

News

vs.prosenectute.ch

**PRO
SENECTUTE**
PLUS FORTS ENSEMBLE



 Lire à voix haute

Newsletter 03/2023

Chères lectrices, chers lecteurs,

C'est le printemps! Les jours rallongent et de nombreux **groupes de randonneurs** parcourent à nouveau ensemble le magnifique paysage montagneux valaisan. En ce début de saison, nous vous informons des nouveaux cours, services, offres de partenaires ainsi que des réformes juridiques.



Que votre volonté soit faite

Le droit successoral révisé apporte depuis le 1^{er} janvier 2023 plus de liberté. La part obligatoire légale a été réduite, ce qui permet de disposer librement de la moitié de son patrimoine en rédigeant un testament ou un contrat. Notre cours Docupass vous aidera à créer un document officiel avec vos souhaits. Ce dossier contient vos

directives anticipées, le mandat pour cause d'inaptitude, les dispositions de fin de vie et des informations sur le testament.

Pensez-y: si vous mentionnez une organisation d'utilité publique comme Pro Senectute Valais-Wallis dans votre testament, vous vous engagez, même après votre mort, pour les valeurs et les objectifs qui vous tiennent à cœur.

[Docupass](#)

[Faire un don](#)



Facilitez-vous la vie

Notre service de conciergerie offre aux seniors un coup de main. Changer une ampoule, un robinet qui goutte, trier les déchets, faire les cartons de déménagement, acheter un nouvel appareil, accompagner chez le médecin - la liste des prestations proposées est longue. En cas de besoin, faites appel à ce service peu coûteux plutôt que de vous mettre en danger ! N'oubliez pas qu'avec l'âge, l'équilibre et la force peuvent nous jouer des tours. Notre programme de **gymnastique à domicile** vous permet de rester en forme, mais pour certaines choses, il vaut mieux se faire aider!

[Service de conciergerie](#)



Offrez votre temps

Les bénévoles sont au cœur de toute fondation. Sans eux, de nombreux services et activités pour les seniors ne seraient pas envisageables. Vous êtes plus de 1300 bénévoles à vous engager pour les seniors, certains d'entre vous depuis plus de 45 ans. **Un grand MERCI à vous!** Tous les autres qui sont également intéressés par l'animation d'un groupe de randonnée ou d'une chorale, par l'accompagnement d'une excursion, par l'aide au remplissage d'une déclaration d'impôts ou par le simple fait de tenir compagnie?

Votre temps vaut de l'or pour les autres!

Bénévolat



Plongez dans l'histoire

Tous les lieux ont leurs propres histoires intéressantes. Certains nous sont familiers, d'autres nous sont inconnus. Lors d'une visite guidée avec Armand Favre, découvrez Monthey, son patrimoine et ses châteaux, son église ou ses rues animées. Ou plongez dans le passé industriel et l'histoire des gorges de la Vièze, l'action des glaciers et la géologie de la région. Notre beau canton a encore tant d'anecdotes du passé à transmettre et de secrets à dévoiler...

Passé industriel

Histoire et patrimoine



Ensemble contre la violence envers les personnes âgées

Le Centre de compétence national Vieillesse sans Violence a lancé, en collaboration avec Pro Senectute et d'autres points de contact, une campagne de prévention à l'échelle nationale contre la violence envers les personnes âgées. Avec le message «Il n'est jamais trop tard pour demander de l'aide», nous conseillons les personnes concernées, les proches et les témoins de situations difficiles.

Vieillesse sans Violence



Une équipe mobilisée pour votre vision et audition

Halte à la gêne ou à l'inconfort visuel et auditif. Parce que nous avons tous le droit de bien voir et de mieux entendre, l'équipe de Berdoz Vision & Audition à Martigny accueille ses clients avec

compétence, gentillesse et serviabilité. «Nous apportons à nos clients un réel mieux-être, grâce à une prise en charge complète», souligne Vanessa Claivoz-Gayard, l'opticienne responsable. Un client résume son expérience: «Vous pouvez y aller les yeux fermés...»!

Prenez rendez-vous, indiquez le code **X331294** et bénéficiez d'un examen de la vue gratuit du 27 mars au 15 avril 2023.

Berdoz Vision & Audition



À votre agenda!

Une **journée portes ouvertes** aura lieu le **16 juin 2023** dans nos nouveaux bureaux. Découvrez ainsi nos activités et services, participez à trois ateliers ou profitez d'une consultation sociale rapide.

Nous nous réjouissons de vous rencontrer lors de notre journée portes ouvertes, à l'occasion de l'une des nombreuses activités que nous proposons ou pour vous aider et conseiller. Si le printemps n'apporte pas que des fleurs et le chant des oiseaux, n'oubliez pas que vous pouvez compter sur nous!

Pro Senectute Valais-Wallis

Avenue de Tourbillon 19
1950 Sion

Tél. 027 322 07 41

info@vs.prosenectute.ch
www.vs.prosenectute.ch
[Protection des données](#)



[Annuler la newsletter](#)
[Modifier le profil](#)