure où bientôt tous les sommets de la terre ont un nom, NOMMER votre propre montagne, alors contactez nous ! Nous avons besoin de vous !

Bien sûr, tous les dons sont bienvenus, même les plus petits.

Contact & informations

<https://www.lesyeuxenlair.ch/expedition-kirghizstan-2025/>

Pour nous soutenir

<https://www.lokalhelden.ch/fr/ascension-sommet-vierge>



L'INTERVIEW

Rencontre avec la Jeunesse de Mont-Noble



Présentation du comité :

Présidente: Manon Fellay, apprentie assistante socio-éducative, 3ème
 Vice-président: Louis Bardou, en 5e année du collège
 Secrétaire: Lucy Bardou, apprentie couturière, 2ème
 Caissier: Dylan Mudry, apprenti menuisier, 4ème
 Membre du comité: Noah Bruttin, apprenti mécanicien, 1ère

Nous avons voulu intégrer le comité dans le but de s'investir au sein de la société des jeunes de la commune.

Quels sont les objectifs principaux de votre société ?

Nos objectifs principaux sont:

- o Maintenir et recréer un lien entre les jeunes de la commune.
- o Créer un lieu de rencontre chaleureux et accueillant où les jeunes se sentent bien.
- o Organiser des manifestations et

participer à la vie de la commune.

- o Mettre en avant l'importance de se sentir inclus dans un groupe.
- o Mettre en évidence l'importance de la jeunesse dans une commune.
- o Faire de nouvelles rencontres, de nouvelles expériences et s'amuser.

Comment peut-on devenir membre de votre société? Quelle est la tranche d'âge pour rejoindre la société ?

Tous jeunes âgés de 13 à 30 ans ayant habité ou habitant sur la commune ainsi que tous les conjoints des membres peuvent intégrer la société.

Avez-vous l'intention de collaborer avec d'autres associations ou sociétés ?

Nous allons commencer par favoriser le bénévolat afin de soutenir les sociétés locales lors de leurs manifestations respectives. Puis dans l'avenir nous sommes motivés à organiser des manifestations de toutes sortes au sein de la commune. (Sortie intergénérationnelle, Carnaval, Nouvel an, Pâques...)

Avez-vous prévu des événements pour cette première année ?

Pour cette première année, nous allons nous concentrer sur le bénévolat dans le but de se renseigner sur l'organisation

DE L'OFFICE DU TOURISME

d'une manifestation et du travail ultérieur que cela engendre. Nous avons pris l'initiative d'offrir du vin chaud sur le parking de Télémont-Noble durant l'hiver, pour permettre à notre société de se faire connaître et d'échanger avec les gens locaux. Un immense défi consiste à trouver les finances pour pouvoir « offrir » un voyage qui reste finançable pour les familles.

Comment l'idée de créer une société est-elle née ?

L'idée trottait dans la tête de quelques jeunes depuis longtemps déjà. Mais l'initiative de construire quelque chose de concret est survenue à la suite du rassemblement des jeunes valaisannes 2024 qui a eu lieu à Orsières en août dernier.





BAROLIN : HISTOIRES

Les flocons de neige: des étoiles magiques venues du ciel

As-tu déjà attrapé un flocon de neige sur ta main afin de l'observer ?

Ces petites merveilles glacées sont bien plus qu'un simple « morceau de neige ». Chaque flocon est unique, comme une œuvre d'art naturelle. Voici leur histoire fascinante :

La naissance des flocons

Un jour d'hiver, dans un ciel tout gris, de minuscules gouttes d'eau flottaient dans les nuages. Elles étaient très légères et dansaient au gré du vent. Mais ces petites gouttes ne savaient pas qu'une incroyable transformation les attendait.

Quand il fait froid, comme en hiver, les gouttes d'eau dans les nuages se transforment en glace et chacune d'elles commence à former de minuscules cristaux.

Et sais-tu ce qui est magique ?

Ces cristaux grandissent doucement en attrapant d'autres gouttelettes d'eau et peuvent avoir des formes incroyables, comme des étoiles ou des fleurs.

Pourquoi les flocons ont-ils tous des formes différentes ?

Chaque flocon est unique !

C'est comme si la nature leur faisait des dessins secrets. Les flocons de neige ont une forme hexagonale, ce qui signifie qu'ils ont souvent six branches. Mais leur aspect dépend de l'humidité et la température dans le nuage. S'il fait très, très froid, le flocon peut devenir fin et pointu comme une étoile et s'il fait un peu moins froid, il peut-être plus rond et moelleux, comme un petit coussin de neige. Une fois que le flocon est assez gros, il devient trop lourd pour rester dans le nuage. Alors, il commence un long voyage vers la terre.

Mais attention, les flocons ne restent pas toujours des cristaux parfaits ! Quand ils touchent ta main ou le sol chaud, ils fondent et se retransforment en gouttes d'eau.

POUR PETITS EXPLORATEURS

Le vol magique vers la terre

Quand un flocon tombe du ciel, il danse avec le vent, comme un petit acrobate. Il peut troubillonner, faire des pirouettes et même se faufiler entre les branches des arbres.

Un seul flocon est tout léger et minuscule, mais quand des millions de flocons tombent ensemble, ils peuvent recouvrir des montagnes, transformer les paysages en tapis blancs et offrir des pistes parfaites pour le ski et les batailles de boules de neige.

Le secret des flocons

Ce qui est incroyable, c'est que chaque flocon est différent, mais ils viennent tous du même nuage. Un flocon, c'est un petit trésor d'hiver, créé par le froid et le vent.

Alors la prochaine fois que tu vois un flocon tomber, regarde-le de plus près : tu tiens entre tes mains une étoile venue du ciel !

Amusons-nous avec les flocons

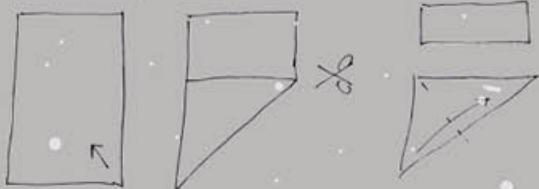
- Lorsqu'il neige, prends un moment afin d'observer les flocons sur ta veste. Peut-être trouveras-tu un flocon étoilé ou une petite forme spéciale !
- Tu peux aussi fabriquer des flocons en papier pour décorer ta maison en suivant le modèle à la page suivante.



