

Editorial

Liebes Forum-elle-Mitglied, Liebe Leserin, lieber Leser

Dies ist die letzte Ausgabe des Bulletins in meiner Verantwortung. Deshalb bedanke ich mich hier sehr herzlich für Ihre Treue und verabschiede mich von Ihnen.

Nach vier erfüllten Jahren als Zentralpräsidentin von Forum elle gebe ich das Amt an der Delegiertenversammlung vom 10. Mai 2016 in neue Hände. Es freut mich sehr, dass wir Beatrice Richard-Ruf für diese Aufgabe gewinnen konnten. Die zweifache Mutter tritt im Herbst 2016 als Gemeindepräsidentin von Stans NW ab und freut sich – ihre Wahl vorausgesetzt –, als Präsidentin von Forum elle für Sie da zu sein.

Bitte unterstützen Sie Beatrice Richard-Ruf so, wie Sie mich unterstützt haben: mit Anregungen, konstruktiver Kritik, Lob und Tadel. So bringen wir das Forum elle gemeinsam weiter.

Mit besten Wünschen
Ihre Esther Girsberger



Esther Girsberger
Zentralpräsidentin
esther.girsberger@forum-elle.ch
www.forum-elle.ch

Inhalt

02 *Forum*
Aus den Sektionen.
Adressen/Impressum

05 **Gesprächsstoff**
David Bosshart vom GDI
Gottlieb Duttweiler Institute
über die Zukunft des Alters.

09 *Porträt*
Cornelia Hürzeler von
vitamin B, Fachstelle für
Vereinsarbeit.



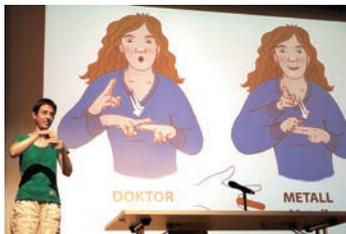
12 *Reportage*
Generationen-Jass in der
Schule Bronschhofen.

16 *Thema*
Seraina Rohrer, Direktorin
der Solothurner Filmtage,
über die Freude am Kino.

Sektion Basel

Gehörlose sind Augenmenschen

Die gehörlose Autorin Marina Ribeaud hat vor zehn Jahren ihren Verlag Fingershop in Allschwil aufgebaut und bringt auch Hörenden in Vorträgen die Gebärdensprache näher. Die Sektion Basel lud sie zu einem Nachmittag unter dem Motto «Gebärdensprache als Weg aus der Sprachlosigkeit» ein. Die Teilnehmerinnen erlebten einen hochinteressanten Vortrag. Es war mäuschenstill im Saal, und alle versuchten mit den eigenen Fingern nachzueifern, was Marina Ribeaud erklärte. Eine Gebärdensprachdolmetscherin stand zur Verfügung und vermittelte. Der Vortrag war nicht nur spannend, sondern weckte auch mehr Verständnis für gehörlose Menschen.



Tour de Suisse

Sektion Vaud

Ein Nuklearlabor, eine Destilliererei und eine Holzschuhmacherei

Drei aussergewöhnliche Einblicke bot die Sektion Waadt ihren Mitgliedern im Mai. Vor dem Hintergrund der Diskussionen um Atomkraftwerke organisierte sie einen Besuch im Felslabor Mont Terri in St. Ursanne, um die Kernenergie besser zu verstehen und mehr über die Frage der Lagerung radioaktiver Abfälle zu erfahren. Die Teilnehmerinnen schlugen danach vor, 2016 auch noch ein Kernkraftwerk zu besuchen. Das Besucherzentrum des Mont Terri ist im Internet leicht zu finden und eine Reise wert. Als Kontrastprogramm besuchten die Waadtländerinnen anschliessend in zwei Gruppen in der Ortschaft Cornol die letzte Holzschuhmacherei der Schweiz bzw. eine Destilliererei/Brennerei, um Neues zu erfahren und zu lernen.

Sektion Schaffhausen

Im richtigen Film

Insgesamt 110 Gäste folgten im November der Einladung der Sektion Schaffhausen zu einem Filmnachmittag. Gezeigt wurde «Drei Mann in einem Boot» mit Heinz Erhardt, Hans-Joachim Kulenkampff und Walter Giller. Die drei machen Ferien am Bodensee und kaufen zusammen ein Boot, um den Frauen zu entfliehen. Auf ihrem Weg Richtung Amsterdam sieht man Schaffhausen mit dem Munot und der Schifflände, den Rheinfall und auch Stein am Rhein. In der Pause wartete eine Überraschung: Zwei verschiedene Glacé-Sorten und selber gemachtes Popcorn wurden mit Bauchladen und Spitzenhäubchen an die Frau gebracht.



