



# TRAIT D'UNION BINDE-GLIED

FÉDÉRATION VALAISANNE DES RETRAITÉS - WALLISER VERBAND DER RENTNER



Photo by Mairia Howenstine on Unsplash

## Le billet du président

Je ne résiste pas au plaisir de présenter aux lecteurs du Trait d'Union le dernier ouvrage de Jean-Pierre Fragnière, membre d'honneur de la FVR.

PAGE 2 | SEITE 3

## Comité cantonal du 25 avril 2019

Le comité de la FVR s'est réuni le 25 avril : une vingtaine de personnes y ont prit part alors qu'une quinzaine se sont excusées.

PAGES 4-5 | SEITEN 6-7

## Réflexion : La véritable écologie

«Le Valais, c'est parfait pour les vacances !» Cette réflexion aurait pu faire plaisir si elle n'avait été suivie de : «Mais je ne pourrais jamais y vivre !»

PAGE 8 | SEITE 9

## Le coût des EMS en Valais

Notre dernier numéro rapportait sur les coûts des EMS au niveau suisse. Il dénonçait avec vigueur la disparité de ces coûts.

PAGES 10-14 | SEITEN 11-15

# La Retraite, quels projets de Vie ?

JEAN-PIERRE SALAMIN  
Président FVR | Grimentz

Cet ouvrage, paru au début de cette année, a été rédigé pour répondre aux multiples questions qui lui ont été posées dans le contexte des très nombreux échanges qu'il a eu la chance de pouvoir cultiver au contact des innombrables instances scientifiques, morales, politiques ou sociales qu'il a rencontrées, depuis qu'il a pris sa retraite de son enseignement de politique sociale dans les Universités de Genève et de Neuchâtel ainsi qu'à la Haute Ecole Spécialisée (EESP) de Lausanne.

L'ouvrage se lit très facilement surtout si vous vous êtes engagés, voire très engagés sur le chemin de la retraite. Il vous rappelle vos impressions du début de votre nouvelle période de vie qui va durer 20 à 25 ans. Attendu avec impatience par certains et avec un peu d'appréhension par d'autres, les projets ne manquent pas et doivent faire l'objet d'une planification assez rigoureuse pour ne pas sombrer dans un chaos imprévisible.

Au bout de quelques années, il faut bien constater peu de choses se sont déroulées comme prévues. Il a fallu donner un coup de main aux enfants, s'occuper des petits enfants et apprendre à devenir des grands parents. Il a fallu organiser sa vie quotidienne, prendre du plaisir à vivre, mais s'imposer une discipline certaine tant les sollicitations sont grandes. Les premiers bobos dus à l'avancement en âge surviennent sans prévenir. Même si les soins sont de qualité les

Je ne résiste pas au plaisir de présenter aux lecteurs du Trait d'Union le dernier ouvrage de Jean-Pierre Fragnière, membre d'honneur de la FVR.

petits soucis sont de plus en plus fréquents. Il faut faire des choix car, la plupart du temps, l'on ne roule pas sur l'or : au bout de 10 à 15 ans de vie de retraité, le pouvoir d'achat diminue notamment en raison de l'augmentation des assurances de maladie. Cependant, chacun découvre, pour autant que l'on ne se soit pas enfermé sur soi-même, que la qualité de vie dépend énormément du réseau de solidarité avec lequel nous vivons.

Une fois passé les 75 printemps, la forme est toujours présente et, paraît-il, nous pouvons encore vivre, dans cet état, 10, 15, 25 ans au moins. L'horizon est beau, mais autour de chacun de nous tout a changé.

Des parents, des connaissances et des amis sont partis, les enfants et les petits enfants ont grandi et leur engagement professionnel les éloigne. Une nouvelle étape se présente exigeant de planifier de nouveaux projets qui doivent tenir compte de ses limites et de ses fragilités, sans se résigner, en conservant le plus d'autonomie possible et construire du mieux être, même face à la mort, en fonction de son état et de ses convictions...

« La Retraite, Quels projets de vie ? » se trouve dans toutes les bonnes

librairies et peut se commander à l'adresse courriel livres@socialinfo.ch ou postale Editions Socialinfo Haute-Brise 23 CH-1012 Lausanne. Il fourmille de pistes pour gérer ensemble la société de longue vie dans laquelle nous vivons, en préservant une autonomie qui se redéfinit au fil des ans.

L'ouvrage de la FVR «

Politiques pour une Société de longue vie publié », paru aux éditions A la Carte, en automne 2016, a été largement inspiré par Jean-Pierre Fragnière et s'inscrit dans toute une série de parutions sous son nom dont Le Dictionnaire des âges et des générations, Ed. Réalités sociales, Lausanne

2012, Bienvenue dans la Société de longue vie, Ed. Socialinfo, Lausanne, 2017, Oser la mort, écrit avec Bernard Crettaz, Ed. Socialinfo, Lausanne 2017, Oser la solidarité, Ed. Socialinfo, Lausanne, 2018, Générations solidaires, écrit avec Philippe Gnaegi, Ed. Socialinfo, Lausanne 2018, Propos de démographe. Avec Hermann-Michel Hagmann, Ed. Socialinfo, Lausanne 2019. ■



# Der Ruhestand, ein Lebensprojekt wofür ?

JEAN-PIERRE SALAMIN  
Präsident des WVR | Grimentz

Diese Ausgabe des Werkes, anfangs dieses Jahres erschienen, wurde redigiert, um den vielseitigen Fragen, die ihm im Kontext des zahlreichen Austausches gestellt wurden, die Chance brachten, Kontakt mit unzähligen wissenschaftlichen, moralischen politischen oder sozialen Instanzen zu pflegen, denen er seit Antritt des Ruhestandes ab seiner politischen und sozialen Lehrtätigkeit in den Universitäten von Genf, Neuenburg wie auch der spezialisierten Fachhochschule (EESP) von Lausanne begegnet ist.

Das Werk liest sich sehr leicht, besonders wenn sie sich engagiert, ja sehr engagiert auf dem Weg des Ruhestandes damit befasst haben. Es erinnert sie an Eindrücke zum Beginn ihres neuen Lebensabschnittes, das 20 bis 25 Jahre dauern wird. Von Wenigen ungeduldig erwartet, mit wenig Verständnis von andern, verfehlen die Vorschläge nicht und dürfen Gegenstand einer rigorosen Planung sein, um nicht im unvorhergesehenen Chaos zu verfallen.

