

News

vs.prosenectute.ch

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER



 Newsletter vorlesen

[Lire la newsletter en français](#)

Newsletter 12/2020

Guten Tag,

Wir hoffen, dass Sie sich bei guter Gesundheit befinden und trotz der aktuellen Situation guten Mutes sind. Dieses Jahr 2020 war unbestritten sehr herausfordernd. Wir mussten uns der Situation anpassen und diese oft einfach auch ertragen.



Ausfall unserer Aktivitäten

Bei Pro Senectute Valais-Wallis haben wir nach den jüngsten Beschlüssen des Bundesrates all unsere Aktivitäten bis zum 22. Januar 2021 eingestellt. Zu diesem Zeitpunkt werden wir sehen, ob eine allmähliche Aufnahme unserer

Aktivitäten wieder möglich sein wird. Natürlich wird dies abhängig sein von der Situation im Gesundheitsbereich sowie den Entscheidungen der Behörden. Wir sind uns bewusst, dass diese Situation für alle ermüdend ist. Unsere engagierten Freiwilligen und die Kursteilnehmenden vermissen es, gemeinsame Zeit zu verbringen. Das momentane Klima ist allgemein eher besorgniserregend ... Deshalb möchte unser Team der Soziokulturellen Animation in Form von kleinen Angeboten für die bevorstehenden Festtage und zum Jahresende hin unseren Senioren etwas Seelenbalsam spenden.

[Website](#)



Geschichten von Weihnachten bis zum Dreikönigstag

An jedem Tag vom 25. Dezember bis zum 06. Januar werden Geschichten und Legenden auf Walliserdeutsch erzählt und via [Facebook](#), [YouTube](#) und eventuell auch mittels anderen sozialen Medien aufgeschaltet. Der Link wird auch jeweils im Walliser Boten unter der Rubrik Alter Aktiv publiziert.

[Facebook](#)



Domigym - Turnen von zu Hause

Den Senioren, welche sich gerne bewegen und unabhängig bleiben möchten, bietet Pro Senectute Valais-Wallis zu Hause ein individuelles Gymnastikprogramm an. Die Lektionen können auch in kleinen Gruppen bis drei Personen in Ihrer eigenen Wohnung durchgeführt werden.

Tarife:

CHF 9.00 pro Person und Lektion mit 3 Personen
CHF 13.00 pro Person und Lektion mit 2 Personen
CHF 25.00 für eine individuelle Lektion

Die Durchführung wird durch esa-Leidende mit Zusatzausbildung ermöglicht.

Anmeldung beim Sekretariat unter 027 948 48 50.



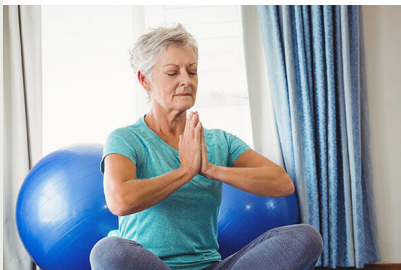
Sanftes Gehen an der frischen Luft - gut für Körper und Seele

Wir bieten der älteren Generation die Möglichkeit mit Gleichgesinnten sanft zu spazieren. Die Aktivität wird mit maximal 4 Personen in Begleitung einer esa-Leitung durchgeführt.

Kosten:

CHF 5.00 pro Person und Spaziergang

Anmeldung beim Sekretariat unter 027 948 48 50 oder per e-mail an ow@vs.prosenectute.ch.



In Bewegung bleiben

Wir bieten die Sendung «Seniorengymnastik» auf Kanal9 an. Diese wird jeweils montags, dienstags und donnerstags um 10.00 Uhr und 15.00 Uhr ausgestrahlt. So können sie sich weiterhin in Form halten und somit Ihre Gesundheit fördern. Auch schalten wir auf [Facebook](#) unsere Turnstunden «Fit mit Jolanda» auf, welche von unserer Leiterin Jolanda Schwery erteilt werden.

Unsere Aktionen



Dankeschön für Ihre Grosszügigkeit

Im Jahr 2020 haben Sie uns grosszügig unterstützt und wir danken Ihnen dafür. Ihre Spenden erlauben uns, unsere Aufgaben zum Wohle unserer Senioren weiterzuführen. Was gerade im Zusammenhang mit der Pandemie von noch grösserer Bedeutung ist. Es ermöglicht uns,

der älteren Generation einen wertvollen Halt zu geben.

Nicht zuletzt wünschen wir Ihnen Frohe Festtage und einen guten Jahresabschluss. Wir hoffen, dass uns das Jahr 2021 Ruhe, Gelassenheit und vor allem Gesundheit bringt.

Ihr Team der Pro Senectute Valais-Wallis

Ihr Engagement

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](#)