NAX
RÉGION
NAX - VERNAMEIGE - MASE

Crée ton étoile de neige

Plie pour obtenir un carré



Plie en deux



Plie en trois

Dessine le motif que tu souhaites
et découpe la zone hachurée



Si tu le désires, envoie-nous une photo de ton chef d'oeuvre
et nous la publierons dans la prochaine édition du Journal Mont-Noble.
nax-region@mont-noble.ch



Nax

70% d'un chalet de charme 1978

comprenant

- 1 appartement de 4,5 p. surface 100 m²
- 1 studio 38 m²
- 2 caves-buanderie (en prolongement du studio)

soit 2 entités en PPE en 2 niveaux sur 3

Parcelle de base aménagée 1068 m²

Route d'accès goudronnée

Garage, places de parc,

Balcon traversant donnant accès terrasse engazonnée en pourtour, jardins divers

- Vue époustouflante
- A l'orée du village, proximité superette, bus, restaurants, école, etc
- Idéal, situé sur la route du ski Télé Mont Noble, promenades bucoliques
- Vente en résidence secondaire ou principale

Prévoir travaux afin de moderniser l'ensemble

Prix de vente attractif Fr. 395'000.- du tout
Y. d'Andiran – Abytus « le Petit Plus » 079 225 75 55

MARCHÉ DE NOËL

Rétrospective

Coup d'œil sur le Marché de Noël à Mase

C'était le week-end du 30 novembre et du 1er décembre dernier, le marché de Noël de Mase a accueilli des exposants variés: d'un groupe de montagne à des réalisations d'enfants en passant par de l'artisanat sous toutes ses formes (tricot, crochet, bougie, chocolat...).

Sur un duvet de neige fraîche, le soleil resplendissait. « Un peu chaud peut-être pour boire un vin chaud » pensait un couple de jeunes retraités alors que les enfants profitaient de la nouvelle place de jeux de Mase vêtus, pour certains, d'un simple pull.

Samedi, le concert de Madrijazz, groupe de Gospel lausannois, a envoûté l'église de Mase et la journée s'est ensuite terminée avec la remise des mérites sportifs, culturels et sociaux directement sur un podium dressé dans la salle polyvalente.

Dimanche, le Brassband Constellation a animé à plusieurs reprises l'après-midi.

Du côté des enfants, tant samedi que dimanche, ils ont eu le plaisir de profiter d'une maquilleuse et d'une tatoueuse.

Le week-end a connu une très bonne affluence et l'ambiance était conviviale ! Nous nous réjouissons de vous y retrouver l'année prochaine avec plein de nouvelles surprises !



PASS MULTI ACTIVITES

ESPACE LOISIRS MONT-NOBLE

Tapis remonte-pente • Snowtubbing
Raquettes • Ski de Fond
Jardin des Neiges • Luge

Location de matériel comprise pour le Snowtubbing.
L'activité Ski Joering n'est pas comprise dans le forfait.
Les ouvertures dépendent de l'enneigement.



25.12
01.01
05.03
Gratuité

Journée CHF 5.-

Carte 10 journées CHF 20.-

Cartes en vente sur place et à l'office du tourisme.
Paiement en espèces ou twint. Infos à l'office du tourisme.

Du 21.12.24 au 05.01.25 & du 10.02.25 au 09.03.25 :
Tous les jours 10-16h

Du 06.01.25 au 09.02.25 & du 10.03.25 au 30.03.25 :
Mercredis - Samedis - Dimanches 10-16h

Fermeture prévue si enneigement adapté au 30.03.25



NAVETTE

HIVER 24-25

NAX TÉLÉ MONT-NOBLE

HORAIRES



EISON (SUR DEMANDE)	9:10	NAX TÉLÉ MONT-NOBLE	11:23	13:15	16:50
TROGNE (SUR DEMANDE)	9:20	NAX ESPACE LOISIRS MONT-NOBLE			16:54
ST MARTIN SALLE DE GYM	9:30	NAX HÔTEL MAYA BOUTIQUE			16:55
SUEN ARRÊT DE BUS	9:33	NAX CENTRE ADONIS			16:57
MASE VILLAGE	9:37	NAX CENTRE - OFFICE TOURISME	11:30	13:23	16:58
MASE ÉGLISE	9:38	NAX CRETТАZ ARRÊT DE BUS			16:59
VERNAMIÈGE VILLAGE	9:48	VERNAMIÈGE VILLAGE			17:02
NAX CRETТАZ ARRÊT DE BUS	9:54	MASE ÉGLISE			17:12
NAX CENTRE - OFFICE TOURISME	9:56	11:15	13:05	MASE VILLAGE	17:13
NAX CENTRE ADONIS	9:57			SUEN ARRÊT DE BUS	17:17
NAX HÔTEL MAYA BOUTIQUE	9:58			ST MARTIN SALLE DE GYM	17:20
NAX ESPACE LOISIRS MONT-NOBLE	10:00			TROGNE (SUR DEMANDE)	17:30
NAX TÉLÉ MONT-NOBLE	10:10	11:23	13:13	EISON (SUR DEMANDE)	17:40

DU LUNDI AU VENDREDI : DU 24.12.24 AU 03.01.25 / DU 17.02.25 AU 07.03.2025

SAMEDI ET DIMANCHE : DÈS L'OUVERTURE JUSQU'À LA FERMETURE DE NAX TÉLÉ MONT-NOBLE

COURSE SUR DEMANDE LA VEILLE AVANT 19H : 027 203 13 87 - 079 628 40 73



TÉLÉ MONT-NOBLE

ATTENTION

LE TRANSPORT
DE PIÉTONS
N'EST PAS
POSSIBLE

Merci de votre compréhension

NAXMONTNOBLE.CH

NAX
REGION
NAX - VERNAMEGE - MASE

ANIMATIONS

17 février - 09 mars

- ★ **Lundis** → Criminal Room
10h-12h
- ★ **Mardis** → Peinture sur poney
13h30-15h30
- ★ **Mercredi** → Activités gratuites
05 mars Espace Loisirs Mont-Noble
- ★ **Jeudis** → Ski Joering
14h-15h30
- ★ **Vendredis** → Raquettes
13h30-15h30
- ★ **Samedi** → Brico hiver
22 février 10h-12h
- ★ **Samedi** → Jeux de neige
01 mars 13h30-15h30



