



TRAIT D'UNION BINDE-GLIED

FÉDÉRATION VALAISANNE DES RETRAITÉS - WALLISER VERBAND DER RENTNER



Photo : Samuel Fiore

FVR

L'actualité de la fédération

WVR

Aktualitäten des Verbands

PAGE 6 | SEITE 7

**FORUM60PLUS DANS
LE HAUT-VALAIS**

Prendre un nouveau départ?

FORUM60PLUS IM OBERWALLIS

Nochmals durchstarten?

PAGE 4 | SEITE 5

**NOUVELLE CONSTITUTION
VALAISANNE**

Respectueux de la nature humaine?

NEUE VERFASSUNG WALLIS

**Respektvoll gegenüber
der menschlichen Natur?**

PAGE 10 | SEITE 11

REPORTAGE

**Précarité : les inquiétudes de
Pro Senectute**

BERICHT

**Prekarität: die Anliegen von
Pro Senectute**

PAGE 12 | SEITE 13

Des raisons de s'affirmer plus et mieux...

CHRISTIAN BONVIN ET
MARIANNE MATHIER
Vos coprésidents

Nous les « plus de 60 ans » avons eu plusieurs noms, les « vieux », les « personnes âgées », les « seniors »... actuellement une nouvelle appellation qui nous plaît bien est très utilisée: « les Générations 60+ »; cette appellation montre mieux notre diversité d'âge, de culture et d'origine, elle souligne notre importance démographique (nous sommes plus de 26% des personnes domiciliées en Valais!!) mais, si ces aspects nous réjouissent, ils ne doivent pas nous faire oublier des défis nombreux parmi ceux-ci:

- Améliorer fortement notre visibilité, être plus présents dans le domaine publique et médiatique;
- Lutter contre les isolements découlant du modernisme et des excès de la digitalisation.

Nous sommes tous d'accord que nous devons nous affirmer plus et mieux, voici trois exemples de bonnes réussites collectives récentes:

■ **Pétition du Groupe des Aînés d'Isérables:** la démarche locale a été renforcée par celle de votre Fédération qui a demandé aux autorités cantonales, à la Fédération des Communes et aux institutions bancaires une analyse cantonale concernant l'accès à l'argent liquide et une rencontre pour aboutir à des solutions locales; à ce jour demi-succès! le commerce de proximité Edelweiss Market a rendu très rapidement disponible la possibilité d'obtenir de l'argent liquide à la caisse... La démarche de la Fédération se poursuit sur le plan cantonal.

■ **Séances communales d'accueil-information des nouveaux retraités:** un gros travail de coordination (BRIC, Avantage, Communes) a permis de voir un accroissement du nombre de séances et de participants (400 à Monthey, 100 à Troistorrents); la dernière rencontre à Vétroz a vu en plus une forte implication des seniors dans l'animation, présence réjouissante à généraliser! Merci aux professionnels et aux bénévoles!

■ **Présence médiatique:** cette année a vu la finalisation d'une démarche collective très prometteuse: la parution dès janvier prochain d'une page « Générations 60+ » mensuelle dans le Walliser Bote et le Nouvelliste; nous avons largement contribué à cette démarche qui est portée par le Canton,

Pro Senectute et votre Fédération. Nous comptons sur vous les associations et les membres individuels pour nourrir ces prochaines pages qui sont à la fois une innovation, un défi et une grande possibilité de nous rendre plus visibles, plus disponibles et généreux...

Allons donc avec confiance vers 2023, que ces Fêtes de Noël nous réunissent mieux, nous aident à passer du « seul parmi » au « mieux ensemble »...

Nous adressons aussi nos pensées positives et l'assurance de notre attention continue aux plus âgés d'entre nous qui vivent plus de solitudes dans cette période dite de fêtes...

« Prendre de l'Âge c'est... »

Cette rubrique vous offre les paroles d'un-e invité-e en lien avec son vécu de senior... Premier invité: Yves Nicolet, tout jeune retraité et Président du Club des Aînés d'Isérables qui a mis en route les démarches liées à la fermeture du dernier bancomat de la Commune. (voir site: www.fvr-wvr.ch)



- **Relever des défis:** « Les défis sont nombreux mais pour moi, les relations et les contacts sont primordiaux: ne pas rester cloîtré, on n'est pas tout seul sur terre... Une de mes voisines s'est désocialisée très rapidement, elle est veuve et sort une fois par semaine, on essaie de la stimuler de l'aider mais c'est difficile et long... Peut-être encore une priorité: savoir prendre du temps pour soi, ne pas s'oublier! »
- **Suggestion pour les aînés:** « Je souhaite qu'ils cherchent plus à s'affirmer, plus de motivation pour s'exprimer, dire leurs besoins et leurs apports ».
- **Clin d'œil:** « Au facteur qui offre des biscuits à ma chienne qui le suit alors presque trop fidèlement, mais ça me fait marcher aussi plus... » et aussi « Comme tous les retraités, je remarque que je n'ai plus une seconde! »
- **Dire Merci:** « Merci aux signataires de la pétition qui ont osé signer, dire leur position... merci aux habitants de la commune qui m'ont facilité une intégration que je trouve très réussie! »
Merci enfin à mon épouse qui me dit me voir moins qu'avant la retraite mais qui me laisse le temps de m'occuper du Club des Aînés.
Très belle période de Fête de fin d'année et beaucoup de rencontres de familles et d'amis!

Gründe, sich mehr und besser zu behaupten...

