



# CHALAIS



## L'ABECEDAIRE "SANTÉ & SOCIAL"

Vous trouverez ci-après les informations les plus importantes des domaines de la santé et du social à l'échelle de notre commune, du district et du canton, selon le niveau où il est traité. Gardez cette liste, car elle pourrait être utile un jour. Vous trouverez aussi ces informations sur notre site internet [www.pdc-chalais.ch](http://www.pdc-chalais.ch)

### SANTÉ

**Ambulance** Si la situation vous semble urgente, appelez le 144, il s'agit d'une centrale téléphonique qui gère toutes les situations d'urgence, ainsi que l'orientation du malade au sein du système sanitaire.

**Centre médico-social** Association intercommunale d'aide et de soins à domicile selon le mandat confié par l'Etat du Valais. Le CMS assume des prestations selon mandats, à la demande des 16 communes membres. Principales prestations : services infirmiers, aides familiales, auxiliaires, assistants sociaux, COREM et accueil petite enfance.  
Adresse: Centre médico-social de la région de Sierre - Hôtel de ville - cp 280 - 3960 Sierre.  
Tél. 027 455 51 51 – E-Mail [cms@sierre.ch](mailto:cms@sierre.ch) - [www.cms-sierre.ch](http://www.cms-sierre.ch)

**Dentiste et Service dentaire scolaire** Permanence dentaire (nuit et week-end), tél. 0900 558 143  
L'association pour la prophylaxie et les soins dentaires ([www.cliniquedentaire-vs.ch](http://www.cliniquedentaire-vs.ch)) fait des visites dans les écoles et fournit des soins dentaires subventionnés jusqu'à 15 ans.

**Empoisonnement** Centre suisse d'information toxicologique à Zurich  
Urgences Tél. 01 251 51 51 ou 145 - Information et questions Tél. 01 251 66 66

**EMS** Home pour personnes âgées "Les Jasmins"  
Tel. 027 459 29 00 - E-Mail [homechalais@netplus.ch](mailto:homechalais@netplus.ch)  
Les EMS assurent à leurs résidents (en principe des personnes à l'AVS) l'hébergement, les soins, les repas et les animations. Priorité aux personnes domiciliées sur la Commune.

**Hôpitaux** Hôpital de Sierre, Tél. 027 603 70 70  
Hôpital de Sion, Tél. 027 603 40 00  
Service d'urgences pédiatriques, Tél. 027 603 41 60  
Clinique gériatrique de Ste-Claire, Tél. 027 603 74 00

**Pharmacie de garde** 0900 55 81 43 (du réseau fixe CHF 0.50 l'appel, CHF 1.-/min.)

### TELEPHONES IMPORTANTS

Secours routiers	140	Police	117	Pour les enfants et les jeunes	147
Main tendue	143	Pompier	118	Empoisonnement	145
Secours d'urgence	144	Médecin de garde (nuit et week-end) : 0900 144 033			

# SOCIAL

<b>Aide à domicile</b>	Soins infirmiers : 7 jours sur 7, de 07h30 à 19h00	079 410 53 12
	Ergothérapie	027 452 07 18
	Aide au ménage-ménage, courses, lessive, ... le matin	079 410 53 12
	Soutien social	027 452 07 40
	Domitel : la sécurité à domicile 24 heures sur 24	027 455 51 51
	Matériel auxiliaire-lits électriques, fauteuils roulants, etc.	027 452 07 18
	Repas à domicile, le matin	027 452 07 06
	Services bénévoles Pro Socio, le matin	027 452 07 06
	Domino, appartements intégrés à encadrement médico-social	027 452 07 16
	Prévention et promotion de la santé-Consultation parents-enfants :	
	Home les Jasmins : 4ème lundi du mois de 13h30 à 15h30 Sur rendez-vous	

**Aide pour personne impotente** Les parents et les proches qui apportent une aide régulière et importante à une personne impotente peuvent obtenir des indemnités. Contact : Caisse de compensation AVS, Sion Tél. 027 324 91 11, [http://www.avs.vs.ch/siteAVS/francais/cotisations\\_info\\_bon\\_ass.jsp](http://www.avs.vs.ch/siteAVS/francais/cotisations_info_bon_ass.jsp)

