

News

vs.prosenectute.ch

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER



 Newsletter vorlesen

Newsletter 12/2024

Liebe Leserinnen und Leser!

Der Weihnachtszauber breitet sich langsam aus, und die Adventszeit lädt uns ein, einen Gang zurückzuschalten, um die kostbaren Momente mit Familie und Freunden in vollen Zügen zu geniessen. Es ist die perfekte Gelegenheit, das vergangene Jahr Revue passieren zu lassen und von neuen Projekten zu träumen.

Wir wünschen Ihnen eine wundervolle Adventszeit und eine angenehme Lektüre.



Weihnachtslauf: Unsere Helden auf der Ziellinie

Das Team von Pro Senectute Valais-Wallis hat sich der Herausforderung des traditionellen Weihnachtslaufs in Sitten in der Kategorie Firmen-Challenge gestellt. Inmitten der wunderschön geschmückten Strassen teilten unsere Läuferinnen und Läufer Momente voller Emotionen, Geselligkeit und Teamgeistes. Eine bereichernde sportliche Erfahrung, die die Werte der Solidarität und der festlichen Dynamik dieser Weihnachtszeit perfekt widerspiegelt.

[Entdecken Sie hier die Resultate](#)



Sind Sie bereit, die Weihnachtslieder über DAB+ zu hören?

Am 31. Dezember um 23.59 Uhr wird RTS seine Radiosendungen auf UKW einstellen. Um weiterhin RTS Première, Espace 2, Couleur 3 oder Option Musique zu hören, müssen Sie auf DAB+ oder das Internet umsteigen.

DAB+ (Digital Audio Broadcasting), ist der neue Standard, der UKW in der Schweiz ersetzt und auch in Europa an Bedeutung gewinnt. Dieser digitale Rundfunk bietet zahlreiche Vorteile: eine höhere Tonqualität, eine vereinfachte Sendersuche und völlige Unabhängigkeit vom Internet. Ein echter Pluspunkt, um Ihre Weihnachtsmusik und Ihre Lieblingssendungen zu genießen!

Hier prüfen, ob Ihr Autoradio DAB+ empfängt



Neu: Hilfe bei der Steuererklärung für unsere bedürftigen Senioren

Sie sind Seniorin oder Senior, verfügen über ein geringes Einkommen und die Steuererklärung ist für Sie eine echte Knacknuss? Pro Senectute Valais-Wallis ist da, um Ihnen zu helfen! Ab dem nächsten Jahr wird unser Hilfsdienst für die Steuererklärung auf Senioren ausgeweitet, die ihn benötigen.

Wir empfangen Sie in unseren Pro Senectute-Büros in Sitten, um Ihre Steuererklärung auszufüllen:

- **Am 25. Februar um 18 Uhr: Es werden Sprechstunden mit Studierenden der HES-SO abgehalten.**
- **Vom 26. Februar bis zum 10. April: Es werden tagsüber Sprechstunden mit Freiwilligen von Pro Senectute stattfinden.**

Die Voraussetzungen für die Inanspruchnahme dieses Dienstes sind:

- AHV-Rente
- Bescheidenes Einkommen ohne Immobilien ausser Ihrem Hauptwohnsitz

Bringen Sie Ihre Dokumente mit, wir kümmern uns um die Erfassung und den Versand via VStax!

Anmeldung bei **Christel Campisi** unter **027 327 73 20**
christel.campisi@vs.prosenectute.ch



Die Sozialberatung, ein vorbildlicher Service

Pro Senectute unterstützt täglich ältere Menschen in 130 Beratungsstellen kostenlos bei allen Themen rund um das Alter. Eine externe Evaluation durch die Firma Interface bestätigt, dass die Beratungsangebote sehr effizient und die Klientinnen und Klienten besonders zufrieden sind. In Bezug auf Umsetzung, Leistungserbringung und Wirkung erhält die Sozialberatung von Pro Senectute ein ausgezeichnetes Zeugnis. Trotz dieser positiven Ergebnisse steht die Finanzierung jedoch auf unsicheren Beinen, was eine grosse Herausforderung für die Zukunft darstellt. Pro Senectute arbeitet weiterhin intensiv daran, die Nachhaltigkeit dieser wichtigen Unterstützung langfristig zu sichern.

Zusammenfassung der Studie



Ein Dankeschön an alle Leiterinnen und Leiter!

Am 8. November feierte Pro Senectute Valais-Wallis das traditionelle Leiterinnen- und Leiterfest in Saillon. Der Anlass bot eine wunderbare Gelegenheit, den scheidenden Leiterinnen und Leitern herzlich zu danken, langjährigen treuen Mitgliedern unsere Anerkennung auszusprechen und die 25 neuen Leiterinnen und Leiter, die speziell ausgebildet wurden, um Senioren in unseren sportlichen Aktivitäten zu begleiten, mit Freude willkommen zu heissen.

Ein besonderer Dank gilt den Organisatoren sowie der Gemeinde Saillon für ihren herzlichen Empfang und die Bereitstellung des Saals. Das Fest war ein voller Erfolg!



Erleben Sie das Langlaufparadies Goms

Ab 9. Januar 2025 im Goms, jeden Donnerstag 11:45-13:45 Uhr

Ob Anfänger oder Fortgeschrittene – verbessern Sie Ihre Technik oder erlernen Sie die klassische Langlauftechnik und das Skating unter fachkundiger Anleitung. Wir freuen uns auf Sie!

