

solstices

éclairage

**Foi et foot
en communion**

reportage

**Randonner
vers La source**

raconte-moi ton histoire

**Être maman
d'une sportive**

rencontre

**Le dépassement de soi
sur le parquet**

A group of hikers with backpacks walking away on a forest path. The path is dirt and surrounded by tall evergreen trees. The hikers are wearing various outdoor gear like hats and backpacks. The scene is bright with sunlight filtering through the trees.

Sport et foi

Découvrez ce nouveau numéro consacré au sport et à la foi.
Une invitation à explorer les valeurs de persévérance, de fraternité
et de confiance qui animent les sportives et sportifs dans leur parcours
de vie. Bonne lecture !



Sommaire

- 3 — éditorial
Ce qui compte
- 3 — présentation d'un-e saint-e
Pier Giorgio Frassati
- 4 — éclairage
Des grands événements sportifs de l'été!
- 5 — éclairage
Foi et foot en communion
- 6 — éclairage
Entre foi et préparation mentale
- 8 — reportage
Randonner vers La source
- 9 — reportage
Équilibre entre force et maîtrise de soi
- 10 — raconte-moi ton histoire
Habiter son corps dans l'effort
- 11 — raconte-moi ton histoire
Être maman d'une sportive
- 12 — rayonnement
Prière du sportif
- 14 — rencontre
Les joies du ballon rond
- 15 — rencontre
Le dépassement de soi sur le parquet
- 16 — il était une foi(s)
Le sport en image
- 18 — perspectives
Les prochains événements sportifs
- 20 — calendrier
Juin – septembre 2026
- 21 — jeux et concours
Concours, dessin et prière
- 23 — ouverture sur le monde
Le sport, du dépassement de soi à la rencontre de l'Autre

Ce qui compte

En ce printemps rythmé par les événements sportifs, dont les championnats du monde de hockey sur glace en Suisse, une campagne publicitaire d'une banque partenaire du hockey suisse retient mon attention. À côté de la photo d'un jeune hockeyeur, on peut lire: « Tout donner. Savoir ce qui compte. » Sur une autre affiche: « Célébrer les réussites. Savoir ce qui compte. » Ces slogans m'interpellent. Qu'est-ce qui compte vraiment dans la pratique sportive? Que signifie ce « tout » donner? Et célébrer une réussite, est-ce seulement faire la fête?

Me vient à l'esprit une phrase du théologien François-Xavier Amherdt: le sport « relève des exigences des *sens*, mais ne constitue pas une revendication de *sens*. » Nuance légère où l'on entrevoit ce qui devrait compter. Le sport comble un intense désir des sens physiques mais ne semble pas combler le désir profond de sens qui habite l'être humain. Faut-il comprendre que les sportifs et sportives qui vouent une partie considérable de leur vie aux entraînements et à leur sport ne peuvent pas y trouver un sens?

Dans le sport, les vécus émotionnels et physiques sont exacerbés. Le défi de l'athlète ne se joue pas uniquement au niveau des sens, mais engage tout son être: corps, âme et esprit. Cette intensité le pousse à se poser des questions sur le sens de sa

pratique sportive, sur ce qui le motive au plus profond de son être, sur ce qui le pousse à continuer les entraînements et les compétitions.

Alors qu'est-ce qui compte vraiment? Le document pastoral sur le sport du pape François (2018) invite à « donner le meilleur de soi-même dans la vie comme dans le sport ». L'idée est de prendre appui sur le sport pour développer des relations équilibrées dans la vie. La lettre de Léon XIV (2026) propose de considérer le sport comme un « lieu où l'on apprend à prendre soin de son être sans l'idolâtrer, à se dépasser sans se renier, à rivaliser sans perdre la fraternité ».

Ce qui doit guider la pratique sportive est donc l'aspect relationnel: relation avec soi-même, les autres et éventuellement quelque chose de plus grand que soi. Le sens du sport est constitué par le maintien de la qualité des relations qui émane des vécus des sens exacerbés. Il s'agit de pratiquer le sport en vue de « la vie en abondance » (selon le titre de la lettre) dans une attitude qui encourage à « tout » donner, sans se perdre, ni s'isoler, et à « célébrer » en faisant perdurer les relations au-delà des instants d'émotions intenses.

Alessandra Maigre
Docteure en Théologie.

présentation d'un-e saint-e

Pier Giorgio Frassati

Fêté le 4 juillet, le bienheureux Pier Giorgio Frassati est une figure lumineuse. Né à Turin au début du XX^e siècle, ce jeune étudiant italien vivait sa foi avec enthousiasme et simplicité. Passionné de montagne, de sport et de grands espaces, il voyait dans l'effort physique une manière de se dépasser, de cultiver la joie et de se rapprocher de Dieu. À travers sa vie, Pier Giorgio Frassati nous rappelle que la sainteté peut se vivre dans le mouvement, le sport et les défis du quotidien. Une invitation au dépassement de soi, toujours « vers les sommets ».

Des grands événements sportifs de l'été!

À l'heure des grands rendez-vous sportifs, les champions d'un jour ne le restent pas toujours. Et si la plus belle victoire se trouvait au-delà des médailles et des résultats?

Que de fêtes sportives ces prochaines semaines! Le Tour de Suisse cycliste vient de se terminer, la Coupe du monde de foot a commencé, le Championnat suisse de cyclisme sur route va débiter à Courtételle, les Championnats d'Europe d'athlétisme et de natation ainsi que les Championnats du monde de judo sont encore à venir. Il y en a pour tous les intérêts.

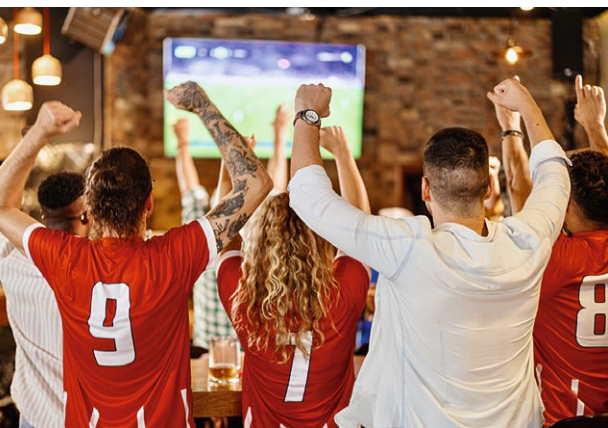
Il est des équipes ou des sportifs dont les médias et les connaisseurs prédisent de petits résultats, parce qu'ils ou elles ne tiennent pas leur meilleure forme ou alors sont présents ou présentes un peu par hasard. Et voilà que c'est la surprise inattendue qui ne peut que nous réjouir: aujourd'hui encore, David peut battre Goliath! Et parfois c'est le contraire: un piètre résultat de telle équipe ou tel sportif porté aux nues avant le début de la compétition.

