

Journal 2025

Rayon de Soleil





Rayon de soleil

Un souffle de vie

Ce n'est à la fois pas grand-chose et pourtant tellement tout. Par des soins et des activités en tous genres, l'Association Rayon de Soleil, sous la Présidence de Fabrice Balet, offre des instants de partage à celles et ceux pour qui la vie n'est pas toujours douce. Pour la 26e année, l'Action a pour objectif d'offrir à plus d'une vingtaine de personnes une parenthèse hors de leur quotidien. Pendant une semaine, terminée la solitude. Les maîtres mots sont le partage, l'échange et les sourires. Ce séjour permet également de soulager celles

et ceux qui, tout au long de l'année, veillent sur leurs proches. Ici à Notre-Dame du Silence à Sion, nous les appelons les résidents. Pour les accompagner au mieux, une centaine de personnes, bénévoles, volontaires, astreints et cadres de la Protection civile, se réunissent sous le commandement de Matthieu Perruchoud.

Des souvenirs qui accompagneront nos résidents au retour dans leur foyer, là où la vie reprendra son cours.

Une chose est sûre, Rayon de soleil, ils s'en souviendront !



Merci pour les Rayons

Chères résidentes, chers résidents, chers collègues. Que dis-je... chers amis, puisque le temps nous a été donné de tisser ces précieux liens... Comme toute bonne chose a une fin, l'édition RDS2025 aussi.

Ainsi, permettez-moi de vous adresser à toutes et tous mes plus sincères remerciements. Merci à vous chers résidents pour votre énergie, votre enthousiasme et votre générosité. Avec vous, je me suis souvenu de ce qu'on m'a déjà eu dit quelques fois : on a tous deux vies, et la deuxième commence quand on prend conscience que l'on en a qu'une. En ce sens, j'ai vécu cette semaine, ces jours, ces heures et ces minutes si intensément que j'ai pu en mesurer la richesse à tout instant. J'ai même espéré voir le temps reculer, en arrivant au dernier jour, pour profiter encore un peu plus de ces échanges.

Mais la vie continue. Et « Si la vie n'est qu'un passage, sur ce passage au moins semons des fleurs. » M. de Montaigne. Ainsi ces fleurs ont été semées, elles faneront certes mais les graines des souvenirs tomberont, germeront à nouveau et refleuriront dans vos coeurs comme dans le mien tel le souffle du renouveau, le souffle de la vie.