CHRISTIAN BONVIN UND
MARIANNE MATHIER
Ihre Co-Präsidenten

Wir, die «über 60-Jährigen», hatten schon viele Namen, die «Alten», die «Älteren», die «Senioren»... Derzeit wird häufig eine neue Bezeichnung verwendet, die uns gut gefällt: «Generationen 60+». Diese Bezeichnung zeigt besser unsere Vielfalt an Alter, Kultur und Herkunft, sie unterstreicht unsere demografische Bedeutung (wir sind mehr als 26% der im Wallis wohnhaften Personen!!), aber auch wenn uns diese Aspekte erfreuen, dürfen sie uns nicht die zahlreichen Herausforderungen vergessen lassen:

- Unsere Sichtbarkeit stark verbessern, in der Öffentlichkeit und in den Medien präsent sein;
- Bekämpfung der Isolation, die sich aus dem Modernismus und den Auswüchsen der Digitalisierung ergibt.

Wir sind uns alle einig, dass wir uns mehr und besser behaupten müssen. Hier drei Beispiele für gute kollektive Erfolge aus jüngster Zeit:

■ **Petition der Seniorengruppe von Iséables:** Die lokale Initiative wurde durch den Walliser Verband der Rentner verstärkt, der die kantonalen Behörden, den Gemeindeverband und die Banken um eine kantonale Analyse des Zugangs zu Bargeld und um ein Treffen bat, um lokale Lösungen zu erarbeiten; bis heute ein halber Erfolg! Der Lebensmittelladen Edelweiss Market schuf sehr schnell die Möglichkeit, an seiner Kasse Bargeld zu beziehen... Die Initiative des Verbandes wird auf kantonaler Ebene fortgesetzt.

■ **Kommunale Empfangs- und Informationsveranstaltungen für neue Rentner:** Dank einer grossen Koordina-

tionsarbeit (BRIC, Avantage, Gemeinden) konnte die Zahl der Veranstaltungen und der Teilnehmer erhöht werden (400 in Monthey, 100 in Troistorrents); beim letzten Treffen in Vétroz waren die Senioren zudem stark in die Animation eingebunden, eine erfreuliche Präsenz, die es zu verallgemeinern gilt! Vielen Dank an die Professionellen und die freiwilligen Helfer!

■ **Medienpräsenz:** In diesem Jahr wurde ein viel versprechendes kollektives Vorhaben vereinbart: Ab Januar nächsten Jahres erscheint eine monatliche Seite «Generationen 60+» im Walliser Boten und im Nouvelliste; wir haben viel zu diesem Vorhaben beigetragen, das vom Kanton, von Pro Senectute und dem Verband getragen

wird. Wir zählen auf Sie, Vereine und Einzelmitglieder, um diese nächsten Seiten zu füllen. Diese stellen gleichzeitig eine Innovation, eine Herausforderung und eine vielversprechende Möglichkeit dar, uns sichtbarer, verfügbarer und grosszügiger zu machen...

Starten wir also voller Zuversicht in das Jahr 2023, auf dass diese Weihnachtsfeiertage uns näher zusammenbringen, uns helfen, vom «allein unter» zum «besser zusammen» zu gelangen...

Wir richten unsere positiven Gedanken und unsere ständige Aufmerksamkeit auch an die Älteren unter uns, die sich in der Weihnachtszeit einsam fühlen...

«Älter werden ist...»

In dieser Rubrik lesen Sie die Gedanken eines Gastes im Zusammenhang mit seinen Erfahrungen als Senior. Der erste Gast ist Yves Nicolet, Jungrentner und Präsident des Seniorenclubs von Iséables. Er hat die Schritte im Zusammenhang mit der Schließung des letzten Bancomaten der Gemeinde in die Wege geleitet (siehe Website: www.fvr-wvr.ch).



• **Herausforderungen annehmen:** «Es gibt viele Herausforderungen, aber für mich sind Beziehungen und Kontakte das Wichtigste: sich nicht einschließen, man ist nicht ganz allein auf der Welt ... Eine meiner Nachbarinnen hat sich sehr schnell desozialisiert, sie ist Witwe und geht einmal pro Woche aus, wir versuchen, sie zu stimulieren und ihr zu helfen, aber es ist schwierig und langwierig ... Vielleicht noch eine Priorität: sich Zeit für sich selbst nehmen, sich nicht vergessen!»

• **Vorschlag für Senioren:** «Ich wünsche mir, dass sie sich behaupten, mehr Motivation zeigen, sich auszudrücken und ihre Bedürfnisse und Beiträge zu nennen».

• **Augenzwinkern:** «Dem Postboten, der meiner Hündin Kekse anbietet, die ihm dann fast zu treu folgt, aber das bringt mich auch mehr zum Laufen...» und auch «Wie alle Rentner merke ich, dass ich keine Sekunde mehr habe!».

• **Dank:** «Danke an die Unterzeichner der Petition, die es wagten, zu unterschreiben und ihren Standpunkt darzulegen... Danke an die Einwohner der Gemeinde, die mir die Integration erleichterten, die ich für sehr gelungen halte!

Danke schliesslich an meine Frau, die mir sagt, dass sie mich weniger sieht als vor der Pensionierung, mir aber die Zeit lässt, mich um den Seniorenclub zu kümmern.

Sehr schöne Festtage und viele Begegnungen mit der Familie und Freunden!»

forum60plus dans le Haut-Valais

- Prendre un nouveau départ? -

Pourquoi pas?

BARBARA CHUCK
Présidente forum60plus

L'idée que l'on ne peut plus apprendre en vieillissant est une grande erreur, malheureusement très répandue. En effet, la capacité d'apprentissage elle-même ne diminue pas du tout, tout au plus la vitesse d'apprentissage diminue-t-elle quelque peu.

«L'expérience vient de la vie, pas du savoir. Nous pouvons apprendre le savoir, nous devons faire des expériences».