Ainsi va le sport: quand une équipe gagne, elle est la meilleure. Quand un sportif perd, il est nul. Vite au sommet de la vague, rapidement au fond du trou. Brassées de louanges, pluie de critiques. Tout dépend de l'opinion publique et naturellement des résultats. Être admiré ou critiqué ne tient qu'à un fil. Un penalty qui n'est pas cadré, et c'est l'élimination. Une chute des favoris dans le peloton et c'est la voie royale vers la victoire pour un outsider.

Beaucoup de tensions, d'énervements, de déceptions ou de joies engendrés par ces confrontations pour les sportifs et les spectateurs. Mais qui s'en souviendra dans quelques années? Exception faite des records mondiaux. Toute performance est donc souvent éphémère. Un adjectif qui signifie «de courte durée».

Le plus important de ces grands rendez-vous n'est-il pas les valeurs de respect, d'honnêteté, de fraternité et de service qui peuvent s'y vivre? Et si la plus prestigieuse des médailles était celle qui récompense la capacité de ces grands événements sportifs à devenir des lieux de rencontre, de paix et de fair-play dans un monde marqué par les divisions, les peurs, la violence et les incertitudes de l'avenir? Car le sport propose une langue universelle.

Philippe Charmillot
*Responsable du service de la Pastorale
des familles*



Foi et foot en communion

Foi et football deviennent un chemin où Dieu rejoint l'homme : dans l'effort, la fraternité, les gestes simples. Un lieu où circulent grâce, relation et humanité.



interactions naissent des émergences : confiance, unité, joie partagée. Elles ne se fabriquent pas : elles se reçoivent.

Les sciences humaines éclairent cette réalité spirituelle. Les pédagogues montrent que les stades portent des formes de religiosité visibles ou discrètes, signes d'une quête de sens qui traverse le football. Fabien Wille rappelle la responsabilité morale des acteurs du sport : chaque geste influence l'ensemble du système éducatif et social. Le *Publicationnaire* souligne que sport et spiritualité partagent une dynamique de dépassement, de quête et de transformation.

« La foi n'est pas une compétition. Elle est un entraînement du cœur » (prêtre footballeur). Dans une lecture pastorale et systémique, foi et football apparaissent comme deux chemins où Dieu travaille l'homme par de petits déplacements intérieurs. Le sport mobilise des stocks d'énergie, de confiance, de mémoire corporelle ; la foi mobilise des stocks de fidélité, de prière, de disponibilité. Les deux avancent par rétroactions : effort, fatigue, relèvement. « Le juste tombe sept fois, il se relève » (Pr 24,16). Dieu éduque par la patience.

La communauté devient un espace de grâce. Vatican II rappelle que Dieu sauve « en faisant d'eux un peuple ». Sur le terrain comme dans l'Église, personne ne marche seul. Les passes, les soutiens, les pardons, les encouragements sont des flux relationnels où l'Esprit circule. De ces

La « troisième mi-temps » devient alors un « rite fraternel » : un lieu où la compétition du terrain se transforme en agapè fraternelle. « À table, ni victoire ni défaite : seulement la parité et l'équité. » Dieu aime ces lieux où les hommes se rencontrent, se parlent, se relèvent. Là, l'Évangile prend corps sans discours.

Foi et football deviennent ainsi deux écoles de communion, où l'homme apprend à recevoir, à donner, à se laisser transformer par la relation. « *Fratelli tutti* » (Pape François).

Marc Ravelonantoandro
Prêtre dans les Unités pastorales
Sainte-Marie et Sainte-Colombe

Entre foi et préparation mentale

Ancienne joueuse de l'équipe suisse de hockey sur glace, Sandrine Ray a consacré sa vie au sport depuis l'âge de 4 ans. Passée par l'équipe nationale durant 7 ans, participante à cinq Championnats du Monde et aux Jeux Olympiques de Turin en 2006, elle a également remporté le titre de Championne suisse avec Lugano. Aujourd'hui aumônière sportive, elle partage son regard sur la préparation mentale, la foi et les valeurs dans le sport de haut niveau

Pour commencer, pourriez-vous nous parler de votre parcours et de votre rôle en tant qu'aumônière dans le sport ?

Lors des JO, j'ai rencontré un aumônier dans le village Olympique. Pour la première fois, une personne chrétienne a prié avec moi et pour moi durant une compétition. Cette expérience m'a profondément touchée et a eu un réel impact sur mon parcours.

Après les Jeux, j'ai choisi de mettre fin au hockey de haut niveau pour vivre une nouvelle aventure : partir durant 2 ans sur le bateau missionnaire Doulos avec l'organisation chrétienne Opération Mobilisation. À mon retour, j'ai ressenti l'envie de continuer à servir le monde du sport autrement. J'ai donc entrepris des études pour me former et devenir aumônière en milieu sportif. Après 10 années de formation, je me suis engagée en 2019 avec l'organisation Athlètes in Action, où j'accompagne aujourd'hui les athlètes comme aumônière sportive. En parallèle, je coache également une équipe du club de hockey LHC Féminin.

Selon vous, quels aspects de la préparation mentale sont essentiels pour performer tout en restant aligné avec ses valeurs ?

Pour un athlète, le plus difficile est souvent de gérer les défaites, les contre-performances et les

jours où rien ne fonctionne. Les peurs liées à cela peuvent alors paralyser et empêcher de donner le meilleur de soi. Après avoir fait une "rencontre avec Jésus" à l'âge de 17 ans et lui avoir donné ma vie, j'ai alors réalisé que l'amour de Dieu ne me quittera jamais, peu importe ce qui peut se passer dans ma vie. (Romains 8.38-39) Cela m'a vraiment beaucoup aidée mentalement à sortir de toutes ces peurs liées à l'échec et à faire redescendre la pression quand elle devenait trop importante. Avant les matchs, je me rappelais que, quoi qu'il arrive, l'amour de Dieu pour moi resterait toujours. Ce rappel m'apaisait intérieurement et m'aidait à donner le meilleur de moi-même.