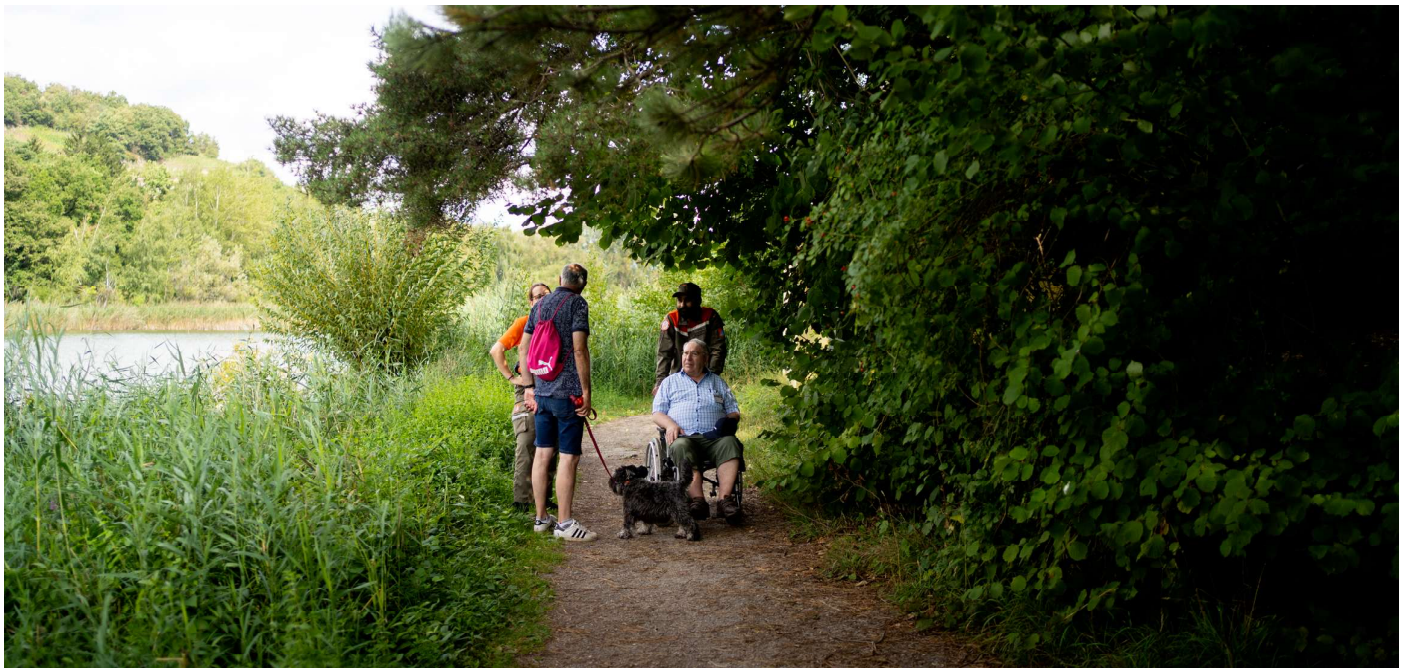
Merci à mes équipes, à toutes celles et ceux qui ont œuvré de près ou de loin à la réalisation de cette 26ème édition de Rayon De Soleil. Humblement, merci.

Bonne rentrée chez vous et au plaisir de vous retrouver dans l'eau d'ici qui comme disait mon grand-père « est meilleure que l'eau de là ».



Matthieu Perruchoud
Commandant de Compagnie
Rayon de Soleil





Mont d'Orge

C'est parti ! Le jour tant attendu par les résidents ! Une arrivée à Notre-Dame du Silence qui marquera les esprits. Après une visite des chambres, place au brunch dans les jardins. Grâce aux astreints de la Protection civile, l'appréhension légitime laisse place à la bonne humeur et aux échanges chaleureux. Quoi de mieux qu'une petite balade digestive au bord du lac de Mont d'Orge ? Embarquement à bord du car de notre partenaire Buchard Voyages. Premier arrêt pour une visite du musée de la Nature. Quelques pas pour se dégourdir, puis retour vers des activités plus douces en soirée. Amateurs de cartes et de pétanque se découvriront ! Cette première sortie aura ouvert l'appétit de nos hôtes. Un régal pour les papilles. Et comme « Rire, c'est bon pour la santé », rien de tel qu'un petit film culte avec Louis de Funes pour clore cette journée.





