

TRAIT D'UNION

Walliser
Verband der Rentner

BINDE-GLIED

Fédération
Valaisanne des Retraités



LEBENSENDE

FIN DE VIE...

> Eine neuere Erfahrung zeigt, dass der Tod soziale Ungleichheiten schaffen kann. Betrifft der Tod eine über neunzig jährige Person wird er als normale Erscheinung, sozusagen als Erlösung, ein Geschenk des Himmels betrachtet. Betrifft er einen Jungen, in den Bergen verunglückten, wird der Tod als Abkehr der Norm empfunden, als unverständlich und ungerecht. Der plötzliche brutale Abschied von einem Kind oder einem Jungen zählt viel mehr als bei einer betagten Person: die Zahl der Beteiligung an einer Totenwache oder an einer Beerdigung zeugt von der emotionalen Betroffenheit.



Jean-Pierre Salamin

In der Mehrzahl der Fälle betrifft der Tod ältere Personen, sozusagen betagte aufgrund der stetigen Lebensverlängerung in unserem Land. In mehr als 80% der Todesfälle tritt er zuhause ein, manchmal im Spital als Zweitaufenthalt und für einige Betagte in Einrichtungen der Palliativpflege, wie wir es aus einem ausgezeichneten Bericht im Kanal 9 vom 24. Juni 2013 in der Sendung „Antidote“ erfuhren. Ehepartner, Kinder und manchmal Nachbarn tragen weitgehend um den Preis eines enormen Aufwandes mit Hilfe der Spitex an der Pflege zuhause bei. Je gebrechlicher die Person wird, umso mehr wird das Lebensende personifiziert, um zu einem „guten Tod“ zu gelangen. Für weniger als 20% der Personen, oft mittellos und einsam erfolgt der Tod nach einer mehr oder weniger langen Abhängigkeit infolge physischen und psychischen Verfalls in den Altersheimen (APH).

Die Pflege am Lebensende im APH, dem Wohnsitz der Person, erfordert ein konstantes professionelles Engagement in Pflege und Hilfe, welche sukzessiv die Hilfe der Angehörigen ersetzt. Schliesslich möchten etliche Personen dem Leben ein Ende setzen, weil sie ihre Existenz aufgrund der stark verschlechterten Gesundheit nicht mehr für verlängerungswürdig halten.

„Parcours de fin de vie“ ein Buch von Muriel Pott und von Julie Dubois, herausgegeben von den Editions à la Carte im Sommer 2013, berichtet von realen Situationen, die aufzeigen, dass das Lebensende und der Tod, uns direkt, unsere Angehörigen,

> Une expérience récente montre que la mort peut produire des inégalités sociales. Quand il s'agit d'une personne de plus de nonante ans, elle est considérée comme normale, voire comme une délivrance, un cadeau du ciel... Quand elle emporte un jeune, tombé en montagne, la mort est ressentie comme une inversion de la norme et devient incompréhension, injustice. La disparition subite et brutale d'un enfant ou d'un jeune compte beaucoup plus qu'une personne âgée: le nombre de participants à une veillée funèbre ou à un ensevelissement témoigne de l'impact émotionnel.

Dans la majorité des cas, la mort concerne des personnes âgées, voire très âgées, en raison de l'allongement progressif de la durée de vie dans notre pays. Dans plus de 80% de mortalité, elle intervient chez soi, parfois dans un hôpital, considéré comme une résidence secondaire et, pour certains, dans une unité de soins palliatifs, comme nous avons pu le constater lors de l'excellent reportage de Canal 9 du 24 juin 2013, «L'Antidote». Les conjoints, les enfants et parfois les voisins contribuent largement au maintien à domicile au prix d'un investissement énorme, avec l'aide de professionnels de la santé et à la vie quotidienne. Plus la personne décline, plus l'accompagnement de fin de vie devient personnalisé pour offrir une «bonne mort». Pour moins de 20% de personnes, parfois démunies ou esseulées, la mort intervient en EMS, après une période plus ou moins longue de dépendance, en raison de défaillances physiques ou psychiques.