En tant qu'aumônière, comment accompagnez-vous les sportifs dans la conciliation entre foi, valeurs et performance ?

Comment concilier la foi avec la vie d'athlète et les exigences du monde sportif qui vont souvent à l'encontre des valeurs chrétiennes ? C'est la question principale que me posent les athlètes chrétiens. Comme disait Jésus, nous vivons dans le monde, mais nous ne sommes pas de ce monde. (Jean 17.14-16)

C'est le défi qui est donné à chacun dans tous les domaines de la vie comme dans le sport. La foi chrétienne se vit en communauté, un soutien qui

manque souvent aux athlètes constamment en déplacement. La communauté permet de s'encourager mutuellement à vivre les valeurs chrétiennes dans un monde qui va souvent à contre-courant. Ma présence auprès des athlètes et les liens avec d'autres croyants les soutiennent dans la conciliation entre ces deux réalités.

Quels changements avez-vous observés dans l'approche de la préparation mentale et des valeurs éthiques chez les athlètes ?

Je constate que le thème de la santé mentale est devenu central dans le milieu sportif. Les athlètes osent davantage parler de leurs difficultés, mais la pression liée au business et aux réseaux sociaux a fortement augmenté, entraînant plus de problèmes de santé mentale chez tous les acteurs sportifs (athlètes et entourage). La préparation mentale et le bien-être psychologique occupent ainsi une place de plus en plus importante dans le sport. Quant aux valeurs éthiques, les avancées technologiques, que ce soit dans le domaine technique (matériel, capteurs de données corporelles, vidéos, etc.) ou médical (dopage, etc.), soulèvent de réelles questions sur les limites humaines. D'autres sujets actuels, tels que les transitions de genre amènent aussi de nouvelles questions éthiques et de réglementations dans le sport. Nous voyons aussi l'émergence du E-sport et l'arrivée de nouvelles disciplines aux JO qui auparavant n'étaient pas considérées comme des sports de compétition.

Tous ces facteurs entraînent de nombreux changements, et les fédérations doivent trouver comment réglementer le sport afin d'en préserver l'essence.

Le sport évolue sans cesse, rappelant combien ce qui semble acquis peut être éphémère et hors de notre contrôle. Face à cette instabilité parfois anxiogène, la foi en un Dieu immuable apporte paix et stabilité intérieure.



Quels conseils aimeriez-vous transmettre sur l'importance de la préparation mentale et des valeurs dans le sport et au quotidien ?

Une étude montre que les athlètes motivés uniquement par la performance sont plus exposés aux problèmes de santé mentale que ceux guidés aussi par le sens. La préparation mentale aide ainsi à préserver un équilibre émotionnel malgré les résultats. Connaître ses valeurs permet aussi de faire des choix conscients dans un milieu qui ne les partage pas toujours, plutôt que de subir des situations contraires à ses convictions.

Dans le sport comme dans la vie, se préparer aux hauts et aux bas et rester fidèle à ses valeurs permet de garder son cap malgré les tempêtes.

Propos recueillis par Coralie Staecheli
Rédactrice responsable du magazine solstices

Randonner vers La source

« Dans le mystère de l'immensité je choisis de m'enraciner. C'est ça marcher. Sentir à la fois la grandeur du ciel et le minuscule sous ses pieds. Marcher c'est gratuit. C'est le prix de ma liberté » — Manuella Maury



Le Christ est un nomade. Toute sa vie publique se déroule entre plaine et montagne, entre ville et campagne, entre lac et rivière. Notre Dieu est un Dieu pèlerin. Il invite son peuple à se mettre en marche. Toute l'histoire de la révélation se déroule sur les sentiers et en chemin.

Pas étonnant que la randonnée soit une activité physique qui invite à la méditation et à la contemplation. Tout est question de rythme. Assez lent pour savourer la création, assez soutenu pour le dépassement de soi, assez synchrone pour le partager avec quelqu'un.

La randonnée offre le temps de la rencontre :

De la rencontre avec la Création pour commencer

Randonner en forêt c'est goûter à la verticalité de l'environnement, c'est s'unir à ce chemin qui va du sol au ciel et du firmament à la terre. Randonner sur un sentier sinueux de montagne, c'est s'élever par ses propres forces pour prendre conscience que l'élévation est autre et que ses propres forces

ne suffisent pas à cette élévation-là. Randonner au bord d'un lac, c'est savourer le calme et la paix du lieu, tout en se les appropriant et en laissant la paix du dehors s'installer en soi. Randonner en silence, c'est s'éveiller à l'ensemble de ce que le Vivant nous offre, et rien de ce qui vit n'est étranger à Dieu.

De la rencontre avec l'autre.

De quoi discutiez-vous tout en marchant ? La Rando invite à l'échange, au déplacement physique tout comme à celui de la pensée. Elle invite à rencontrer l'autre pas à pas, à partager son émerveillement devant le soleil couchant, à se soutenir au moment des passages délicats. Randonner c'est créer un chemin de soi à l'autre au détour des paysages.

De la rencontre avec soi.

Sentir le chemin qui se fait en soi, c'est l'expérience première du pèlerin qui découvre au travers des étapes un affinement de son désir, de son appel, de sa quête. Randonner c'est aller vers soi, c'est parfois oser la solitude, c'est un aller simple vers Sa source, comme une méditation, pas à pas.

Pour celui qui marche, l'équilibre est une quête de tous les instants. Mettre un pas devant l'autre est déjà une aventure. Ceux qui en sont privés le savent mieux encore que les autres. Il ne devrait donc pas y avoir de randonnée sans reconnaissance de Celui qui est à la Source de toute Vie... pour lui rendre grâce.

Yannis Cuenot
Animateur pastoral et président de Jura Rando

Équilibre entre force et maîtrise de soi

En préparant ce numéro, une question s'est rapidement imposée à moi : est-ce que la pratique des sports de combat est compatible avec la foi chrétienne ? La contradiction semble évidente. Pourtant en réfléchissant à ma pratique du kick-boxing, cette opposition m'a paru bien plus complexe qu'il n'y paraît.