Am Ende von einigen Jahren muss leicht festgestellt werden, dass Weniges wie vorgesehen sich ereignete. Den Kindern musste eine Zusatzhilfe geleistet werden, sich der Enkel anzunehmen, um diese zu lernen Grosseltern zu werden. Man musste sein Alltagsleben organisieren, Freude am Leben zu haben, aber sich einer gewissen Disziplin zu unterordnen, so gross

Ich widerstehe nicht umhin, den Lesern des Binde-Glieds das letzte Werk von Jean-Pierre Fragnière, Ehrenmitglied des WVR, vorzustellen.

waren die Anforderungen. Ohne Vorankündigung treten die mit Erhöhung des Alters auftretenden Bobos auf. Auch wenn die Pflege von guter Qualität ist, werden die Sorgen häufiger. Es ist meistens eine Auswahl zu treffen, denn man geht nicht auf goldenem Weg: nach 10 bis 15 Jahren des Ruhestandes, nimmt die Kaufkraft ab, speziell mit der Erhöhung der Kosten der Krankenkassen. Trotzdem erkennt jeder solange man nicht auf sich selbst gestellt ist, dass die Lebensqualität enorm vom Netz der Solidarität, in der wir leben, abhängig ist.

Einmal die 75 Frühlingstage hinter sich, ist die Form noch immer da und es scheint, wir könnten in diesem Zustand 10, 15, 25 Jahre mindesten noch leben. Der Horizont ist schön, um uns rund herum hat sich alles verändert. Die Eltern, die Bekannten, die Freunde sind fort, die Kinder, die Enkel sind gross geworden und deren Berufstätigkeit führt sie weg. Es präsentiert sich eine neue Etappe mit der Forderung neue Projekte zu planen, die seinen Grenzen und seinen Schwächen Rechnung trägt, ohne zu resignieren mit Bewahrung einer möglichst hohen Autonomie und mit Erreichen eines Wohlergehens, selbst angesichts des Todes in Funktion seines Zustands

und seiner Überzeugungen.

„Der Ruhestand, ein Lebensprojekt wofür?“ findet sich in jeder guten Buchhandlung und kann unter folgender Mail-Adresse [livres@socialinfo.ch](mailto:livres@socialinfo.ch) oder per Post Editions Socialinfo Haute-Brise 23 CH-1012 Lausanne bestellt werden. Er zeigt Ameisenpisten um die Gemeinschaft der Gesellschaft einer langen Lebenserwartung, in der wir leben, zu verwalten in der Bewahrung einer Autonomie, die sich am Faden der Jahre redefiniert.

Das Werk der WVR „Politik für eine Gesellschaft mit einer hohen Lebenserwartung“ erschienen bei der „Edition A la Carte im Herbst 2016 wurde weitgehend von Jean-Pierre Fragnière inspiriert, publiziert in einer ganzen Serie von Erscheinungen unter dem Namen Le Dictionnaire des âges et des générations, Ed. Réalités sociales, Lausanne 2012, Bienvenue dans la Société de longue vie, Ed. Socialinfo, Lausanne, 2017, Oser la mort, écrit avec Bernard Crettaz, Ed. Socialinfo, Lausanne 2017, Oser la solidarité, Ed. Socialinfo, Lausanne, 2018, Générations solidaires, écrit avec Philippe Gnaegi, Ed. Socialinfo, Lausanne 2018, Propos de démographe. Avec Hermann-Michel Hagmann, Ed. Socialinfo, Lausanne 2019. ■

# Séance du Comité de la FVR du 25 avril

**BÉATRICE ALBASINI**  
Secrétaire de la FVR | Fully

A l'invitation de Roger Baudin, responsable des retraités des Sources minérales d'Aproz, la séance s'est déroulée à l'entreprise d'Aproz qu'ils ont eu l'occasion de visiter avant de traiter des affaires administratives de la FVR.

## Visite d'Aproz Sources Minérales SA

Les participants sont accueillis par M. Julien Dubois pour une présentation de la maison Aproz Sources Minérales SA, leader des eaux minérales et sirops en Suisse avec 21% de part du marché. Elle commercialise actuellement quelques 300 produits différents.

Fondée en 1947, la société est entrée en 1958 dans le groupe Migros, qui détient 97% des parts. Les communes de Nendaz et Vétroz sur lesquelles sont captées les eaux, restent partenaires. La société emploie aujourd'hui 146 collaborateurs pour un chiffre d'affaires annuel de 83'165'000.- francs, en constante progression.

La visite du site montre l'efficacité de son outil de production qui lui permet

d'embouteiller près de 100'000 pièces à l'heure pour un total de production de 170'000 litres par an, dont une large partie est destinée à la Suisse allemande et transportée à 90% par le rail dès 1961.

Engagée sur la voie du développement durable, l'entreprise est pionnière dans la réutilisation du PET (33,5 tonnes de PET recyclé par an), l'amélioration des emballages, le transport et la production d'énergie par la pose de 5500 m2 de panneaux solaires, en préservant l'environnement.

## Affaires administratives de la FVR

Le comité a discuté des affaires courantes de la FVR : vie des sociétés membres, admission éventuelle d'une nouvelle association, consultations cantonales sur des avant-projets de loi, prises de position favorables sur les lois en votation populaire en mai 2019, rapport intermédiaire, à l'intention du Conseil d'Etat, de la Commission consultative cantonale pour le développement de la politique en faveur des personnes âgées, prise de connaissance des démarches pour trouver un nouveau

rédacteur du Trait d'Union et mesures prises pour les numéros du bulletin de la FVR de mars et juin, dépôt des archives de la FVR aux Archives cantonales, informations sur les travaux des instances suisses des aînés (FSR, FARES, CSA).

Le comité a arrêté l'ordre du jour de l'AG de la FVR qui va se dérouler à Sierre, le 6 juin 2019. Le Président de la Ville saluera les participants à la Grande Salle de L'Hôtel de Ville. Le président

du comité provisoire de la Constituante valaisanne, Jean Zermatten donnera, son avis sur son déroulement.

Les comptes 2018 et le budget 2019 ont reçu l'approbation unanime des membres présents avec un avis favorable à les soumettre à l'approbation de l'AG.

Les membres du Bureau acceptent de poursuivre leur mandat et Christian Bonvin sera présenté pour occuper le poste de vice-président romand de la FVR, vacant depuis le décès de René Curdy, ancien président du MCR.