Infos et réservations :
www.nax-region.ch

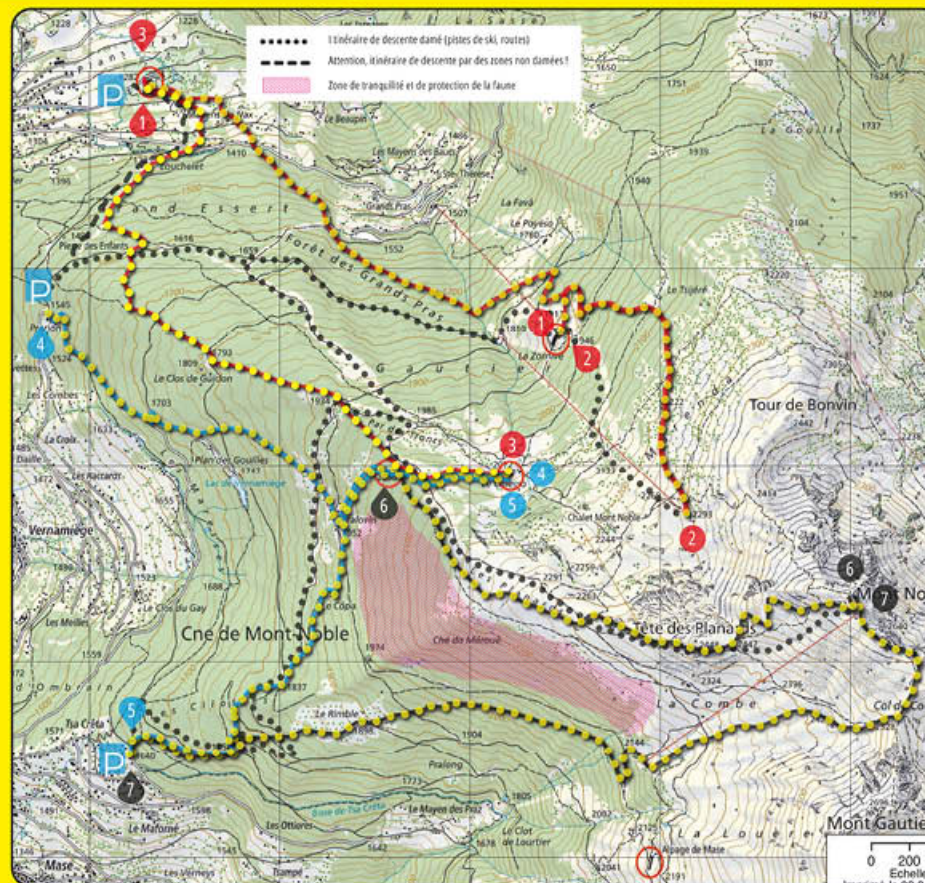
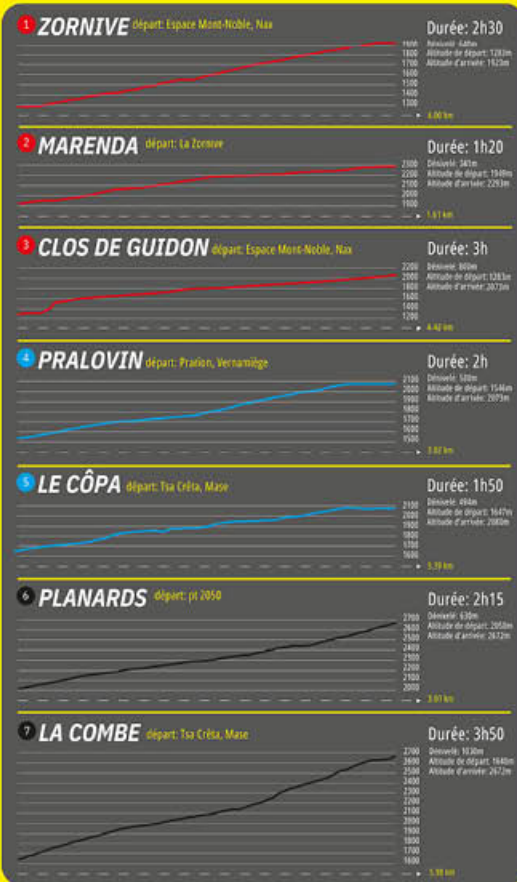




Le nouveau parcours
de randonnée didactique
pour enfants!



Randoparc Nax Région
Scanne-moi!



SÉCURITÉ

- Les itinéraires de randonnée ne peuvent être utilisés que par les personnes disposant de la technique, de la condition physique et du matériel requis pour pratiquer la randonnée à ski, y compris le matériel d'urgence (DVA, pelle, sonde). Merci de rester sur les itinéraires balisés afin de ne pas vous exposer au danger d'avalanches.
- Chaque randonneur monte et descend à ses propres risques et sous sa propre responsabilité. Tout randonneur est soumis aux règles de la FIS et doit respecter les directives SKUS (Commission suisse pour la prévention des accidents sur les descentes pour sports de neige).
- En dehors des heures d'ouverture, les pistes et les descentes sont fermées et ne peuvent être utilisées. Présence d'engins de damage munis de câbles de traction – danger de mort! Seules la station et les personnes qui sont chargées de la sécurité des remontées mécaniques et des dameuses peuvent ouvrir les pistes et les descentes aux skieurs de randonnée.
- N'abandonnez aucun déchet, respectez la nature et les propriétaires des terrains utilisés. La forêt est une zone de tranquillité pour la faune, restez sur les sentiers.
- L'Office du Tourisme Nax Région décline toute responsabilité en cas d'accident. Merci de bien respecter les consignes de sécurité.