D'un côté, des disciplines associées à l'affrontement, à la force et à une forme de violence. De l'autre, les valeurs de l'Évangile qui évoquent la paix et l'ouverture à l'autre. Mais derrière cette image parfois brutale que véhiculent les sports de combat se cache une véritable philosophie qui repose sur la maîtrise de soi et le respect. À l'entraînement comme en combat, tout se base sur des règles précises, le contrôle de sa force et l'attention portée à l'autre. L'adversaire n'est pas vu comme un ennemi mais comme un allié grâce à qui nous pouvons progresser.

Loin de la simple violence ou du spectacle, les sports de combat invitent à vivre une véritable expérience incarnée en demandant un profond travail intérieur. Il faut apprendre à gérer ses émotions, sa peur et son ego. Finalement, le véritable combat ne se joue pas contre son adversaire, mais contre soi-même. Chaque entraînement exige de la discipline, un équilibre constant entre

le dépassement de ses limites, le respect de son corps et la persévérance dans l'effort. Chaque combat se gagne d'abord dans l'ombre, dans le travail invisible, dans cette capacité à continuer malgré la fatigue et le doute.

Encaisser des coups, en donner, supporter la douleur : la réalité de ces disciplines m'amène aussi à réfléchir au rapport que nous entretenons avec notre corps. Dans la tradition chrétienne, celui-ci n'est pas vu comme un simple outil de performance, mais comme une part essentielle de la personne. Il me semble alors primordial d'apprendre à l'écouter et à le comprendre, afin qu'il puisse être un lieu de présence, d'apprentissage et de transformation.

Dans cette recherche d'harmonie entre l'esprit, la technique et le corps, les sports de combat et la foi chrétienne ne semblent finalement pas si opposés. Comme la vie sportive, la vie spirituelle demande du temps, de la discipline et de la persévérance. Il faut s'entraîner, accepter de tomber, apprendre à se relever et à recommencer. Chaque progrès demande des efforts, de la patience et la volonté de continuer malgré les difficultés. Derrière le combat physique se cache alors un autre combat, plus intérieur, celui qui pousse à grandir, à se dépasser et à avancer avec humilité.

Coralie Staecheli

Rédactrice responsable du magazine *solstices*



Habiter son corps dans l'effort

Rien ne destinait Noël Pedreira à participer à un Ironman. Cette discipline, mêlant natation, cyclisme et marathon, pousse le corps dans ses derniers retranchements. Entre dépassement physique et voyage intérieur, le théologien en pastorale raconte comment le sport a transformé son rapport au corps.

« Au niveau du sport, j'ai très longtemps été croyant non pratiquant. » Peu sportif durant sa jeunesse, Noël entretient longtemps un rapport distant avec son corps qu'il voyait comme « gringalet ». Souvent choisi en dernier à la gym, il ne se destine pas à devenir sportif. Jusqu'à ce jour de 2021, à Thoune, où en observant les participants d'un Ironman passer sous sa fenêtre, une idée surgit : pourquoi pas lui ? Le défi est lancé. Pour ses 50 ans, il s'est donné quatre ans pour tenter de boucler un Ironman.

Pour cette aventure sportive un peu folle, Noël part de zéro. « Je n'avais même pas de vraies chaussures pour courir », explique-t-il. Il lui faut alors apprendre à nager, pédaler et courir, tout en apprivoisant la douleur et les limites de son corps. Pour ce papa de trois garçons, c'est une véritable rencontre avec lui-même. Progressivement, à travers l'entraînement et la discipline, son corps devient un partenaire. « On ne fait pas un Ironman contre son corps, mais avec lui. »

Écouter, ajuster, avancer sans se briser. Dans l'effort, une autre dimension s'ouvre. Pour Noël, les heures d'entraînement deviennent un espace de méditation, de prière et d'émerveillement face à la beauté du monde. Une expérience spirituelle profondément incarnée. « Comme le dit saint Paul dans la première lettre aux Corinthiens : "Le corps est le temple de l'Esprit Saint" (1 Co 6, 19). Tout ce que ma vie intérieure reçoit passe par mes cinq sens », souligne-t-il. Il ne s'agit donc pas de dominer son corps, mais de dialoguer avec lui. C'est dans ce subtil équilibre entre effort et respect que se joue le véritable dépassement de soi.



D'un défi unique pour ses 50 ans, l'Ironman est devenu une véritable aventure de plusieurs années : Noël en compte déjà six, et celui de Thoune, en juillet 2026, en sera le septième et dernier avant une pause. Au fil des courses, loin de la performance, son chemin est resté celui d'une découverte : apprendre à connaître son corps, à l'écouter, à l'aimer, et à avancer avec lui.

Conscient du caractère privilégié de cette pratique, entre le coût du matériel et des inscriptions, Noël a choisi d'associer à son dernier Ironman une collecte de fonds pour Caritas Jura. Une manière de rendre une part de ce qu'il a reçu, et d'ouvrir à d'autres la possibilité de vivre, eux aussi, cette osmose entre le corps et l'effort.

Propos recueillis par Coralie Staecheli
Rédactrice responsable du magazine solstices

Être maman d'une sportive

Lundi 29 juillet 2024, Châteauroux, la joie explose et toute la Suisse acclame avec émotion et enthousiasme une nouvelle médaillée olympique : Audrey Gogniat du Noirmont vient d'éblouir tout son monde au tir à la carabine. Une discipline très peu médiatisée que beaucoup découvrent ce jour-là.

Ce jour-là, dans la halle de compétition, son père, son frère, sa sœur, le fan club et de nombreux supporters sont présents, mais pas sa maman Evelyne. Audrey a souhaité qu'elle assiste au concours depuis l'extérieur. Evelyne confie un pincement au cœur et l'impression d'avoir été mise à l'écart après tant d'années de soutien. Pourtant, la mère de la championne comprend pleinement ce choix. Dans un sport où la moindre émotion peut coûter des points décisifs, Audrey préférerait la savoir un peu plus loin. « Aimer, c'est respecter ce que l'autre veut. C'est là qu'elle me voulait, je l'ai accepté. » Elle sait que ce choix n'aurait pas été possible sans une profonde complicité et une confiance totale entre elles.

