



Commune de  
**CRANS-MONTANA**

**POLITIQUE DES SENIORS**

# BIEN VIEILLIR À CRANS-MONTANA LES RÉSULTATS DE L'ENQUÊTE AUPRÈS DES 60+







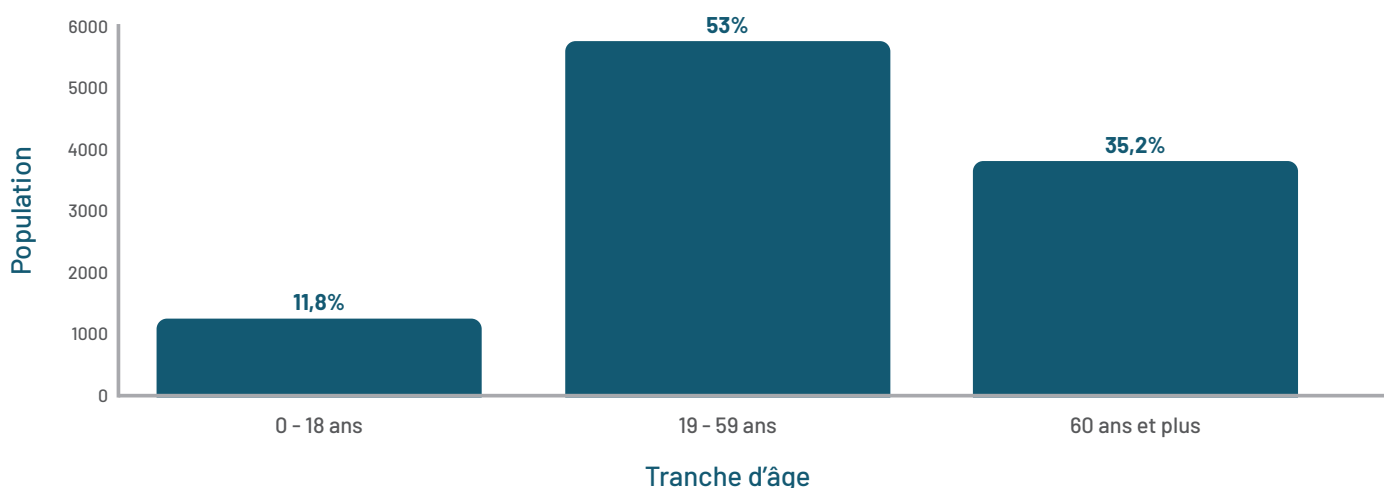
**En automne 2022, la Commune de Crans-Montana a donné l'impulsion à une démarche participative dans le but de saisir les réalités du quotidien des générations 60+ vivant sur son territoire. L'enquête a été menée avec le soutien du Canton du Valais et l'expertise de Pro Senectute Valais-Wallis. Ces données, récoltées en 2023, serviront à l'Exécutif communal pour rédiger la future Politique des seniors.**

L'échantillon de personnes qui se sont exprimées est tout à fait satisfaisant et permet d'obtenir une « photographie » de cette partie de la population qui, à Crans-Montana aujourd'hui, représente plus d'une personne sur trois. Au total, 687 personnes ont participé à l'enquête en remplissant un questionnaire ; 47,3% des répondants sont des hommes ;

46% sont des femmes. Les personnes de nationalité étrangère représentent 10% des répondants (au total constituent 21,97% de la population de la commune de Crans-Montana). Au niveau géographique, trois répondants sur cinq disent vivre dans les villages, et donc deux habitants sur cinq habitent la petite ville à la montagne qu'est la station du Haut-Plateau. Les questionnaires ont ensuite été complétés par des « Focus Groups » où 62 personnes sont venues approfondir les différentes thématiques lors de plusieurs après-midi de discussion.

Les données résumées ci-après sont extraites du RAPPORT D'ANALYSE DES BESOINS DES SENIORS DE LA COMMUNE DE CRANS-MONTANA rédigé par Pro Senectute Valais-Wallis.

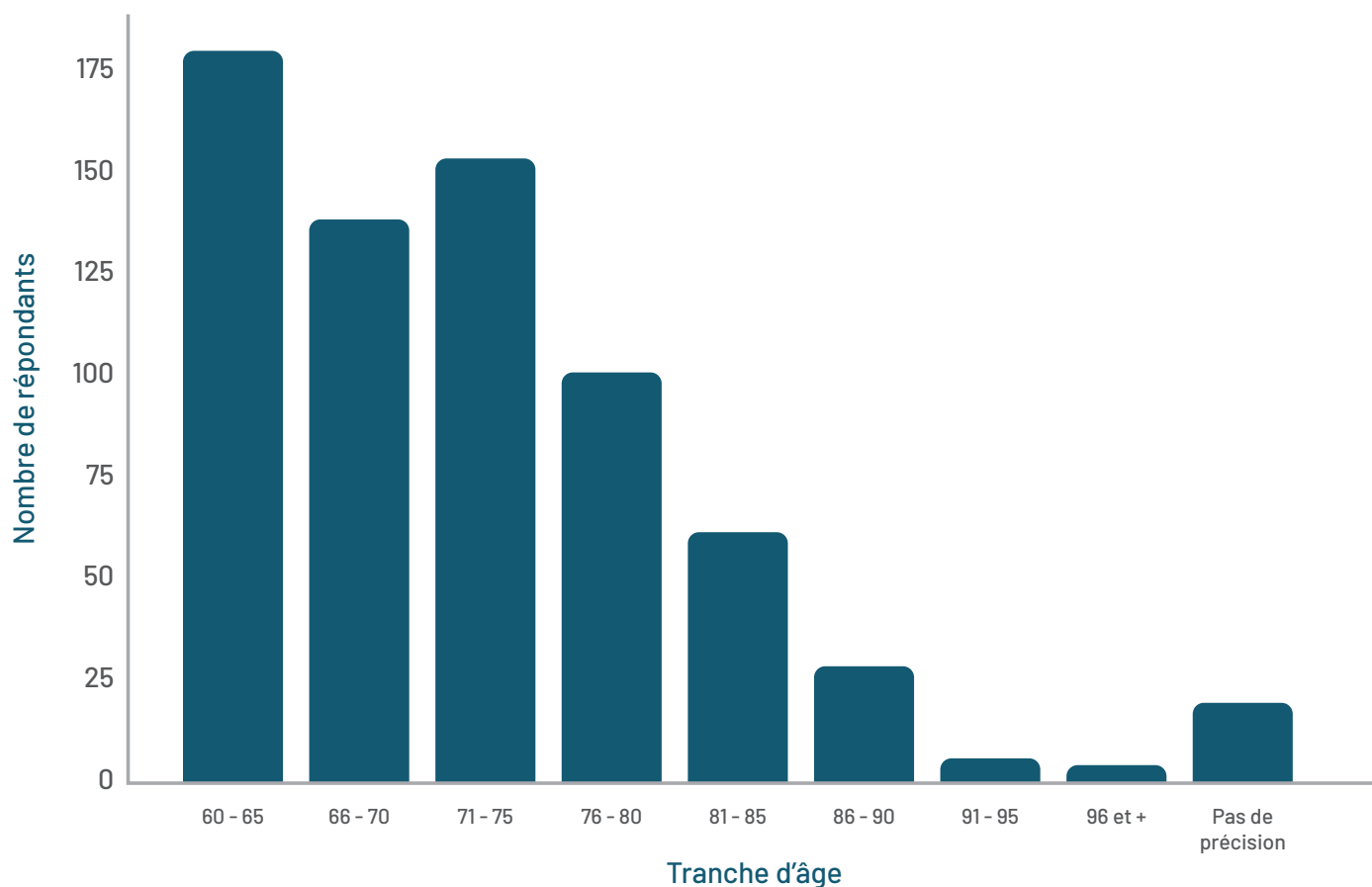
## Population de la Commune de Crans-Montana (31 juillet 2024)





Plus les sondés sont jeunes, plus ils sont nombreux à avoir répondu. Il est intéressant de noter que l'espérance de vie en Valais est aujourd'hui de 81,2 ans pour les hommes et 86 ans pour les femmes.