(Ludwig Hasler, philosophe et publiciste)

Pendant longtemps, on a supposé que cette flexibilité mentale fût innée et immuable. Mais l'équipe du psychologue Prof. em. Walter Perrig, chercheur sur la mémoire à l'université de Berne, a pu montrer en 2008 que l'intelligence fluide peut très bien être augmentée par un entraînement cognitif de la mémoire de travail - et ce chez les adultes. Si les seniors apprennent à jongler, pourquoi ne pourraient-ils pas également entraîner leur agilité mentale? Malgré de nombreuses questions en suspens, les chercheurs s'accordent sur un point: **«Use it or lose it»**. Cela vaut pour le cerveau plus que pour tout autre organe. Les retraités qui s'assoient sur le canapé et laissent s'affaiblir leur esprit nuisent à leur état mental. L'objectif de **forum60plus** est de répondre à ce besoin. En janvier 2017, un projet pilote a été lancé et a proposé sept thèmes différents qui ont rencontré un grand succès. L'étape suivante a conduit à la création de l'association en mars 2018.

Forum60 plus a été l'un des projets d'Innovage et est ouvert à toutes les personnes intéressées de plus de 60 ans. Les participants peuvent échanger et se former dans de petits groupes autonomes. forum60plus est structuré de manière participative. C'est-à-dire que les membres peuvent et doivent participer à la définition du contenu des cercles, des activités et de l'organisation.



Comité directeur forum60plus:

(de gauche à droite devant: Roland Kuonen, Barbara Chuck, Josef Escher - de gauche à droite derrière: Hans Mutter, Margrit Arnold-Klein, Colette Pfammatter, Silvan Jergen)

Vorstand forum60plus:

(von links nach rechts vorne: Roland Kuonen, Barbara Chuck, Josef Escher von links nach rechts hinten: Hans Mutter, Margrit Arnold-Klein, Colette Pfammatter, Silvan Jergen)

Thèmes proposés

Philosophie, psychologie, sciences religieuses, sociologie, organisation de la vie, fitness, santé, jeux, divertissement, architecture, peinture, photographie, musique, théâtre, cinéma, histoire de l'art, culture quotidienne, littérature, langues étrangères, histoire et histoire contemporaine, technique au quotidien, sciences naturelles.

Vous trouverez de plus amples informations sur: www.forum60plus.com

forum60plus

Forum60plus offre aux personnes de plus de 60 ans une plate-forme leur permettant d'échanger en petits groupes, de faire part de leurs propres expériences et de découvrir de nouvelles choses.

www.forum60plus.com

forum60plus im Oberwallis

– Nochmals durchstarten? –

Warum nicht?

BARBARA CHUCK
Präsidentin forum60plus

Dass man im Alter nicht mehr lernen kann, ist ein großer, leider weitverbreiteter Irrtum. Die Lernfähigkeit selbst nimmt nämlich gar nicht ab, allenfalls lässt die Lerngeschwindigkeit etwas nach.»

«Erfahrung kommt vom Leben,
nicht vom Wissen.

Wissen können wir lernen,
Erfahrungen müssen wir machen.»

(Ludwig Hasler, Philosoph und Publizist)

Lange Zeit nahm man an, dass diese geistige Flexibilität angeboren und unabänderlich ist. Doch das Team um den Psychologen Prof.em. Dr. Walter Perrig, Gedächtnisforscher an der Universität Bern, konnte 2008 zeigen, dass die fluide Intelligenz sich sehr wohl mit einem kognitiven Training des Arbeitsgedächtnisses steigern lässt – und zwar bei Erwachsenen. Wenn Senioren jonglieren lernen, warum sollten sie nicht auch ihre geistige Beweglichkeit trainieren können? Trotz vieler offener Fragen sind sich die Forscher in einem Punkt einig: „**Use it or lose it.**“ Das gilt für das Gehirn wie für kein anderes Organ. Rentner, die auf dem Sofa sitzen und ihren Geist erlahmen lassen, schaden ihrer mentalen Verfassung. Diesem Bedürfnis entgegenzukommen ist das Ziel von **forum60plus**. Im Januar 2017 startete ein Pilotprojekt und bot sieben verschiedene Themen an, welche grossen Anklang fanden. Der nächste Schritt führte im März 2018 zur Gründung des Vereins.

Aktuell zählt der Verein 2022 mit dem Vorstand und den Moderierenden 172 Personen aus dem Ober- und Mittelwallis. Die Zirkel beinhalten in der

Forum60plus ist eines der Projekte von Innovage gewesen und steht allen interessierten Menschen über 60 offen. Die Teilnehmer: innen können sich in kleinen autonomen Gruppen austauschen und weiterbilden. forum60plus ist partizipativ strukturiert, d.h. die Mitglieder können und sollen Zirkelinhalte, Aktivitäten und Organisation mitbestimmen.



Regel vier bis sechs Treffen à 1.5-2h. Es gibt auch kürzere Angebote, z.B. Halbtages- oder Ganztagesexkursionen.

Die Teilnehmer: innen organisieren sich unter Anleitung der Moderator: innen selbst. Die Treffen finden in der Regel im Raum Brig statt.

Themenangebote

Philosophie, Psychologie, Religionswissenschaft, Soziologie, Lebensgestaltung, Fitness, Gesundheit, Spiel, Unterhaltung, Architektur, Malerei, Fotografie, Musik, Theater, Film, Kunstgeschichte, Alltagskultur, Literatur, Fremdsprachen, Geschichte und Zeitgeschichte, Technik im Alltag, Naturwissenschaft

Weitere Informationen finden sich auf: www.forum60plus.com

forum60plus

forum60plus bietet Menschen über 60 eine Plattform, sich in kleinen Gruppen auszutauschen, eigene Erfahrungen einzubringen und Neues zu entdecken.

www.forum60plus.com

Génération 60+ à la Foire du Valais

L'après-midi, les réjouissances ont migré vers l'Espace Tribus pour la 1^{re} journée valaisanne des Générations 60+. Celle-ci était placée sous la dynamique de la coordination cantonale en leur faveur. Les divers partenaires actifs souhaitent «mettre en valeur les ressources de cette population, son envie de s'investir et son dynamisme». L'intergénérationnel, c'est en effet créer des liens entre toutes les couches d'âges et sociales afin de réunir les différentes générations. A la Foire du Valais, la vivacité des 60+ s'est déployée dans diverses activités. Un concert de la fanfare «Les Gars du Rhône», le tournage d'un film tourné par l'Association valaisanne des EMS et une expérimentation des sens via la Fondation Senso5 ont ponctué le menu de cet événement auquel la FVR s'était associée en vous offrant des places gratuites.