- Si vous souhaitez parcourir d'autres itinéraires, hors sentiers balisés, merci de vous adresser à nos guides de montagne de Mountain Planet afin d'être accompagnés en toute sécurité. +41 79 459 02 62



OUVERTURE

- Heures d'ouverture : 08h30 - 16h30 (si le domaine skiable est ouvert)
- En dehors des heures d'ouverture, présence d'engins de damage et de treuils sur les pistes. Danger de mort.
- Contact : NAX Région Tourisme, +41 27 203 17 38 | www.nax-region.ch

Le but des itinéraires du Rando parc

- Permettre la pratique de la randonnée à skis
- Offrir un terrain d'entraînement à tous les skieurs, du débutant au chevronné adepte de compétition
- Proposer une expérience sportive dans le respect de l'environnement
- Faciliter la cohabitation entre le ski alpin le ski de randonnée

EN CAS D'URGENCE

- Sécuriser la zone et se protéger,
- Donner l'alerte au **144**,
- Porter les premiers secours.

HORAIRES D'OUVERTURE

VOTRE OFFICE DU TOURISME

La Vaye-Plane · 1973 Nax · nax-region@mont-noble.ch · +41 27 203 17 38

DU 16 JANVIER AU 14 FÉVRIER 2025

DU LUNDI AU VENDREDI: DE 9H À 12H ET DE 13H30 À 16H30

WEEK-END ET JOURS FÉRIÉS/CHÔMÉS : FERMÉ

DU 15 AU 28 FÉVRIER 2025

DU LUNDI AU VENDREDI: DE 9H À 12H ET DE 13H30 À 16H30

WEEK-END ET JOURS FÉRIÉS/CHÔMÉS : DE 9H À 12H

VOTRE BIBLIOTHÈQUE

La Vaye-Plane · 1973 Nax · bibliotheque-mont-noble@netplus.ch

MARDI: DE 15H À 17H

JEUDI: DE 16H À 18H

DURANT LES VACANCES SCOLAIRES: FERMÉ LE MARDI

VOTRE BUREAU COMMUNAL

La Vaye-Plane 13 · 1973 Nax · commune@mont-noble.ch · +41 27 205 80 00

LUNDI: FERMÉ MARDI: DE 14H À 18H MERCREDI: DE 14H À 17H
JEUDI: DE 8H À 12H VENDREDI: FERMÉ (ou sur rendez-vous)

VOTRE DÉCHETTERIE

Les Prixes · 1961 Vernamiège · commune@mont-noble.ch · +41 27 205 80 00

DU 16 JANVIER AU 28 FÉVRIER 2025

LE 1^{ER} ET 3^E SAMEDI DU MOIS : DE 13H30 À 16H*

*Sauf conditions exceptionnelles : chutes de neige, occupation du service communal des TP au déblaiement de la neige, jours fériés.

TOUT DÉPÔT À LA DÉCHETTERIE EN DEHORS DE CES HORAIRES EST STRICTEMENT INTERDIT.

NUMÉROS D'URGENCE

117 POLICE

118 POMPIERS

144 URGENCES MÉDICALES

LE JOURNAL *LE MONT-NOBLE* VOUS OFFRE LA POSSIBILITÉ D'INSÉRER VOS PAGES **GRATUITEMENT**. VOICI LES CONDITIONS POUR QU'ELLES SOIENT BIEN DIFFUSÉES.

Le délai de transmission de votre fichier est fixé au **samedi 1^{er} février** pour la parution dans l'édition de printemps (mars-avril-mai) et au plus tard à 17h.

UN ARTICLE RÉDACTIONNEL

- Si vous désirez insérer un **article Rédactionnel**, celui-ci doit être fourni en texte informatique et non manuscrit, par exemple un fichier Word ou encore par e-mail.
- Nous vous prions de nous adresser **en pièces jointes, les photos** présentes dans vos articles et non insérées dans un document Word. La qualité de la photo doit être **en haute résolution**.
- Si des personnes devaient apparaître sur l'une des **photos transmises**, nous vous demandons de recevoir **leur accord** en bonne et due forme pour l'utilisation de celle-ci.
- **Si la photo ne vous appartient pas**, merci de vous assurer que vous pouvez l'utiliser et de nous transmettre, le cas échéant, son copyright.
- **Merci de vérifier l'orthographe de vos textes.**

AGENDA ET ANNONCE

Si vous désirez insérer un **flyer dans la partie Agenda ou Vos annonces**, le document doit être fourni selon les données techniques suivantes :

- Format 128 x 190 mm (attention au drapeau), PDF en haut résolution.
- **Si la photo ne vous appartient pas**, merci de vous assurer que vous pouvez l'utiliser et de nous transmettre, le cas échéant, son copyright.
- Merci de vérifier l'orthographe de vos textes.
- **Nous ne faisons pas de mise en page et insérerons votre annonce telle quelle.**
- Nous ne publions pas deux fois la même annonce durant l'année en cours. **Veillez nous transmettre une annonce unique.**
- 1 seule page par édition est admise.

Nous sommes là pour vous aider. N'hésitez pas à nous contacter : journal@mont-noble.ch ou 027 203 17 38.

L'Office du Tourisme est déchargé de toutes responsabilités en cas d'erreurs figurant sur les documents, fichiers, fournis par leurs auteurs. En cas de non respect des conditions citées ci-dessus, l'Office du Tourisme se permet de ne pas publier votre document.

CALENDRIER D'HIVER

Sous réserve de modifications

Offres hebdomadaires · sport

<p>Les lundis de 14h à 15h · de 18h à 19h</p> <p>Les mardis de 19h15 à 20h15</p> <p>Les mercredis de 9h à 10h20 de 18h45 à 20h</p> <p>Du lundi au dimanche</p> <p>Les jeudis de 9h à 10h15 de 9h30 à 11h</p> <p>Les vendredis de 7h30 à 8h45 de 9h à 10h15 de 9h à 10h20 de 10h40 à 11h55</p>	<p>Séance de sport collective · Mase Infos: Sabrina Biollaz 079 257 29 67</p> <p>Gym Dame · Salle de gym de Nax Infos: Edwige Melly 079 473 19 22</p> <p>Yoga pour les Seniors · adapté · Salle de gym de Nax Infos: www.corinnelundstroem.ch 079 714 99 26</p> <p>Yoga avec Madhu Mayens de Vernamiège Infos: www.terreveil.ch ou 078 743 51 64</p> <p>Espace Loisirs Mont-Noble Horaires haute/basse saison sur nax-region.ch</p> <p>Yoga avec Madhu Mayens de Vernamiège Infos: www.terreveil.ch ou 078 743 51 64</p> <p>Qi Gong · Salle polyvalente Mase Infos : Fabia Bourquin 076 386 07 05</p> <p>Yoga plus physique avec Madhu Mayens de Vernamiège Infos: www.terreveil.ch ou 078 743 51 64</p> <p>Yoga avec Madhu Mayens de Vernamiège Infos: www.terreveil.ch ou 078 743 51 64</p> <p>Yoga pour les Seniors · adapté · La Cure de Vernamiège Infos: www.corinnelundstroem.ch 079 714 99 26</p> <p>Yoga pour les Seniors moins mobiles La Cure de Vernamiège Infos: www.corinnelundstroem.ch 079 714 99 26</p>
---	--