### Répartition des répondants par tranche d'âge



# LOGEMENT

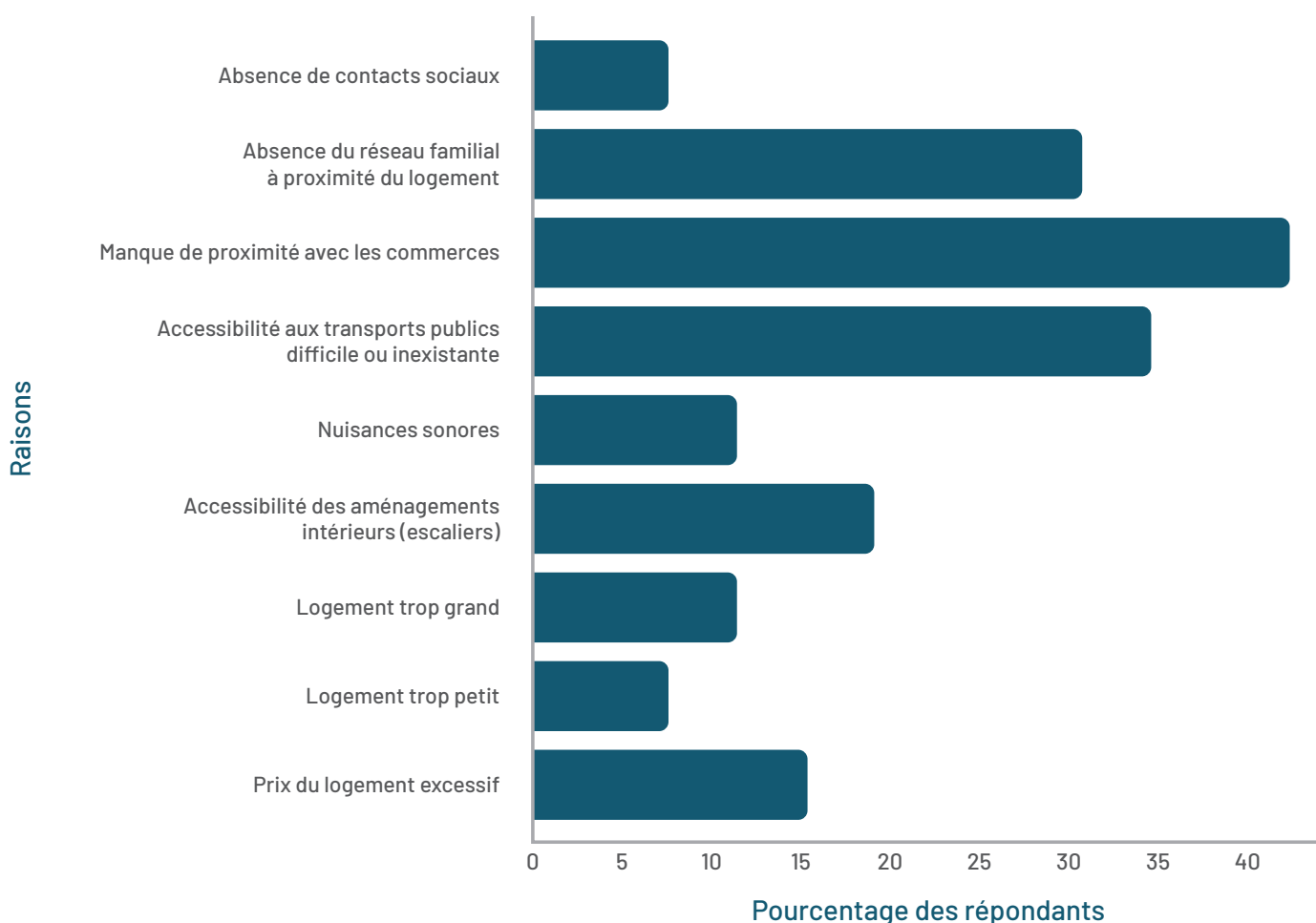
## 94,5% AFFIRMENT S'Y SENTIR BIEN

Une petite majorité des répondants vit dans un appartement ; ce sont davantage les personnes de nationalité étrangère que des Suisses (83,5% contre 50,3%). Les personnes de nationalité suisse sont plus nombreuses à être propriétaires de leur logement (84,5%) que les répondants d'autres nationalités (68,4%).

Les sondés sont 94,5% à affirmer se sentir bien dans leur logement actuellement : c'est une bonne nouvelle du point de vue de la qualité de vie !

Dans les villages surtout, la distance entre le logement et les commerces de même que l'accessibilité aux transports publics fait partie des sources d'insatisfaction ; en troisième position vient le manque de réseau familial à proximité (ce sont plus particulièrement des personnes habitant en station qui s'en plaignent). Le tableau ci-après concerne 26 personnes seulement mais donne quand même des indications sur ce qui pourrait être amélioré pour augmenter la qualité de vie chez soi :

### Raisons pour lesquelles on ne se sent pas bien dans son logement



Plusieurs personnes regrettent l'absence sur le territoire communal d'appartements protégés (type « Domino ») et d'appartements adaptés aux besoins des seniors, ou simplement avec un loyer abordable. Avec l'âge, les besoins en matière de logement évoluent, sans toutefois nécessiter une installation dans un EMS : solitude, insécurité, ampleur

