

# Y a pas d'âge

«Si tu peux marcher, tu peux danser. Si tu peux parler, tu peux chanter.»

PROVERBE AFRICAÏN



## Et bien, dansez maintenant!

**LOISIRS ET RENCONTRES** Le 2 octobre, c'est la journée des Générations 60+ à la Foire du Valais. Disco-seniors, amitié-dating, musique, chants et rencontres sont au rendez-vous. Les boomers n'ont pas dit leur dernier mot. La journée s'annonce rock'n roll!

**S**téphanie, 65 ans, peut vous fredonner sans fausse note toute la chanson «Whith or without you» du groupe de rock irlandais U2. Marc, 72 ans, a suivi les concerts de AC/DC à travers l'Europe. Hélène, 67 ans, s'est éclatée en voyant Led Zeppelin à Montreux. Véronique, Franck, Dominique et Pask, tous sexagénaires, ont vibré aux sons de Simply Red, Léonard Cohen, Michael Jackson, Pink Floyd et compagnie. D'autres préfèrent Bernard Lavilliers, Bashung, Véronique Sanson, Michel Berger... On vous l'a déjà dit dans notre page du mois de mars, les seniors ne sont plus ce qu'ils étaient. Pas question pour eux, pour nous, de se contenter de tango et de valse. Place aux disco-

seniors. A l'instar du fameux titre de Queen, «The show must go on»! La Coordination cantonale 60+ et Pro Senectute Valais-Wallis ont bien compris les attentes de leur public. Ils invitent les Valaisannes et les Valaisans à la première disco-seniors du canton le 2 octobre à la Foire du Valais.

### C'est quoi une disco-seniors?

Le concept a été imaginé par Pascale Wettenschwiller de Pro Senectute Bienne qui a réussi à convaincre le gérant du DUO Club de consacrer le dimanche après-midi aux disco-seniors. «C'est un vrai succès! Nous recevons beaucoup de remerciements de seniors qui reviennent dans une discothèque qu'ils

fréquentaient lorsqu'ils étaient plus jeunes. L'ambiance est excellente. Le choix du dimanche permet à ceux qui ne sont pas encore à la retraite de participer aussi.» Pascale Wettenschwiller peut être fière de ces disco-seniors, «c'est un de mes plus beaux projets», nous a-t-elle confié.

Et ce n'est pas Chantal Bérout qui dira le contraire. «Bingo! Ils ont vraiment fait fort. Ça répond à une réelle demande», s'enthousiasme cette Biennoise de 67 ans. «Au début, j'étais un peu sceptique mais par curiosité je suis quand même allée voir. Depuis, j'attends le premier dimanche du mois avec impatience. Pour moi qui suis fan de Queen, de Abba, de Dire Straits, il n'y a pas

grand endroit pour aller danser. Au DUO, les DJ passent les artistes qui cartonnaient dans les années 70-80. Ces tubes nous rappellent l'ambiance des boîtes de notre jeunesse et de bons souvenirs. Je félicite le gérant du Club, les prix sont abordables, ça permet à tout le monde de venir. On s'y retrouve entre amis, on en rencontre de nouveaux, parfois on prolonge par un petit repas. C'est très sympa.»

### Amitié-dating et autres events, le 2 octobre sera festif

Avant de se lancer sur la piste, Promotion santé Valais propose une séance de Warm up, quelques exercices d'échauffement afin de prévenir claquages ou autres bobos.

Le programme est varié, chorale, fanfare ou encore présentation de danses.

Moins conventionnel, tout nouveau et très sympa, les amitiés-dating. En s'inspirant des speed-dating – 10 minutes pour rencontrer une personne inconnue et échanger avec elle – Pro Senectute Valais-Wallis a mis sur pied des occasions de créer des liens autour de thèmes qui nous sont chers: Culture et musique, Nature et jardin, Randonnée et vélo, Voyage et sorties, Animaux, Cuisine et repas. Les plus timides peuvent échanger à plusieurs, les autres vont privilégier le tête à tête. Tout est permis ou presque. **FM**

### LE BILLET D'EMILE ALBRECHT

Président des Gars du Rhône



### LES VÉTÉRANS BRANCHÉS DE LA MUSIQUE

L'idée de nous arrêter, nous, les 53 musiciens et 4 musiciennes, ne nous effleure même pas. Nous poursuivons les mêmes objectifs que lors de notre fondation en 1992: faire de la musique ensemble tant que nous le pouvons et que cela nous fait plaisir – entre amis, bien sûr. Ainsi, parfois ce sont des amis qui nous amènent un de leurs amis pour faire de la musique entre amis! C'est cette camaraderie qui me pousse à sortir mon cornet chaque deuxième lundi du mois depuis plus de 25 ans pour jouer avec les Gars du Rhône.