Glacé-Sorten selbst gemacht.



Eindrücklich: die Arbeit in der letzten Schweizer Holzschuhmacherei.

Sektion Oberwallis

Reise zum Berg der Berge

2015 wurde im Wallis das Jubiläum «150 Jahre Erstbesteigung des Matterhorns» gefeiert. Und die Sektion Oberwallis war natürlich in Zermatt dabei. An insgesamt drei Tagen mit je 32 Teilnehmerinnen erwiesen sie dem berühmtesten Berg der Schweiz, dem «Horn», die Ehre. Zuerst ging es mit der Matterhorn Gotthard Bahn (MGB) nach Zermatt, nach einer kleinen Stärkung zu Fuss über den «AHV-Weg» vorbei an Lärchen und Arven bis ins Grandhotel Zermatterhof zum Mittagessen. Am Nachmittag durfte der Besuch im Matterhornmuseum nicht fehlen. Und zum krönenden Abschluss gab es um 17.30 Uhr einen inszenierten «Dorfgrundgang Erstbesteigung Matterhorn 1865», eine etwas andere Führung durch Zermatt mit kostümierten Theaterveranstaltern.



Sektion Fribourg

Eine Orgel von Weltruf

An einem sonnigen Novembertag haben sich 62 Mitglieder der Sektion Fribourg mit der prächtigen Orgel von Aloys Moser in der Kathedrale St. Nicolas in Fribourg befasst. 1834 hat Moser die Orgel der Kathedrale fertiggestellt, und schon nach kurzer Zeit galt sie als die Sehenswürdigkeit der Stadt. Bruckner und Liszt kamen ihretwegen nach Freiburg. Die Orgel hat eine berühmte Geschichte: In den 1820er-Jahren habe der Blitz in den Kirchturm eingeschlagen und die alte Orgel zerstört. So habe Aloys Moser, der gleich um die Ecke wohnte, den Auftrag erhalten, ein neues Instrument zu bauen. Die Orgel mit über 60 klingenden Registern, verteilt auf vier Manuale und Pedal, verhalf ihm zu Weltruf. Registermässig galt die Orgel damals als das grösste Instrument der Schweiz. Drei bis vier Mal pro Jahr wird die Orgel gestimmt, und alle 20 bis 30 Jahre werden die Pfeifen von Staub befreit. Die letzte grosse Reinigung fand 2010 statt und kostete rund 150 000 Franken. Der Staat ist Besitzer, und die Pfarrei muss für den Unterhalt aufkommen.



Kathedrale St. Nicolas in Fribourg.

Sektion Zürich

Twannbachschlucht: wie im Märchen

Unter Leitung von Elisabeth Schönbächler wanderten 18 Mitglieder der Sektion Zürich im September von Magglingen aus auf ebenen Pfaden bis zum Eingang der Twannbachschlucht. Vor dem Abstieg kehrten sie im Glatateler Zünd ein, wo sowohl der Gaumen wie die Augen verwöhnt wurden. Auch die Twannbachschlucht ist ein Erlebnis: Sie wirkt wie ein Märchenwald mit ihren vermoosten Steinen und Bäumen, mit ihren engen und hohen Passagen.

Impressum

Herausgeberin: Forum elle, www.forum-elle.ch, nicht statutarisches Organ der Migros, parteipolitisch ungebunden und konfessionell neutral. **Text und Redaktion:** Christine Loriol, www.christineloriol.ch.

Layout und Druck: LD Media, Spreitenbach.



*Gutes Fleisch ist
Vertrauenssache*



Unternehmen der
MINDUSTRIE

Wie wir in Zukunft älter werden

Wir werden alle immer älter. Doch wie werden die alten Menschen morgen leben? Das GDI Gottlieb Duttweiler Institute hat unter dem Titel «Digital Ageing» («Digitales Altern») vier Szenarien entwickelt, mit denen die Gesellschaft auf die Herausforderungen des demografischen Wandels reagieren könnte. GDI-Direktor David Bosshart im Gespräch.

David Bosshart: Sie sagen, die Grenzen des Alters werden sich auflösen. Wie meinen Sie das?

Wir leben mit starren Vorstellungen von Altersphasen, die sich über viele Generationen entwickelt haben. Sie haben sich in der industriellen Welt zu Vorurteilen verfestigt: Man ist erst jung und fit, dann intensiv im Erwerbsleben, und schliesslich findet man sich im Lebensabend wieder, ist pensioniert, alt und gebrechlich. Das schliesst häufig ein: unproduktiv und schwach, abhängig und schrumpelig, ein Kostenfaktor, eine Bürde für die Gesellschaft. Diese Klischees stimmen schon lange nicht mehr.