Le matin du 3 octobre, à l'Espace Live de la Foire du Valais, la scène appartenait à Lionel Frésard et Jean-François Michelet, le mythique duo de «Caravane FM».



Generationen 60+ an der Foire du Valais

Am Nachmittag zogen die Feierlichkeiten zum 1. Walliser Tag der Generationen 60+ in den Espace Tribus um. Dieser Tag stand unter der Leitung der kantonalen Koordination zu Gunsten der Senioren. Die verschiedenen aktiven Partner möchten „die Ressourcen dieser Bevölkerungsgruppe, ihre Bereitschaft, sich zu engagieren, und ihre Dynamik hervorheben“. Intergenerationell bedeutet nämlich, Verbindungen zwischen allen Alters- und Gesellschaftsschichten zu schaffen, um die verschiedenen Generationen zusammenzubringen. An der Foire du Valais zeigte sich die Lebendigkeit der 60+ in verschiedenen Aktivitäten. Ein Konzert der Blaskapelle „Les Gars du Rhône“, ein von der Walliser Vereinigung der Alters- und Pflegeheime gedrehter Film und eine Sinneserfahrung über die Stiftung Senso5 unterstrichen das Menü dieser Veranstaltung, an der sich der WVR beteiligte, indem er Ihnen Gratisplätze anbot.

Am Morgen des 3. Oktober gehörte die Bühne im Espace Live der Foire du Valais Lionel Frésard und Jean-François Michelet, dem legendären Duo von „Caravane FM“.



Des chiffres, des pistes, des défis...

CHRISTIAN BONVIN
Coprésident

Cette nouvelle rubrique vous propose des données qui interpellent; si elles peuvent donner des «cheveux blancs» aux plus jeunes, elles doivent nous mobiliser et nous amener à des engagements et contribuer à relever de nouveaux défis collectifs... (Sources: OFS et OVS)

■ Sur les 353200 personnes valaisannes, 26% ont plus de 60 ans en 2021... soit plus de 80000!

■ Perspectives concernant le groupe des seniors de 80 ans et plus en Valais:

| En 2021 | En 2030 | En 2040 |
|---------|---------|---------|
| 18921 | 29770 | 40579 |

■ Le nombre de personnes par classe d'âge, trois exemples représentatifs:

| Classe 1957 | Classe 1963 | Classe 1970 |
|-------------|-------------|-------------|
| 4350 | 5520 | 5040 |

Une moyenne d'environ 5000 personnes vont arriver à la retraite ces prochaines années avec un pic pour l'année 1963.

Une énorme disponibilité de compétences et d'énergies...

Un énorme réservoir pour l'économie et le vivre ensemble...

A chacune et chacun de poursuivre la réflexion vers l'action...

Zahlen, Optionen, Herausforderungen...

CHRISTIAN BONVIN
Ihr Co-Präsident

In dieser neuen Rubrik finden Sie Daten, die herausfordern; auch wenn sie den Jüngeren „graue Haare“ beschenken, müssen sie uns mobilisieren, damit wir uns engagieren und dazu beitragen, neue kollektive Herausforderungen anzunehmen... (Quellen: BFS und OVS)

■ Von den 353'200 Personen im Wallis sind im Jahr 2021 26% über 60 Jahre alt... das sind mehr als 80'000!

■ Perspektiven bezüglich der Gruppe der Senioren ab 80 Jahren im Wallis

| 2021 | 2030 | 2040 |
|-------|-------|-------|
| 18921 | 29770 | 40579 |

■ Die Anzahl der Personen nach Altersklassen, drei repräsentative Beispiele:

| Jahrgang 1957 | Jahrgang 1963 | Jahrgang 1970 |
|---------------|---------------|---------------|
| 4350 | 5520 | 5040 |

Im Durchschnitt werden in den nächsten Jahren jährlich etwa 5000 Menschen in den Ruhestand treten, Höhepunkt bildet der Jahrgang 1963.

Eine enorme Verfügbarkeit von Fähigkeiten und Energien...

Ein enormes Reservoir für die Wirtschaft und das Zusammenleben...

Es liegt an jeder und jedem Einzelnen, die Überlegungen in Richtung Handlung fortzusetzen...



Novembre, le mois de tous les changements pour Yann Tornare et Victor Fournier

JOËL CERUTTI
Journaliste | Siere

Début mai 2022, **Yann Tornare** (à gauche sur la photo), alors directeur de Pro Senectute, annonce son départ. Il part prendre la tête du « Home Les Tilleuls » à Monthey, succédant à Christophe Shaller. Ce dernier avait occupé cette responsabilité durant deux décennies.

En août, **Victor Fournier** (à droite), chef du Service de la santé publique durant dix ans, remplace Yann Tornare. « En prenant la direction de Pro Senectute, je fais certes un sacrifice financier, mais je me rapproche du terrain avec des actions plus concrètes qui dépassent le cadre surtout stratégique d'un chef de service. Et je reviens dans un domaine qui m'a toujours tenu à cœur : les politiques publiques liées aux personnes âgées », confie Victor Fournier dans les colonnes du « Nouvelliste ».

Les deux hommes ont pris leurs nouveaux postes le mois passé. « Trait d'Union » se réjouit d'une future interview, prévue avec Victor Fournier dans sa première édition de 2023.