**Assurance-chômage** Aide juridique en cas de licenciement ou de chômage: Tél. 0840 118 218  
Syndicat Chrétien du Valais, Rue Centrale 4, 3960 Sierre, Tél. : 027 452 26 26  
E-Mail : [syndicat.chretien@varioweb.ch](mailto:syndicat.chretien@varioweb.ch)

**Allocation de maternité** Les femmes salariées ou exerçant une activité lucrative indépendante auront droit à cette allocation de maternité. Il en va de même pour les femmes travaillant dans l'entreprise de leur mari contre un salaire en espèces. Durant 14 semaines, elles toucheront 80% du revenu moyen de l'activité lucrative exercée avant l'accouchement, mais au plus Fr. 172.- par jour. Renseignements et formulaires auprès de votre employeur ou après de la caisse de compensation. Tél. 027 324 91 11, [http://www.avs.vs.ch/siteAVS/Francais/mat\\_legislation\\_r.jsp](http://www.avs.vs.ch/siteAVS/Francais/mat_legislation_r.jsp)

**ASA-Valais** L'Association valaisanne d'aide aux personnes handicapées mentales propose à ses membres des offres de formation continue, de séjours, de participation à des manifestations et de projets d'intégration et de participation sociale. L'ASA possède la Pension la Forêt à Vercorin. Geneviève Albasini, Tél. 027 455 08 44 ou E-Mail [pensionlaforet@bluewin.ch](mailto:pensionlaforet@bluewin.ch)

**Assurance Invalidité** Rentes, prestations complémentaires, allocations pour impotents. Renseignements : administration communale ou caisse de compensation, Sion – Tél. 027 324 96 11  
Internet : [http://www.avs.vs.ch/siteAVS/Francais/rentes\\_prestations\\_ai.jsp](http://www.avs.vs.ch/siteAVS/Francais/rentes_prestations_ai.jsp)

**AVS Les hommes nés en 1946 et les femmes nées en 1947** bénéficieront d'une rente AVS cette année. Vous pouvez demander une rente anticipée de 1 à 2 ans. La réduction à vie de la rente pour une anticipation d'une année sera de 6,8% et pour 2 ans de 13,6%. Attention, remplir le formulaire 4 mois avant le mois de votre anniversaire.

**Prestations complémentaires:** Les personnes dont le revenu n'atteint pas le minimum fixé par la loi (env. 35'000 pour une personne seule et 45'000 pour un couple) et déterminé par des limites de revenus, ont le droit de bénéficier de prestations complémentaires. Formulaire de calcul sous <https://www.pro-senectute.ch/fr/calcul-de-prestations-complementaires.html>  
Renseignements auprès d'un membre du comité du PDC (cf. p. 4) ou auprès de l'agent AVS (M. Christophe Friggieri, Tél. 027 459 11 19).

**Caritas** Domaines d'activité: familles en difficulté et éclatées; aides dans des situations d'urgence; emplois pour jeunes délinquants et objecteurs de conscience, interventions de bénévoles dans des régions de montagne; accompagnement de malades et personnes en fin de vie; projets en faveur de chômeurs de longue durée et en fin de droits. Contact : Caritas Valais – Tél: 027 323 35 02 E-mail: [caritasvs@bluewin.ch](mailto:caritasvs@bluewin.ch) Internet : [www.socialinfo.ch](http://www.socialinfo.ch)

**Cartons du cœur** Les Cartons du cœur donnent un coup de pouce à des personnes dans le besoin. Tél. 027 455 03 67.

**Caisse maladie** Il existe une subvention pour réduire le prix des cotisations de la caisse-maladie, accordée aux personnes à revenu modeste qui en font la demande. Formulaire sur le site: <http://www.avs.vs.ch/siteAVS/pdf/francais/Demande%20Spécial%20Subvention%20fr.pdf>  
Les assurés ou les familles dont le revenu déterminant n'atteint pas les limites ci-après ont droit à une réduction de primes :

