

News

vs.prosenectute.ch

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER



 Newsletter vorlesen

Newsletter 09/2025

Liebe Leserinnen und Leser,

«Glück ist nur dann echt, wenn man es teilt.» Christopher McCandless

Weil Ihr Lächeln unsere schönste Belohnung ist, haben wir für Sie ein Programm zusammengestellt, das bunt und reich an Entdeckungen und Emotionen ist, damit Sie eine aktive, erfüllte... und vor allem gemeinsam geteilte Saison erleben können.

Viel Vergnügen beim Lesen – und bis bald!



Entdecken Sie unser neues Programm

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der künstlichen Intelligenz, entspannen Sie sich in unseren Wohlfühl-Workshops, entdecken Sie die Fotografie, tanzen Sie an unseren Discoabenden 60+ oder schlendern Sie durch italienische Märkte... **Viele Neuheiten erwarten Sie!** Geniessen Sie unseren Aktivitätscocktail und nehmen Sie unvergessliche Erinnerungen mit nach Hause.

Entdecken Sie unser neues Programm



Walking Football: Fussball mal ganz «cool»

Gibt es wirklich Fussball im Schrittempo? Und ob! Gesellig, unterhaltsam und ideal, um fit zu bleiben.

In Zusammenarbeit mit dem Walliser Fussballverband (WFFV) laden wir Sie zu zwei kostenlosen Schnuppernachmittagen ein – offen für alle:

- **Montag, 6. Oktober 2025 - Visp**
(Fussballplatz hinter der BFO-Halle, Kleegärtenweg 2d)
- **Dienstag, 7. Oktober 2025 - Martigny**
(Stade d'Octodure, Rue du Levant 97)

Kein Profi? Kein Problem: Sportschuhe, bequeme Kleidung und gute Laune reichen!

Mehr Infos



«Gymnastik im Wohnzimmer!» ist zurück!

Gute Neuigkeiten! Stéphanie und Noé, unsere neuen Moderatoren, sind mitten in den Dreharbeiten und bereiten für Sie Gymnastikübungen für zu Hause vor. Eine neue Staffel wird ab Herbst 2025 von Montag bis Sonntag um 10 Uhr auf Kanal9 verfügbar sein!

Bis dahin können Sie alle bereits ausgestrahlten Sendungen geniessen: <https://aj.prosenectute.ch/ca-bouge>.

Mehr Infos



Werden Sie das Lächeln eines Seniors

Schliessen Sie sich unseren Freiwilligen an und unterstützen Sie die Seniorinnen und Senioren in Ihrer Region. Sportliche Animationen, Begleitung von Seniorengruppen, Hausbesuche... Wählen Sie die Aufgabe, die zu Ihnen passt!

Alle unsere Freiwilligen profitieren von einer **kostenlosen Schulung**.

[Mehr Infos](#)



Foire du Valais: Ein legendärer Tag kündigt sich an

Treffen Sie uns am Montag, **29. September, an der Foire du Valais in Martigny** zum Tag der Generationen 60+! Von 9 bis 17 Uhr erleben Sie einen Tag voller Animationen und Überraschungen: Konzerte, den Wettbewerb «Lebensrezepte», eine Line Dance Show...

Eine schöne Gelegenheit, neue Leute kennenzulernen!

[Mehr Infos](#)



Lust auf eine Auszeit?

Ein genussvoller Tag auf dem Markt von Domodossola, ein lehrreicher Themenrundgang durch Thun, eine interessante Zeitreise durch die Geschichte von Niedergesteln, eine packende Tour durch das Berner Kriminalmuseum... Entdecken Sie zahlreiche Möglichkeiten zu reisen, zu lernen und das Leben zu geniessen!

[Mehr Infos](#)



Testamentshotline für Ihre Fragen

Anlässlich des Tags des Testaments bieten wir vom 9. bis 12. September gemeinsam mit der Allianz Gemeinwohl und dem Schweizerischen Notarenverband eine kostenlose telefonische Beratung an. Unter dem Motto «*Was bleibt, wenn wir gehen?*» beantworten erfahrene Notarinnen und Notaren in 15 Minuten Ihre Fragen zur Testamentserstellung, Gültigkeit und wie Sie gemeinnützige Organisationen berücksichtigen können.

Buchen Sie online einen Termin oder rufen Sie am Montag, 8. September 2025, unter 031 310 58 11 an, um einen Termin zu vereinbaren.

Reservierung



Und wenn Ihre Augen auch hören könnten?

Sehen und Hören arbeiten Hand in Hand, um Sie mit der Welt zu verbinden. Ab 55 Jahren schwächen sich diese Sinne natürlicherweise. Ignorieren Sie die Anzeichen nicht! Machen Sie in den Fachgeschäften von **Berdoz** den 360 Grad-Check: Ihre Sehkraft und Ihr Hörvermögen in nur einem Termin. Einfach, schnell und präzise.

[Termin vereinbaren](#)



Coming Home kümmert sich um Ihr Zuhause

Entrümpelung und Reinigung, Lagerung Ihrer Möbel und Gegenstände, Renovierung oder Immobilienverkauf - Coming Home ist Ihr Spezialist für Ihr Zuhause und kümmert sich um alles aus einer Hand! **Eine einfache und effiziente Begleitung.**

[Mehr Infos](#)

Dies verspricht eine Saison voller Elan, Begegnungen und Entdeckungen zu werden! Wir freuen uns darauf, diese besonderen **Momente mit Ihnen zu teilen** und gemeinsam neue Erinnerungen zu schaffen.

Passen Sie bis dahin gut auf sich auf und behalten Sie Ihr schönes Lächeln, das uns immer wieder inspiriert.

Mit den besten Grüßen

Pro Senectute Valais-Wallis

Überbielstrasse 10
3930 Visp

Tel. 027 948 48 50

ow@vs.prosenectute.ch
www.vs.prosenectute.ch
[Datenschutzerklärung](#)



[Newsletter abmelden](#)
[Profil editieren](#)