La journée des seniors à la Foire du Valais est depuis plus de trente ans l'un de nos temps forts. Elle nous permet de rencontrer d'anciens collègues musiciens ou de nouveaux membres potentiels. Montrer aux jeunes et aux moins jeunes ce dont nous sommes encore capables, nous les vétérans, nous rend fiers! La musique est un loisir où l'âge n'a pas d'importance. Derrière un rideau fermé, personne ne remarquerait que nous, les musiciens, avons en moyenne plus de 75 ans! Tant que la musique et l'amitié sont au premier plan, l'âge n'a pas d'importance. Et qui sait, peut-être sommes-nous même un peu branchés? En tout cas, nous avons de nombreux fans!

Voir que mes collègues musiciens prennent autant de plaisir à jouer que le public à écouter notre musique est gratifiant. Nous constatons souvent que notre musique suscite des émotions. Elle ramène des souvenirs à la vie et unit les vétérans de la musique de Sierre à St-Gingolph, tout comme elle nous unit tous...

### ACTUALITÉ

#### Lundi des seniors - matin

La matinée du lundi 2 octobre est organisée par le magazine générations qui aura comme grande invitée l'écrivaine et journaliste Manuella Maury. Une rencontre avec «Manu et ses amis» dont le chanteur Pascal Auberson et la violoncelliste Sara Oswald. De 10h30 à 12h30 à l'Espace Live de la Foire du Valais à Martigny. Retrouvez le magazine générations tous les mois en version papier et des articles sur le site [www.generations-plus.ch](http://www.generations-plus.ch)

#### Fières de leurs cheveux gris!

L'exposition photo «Silver power» va à la rencontre de femmes valaisannes qui assument leurs cheveux gris ou blancs. Pour un homme, grisonner est plutôt signe de maturité, voire sexy. Pour une femme, signe de vieillesse, une réalité à cacher à l'aide de colorations. L'exposition permet de se questionner sur l'âge, le temps qui passe, et la place des femmes.

Du 18.09.2023 au 11.11.2023 à la Médiathèque Valais de St-Maurice  
Du 15.11.2023 au 17.02.2024 à la Bibliothèque-Médiathèque de Sierre  
[www.ghislaineheger.ch/silver-power](http://www.ghislaineheger.ch/silver-power)

### Le programme du 2 octobre à la Foire du Valais

#### ESPACE LIVE

13h30 Accueil	13h30 - 14h Chorale des Fleurs du Temps	14h - 14h15 Warm-up de Promotion santé Valais	14h15 - 14h50 Fanfare Les Gars du Rhône	14h50 - 15h05 Warm-up de Promotion santé Valais	15h05 - 16h30 Disco avec Linda Rao
------------------	--	--	--	--	---------------------------------------

#### ESPACE TRIBUS

#### 10h Spectacle tout public de Wakouwa Teatro – Very little circus

La fascination du cirque et la poésie du clown: découvrir un monde magique au travers de la musique, du jonglage et d'autres surprises.

#### 11h-12h «Amitié dating» Une occasion de rencontres. Organisé par Pro Senectute Valais-Wallis

Une passion, des envies, des goûts à partager? Choisis ta place selon tes intérêts, partage en groupe ou à deux et change de table toutes les 10 minutes!

#### 11h-12h30 Sens'Eau

Partagez des saveurs rafraîchissantes avec Senso5

#### 14h Spectacle tout public de Wakouwa Teatro – Very little circus

La fascination du cirque et la poésie du clown: découvrir un monde magique au travers de la musique, du jonglage et d'autres surprises.

#### 15h-16h Démonstration de danse avec ValdanseS

16h15-17h Concert de fanfare Les Gars du Rhône