Valable dès le 01.01.2011	Enfants à charge	Célibataire/divorcé(e) Veuf(ve)/séparé(e)	Couple marié
	Aucun	Fr. 38'500.-	Fr. 55'400.-
	1	Fr. 57'400.-	Fr. 66'900.-
	2	Fr. 68'900.-	Fr. 78'400.-
	3	Fr. 80'400.-	Fr. 89'900.-
	4	Fr. 91'900.-	Fr. 101'400.-
	5	Fr. 103'400.-	Fr. 112'900.-
	6	Fr. 114'900.-	Fr. 124'400.-

**Chômage** Annoncez-vous auprès de votre commune de domicile le plus tôt possible, mais au plus tard le premier jour pour lequel vous demandez des indemnités de l'assurance-chômage. Internet : [www.espace-emploi.ch](http://www.espace-emploi.ch) ORP - Office Régional de Placement – Sierre Route de la Bonne-Eau 20, 3960 Sierre, Tél. 027 451 21 21, Fax 027 451 21 22, E-Mail: [orpsierre@admin.vs.ch](mailto:orpsierre@admin.vs.ch)  
[www.vs.ch/orp](http://www.vs.ch/orp). Heures d'ouverture: de 07h30 à 12h00 et 13h30 à 17h30 (vendredi 17h00)

**Crèche** "Les Jasmins" Caloz Peggy, Tél. 027 458 58 20, E-Mail: [creche.jasmins@netplus.ch](mailto:creche.jasmins@netplus.ch)

**Fondation Clémentine Antille** Bourse et prêts pour venir en aide aux jeunes bourgeois de Chalais pour leur permettre l'acquisition d'un métier dans le sens le plus large du terme, qu'il s'agisse de professions manuelles, religieuses (études théologiques) ou intellectuelle.

**Handicap** Plusieurs organismes ou associations viennent en aide aux personnes souffrant de handicap : Office AI, Cérébral, Insieme ([www.insieme-vs.ch](http://www.insieme-vs.ch)), Procap ([www.procap.ch](http://www.procap.ch)). Les prestations de Pro Infirmis s'adressent aux personnes handicapées physiques, mentales ou psychiques, ainsi qu'à leurs proches. En Valais, il faut s'adresser à la Fondation Emera  
Tél. : 027 329 24 70 - E-Mail : [info.sion@emera.ch](mailto:info.sion@emera.ch) - Internet : [www.emera.ch](http://www.emera.ch)

**Pro Juventute** Propose des prestations de service, des conseils, des informations et des aides concrètes aux enfants et aux jeunes. Tél. 147 – Internet : [www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch)  
Responsable : J.-C. Clavien, Sierre, Tél. 078 662 06 40

**Pro Senectute** Association d'utilité publique, au service des personnes âgées et de leurs proches.  
Tél. 027 322 07 41 - E-Mail: [info@vs.pro-senectute.ch](mailto:info@vs.pro-senectute.ch) – Internet: [www.vs.pro-senectute.ch](http://www.vs.pro-senectute.ch)

**Redevance Radio/TV Journaux Culture** Si vous touchez des prestations complémentaires (en complément d'une rente AVS ou d'une rente AI), vous ne payez plus de redevances TV. Pour cela, il suffit d'envoyer une copie de la dernière décision prise pour l'obtention de prestations complémentaires à : Billag, case postale, 1700 Fribourg.  
Pour plus de renseignements : Tél. 0844 834 834 et sélectionner la touche 2.  
Certains journaux accordent un rabais de 20 à 25% à tous les abonnés qui touchent des prestations complémentaires. Prix réduit pour certaines prestations culturelles.

**Remboursement des frais de maladie** Si vous touchez des prestations complémentaires, les frais de médecin, de dentiste, de pharmacie, de soins et d'assistance à domicile, de moyens auxiliaires, sont remboursés. Formulaire et renseignements auprès de l'administration communale.

