

Gemeinsam mit den Generationen 60+

vielfALT

«Du bist nie zu alt,
um dir ein neues Ziel
zu setzen
oder einen neuen Traum
zu träumen.»

C. S. Lewis

Gemeinden engagieren sich für die Generationen 60+

Bereits mehr als fünfzehn Walliser Gemeinden haben bei den über 60-Jährigen eine Befragung durchgeführt, um deren Bedürfnisse zu ermitteln und gestützt von dieser Bestandsaufnahme eine entsprechende Politik zu entwickeln. Hier ein Blick auf die Ergebnisse.

France Massy

Die Bevölkerung im Wallis – ebenso wie in der übrigen Schweiz und in weiten Teilen Europas – wird immer älter. Derzeit ist ein Drittel der Einwohnerinnen und Einwohner unseres Kantons über 60 Jahre alt. Obschon man die Seniorinnen und Senioren von heute nicht mehr mit denen von früher vergleichen kann und ihre Lebensqualität insgesamt steigt, sind die gesellschaftlichen Herausforderungen doch nach wie vor gross.

Für die vielfALT-Seite vom März 2023 hatten wir mit Philippe Wanner, ordentlichem Professor am Institut für Demografie und Sozioökonomie der Universität Genf, ein Interview geführt und ihn unter anderem gebeten, die Verantwortung der Politik zu definieren. «Die Hauptaufgabe der Politik wäre es, die Herausforderungen des Alters und die Veränderungen in der Gesellschaft zu erkennen. Das bedeutet konkret, dass die 60+-Politik diese Gegebenheiten sowohl bei den gesundheitspolitischen als auch bei den sozialen Strategien berücksichtigen muss, damit die Integration bestmöglich gelingt.»

Gerade wenn es darum geht, die Bedürfnisse dieser Bevölkerungsgruppe zu bestimmen, sollten die Gemeinden einen partizipativen Ansatz wählen. Mittlerweile haben mehr als fünfzehn Gemeinden Beteiligungsprozesse durchgeführt, und in vielen weiteren ist ein solches Vorgehen geplant. Seit 2023 können sie zudem auf die Unterstützung des Kantons Wallis zählen, und zwar über die Koordinationsstelle zugunsten der Generationen 60+, die in der Dienststelle für Sozialwesen angesiedelt ist. Aus den Ergebnissen der Mitwirkungsverfahren lassen sich verschiedene Feststellungen ableiten.

Auto und öV als zentrale Anliegen

Der Wunsch, gesund zu altern, steht für die über 60-Jährigen an erster Stelle – ganz gleich, welcher sozialen Schicht sie angehören oder wo sie leben. In den Bergdörfern sind die Mobilität und die Erreichbarkeit von Geschäften besonders wichtige Anliegen. «Für die Bewohnerinnen und Bewohner der Täler bedeutet das Auto Unabhängigkeit. Zugleich bereiten ihnen diverse Aspekte des öV Sorgen, wie etwa die Erreichbarkeit, die Häufigkeit der Verbindungen oder die Gestaltung der Haltestellen», sagt Marie-Christine Sanchez, Verantwortliche für Befragungen bei Pro Senectute Valais-Wallis, dem wichtigsten Dienstleistungspartner in diesem Bereich. «Immer wieder wurden auch die Tarife im öV thematisiert, ebenso wie die Kosten für die Abonnemente der Bergbahnen. Mehrere Personen schlugen Vergünstigungen für Rentnerinnen und Rentner vor», fügt Émilie Bornet, Ge-

meinderätin von Nendaz, hinzu.

In Städten ist der öV besser ausgebaut und es gibt mehr Verbindungen und Haltestellen. Für manche Seniorinnen und Senioren stellt sich allerdings die unangenehme Frage nach dem Preis. «Ich überlege mir zweimal, ob ich den Zug oder den Bus nehme – es ist einfach zu teuer», gesteht Marie-Louise, 75. Einige Gemeinden haben sich dieses Problems angenommen. In Martinach und Conthey etwa können alle Personen ab 65 eine kostenlose Fahrkarte für die lokalen Buslinien ihrer Gemeinde beziehen. Auch andernorts wird über vergleichbare Lösungen diskutiert. Erkundigen Sie sich deshalb am besten direkt bei Ihrer Wohngemeinde.