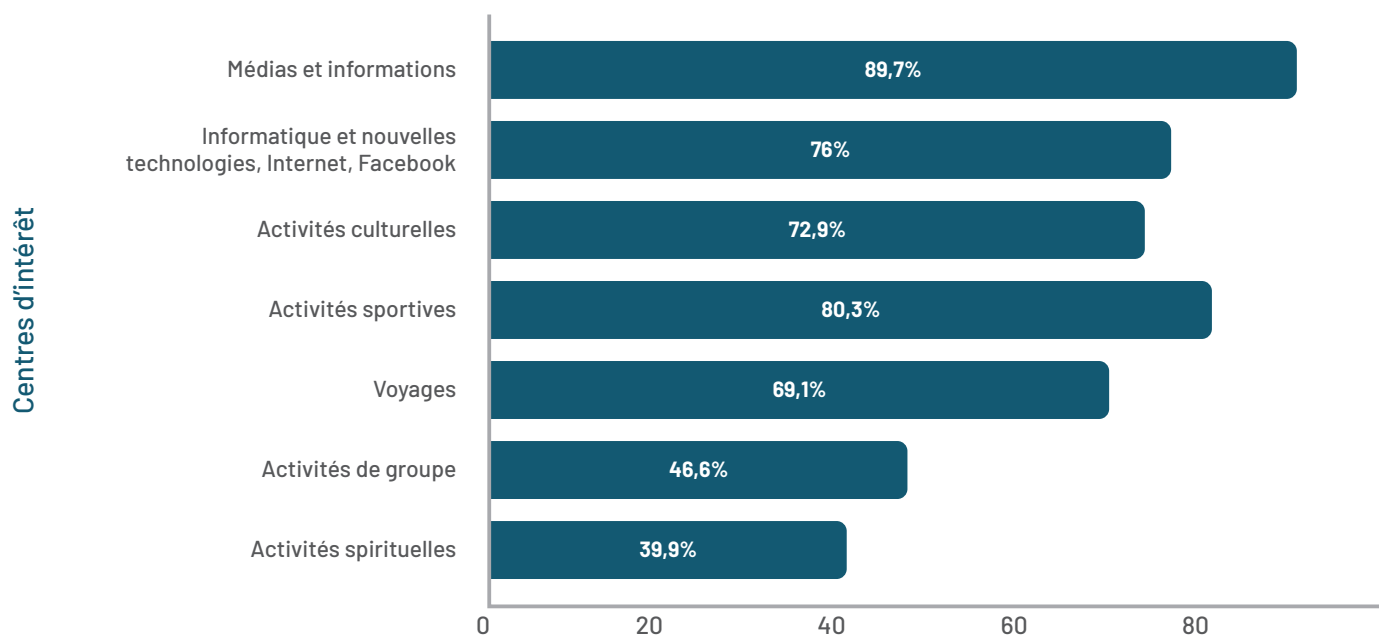
des travaux liés à l'entretien de sa maison, barrières architecturales impliquent soit une adaptation de son logement, soit un déménagement. Les personnes concernées doivent alors quitter le territoire communal ou entreprendre des travaux pour adapter leur logement aux nouveaux besoins.



# EN UN COUP D'ŒIL

## LES CENTRES D'INTÉRÊT DES 60+

### Centres d'intérêt actuels des répondants



### Pourcentage des répondants

Les seniors de 60 ans et plus montrent un fort engagement dans des activités sportives, culturelles et intellectuelles ; ils sont très nombreux à utiliser les outils numériques et les technologies de l'information et de la communication.

Les médias et l'information en général intéressent 89,7% des sondés : le lien avec le monde qui les entoure est donc jugé important et apparaît crucial pour rester connecté avec la société. Selon l'Office fédéral de la statistique, une grande majorité des personnes âgées en Suisse regardent la télévision quotidiennement pour suivre les actualités nationales et internationales. Les journaux et la radio sont également populaires. Beaucoup utilisent désormais internet pour accéder aux informations, lire des journaux en ligne et suivre des émissions en streaming. Au niveau suisse, on constate d'ailleurs que les jeunes seniors n'ont rien à envier à la population plus jeune dans l'utilisation des nouvelles technologies de la communication. La fracture numérique s'est déplacée et se situe désormais à 80 ans.

Les activités sportives sont ressenties comme importantes, elles permettent de conserver l'autonomie lorsqu'on avance en âge, ce dont les sondés semblent conscients. Les données récoltées montrent que plus les seniors prennent de l'âge, moins les activités sportives font partie de leurs centres d'intérêt.

Cinéma, théâtre, concert, lecture... Les activités culturelles sont perçues positivement, bien que légèrement moins que les activités sportives. Plus de 70% des répondants trouvent les activités culturelles extrêmement, très ou assez impor-

tantes ; et plus on habite à proximité des lieux où l'offre est large, plus l'intérêt va croissant.

Un fort intérêt pour les voyages (69,1%) est constaté. Les générations 60+ de la commune de Crans-Montana disent même voyager jusqu'à un âge avancé (86 ans). Toutefois, les possibilités financières dictent la fréquence des voyages, qu'ils soient nombreux, rares, ou inexistantes.

Les activités en groupe semblent moins prioritaires pour les répondants. Seulement 46,6% les trouvent extrêmement, très ou assez importantes, tandis que plus de la moitié les considèrent comme peu ou pas du tout importantes. Cela pourrait indiquer une préférence pour les activités individuelles qui n'impliquent pas d'interactions sociales ou – et cela semble plus probable – un manque de propositions à proximité de chez soi. Certaines personnes peuvent manquer de réseaux sociaux solides ou de contacts réguliers, rendant plus difficile leur participation à des activités de groupe. Cet isolement peut aussi entraîner une perte de confiance, les décourageant ainsi à s'engager dans de nouvelles activités.

Pour une majorité de seniors domiciliés sur la commune de Crans-Montana, les activités liées à la spiritualité ne sont pas primordiales au quotidien. Près de 60% des répondants considèrent les activités spirituelles comme « Peu importantes » (32,3%) ou « Pas du tout importantes » (27,8%). L'enquête démontre toutefois une hausse de l'intérêt des 80 ans et plus. Des questionnements et des recherches de sens liés à la fin de vie qui se rapproche ?

# ACTIVITÉS ET MANIFESTATIONS DES OFFRES JUGÉES SATISFAISANTES

Les répondants sont 65% à exprimer leur satisfaction par rapport aux activités ou événements proposés dans la région, ils sont davantage à le dire s'ils habitent en station. Au total, 72,9% des répondants sont satisfaits des offres proposées.