Und warum lösen sich die Grenzen des Alters auf?

Weil heute ein 60-jähriger, ja ein 70-jähriger Mensch noch ein recht langes, fittes und gesundes Leben vor sich hat, weil er noch einmal Neues lernt und weil er immer noch produktiv sein kann. Das Alter 60 ist tatsächlich eine mentale Schwelle, aber ist diese Schwelle einmal überschritten, kommen existentielle Fragen neuer Art auf. Warum? Weil die gesellschaftlichen Konventionen viel lockerer und die Chancen für aktive Menschen ungleich viel grösser sind als noch vor 20 oder 30 Jahren. Die neuen Alten rebellieren, sie gehen wieder zur Schule, arbeiten in Projekten weiter und sind gesellschaftlich integriert. – Die Schweiz hat übrigens die gesündesten alten Menschen Europas.

GDI

Das GDI Gottlieb Duttweiler Institute ist ein unabhängiger europäischer Think-Tank für Handel, Wirtschaft und Gesellschaft, gegründet 1962 von Gottlieb Duttweiler. Das GDI untersucht Megatrends und Gegentrends und entwickelt Zukunftsszenarien. Die Erkenntnisse werden publiziert und diskutiert.

Dr. David Bosshart ist seit 1999 CEO des GDI. Er ist Autor und ein gefragter mehrsprachiger Referent. Die GDI-Studie «Digital Ageing» ist auf der Website gdi.ch zu finden.

Welchen Einfluss haben die neue Technologien?

Er wird immer grösser. Richtig eingesetzt hilft die moderne Technologie enorm, selbstbestimmt älter zu werden. Wir sind erst am Anfang eines Lernprozesses. Wir können uns täglich datenbasierte Gesundheitschecks leisten, unseren Alltag besser planen, Ausgaben besser kontrollieren, die Kommunikation mit Angehörigen und Freunden vereinfachen – all das verbessert die Lebensqualität und macht Lust auf Veränderungen.

Wohin wird das führen?

Das weiss niemand. Daher ist es um so wichtiger, sich rechtzeitig Gedanken zur eigenen Zukunft zu machen. Leider schieben die meisten diese Fragen immer wieder vor sich her. Das gilt nicht nur für die Jüngeren, auch 55-Jährige machen sich wenig Gedanken darüber, wie sie ihre Zukunft verbringen wollen. Wir sind natürlich sehr verwöhnt und vergessen: Der Staat kann nicht immer mehr Kosten übernehmen und alle exotischen Bedürfnisse befriedigen. Dass Menschen daher selbständiger werden, selbst entscheiden lernen und die Verantwortung dafür tragen, ist für das Glück immer wichtiger. Je älter man wird, desto mehr wird uns das bewusst.

Das GDI hat vier Szenarien entwickelt, mit denen die Gesellschaft auf die Herausforderungen des demografischen Wandels reagieren könnte. Welche?

Wir haben zwei Achsen definiert: Wachstum und Veränderungsbereitschaft im Alter sowie Umgang mit neuen Technologien. Einerseits: Wenn man älter wird, will man mehr bewahren. Was man gerne gemacht hat im Leben, soll

weiterhin möglich sein. Die Mehrheit der Befragten will aber im Alter auch neue Wege gehen und wachsen. Während konservative Menschen sich aus dem Arbeitsleben zurückziehen, die Rente geniessen und zwischendurch die Betreuung der Enkel übernehmen, gehen diejenigen, die sich nicht an das biologi-

«Fast alle fühlen sich jünger als ihr biologisches Alter. Und das verstärkt sich im Alter sogar noch.»

sche Alter halten wollen, nochmals zur Schule, arbeiten Teilzeit und erobern «fremde Planeten». Andererseits: Technologie kann auch proaktiv oder defensiv genutzt werden. Wir haben die Lebensweisen der vier Alterstypen so beschrieben: *Conservative Ager* (wenig Technologie, Bewahrung statt Wachstum), *Predictive Ager* (viel Technologie, die seine Gesundheit unterstützt, aber konservativ), *Rebel Ager* (Technologie, wo sie Lebensstil-Ziele verbessert, Neustart im Alter) und *Ageless Ager* (viel Technologie und viel Wachstum – man erfindet sich permanent neu).