Einsamkeit und soziale Kontakte

«Wie einsam sich Menschen fühlen, hängt stark davon ab, ob Angehörige in ihrer Nähe wohnen. Das gesellige Leben in einem Dorf fördert den Austausch und gleicht dadurch einen allfälligen Mangel an sozialen Kontakten wohl zumindest teilweise aus. In Ferienorten und in der Stadt trifft dies jedoch weniger zu», so Emilie Bornet. Wenn Cafés und Geschäfte verschwinden, fallen unweigerlich auch Orte der Begegnung weg. «Zum Einkaufen fahren wir heute in die grossen Einkaufszentren, wo man sich kaum noch mit einem Verkäufer oder einer Nachbarin unterhält», bedauert der 69-jährige Maurice.

Auch eine angespannte finanzielle Lage kann zu Einsamkeit führen. Darüber wird aber nach wie vor kaum gesprochen.

Im Rahmen einer Kommission zur Seniorenpolitik des Kantons Wallis führten Leuk und Orsières im Jahr 2019 als Pilotgemeinden partizipative Prozesse durch. Die Oberwalliser Gemeinde fördert ein selbstbestimmtes, gesundes und soziales Leben im Alter. «Bei uns gibt es eine Kommission, die sich für eine Politik zugunsten der Generationen 60+ einsetzt. Eine Gruppe kümmert sich beispielsweise um den Unterhalt der Wander- und Spazierwege. Ausserdem werden kostenlose oder zumindest sehr günstige Aktivitäten angeboten», erklärt die Vizepräsidentin der Gemeinde Evelyne Pfammatter, die für diesen Bereich zuständig ist.

Digitalisierung ja, aber ...

Websites, Apps, soziale Medien, WhatsApp-Gruppen: Die digitale Welt ist für die jüngeren Seniorinnen und Senioren zwar zugänglich, doch bleibt der Wunsch nach Informationen auf Papier ausgesprochen gross. «Die digitale Kluft besteht weiterhin. Das darf man nicht vergessen. In meinem Umfeld gibt es topfitte Seniorinnen und Senioren, die mit der Nutzung des Internets überfordert sind», stellt der 70-jährige François fest. Geschweige denn mit den An-



Bild: ADOBE STOCK

rufbeantwortern und Chatbots der Post, der Banken und anderen Unternehmen. «Ich finde es furchtbar, wenn auf der anderen Seite nur noch ein Roboter antwortet. Wir brauchen echte Menschen als Ansprechpartner – Personen, an die wir uns bei Problemen wenden können», unterstreicht Hélène, 72.

Als Vorbild kann hier die Region Chablais dienen, die 2020 das Regionale Informations- und Koordinationsbüro für Seniorinnen und Senioren (BRIC Seniors) geschaffen hat, das ältere Menschen berät und an die richtigen Stellen weitervermittelt. Ziel ist es, ihnen einen möglichst umfassenden Überblick über die verfügbaren Angebote zu geben und dadurch das Leben zu erleichtern.

Sich angesprochen fühlen und mitwirken!

Die Befragungen stiessen bei den Seniorinnen und Senioren auf sehr positive Resonanz. Dennoch fühlen sich viele von den Angeboten nicht wirklich angesprochen. «Der Erfolg hängt von der jeweiligen Aktivität ab. Ein Workshop zur Digitalisierung kam zum Beispiel sehr gut an. Andere Kurse dagegen fanden keinen Anklang. Mit 60 ist man noch sehr aktiv, entsprechend geringer ist der Bedarf an solchen Aktivitäten. Ich denke, wir sollten von den Generationen 70+ sprechen, denn vorher nimmt man sich selbst noch nicht als Seniorin oder Senior wahr», regt Evelyne Pfammatter, Leiterin der Kommission Leuk 60+, an.