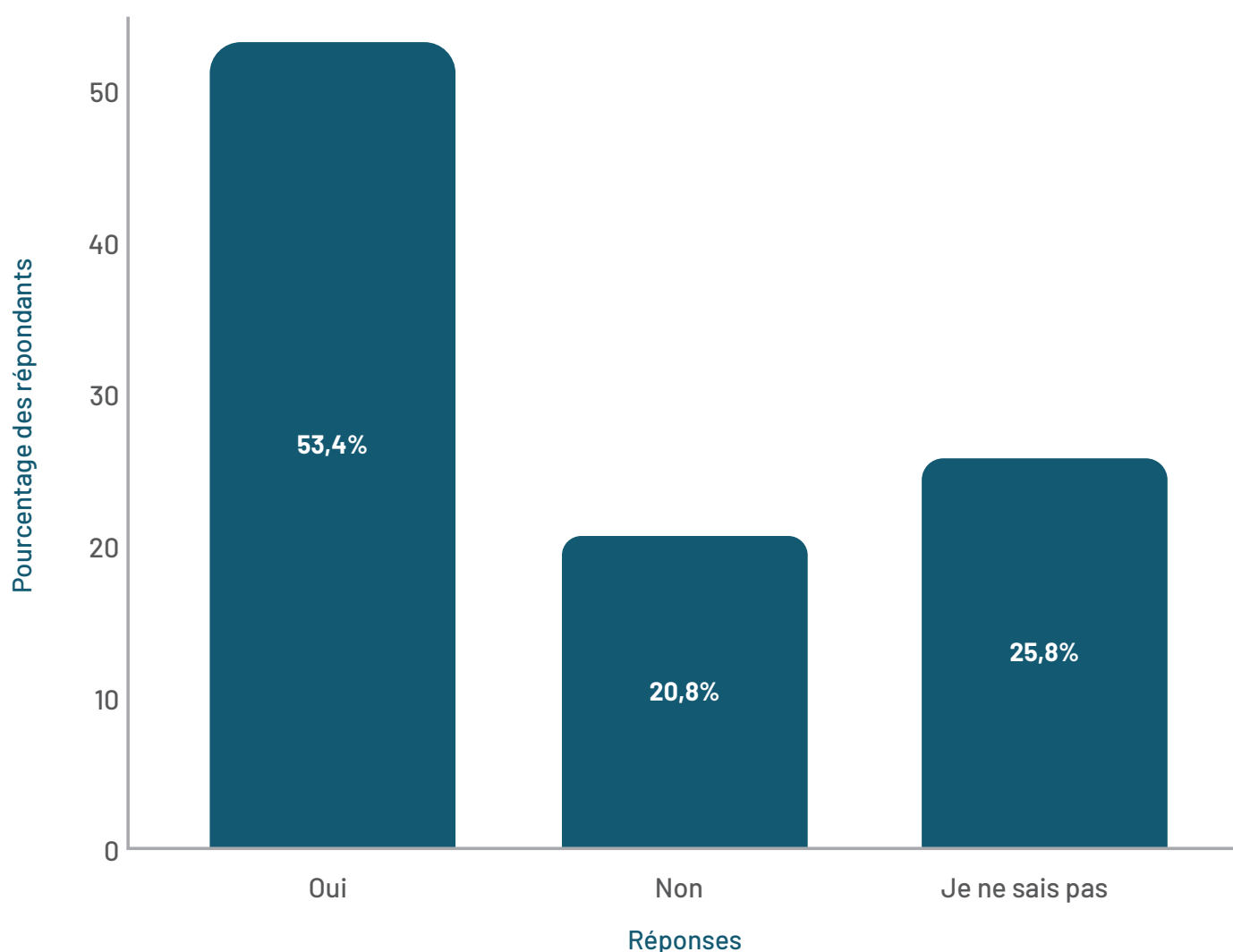
Dans l'ensemble, pour 62,3%, ces activités ont lieu à des moments qui leur conviennent et, pour 74,3%, dans des lieux qui leur sont accessibles (avec l'augmentation de la population âgée, l'accessibilité doit rester un point de vigilance pour que les 60+ puissent maintenir le lien social). Pour 53,4% des sondés, les activités et manifestations auxquelles ils assistent sont autant d'occasions de tisser des liens sociaux, c'est surtout le cas des Suisses (55,7% contre 38,6% pour les autres nationalités).

Pour la majorité (63,7%), le prix des activités ou manifestations n'est pas ressenti comme un frein. Dans les commentaires toutefois, plusieurs personnes souhaitent que des tarifs réduits soient proposés aux seniors (remontées mécaniques, cinéma, activités culturelles, etc.)

Relevons que seuls 57,8% des répondants se disent suffisamment informés sur les événements qui ont lieu dans la région, il y a même 11% qui disent ne pas avoir connaissance des activités proposées sur le territoire communal.

La Commune de Crans-Montana propose actuellement des activités récréatives pour les aînés à partir de 70 ans ; élargir cette offre aux habitants dès 60 ans serait très apprécié.

## Activités et manifestations : occasions de tisser des liens





Plusieurs personnes ont exprimé, dans les commentaires, le besoin de pouvoir disposer d'une piscine publique couverte. D'autres demandent que tous les villages disposent d'un lieu de rencontre. Des idées émergent aussi des commentaires comme la création d'un système de troc : une heure de

repassage contre une heure d'anglais. Lors des rencontres participatives, certains ont suggéré d'organiser dans les villages des activités régulières et abordables pour les seniors, afin de promouvoir les rencontres et l'entraide.







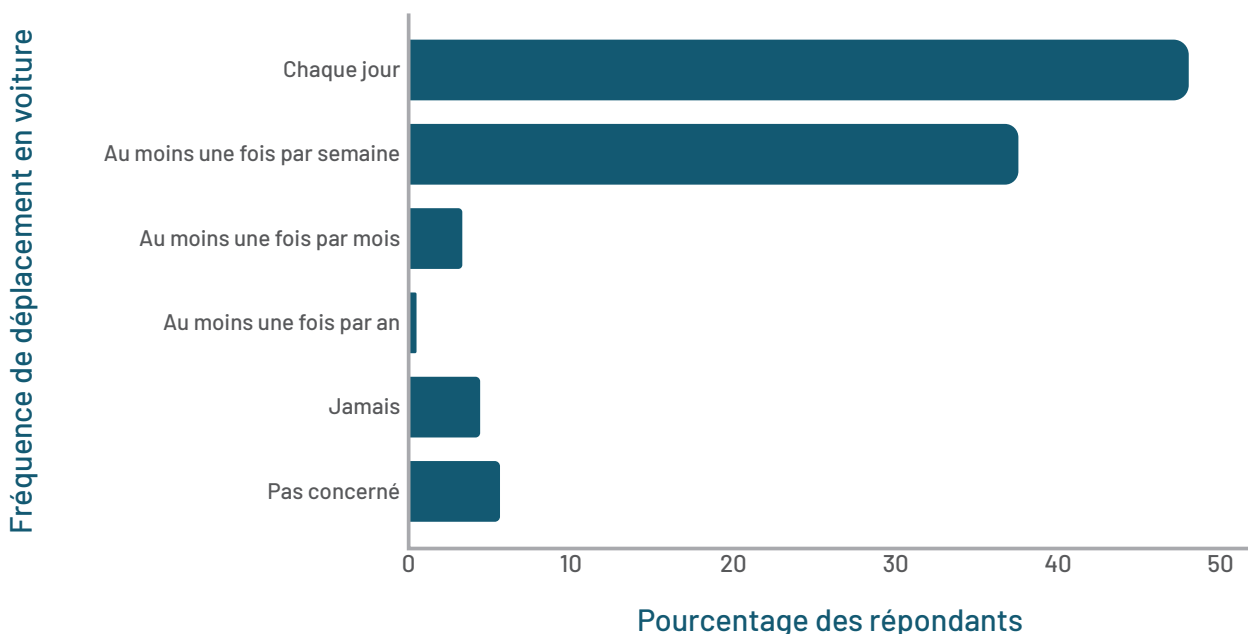
# MOBILITÉ IMPORTANCE DE LA VOITURE

Les générations 60+ de la Commune de Crans-Montana se déplacent volontiers à pied : ils sont 72,1% à le faire tous les jours et 19,5% à le faire une fois par semaine. Plusieurs personnes regrettent l'absence de passage pour piétons par endroits et se plaignent du non-respect des règles de circulation, notamment dans les « zones 30 », ce qui crée un sentiment d'insécurité pour les piétons.

La voiture reste importante dans le quotidien des seniors : 48,1% disent se déplacer chaque jour avec leur propre véhi-

cule et 37,6% au moins une fois par semaine ; dans les villages, on constate que l'automobile est davantage utilisée qu'en station. Le covoiturage est peu répandu, mais 37,3% des personnes déclarent recourir à l'accompagnement en voiture par un tiers. Les taxis sont rarement utilisés, et 63,8% des sondés déclarent ne jamais les emprunter. Seules 15 personnes sur 615 répondants disent avoir recours à une prestation de transport organisé (Transport Handicap ou autre service de ce type).