Was bedeutet es, wenn die Lebensphasen weniger getrennt sind und wir nicht mehr altersmässig leben?

Etwa, dass es schwieriger wird, in der Öffentlichkeit zwischen Mutter, Tochter und Grossmutter zu unterscheiden. Eine produktive Gesellschaft kann sich aber dadurch regenerieren, wenn sie lernt, alte Klischees preiszugeben.

**«75 ist das neue 65» war neulich in einem Magazin zu lesen. Stimmen Sie zu?**

Die extremere Vision lautet: 100 ist das neue 60. Wir haben in unseren Studien herausgefunden, dass sich nach 40 eine Schere auftut: Praktisch alle Menschen fühlen sich jünger als ihr biologisches Alter. Das verstärkt sich mit zunehmendem Alter sogar noch. So fühlen sich die 60–70-Jährigen in der Schweiz 12 Jahre jünger, die 70–80-Jährigen 16 Jahre jünger, Männer sogar 18,5 Jahre jünger. Kein Einziger der Befragten 70- bis 80-Jährigen fühlte sich älter als sein biologisches Alter.

Wird sich auch unsere Haltung gegenüber dem Sterben und dem Tod ändern?

Ja, auf jeden Fall. Die Sterblichkeit bleibt das, was uns alle gleich macht. Aber der Wunsch und die Möglichkeiten, den Tod hinauszuzögern, nehmen mit den immer prä-

ziseren und intelligenteren Technologien stetig zu.

Wie reagiert die Wirtschaft auf Ihre Befunde?

Bislang immer noch viel zu zögerlich. Man weiss, dass sich fast alles ändern wird, aber der Mut zu neuen Programmen und Ideen fehlt.

Und wie sollten Wirtschaft und Politik reagieren?

Schön wäre es, sie würden sich auch mit der Zukunft beschäftigen und nicht nur in der Tagespolitik versinken. Lernen durch Experimente, Vorbilder abgeben, damit man den Menschen das Umfeld erleichtert, sich selbst zu ändern.

Und wir Gewöhnlichen: Müssen wir das Alter neu denken?

Gibt es denn etwas anderes als gewöhnliche Menschen und solche, die nur behaupten, etwas anderes zu sein?

Migros-Marken treffen den Schweizer Geschmack.



Michael Erismann,
Projektleiter Frey



Frey Tourist Schokolade.
Eines von rund 10'000
Produkten, die wir für
den Schweizer Geschmack
herstellen. Denn was uns
am Herzen liegt, machen
wir selber.

MIGROS
Ein **M** einzigartiger.

VON UNS.
VON HIER.



www.vonuns-vonhier.ch

Die grosse Liebe zum Verein

Seit 15 Jahren engagiert sich vitamin B für Vereine in der Schweiz. Cornelia Hürzeler hat vitamin B sozusagen erfunden und ist immer noch Feuer und Flamme. Eine Begegnung.

Cornelia Hürzeler hat schon immer interessiert, wie die Welt funktioniert und wie die Menschen ticken: «Ich will wissen, was sich wie verändert, wie gesellschaftliche Prozesse ablaufen, wie die Menschen darauf reagieren und wo darin die Chancen liegen.» Seit 19 Jahren arbeitet Cornelia Hürzeler beim Migros-Kulturprozent. Damit hat sie offensichtlich einen Volltreffer gelandet. Denn sie war zuerst Primarlehrerin und hat danach Soziologie sowie Sozial- und Wirtschaftsgeschichte studiert. Sie genießt in ihrer Arbeit einen grossen Gestaltungsspielraum. Das Zusammenspiel von Staat, Markt und Gesellschaft komme in ihren Aufgaben wunderbar zur Geltung – auch ganz konkret im Berufsalltag: «Wenn ich für ein Projekt mit anderen Trägern und Beteiligten an einem Tisch sitze, können wir vom Migros-Kulturprozent aus wertvolle



vitamin B

vitamin B unterstützt Vereine mit Beratung, Information und Weiterbildung. Die Angebote wurden seit 2000 vom Migros-Kulturprozent entwickelt und durchgeführt. Seit 13 Jahren steht eine Fachstelle zur Verfügung. Die Angebote stehen allen gemeinnützigen Vereinen und Organisationen offen, die sich für eine demokratische und solidarische Entwicklung unserer Gesellschaft einsetzen.

www.vitaminb.ch

Cornelia Hürzeler

Cornelia Hürzeler (54) ist Projektleiterin in der Direktion Kultur und Soziales beim Migros-Kulturprozent. Die Soziologin ist verheiratet und Mutter zweier Kinder. Sie lebt mit ihrer Familie in Zürich. Sie hat vitamin B ins Leben gerufen und entwickelt.