November, der Monat der Veränderungen für Yann Tornare und Victor Fournier

JOËL CERUTTI
Journalist | Siders

Anfang Mai 2022 gab **Yann Tornare** (links im Bild), damals Direktor von Pro Senectute, seinen Rücktritt bekannt. Er übernimmt die Leitung des „Home Les Tilleuls“ in Monthey und tritt die Nachfolge von Christophe Shaller an. Letzterer hatte diese Verantwortung zwei Jahrzehnte lang inne.

Im August löste **Victor Fournier** (rechts), zehn Jahre lang Dienstchef der Dienststelle für Gesundheit, Yann Tornare ab. „Mit der Übernahme der Leitung von Pro Senectute bringe ich zwar ein finanzielles Opfer, aber ich bin näher an der Basis mit konkreteren Aktionen, die über den vor allem strategischen Rahmen eines Dienstchefs hinausgehen. Und ich kehre in einen Bereich zurück, der mir schon immer am Herzen lag: die öffentliche Politik im Zusammenhang mit älteren Menschen“, sagte Victor Fournier dem „Nouveliste“.

Beide Männer traten im vergangenen Monat ihre neuen Stellen an. „Binde-Glied“ freut sich auf ein zukünftiges Interview mit Victor Fournier, das in der ersten Ausgabe von 2023 erscheinen soll.



Respectueux de la dignité humaine et de la nature

KURT REGOTZ

membre de la présidence de quatre personnes de la Constituante du Valais, Président de la CSPO 60+

La Constituante doit y remédier

Le fait est que la Constitution actuelle remonte à 1907. Au fil des décennies, des adaptations ont certes été apportées à plusieurs reprises. Mais la Constitution actuelle est en partie dépassée. En 2018, la population valaisanne a accepté l'initiative populaire pour une révision totale de la Constitution cantonale par 72,8% de oui et a décidé de charger la Constituante d'élaborer un nouveau projet de Constitution. Celle-ci devra élaborer un projet de constitution en quatre ans, qui sera ensuite soumis au vote du peuple. En raison de l'interruption due à Corona, tout se prolonge de quelques mois.

Droits des personnes âgées

Une Constitution s'adresse à l'ensemble de la population. Plusieurs articles concernent davantage les personnes âgées, comme l'article 17, qui sera également rediscuté en lecture 2 bis en raison de la votation de novembre 2022, à savoir le droit à la vie, à la liberté personnelle et à une fin de vie digne. Or, l'article 20 se réfère explicitement aux personnes âgées :

■ *Toute personne âgée a droit à une protection particulière de sa dignité, de son intégrité, de son autonomie et de sa liberté de choix. Elle a le droit de participer pleinement à la vie en société et d'exercer ses droits.*

C'est ensuite la législation qui suit la Constitution qui assure la mise en œuvre de ces dispositions. Le rapport pour le développement de la politique en faveur des personnes âgées, auquel la

Voulant assumer nos responsabilités envers les générations actuelles et futures ; résolu à forger une société solidaire. Tels sont, entre autres, les nobles principes énoncés dans le préambule qui ont poussé le peuple valaisan libre et souverain à se doter de cette nouvelle Constitution.



Fédération valaisanne des retraités a largement contribué, constitue un travail préparatoire important.

Les points cruciaux de la nouvelle Constitution

La nouvelle Constitution est synonyme d'un Valais ouvert, social et tolérant. Le 8 novembre 2022, tous les articles du projet de Constitution ont été examinés en deuxième lecture. La Constituante a alors décidé de traiter à nouveau 12 articles qui ont été acceptés ou rejetés de justesse ou pour lesquels une consultation complémentaire fait sens. Ainsi, le financement des églises reconnues de droit public sera à nouveau débattu. Le droit de vote des personnes établies au niveau communal

sera à nouveau abordé. Pour l'unité du canton, surtout du point de vue du Haut-Valais, la répartition des sièges au Grand Conseil est très importante. La question de savoir si nous voulons 5 ou 7 conseillers d'État et s'ils doivent être élus à la proportionnelle ou au scrutin majoritaire reste ouverte.

Le peuple décide

Les débats de détail (lecture 2 bis) sur ces 12 articles et les votations finales sur l'ensemble du projet de Constitution auront lieu au printemps 2023.

Mais c'est le peuple valaisan qui décidera en dernier ressort. La votation populaire aura vraisemblablement lieu au printemps 2024.

Respektvoll gegenüber der Menschenwürde und der Natur

KURT REGOTZ

Mitglied des vierköpfigen Präsidiums des Verfassungsrats Wallis, Präsident der CSPO 60+

Verfassungsrat soll es richten

Tatsache ist, die aktuelle Verfassung geht auf das Jahr 1907 zurück. Über die Jahrzehnte wurden zwar immer wieder Anpassungen vorgenommen. Doch die heutige Verfassung ist teilweise überholt. 2018 nahm die Walliser Bevölkerung die Volksinitiative für eine Totalrevision der Kantonsverfassung mit 72.8% Ja-Stimmen an und beschloss, einen Verfassungsrat mit der Ausarbeitung eines neuen Verfassungsentwurfs zu beauftragen. Dieser soll in vier Jahren einen Verfassungsentwurf erarbeiten, welcher dann dem Volk zur Abstimmung unterbreitet wird. Durch den coronabedingten Unterbruch verlängert sich alles um ein paar Monate.