## Déplacement avec sa propre auto







Renoncer à son permis de conduire est une étape significative dans la vie des seniors, marquant une perte d'une partie de leur indépendance. Cette décision est influencée par une combinaison de facteurs : santé, régulations légales, préférences personnelles et pressions familiales. Il est essentiel que les seniors puissent continuer à se déplacer, même sans voiture. Les transports publics et le soutien des proches jouent alors un rôle crucial.

Plusieurs seniors ont exprimé dans les commentaires le souhait de voir des services spécifiques mis en place pour faciliter leurs déplacements. Ils soulignent également que vivre hors de la zone urbaine devient difficile sans véhicule, et beaucoup craignent de devoir déménager en ville pour accéder aux services nécessaires et/ou trouver des logements adaptés.

Au niveau des transports publics, on constate que le train est généralement privilégié par les sondés pour des sorties ponctuelles. Seuls 4,6% des aînés utilisent le bus ou le car tous les jours et 13,2% en font usage une fois par semaine. Pour 77,5% des sondés l'offre en matière de transports publics est satisfaisante, toutefois des améliorations des horaires et cadences sont souhaitées, de même que la création de lignes transversales reliant le territoire d'Est en Ouest au niveau des villages. Sur le plateau touristique, les navettes transportent gratuitement les passagers mais ce n'est pas le cas dans les villages. Certains regrettent cette différence de traitement. Selon les secteurs sur le territoire communal, l'offre de transport pourrait être davantage développée.

L'enquête montre que 3,7% des sondés utilisent tous les jours leur vélo et 11,7% au moins une fois par semaine. Plus

de la moitié des personnes interrogées disent ne jamais se déplacer à vélo (51,9%). Ce moyen de transport est davantage utilisé par les hommes (19% contre 10,1% pour les femmes). Sans surprise, plus l'âge avance, moins il y a d'attrait pour le vélo. À partir de 75 ans, presque aucun répondant ne se déplace à vélo.

Du point de vue de la sécurité, la majorité des piétons seniors se sentent en confiance sur les trottoirs et lors de la traversée des routes. En revanche, le sentiment de sécurité est légèrement moins prononcé chez les cyclistes, certains déplorant le manque de pistes cyclables. Au volant, les seniors se déclarent majoritairement en sécurité, avec 35,1% se sentant « tout à fait en sécurité » et 50,9% « plutôt en sécurité ».



## BESOINS PARTICULIERS DANS L'ESPACE PUBLIC

L'aménagement des espaces publics a un impact majeur sur la sécurité et le bien-être des seniors. Les bancs publics, par exemple, sont des installations essentielles qui facilitent la mobilité en offrant des lieux de repos, que ce soit lors de promenades ou en attendant les transports en commun, comme le bus. Une majorité des sondés se disent satisfaits du nombre de bancs sur le territoire, mais plusieurs relèvent l'absence d'accoudoirs (qui aident à se relever) ou de dossiers (réduisant le risque de chute et permettant de bien s'installer). Aux arrêts de bus, il n'est parfois pas possible de se mettre à l'abri et encore moins de s'asseoir.

Autre souci soulevé par les personnes en situation de handicap ou de mobilité réduite : le nombre de places de parc dédiées est jugé insuffisant. En hiver, le déneigement des trottoirs pourrait être amélioré dans certains endroits selon certains seniors.

Dans les commentaires, il est relevé que les rues pavées sont difficiles à parcourir pour celles et ceux qui s'aident d'un déambulateur. La gestion des déchets soulève également des préoccupations : les Moloks des éco-points sont jugés peu ergonomiques, car il est difficile de soulever un sac poubelle avec les deux mains tout en maintenant le couvercle ouvert. De plus, certains seniors regrettent qu'il ne soit pas possible de se rendre aux déchetteries sans voiture. Ils expriment le souhait de voir des points de récupération de déchets compostables accessibles sans véhicule, spécialement en station. Les discussions ont mis en évidence combien l'état général des espaces piétonniers est essentiel pour préserver l'autonomie et la mobilité des seniors : trottoirs trop inclinés ou endommagés, passages piétons, escaliers publics, etc.



# ENVIRONNEMENT SOCIAL

## PLUS ON VIEILLIT, PLUS ON VIT SEUL

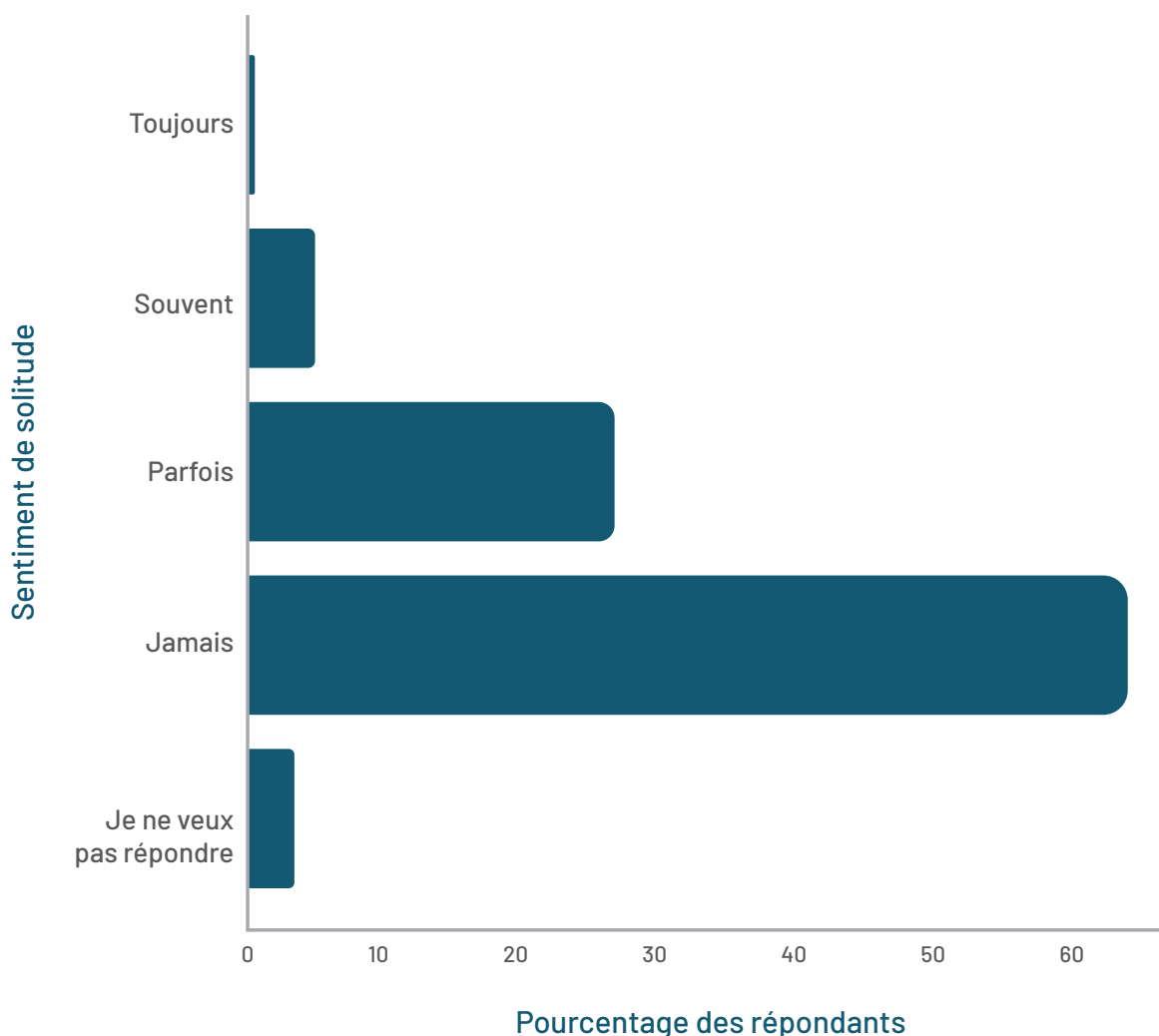
Avec l'avancée en âge, de plus en plus de sondés vivent seuls, un phénomène particulièrement marqué dès la tranche d'âge 81-85 ans. Alors que 18,2% des hommes déclarent vivre seuls, ce pourcentage est bien plus élevé chez les femmes, atteignant 40,2%.