Derrière le bronze d'une médaille et la liesse médiatique se cache pourtant une réalité plus quotidienne. Un tel résultat exige des sacrifices, au-delà du talent, pour l'athlète comme pour son entourage. Depuis l'âge de 7 ans, Audrey s'entraîne avec détermination, épaulée et coachée par son père, Roland, dont l'enthousiasme ne faiblit pas. Mais quand la fatigue ou la lassitude s'installent, c'est vers sa maman que la jeune fille se tourne. Elle joue l'intermédiaire, écoute, rassure, tempore, au point qu'elle peut affirmer que si sa fille a commencé le tir c'est grâce à son papa, mais c'est grâce à sa maman si elle en fait encore aujourd'hui. Dans l'ombre, cette maman joue un rôle essentiel dans la persévérance de sa fille et l'équilibre de toute la fratrie. En effet, lorsque la passion d'un des enfants exige tant de temps et d'énergie, il importe de ne pas abandonner les autres. Evelyne a donc joué un rôle clé de médiatrice, faisant le lien avec la sœur

aînée et le petit frère, qui ont d'autres attentes et ne souhaitent pas passer tous leurs week-ends à suivre les exploits de leur sœur.



Audrey, modeste, n'a pas pris la grosse tête après sa victoire, pas plus qu'Evelyne. « Je suis fière d'elle, comme de tous mes enfants, dans la victoire comme dans la défaite. L'une comme l'autre sont des lieux d'apprentissage. » Cet amour inconditionnel permet de préserver un lien simple et d'alléger la pression. Aujourd'hui, Audrey vit aux États-Unis. Son départ a été vécu comme un arrachement. Heureusement, elle revient pendant les vacances. Elle est notamment rentrée en mai pour quelques mois, à l'occasion de la fête des Mères. Un lien fort, qui vaut plus que toutes les médailles.

Propos d'Audrey et Evelyne Gogniat
recueillis par Didier Berret

Prière du sportif

Seigneur, je te prie pour nous, tous les sportifs.

Je te demande la force pour aller jusqu'au bout de nous-mêmes et si possible un peu plus loin sans peur et sans artifices, la force de nous faire violence pour être loyal en toutes circonstances, la force de jouer non pour briller tout seul mais solidaire d'une équipe.

Donne-nous d'être dans la vie comme sur le terrain : d'être fidèles en amitié, forts pour servir, passionnés du meilleur.

Assez humbles pour savoir ce que nous valons et ce que nous devons aux autres, aux entraîneurs, à Toi qui nous donnes le physique et le moral.

Donne-nous encore le goût de Te choisir comme arbitre de nos choix, énergie de nos vies, entraîneur vers le Père.

Ne nous permets pas d'oublier que la vraie compétition c'est la course de notre vie.

Tu en es le prix éternel.

Auteur inconnu



Les joies du ballon rond

Il suffit que je touche un ballon pour que quelque chose s'illumine en moi. Une sorte de petite magie intérieure. Mon corps, ma tête, mon esprit... tout se met à vibrer autour de ce jeu si simple, et pourtant si intense : le football.

Depuis tout petit, le foot est ma passion. Jouer dehors avec mes frères et ma sœur, à l'école avec mes potes, me remplissait de joie. J'ai intégré très rapidement les équipes juniors des SR Delémont. J'ai découvert la compétition, appris à gagner, à perdre (pas facile pour moi), mais j'ai surtout acquis, grâce à mes entraîneurs, l'esprit d'équipe, le respect de l'adversaire et le fair-play, ainsi que l'importance d'être soudés dans la victoire comme dans la défaite.

Cinquante ans plus tard, la même joie m'anime. Je suis toujours autant « mordu », même si mon corps est un peu « rouillé ». J'ai toujours la même étincelle quand je joue au foot. Vous pouvez me croire ou pas, mais quand je joue : je prie.

Grâce au football, j'ai pu m'intégrer et faire des connaissances dans des endroits inimaginables. J'ai joué au Pérou à plus de 4000 mètres d'altitude, en Afrique, en Russie, sur les chemins de Compostelle et de la Via Francigena à Rome. C'est le sport universel par excellence. Pas besoin de parler, il y a tout de suite une connexion avec les autres joueurs, enfants et adultes.

Il y a une dizaine d'années, nous avons créé une équipe de réfugiés (qui existe encore aujourd'hui) pour une meilleure intégration dans le village de Tramelan : mettre ensemble des Africains du Nord et du Sud, des Afghans, des Irakiens, des Syriens, des Colombiens et quelques Suisses a permis le vivre-ensemble cette gaieté de se rencontrer autour d'un simple ballon.

Ce qui me remplit de joie actuellement, c'est de pouvoir entraîner des personnes en situation de handicap de la fondation la Pimpinière à St-Imier. Vivre ce moment unique avec eux et voir sur leur visage une telle joie de taper dans un ballon me rend heureux. C'est ma récompense ! On est très loin du foot business, loin des scandales de la FIFA. À la Pimpi, il n'y a que le bonheur de jouer, de partager et de fraterniser.

Jean-Louis Crétin

*Animateur pastoral et aumônier à l'AOPH
(Aumônerie Oecuménique des Personnes
en situation de Handicap)*



Le dépassement de soi sur le parquet

Né à Porrentruy et atteint d'ostéogénèse imparfaite, une maladie génétique rare aussi appelée maladie des os de verre, Loris Gschwind, 31 ans, découvre le basketball en fauteuil roulant à l'adolescence. Rencontre avec ce jeune sportif porté par la passion du handibasket.

Comme son nom l'indique cela se traduit par une hyperfragilité osseuse qui dès mon plus jeune âge m'a poussé à être attentif non seulement à mes mouvements mais également à ceux de mes camarades. Faisons un bon en avant en évitant les quelques fractures et opérations subies entre naissance et adolescence. Aux alentours de 12-13 ans, j'ai découvert le basketball en allant à un match du BC Boncourt. Ce jour-là, je suis tombé amoureux de ce sport. Point positif: le basket figure parmi les sports en fauteuil roulant les plus répandus en Suisse. Après avoir quelques négociations avec ma maman, préoccupée par les risques du handibasket, j'ai intégré les Dogs du Jura en 2011. Ma « carrière » en handibasket a débuté à Delémont, puis Bâle. Soutenu par ma grand-mère pour mes déplacements, j'ai ensuite joué en Suisse centrale puis à Meyrin, avec une participation à l'Euroleague.