Sport

Top Event & Officiels

Loisirs & Divers

CALENDRIER D'HIVER

Sous réserve de modifications

Manifestations

JANVIER

Jeudi 16

dès 17h30

Mardi 21

dès 10h

Jeudi 23

dès 17h30

Samedi 25

dès 16h

Jeudi 30

dès 17h30

Rando nocturne

Domaine skiable Télé Mont-Noble · **Nax**

Groupe de raquettes Mont-Noble · Pro Senectute

Prarion - Pralovin · 3h30 · marche en crampons

RDV Bramois 10h · Mase 10h10 · Nax 10h20

Rando nocturne

Domaine skiable Télé Mont-Noble · **Nax**

After ski Concert

Tea-Room La Promenade · **Nax** · Page 29

Rando nocturne

Domaine skiable Télé Mont-Noble · **Nax**

FÉVRIER

Lundi 03

dès 14h

Mardi 04

dès 10h

Jeudi 06

dès 17h30

Samedi 08

20h

Mardi 11

dès 14h

Jeudi 13

dès 17h30

Vendredi 14

dès 16h

Lundi 17

10h-12h

Groupe des aîné(e)s

Salle bourgeoise · **Nax**

Groupe de raquettes Mont-Noble · Pro Senectute

Grimentz - Bendolla · 3h · marche en crampons

RDV Nax/Mase 9h30 · Bramois 9h40

Rando nocturne

Domaine skiable Télé Mont-Noble · **Nax**

Loto Société du village de Vernamiège

Abri PC · **Vernamiège** · Page 27

Groupe des aîné(e)s

Salle paroissiale · **Vernamiège**

Rando nocturne & Full Moon Party

Domaine skiable Télé Mont-Noble · **Nax**

After ski Concert

Tea-Room La Promenade · **Nax** · Page 29

Criminal Room

Office du Tourisme · **Nax** · Page 17

Manifestations

Mardi 18

dès 9h15

13h30-15h30

Jeudi 20

14h-15h30

dès 17h30

Vendredi 21

13h30-15h30

Samedi 22

en journée

10h-12h

dès 16h

Dimanche 23

en journée

Lundi 24

10h-12h

Mardi 25

13h30-15h30

18h-19h30

Jeudi 27

14h-15h30

dès 17h30

Vendredi 28

13h30-15h30

Groupe de raquettes Mont-Noble · Pro Senectute

Villa - Mayens de Cotter · 3h · marche en crampons

RDV Bramois 9h15 · Nax 9h30 · Mase 9h40

Peinture sur poney

Ferme du Petit Bonheur · **Nax** · Page 17

Ski-joering

Espace Loisirs Mont-Noble · **Nax** · Page 17

Rando nocturne

Domaine skiable Télé Mont-Noble · **Nax**

Balade guidée en raquettes

Vernamiège · Page 17

Course Raiffeisen Valais Trophy

Domaine skiable Télé Mont-Noble · **Nax** · Page 28

Brico hiver

Salle bourgeoise · **Nax** · Page 17

After ski Concert

Tea-Room La Promenade · **Nax** · Page 29

Course Raiffeisen Valais Trophy

Domaine skiable Télé Mont-Noble · **Nax** · Page 28

Criminal Room

Office du Tourisme · **Nax** · Page 17

Peinture sur poney

Ferme du Petit Bonheur · **Nax** · Page 17

Qi Dance

Salle polyvalente · **Mase** · Page 30

Ski-joering

Espace Loisirs Mont-Noble · **Nax** · Page 17

Rando nocturne

Domaine skiable Télé Mont-Noble · **Nax**

Balade guidée en raquettes

Vernamiège · Page 17

CALENDRIER D'HIVER

Sous réserve de modifications

Calendrier des messes · Paroisse de Mont-Noble

	<u>MASE</u>	<u>VERNAMIÈGE</u>	<u>NAX</u>
JAN	· Sa 18 18h30		
FÉV	· Sa 15 18h30	· Di 01 18h30	· Sa 08 18h30

- Le calendrier des messes ci-dessus est actualisé en date de création du journal et selon le site internet de la paroisse. Il est donc susceptible de modifications.

Consultez en ligne le calendrier de la paroisse d'Hérens
paroisses-herens.ch > Paroisse Mont-Noble > Messes & prières.

VOUS SOUHAITEZ FAIRE FIGURER VOTRE ÉVÉNEMENT DANS L'AGENDA DU MOIS,
N'OUBLIEZ PAS DE NOUS FAIRE PARVENIR TOUTES LES INFORMATIONS À
nax-region@mont-noble.ch

19

Lofo

67

8	20	SVV	Coup de sac	PC
	12	35	75	
32	25	Carton	55	90

Samedi 8 février 2025 à 20h

A l'abri PC - Vernamiège

1 abonnement 35.- / 2 abonnements 55.-

3 abonnements 75.- / Illimités 90.-

(joués par la même personne)

Abonnement enfant 20.- (jusqu'à 12 ans)

Cafés - Boissons - Gâteaux



Organisé par la Société du Village de Vernamiège

COURSE RAIFFEISEN VALAIS TROPHY

SLALOM GÉANT

U12-U14-U16



SAMEDI & DIMANCHE 22 & 23 FÉVRIER 2025

LE SC MONT-NOBLE NAX A BESOIN DE VOUS !