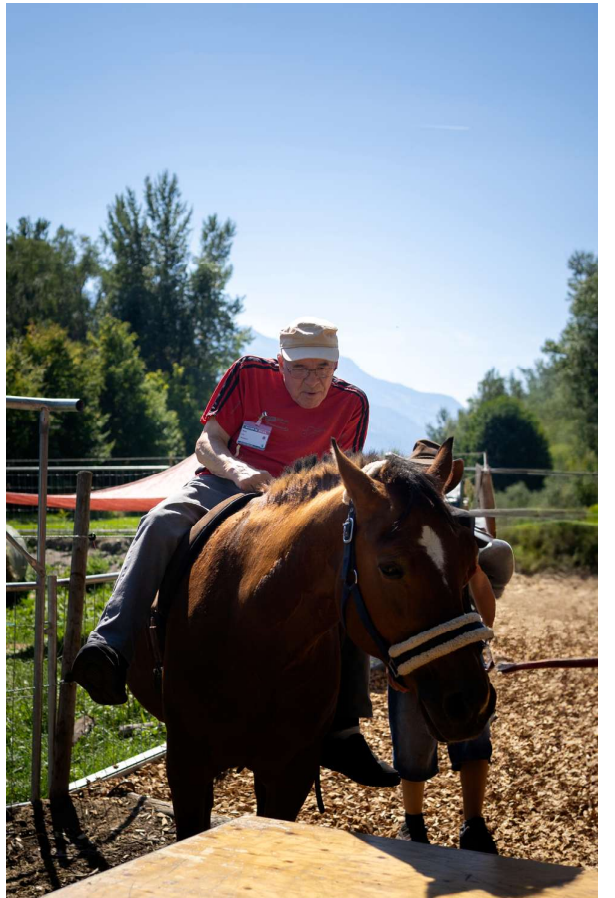
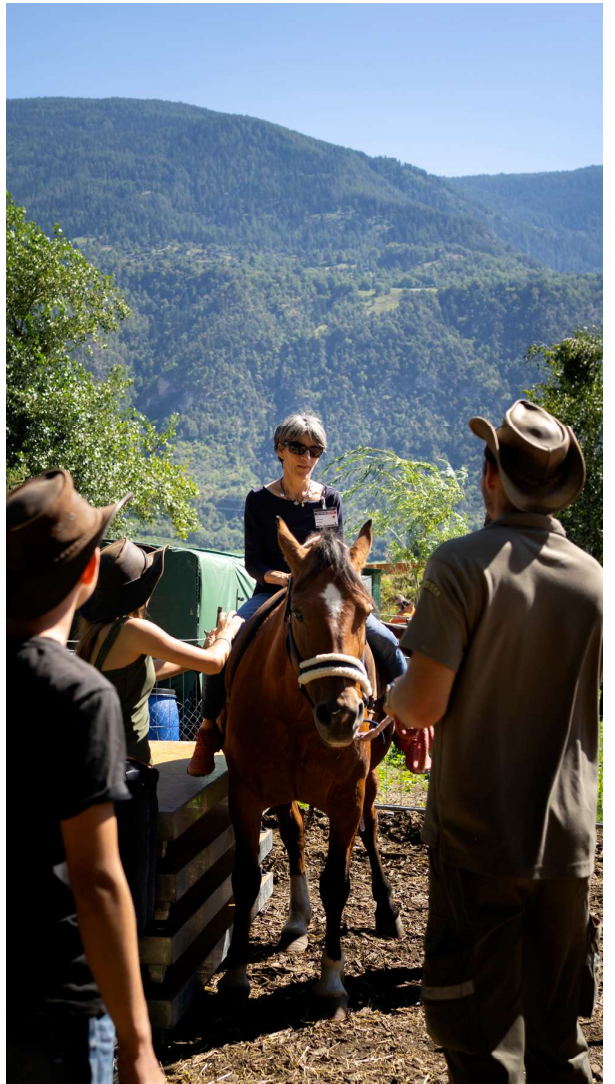