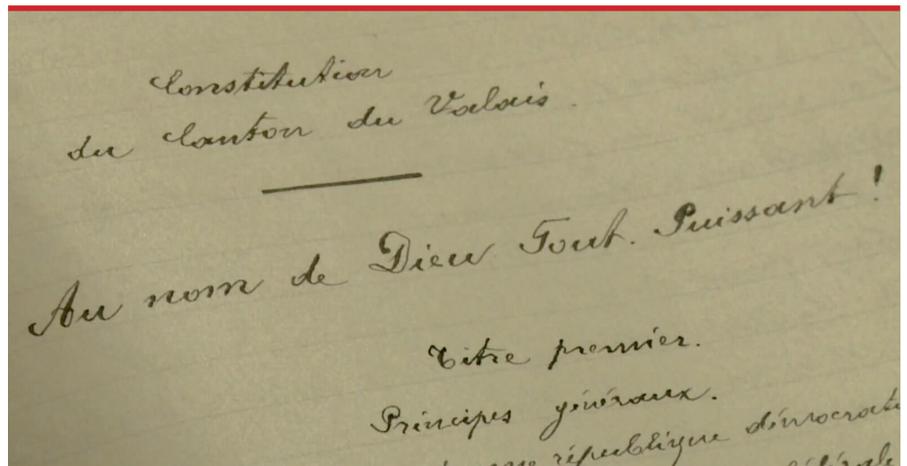
Rechte älterer Menschen

Eine Verfassung ist für die gesamte Bevölkerung. Verschiedene Artikel betreffen die älteren Menschen stärker, so der Artikel 17, der auch wegen der Abstimmung im November 2022 in der Lesung 2 bis nochmals beraten wird, nämlich das Recht auf Leben, auf persönliche Freiheit und auf ein würdiges Lebensende. Artikel 20 bezieht sich aber explizit auf die älteren Menschen:

■ *Jede ältere Person hat Anrecht auf besonderen Schutz ihrer Würde, ihrer Integrität, ihrer Autonomie und ihrer Wahlfreiheit. Sie hat Anspruch auf volle Teilhabe am gesellschaftlichen Leben und auf Ausübung ihrer Rechte.*

Es ist dann die der Verfassung folgende Gesetzgebung, welche die Umsetzung dieser Bestimmungen sichert. Mit dem Bericht für eine fortschrittliche Alters-

Im Willen, unsere Verantwortung für die heutigen und die zukünftigen Generationen wahrzunehmen; entschlossen, eine solidarische Gesellschaft zu bilden, das sind unter anderen in der Präambel festgehaltene hehre Grundsätze, die das freie und souveräne Walliser Volk bewegen, sich diese neue Verfassung zu geben.



politik, welcher vom Walliser Verband für Rentner wesentlich mitgestaltet wurde, sind wichtige Vorarbeiten geleistet.

Knackpunkte der neuen Verfassung

Die neue Verfassung steht für ein offenes, soziales und tolerantes Wallis. Am 8. November 2022 waren alle Artikel des Verfassungsentwurfs in zweiter Lesung behandelt. Der Verfassungsrat hat dann beschlossen, 12 Artikel, die knapp angenommen oder abgelehnt wurden oder bei denen eine zusätzliche Beratung Sinn macht, nochmals zu behandeln. So wird die Finanzierung der öffentlich-rechtlich anerkannten Kirchen nochmals debattiert. Das Stimmrecht für Niedergelassene auf Gemeindeebene wird

erneut aufgegriffen. Für die Einheit des Kantons, vor allem aus Sicht des Oberwallis, ist die Verteilung der Sitze im Grossrat sehr wichtig. Weiter ist noch offen, ob wir 5 oder 7 Staatsräte wollen oder nicht und ob diese im Proporz oder Majorzverfahren gewählt werden sollen.

Das Volk entscheidet

Die Detailberatungen (Lesung 2 bis) über diese 12 Artikel und die Schlussabstimmungen über den gesamten Verfassungsentwurf werden im Frühjahr 2023 erfolgen.

Letztlich entscheidet aber das Walliser Volk. Die Volksabstimmung wird voraussichtlich im Frühjahr 2024 stattfinden.

Précarité : les inquiétudes de Pro Senectute

JOËL CERUTTI
Journaliste | Sierrre

L'hiver 2023 sera sans nul doute celui des « plus » : + 64% sur la facture d'électricité. Dans vos caddies, les additions ont grimpé de 8%. Remplir une cuve de mazout, cela revient à 68% plus cher qu'il y a un an et la moyenne pour le gaz se fixe autour des 58% de « bonus ». Bref, si le risque d'un black-out ou d'une pénurie devient ténu, il faudra mettre la main au porte-monnaie. Avec des additions salées. La Confédération estime que les ménages suisses seraient aptes à encaisser ce choc car aucune aide ne leur sera octroyée. Nos autorités se basent sur les revenus de personnes actives. Elles semblent écarter les 60 plus de leurs calculs.

Pas de « pauvreté compensée » pour 46 000 personnes

Au même moment où ces sombres chiffres tombaient, Pro Senectute en a sorti d'autres bien plus préoccupants. Dans la dernière édition de son magazine, elle a mené une enquête complète, au niveau suisse, conjointement avec la Haute École zurichoise de sciences appliquées (ZHAW) et l'Université de Genève. Si vous êtes une femme, veuve ou divorcée, sans étude, que vous vivez à la campagne, votre retraite risque de se placer sous le signe de la disette. Les statistiques se recoupent et ne laissent guère de doutes. Dans notre pays, une personne sur huit, âgée de 65 ans et plus, est « touchée ou menacée » de pauvreté. Sur les 300 000 personnes concernées, certaines équilibrent leurs maigres rentes AVS avec leur patrimoine ou quelques économies. Mais, pour 46 000 d'entre elles, il n'y a pas de « pauvreté compensée ». Nous voilà

Cet automne, Pro Senectute a publié une enquête qui montre que 300 000 personnes âgées de 65 ans et plus sont « touchées et menacées » de pauvreté. Un chiffre qui tombe au moment où notre pays subit une massive hausse des coûts de la vie qui va fortement impacter les bénéficiaires de l'AVS.



donc avec un 15,5% de ménages ou de célibataires qui « peinent à joindre les deux bouts ». À ce stade, il faut savoir que le seuil de pauvreté absolue est atteint lorsque vous avez 2 279 francs mensuels à votre budget.