Après deux saisons à Fribourg, un nouveau projet a vu le jour dans le Jura. Les Jura Raptors sont nés et sont engagés en championnat depuis 2019-2020. L'équipe a notamment accédé à la LNA en 2024 et atteint une finale de Coupe Suisse en 2026.

Le sport a joué un rôle essentiel dans mon développement, aussi bien sur le plan mental que physique. Il m'a appris la discipline, la persévérance et le dépassement de soi. À travers le basket, j'ai appris l'importance du travail et de la persévérance pour atteindre mes objectifs.



Au-delà de l'aspect personnel, le basket m'a permis de créer des liens forts. C'est grâce à ce sport que j'ai rencontré certains de mes amis les plus proches. Les moments partagés en équipe ont renforcé les valeurs de collectif, d'entraide et de respect.

Mon parcours dans plusieurs clubs m'a permis de voyager, de m'adapter à différents environnements et d'élargir mes horizons, sur le terrain comme en dehors.

Enfin, sur le plan physique, le sport m'a permis de renforcer mon corps et d'adopter un mode de vie plus sain. En cherchant constamment à m'améliorer, j'ai appris à me fixer des objectifs et à travailler avec rigueur pour les atteindre.

Le sport m'a énormément apporté: il m'a construit, m'a appris des valeurs importantes et m'a permis de grandir à tous les niveaux.

Loris Gschwind
Membre des Jura Raptors

Le sport en image

Marche des mamans et des grands-mamans à Develier – juin 2024

Un moment de pause et d'échange entre femmes, organisé par la Pastorale des familles à Develier, pour prendre soin de soi et réfléchir à son chemin de vie et à celui de ses enfants.



Journée découverte et spiritualité à Mariastein – été 2024

Les enfants de l'école primaire ont vécu une journée avec la Pastorale des familles placée sous le signe de la découverte, de la convivialité et de la spiritualité, conclue par un jeu de piste.

Échappées spirit-nature à Cornol – 3 août 2025

Randonnée, spiritualité et nature se rencontrent lors des Échappées spirit-nature organisées par la Pastorale des familles, des marches estivales invitant au ressourcement et à la découverte de lieux insolites.



Marcher avec d'autres, cheminer avec l'Autre – 2025

Quatrième étape des Marche itinérante Pèlerins d'espérance, proposée par le Service du Cheminement de la Foi. Un temps pour marcher ensemble, contempler la création et nourrir sa foi.



Fête du jeu à Bassecourt – 28 mars 2026

Organisée par le MADEP, la Fête du Jeu a réuni 36 enfants et une dizaine d'adultes autour du thème de la liberté, dans une journée placée sous le signe du jeu, du mouvement et du partage.

Animations de rue du Madep à Moutier – 29 avril 2026

Les enfants et les familles se retrouvent autour de jeux et d'activités sportives en plein air pour expérimenter le vivre-ensemble dans une ambiance conviviale et chaleureuse.



Les prochains événements sportifs

En 2026, partez sur « Les chemins de Saint-Jacques dans le Jura » avec le Service du Cheminement de la Foi et vivez une aventure humaine et spirituelle au rythme de la marche. Faire un bout de chemin avec d'autres, prendre le temps de la rencontre, contempler la création et se laisser porter par la beauté des paysages : voilà l'esprit de ce pèlerinage accessible à tout bon marcheur.

→ **4 juillet** – de Moutier à Bellelay – 18 km

→ **22 août** – de Bellelay à Sonceboz – 12 km

→ **5 septembre** – de Sonceboz à Bienne – 17 km

→ **26 septembre** – de Bienne à La Neuveville – 16 km

Toutes les infos sur www.jurapastoral.ch/services_pastoraux/formation-scf

Les **Échappées spirit-nature** du Jura pastoral invitent à vivre des marches estivales mêlant randonnée, spiritualité et découverte de lieux insolites. Organisées par la Pastorale des familles, ces sorties proposent un temps de ressourcement au cœur de la nature, entre contemplation, célébration et éco-spiritualité.

→ **Dimanche 28 juin 2026 à 9h**

Rendez-vous au parking devant l'église de Vermes pour une boucle à la découverte des fresques de l'église.

→ **Dimanche 5 juillet 2026 à 9h30**

Départ depuis la place de parc près du café « L'Annexe » à Cormoret pour rejoindre le temple de Courtelary.

→ **Dimanche 19 juillet 2026 à 9h30**

Rendez-vous au croisement pour Bellelay et Souboz, à la sortie des gorges du Pichoux, pour rejoindre la « chapelle » des anabaptistes.

Toutes les infos sur www.jurapastoral.ch/familles

Du 9 au 14 août 2026 à Tramelan, participe aux **KidsGames!** Tu as entre 7 et 14 ans et tu souhaites vivre une semaine inoubliable mêlant sport, jeux, créativité et découvertes bibliques dans une ambiance conviviale et dynamique ? Alors ne manque pas cette belle occasion de partager, t'amuser et grandir avec d'autres jeunes durant l'été ! Inscris-toi dès maintenant !

Pour tout renseignement, contacte Jean-Louis Crétin, animateur pastoral dans l'EPPP, au **077 460 91 48** ou par mail à jean-louis.cretin@jurapastoral.ch. Les inscriptions sont ouvertes jusqu'au **30 juin 2026**.

Dimanche 30 août 2026 en **Ajoie**, venez vivre une journée alliant vélo, art et méditation à travers la découverte de lieux inspirants, de vitraux et de tableaux, dans une atmosphère conviviale et contemplative. La journée se vivra également au rythme d'un temps de célébration partagé ensemble. Une bonne condition physique est recommandée pour les vélos musculaires. Les vélos électriques sont les bienvenus.

Plus d'informations suivront prochainement par la Pastorale des familles – www.jurapastoral.ch/familles

Lundis **19 octobre** et **7 décembre 2026**, de **20h00 à 22h00** à la Maison Saint-François à **Delémont**, osez prendre le temps de ralentir, de vous recentrer et de cheminer vers votre intériorité à travers des gestes simples, répétitifs et vécus en cercle: telle est l'invitation des soirées de Danse sacrée mêlant mouvement et méditation. Entre énergie, légèreté et présence à soi, chacun et chacune est invité à vivre un moment de ressourcement accessible à tous, sans aucune connaissance préalable.