Les soins de fin de vie en EMS, domicile de la personne, exigent un engagement constant des professionnels de soins et d'aide, suppléant progressivement celui des proches. Enfin, quelques personnes choisissent de mettre un terme à la vie lorsqu'elle juge que leur existence ne vaut plus la peine d'être prolongée, en raison d'une santé trop péjorée...

„Parcours de fin de vie“, un livre de Muriel Pott et de Julie Dubois, édité aux Editions à la Carte en été 2013, rapporte des situations réelles montrant que la fin de la vie et la mort sont notre affaire, celle de nos proches, mais aussi une question de

aber auch Fragen der Gesellschaft betreffen. Dieses Buch kann Antworten auf Fragen zum Thema geben und unsere Wahlmöglichkeiten klarlegen.

Bezug des Buches (140 Seiten, Preis Fr. 24.-) bei *Socialinfo, Mont-tendre 28, 1007 Lausanne* oder *Editions à la Carte, Avenue de la Gare 4, 3060 Sierre*. An diesen Adressen erhalten Sie auch das Buch des Walliser Verbandes der Rentner « Aktive und solidarischer Rentner im Wallis », herausgegeben 2013, Ergebnis des Konferenzzyklus 2012 zum Europäischen Jahr des aktiven Alterns und der Solidarität unter den Generationen.
FVR – WVR Case postale 492 1051 Sion

Jean-Pierre Salamin

société. Ce document peut apporter des réponses à des interrogations sur ce sujet et éclairer nos choix.

Pour obtenir l'ouvrage (140 pages, A5, au prix de frs 24.- l'exemplaire), passez commande à *Socialinfo, Mont-tendre 28, 1007 Lausanne* ou aux *Editions à la Carte, Avenue de la Gare 4, 3060 Sierre*. A ces adresses, vous trouvez également la production 2013 de la Fédération Valaisanne des Retraités : « Retraites actives et solidaires en Valais », fruit du cycle de conférences organisé en 2012, à l'occasion de l'Année européenne du vieillissement actif et des solidarités entre les générations.
FVR – WVR Case postale 492 1951 Sion

Jean-Pierre Salamin

OBERWALLIS HILFT OBERWALLIS



OBERWALLIS AIDE L'OBERWALLIS

> Dieser gemeinnützige Verein besteht seit 1993 als Antwort auf die damalige Briger Unwetterkatastrophe. Aus einer spontanen Sammelaktion für unwettergeschädigte Private entstand ein Verein, der dank den grosszügigen Spenden der Oberwalliserinnen und Oberwalliser immer wieder Bedürftigen unter die Arme greifen kann.

Der Verein „Oberwallis hilft Oberwallis“ versteht sich als überparteiliche Organisation. Er legt Wert darauf, dass sowohl Vorstand als auch Mitglieder aus sachverständigen, vertrauenswürdigen Personen zusammengesetzt ist.

Hilfe bei Naturkatastrophen stehen im Vordergrund. Hier sind aus Oberwalliser Sicht in der Folge als Beispiele zu nennen: Waldbrand in Leuk, Unwetter von Baltschieder, Waldbrand in Visp/Eyholz und Unwetter im Lötschental. Bei der Übernahme der Schadenskosten handelt es sich im speziellen um die doch noch drückenden ungedeckten Schäden.

So gelingt es einem Verein von ideellen Personen unkonventionell dort zu helfen, wo vor Not kein Ausweg mehr zu sein scheint.

www.1815.ch



> Cette association d'utilité publique existe depuis 1993 comme réponse à la catastrophe écologique de Brigue. Elle fut créée à la suite d'une quête spontanée pour les privés subis à des dégâts non couverts. Grâce à des collectes généreuses des gens du Haut-Valais, elle a pu aider les indigents.

L'association « Oberwallis hilft Oberwallis » est une organisation indépendante de tout parti politique. Elle attache une grande importance à ce que le comité et les membres soient des personnes compétentes et fiables.