Valais, canton romand le mieux loti

Dans les calculs opérés par l'Observatoire vieillesse de Pro Senectute apparaissent de nettes disparités entre cantons. En Valais, nous sommes parmi les mieux lotis de Suisse romande avec un

taux de pauvreté absolue à 8,8%. Soit bien moins que Neuchâtel (13,3%), Vaud (13,4%), Fribourg (14,3%), Jura (14,6%) ou Genève (15,9%). Le Tessin détient le triste record helvétique avec 29,5%!

Les courbes statistiques laissent les spécialistes songeurs. Rainer Gabriel, socio-économiste à la ZHAW, avance quelques explications.

« Fondamentalement, on doit se demander pourquoi il existe en Suisse ce groupe touché par la pauvreté, sans aucune fortune, alors que nous

Prekarität: Die Sorgen von Pro Senectute

JOËL CERUTTI
Journalist | Siders

Der Winter 2023 wird zweifellos der Winter der „Pluspunkte“ sein: + 64% auf der Stromrechnung. Die Additionen im Einkaufswagen sind um 8% gestiegen. Das Füllen eines Heizöltanks kostet 68% mehr als vor einem Jahr, und der Durchschnitt für Gas liegt bei 58% „Bonus“. Kurzum, wenn das Risiko eines Blackouts oder einer Knappheit andauert, muss man tiefer in die Tasche greifen. Mit gesalzenen Rechnungen. Der Bund geht davon aus, dass die Schweizer Haushalte in der Lage wären, diesen Schock zu verkraften, da ihnen keine Unterstützung gewährt wird. Unsere Behörden stützen sich auf das Einkommen von erwerbstätigen Personen. Sie scheinen die 60plus in ihren Berechnungen auszuschließen.

Keine „kompensierte Armut“ für 46 000 Menschen

Zur gleichen Zeit, als diese düsteren Zahlen fielen, brachte Pro Senectute andere, weitaus besorgniserregendere Zahlen heraus. In der letzten Ausgabe ihres Magazins führte sie gemeinsam mit der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) und der Universität Genf eine umfassende Untersuchung auf Schweizer Ebene durch. Wenn Sie eine Frau sind, verwitwet oder geschieden, nicht studiert haben und auf dem Land leben, wird Ihr Ruhestand möglicherweise von einem Mangel an Nahrungsmitteln geprägt sein. Die Statistiken überschneiden sich und lassen kaum Zweifel zu. In unserem Land ist eine von acht Personen im Alter von 65 Jahren und mehr von Armut „betroffen oder bedroht“. Von den 300 000 Betroffenen halten einige

Diesen Herbst hat Pro Senectute eine Umfrage veröffentlicht, aus der hervorgeht, dass 300.000 Personen im Alter von 65 Jahren und älter von Armut „betroffen und bedroht“ sind. Diese Zahl fällt in eine Zeit, in der unser Land einen massiven Anstieg der Lebenshaltungskosten erlebt, der sich stark auf die AHV-Bezüger auswirken wird.

ihre mageren AHV-Renten mit ihrem Vermögen oder einigen Ersparnissen im Gleichgewicht. Für 46 000 von ihnen gibt es jedoch keine „kompensierte Armut“. Wir haben es also mit 15,5% der Haushalte oder Einzelpersonen zu tun, die „Schwierigkeiten haben, über die Runden zu kommen“. An dieser Stelle ist es wichtig zu wissen, dass die absolute Armutsgrenze erreicht ist, wenn Sie monatlich 2 279 Franken zur Verfügung haben.

Wallis, der am besten gestellte Westschweizer Kanton

In den Berechnungen, die das Altersobservatorium von Pro Senectute durchgeführt hat, zeigen sich deutliche Unterschiede zwischen den Kantonen. Im Wallis gehören wir mit einer absoluten Armutsquote von 8,8% zu den am besten gestellten Kantonen der Westschweiz. Das ist deutlich weniger als Neuenburg (13,3%), Waadt (13,4%), Freiburg (14,3%), Jura (14,6%) oder





disposons du système de prévoyance des trois piliers, ainsi que des prestations complémentaires (PC). Ces personnes devraient être aidées par les PC. Mais comme celles-ci ne sont pas versées automatiquement et qu'une demande doit être déposée, il peut arriver qu'on aboutisse à une situation de non-sollicitation : bien qu'un droit aux prestations existe en raison du niveau de revenu et de fortune, celui-ci n'est pas utilisé. Peut-être que certains ignorent l'existence de ces prestations ou ressentent de la honte à l'idée de réclamer de l'aide. Il faut absolument agir.»

Aides de Pro Senectute

PC, l'acronyme est lâché. Environ 12,5% des retraités doivent la demander. Si elles rechignent devant des démarches administratives, Pro Senectute se propose de les épauler. Car, face au coup de massue budgétaire qui guette au contour de l'hiver 2022-2023, les sollicitations risquent bien de prendre l'ascenseur. Pro Senectute rappelle justement sur son site qu'il existe force

aides si l'on se retrouve avec une rente minimale, sans 2^e ou 3^e piliers conséquents. Celles-ci peuvent venir de la caisse de compensation, de fondations, voire d'églises. Un calculateur en ligne permet même une première approche. Et si l'informatique vous rebute, il reste le traditionnel numéro de téléphone : 058 591 15 15.

<https://www.prosenectute.ch/fr/infos/finances/situation-urgence.html>

Genf (15,9%). Das Tessin hält mit 29,5% den traurigen Schweizer Rekord!

Die statistischen Kurven lassen die Fachleute rätseln. Rainer Gabriel, Sozioökonom an der ZHAW, liefert einige Erklärungen.

