

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 20 (1990)  
**Heft:** 7-8

**Rubrik:** Spécial Valais : retrouver le Valais à tout âge!

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# VALAIS

## Retrouver le

## à tout âge!

Pays accueillant par excellence, le Valais ouvre ses portes à tous ceux qui, en dehors des périodes touristiques habituelles, peuvent encore venir y profiter du soleil et de la douceur de vivre. Nous avons choisi, à votre intention, les principaux avantages que cette région de notre pays peut vous offrir, une découverte, ou – pourquoi pas – une redécouverte des richesses de ce merveilleux canton.

### SPÉCIAL VALAIS



## Valais, au royaume des vacances

Au cœur des Alpes, entre deux chaînes de montagnes dont quelque 50 sommets dépassent les 4000 m., s'étale la vallée du Rhône. Situé au sud-ouest de la Suisse, dans un cirque de montagnes imposantes et un paysage unique, le Valais s'est taillé une réputation à sa pointe en devenant le «Royaume des vacances».

Le tiers de la population valaisanne vit du tourisme. Le Valais, qui abrite 3,3% de la population suisse, s'attribue les 10% de toutes les nuitées d'hôtellerie et les 25% des nuitées de parahôtellerie du pays. Autrement dit, sur le

plan suisse, le Valais comptabilise une nuitée sur six. Il regroupe aussi le quart des moyens de transport répartis sur toute la Suisse.

### Un climat qui sied...

L'offre touristique s'est étoffée ces dernières années. Les stations ont fait d'importants investissements pour leurs infrastructures et se sont équipées de centres sportifs, de piscines, de courts de tennis et de golfs les plus sophistiqués. Un éventail de suggestions combinées astucieusement dans un paysage exceptionnel,

avec un ensoleillement non moins exceptionnel, font de chaque séjour en Valais un événement inoubliable.

### ...aux promenades comme au ski

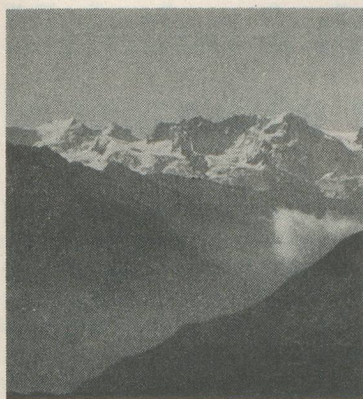
Le Valais, un paradis pour les amateurs de randonnées pédestres qui pourront, à loisir, faire leur choix entre 8500 km de chemins balisés traversant des natures riches de diversité, des vallées isolées, des hameaux, des sentiers de vignoble. Et d'aller plus loin encore, vers les ruisseaux, les lacs et les glaciers.

Les plus entraînés pourront s'inscrire à des tours de haute montagne. Pour tous les goûts et toutes les performances. Du grimpeur au skieur qui pourront combiner neige et soleil, toute une gamme de possibilités pour tester son physique en s'attaquant à un sommet ou à un glacier. Crans-Montana, Nendaz, Saas-Fee, Verbier et Zermatt sont des paradis du ski d'été.

### ...aussi bien qu'à la baignade

Un bonheur que de se relaxer dans un bain thermal au retour d'une randonnée de plusieurs heures! (troquer de vieilles fatigues contre un regain de jeunesse). Une cure thermique est toujours bénéfique. Plus question d'âge ou de conditions physiques. Elle tonifie les plus... et revitalise les moins jeunes. Avec leurs 40 degrés de chaleur, sortant directement du sol, les sources thermales ont été testées cliniquement et leur efficacité leur vaut une place de choix dans l'offre touristique.





## La montagne et l'aventure

Découvrir un pays, c'est le vivre sous toutes ses formes. Le Valais n'en manque pas! Alors, pourquoi ne pas se laisser prendre par le charme piquant d'un Valais d'aventures et sortir ainsi du quotidien. Toute une palette de suggestions a été pensée dans ce sens.