La solitude est particulièrement ressentie par ceux qui sont seuls dans leur logement : 56,7% d'entre eux en souffrent,

contre seulement 21,1% des personnes vivant avec leur conjoint. Parmi les répondants qui se disent toujours, souvent ou parfois seuls, 40,6% sont des femmes et 24,1% sont des hommes.

Bien que la solitude puisse être ressentie à tout âge, plus de 64% des sondés affirment ne s'être jamais sentis seuls au cours de l'année écoulée.

### Au cours de la dernière année, vous êtes-vous senti seul ?



Les réponses montrent que plus on vieillit, plus les contacts réguliers avec la famille augmentent : 90,4% des personnes disent avoir un contact régulier avec leur famille, que ce soit chaque jour, au moins une fois par semaine ou au moins une fois par mois. Et 94,3% des sondés disent avoir un contact

régulier avec leurs amis, que ce soit chaque jour, au moins une fois par semaine, ou au moins une fois par mois. Notons que les voisins représentent un soutien précieux et une aide fiable en cas de besoin.

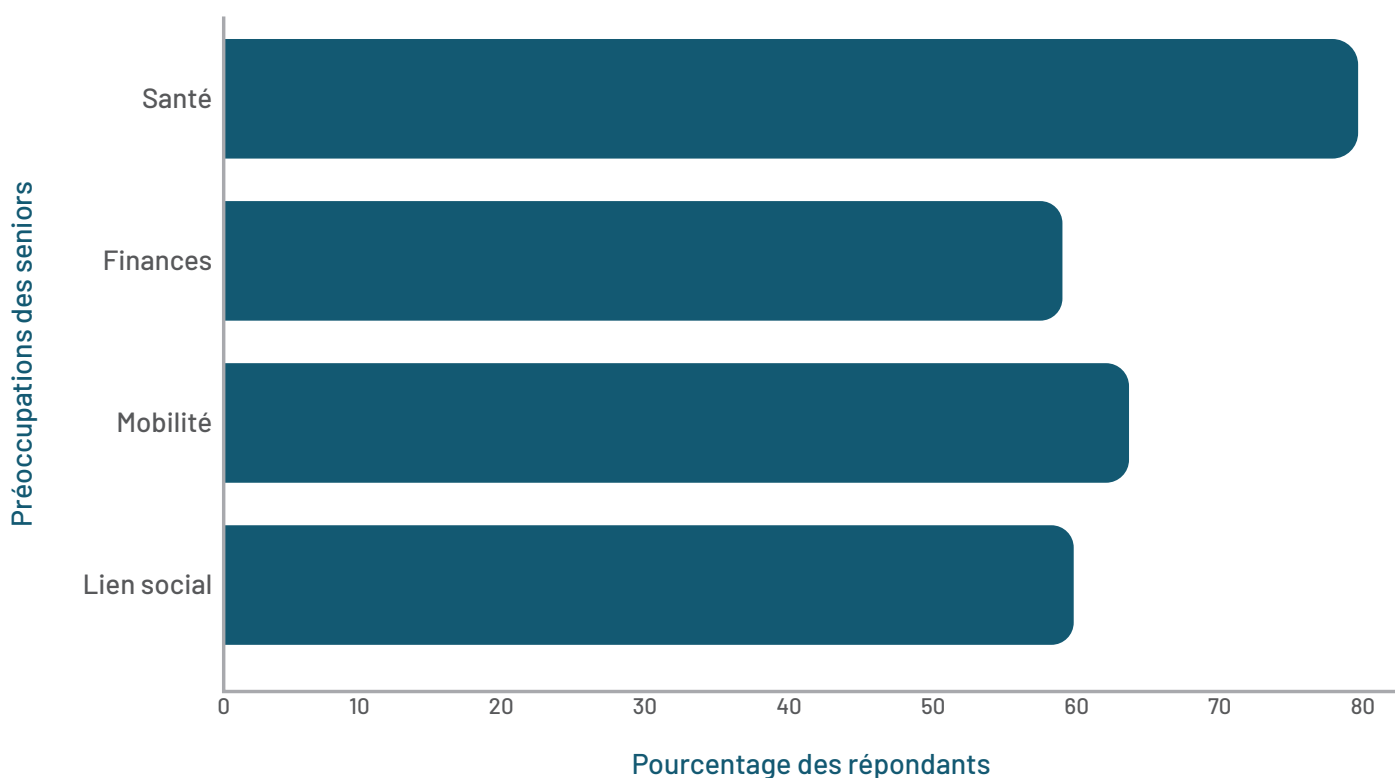
# PRÉOCCUPATION DES SENIORS

## RESTER EN BONNE SANTÉ

La santé reste LA préoccupation des seniors (79,9% des sondés ont répondu « tout à fait » ou « plutôt oui » à cette question). Même s'il est souvent difficile de l'avouer, les finances sont tout de même qualifiées de préoccupantes

par 59,2% des sondés (cette préoccupation est légèrement moins marquée en station). Sont également citées les questions liées à la mobilité (63,7%), ou encore au lien social (60%).

### Les préoccupations majeures des seniors





# GÉNÉRATION 60+ :

## DU TEMPS POUR LES AUTRES

Prendre sa retraite ne signifie pas pour autant s'arrêter ! Beaucoup continuent à être actifs, que ce soit en tant que bénévoles ou proches aidants, et certains prolongent même leur carrière au-delà de l'âge légal de la retraite.