Un apéritif généreux a été



---

Le comité de la FVR s'est réuni le 25 avril : une vingtaine de personnes y ont prit part alors qu'une quinzaine se sont excusées (membres du Bureau, du comité, de la Commission du Trait d'Union).



offert aux participants. Monsieur Michel Charbonnet, directeur des Sources Minérales d'Aproz a fait l'honneur de partager ce moment convivial en fin de séance.

Jean-Pierre Salamin a remercié M. Michel Charbonnet pour l'accueil, M. Julien Dubois pour la présentation et la visite du site d'Aproz, M. Roger Baudin pour

l'organisation de cette rencontre ainsi que tous les membres de la FVR pour leur participation active. ■

# Komiteesitzung des WVR vom 25. April

**BÉATRICE ALBASINI**  
Sekretärin des WVR | Fully

Auf Einladung von Roger Baudin, Verantwortlicher für die Rentner von den Mineralquellen Aproz fand die Sitzung auch in der Unternehmung statt. So erhielten die Rentner die Gelegenheit, noch vor der Behandlung der administrativen Geschäfte des WVR die Aproz Mineralquellen zu besuchen.

## Der Besichtigung der Aproz Mineralquellen SA

Die Teilnehmer wurden von M. Julien Dubois für eine Besichtigung willkommen geheissen. Aproz Mineralquellen SA ist mit 21 % an Mineralwasser und Sirup in der Schweiz Marktführer und aktuell einige 300 unterschiedliche Produkte vertreibt.

Gegründet 1947 trat die Gesellschaft 1958 der Migros Gruppe bei mit 97% Anteilen. Die Gemeinden Nendaz und Vetroz auf denen die Wasserschöpfung geschieht, bleiben Partner. Die Gesellschaft beschäftigt heute 146 Mitarbeiter mit einem Produktionsergebnis von Fr. 83'165'000.- in ständiger Zunahme.

Der Besuch der Anlagen

zeigte die Effizienz ihrer Produktionsweise, die ihr erlaubt pro Stunde 100'000 Flaschen abzufüllen für eine gesamthafte Produktion von 170'000 Litern pro Jahr, wobei ein grosser Anteil für die Deutsche Schweiz bestimmt war und seit 1961 zu 90% per Bahn.

Engagiert auf dem Weg zu einer dauerhaften Entwicklung, ist die Unternehmung Pionier in der Wiederverwendung von PET (33.5 Tonnen Pet rezykliert pro Jahr), Verbesserung der Verpackung, des Transportes und Energieproduktion durch Solarpannels auf 5500 m2 Fläche und damit umweltschutzfreundlich.

## Administrative Geschäfte des WVR

Das Komitee bespricht die aktuellen Themen des WVR: Vereinsleben der Mitgliedersektionen, eventuelle Aufnahme einer neuen Sektion, Kantonale Konsultationen von Gesetzesentwürfen, positive Stellungnahmen zu Gesetzen in der Volksabstimmung im Mai 2019, Absichten des Staatsrates für die Kantonale Konsultativ-kommission

für eine fortschrittliche Alterspolitik, Kenntnisnahme der Anstrengungen zur Wahl eines neuen Binde-Glied Redaktors und Massnahmen zur Ausgabe der Bulletin Nummern des WVR für März und Juni, Lagerung der Archive der WVR in den Archiven des Kantons, Informationen über die Arbeit Schweizer Altersorganisationen (SRV, VASOS, SSR)



Das Komitee unterbrach die Tagesordnung der GV des WVR, die am 6. Juni 2019 in Siders stattfinden wird. Der Stadtpräsident der Stadt wird die Teilnehmer im Grossen Saal des Rathauses begrüessen.

Der Präsident des provisorischen Komitees des Walliser Verfassungsrates Jean Zermatten wird über deren Ablauf sich äussern.

Die Rechnung 2018 und das Budget 2019 erhielten von den anwesenden Mitgliedern einstimmige die Zustimmung mit der wohlwollenden Beurteilung, diese zur Annahme an der GV zu unterbreiten.

Die Mitglieder des Büros akzeptierten ihr Mandat weiter zu führen und Christian

Das Komitee des WVR vereinigte sich am 25. April. Anwesend waren 20 Personen, wobei 15 Personen sich entschuldigten (Mitglieder des Büros, des Komitees, von der Redaktionskommission des Binde-Glied.)



Bonvin wird für den Posten des Vizepräsidenten der Romandie des WVR vorgeschlagen, verweist durch den Tod von René Curdy, alt Präsident des MCR.

Ein grosszügiger Aperitif wurde den Teilnehmern offeriert.

Herr Michel Charbonnet, Direktor der Mineralquellen Aproz, gab uns die Ehre, diesen gastlichen Moment nach Ende der Sitzung mit uns zu teilen. Jean-Pierre Salamin verdankte Herrn Michel Charbonnet den Empfang, Herrn Julien Dubois die Präsentation und

Besichtigung des Ortes Aproz, Herrn Roger Baudin für die Organisation dieser Begegnung wie auch den Mitgliedern des WVR für ihre aktive Beteiligung.



# La véritable écologie

«Le Valais, c'est parfait pour les vacances !» Cette réflexion aurait pu me faire plaisir si elle n'avait été suivie d'une autre :  
«Mais je ne pourrais jamais y vivre !»

**U**ne question de conviction  
Souvent, j'ai entendu ce discours de la bouche de personnes venant ... d'ailleurs. Quand je demande pourquoi il est difficile de vivre en Valais, on me fait remarquer qu'on n'a pas d'université, qu'il manque des places de travail pour certains «cerveaux», que nos bibliothèques sont pauvres, qu'il y a peu d'évènements culturels... et j'en passe. Il faut dire que certains médias entretiennent ce genre de clichés.

J'ai bien sûr essayé de défendre notre beau canton, ses expositions, ses concerts, sa qualité de vie, mais en vain. Quand quelqu'un tient à ses convictions, il est inutile de tenter de le faire changer. Souvent, il s'y cramponne tellement que le résultat est inverse à celui que l'on recherche !

## Valaisannes et Valaisans

Oui, nos paysages sont splendides et il fait presque toujours beau ! Mais le Valais, c'est aussi et surtout l'authenticité, la générosité et la chaleur de ses habitants.

A l'heure où l'on se rend enfin compte qu'il est urgent de préserver notre terre, il est temps de réaliser également que le sommet de la création, c'est l'être humain. Lui aussi est une espèce en danger ! Les préjugés, les jugements montent des murs entre les gens et causent de nombreux malheurs.