En premier lieu, elle intervient lors de catastrophes écologiques. Par exemple, ce furent, pour le Haut-Valais, les incendies des forêts de Loèche et de Viège/Eyholz, les inondations de Baltschieder et du Lötschental. Concernant les coûts des dégâts, il s'agit principalement de ceux qui ne sont pas couverts par les collectivités ou les assurances, et qui pèsent parfois lourdement.

Ainsi, une association de personnes idéalistes arrive à aider à titre non conventionnel là où on ne voit plus d'issue à la précarité.

D'après www.1815.ch



> Die Generalversammlung des Verbandes fand am 20. Juni in Monthey statt. Unter bester Führung unseres Präsidenten Jean-Pierre Salamin bewies sie die lebendige und feste Verankerung im Leben des Kantons.

Infolge einer Grossratsitzung musste sich Staatsrätin Esther Waeber Kalbermatten entschuldigen. Hingegen beehrte uns Herr Michel Pillonel, Präsident des Schweizerischen Verbandes der Rentner mit seiner Anwesenheit. Er stellte fest, wie sehr er die Arbeit des WVR bewundere. Herr Bernard Schütz, Präsident der Aresmo überbrachte die Grüsse von Monthey.

Von heute 58'000 älteren Personen im Kanton finden sich 7000 im WVR. Der Präsident hob die Dynamik der Vereinigungen und die reiche Vielfalt der von diesen organisierten Aktivitäten hervor. Unsere Behörden sollten sie vermehrt konsultieren.

2012 war durch die Abendzyklen im Rahmen des „Europäischen Jahres des aktiven Alterns“ geprägt. Zur Erinnerung an diese Konferenzen hat der WVR ein gut dokumentiertes Buch herausgegeben unter dem Titel „Aktive und solidarische Rentner“, das Auskunft über die Abendzyklen gibt und Wege zu weiteren Aktivitäten aufzeigt. In gleicher Weise hat die Kommission Gesundheit einen Flyer erstellt, ein Inventar im Kanton von Heimen für Ferien, Ruhe und Rekonvaleszenz.

Kurz noch einige Informationen und Beschlüsse:

- Rechnungsrevisoren sind Armand Perruchoud und Dionys Fumeaux, der den zurückgetretenen Willy Pitteloud ersetzt.
- Die 6 Veranstaltungen 2012 kosteten Fr. 19'000.-. Sie hinterlassen ein Defizit von Fr. 5000.-, das dem Defizit der Gesamtrechnung des Verbandes entspricht.
- Alle Vereinigungen mit Hilfsbegehren, werden den gewünschten Betrag erhalten.
- Die Mitgliederbeiträge an den Verband ändern sich nicht.
- Die Aktion **Sene Young** hat bleierne Füsse. Unser Präsident wird alles unternehmen, um diese wieder in Schwung zu bringen.
- Herr Benoît Gay-des-Combes erläuterte die Empfehlungen an den Staat in Bezug auf die Alterspolitik. Es gibt Positives, aber vieles gilt noch zu tun.



Jean-Pierre Salamin entre Juliane Bérard et Benoît Gay-des-Combes.

> L'assemblée générale de la Fédération s'est tenue le 20 juin à Monthey. Très bien menée par notre président Jean-Pierre Salamin, elle fut la preuve d'une FVR vivante et solidement ancrée dans la vie du canton.

En séance du Conseil d'Etat, M^{me} Esther Waeber-Kalbermatten a dû s'excuser. Mais M. Michel Pillonel, président de la Fédération Suisse des Aînés, nous a fait l'honneur de sa présence et a dit combien il admirait le travail des aînés et de la FVR. M. Bernard Schütz, président de l'Aresmo, a donné le salut de Monthey.

Aujourd'hui, sur les 58'000 Aînés de notre canton, environ 7'000 font partie de la FVR. Le président relève le dynamisme des associations et la riche panoplie d'activités qu'elles organisent. Nos autorités devraient davantage les consulter.