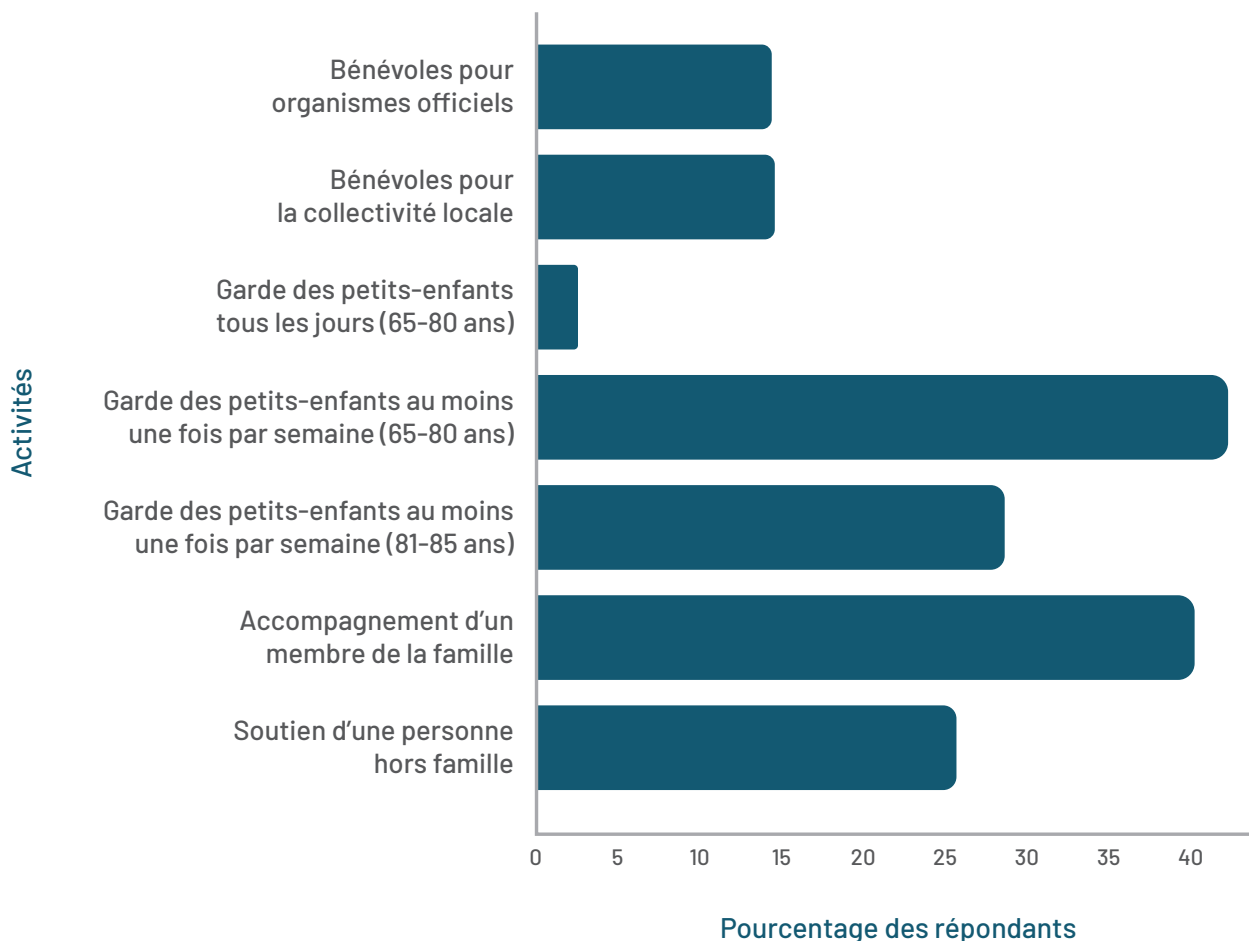
Il est à noter que 33,7% des sondés se disent potentiellement intéressés par une activité bénévole. Cependant, une grande partie d'entre eux (52,9%) estime ne pas être suffisamment informée sur les opportunités de bénévolat dans leur région.

Les seniors disposent de temps pour s'investir dans le bénévolat au niveau local, mais certains souhaitent que celui-ci soit bien structuré et coordonné de manière professionnelle. Toutefois, il est essentiel que le bénévolat demeure une activité agréable, sans se transformer en travail ou, pire encore, en contrainte.

Outre le bénévolat au sein d'organismes officiels (14,4%) et des activités en faveur de la collectivité locale (14,6%), les seniors donnent de leur temps pour garder leurs petits-enfants, surtout entre l'âge de 65 et 80 ans. Ils sont 2,6% à les garder tous les jours et 42,2% au moins une fois par semaine. Et entre 81 et 85 ans, ils sont encore 28,6% à garder au moins une fois par semaine leurs petits-enfants.

Beaucoup de seniors assurent un rôle de proche-aidant : 40,2%, soit 254 personnes, accompagnent un membre de leur famille jusqu'à au moins 90 ans, que ce soit quotidiennement, hebdomadairement ou mensuellement. De plus, 25,7%, soit 164 personnes, apportent leur soutien à quelqu'un en dehors de leur cercle familial.

### Activités bénévoles et aide aux proches









# QUE RETENIR DE CETTE ENQUÊTE ?

Sur le territoire communal de Crans-Montana, 34,5% des habitants sont aujourd'hui âgés de 60 ans et plus. Dans le futur, ce chiffre va augmenter : selon les projections nationales, entre 2020 et 2050, le nombre de seniors de plus de 80 ans sera multiplié par 2,4.

Pour éviter un éventuel exode (vers les villes de plaine), il est important que ce segment de population puisse trouver sur le territoire des logements adaptés, à des tarifs abordables, voire des aides pour transformer son logement. Les questions de mobilité et d'autonomie doivent également être prises en compte. Les infrastructures urbaines, d'autre part, doivent être adaptées aux besoins des personnes à mobilité réduite. Les seniors ne cachent pas leur crainte de devoir, un jour, abandonner leur permis de conduire et perdre leur autonomie. La ville à la montagne qu'est Crans-Montana offre une belle palette de services toute l'année, celle-ci doit être facilement accessible pour les seniors des villages avec, si possible, des services médicaux accessibles tous les jours de la semaine.

Le sondage a montré une réelle envie des seniors d'être acteurs de leur vieillesse. Ces femmes et ces hommes sont prêts à s'impliquer, mais les possibilités de s'engager au niveau local pourraient profiter d'une plus grande visibilité et être centralisée. Dans l'ensemble, les seniors sont demandeurs d'informations ; si le numérique est accessible pour les jeunes seniors, le papier ne doit pas être abandonné. L'âge avançant, on se demande qui appeler en cas d'urgence, où trouver le soutien le jour où on se sent en difficulté. Plus les liens sociaux sont forts, plus les seniors se savent entourés en cas de problème. Certains villages n'ont plus de bistrot, pas de salle où se rencontrer, peu d'activités permettant de passer du temps ensemble et créer des liens.

Au moment de se pencher sur sa future *Politique des seniors*, le Conseil communal peut se réjouir que, déjà maintenant, on vieillit plutôt bien à Crans-Montana et que la qualité de vie est réelle pour la grande majorité des sondés.



- Les générations 60+ veulent continuer d'être actifs et à s'engager : la société et les collectivités doivent penser à « faire avec » et non « faire pour ».
- L'implication des seniors dans la réflexion sur les aménagements urbains permettrait d'améliorer leur qualité de vie.
- Des logements Domino ou intergénérationnels à tarifs abordables, sur le territoire communal, permettraient de rester intégrés dans la collectivité locale ; de même des aides pour adapter leurs logements faciliteraient le maintien à domicile avec une plus grande sécurité.
- De bonnes connexions des transports publics permettraient de se déplacer vers les services et commodités (notamment des villages vers la station).
- Des communications ciblées pour les seniors les garderaient informés et contribueraient à maintenir le lien social.



# LES 60 ANS ET PLUS DES GÉNÉRATIONS ACTIVES AVEC DES BESOINS SPÉCIFIQUES

Les résultats de la récente étude menée par Pro Senectute Valais-Wallis offrent un éclairage primordial sur la vie des personnes de plus de 60 ans vivant sur la commune de Crans-Montana. Les seniors consultés le disent : ils sont 94,5% à se sentir bien chez eux. C'est une information vraiment réjouissante ! À nous maintenant d'entendre les besoins de celles et ceux qui avancent en âge pour leur permettre de rester le plus longtemps possible à domicile, avec la meilleure qualité de vie.