ZEITGESCHEHEN

Save the Date – Tag der Generationen 60+ in Naters

Am Mittwoch, 4. März 2026 ist es wieder so weit: Der Tag der Generationen 60+ lädt alle Seniorinnen und Senioren zu einem geselligen und abwechslungsreichen Nachmittag ins Zentrum Missionne in Naters ein!

Also: Datum gleich im Kalender vormerken!

Wir freuen uns auf Sie!

Stuhlyoga

Stuhlyoga stärkt im Sitzen Beweglichkeit, Kraft, und Balance – und tut Körper sowie Geist wohltuend gut. Glis / 19.1.2026 – 22.2.2026 / Montag 9.00–10.00 Uhr / CHF 60.– für 6 Lektionen.

Anmeldung: Pro Senectute Valais-Wallis – Sekretariat Oberwallis · Überbielstrasse 10 · 3930 Visp, Telefon 027 948 48 50 / ow@vs.prosenectute.ch

Faszientraining

Faszien sind das Bindegewebe im Körper. Lernen Sie Faszien-Massagen und Dehnübungen, um Verspannungen zu lösen und Beweglichkeit, Entspannung und Wohlbefinden zu fördern.

Susten / 2.2.2026 – 9.3.2026 / Montag 15.50 – 16.45 Uhr/ CHF 100.– für 5 Lektionen

Anmeldung: Pro Senectute Valais-Wallis – Sekretariat Oberwallis · Überbielstrasse 10 · 3930 Visp, Telefon 027 948 48 50 / ow@vs.prosenectute.ch

Uni60+ – die Online-Seniorenuniversität der FernUni Schweiz

Das neue Programm 2025/2026 ist da!

Das Programm ist hier zu finden: www.fernuni.ch/uni60plus. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung pro Event jedoch nötig.

Ausarbeitung eines Aktionsplans in Crans-Montana

Die Gemeinde auf dem Hochplateau befasst sich derzeit intensiv mit einer Politik für die Generationen 60+. «Wir arbeiten gegenwärtig an einem Aktionsplan. Sobald dieser vom Gemeinderat verabschiedet worden ist, werden wir ihn dem Kanton unterbreiten», kündigt die Gemeinderätin Marielle Clivaz an, die für die Bereiche Soziales, Gesundheit und Bildung zuständig ist. «In Crans-Montana fehlt es an Wohnmöglichkeiten mit sozialmedizinischer Betreuung. Neben dem Verbleib zu Hause und einem Eintritt in ein Alters- und Pflegeheim gibt es kaum Alternativen. Zwar ist es unser Ziel, dass ältere Menschen möglichst lange in den eigenen vier Wänden verbleiben können. Dennoch müssen wir Angebote wie betreute Wohnungen oder Generationenwohnen zu erschwinglichen Preisen schaffen, da die Zahl der Seniorinnen und Senioren in unserer Gemeinde stetig wächst.»

Viele ältere Menschen haben Angst davor, ihren Führerausweis zu verlieren. Aus diesem Grund unterstützte die Gemeinde einen Fahrlehrer, der kostenlos Sensibilisierungskurse durchführte und den Teilnehmenden dabei praktische Tipps mit auf den Weg gab. Ausserdem werden Lösungen geprüft, mit denen das bestehende öV-Angebot in den höher gelegenen Dörfern und Dorfteilen ergänzt werden könnte. Darüber hinaus hilft die Gemeinde einer Gruppe von freiwilligen Seniorinnen und Senioren bei der Gründung eines Vereins. «Es ist wichtig, dass man auch im Alter ein selbstbestimmtes Leben führt», betont Marielle Clivaz.

«94,5 Prozent der Befragten fühlen sich in ihrem Zuhause wohl», stellt Nicolas Féraud zufrieden fest. Der Präsident ist sich allerdings bewusst, dass seine Gemeinde über mehr Mittel als andere verfügt, um auf die verschiedenen Wünsche und Anliegen einzugehen. «Wir sind eine bekannte Tourismusdestination mit einer anspruchsvollen Kundschaft. Unsere guten Infrastrukturen und attraktiven Angebote ziehen Gäste an und schaffen Anreize, sich hier niederzulassen.»

Nächste Publikation

24.02.2026

Die digitale Welt: Spass, aber auch Risiken