L'année 2012 a été marquée par le cycle des soirées mises sur pied dans le cadre de l'Année européenne du vieillissement actif. Pour rappeler ces conférences, la FVR a édité un livre très bien documenté, Retraites actives et solidaires, mine de renseignements sur les soirées et de pistes pour prolonger les activités. Dans le même ordre d'idée, la Commission Santé a rédigé un dépliant, bel inventaire des Maisons de vacances, repos et convalescence du canton.

Brièvement, encore quelques informations et décisions :

- Au printemps 2012, la FVR comptait 21 associations. Deux se sont retirées, les Vétérans d'AIAG (Alusuisse) et les Aînés de Montana. Par contre, la FVR est heureuse d'accueillir la **GPSSO +60**, association des aînés du parti chrétien-social du Haut-Valais. Aujourd'hui, la FVR compte donc 20 associations.
- Les vérificateurs des comptes sont Armand Perruchoud et Dionys Fumeaux, remplaçants de Willy Pitteloud, démissionnaire.
- Les six soirées de 2012 ont coûté plus de Fr 19'000.-. Elles laissent un déficit de Fr 5'000.-, qui est pratiquement le déficit des comptes de la Fédération.
- Toutes les associations qui ont fait des demandes recevront le montant souhaité.
- Les cotisations à verser à la FVR ne changent pas.

- Unter Verschiedenem stellt man noch sehr brennende Fragen fest. Eine davon befasst sich mit der Tatsache, die Hospitalisierungsdauer auf ein Minimum zu drücken. Dies kann zu schmerzlichen und unüberwindlichen Problemen führen. Daran ist zu denken.

Und wie immer, der Walliser Aperero von der Stadt Monthey offeriert, schloss den schönen Tag.

Antoine Maillard

- L'action **Sene Young** a du plomb dans l'aile. Notre président va tout faire pour la remettre sur pied.
- M. Benoît Gay-des-Combes nous donne les recommandations de l'Etat concernant la politique des Aînés. Il y a du positif, mais beaucoup reste encore à faire.
- Dans les divers, on enregistre des questions très pertinentes. J'en relève une : le fait de raccourcir au maximum la durée d'un séjour à l'hôpital peut créer des problèmes douloureux et insurmontables. Il faut y songer.

Et comme toujours, l'Apéritif valaisan, offert par Monthey, clôt une belle journée.

Antoine Maillard

AUCH BEI UNS KÖNNTE ES GESCHEHEN!



ÇA POURRAIT ÊTRE CHEZ NOUS

> Im April schrieb der Präsident des Schweizerischen Verbandes der Rentner an die SBB. Nehmt Kenntnis von diesen klaren Worten.

»Wir haben mit Entrüstung davon Kenntnis genommen, dass die Schweizerischen Bundesbahnen den Schalter für die Reisenden im Bahnhof Moudon, Kanton Waadt, unwiderruflich geschlossen haben. Der Schweizerischen Rentnervereinigung gehören mehr als 30'000 Mitglieder an. Im Namen unserer waadtländischen Sektion protestieren wir gegen diese Schliessung.

Dieser Beschluss trifft vor allem die Pensionierten der Region Broye vaudoise et fribourgeoise, welche dort auf keinen Kundendienst mehr zählen können. Die Schliessung kann nicht mit Automatisierung begründet werden. Sie hat aber zur Folge, dass er für die älteren Leute zwischen Payerne und Lausanne keinen offenen Bahnschalter mehr gibt. Das ist ein Skandal! Es wurde den SBB eine Petition, versehen mit 1'500 Unterschriften eingereicht und sie haben darauf nicht reagiert, auch nicht auf den dringenden Aufruf der Behörden, den Schalter in Betrieb zu lösen, selbst wenn er nicht oder nur wenig rentabel ist. Rentabilität ist nicht alles! Gemäss dem Bundesrat sind die SBB verpflichtet, einen möglichst ausgedehnten, öffentlichen Service sicherzustellen, und zwar in allen Landesteilen zu den gleichen Bedingungen. Die Schliessung von Moudon und alle weiteren Schalterschliessungen gehen in die entgegengesetzte Richtung, zum grossen Bedauern unserer Mitglieder. (...)