## La vraie écologie

Oui, mais alors... Si nous sommes conscients de cela, peut-être est-ce le bon moment pour nous poser ces questions :

- Sur qui ai-je des idées toutes faites ?  
Les gens de quelle région, de quel pays, de quelle religion ?

Car la vraie écologie, c'est aussi de remettre en question certaines convictions qui étiquettent les autres et empêchent de les voir tels qu'ils sont vraiment.

Le jour où j'ôterai ces lunettes aux verres déformants, le monde sera vraiment plus beau ! ■





# Die echte Oekologie

Das Wallis, perfekt für die Ferien. Diese Reflektion hätte mir sehr gefallen, wenn sie gefolgt von einer anderen wäre: „Ich könnte aber niemals dort leben!“



## **E**ine Frage der Überzeugung

Oft hörte ich diese Redewendung von Personen von draussen. Wenn ich den Grund erfragte, weshalb es schwer sei im Wallis zu leben, bemerkte man mir, weil wir keine Universität hätten, Mangel an Arbeitsplätzen für gewisse Hochbegabten, aufgrund unserer armseligen Bibliotheken und der wenigen kulturellen Anlässe und so weiter. Es muss gesagt sein, dass einige Medien Klischees dieser Art pflegen.

Selbstverständlich versuchte ich unseren schönen Kanton zu verteidigen, seine Ausstellungen, seine Konzerte, seine Lebensqualität, doch umsonst. Wenn jemand an seinen Überzeugungen festhält, ist es nutzlos ihn zu ändern. Oft verkrampt man sich so fest, dass das Ergebnis demjenigen entgegensteht, das eigentlich gesucht wird.

## **Walliserinnen und Walliser**

Ja, unsere Landschaften sind prächtig und es ist meistens schön. Aber das Wallis

wirkt auch besonders authentisch durch seine Grosszügigkeit und die Wärme seiner Bewohner.

Zum Zeitpunkt, da man sich bewusst ist, dass unsere Erde dringend Schutz verlangt, gilt ebenso die Zeit, den Menschen zur Krone der Schöpfung zu entwickeln. Er selbst ist ein Wesen in Gefahr! Die Vorurteile, die Urteile errichten Mauern zwischen den Menschen und verursachen viel Unglück.

## **Die wahre Oekologie**

Ja, nun.....Wir sind uns ihrer bewusst. Vielleicht ist es der gute Zeitpunkt, uns diese Fragen zu stellen.

-Wo finde ich alle gemachten Ideen? Von Leuten welcher Region, welcher Länder, welcher Religion?

Denn die wahre Oekologie heisst auch gewisse Überzeugungen in Frage zu stellen, die andere abstempeln und verhindert sie zu sehen, wie sie wirklich sind.

Der Tag, wo ich diese deformierten Brillengläser aufdecke, wird die Welt wirklich viel schöner sein ! ■

# Le coût des EMS en Valais

JEAN-PIERRE SALAMIN  
Président FVR | Grimentz

Nous nous sommes intéressés à la situation valaisanne et, grâce à l'amabilité de M. Victor Fournier, Chef du Service cantonal de la santé, nous sommes en mesure de vous livrer les informations suivantes :

## ■ 1. Composition des divers coûts en EMS du Valais

Un résident, lors d'un séjour en EMS, doit assumer :

**a.- La participation aux coûts des soins :** la Loi sur les soins de longue durée prévoit que chaque résident participe aux coûts des soins, dans la mesure où il en bénéficie. Cette participation est déterminée en fonction de sa fortune, sur la base de sa taxation fiscale annuelle. Elle varie de Frs 0 à Frs 21.60 par jour, comme suit :

- 0 francs pour les assurés au bénéfice de l'aide sociale et pour les assurés dont la fortune nette est inférieure à 100'000 francs ;

- au maximum 5.40 francs par jour pour les assurés dont la fortune nette est comprise entre 100'000 et 199'999 francs ;

- au maximum 10.80 francs

Le numéro 70 du Trait d'Union, paru en mars 2019, rapportait sur les coûts des EMS au niveau suisse, fondés sur une enquête du Surveillant des prix, M. Stephan Meierhans. Il dénonçait avec vigueur la disparité de ces coûts.

par jour pour les assurés dont la fortune nette est comprise entre 200'000 et 499'999 francs ;

- au maximum 21.60 francs par jour pour les assurés dont la fortune nette est égale ou supérieure à 500'000 francs.

**b.- Un montant égal à l'allocation pour impotent:** l'allocation pour impotent est accordée aux personnes qui ne peuvent pas accomplir, sans l'aide d'autrui, des actes ordinaires de la vie quotidienne comme se vêtir, faire sa toilette, manger, ... L'EMS facture au résident touchant une allocation d'impotence un montant égal à celle-ci.

**c.- Le prix de la pension:** ce prix comprend essentiellement des prestations socio-hôtelières (chambres, repas, animations,...). Il varie d'un EMS à l'autre, sur la base d'une liste de prix autorisés par le Département de la santé, dans le cadre des prestations

complémentaires à l'AVS (PC).

## **d.- Les éventuelles prestations complémentaires demandées par le résident:**

il peut s'agir de prestations telles que le coiffeur et également d'autres prestations non comprises dans le prix de pension qui sont en général réglées par le contrat d'hébergement liant l'EMS avec le résident.

## ■ 2. Répartition du financement résiduel des soins entre canton (70%) et commune (30%)

Comme évoqué ci-dessus, la Loi sur les soins de longue durée, entrée en vigueur le 1er janvier 2015 prévoit la participation des assurés aux coûts des soins en fonction de leur fortune et également une répartition du financement résiduel entre le canton et les communes.

Le Conseil d'Etat fixe annuellement, par voie de

# Die Kosten der APH Im Wallis

JEAN-PIERRE SALAMIN  
Präsident des WVR | Grimentz

Wir interessierten uns über die Situation im Wallis und dank der Freundlichkeit von Victor Fournier, Chef des kantonalen Gesundheitsdienstes sind wir in der Lage euch folgende Informationen zu bieten:

## ■ 1. Zusammenstellung der verschiedenen Kosten der Walliser APH

Die Bewohner haben an ihrem Aufenthalt im APH beizutragen:

**a.- den Beitrag an die Kosten der Pflege:** Das Gesetz über die Langzeitpflege sieht vor, dass jeder Bewohner sich an den Pflegekosten im Rahmen der beanspruchten Leistung beteiligt. Diese Beteiligung ist abhängig von seinem Vermögen auf der Basis einer jährlichen finanziellen Einstufung. Sie variiert zwischen Fr. 0.- bis Fr. 21.60 pro Tag wie folgt :

- Fr. 0.- für die Hilfslosenentschädigung Versicherten und für die Versicherten mit einem Nettovermögen unter Fr. 100'000.-

- Im Maximum Fr. 5.40 pro Tag für Versicherte mit einem Nettovermögen zwischen Fr. 100'000.- und Fr.199'999.-

Die Nummer 70 des Bindeglieds, erschienen im März 2019, berichtete über die Kosten auf dem Niveau der Schweiz, erhoben durch den Preisüberwacher Stephan Meierhans. Mit Nachdruck denunzierte er die Disparität dieser Kosten.