**Tutelle et curatelle** Le mandat (tutelle, conseil légal, curatelle, privation de liberté ou administration de succession) se définit en fonction de l'aide à apporter (gestion et/ou accompagnement personnel). Contact : Anne-Lyse Salamin Perruchoud, Juge de Commune, Tél. 027 452 36 36

*Si vous constatez des erreurs ou si vous souhaitez proposer des améliorations à ce document, merci de nous les communiquer !*  
*Jacques ZUBER ([zuberej@netplus.ch](mailto:zuberej@netplus.ch))*

## POURQUOI CETTE DEMARCHE : CE QUE NOUS PROPOSONS

### Renforçons le lien social

Le PDC se définit comme le parti du centre. Et au centre il y a ... **la personne**. C'est en partant de ce constat que nous avons souhaité faire cet inventaire des prestations et services à disposition de nos concitoyens en visant plus particulièrement les retraités et les familles pouvant bénéficier de certains soutiens.

Si le seul mérite de cette liste est d'exister cela n'est pas suffisant. Il faut encore la faire vivre en sollicitant votre attention, en suscitant votre intérêt et en encourageant les démarches de la part de ceux qui ont des droits pouvant améliorer leur quotidien.

Les démarches administratives sont ardues et les dossiers sont compliqués. Dans ce domaine, le PDC souhaite mettre à disposition des habitants de Chalais des volontaires qui peuvent bénévolement vous conseiller et vous aider. Vous pouvez solliciter une des personnes de contact ci-contre qui pourra vous répondre ou vous diriger vers quelqu'un qui pourra contribuer à la résolution de votre problème.

Dans une démarche de renforcement du lien social, l'appartenance politique n'a pas d'importance. Nous nous engageons à traiter confidentiellement les demandes d'aide pour lesquelles nous serons sollicités.

### Groupe de réflexion informel: Mouvement des aînés

Le carcan politique est un frein à la mise en réseau des ressources indispensables à l'amélioration de la vie ensemble. Des groupes de retraités existent, mais ils sont de nature plutôt "locale" ou sportive. Nous souhaitons lancer une réflexion pour étudier et le cas échéant constituer le Mouvement des Aînés Chalaisards (MAC) en collaboration avec des associations ou groupes existants. Il nous semble qu'un tel groupe a indiscutablement sa place au sein de la communauté chalaisarde. Si vous souhaitez participer à un groupe de travail sans connotation politique, dont le but est la mise sur pied d'une telle association, merci de contacter une des personnes indiquées ci-contre.

### Appartement Domino

Domino, **DOMI**cile **Nouvelle Option**. Il s'agit de proposer de petites unités de vie intégrées à la vie du village, selon le modèle de la co-location, avec des locaux privés et des locaux communs, ainsi qu'un encadrement médico-social.

Un tel immeuble est prévu à Chalais. Mais les priorités ont été changées et les investissements redirigés vers d'autres buts. Le dossier "DOMINO" ne doit pas passer au second plan. Nous souhaitons lui redonner la place qu'il mérite. A cette fin, nous avons constitué un groupe de travail pour faire avancer ce projet. Rejoignez-nous pour ce projet.

### A Chalais, on vit heureux et longtemps

Ils ou Elles fêteront 90 ans en 2011

Albert Zuber	25 juin 1921
Amédée Rudaz	14 septembre 1921
Lucie Antille	16 décembre 1921

Il fêtera ses cent ans en 2011:

Fernand Zuber	13 décembre 2011
---------------	------------------

## Contacts

Elisabeth Perruchoud

079 657 60 86

elisabeth.perruchoud@chalais.ch

Cédric Rudaz

079 658 35 83

cedric.rudaz@chalais.ch

Anne-Lyse Salamin Perruchoud

027 452 36 36

alsalamin@hotmail.com

Philippe Theler

078 671 35 40

philippe@obseques.ch

Philomène Zufferey

078 749 54 54

philozuff@netplus.ch

Jacques Zuber

079 374 79 31

zuberej@netplus.ch

Fabrice Zufferey

027 458 32 59

fabricezufferey@netplus.ch

Jean-Y. Perruchoud

079 417 64 12

jean-yves.perruchoud@bluewin.ch