Wenn die SBB, als Staatsunternehmen, mehr Rücksicht auf die Bedürfnisse ihrer Kunden nehmen würden, gäbe es bestimmte Möglichkeiten, den Reisenden, vor allem den älteren Leuten, entgegenzukommen, anstatt diese mit einer abrupten Schliessung zu bestrafen (...).

> En avril, le président de la Fédération Suisse des Retraités a écrit à la Direction des CFF. Lisons ces extraits très pertinents.

«La Fédération Suisse des Retraités, qui regroupe plus de 30'000 membres, a pris connaissance avec consternation de votre décision irrévocable de fermer définitivement le guichet du service des voyageurs de la gare de Moudon.



Cette décision frappe tout spécialement les retraités de la région de la Broye vaudoise et fribourgeoise, qui se retrouvent ainsi sans aucun service à la clientèle dans toute la région. Avec cette fermeture, qui n'obéit même pas à une automatisation de la ligne, les personnes âgées n'ont plus aucun guichet desservi entre Payerne et Lausanne. C'est un scandale! Vous n'avez été sensibles ni à une pétition munie de 1'500 signatures, ni à l'appel pressant des autorités de maintenir ce guichet, même si ce dernier n'est pas ou peu rentable. Or, la rentabilité ne fait pas tout! Les objectifs du Conseil fédéral imposent aux CFF de fournir un service public aussi étendu que possible dans toutes les parties du pays aux mêmes conditions. L'exemple de la fermeture du guichet de la gare de Moudon et toutes les fermetures de guichets qui se suivent va à l'encontre de cette directive et nous le regrettons. (...)

Plutôt qu'une fermeture abrupte des guichets, nous pensons qu'avec un peu plus de sens citoyen, surtout pour une entreprise d'Etat, d'autres solutions moins pénalisantes pour la clientèle et surtout pour les personnes âgées peuvent être trouvées. (...).

AUFNAHME DER CSPO 60+ IN DEN VERBAND



> Vor dreieinhalb Jahren schuf die christlich-soziale Partei die CSPO 60+ als offene Seniorenvereinigung. Sie wurde am 27. Januar 2010 gegründet. Gleichzeitig wurde sie auch Gründungsmitglied der Schweizerischen Seniorenvereinigung der CVP 60+, die ihrerseits Ende 2009 gegründet wurde.



Peter Summermatter

Unsere vielversprechende Devise heisst: **Wir sind nicht alt, wir sind nur ein wenig älter!** Unser Komitee unter der Leitung des Präsidenten Dr. Peter Summermatter, Visp zählt 4 Mitglieder und trifft sich 3 bis 4 Mal pro Jahr zu Sitzungen. Die Teilnehmenden unserer Veranstaltungen tragen sich jeweils in einer Liste ein und diejenigen, die regelmässig erscheinen, betrachten wir als Mitglieder und aktuell sind es 12 Personen.

Veranstaltungen und Besichtigungen gemäss dem Jahresprogramm stehen allen älteren Personen offen. Es ist die Generation, die bereit ist nach Massgabe ihrer Fähigkeiten, die Anliegen der Älteren zu verteidigen. Wir ältere Personen möchten als äquivalenter Teil in der Gesamtheit der Bevölkerung im Kanton anerkannt sein.

Wir repräsentieren nun die 20. Vereinigung im Walliser Verband der Rentner und die 3. im Oberwallis. Dies macht uns stolz. PS

AFFILIATION DE LA CSPO 60 + À LA FÉDÉRATION

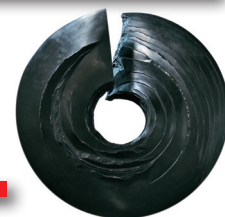
> Le 27 janvier 2010, donc il y a trois ans et demi, le Parti chrétien social du Haut-Valais a constitué une association des aînés, la **CSPO 60+**. En même temps, l'association est aussi devenue aussi membre de l'organisation suisse du PDC 60+.