Beiträge leisten, weil wir unabhängig sind.»

Als Projektleiterin Soziales beim Migros-Kulturprozent hat sie vor 15 Jahren im Rahmen ihres Auftrages vitamin B ins Leben gerufen, die heutige Fachstelle für Vereinsarbeit. «Vereine sind grossartig!» Das ist immer ihr wichtigster Satz, davon ist sie nach wie vor überzeugt und begeistert. vitamin B ist eine Erfolgsgeschichte. In 15 Jahren wurden rund 5000 Beratungen durchgeführt, 250 Weiterbildungen angeboten und in Seminaren rund 5000 Teilnehmende begrüsst.

Cornelia Hürzeler liebt das Thema wie eh und je: «Die Freiwilligen- und Vereinsarbeit macht den Kern der Schweiz aus. Unzählige Menschen engagieren sich in ebenso unzähligen Stunden in ihrer Freizeit. In der Kultur, im Sport, für soziale Themen.» Und absolut zeitgemäss sei der Verein sowieso: «Er ist eine einfache Organisationsform für alle, die gemeinsam etwas auf die Beine stellen wollen. Es gibt nichts Praktischeres.» Die Freiwilligenarbeit, so ist Cornelia Hürzeler überzeugt, sei unabdingbar für die gesellschaftliche Entwicklung der Schweiz. Die Vereinslandschaft ist so vielfältig wie die Menschen. «Wir sind froh, dass es die Vereine gibt.»

Pinguine zählen in der Antarktis

Die Begeisterung für Menschen, die sich gemeinsam und freiwillig für eine Sache einsetzen, passt gut zu Cornelia Hürzeler. Sie lebt mit ihrer Familie in einem Haus mit Garten in Zürich. Dort fotografiert und beobachtet sie Tiere mit ihrer Wildtierkamera. «Etwas vom Schönsten ist ja, wenn ich beim Morgenkaffee nachsehe, ob die Kamera einen Dachs erwischte hat. Oder eine Igelfamilie!» Selbstverständlich hat sie

vor ihrem privaten Büroplatz eine «Vogellandepiste», ein Futterbrett, installiert. Cornelia Hürzeler ist beim Zürcher Verein Stadtwildtiere als offizielle Beobachterin eingetragen; manchmal beobachtet sie Bartgeier im Engadin, und in ruhigen Stunden sitzt sie am Computer und zählt Pinguine in der Antarktis:

«Der Verein ist eine einfache Form der Organisation, um gemeinsam etwas auf die Beine zu stellen. Und es gibt doch nichts Praktischeres.»

«Das ist Citizen Science, Wissenschaft unter Beteiligung von Bürgerinnen und Bürgern. Viele wissenschaftliche Projekte wären anders gar nicht durchführbar.» Das Pinguin-Zählen funktioniert so: Fotos aus der Antarktis werden auf eine Website geladen. Registrierte Beobachtende laden sie herunter und zählen die Pinguine mittels Anklicken. Jedes Bild wird drei Beobachtenden gezeigt, um eine sichere Wertung zu bekommen.

Es gibt in der Schweiz rund 100000 Vereine. Auch wenn Vereine sich auflösen, kommen jedes Jahr neue dazu. Cornelia Hürzeler: «Es gibt kein Vereinssterben. Die Vereinslandschaft ist lebendig und in Bewegung.» vitamin B berät auch viele junge Menschen und Jugendliche: «Sie interessieren sich weniger für die Vereinszugehörigkeit, aber für ein Thema, das sie begeistert. Viele Junge engagieren sich. Sie



organisieren einen Anlass oder ein Konzert und wissen gar nicht, dass sie damit Freiwilligenarbeit leisten.» Den Verein gründen sie, wenn sie merken, dass es einfacher ist, ein Ziel damit weiterzuverfolgen. Die Rechtsform Verein erleichtert vieles, etwa wenn es um Haftungsfragen geht. Vorstandsarbeit ist auch Weiterbildung. Cornelia Hürzeler: «Man kann sich dabei Kompetenzen aneignen und sich bewähren.»

Genau darauf zielte auch die ursprüngliche Idee von vitamin B: Menschen, die sich freiwillig engagieren, Fachwissen zur Verfügung zu stellen, sie zu beraten und sie weiterzubilden. Heute bietet vitamin B nicht nur Workshops und Seminare an, sondern stellt auch Arbeitshilfen zur Vereinsgründung und Themendossiers im Internet zur Verfügung.