INSCRIPTION SUR LE SITE POUR LES BÉNÉVOLES



VOTRE BOULANGERIE

SAISON D'HIVER
2024-2025

AFTER SKI CONCERT BY PROMENADE

Vendredi 3 janvier / Samedi 25 janvier
vendredi 14 février / Samedi 22 février

16H - 19H

MARDI 04 MARS

Carnaval en folie.
After ski musique beignets et crêpes.

11H - 19H

SAMEDI 22 MARS

Soirée pasta party dès 19h.
Concert Lolapalooza
salle de musique Nax

SAMEDI 29 MARS

After Tavolata avec
Cave St-Pierre & Télé Mont-Noble
Musique et délire fin de saison

26 DÉCEMBRE AU 4 JANVIER 17 FÉVRIER AU 9 MARS

Restauration non -stop 11h - 16h
Fondue, Burger maison, Roesti, croute et menu p'tit loup
Party crêpes & after ski 15h30

AGENDA

Cours d'hiver (janvier-mars 2025)

QI GONG

tous les jeudis de 9h30 à 11h
à la salle polyvalente de Mase



QI DANCE

mardi 14 janvier - 25 février - 25 mars
de 18h à 19h30
à la salle polyvalente de Mase

Renseignements et inscriptions

Fabia Bourquin

Tél. 076 386 07 05 - fabia@infomaniak.ch

ANNONCES

An advertisement for 'Mase Alimentation Le Bourg'. The top part features a dark background with a yellow figure on the left. Text includes 'C'EST ici... son petit magasin' and 'ses produits du terroir!'. The main title 'Mase Alimentation Le Bourg' is in large yellow letters. Below it, opening hours are listed: 'en semaine : 8h -12h et 15h -18h30' and 'samedi : 8h -12h et 14h -17h'. The bottom part shows a fondue pot on a wooden table with various cheeses and vegetables. Two figures are present: a man in a red vest and green boots, and a woman in a red dress. A speech bubble from the woman says 'MOI AUSSI J'VEUX LA FONDUÈ DU MAGASIN'. The contact information '027 281 23 73 www.alimentationlebourg.ch' is at the bottom.

C'EST ici...
son petit magasin

ses produits du terroir!

Mase Alimentation Le Bourg

en semaine : 8h -12h et 15h -18h30
samedi : 8h -12h et 14h -17h

MOI AUSSI
J'VEUX LA FONDUÈ
DU MAGASIN

027 281 23 73 www.alimentationlebourg.ch

Espace Loisirs Mont-Noble

LE TSÉBETTA



RESTAURANT



CUISINE RÉGIONALE



SALLE SÉMINAIRE

LE TSÉBETTA C'EST

- Restaurant 40 places
- Espace lounge
- Menus enfants et table à langer
- Salle pour groupes et écoles
- Salle pour séminaires et ateliers

INFORMATIONS

+41 (0)27 565 14 14

hello@tsebetta.ch | tsebetta.ch

BIENVENUE CHEZ VOUS

Au Tsébetta, plongez dans un lieu chaleureux où chaque détail invite au bien-être. À deux pas du jardin des neiges, savourez une cuisine goûteuse, authentique et de saison avec une vue imprenable sur la plaine du Rhône. Chaque week-end, une nouvelle suggestion ravira vos papilles. Découvrez notre carte dès maintenant.

Horaires saison 2024-2025

- Mercredi au dimanche de 10h à 18h
- Vacances scolaires : 7/7 de 10h à 18h
- **Vendredis et samedis soirs** : uniquement sur réservation dès 4 personnes

Restaurant Tsébetta | Espace Loisirs Mont-Noble
Chemin de Tsébetta 2 | 1973 Nax

Espace Loisirs Mont-Noble

JARDIN DES NEIGES



SNOWTUBING



RANDONNÉES



SKI

LE JARDIN DES NEIGES C'EST

- Une piste de ski
- Une piste de luge bob
- Une piste de snowtubing
- Des randonnées en raquettes
- Un tapis remonte pente couvert et chauffé

INFORMATIONS

+41 (0)27 565 14 14

hello@tsebetta.ch | nax-region.ch

LE PARADIS DES FAMILLES

Avant de dévaler les pistes de Télé Mont-Noble, initiez vos enfants aux plaisirs de la glisse. Sous l'œil bienveillant des moniteurs de l'École Suisse de Ski, ils apprendront tout en s'amusant. Pendant ce temps, détendez-vous sur la terrasse du Tsébetta et profitez d'un moment de calme tout en les regardant progresser dans un cadre enchanteur.

Horaires saison 2024-2025

- Mercredi, samedi, dimanche de 10h à 16h
- Vacances scolaires : 7/7 de 10h à 16h

Jardin des neiges | Espace Loisirs Mont-Noble
Chemin de Tsébetta 2 | 1973 Nax

LES PLATS D'HIVER DU TSEBETTA

Les spaghettis d'Eulalie 23

Jambon à l'os et sauce moutarde à l'ancienne 28

Médaille de lotte, sauce armoricaine et risotto au vin blanc 42

Cordon bleu artisanal (220g) et pommes sautées 36

Fondue au fromage AOP moitié-moitié 29

Onglet de boeuf à l'échalote 35



Glissez tout droit vers une bonne assiette!

Restaurant Tsébetta | Espace Loisirs Mont-Noble | Chemin de Tsébetta 2 | 1973 Nax
hello@tsebetta.ch | 027 565 14 14 | tsebetta.ch



LA CURE

+41 76 730 91 94

<https://lacuredevernamiege.ch>



CHAMBRES D'HÔTES



PETIT-DÉJEUNER

VALAISAN - VÉGÉTARIEN - VÉGAN

TABLE D'HÔTES

SOUPER - VALAISAN OU REPAS CRU ET VIVANT -
UNIQUEMENT SUR RÉSERVATION.