Notre devise est prometteuse: **Nous ne sommes pas vieux, nous sommes seulement un peu plus âgés!** Nous avons un comité de 4 membres qui se réunit 3 à 4 fois par année. Le président en est le Dr. Peter Summermatter de Viège. Les participants de nos rencontres doivent s'inscrire. Ceux qui participent régulièrement sont considérés comme membres, actuellement une douzaine.

Les rencontres et les sorties, d'après un programme annuel, sont ouvertes à toutes les personnes âgées qui font partie de cette génération où chacun est prêt à servir en fonction de ses compétences et à défendre les causes des aînés. Nous, les personnes un peu plus âgées, nous voulons être reconnues au même titre que les autres générations du canton.

Aujourd'hui, la **CSPO 60+** représente la 20^e association de la Fédération valaisanne des retraités et la troisième du Haut-Valais. C'est notre fierté. PS

PROFITONS, MORDILLO EST CHEZ NOUS!



> Pour la première fois, Morillo, le fameux dessinateur argentin, expose en Suisse. Et tout près de chez nous, au Château de St-Maurice.

Une exposition qu'on peut admirer jusqu'au 17 novembre.

L'humour de Mordillo est un langage qui se rit des frontières linguistiques et géographiques. Sans un mot, l'artiste fait rire, sourire. Il nous emmène dans son univers poétique et ubuesque. Ses œuvres ne vieillissent pas et continuent

d'émerveiller petits et grands. Une exposition pour tous, des aînés aux petits-enfants.

Et puis, pour prolonger la journée, on peut monter jusqu'à la Grotte aux Fées, qui se trouve à environ 15 minutes du château de St-Maurice. Un beau voyage au centre de la terre, par un sentier didactique qui vous permettra peut-être d'apercevoir une ou deux fées!
P.S. : Parc gratuit



Ghislaine Coucet



> Wir vom Binde-Glied haben eine Psychomotorik-Expertin getroffen, die ihre Therapie mit Hilfe des Pferdes aufbaut. Diese herausfordernde und besonders hilfreiche Disziplin eröffnet sich Kindern und Erwachsenen, welche psychisch und/oder physisch betroffen sind.



Dieses Kind behandelt spielend seine physischen und psychischen Probleme.

Was ist Psychomotorik ?

Sie ist ein Verfahren das durch Spiel und Bewegung die Verbindung zwischen den körperlichen Bewegungsabläufen, den Emotionen und Gedanken des Kindes (oder Erwachsenen) herstellen kann.

An wen wendet sie sich ?

Sie wendet sich an Kinder, Jugendliche und Erwachsene, die an psychischen und/oder motorischen Schwierigkeiten leiden, aber ebenso an interessierte Personen, die über diesen Zugang zu ihrem Körper sich vertieft kennen lernen wollen.

Und was macht unser Freund, das Pferd ?

In der Psychomotorik bedient man sich verschiedener Mediatoren (Bälle, Reifen usw.), welche die Funktion von Symbolen übernehmen können.

Das Pferd ist ein bevorzugter Mediator mit der Besonderheit, dass es lebt und mit allem, was sich daraus ergibt.

In der Equithérapie wird das Pferd in seiner Ganzheit eingesetzt, sei es beim Bürsten (man bürstet das Tier), in der Arbeit bei Fuss, sei es frei oder am Zügel (an der Longe oder am Strick) sei es beim Reiten, mit ebenso sehr wichtigen und zusätzlichen Elementen. Als Lebewesen bedeutet das Pferd symbolisch die mütterliche Seite mit seiner Wärme, der Sanftheit, der Art der wiegenden Bewegung, aber auch die väterlich Seite gross, und ganz stark. Dies vermag vielleicht die als klein erlebten Momente in der Beziehung zu den Eltern wieder aufleben.