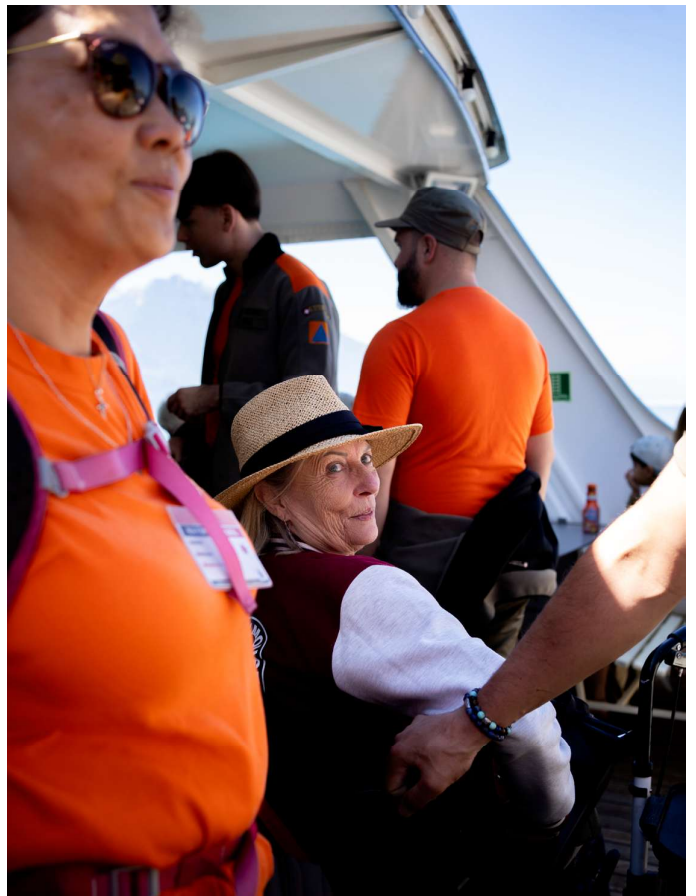
Au ranch "Chiens des Lacs"

Réveil tout en douceur pour les résidents ce matin autour d'un petit déjeuner offert par la boulangerie La Mie Dorée. Les liens se tissent, les échanges deviennent plus intimes. Tout le monde se prépare à vivre intensément cette première journée d'activités ! On débute par la messe en la Cathédrale de Sion pour celles et ceux qui le désirent. Un moment de recueillement apprécié. « On a bien prié pour vous » soulignent certaines résidentes pimpantes ! La suite de la journée se fera auprès des animaux ! Arrivée remarquée au Ranch de Chiens des Lacs à Granges. Qu'on se le dise, les résidents ont su garder leur âme d'enfant ! Que ce soit au contact des chiens, des chiots de l'élevage, des petits animaux destinés à la zoothérapie, ou encore

à dos de cheval pour les plus téméraires, les sourires sur les visages traduisaient leur état de pur bonheur ! Les délicieux burger du chef, confectionnés dans un food truck, ont fait fureur. On se souviendra aussi de l'excellent dessert forêt noir...miam...









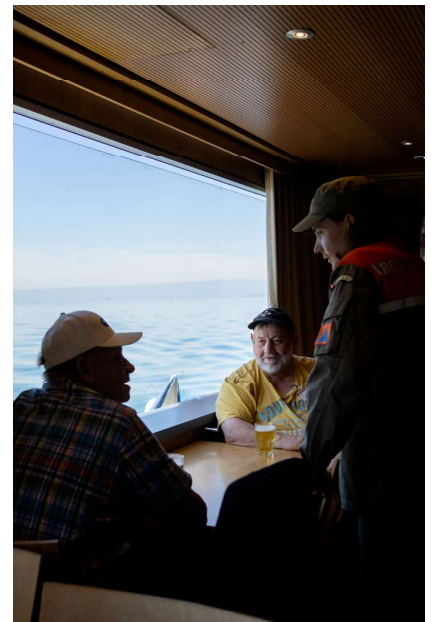
Cap sur le **Leman**

Activité très attendue, le tour en bateau avec notre partenaire la CGN a marqué la journée. En car Buchard, cap sur Montreux pour embarquer en direction du Bouveret. Sous un soleil éclatant, casquettes et crème solaire étaient de mise. Le navire, bien rempli, offrait une traversée animée et joyeuse.

Pendant ce temps, sur les

quais, les équipes logistiques et cuisine préparaient le repas, accueilli avec appétit après l'air vivifiant du lac. L'après-midi a permis à chacun de profiter à sa façon : promenade sur les quais, flânerie en boutiques ou simple détente.

Au retour, beaucoup se sont assoupis avant de terminer la journée par un dernier moment fort : les histoires captivantes de la conteuse Amélie Gyger.