LA CURE EN AUTONOMIE

RENSEIGNEMENTS SUR PLACE

GROUPES

STAGE - ANNIVERSAIRE - MARIAGE



SOINS EN FASCIATHÉRAPIE

SUR RENDEZ-VOUS

**Découvrir le Val d'hérens, ce n'est pas seulement
pour respirer, c'est en avoir le souffle coupé!**

Bar Mont-Noble, Le Largey 2, 1973 Nax

Bar



Mont-Noble
brasserie artisanale

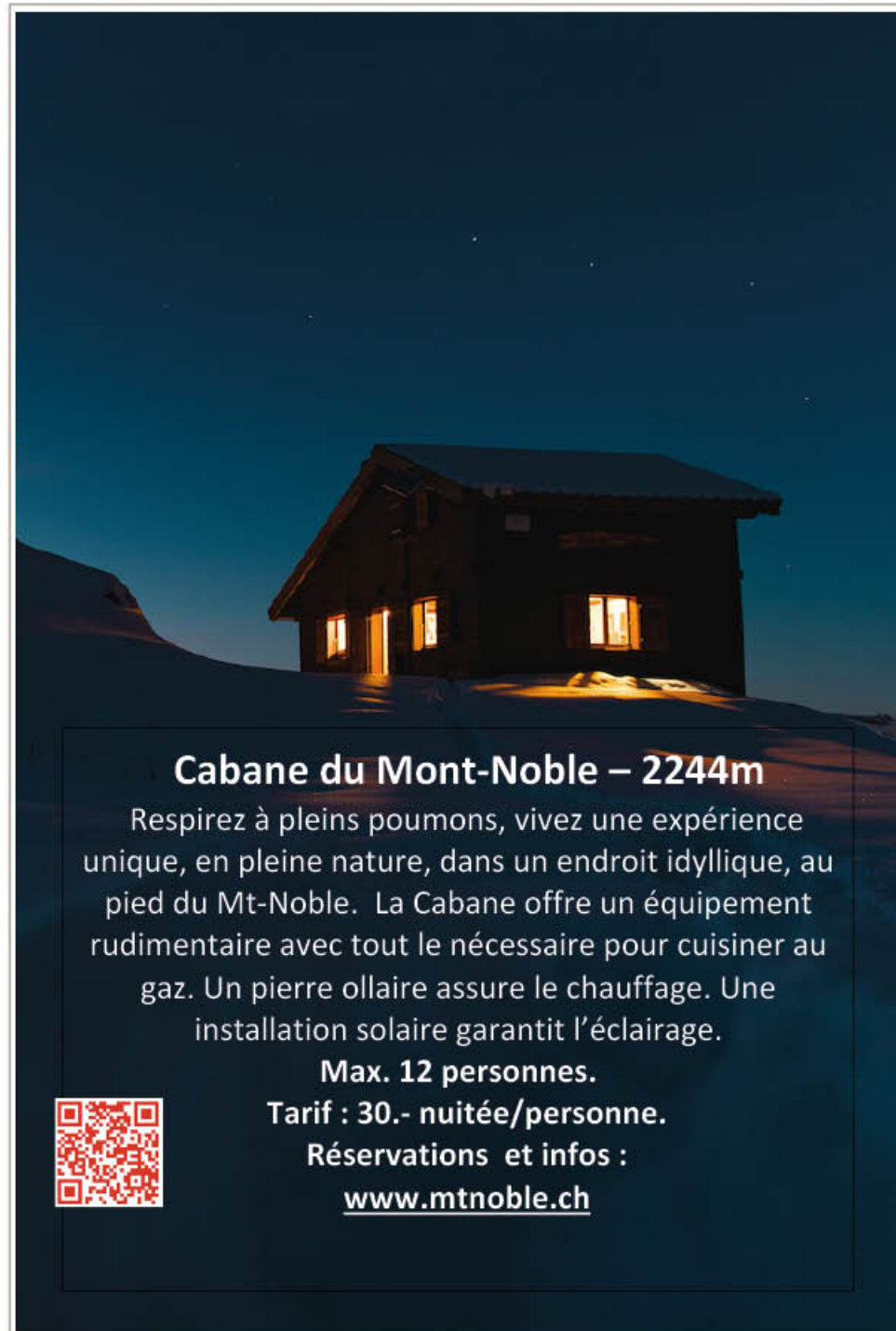
Bières Mont-Noble en pression, en bouteilles ou à emporter
Café Mont-Noble torréfié directement chez nous
Vins et autres boissons avec et sans alcool

Vous êtes plus que bienvenu

jours d'ouverture:

jeudi, vendredi, samedi: 16:00-23:59

horaires d'ouverture variables pendant les vacances



Cabane du Mont-Noble – 2244m

Respirez à pleins poumons, vivez une expérience unique, en pleine nature, dans un endroit idyllique, au pied du Mt-Noble. La Cabane offre un équipement rudimentaire avec tout le nécessaire pour cuisiner au gaz. Un pierre ollaire assure le chauffage. Une installation solaire garantit l'éclairage.

Max. 12 personnes.

Tarif : 30.- nuitée/personne.

Réservations et infos :

www.mtnoble.ch



BAT immobilier
bureau d'affaires
touristiques et
commerciales



Envie de vous évader le temps d'une
saison, d'une semaine ou d'un week-end ?
Scannez le QR code pour découvrir nos
logements !



A louer à l'année

Appartement Vernamiège n°240

2.5 pièces avec jardin et place
de parc

CHF 1'300.-/mois + les charges

Disponible dès le 01.01.2025



Appartement dans chalet Palette n°91

3 pièces avec garage box

CHF 1'350.-/mois + les charges

Disponible de suite

Tél. +41 (0)27 455 82 82

info@batimmobilier.ch



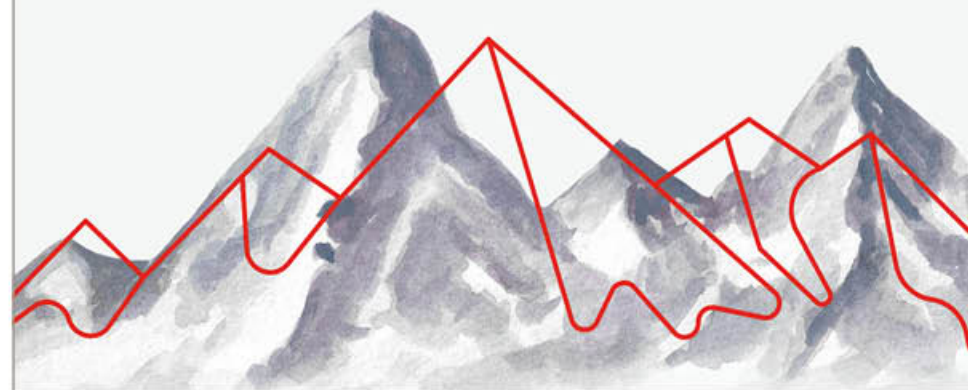
ECOLE SUISSE DE SKI & MAGASIN-LOCATIONS

Location de skis, bâtons, chaussures, raquettes et vente de
matériel pour les sports d'hiver.