On vit toujours plus longtemps et on reste en bonne santé jusqu'à un âge avancé. Différentes études des sciences sociales démontrent qu'après 50 ans, la courbe du bonheur prend l'ascenseur, atteignant souvent un nouveau sommet vers la soixantaine et au-delà !

Dans une Suisse qui comptera bientôt 10 millions d'habitants, le Valais offre une qualité de vie indéniable. L'an dernier (2023), la population résidente permanente du Valais a connu sa plus forte progression depuis l'introduction de cette statistique en 2010, soit un taux de croissance démographique de 2,4%.

Certaines projections statistiques prédisent pour ces prochaines décennies une diminution de la population dans les stations touristiques, au profit des villes de plaine. La Commune de Crans-Montana a une belle carte à jouer pour contredire ces estimations.

Avec l'âge, les besoins des personnes évoluent et deviennent plus complexes. Les questions de la préservation de l'autonomie et de l'accès aux soins deviennent des enjeux majeurs. L'étude met en lumière ces attentes spécifiques et souligne l'importance de structures et de services adaptés pour y répondre efficacement.

Ces dernières années, sur notre territoire, nous avons particulièrement développé les offres destinées aux enfants et aux écoliers. Nous avons également fait d'importants investissements pour rénover et agrandir l'EMS intercommunal Le Christ-Roi (pris en charge à près de 70% par la Commune de Crans-Montana). Et avant même les résultats de l'enquête de Pro Senectute Valais-Wallis, les services communaux et élus ont mené des réflexions pour créer des habitats mixtes, afin de répondre aux attentes des personnes qui ne peuvent rester seules chez elles, sans toutefois devoir entrer dans une institution.

Cette enquête auprès des générations 60+ arrive à point nommé pour disposer des clés essentielles permettant de comprendre les défis à venir. *La rédaction de la Politique des seniors de la Commune de Crans-Montana* sera un des points importants de la prochaine législature.

**Nicolas Féraud**  
Président de la  
Commune de Crans-Montana





## DIAGNOSTIC 60+ À CRANS-MONTANA AVEC LE SOUTIEN DU CANTON

Les Générations 60+ sont une part importante de la population valaisanne et une ressource inestimable de nos sociétés et leur investissement est particulièrement visible à l'échelon communal.

Certains sont actifs dans les administrations (en y travaillant encore ou comme bénévoles), beaucoup sont actifs auprès des sociétés locales et les heures de bénévolat ne se comptent plus. L'augmentation du nombre de seniors pose des défis en termes de prise en charge et de réponses politiques à apporter : intégration de nouveaux retraités venant s'établir en Valais, logement, lien intergénérationnel, soutien aux proches aidants, offres de loisirs, mobilité, etc.

L'hétérogénéité des situations de vie des 60+ et la situation géographique particulière du Valais sont des enjeux supplémentaires à prendre en compte.

Lancée en avril 2022, la politique cantonale en faveur des Générations 60+ poursuit cinq objectifs initiaux :

- encourager le développement d'environnements et de conditions cadres favorables
- renforcer la santé et l'autonomie
- garantir l'accessibilité des prestations et services
- soutenir les 60+ dans les transitions de vie
- encourager et valoriser la participation





Pour mettre en œuvre ces objectifs, plusieurs mesures sont réalisées au niveau cantonal : appel à projets pour et avec les seniors afin de trouver des idées innovantes et faire participer les seniors à leur élaboration, pages rédactionnelles dans *Le Nouvelliste* et le *Walliser Bote* mettant en avant l'expérience et les réalités de vie des seniors, annuaire présentant les différentes ressources existantes, mandat à Pro Senectute Valais-Wallis pour la consultation sociale ou encore journées dédiées aux Générations 60+ et développement des soins de longue durée.

À l'échelon local, les communes ont un rôle à jouer dans la réalisation de ces objectifs. C'est pourquoi le Service de l'action sociale auquel est rattachée la Coordination des Générations 60+ soutient les communes dans la mise en œuvre de démarches diagnostic des besoins des seniors.

L'évolution démographique pose de grands défis pour les cantons et particulièrement pour les communes où vivent les

seniors. C'est à cet échelon que se développe le tissu social permettant aux seniors de bénéficier de l'aide de voisinage, d'activités pour s'intégrer, de lieux pour se retrouver et rompre la solitude. De même qu'au niveau cantonal, les communes doivent également fournir une réflexion importante sur la manière dont elles communiquent avec les seniors. Cet échelon local a l'avantage de permettre des échanges directs avec les professionnels et entre seniors, favorisant ainsi la transmission des informations et leur accès.

En récoltant leurs besoins et propositions de mesures à mettre en place, la Commune de Crans-Montana peut ainsi mettre en place une politique cohérente et adaptée à sa population.

**Delphine Maret Brülhart**  
Coordinatrice cantonale  
en faveur des Générations 60+



# PRO SENECTUTE VALAIS-WALLIS LE PARTENAIRE SENIOR

Depuis 1929, Pro Senectute Valais-Wallis s'engage pour le bien-être, la dignité et les droits des personnes âgées, en plaçant leurs besoins et ceux de leurs proches au cœur de ses actions.

C'est dans cette perspective que nous menons ce type d'enquête qui permet de développer une politique adaptée aux seniors, sur la base d'un diagnostic solide, abordant différents thèmes tels que la mobilité, le logement, la santé et d'autres domaines essentiels. Ce travail permet également à Pro Senectute Valais-Wallis d'adapter ses services et ses offres sur le terrain pour mieux répondre aux besoins des seniors au quotidien.

Depuis 2018, Pro Senectute Suisse a observé une augmentation de 20% des consultations pour les personnes de plus de 80 ans, soulignant ainsi l'importance de se préparer aux défis à venir. Toutefois, plutôt que de percevoir ce phénomène comme une difficulté, il est essentiel de reconnaître les nombreuses opportunités qu'il offre, telles que les engagements bénévoles, le partage enrichissant de connaissances et le renforcement des liens intergénérationnels, atouts indéniables pour la cohésion sociale et le dynamisme communautaire.

Les politiques publiques doivent évoluer pour intégrer cette nouvelle réalité, en encourageant la participation des personnes âgées et en renforçant la solidarité entre les générations.

Face à l'évolution rapide du monde et à l'essor de la digitalisation, il est également crucial de mettre en place des mesures permettant aux personnes âgées de s'adapter à ces changements sans se sentir dépassées. Encourager l'apprentissage continu après la retraite, dans tous les domaines est un moyen efficace de maintenir leur autonomie et de favoriser leur inclusion sociale.

Les générations de 60 ans et plus sont une ressource précieuse et inestimable pour notre société. Il est temps que les seniors prennent pleinement leur place et s'impliquent activement à Crans-Montana. En valorisant leurs expériences et en unissant nos forces, nous pouvons construire un avenir plus solidaire et enrichissant pour tous.

**Victor Fournier**

Directeur

Pro Senectute Valais-Wallis







**PRO  
SENECTUTE**  
PLUS FORTS ENSEMBLE