- Im Maximum Fr. 10.80 pro Tag für Versicherte mit einem Nettovermögen zwischen Fr. 200'000.- und Fr. 499'999.-

- Im Maximum Fr. 21.60 pro Tag für Versicherte mit einem Nettovermögen von Fr. 500'000.- und mehr.

**b.- Ein gleicher Betrag als Beihilfe für Behinderte:** Ein Beihilfebetrug für Behinderte an Personen, die ohne Unterstützung tägliche Verrichtungen wie sich Kleiden, Waschen und Essen usw. ohne fremde Hilfe nicht besorgen können. Die APH berechnen den Bewohnern mit Behindertenbeihilfen die gleichen Unterstützungsbeiträge wie diesen.

**c.- Die Pensionspreise:** Dieser Preis umfasst besonders Hotellerie angemessene Sozialleistungen (Zimmer, Mahlzeiten Animation....) .Er unterscheidet sich zwischen

den APH auf der Basis einer vom Gesundheitsdepartement genehmigten Preisliste im Rahmen der Ergänzungsleistungen der AHV.

## **d.- Die eventuellen vom Bewohner verlangten Ergänzungsleistungen:**

Es könnten sich um Coiffeurleistungen handeln oder auch andere nicht im Pensionspreis enthaltene Leistungen, die allgemein den Bewohner durch einen Aufenthaltsvertrag mit dem APH bindet.

## ■ 2. Die Verteilung der verbleibenden Pflegekosten zwischen dem Kanton (70)% und der Gemeinde (30%)

Wie oben erwähnt sieht das Gesetz über die Langzeitpflege, das am 1. Januar 2015 in Kraft getreten ist, die Partizipation der Versicherten an den Pflegekosten vor, nach Höhe der Vermögen und der Verteilung

Régions	Nombre d'EMS	Lits de long séjour	Lits de court séjour
Haut-Valais	16	929	41
Valais Central	16	1080	28
Bas-Valais	18	1092	31

décret, les coûts facturables et les contributions résiduelles des pouvoirs publics pour les soins. En plus de ces contributions résiduelles pour les soins, les EMS perçoivent des subventions qui déterminent finalement la composition du financement des EMS pour les soins, comme suit: le coût global des soins en EMS (selon la classification BESA), diminué des contributions de l'assurance maladie (AOS) et de la participation des assurés défini ci-dessus, détermine la contribution résiduelle des soins. En y ajoutant les subventions, le résultat fournit le montant total à la charge des pouvoirs publics, partagés par le Canton (70%) et les communes (30%).

Les subventions octroyées aux EMS servent dans différents domaines, comme :

- les soins non pris en charge par la LAMAL, (Frs 2.-- par journée de soins),
- l'utilisation des systèmes d'information (Frs 1.-- par journée de soins),
- la formation des stagiaires et des apprentis dans le secteur des soins.

Les EMS disposant de lits de court séjour se voient également

octroyé une subvention supplémentaire de Frs 15'000 par année et par lit réservé à cet effet. Ces lits sont des places d'accueil temporaire intégrées dans des EMS. Ils constituent un dispositif d'appui au maintien à domicile et visent le retour de la personne âgée à son domicile, après un séjour en hôpital. Ils permettent également à des proches aidants de disposer d'un peu de temps de récupération, en y plaçant temporairement, plusieurs fois par année, un parent fragilisé.

Le court séjour en EMS coûte 50 francs par jour à son bénéficiaire, grâce au subventionnement de Frs 80.-- la journée par les pouvoirs publics qui promeuvent ce type de séjour pour favoriser le maintien à domicile des personnes âgées, le plus longtemps possible ; ces lits ont été créés (et vont encore se développer) après le Parlement des Aînés de 2010 qui avait dénoncé l'inégalité des chances face aux soins et aux aides à domicile, en fonction de son lieu de résidence. Le programme gouvernemental en cours prévoit une croissance modérée des soins en EMS, mais un fort développement du soutien et des soins à domicile (CMS).

### ■ 3. Les EMS du Valais et

#### leurs coûts socio-hôtelières

##### 3.1. Les caractéristiques des EMS valaisans

Le Valais dispose actuellement de 50 EMS de tailles très différentes de 16 à 152 lits de long séjour et de 100 lits de court séjour de 0 (20 établissements) à 10 lits (Haut-de-Cry, Vétroz) répartis sur l'ensemble du Canton, de Fiesch à Vouvry. A part le Val d'Anniviers, toutes les vallées latérales au Rhône ont au moins 1 EMS.

Cette situation évolue régulièrement en fonction de la rénovation ou de la création de nouveaux centres EMS. Les EMS rénovés ou créés doivent disposer de lits de courts séjours.

La plupart des EMS (36) offrent des chambres à 1 lit et à deux lits. Les EMS ne comprenant que des chambres à 1 lit se situent à Brig-Glis, Ried-Brig, Visperterminen, Unterems, Guttet, Venthône, Sion (3/4), Aproz, Saxon, Fully (Saillon, Leytron, Charrat), Martigny (les Marronniers), Muraz-Collombey.

##### 3.2. Les coûts socio-hôtelières

Le coût journalier en EMS englobe le prix des repas, la location de la chambre et les frais d'animation. Ce coût dépend en partie de la mise à disposition

Regionen	Anzahl APH	Langzeitbetten	Kurzzeitbetten
Oberwallis	16	929	41
Mittelwallis	16	1080	28
Unterwallis	18	1092	31

der Restkosten zwischen Kanton und Gemeinden.