Diese Art der Unterstützung war vor 15 Jahren neu, und sie ist immer noch einzigartig. Vereinsvorstände werden mit Angeboten gestärkt, die hohe fachliche Standards erfüllen.



Die Themen reichen vom Leiten der Generalversammlung über das Verfassen des Jahresberichtes bis zur Konfliktbewältigung oder dem Auftreiben von Mitteln.

Gibt es im Leben von Cornelia Hürzeler auch Dinge, die sie nicht für andere oder mit anderen tut? «Ich setze mich gerne hin und lese leidenschaftlich gerne Krimis. Ich sage nur: Fred Vargas und ihr Kommissar Adamsberg aus Paris! Die Geschichten sind einfach grossartig und immer leicht schräg.»



Jass-Turnier mit verschiedenen Generationen.

Jassen kann glücklich machen

Wenn Jung und Alt zu viert an einem Tisch sitzen und sich jassend vergnügen, dann ist die Chance gross, dass die Beteiligten aus der Ostschweiz kommen und an einem Generationen-Jass teilnehmen. Gespielt wird an Turnieren und sogar in der Schule. Ein Besuch bei der Sekundarklasse 1sa der Oberstufe Bronschhofen bei Wil.

In der Oberstufe Bronschhofen bei Wil SG beginnt das neue Jahr gut gelaunt: Die Morgensonne grüsst herzlich, der Hauswart fragt nett, ob er helfen kann, im Lehrerzimmer wird Kaffee und ganz unkompliziert das Du angeboten. Ursula, Heinz und Otto nehmen auf einem Sofa Platz. Andrea reicht Gipfeli, Natalie freut sich. Nach der Pause gehen sie gemeinsam zur Klasse 1sa. Dort sitzen die Schülerinnen und Schüler zu viert an ihren Pulten. Jedes Kind hat auf ein weisses Schildchen seinen Vornamen geschrieben. Dann geht es los. Klassenlehrerin Andrea Heuberger bittet die Gäste, sich vorzustellen: «Ich bin Otto Wieland aus Frauenfeld und vermutlich hier der Älteste.

Ich habe schon 67 Jahre Jass-Praxis und jasse immer noch einmal pro Woche, gerne auch mit meinen vier Grosskindern.» Ursula Wanner ist ebenfalls pensioniert: «Mir ist es wichtig, Euch die Freude am Jassen zu vermitteln.» Heinz Dätwyler, war Lehrer, hat sieben Patenkinder und sagt: «Es ist schön, im Alter gebraucht zu werden.» Alle sehen, dass er sich auf die kommenden Stunden mit der 1sa richtig freut.

Alle drei sind gefragte Spielpartner und Begleiter. Der Generationen-Jass ist eine Idee von Natalie Brägger. Sie ist Projektleiterin Kommunikation/Kulturprozent in der Migros Ostschweiz und hatte die Aufgabe, ein Generationenprojekt zu entwickeln. «Ich habe als Kind



oekom Rating 2015:

Die Migros ist die nachhaltigste Detailhändlerin der Welt.

Wir versprechen Giosua, unser Sortiment für Allergiker um 30% zu vergrössern.

Bis Ende 2016 führen wir laufend neue Produkte ohne Laktose, Gluten und andere Unverträglichkeitsauslöser ein.

Mehr auf generation-m.ch

GENERATION M

MIGROS

Ein M besser.

Unsere Allergiker-Produkte sind in ausgewählten Migros-Filialen und bei LeShop.ch erhältlich.

mit meinen Grosseltern jassen gelernt», erzählt sie. «Ich verbinde damit schöne Erinnerungen an gute Stunden.»

Mit dem Generationen-Jass vermittelt das Migros-Kulturprozent erfahrene Jasserinnen und Jasser an interessierte Lehrpersonen. Sie stehen als Unterstützung im Unterricht zur Verfügung und helfen, Kinder und Jugendliche ins Schieberjassen einzuführen.

«Tschau Sepp» zum Üben

Ursula Wanner, Otto Wieland und Heinz Dätwyler, die nun vor der Klasse 1sa in Bronschhofen stehen, gehören zu diesem Pool. Die Klasse von Andrea Heuberger hat sich auf diesen Morgen vorbereitet: Sie haben die Karten und Regeln besprochen, mussten auf diese Lektion die Dokumentation dazu noch einmal durchlesen, und sie haben am Vortag mit dem Kartenspiel «Tschau Sepp» bereits erste Erfahrungen gemacht. Sechs Kinder der 1sa können bereits jassen. Sie bekommen die Verantwortung für einen Tisch mit drei Gspänli. An einen Tisch setzt sich Heinz Dätwyler zu drei Kindern. Otto Wieland und Ursula Wanner zirkulieren als Coach. Lehrerin Andrea Heuberger und Projektleiterin Natalie Brägger beobachten, wo Hilfe gefragt ist.