### ...à la découverte et aux distractions

Comblé, l'amateur de culture et de folklore. Le Valais regorge de villes culturelles, de châteaux, de manoirs, d'églises et de musées. Et chaque région de s'organiser pour faire découvrir à leurs hôtes des usages traditionnels qui les rapprocheront du pays et de ses habitants.

### ...et au plaisir de la table

Faire ses délices du palais! Les savourer en bonne compagnie et en toute quiétude dans un cadre typique. Profitez donc de vos vacances pour goûter à toutes les spécialités, des mets les plus délicats aux petits plats tout simples. Le tout arrosé d'un bon cru, cela va de soi!



Les stations rivalisent d'idées et d'initiatives pour permettre à leurs hôtes de vivre un séjour riche de diversités et de distractions. C'est dans cet esprit que la plupart des offices de tourisme organisent des manifestations culturelles, artistiques et folkloriques ou suggèrent des programmes actifs qui réclament un investissement personnel.

## Valais, mon rendez-vous

**On se rencontre volontiers, en Valais!**

L'idée qui avait germé, voilà deux ans, de faire du Valais un lieu de rencontres, s'est révélée la bonne. C'est grâce à des suggestions multiples et variées que petits et grands, jeunes et moins jeunes s'y sont donné rendez-vous pour des vacances actives. Une occasion de créer des contacts et de partager des loisirs, tout ce qui correspond aux aspirations actuelles de nos hôtes. Cet engouement nous engage donc à poursuivre dans ce sens et notre offre pour 1990, complétée et enrichie, conservera le même slogan.

### Le paradis du jeu

En misant sur le jeu, le Valais a gagné! Ce sont près de 250 manifestations hebdomadaires qui ont été programmées dans un heureux mélange de créativité, d'échanges d'idées, de fitness, de connaissance de la nature et de détente. Pour n'en citer que quelques-unes: des olympiades, des contes et la fête des schtroumpfs pour les enfants, des promenades en pleine nature, des nuits en cabanes, des jeux de détective.

Bref! Du jeu et du sport à profusion. Et de la détente aussi, bien sûr.

Cet été 1990, nos hôtes jouiront de nouvelles opportunités de divertissements, d'autant plus que notre idée-force tend inlassablement vers l'espace-jeu.

Libre aux spécialistes de s'attaquer à l'ascension du Matterhorn ou à la plongée dans le lac Léman. Le profane, lui, se contentera d'une petite pointe d'audace assortie d'une certaine dose de courage pour jouir pleinement de divertissements plus simples. Quoi de plus envoûtant que de se laisser couler sans bruit dans les airs, sonder les profondeurs souterraines, affronter les eaux turbulentes du Rhône en canot pneumatique, convaincre un mulet d'emprunter des sentiers escarpés, enfourcher un vélo de montagne ou s'autoriser un retour à la nature sauvage? Ou alors, jouer les Robinson à la manière douce pour scruter son for intérieur. S'étonner de ses performances sans jamais dépasser ses limites personnelles, puisque le guide veille et surveille.





## Eaux du Valais

Indéniable, l'influence de l'eau sur le Valais et ses habitants. C'est pour assurer l'approvisionnement des habitants et l'arrosage des terrains que nos ancêtres avaient imaginé et construit nos fameux «bisses». Ils agrémentent aujourd'hui des promenades délassantes dans une nature fascinante, jadis hostile.