Der Staatsrat fixiert jährlich per Dekret die zu fakturierenden Kosten und die restliche Zuteilung den Behörden für die Pflege. Überdies von dieser restlichen Zuteilung für die Pflege, erhalten die APH Subventionen, die schliesslich die Zusammenstellung der Finanzierung der APH wie folgt bestimmt: Die Globalkosten der APH für die Pflege (gemäss BESA Einstufung) vermindert die Beiträge an die Krankenkassen und die Partizipation der obgenannten Versicherten und bestimmt so die Zuteilung der Restpflegekosten. Mit dem Zufügen der Subventionen liefert das Resultat die totale Summe zu Lasten der öffentlichen Hand, verteilt auf den Kanton (70%) und Gemeinden (30%).

Die den APH zugesprochenen Subventionen dienen verschiedenen Sparten, wie

- Nicht durch die Krankenkasse entschädigte Pflege (Fr. 2.- pro Pflege-tag)
- Benützung von Informationssystemen (Fr. 1.- pro Pflege-tag)
- Die Ausbildung von Praktikanten und Lernenden im Pflegebereich

Die APH, die über Kurzzeitbetten verfügen,

erhalten zweckentsprechend über eine bewilligte zusätzliche Subvention von Fr. 15'000.- pro Jahr so dieses reservierte Bett. Diese Betten sind für den temporären Empfang in die APH integriert. Sie gelten als Hilfsdispositiv zum Verbleib zuhause und nach einem Spitalaufenthalt bestreben sie die Rückkehr der älteren Person nach Hause. Sie erlauben es ebenso den helfenden Angehörigen über eine kurze Erholungszeit zu verfügen, um einige Mal pro Jahr, einem empfindlichen Verwandten Platz zu geben.

Der Kurzaufenthalt im APH kostet Fr. 50.- pro Tag für den Bevorzugten dank einer Subvention von Fr. 80.- pro Tag durch die Behörden, die diesen Typ von Aufenthalt fördern, um den Verbleib zuhause von der betagten Personen so lang als möglich zu bevorzugen. Diese Betten wurden geschaffen (und es werden noch mehr) gemäss Altersparlament 2010, das die Unausgewogenheit gegenüber der Pflege und der Hilfe zu Hause verurteilt in Bezug auf den Wohnort. Das regierungsamtliche Programm sieht ein bescheidenes Wachstum der Pflege in den APH vor, jedoch eine stark geförderte Unterstützung der Pflege zuhause (SMZ).

**■ 3. Die APH des Wallis und ihre Kosten der Sozialhotellerie**

**3.1. Die Charakteristiken der Walliser APH**

Das Wallis umfasst gegenwärtig etwa 50 APH mit sehr grossen Unterschieden zwischen 16 bis 152 Langzeitbetten und 100 Kurzzeitbetten von 0 (20 Heime) bis 10 Betten (Haut-de-Cry, Vétroz) verteilt über den ganzen Kanton von Fiesch bis Vouvry. Mit Ausnahme des Val d'Anniviers haben alle Seitentäler der Rhone mindesten 1 APH.

Dieser Zustand entwickelt sich regelmässig in Abhängigkeit von Renovationen oder Errichtung von neuen APH Zentren. Die renovierten oder neuen APH müssen über Kurzzeitbetten verfügen.

Die meisten APH (36) bieten Ein- oder Zweibettzimmer an. Die APH, die nur Einbettzimmer aufweisen befinden sich in Brig-Glis, Ried-Brig, Visperterminen, Unterems Guttet, Venthone, Sion,(3/4), Aproz, Saxon, Fully, (Saillon, Leytron, Charrat), Martigny (les Marronniers), Muraz-Collombey.

**3.2. Die Kosten der Sozialhotellerie**

Die Tageskosten im APH umfassen den Preis

## Les prix de pension autorisés par le canton

Résident de la commune de l'EMS				Non-résident de la commune de l'EMS			
Chambre à 1 lit		Chambre à 2 lits		Chambre à 1 lit		Chambre à 2 lits	
Prix minimum	Prix maximum	Prix minimum	Prix maximum	Prix minimum	Prix maximum	Prix minimum	Prix maximum
Fr. 86.-	Fr. 138.-	Fr. 78.-	Fr. 125.-	Fr. 96.-	Fr. 147.-	Fr. 88.-	Fr. 137.-

du résident d'une chambre à un lit ou d'une chambre à deux lits. Enfin, ce coût dépend du lieu de domicile du résident. Le prix est différent pour une personne logeant dans un EMS de sa commune ou pour une personne provenant d'une autre commune du canton.

Le coût socio-hôtelier varie d'un EMS à un autre mais dans des proportions beaucoup moins importantes qu'en Suisse : la différence moyenne est de Frs. 121,60 en Valais et Frs. 227,40 à Genève, soit plus de Frs 100, relevée par Monsieur Prix.

L'Etat du valais fait figure de bon élève dans la fixation des tarifs de pension. Il faut cependant relever que le canton et les communes valaisannes participent au financement des investissements des EMS

et que cela permet de réduire considérablement le prix de pension à la charge des résidents. Le site de l'Etat du Valais fournit à l'adresse [www.vs.ch/web/ssp/ems](http://www.vs.ch/web/ssp/ems) la liste des EMS ainsi que les prix pratiqués par établissement.

Il ne faut pas oublier que les prix payés par un résident en EMS ne se limitent pas au coût socio-hôteliers, mais peut comprendre d'autres éléments, comme la participation aux coûts des soins, à ceux de l'aide à la vie quotidienne, aux prestations complémentaires souhaitées.

#### ■ 4. Rôle de l'Etat du Valais dans la surveillance des EMS

Le canton du Valais, par le Département de la santé, est chargé de la surveillance des EMS, comme d'ailleurs de tous les établissements de santé. Il se préoccupe

tout particulièrement de la transparence des tarifs des EMS. Toutes les modifications lui sont soumises. Les augmentations ne sont autorisées que sur la base d'une analyse financière du service de la santé. Ce dernier travaille actuellement sur une directive applicable à tous les EMS valaisans sur les prestations facturées aux résidents afin que toutes ces prestations soient faites de manière transparente. Globalement, tout EMS confondu, les établissements valaisans ne compensent pas les éventuels soins déficitaires par des bénéfices excessifs au moyen des taxes de pension ou autres prestations facturées. ■

#### « Comment faire de son avancée en âge une expérience heureuse »

Conférence de **Mme Marie de Hennezel**

Salle communale de Martigny, le 18 juin 2019, à 19h00, prix Frs 10.00.