„Grundsätzlich muss man sich fragen, warum es in der Schweiz diese von Armut betroffene Gruppe ohne jegliches Vermögen gibt, obwohl wir über das Vorsorgesystem der drei Säulen sowie über Ergänzungsleistungen (EL) verfügen. Diesen Menschen sollte mit den EL geholfen werden. Da diese aber nicht automatisch ausbezahlt werden, sondern ein Antrag gestellt werden muss, kann es zu einer Situation der Nichtbeanspruchung kommen: Obwohl aufgrund der Einkommens- und Vermögenslage ein Anspruch auf Leistungen besteht, wird dieser nicht genutzt. Vielleicht wissen manche Menschen gar nicht, dass es diese Leistungen gibt, oder sie schämen sich bei dem Gedanken, Hilfe zu beanspruchen. Hier besteht unbedingt Handlungsbedarf.“

Hilfe von Pro Senectute

EL, das Akronym ist los. Etwa 12,5 Prozent der Rentnerinnen und Rentner müssen sie beantragen. Wenn sie sich vor den administrativen Schritten scheuen, bietet Pro Senectute ihnen Unterstützung an. Denn angesichts der Budgetkürzung, die um den Winter 2022-2023 herum droht, besteht die Gefahr, dass die Zahl der Anträge in die Höhe schnellt. Pro Senectute weist auf ihrer Website darauf hin, dass es eine Reihe von Hilfsmitteln gibt, wenn man mit einer Minimalrente und ohne grosse zweite oder dritte Säule auskommen muss. Diese können von der Ausgleichskasse, von Stiftungen oder sogar von Kirchen kommen. Ein Online-Rechner ermöglicht sogar eine erste Annäherung. Und wenn Sie sich mit Computern nicht anfreunden können, gibt es immer noch die traditionelle Telefonnummer: 058 591 15 15.

<https://www.prosenectute.ch/de/ratgeber/finanzen/notlage.html>



TRAIT D'UNION
BINDE-GLIED



FÉDÉRATION VALAISANNE DES RETRAITÉS - WALLISER VERBAND DER RENTNER

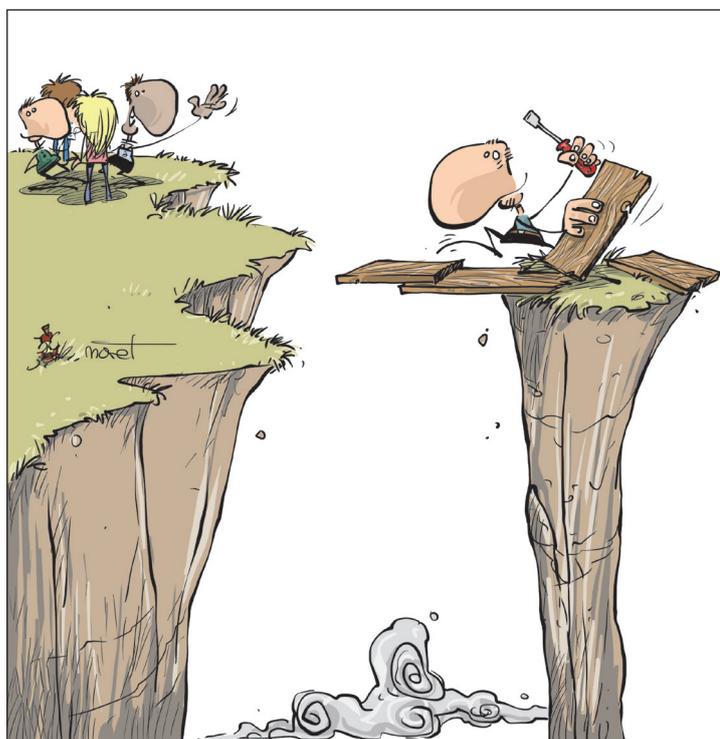
P.P. LAPOSTOLLE
1958 St-Léonard

Cadeau Social...

Le TU a le grand plaisir de vous présenter ce très suggestif dessin de François Maret qui l'offre comme cadeau de fin d'année pour nous tous, fin d'année qui va marquer pour lui son arrivée « à la retraite », période qui s'annonce très dense pour lui... François Maret a beaucoup dessiné pour les médias mais aussi pour le domaine de la formation et du social. Ce dessin fait partie d'une série liée au travail et prestations d'Avantage (Pro Senectute) pour les cours de préparation à la retraite... Il rappelle de manière élégante et souriante le risque d'isolement de cette période et les efforts à produire pour y faire face positivement! Grand Merci à François pour sa générosité et son ouverture et belle entrée dans cette nouvelle période pour lui et les siens! A bientôt!

Soziales Geschenk...

Binde-Glied freut sich sehr, Ihnen diese suggestive Zeichnung von François Maret vorstellen zu können. Er offeriert sie uns allen als Neujahrsgeschenk. Für Herrn Maret bedeutet dieses Jahresende den Übertritt ins „Rentendasein“, eine Zeit, die für ihn sehr dicht ist... François Maret hat viel gezeichnet, für die Medien, aber auch für den Bildungs- und Sozialbereich; diese Zeichnung stammt aus einer Serie, die mit der Arbeit und den Leistungen von Avantage (Pro Senectute) für die Kurse zur Vorbereitung auf die Rente im Zusammenhang steht... Sie erinnert auf elegante Weise und mit einem Lächeln an die Gefahr der Isolation in dieser Zeit und an die Anstrengungen, die unternommen werden müssen, ihr positiv zu begegnen! Vielen Dank an François für seine Grosszügigkeit und Offenheit und ihm und den seinen einen guten Start in diese neue Zeit! Bis bald!



Impressum

Editeur

Fédération valaisanne
des retraités
Case postale 492 - 1951 Sion

Site internet

www.fvr-wvr.ch

Rédaction

Joël Cerutti

Deutsche Übersetzung

Marianne Mathier

Composition

Imprimerie Fiorina
1950 Sion

Impression

Imprimerie Fiorina
1950 Sion

Adressage

Atelier St-Hubert
1950 Sion

Parution

3 fois l'an : mars, 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.-