Anmeldung: beim Sekretariat Visp, Tel.027 948 48 50 oder beim Leiterteam



Gesellige Tische: Zusammen schmeckt es besser

Gesellige Tische sind eine gute Gelegenheit, um sich zu unterhalten, in schönen Erinnerungen zu schwelgen und einen gemütlichen Moment zu genießen. Ob zu Hause, in einem Saal oder einem Restaurant in der Region, diese Treffen, die mittags von Freiwilligen organisiert werden, passen sich allen Wünschen an.

Parallel dazu bieten viele Seniorengruppen auch **Mahlzeiten-Treffen**. Diese Veranstaltungen sind ideal, um eine leckere Mahlzeit zu teilen und gleichzeitig in einer freundlichen und entspannten Atmosphäre Kontakte zu knüpfen.

Eine vollständige Liste der geselligen Tische oder Mahlzeiten-Treffen finden Sie unter Alle Aktivitäten.

[Alle Aktivitäten](#)



Betrügereien vorbeugen: eine gelungene Mission

Mit insgesamt rund 420 Teilnehmern waren die von Pro Senectute Valais-Wallis und der Walliser Kantonspolizei organisierten Präventionskonferenzen in den Walliser Städten ein voller Erfolg. Diese Veranstaltungen mit dem Titel «Betrügereien im realen wie im virtuellen Leben» ermöglichten es, ein breites Publikum angesichts der Zunahme von Betrügereien, die sich insbesondere gegen ältere Menschen richten, zu informieren und zu sensibilisieren.

Die Veranstaltungen fanden vor allem im Unterwallis statt, wo in letzter Zeit eine besorgniserregende Häufung solcher Betrugsfälle festgestellt wurde.

Die folgenden konkreten Empfehlungen wurden an die Walliser Seniorinnen und Senioren gerichtet:

- Geben Sie niemals Ihre Bankdaten preis: Polizisten und Bankangestellte fragen nicht nach Ihrer Karte oder Ihrem PIN-Code.
- Seien Sie vorsichtig bei Anrufen: Überprüfen Sie die Identität des Anrufers und wenden Sie sich im Zweifelsfall an die Polizei.
- Geben Sie niemals Eigentum oder Karten an Unbekannte.
- Melden Sie Betrugsversuche sofort der Polizei unter der Nummer 117.



Raiffeisenbanken Oberwallis – Nähe, die verbindet

Wie Pro Senectute Valais-Wallis legen auch die Raiffeisenbanken Oberwallis grossen Wert auf echte Nähe. Mit 38 Standorten im Oberwallis erreichen 90% der Bevölkerung innerhalb von 10 Minuten eine persönliche und kompetente Beratung. Als Genossenschaft bietet Raiffeisen massgeschneiderte Lösungen und engagiert sich aktiv für die Unterstützung älterer Menschen in der Region.

Mehr dazu



Hydro-Style: Ihr Wohlbefinden im Badezimmer

Man sagt, das Leben beginnt mit 60 Jahren! Ein sicheres, komfortables Badezimmer ist dafür unerlässlich. Daher laden wir Sie zu einer kostenlosen

Konferenz ein, um zu erfahren, wie Sie Ihr Badezimmer sicher und angenehm gestalten können.

Die Konferenz findet am Donnerstag, 20. Februar 2025, von 9.00 bis 11.30 Uhr im Bâtiment Ferd. Liett in Sitten statt. Die Experten geben Ihnen wertvolle Ratschläge. Zum Abschluss gibt es einen gemütlichen Aperitif. Kommen Sie zahlreich und lassen Sie sich inspirieren! Die Konferenz findet in französischer Sprache statt.

Informationen und Anmeldung



Mit EF Education First eine Sprache lernen – auch ab 60 Jahren

Ab sechzig eine neue Kultur entdecken? Das ist mit den EF Seniorenreisen möglich.

Die speziell für Senioren entwickelten Programme ermöglichen Ihnen eine neue, einzigartige und erlebnisreiche Lebenserfahrung. Machen Sie sich auf den Weg, um mit Gleichaltrigen eine Sprache zu lernen und gleichzeitig die lokale Kultur zu entdecken. EF bietet eine Vielzahl an aussergewöhnlichen Aktivitäten und bereichernden Ausflügen, die Sie in die Kultur eintauchen lassen.

Profitieren Sie von einem exklusiven Rabatt von bis zu -15% auf alle Reiseziele!

Mehr dazu



Pflegen Sie Ihr Gehör mit Akustik Schweiz

Wie funktioniert mein Ohr? Welcher Zusammenhang besteht zwischen Hören und Kognition? Gibt es innovative und moderne Lösungen? Akustik Schweiz beantwortet all Ihre Fragen beim kostenlosen **Vortrag am 29. April 2025 in Sion.**

Lassen Sie sich die Gelegenheit nicht entgehen, Ihr Gehör und Ihre Lebensqualität zu verbessern, nutzen Sie sie! **Anmeldungen sind ab sofort möglich.**

[Weitere Informationen](#)

Unseren vielen Freiwilligen, unseren Partnern, unseren treuen Kursteilnehmern und allen bedürftigen Senioren, die sich vertrauensvoll an uns wenden, sagen wir DANKE. Wir wünschen Ihnen ein wunderschönes Weihnachtsfest und freuen uns darauf, Sie im Jahr 2025 zahlreich wiederzusehen!

Frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr!

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](#)