Sogar die Reporterin lässt sich von der Atmosphäre anstecken und bleibt am Tisch von Etienne, Larissa, Pascal und Yeshe stehen. Etienne ist der Jasser in dieser Runde. Die erste Runde wird mit offenen Karten gejasst. Etienne erklärt, Larissa findet sich rasch zurecht, Pascal kämpft mit dem Sortieren und Halten der Karten, Yeshe sagt nicht viel, beobachtet aber sehr konzentriert. Die Mitschülerinnen und Mitschüler sind aus der Wahrnehmung aus-

geblendet. Gesprochen wird in Zimmerlautstärke oder im Flüsterton. Dreimal zwei solche Jass-Lektionen finden im Januar statt, und zwar in allen drei Klassen der ersten Oberstufe Bronschhofen. Ziel ist das gemeinsame Winterlager Ende Januar.

Wertvolle Schulstunden

Nach vier Runden braucht es eine Pause, frische Luft im Schulzimmer und etwas Bewegung. Die Klassenlehrerin nimmt sich nebenan kurz Zeit für ein Gespräch. Andrea Heuberger ist selber eine begeisterte Jasserin, sie hat als Kind mit ihrem Vater jeden Abend zu zweit eine Viertelstunde gejasst.

«Das Lernen darf ja auch Freude machen. Das ist mir wichtig.»

Andrea Heuberger,
Klassenlehrerin 1sa Bronschhofen

Die Generationen-Jass-Idee hat sie sofort überzeugt. Die Zusammenarbeit mit den Generationen-Jassern findet sie wertvoll: «Mit dem Jassen als Unterrichtsthema werden die Kinder auf verschiedenen Ebenen gefordert: Konzentration, Denken, Kommunikation, aber auch Integration, Kopfrechnen, Motorik, und Motivation.» Die Unterrichtszeit sei alles andere als verschenkt oder nur ein Plausch. Andrea Heuberger: «Lernen darf auch Freude machen. Das ist mir wichtig. In diesen Lektionen wird viel gelernt. Dafür gebe ich auch gerne die eine oder andere Sprachlektion her. Diese holen wir während des Semesters schon wieder auf.»

Generationen-Jass

Der Generationen-Jass ist ein Projekt der Migros Ostschweiz mit dem Migros-Kulturprozent. Es verbindet ältere und jüngere Menschen im Spiel. Alles Wichtige ist auf der Website zu finden. Jasserinnen und Jassern aus anderen Regionen oder Sektionen, die sich von der Ostschweiz anstecken lassen wollen, ist Natalie Brägger gerne mit Tipps behilflich. Die nächsten Turniere sind im Herbst 2016. Die Schulprojekte finden das ganze Jahr hindurch statt.

www.generationen-jass.ch

Das Filmfestival als Erlebnis für alle

Am 18. März werden in Zürich die Schweizer Filmpreise verliehen. Grund genug, über Kino, Film und Filmfestivals zu reden – mit Seraina Rohrer, Direktorin der Solothurner Filmtage.

Solothurn, Zürich, Baden, Winterthur, Bern, Nyon, Neuchâtel, Fribourg, Genf, Lausanne, Bellinzona, Locarno. Und das ist bei weitem noch nicht alles. Filmfestivals erfreuen sich in der Schweiz grosser Beliebtheit. Das betrifft nicht nur die traditionellen, wichtigen oder internationalen wie die Solothurner Filmtage oder das Filmfestival in Locarno. Oder das zwar noch junge, aber grosse Zurich Filmfestival ZFF. Es gibt Filmfestivals in verschiedensten Städten, mit verschiedensten Ausrichtungen: Spielfilm, Schweizer Film, Dokumentarfilm, Kurzfilm, Animationsfilm, Jugendfilm – die Liste wäre noch viel länger. Hinzu kommen grosse, kleine und kleinste Sommer- und Openair-Kino-Veranstaltungen, am See, im Quartier, auf dem Berg, in der Altstadt. Und das Publikum liebt sie offensichtlich.