Pour la location de matériel de randonnée ou de snowboard
merci de nous contacter au préalable.

Au plaisir de vous servir.

ECOLE SUISSE DE SKI NAX
INFO@ESS-NAX.CH
+41 (0)77 521 37 60





En cette nouvelle année, prenons le temps d'apprécier les instants simples, d'échanger des idées et de créer des souvenirs inoubliables. La diversité de nos expériences est une richesse. N'oublions jamais que chaque geste, aussi petit soit-il, peut avoir un impact. Ensemble, avançons vers des horizons lumineux et pleins d'espoir.

Le nouveau Conseil municipal
ainsi que
l'administration communale de Mont-Noble

vous souhaitent une très belle et heureuse année 2025.

Marc-Antoine Micheloud
★ Président

Patrick Bruttin
★ Secrétaire



TOUTE L'ÉQUIPE DE
NAX RÉGION TOURISME
VOUS ADRESSE

SES MEILLEURS VOEUX POUR 2025 !

Que cette nouvelle année vous apporte la santé, des moments de partage, des sourires et du succès !

Dilveen, Prisca, Laura, Lucie,
François et Solène



Soins énergétiques, sonores et aux cristaux

Aux Mayens de Vernamiège ou chez vous

www.terreveil.ch

L'objectif des soins est de ramener la force de vie là où elle est faible, en déséquilibre ou bloquée.

- ... des pistes pour intégrer le bien-être dans notre quotidien
- ... des outils pour améliorer nos vies au niveau relationnel, émotionnel et physique
- ... pour diminuer le stress et les angoisses
- ... en cas de douleurs physiques ou émotionnelles

En accompagnement des démarches médicales éventuelles

Mayens de Vernamiège 4
Madhu – 078 743 51 64
madhu@terreveil.ch

Atelier de Dentellerie sur bois

Poussez la porte de
l'atelier de Dentellerie
sur bois d'Anne Vuille à
Mase et découvrez ses
créations !

Me : 9h-11h30

**Ve : 9h-11h30 /
14h30 - 17h30**

Mase, place de l'Eglise, Maison de l'Ours
079 762 69 59

CONCOURS SUDOKU

Niveau moyen

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



Niveau difficile

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

Trouvez les quatre chiffres des cases colorées et tentez de gagner deux journées de ski à Nax Télé Mont-Noble !

RÉSOLVEZ L'ÉNIGME



Cinq hommes sont amoureux de cinq femmes différentes.
Dans chaque couple, l'homme et la femme sont de nationalités différentes.
Deux couples ne peuvent pas être formés avec les mêmes nationalités.
ex : si un suédois aime une espagnole --> un espagnol ne pourra pas aimer une suédoise.

TROUVEZ LES 5 COUPLES !

	anglais	français	grec	italien	suisse
anglaise	♥	♥	♥	♥	♥
française	♥	♥	♥	♥	♥
grecque	♥	♥	♥	♥	♥
italienne	♥	♥	♥	♥	♥
suisse	♥	♥	♥	♥	♥

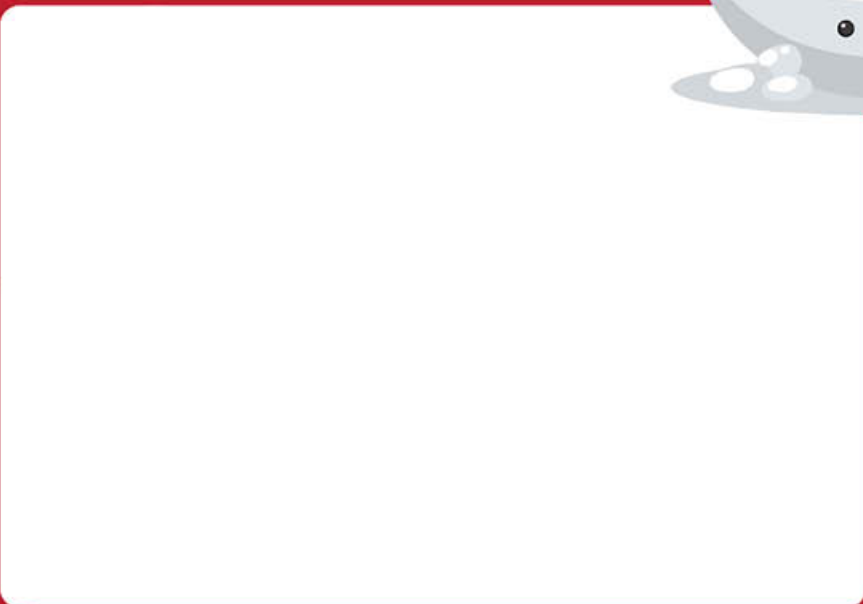
L'anglais est épris de la compatriote de celui qui aime la française.
Le grec est amoureux de celle dont le compatriote aime une femme de la même nationalité que l'homme qui est amoureux de celle dont le compatriote est amoureux de l'italienne.



CONCOURS DE BONHOMME DE NEIGE

Seul ou en équipe, construis ton bonhomme de neige, prends-le en photo et viens nous la montrer à l'office du tourisme pour gagner une surprise !

Tu peux aussi en dessiner un juste ici :



COLORIAGE



Votre criminal room vous attend

Plongez dans une expérience unique !

Un jeu où les énigmes varient en complexité,
offrant ainsi un défi adapté aux petits et grands .
Chacun apporte sa propre expertise, que ce soit
en résolution de problèmes ou en recherche
d'indices.

Préparez-vous à vivre des moments inoubliables
en famille ou entre amis.

*Fouillez
Ecoutez
Découvrez
Enquêtez ...*



Un jeu d'enquêtes inspiré de l'histoire du village de Nax