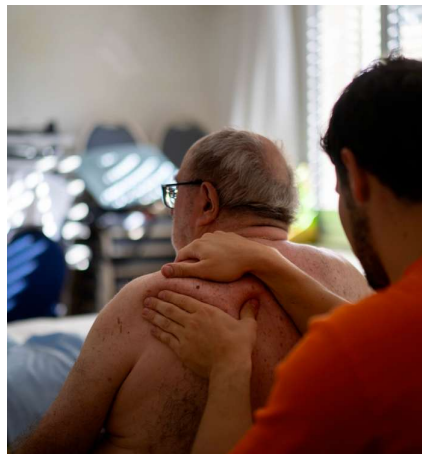




Aux petits soins dès le matin

A Rayon de Soleil, les matinées sont dédiées aux soins pour les résidents. Moments de détente, de bien-être. On relâche les tensions par des massages avec Aline et Patricia, on décrispe ses articulations avec Félicien par de la physiothérapie, on entretient son corps lors d'exercices de gym douce avec

Sylviane. Les résidents profitent également de la générosité du Salon A Cœur de Plaire à Grône pour une coupe de cheveux. Bref, la vie se veut douce et généreuse.





Lucie Moix, Laine de coeur



Jazz Box Trio



Amelie Gyger - Conteuse



Valais vu du ciel

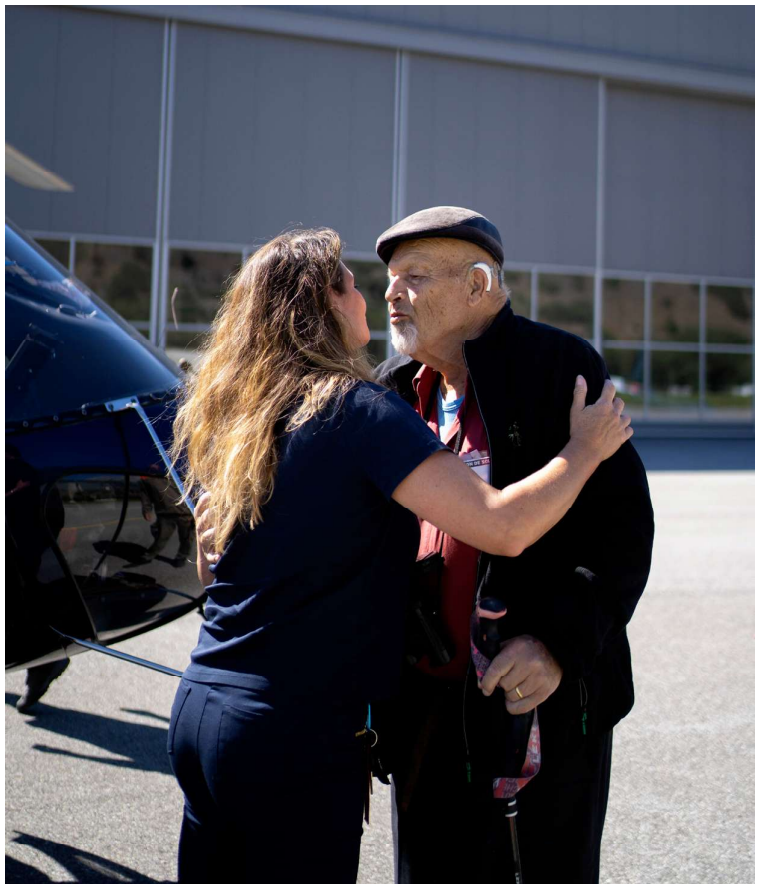
De l'excitation dans l'air ce matin au petit déjeuner ! Toutes et tous n'avaient que le mot « hélicoptère » en bouche ! Car oui, grâce à notre généreux donateur Monsieur Michel Seppey, les résidents iront voir le Valais depuis le ciel.

