

CINÉMA AH CES HOMMES...

«Garçonnières» au Casino

MARTIGNY Ciné-Doc dévoile son affiche et devient le «rendez-vous documentaire des cinémas romands» en accompagnant la sortie de films documentaires dans plus de 20 salles dans toute la Suisse romande soit deux fois plus qu'en 2021. Le programme de la saison est présenté en deux temps; de septembre à décembre puis de janvier à avril, avec au total 7 films à découvrir dans les salles partenaires. «Garçonnières» de Céline Pernet ouvre cette 7e saison.

Rapport à la masculinité

La cinéaste Céline Pernet ouvre donc la saison avec «Garçonnières» en portant son regard d'anthropologue sur les hommes de sa génération pour imaginer un nouveau rapport à la masculinité. En octobre, nous vous convions à une rencontre insolite questionnant notre rapport aux animaux



Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur les hommes sans jamais oser le demander, c'est dans «Garçonnières». LDD

avec «Vedette» de Claudine Bories et Patrice Chagnard, récit d'une vache reine du val d'Hérens. En novembre-décembre, avec

«Mi país imaginario», Patricio Guzmán retourne dans son Chili natal pour documenter les soulèvements de 2019, véritable révolu-

tion populaire qui a mené à la création d'une nouvelle Constitution nationale.

Le cercle s'élargit...

La 7e saison marque un changement d'identité pour un grand changement sur le terrain: «Le rendez-vous documentaire des cinémas régionaux» devient «le rendez-vous documentaire des cinémas romands» jusque-là centré sur un réseau de 10 cinémas situés dans des villages et petites villes, Ciné-Doc accompagne désormais la sortie de films documentaires dans plus de 20 salles partenaires dans toute la Suisse romande. Au total, près de 150 séances en présence d'intervenants pour découvrir des films portés par des réalisateurs et réalisatrices passionnés. **MAG**

«Garçonnières», à Martigny, salle du Casino, mardi 4 octobre à 18 heures. En présence de Céline Pernet. www.cinedoc.ch

LIVRE JOURNÉE D'ALZHEIMER

Renforcer sa mémoire à l'aide de fruits, légumes et épices

RÉGION La prochaine journée mondiale autour de la maladie d'Alzheimer aura lieu le 21 septembre et le nouvel ouvrage du Dr Kurt Hostettmann, «Renforcer et conserver sa mémoire: fruits, légumes, épices» qui vient de sortir aux Editions Pillet, rappelle le potentiel du règne végétal sur notre mémoire.

Pas de faux espoirs

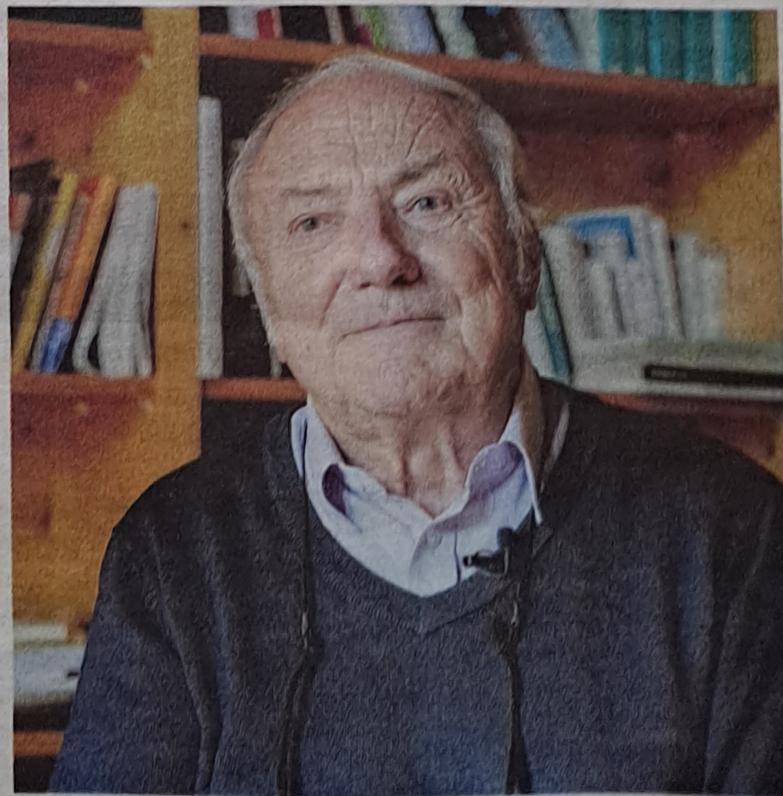
«Que ton aliment soit ton médicament!» Le règne végétal présente un immense potentiel pour atténuer les troubles de la mémoire, de l'attention ou encore de la concentration. Sans susciter de faux espoirs, certains fruits, légumes ou épices peuvent aider au maintien et au renforcement des fonctions cognitives. Seules les plantes étudiées scientifiquement sont décrites dans ce nouvel ouvrage du Dr Kurt Hostettmann, expert internationalement reconnu dans le domaine des

plantes médicinales et des phytomédicaments. Ouvrage destiné à un large public, avec à la clé des conseils pratiques sur la meilleure façon de les utiliser.

Aucun médicament

A l'heure actuelle où il n'existe encore aucun médicament capable de venir à bout de maladies dégénératives de type Alzheimer, des fruits comme la myrtille ou les baies d'argousier et des épices (curcuma, huile essentielle de romarin à 1,8 - cinéole) permettent d'en ralentir la progression et d'améliorer la qualité de vie des personnes. Ils peuvent aussi être utilisés avec profit en cas de perte temporaire de la mémoire, durant une période difficile de la vie incluant surmenage, stress, burn-out, dépression, manque de sommeil ou encore pour améliorer les performances scolaires. **(C)**

www.editions-pillet.ch



Kurt Hostettmann, docteur en chimie, est un expert internationalement reconnu dans le domaine des plantes médicinales et des phytomédicaments. ÉDITIONS PILLET