Toutes les infos sur www.jurapastoral.ch/services_pastoraux/formation-scf

Viens t'amuser aux animations de rue avec l'équipe du MADEP! Chaque mercredi après-midi de **14h00 à 16h00**, les parcs de **Porrentruy, Delémont et Moutier** se transforment en grands terrains de jeux pour les enfants et les familles.

Jeux, rires, défis et rencontres t'attendent pour passer un super moment en plein air avec d'autres jeunes! En cas de pluie, les animations sont annulées.

Toutes les infos sur www.jurapastoral.ch/services_pastoraux/jeunesse/madep

Du mercredi 31 mars au vendredi 9 avril 2027, quittez l'agitation du quotidien et partez à l'essentiel dans le désert du **Sinaï**.

Accompagnés des bédouins, du diacre Didier Berret et du prêtre Gilles Bobe, vivez une aventure de marche, de silence et de méditation sur la Bible. Une expérience unique de simplicité et d'intériorité.

Toutes les infos sur www.bible-ouverte-voyages.ch ou au **079 580 93 10**.

Retrouvez toute notre actualité sur notre site →

Juin – septembre 2026

Le Jura à Notre-Dame de Paris – à partager ensemble

Jeudi 25 juin 2026 à 12h00 à la Cathédrale Notre-Dame de Paris – Messe présidée par Mgr Felix Gmür.
Infos: www.jurapastoral.ch/agenda/le-jura-a-notre-dame-de-paris

Pèlerinage à Notre-Dame des Ermites – à partager ensemble

Mercredi 8 juillet 2026 à Einsiedeln – Prédicateur: Mgr Alain de Raemy.
Délai d'inscription: 30 juin 2026 auprès de Catherine Excursions à info@catherine-excursions.ch
ou au **079 / 735 68 94**.
Infos: www.jurapastoral.ch/agenda/pelerinage-a-notre-dame-des-ermite-einsiedeln-2026

Pèlerinage à Notre Dame de Lorette – à partager ensemble

Samedi 15 août à 10h, départ de la Rue de Lorette (garage City) à Porrentruy
Célébration sur le thème *Vierge Marie, debout dans l'ESPERANCE, VEILLE sur le monde!* et présidée par l'abbé Jean-Pierre Babey. La prédication est assurée par Mgr Denis Theurillat.
Accueil des enfants et animations proposé par la Pastorale des familles.
Infos: www.jurapastoral.ch/ajoie/lorette

Introduction à l'écriture d'icônes – à partager ensemble

Lundi 17 août 2026 à 19h30 à la salle paroissiale de Tarmelan – conférence introductive au monde des icônes, par l'abbé Christian Schaller.
Du lundi 24 août au lundi 28 septembre 2026 à la salle paroissiale de Tarmelan – 6 lundis soir de 18h30 -21h30, accompagné par Mirjam Froidevaux.
Inscriptions jusqu'au 5 juillet 2026: www.jurapastoral.ch/agenda/introduction-a-lecriture-dicones

Spectacle de la Compagnie Théâtrale Association Culturelle St Jean *Au commencement... le vert était dans la pomme* – à partager ensemble

Dimanche 13 septembre 2026 à la Salle des fêtes de Alle à 17h00.
Une relecture drôle et engagée de l'écologie moderne, où Adam et Ève réinventent notre regard sur le monde à travers un décor en constante transformation.
Infos: www.jurapastoral.ch/agenda/au-commencement-le-vert-etait-dans-la-pomme

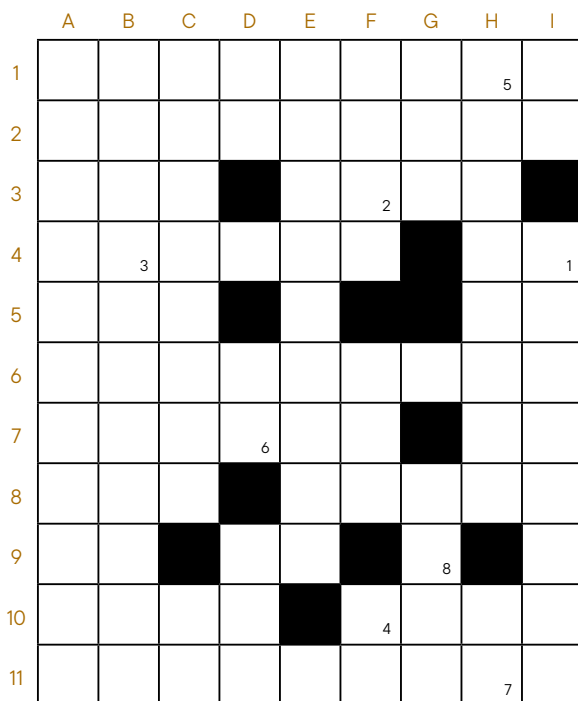
Célébration œcuménique à Raimeux – à partager ensemble

Dimanche 20 septembre 2026 à 11h00 au Chalet St-Georges
Chaque année lors du Jeûne fédéral, catholiques et réformés se réunissent à Raimeux pour une célébration œcuménique autour d'un thème pour l'environnement.
Infos: www.jurapastoral.ch/agenda/celebration-oecumenique-a-raimeux

Deux semaines au Cameroun en juillet 2027 – pour les jeunes

Vendredi 18 septembre 2026, à 19h45 au complexe paroissial à Bassecourt – rencontre d'information.
Infos: www.jurapastoral.ch/agenda-saoe/cameroun-2027

Mots-croisés



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

Félicitations à notre grande gagnante de mars: **Monique Schaffter de Courroux**

Découvrez le/la prochain-e gagnant-e dans le numéro de septembre. **Bonne chance!**

Tentez votre chance et remportez un bon de CHF 100.– au Raiffeisen Parc à Delémont.