> Le TdU a rencontré une psychomotricienne qui applique sa thérapie avec la participation du cheval comme principal médiateur. Cette discipline, exigeante certes, mais combien enrichissante, est ouverte aux enfants et adultes touchés dans leur esprit et/ou dans leur corps.



Cet enfant joue tout en soignant ses problèmes physiques ou psychiques.

Qu'est-ce que la psychomotricité ?

Un traitement qui permet d'établir, par le jeu et le mouvement, des liens entre les manifestations corporelles, les émotions et les pensées de l'enfant (ou adulte).

A qui s'adresse-t-elle ?

Aux enfants, adolescents et adultes présentant des difficultés psychologiques et/ou motrices, ainsi qu'à toute personne curieuse d'approfondir sa connaissance d'elle-même par une approche du corps.

Et que fait Monsieur Cheval ?

En psychomotricité on utilise différents médiateurs (ballons, cerceaux, etc.) pouvant prendre une fonction symbolique.

Le cheval est aussi un médiateur avec la particularité d'être vivant avec tout ce qui en découle.

En équithérapie, le cheval est utilisé dans sa globalité soit le pansage (on brosse l'animal), le travail au sol, en liberté ou avec un lien (longe, corde), la monte, autant d'éléments importants et complémentaires.

En tant qu'être vivant il représente symboliquement le côté maternel, avec sa chaleur, sa douceur, son côté porteur qui rappelle le bercement et aussi le côté paternel, grand, fort, solide. Cela peut faire revivre des moments de vécus tout petit dans la relation fusionnelle avec les parents.

Welches sind die festgestellten Effekte ?

Verbesserung der unterschiedlichen motorischen Koordination, Beübung des Gleichgewichtssinnes, Aktivierung der kognitiven Arbeit (welche Bürste, wann?) Wahrnehmung von Raum und Zeit (sich in der Umwelt bewegen), Verbesserung der Wahrnehmung seitlicher Abstände. Das Laufen auf unsicherem Boden wie im Sand der Manege begünstigt auch die körperliche Haltung, stärkt die Muskulatur ganz im Sinne einer Verbesserung des Selbstvertrauens.

Jeder Patient ist einmalig und sein Selbstempfinden verschieden. Doch nach einigen Behandlungen stellt man entspannte Gesichtsmienen, sicherere Bewegungen und eine intensivere Kommunikation fest. Die spezialisierten Anbieter irren sich nicht. Ihre Kunden sind besonders zahlreich, die von diesem Austausch und der Arbeit mit der edelsten Errungenschaft des Menschen Nutzen ziehen.

Information eingeholt von Emmanuel-Gex-Collet

Für weitere Informationen : www.trotte-la-vie.ch

Les effets constatés

Amélioration des différentes coordinations motrices, de l'exercice de l'équilibre, du travail cognitif (quelle brosse, quand ?,) de l'orientation spatiotemporelle (se diriger dans l'espace), de l'amélioration de la latéralisation. La marche sur un sol instable, tel que le sable du manège, favorise aussi les ajustements posturaux, renforce la musculature tout en développant la confiance en soi.

Chacun est unique et son ressenti différent, cependant, après un certain nombre de séances, les visages s'ouvrent, les gestes s'assurent, la communication devient plus intense. Les institutions spécialisées ne s'y trompent pas, leurs pensionnaires sont légion à profiter de cet échange et ce travail avec la plus belle conquête de l'homme.

Propos recueillis par Emmanuel Gex-Collet

Pour plus de renseignements : www.trotte-la-vie.ch

RESTEZ AU CONTACT



> **Contact** n'est pas une revue. On ne peut pas s'abonner à **Contact**. Mais on peut lire **Contact**. Que dis-je, on doit lire **Contact**. Car **Contact** est remarquablement rédigé et se veut un service à la population.

Contact est le magazine de l'Hôpital du Valais. Il est à disposition des personnes

qui passent à l'hôpital, personnel, malades et visiteurs.

Contact paraît 3 fois par an. Et le numéro 3 vient de paraître.

Chaque numéro de **Contact** est centré sur un thème précis.