Départ pour le tarmac par petits groupes. La halle Alpark, qui abrite l'école de pilotage Partn'Air Training SA ainsi que d'autres sociétés, nous reçoit en grande pompe pour un moment inoubliable. La merveilleuse pilote Nathalie accueille les résidents avec bienveillance. Les hommes en profitent pour lui voler une petite bise, avant que chacun ne prenne place à bord. Les ceintures sont bouclées, les rotors s'élancent et déjà l'aventure commence.

Le sol s'éloigne, les montagnes se rapprochent, et les yeux s'illuminent devant ce spectacle grandiose. Les visages se tournent vers les sommets enneigés, les vallées verdoyantes, le Rhône qui serpente au loin. Certains reconnaissent leur village ou leur maison, pointant du doigt avec fierté ce petit coin vu d'en haut. L'émotion se lit dans chaque regard, entre émerveillement et frisson.

À l'atterrissage, les discussions vont bon train : chacun raconte ses impressions, le bruit, les sensations, la vue à couper le souffle. Entre rires et souvenirs déjà précieux, tous s'accordent à dire que ce vol restera gravé dans les mémoires.







Zoo des Marécottes



Tour en ferrari



Musée Chaplin



Revoir des vaches



Découvrir une exposition



Tour en Land Rover Defender

C'était Votre **rêve**



Tour en Calèche



Chapelle D'Eison en Famille



Sommet du Moléson



Voir des animaux de la savane



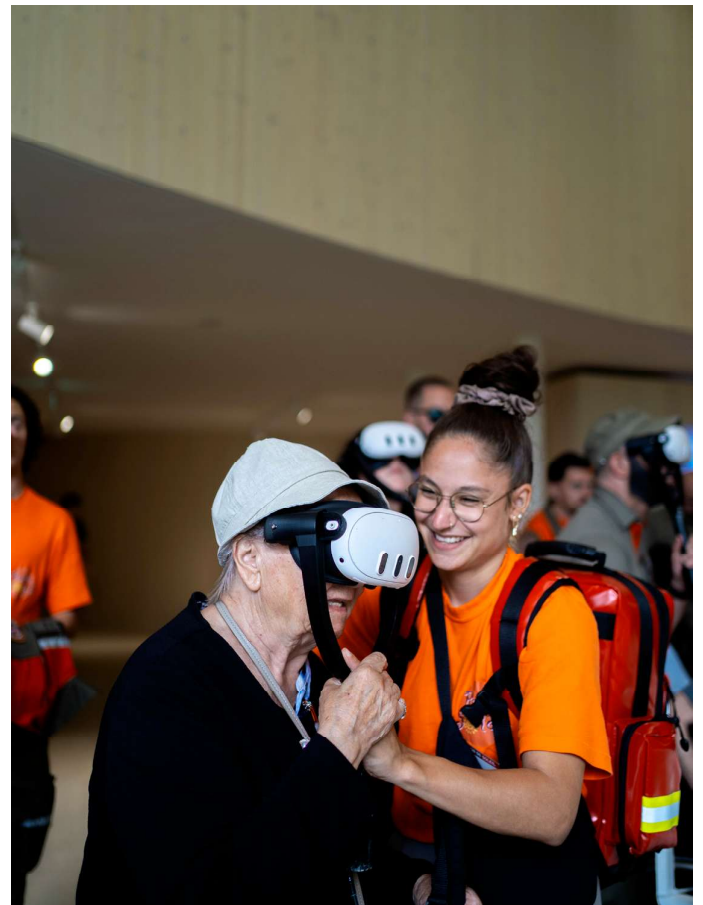
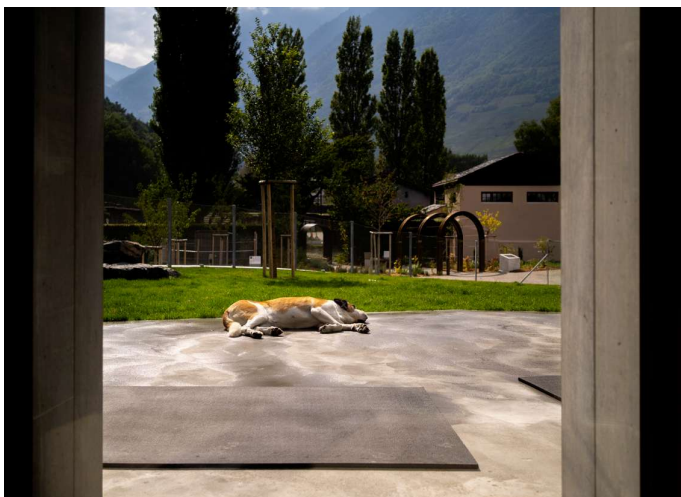
Découverte du nouveau musée Barryland