Pour participer, envoyez votre réponse jusqu'au 20 août 2026 à solstices@jurapastoral.ch

HORIZONTAL – 1. Saint patron des footballeurs **2.** Mettrait de l'eau dans son vin **3.** Une porte pour trouver du job ■ Dieu cananéen **4.** Voile touareg ■ Droit et vert **5.** Dieu mésopotamien de la pluie et du ciel ■ Petit prof **6.** Mit des couches **7.** Muse qui joue la comédie ■ Un morceau de valse ou un club de foot **8.** Un chiffre romain qui prête à rire ■ Palmier **9.** Calcule l'intelligence du cœur ■ Kilonewton **10.** Celles des rédacteurs en chefs ■ Cause avec élan **11.** Apprécierai en expert

VERTICAL – A. École de pensée de saint Thomas d'Aquin **B.** Épître dans laquelle Paul compare le croyant à l'athlète **C.** Cassai ■ Agent de liaison **D.** Pour la musique ou les dominicains ■ Un bout d'alu ■ Lettre grecque **E.** Saint patron de tous les sportifs sauf peut-être des joueurs de fléchettes **F.** Organisation pour les migrants ■ Nouveau pronom ■ Note de musique **G.** Pour un permis d'armes ■ Strié à rebours **H.** Pour les amateurs de sensations fortes ■ Ne cesse de faire parler d'elle **I.** Code de l'Islande ■ Saint alpiniste

Mots-cachés

Comment jouer?

→ Trouvez d'abord tous les mots de la liste.

Les mots peuvent être écrits dans n'importe quel sens et partager des lettres, voire se chevaucher.

→ Une fois tous les mots trouvés, recopiez les lettres restantes en commençant par le coin supérieur gauche dans les espaces vides pour révéler le mot caché:

Il en faut dans le sport, comme dans la prière.

— — — — — — — — — —

G	E	E	C	N	E	S	É	R	P
U	C	O	U	R	S	E	N	D	U
I	T	R	È	U	S	P	O	R	T
D	A	I	S	E	M	M	A	L	F
E	R	É	R	I	A	M	O	U	R
P	J	N	C	P	O	E	E	S	X
B	I	B	L	E	S	F	I	I	I
P	A	R	T	A	G	E	O	M	R
S	E	P	I	U	Q	É	J	A	P
R	É	P	É	T	I	T	I	O	N

- | | | | | |
|----------|-----------|-----------|--------------|---------|
| ■ amis | ■ équipes | ■ guide | ■ présence | ■ sport |
| ■ amour | ■ esprit | ■ Jésus | ■ prière | |
| ■ Bible | ■ flamme | ■ joie | ■ prix | |
| ■ course | ■ foi | ■ partage | ■ répétition | |

As-tu trouvé le mot caché?

Tu as entre 5 ans et 18 ans? Tente ta chance et remporte un bon de CHF 100.– au Raiffeisen Parc à Delémont. Pour participer, envoie ta réponse jusqu'au 20 août 2026 à solstices@jurapastoral.ch

Le sport, du dépassement de soi à la rencontre de l'Autre

« C'est toi qui allonges ma foulée sans que faiblissent mes chevilles. » Ce verset du psaume 17 m'avait été partagé par un ami séminariste lors d'un temps de prière il y a quelques années. Moi qui aimais me dépenser et me dépasser dans la course à pied, cette image de l'appui du Seigneur m'a immédiatement parlé : non comme un dopage ou une voiture-balai pour le coureur qui abandonne, mais comme une présence qui soutient l'effort et allonge discrètement la foulée. Plus intimement que les encouragements de supporters, Dieu nous soutient de l'intérieur dans notre pèlerinage sur terre et nous fait porter du fruit et cela m'émerveille.

« Une seule chose compte : oubliant ce qui est en arrière, et lancé vers l'avant, je cours vers le but en vue du prix auquel Dieu nous appelle là-haut dans le Christ Jésus. » Cette citation de la lettre aux Philippiens 3, 13-14 m'a interpellé lorsque l'été dernier, avec un confrère chanoine et une quarantaine de jeunes, nous avons organisé un pèlerinage à vélo du Valais jusqu'à Rome pour le Jubilé des jeunes. À la vue de la coupole de la Basilique Saint-Pierre, les onze jours d'efforts, les montées et les courbatures se sont effacés devant la joie d'arriver ensemble à Rome pour vivre le partage avec le Pape et des jeunes du monde entier. La course vers la sainteté se joue à plusieurs, comme dans une équipe de vélo qui se stimule à aller de l'avant et ne désirent que la ligne d'arrivée : le ciel.

À travers des images sportives, ces deux versets bibliques évoquent à la fois la force que donne la grâce de Dieu et l'esprit de groupe dans l'effort commun. Ces vertus sont régulièrement vécues ici dans la montagne, là où se trouve notre maison de l'hospice du Grand-St-Bernard.



En montagne, chacun doit soutenir les autres, car laisser quelqu'un seul peut devenir mortel si la météo se dégrade. Arriver au sommet d'une montagne fait oublier la difficulté du chemin grâce à la beauté du paysage et au partage avec son compagnon de cordée. Il est impressionnant comme en montagne, souvent les gens se tutoient spontanément, comme si l'effort rapprochait et ouvrait les cœurs. Le sport nous place souvent dans une zone d'inconfort qui nous dévoile au regard des autres dans notre faiblesse, et ainsi, nous rapproche des autres et de l'Autre, ce Dieu vers qui tout homme tend, comme le plus haut sommet vers qui tous aspirent.

Chanoine Simon Roduit
Prieur de l'hospice du Grand-St-Bernard



Retours à :
Centre pastoral du Jura
Rue des Texerans 10

**Retrouvez
tous les horaires
des célébrations
sur →**

solstices

est adressé à tous les catholiques
du Jura pastoral et paraît quatre fois par an :

- 21 mars
- 21 juin
- 21 septembre
- 21 décembre

fait suite à lebulletin.ch

édition et rédaction

Centre pastoral du Jura
Rue des Texerans 10
2800 Delémont
Tél. 032 421 98 89
solstices@jurapastoral.ch

Coralie Staecheli — Rédactrice responsable

impression

Centre d'impression Le Pays
www.lepays.ch

concept graphique et mise en page

Pomzed Communication
www.pomzed.ch

**Pour les changements d'adresse ou pour
ne plus recevoir la publication, veuillez
vous adresser au Centre pastoral du Jura
ou envoyez un courriel à
solstices@jurapastoral.ch**

Juin 2026