Le premier numéro était consacré au cerveau, aux fléaux que sont une attaque cérébrale ou la maladie d'Alzheimer.

Le deuxième numéro était centré sur la femme, le cancer du sein, le désir d'enfant.



On y lisait aussi deux témoignages de sages-femmes.

Le troisième numéro, actuellement disponible à l'hôpital, traite du cœur, de l'infarctus, des maladies cardiaques. On y trouve aussi des témoignages émouvants et une interview de René Prêtre, le chirurgien au cœur d'or.



Vraiment, si vous devez faire un saut à l'hôpital, prenez **Contact**. Sinon, faites un détour par l'hôpital pour y dénicher **Contact**. **Contact** est une très belle réalisation de notre hôpital.

Antoine Maillard

IL NOUS A APPORTÉ LA JOIE ET L'AMITIÉ



J'ai vécu les Schubertiades de Sion, de Martigny et de Vevey. J'en garde des souvenirs lumineux. Je ne voulais dès lors pas manquer la Schubertiade de Monthey. Et comme le renard du Petit Prince, j'ai commencé de me réjouir bien avant la fête.

Une fois de plus, la magie a opéré. Durant des heures, dans les lieux de concerts et lors de mes déplacements,

j'ai été baigné dans une atmosphère de joie, d'amitié et de beauté. Cela est dû bien sûr à l'organisation parfaite de la fête. Cela est dû surtout à Schubert et à l'esprit qu'André Charlet a voulu donner aux Schubertiades.

C'est tout simple, mais il fallait y penser. André Charlet y a pensé. Il a voulu recréer ce qui se vivait au temps de Schubert. On se réunissait pour écouter de la musique, faire de la musique, lire des textes, discuter, tout en dégustant un verre de riesling.

L'idée a eu un gros succès dès la première édition des Schubertiades, parce qu'elle était juste. Et, avec les milliers de jeunes et de moins jeunes qui ont choisi Monthey pour y passer un week-end, je me suis senti plongé dans la féerie que j'avais vécue à Sion, à Martigny et à Vevey.

Partout, autour d'un pianiste, d'un duo ou d'un trio, d'un chœur ou d'un orchestre, à l'écoute d'une œuvre profane ou religieuse, (ah! cette divine *Deutsche Messe!*), il y avait cette ferveur, cette joie qui déborde et qui fait qu'on porte sur les autres un regard différent. À Monthey, il n'y avait pas des milliers de mélomanes, mais des milliers d'amis. Je rêve d'une Schubertiade mondiale, qui pourrait déboucher sur un monde de paix et de joies.

Merci à Schubert, merci à André Charlet créateur des Schubertiades, merci aux organisateurs de la Schubertiade de Monthey. J'ose formuler un vœu pour terminer, c'est qu'après avoir enchanté d'autres lieux de Suisse romande, les Schubertiades reviennent en Valais, pourquoi pas à Sierre.

Antoine Maillard

JAB
1958 St-Léonard

Septembre 2013 - N° 48

BINDE-GLIED

Walliser
Verband der Rentner



TRAIT D'UNION

Fédération
Valaisanne des Retraités

IMPRESSUM

Editeur : Fédération valaisanne des retraités
Case postale 492 - 1951 Sion

Rédaction : Antoine Maillard 3960 Sierre
Deutsche Übersetzung: Peter Summermatter, Visp

Imprimerie : Zufferey-Offset, Sion

Adressage : Atelier St-Hubert, Sion

PARUTION

4 fois l'an

Abonnement / Abonnement allein : Fr. 15.-

Abon. + cotisation / Abon. + Mitgliederbeitrag : Fr. 25.-

**Abon. + cot. couple / Abon. + Mitgliederbeitrag
für Ehepaare** : Fr. 30.-

CCP 19-3899-4

**N'OUBLIEZ PAS LE RENOUVELLEMENT
DE VOTRE ABONNEMENT**



**VERGESSEN SIE NICHT
IHR ABONNEMENT ZU ERNEUERN**