Attention : places limitées à 300 personnes  
S'inscrire préalablement au Foyer de jour de Chantovent, Martigny

[chantovent@netplus.ch](mailto:chantovent@netplus.ch) / 027 722 09 94

## ACTUALITÉ

### Concentration de centenaires : les Blue Zones

Le démographe belge Michel Poulain a débuté des études d'astrophysique à l'Université de Liège avant de se réorienter en démographie et de se spécialiser dans la longévité et la migration.

Comme tout le monde, il a constaté que l'espérance de vie ne cesse d'augmenter, environ d'une année chaque 4 ans, aussi bien chez les hommes que les femmes en Europe. Il s'est intéressé durant plus de 25 ans aux facteurs principaux favorisant une longévité exceptionnelle

et à un vieillissement en bonne santé.

En Sardaigne, il y a découvert avec un des ses collègues, Giovanni Mario Pes, une aire où le nombre des centenaires est supérieur à la moyenne. Elle a été dénommée « Blue Zone », en raison des cercles bleus définis sur la carte par

la couleur du crayon utilisé pour les définir. Une publication scientifique a vu le jour et, ayant été reprise par des revues scientifiques importantes, rencontra un écho considérable dans le monde. D'autres « Blue Zone » ont été découvertes par la suite, notamment au Costa Rica et sur l'île d'Ikaria.

Si la génétique joue un rôle important sur l'espérance de vie, d'autres facteurs y contribuent grandement, notamment, une alimentation équilibrée composée de fruits et de légumes, de viande et de produits laitiers qui proviennent des

Die Pensionspreise vom Kanton beschlossen

Bewohner aus der Wohnsitzgemeinde des APH				Bewohner aus anderen Gemeinden			
Einbettzimmer		Zweibettzimmer		Einbettzimmer		Zweibettzimmer	
Preis minimum	Preis maximum	Preis minimum	Preis maximum	Preis minimum	Preis maximum	Preis minimum	Preis maximum
Fr. 86.-	Fr. 138.-	Fr. 78.-	Fr. 125.-	Fr. 96.-	Fr. 147.-	Fr. 88.-	Fr. 137.-

der Mahlzeiten, die Miete der Zimmer und die Animationskosten. Die Kosten hängen zum Teil davon ab durch die dem Bewohner zur Verfügung gestellten Zimmer mit einem oder zwei Betten. Zudem hängen die Kosten vom Wohnort des Bewohners ab. Der Preisunterschied findet sich für eine Person wohnhaft im APH, ob sie aus der eigenen Gemeinde oder einer anderen Gemeinde des Kantons kommt.

Die Kosten der Sozialhotellerie variieren von einem APH zu einem andern in einem viel geringeren Umfang als in der Schweiz: die mittlere Differenz beträgt Fr. 121.60 im Wallis und Fr. 227.40 in Genf, besagt mehr als Fr. 100.- erhoben durch den Monsieur Prix.

Der Staat Wallis fällt auf als guter Schüler in der Gestaltung der Pensionstarife. Immerhin ist

hervorzuheben, dass der Kanton und die Walliser Gemeinden an den Investitionen der APH's teilhaben und das erlaubt es, erheblich die Pensionspreise zu Gunsten der Bewohner zur reduzieren. Die Seite des Staates Wallis liefert die Adresse [www.vs.ch/web/ssp/ems](http://www.vs.ch/web/ssp/ems) der Liste der AHP mit angewandten Preisen des Heims.

Nicht zu vergessen ist, dass die bezahlten Preise eines Bewohners sich nicht an den Kosten der Sozialhotellerie misst, aber kann auch andere Elemente beinhalten wie die Teilnahme an den Pflegekosten, an solchen der täglichen Hilfe, an gewünschten Komplementärleistungen.

■ 4. Die Rolle des Walliser Staates in der Überwachung der APH

Durch das Gesundheitsdepartement ist der Kanton

Wallis mit der Überwachung der APH beauftragt, wie übrigens auch alle Gesundheitsinstitutionen. Es befasst sich ganz speziell mit der Transparenz der APH Tarife. Alle Veränderungen sind ihm zu unterbreiten. Teuerungsvorhaben sind nur auf der Basis einer Finanzanalyse durch den Gesundheitsdienst zulässig. Aufgrund einer gegenwärtig für alle Walliser APH anzuwendenden Direktive der Fakturierung der Leistungen für die Bewohner arbeitet er so, dass alle Leistungen auf eine transparente Weise erstellt werden. Allgemein alle APH beurteilt, die Walliser Betriebe kompensieren eventuelle defizitäre Pflege nicht durch übertriebene Dienstleistungen mit Hilfe von Pensionstaxen oder anderen fakturierten Leistungen. ■

AKTUALITÄT

Häufung Hundertjähriger: die Blauen Zonen

Der belgische Demograph Michel Poulain hat an der Universität von Lüttich Studien über die Astrophysik eingeführt bevor er sich zurück zur Demographie wandte und sich der Langlebigkeit und Migration widmete.

Wie alle stellte er fest, dass die Lebenserwartung ungefähr in 4 Jahren nicht aufhört um ein Jahr zu wachsen, sowohl bei den Männern wie auch bei den Frauen in Europa. Während mehr als 25 Jahren interessierte er sich, für die wichtigsten Faktoren einer exzeptionellen Langlebigkeit und mit dem

Altern in guter Gesundheit.

In Sardinien entdeckte er mit einem seiner Kollegen Giovanni Mario Pes eine Gegend, wo die Zahl der Hundertjährigen das Mittel überstieg. Sie wurden „Blaue Zonen“ benannt aufgrund der blauen Kreise auf der Karte durch die Farbe der

Stifte, um sie zu definieren. Eine wissenschaftliche Publikation erschien und wiedergegeben von wichtigen Revuen, erlangten sie ein beachtliches Weltecho. Andere „Blaue Zonen“ wurden in der Folge entdeckt, namentlich in Costa Rica und auf der Insel Ikaria.

Wenn die Erbllichkeit eine wichtige Rolle auf die Lebenserwartung spielt, tragen andere Faktoren sehr viel dazu bei, namentlich eine ausgewogene Ernährung zusammengesetzt aus Früchten, Gemüsen, Fleisch und Milchprodukten,



# TRAIT D'UNION BINDE-GLIED

FÉDÉRATION VALAISANNE DES RETRAITÉS - WALLISER VERBAND DER RENTNER

cultures et de l'élevage personnels des habitants ou des environs, sans produits conservateurs ou nocifs et pesticides. De plus, l'observation du comportement des habitants de la Blue Zone de Sardaigne montre qu'ils arrêtent de manger lorsque leur estomac est rempli à 80 % et que les repas sont des moments de convivialité, une occasion de se retrouver et de profiter de l'instant, un véritable acte social...