Nos résidents ont eu le plaisir de découvrir le tout nouveau complexe de Barryland à Martigny, un lieu emblématique dédié aux célèbres chiens du Saint-Bernard.

La visite a permis à chacun de plonger dans l'univers fascinant de ces véritables symboles du patrimoine valaisan. Ils ont pu en apprendre davantage sur leur histoire et leur rôle dans les sauvetages en montagne.

Mais ce qui a particulièrement marqué cette sortie, ce sont les activités immersives proposées. Grâce à la réalité virtuelle, nos résidents ont pu vivre une expérience unique : se retrouver au cœur des Alpes, aux côtés des Saint-Bernard, dans des décors saisissants de réalisme. Une activité qui a suscité beaucoup d'enthousiasme et de sourires !

Autre moment fort de la journée : l'observation d'une séance d'hydrothérapie canine. Les résidents ont pu découvrir cette méthode douce et efficace utilisée pour le bien-être et la rééducation des chiens. Voir les Saint-Bernard évoluer dans l'eau, a été à la fois touchant et instructif.







Journée Fromage



Pour ce dernier jour d'activités, notre plat emblématique était à l'honneur ! La raclette du côté de Sembrancher a fait fureur auprès des résidents ! Quel appétit d'ogre ! Le court chemin menant au bus fut bien difficile à rejoindre tant les ventres étaient pleins ! Direction Vollèges, à la Fromagerie d'Etiez pour une visite et dégustation...

de fromages bien sûr ! Mais quand le produit est bon, il reste toujours une petite place. La tisane du retour fut bien appréciée, tout autant que le loto qui a animé cette dernière soirée à Notre-Dame du Silence. L'appréhension du départ de demain se fait déjà ressentir. Pas sûr que la nuit soit de tout repos ce soir pour les résidents.





Un énorme **Merci** à

Loterie romande | Retripa | Constellium Valais SA | Banque cantonale du Valais
Banque Raiffeisen | Axius | Aproz Source minérale | Fromagerie Etiez | CGN
Commune de Port Valais | Alp Park | Sun Store Conthey | Car Buchard | Manhattan Audio
Commune de Sembrancher | Barryland | Maison de la Nature Mont D'Orge
Garden Schwab | SR Jardinage | Clivaz Charly | Swissgaz | Notre-Dame du Silence
Foyer St-Joseph | Bourgeoisie de Sion Frialp | MTA | Hôpital de Sion | Buchard Voyages SA
Commune de Conthey | Bains de Saillon | Maude Cheseaux
Boulangerie La Mie Dorée | Emmaüs Valais | Chiens des Lacs



Baillifard Francis | Baillifard Vèrène | Bruchez Charly | Brunner Pauline | Carron Emilie
 Carrupt Marc-Antoine | Crettol Marianne | Evequoz Therese | Fumeaux Alexine | Imsand Jenny
 Lovat Anita | René Jollien | Jollien Therese | Moulin Lucien | Murisier Alfred-Jean | Roh Alexandra
 Roos-Schalbetter Iringard | Ruff Claude | Sabbattini Michel | Stolz Luc | Tornay Jean-Marcel | Tornay Lucien
 Troillet Paul-Bernard | Udry Beatrice | Zufferey Sylvie