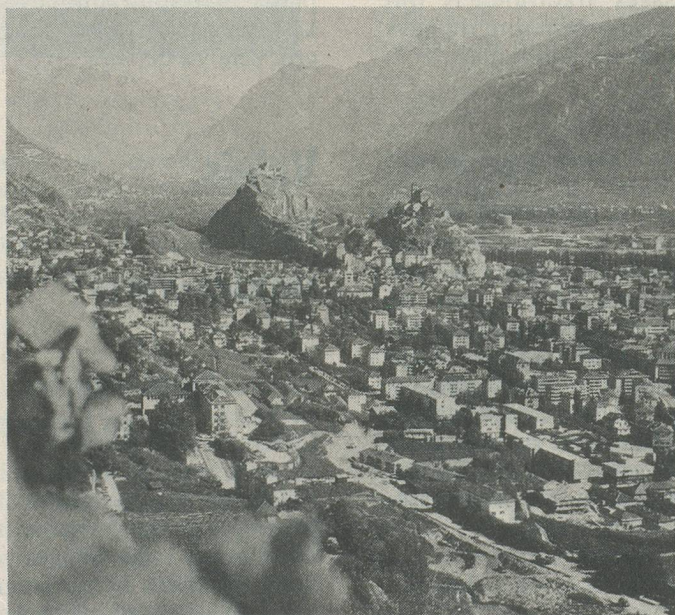
Vivifiantes aussi, quelques heures au bord d'un lac de montagne. Et pour celui qui préfère les émotions fortes, qu'il n'hésite pas à braver les eaux du Rhône au cours d'une descente en canot pneumatique dans la vallée de Conches. Piquer sa curiosité en découvrant le plus grand lac souterrain d'Europe, à Saint-Léonard, ou scruter les profondeurs du lac Léman. Ou s'allonger mollement au bord d'une des nombreuses piscines et bains thermaux prêts à accueillir tous les vacanciers nostalgiques de baignades au soleil.

## La rencontre au sommet

D'aucuns aspirent à se remettre en question ou tout simplement à se retrouver face à soi-même dans un cadre qui s'y prête: la montagne ou une paisible nature de plaine. Mais libérateur est aussi le jeu et le Valais se prête à toutes formes de défoulement. D'un bout à l'autre du canton, nos hôtes y trouvent un signe de rallie-

ment entre touristes aussi bien qu'avec les indigènes. Dialoguer, se divertir, découvrir ensemble les curiosités d'un village ou d'un coin de pays, se mesurer dans des joutes sportives. Tout un éventail de possibilités pour s'enrichir de contacts humains dans une douce atmosphère de vacances. Voilà ce que nous offrons à nos hôtes.

Rien n'est contraignant. Tout est attachant, en Valais. Qu'on se le dise!



**Renseignements: Union valaisanne du tourisme**  
rue de Lausanne 15  
1950 Sion  
Tél. 027/22 31 61  
Fax 027/23 15 72

**Chaque office de tourisme a ses propres suggestions et se fera un plaisir de vous les soumettre.**

**A tout bientôt! Le Valais vous attend pour y vivre les plaisirs du jeu et de l'aventure.**



# Maintien à domicile en Valais: le deuxième souffle

**Le canton du Valais a une double chance: un certain «retard» dans le vieillissement de sa population, une infrastructure médico-sociale décentralisée en service depuis une quinzaine d'années. Le développement du maintien à domicile s'en trouve facilité, mais il demeure quelques obstacles à surmonter.**

Canton relativement jeune sur le plan démographique, le Valais a cependant fait œuvre de pionnier dans le domaine du maintien à domicile. En novembre 1975 déjà, le Grand Conseil votait un décret permettant le subventionnement des organisations médico-sociales.

Le législateur de l'époque a choisi une structure régionalisée s'appuyant sur les communes réunies en associations. Plutôt qu'une organisation étatique et centralisée, le système adopté respectait mieux la configuration du territoire, le bilinguisme, des régions fortes et homogènes, le souci de l'autonomie communale et permettait un rapprochement entre le travail sur le terrain et les centres de décision.

## Six centres régionaux

Ainsi, l'Etat a défini, dans sa planification, six centres médico-sociaux régionaux avec la possibilité pour certains d'entre eux de s'organiser en subrégions.

Chaque centre se compose, en principe, d'une équipe pluridisciplinaire comprenant des aides familiales, des infirmières de santé publique et des assistants sociaux. Le personnel polyvalent assume l'ensemble des tâches médico-sociales: de la consultation mères-enfants à l'aide sociale, en passant par l'aide au foyer. Les centres ont également une mission de coordination de l'action socio-sanitaire dans leur région. A quelques exceptions près, tous les services spécialisés – dont sept bureaux de Pro Senectute Valais sur douze – sont d'ailleurs regroupés dans les locaux des centres médico-sociaux, favorisant ainsi concrètement la collaboration.