Au régime alimentaire s'ajoutent le travail et l'activité physique naturelle. En Sardaigne, les centenaires sont paysans ou bergers : ils n'arrêtent donc jamais de travailler et ont durant toute leur vie une activité physique parce qu'ils ne font pas la différence entre travail et loisirs. Leur environnement joue également un rôle important : l'eau qu'ils boivent est puisée dans un puits local et l'air respiré est pur dans un climat idéal. Ils ne sont jamais stressés parce qu'ils agissent sans hâte. Ils vivent dans une communauté qui veille les un sur les autres. L'argent joue un rôle secondaire puisque le troc et l'entraide prime. Les personnes âgées peuvent toujours compter sur la famille, les amis ou encore les voisins. L'intégration des aînés dans la communauté est un mode de vie normale, ce qui n'est plus toujours le cas dans notre société.

Des essais sont en cours aux Etats-Unis, dans des villes sélectionnées « Blue Zone Communities » conçues avec les citoyens pour améliorer leur bien-être sur la base des leçons tirées des Blue Zones. Par exemple, les restaurants servent de plus petites portions et des plats au contenu plus naturel, les boissons gazeuses et les chips sont éloignées et des zones importantes sont réservées aux piétons et aux cyclistes. . . .

Tout cela ne suffit pas tout à fait. Il faut veiller à rester actif et surtout à se tourner vers les autres et chasser de sa tête l'idée que l'on a assez donné aux autres et qu'il est temps de ne penser plus qu'à soi. La retraite est une période nouvelle de notre vie qui s'étend de 65 à 80 ans, avec du temps à disposition et une santé en général bonne autorisant une vie de partage social et d'aide aux personnes qui en ont besoin. Au-delà de 80 ans, intégrons nos séniors dans notre société et la vie de tous les jours. Ne les enfermons pas dans des maisons de repos. . . les bénévoles, les foyers de jours, les lits de court séjour, . . . aident à garder leur autonomie le plus longtemps possible à domicile. La société de longue vie est une chance à saisir pour toutes les générations. ■

Jean-Pierre Salamin

D'après [motions.cornercard.ch](http://motions.cornercard.ch) du 01 mars 2019  
Angela Sirch/JPS

die von Kulturen und individueller Züchtung der Bewohner oder deren Umgebung stammen, Produkte ohne Konservierungsmittel und Pestiziden. Dazu die Beobachtung des Verhaltens der Bewohner der Blauen Zone auf Sardinien zeigte, dass sie mit dem Essen aufhören, wenn sie den Magen zu 80% gefüllt haben und dass die Mahlzeiten zu Momenten der Gastlichkeit werden, eine Gelegenheit sich zu erholen und den Augenblick zu geniessen, ein wahrhaftig sozialer Akt.

Dem alimentären Regime fügt sich die Arbeit hinzu, die natürliche körperliche Aktivität. In Sardinien sind die Hundertjährigen Bauern oder Schäfer: Sie hören nie mit der Arbeit auf und haben während ihres ganzen Lebens eine körperliche Tätigkeit, weil sie keinen Unterschied zwischen Arbeit und Freizeit kennen. Ihre Umgebung spielt ebenfalls eine wichtige Rolle. Das Trinkwasser ist geschöpft aus dem lokalen Brunnen und die geatmete Luft ist rein in einem idealen Klima. Sie sind niemals gestresst, weil sie ohne Eile handeln. Sie leben in einer Gemeinschaft, wo die einen über den andern wachen. Das Geld spielt eine sekundäre Rolle, weil der Tausch und Nachbarshilfe vorgehen. Immer können die älteren Personen auf die Familie, Freunde oder auch noch die Nachbarn zählen. Die Integration der Älteren in die Gemeinschaft ist eine normale Lebensweise, was nicht mehr so der Fall in unser Gesellschaft ist.

Versuche sind in den USA in ausgewählten Städten am Laufen. „Blaue Zone Gemeinschaften“ sind in Übereinkunft mit Bürgern konzipiert worden, um das Wohlbefinden auf der Basis der Ergebnisse der Blauen Zonen zu verbessern. Zum Beispiel servieren Restaurants geringere Portionen und natürlichere Platten, Kohlensäuregetränke und Chips werden entfernt und wichtige Abteile sind für Fussgänger und Radfahrer reserviert. All das genügt noch nicht ganz. Es ist darauf zu achten, aktiv zu sein, sich den andern zuzuwenden, die Idee aus dem Kopf zu schlagen, dass man den andern genug getan habe und es an der Zeit ist, vermehrt an sich zu denken. Der Ruhestand ist eine neue Periode, die sich zwischen 65 bis 80 Jahren ausbreitet mit einer zur Verfügung stehenden Zeit von einer allgemein guten, Gesundheit, das ein Leben erlaubt, aufgeteilt sozial und hilfsbereit für Personen, die Hilfe benötigen. Über 80 Jahre hinaus integrieren wir unsere Senioren in unsere Gesellschaft und in das Alltagsleben. Sperren wir sie nicht in Altersheime, zu den Ehrenamtlichen, in die Tagesheime, die Kurzzeitbetten, helfend ihre Autonomie so lange als möglich zu behalten. Die Gesellschaft der langen Lebenserwartung ist eine Chance für alle Generationen. ■

Jean-Pierre Salamin

## Impressum

**Editeur**  
Fédération valaisanne  
des retraités  
Case postale 492  
1951 Sion

**Site internet**  
[www.fvr-wvr.ch](http://www.fvr-wvr.ch)

**Rédaction**  
Vacant / Vakant

**Deutsche Übersetzung**  
Peter Summermatter,  
3930 Visp

**Composition**  
Pointcom, D.Karlen,  
1845 Noville  
[www.dkahlen.com](http://www.dkahlen.com)

**Impression**  
Imprimerie Fiorina,  
1950 Sion

**Adressage**  
Atelier St-Hubert,  
1950 Sion

**Parution**  
4 fois l'an : mars, juin,  
septembre et décembre

**Coordonnées de paiement**  
CCP : 19-3899-4  
IBAN :  
CH68 0900 0000 1900 3899 4

**Abonnements**  
Abonnement simple  
Abonnement allein CHF 15.-

Abon.+cotisation  
Abon.+Mitgliederbeitrag  
CHF 25.-

Abon. + cotisation couple  
Abon. + Mitgliederbeitrag für  
Ehepaare CHF 30.-