Après quinze ans, ce système très séduisant dans son principe n'en contient pas moins un certain nombre

de lacunes révélées par la Commission extra-parlementaire présidée par le D<sup>r</sup> Bernard Bonvin, député de Sion.

Placé sous la responsabilité des communes, le développement des centres médico-sociaux valaisans a connu des destinées diverses: les équipes sont parfois incomplètes, le personnel insuffisamment formé, les prises en charge étendues pas assurées, etc.

Le système de financement – le déficit d'exploitation du centre est réparti à raison de 50% pour l'Etat et de 50% pur les communes membres de l'association – n'incite pas suffisamment les autorités locales à mettre en place les équipement médico-sociaux nécessaires.

## Régionalisme exacerbé

Un régionalisme exacerbé a parfois conduit à la réalisation de centres de dimension trop réduite. Ainsi, en dessous de 10 000 habitants, il est pratiquement impossible de mettre en place des équipes équilibrées, d'assurer des permanences, de rationaliser un personnel administratif, de coordonner les actions des différents partenaires du maintien à domicile.

La Commission «Bonvin» a examiné cette problématique de la prise en charge des personnes âgées, dépendantes ou nécessitant des soins, dans son ensemble; du domicile à l'hôpital, en passant par les différents partenaires (centres, médecins, caisses maladie, services d'entraide bénévole, etc.). Elle a fait un certain nombre de propositions concrètes pour améliorer la situation. Mais surtout, elle s'est rendu compte de la nécessité de promouvoir une véritable politique d'aide et de maintien à domicile, de donner un second souffle à une organisation bien pensée, mais dont les moyens font souvent défaut.

Le «retard» relatif en matière de vieillissement de la population et l'avance prise dans la conception et la mise en place des organisations médico-sociales sont une chance pour le Valais. Encore faut-il la saisir à temps et comprendre la nécessité d'engager les bons moyens aux bons endroits.

Le refus récent du Conseil d'Etat du canton du Valais d'octroyer une sub-

vention à la commune de Martigny pour la création d'un foyer de jour, parce qu'il était indépendant d'un home pour personnes âgées, est inquiétant pour l'avenir des propositions qui émanent du rapport «Bonvin».

## Une place négligeable

Trop longtemps les promoteurs et les partenaires du maintien à domicile ont mis en avant – même à juste titre – l'argument de l'économie des coûts. Or, actuellement, la place du maintien à domicile est négligeable sur le «marché» de la santé (1,3% des dépenses totales de santé en Suisse, en 1986, contre 51,9% pour les hôpitaux!). L'affrontement est trop inégal si les économies réalisables sont proportionnelles aux dépenses engagées! D'autant que, comme le disait le secrétaire général du Groupement valaisan des centres médico-sociaux, M. Simon Darioli, la préoccupation pour le maintien à domicile paraît parfois se situer dans une mesure comparable à celle des investissements consentis. Dans ce contexte, une étude «Sommer» suffit parfois à freiner les enthousiasmes.

La problématique du maintien à domicile n'est pas simple et demande une réflexion et des actions dans différents domaines: urbanisme, habitat, assurances sociales, services sociaux, institutions, professionnels de la santé, bénévoles, vie associative, prévention, sans oublier les personnes âgées elles-mêmes et leur entourage. Mais l'enjeu social et économique est de taille. Il est urgent de prendre aujourd'hui les bonnes options pour éviter les conséquences catastrophiques de demain.

En Valais, si les modes de prise en charge restent semblables, il faudra doubler le nombre de lits d'hôpitaux et de maisons pour personnes âgées d'ici l'an 2025!

Le maintien à domicile présente un enjeu économique certes, mais il est surtout garant du choix pour les individus de vouloir vivre, quels que soient leurs handicaps, là où ils le désirent.

Notre responsabilité de partenaire du maintien à domicile doit nous inciter à promouvoir cette idée du libre choix et de la solidarité qui dépasse le cadre strict de la planification médico-hospitalière pour devenir un réel projet de société.

Dominique Germann  
Directeur de Pro Senectute Valais