Die Schweizer Filmfestivals andererseits bieten vielen Filmen zusätzliche Chancen. Filmfestivals sind günstige Gelegenheiten für Entdeckungsfreudige. Das Rezept ist eigentlich ganz einfach: das

jeweilige Programm im Internet anschauen, sich für einen Tag – wenn das Festival in der Nähe ist – oder für einen kleinen Ausflug mit Übernachtung entscheiden, hingehen, aufs Geratewohl ausprobieren und danach bereichert und beglückt nach Hause gehen. Die Solothurner Filmtage finden immer Ende Januar statt, das Dokumentarfilmfestival «Visions du Réel» in Nyon Ende April, Locarno ist im August, um nur drei Beispiele zu nennen.

Begegnung und Austausch

Seraina Rohrer, Direktorin der Solothurner Filmtage, die dieses Jahr bereits zum 51. Mal stattfinden: «Bei uns steht, neben dem Programm natürlich, auch die Begegnung mit anderen Menschen und mit den Filmschaffenden im Vordergrund. Die Möglichkeit, sich auszutauschen, ist zentral. Sei es im Saal nach der Vorführung, an öffentlichen Diskussionen oder einfach an einer Bar oder in einer Beiz.» Man muss übrigens nichts von Film verstehen, um sich an einem Festival vergnügen zu können. «Maximal

ein Drittel unserer Tickets werden in den Vorverkauf gegeben. Alle anderen Angebote sind bewusst so konzipiert, dass man sich auch einfach durch einen Festivaltag treiben lassen kann.» Und: Warum nicht einmal an einem einzigen Tag nicht nur einen, sondern zwei oder sogar drei Filme sehen? Oder, statt nur am Abend ins Kino zu gehen, schon einmal morgens um 10 Uhr einen Film schauen? Oder am Nachmittag? Wer es ausprobiert, merkt sofort: Sobald es im Kino dunkel und auf der Leinwand hell wird, steht die Türe in eine andere Welt offen. Zu jeder Tageszeit.

Wer ins Kino geht und wer nicht

Seraina Rohrer sagt, der Film bzw. das Filmfestival ziehe vor allem auch reifere Generationen an, und verweist auf die Publikumsbefragungen der Solothurner Filmtage: «Die Jungen gehen gerne und häufig ins Kino, und Menschen über 50 ebenfalls. Eine Lücke haben wir vor allem bei den 30- bis 40-Jährigen. Ich nehme an, das liegt auch daran, dass die Leute in dieser Lebensphase häufig kleine Kinder haben. Diese Altersgruppe hat fürs Kino oder zum Besuch von Festivals zu wenig Zeit und oft auch zu wenig Energie.» Ähnlich sei die Situation beim Kinopublikum, sagt die Direktorin. «Bei uns in Solothurn ist die Altersgruppe 50plus sogar sehr stark vertreten. Mit einer Mehrheit an Frauen übrigens.»

Allerdings: Durch die Digitalisierung hat eine Veränderung der Programme stattgefunden. Seraina Rohrer: «Digitale Kopien sind viel billiger als die früheren analogen Kopien. Das heisst: Früher musste man für jeden Film eine strikte Planung machen. Zuerst ging ein Film in die grossen Städte, danach wur-



den Kopien in die Regionen geschickt, wo sie eine fixe Anzahl Wochen gezeigt wurden.» Heute entscheiden Kinos flexibler, wie lange ein Film gespielt wird. «Wenn es einem Schweizer Film nicht gelingt, schon am ersten Wochenende genug Eintritte zu erzielen, fällt er schnell wieder aus dem Programm.» Natürlich gibt es auch Kinos, die bewusst eine Diversität pflegen, aber auch sie brauchen genug Eintritte. «Und so gewinnt oft ein James Bond gegen einen Schweizer Film, auch wenn Letzterer noch so gut ist.» Das liegt, abgesehen von der Digitalisierung, auch an den viel kleineren Marketing-Budgets im Vergleich zu den grossen Hollywood-Produktionen. Kinos mit vielen kleineren Sälen bieten hier Abhilfe, weil sie eine grössere Anzahl Filme gleichzeitig und länger zeigen können. So etwa in Zürich in den Kinos Riffraff und Houdini. «Das kommt den Filmen zugute.»

Die «Woche der Nominierten»

Vom 14. bis 20. März, vor der Verleihung des Schweizer Filmpreises, werden in Zürich (Filmpodium) und Genf (Grütli) die Filme der Nominierten gezeigt. Der Eintritt kostet 5 Franken. Am Wochenende vom 19./20. März sind die Siegerfilme gratis zu sehen. Das Programm liegt bei der Zürcher bzw. Genfer Stadtverwaltung auf und ist im Internet zu finden.

In den meisten Vorführungen sind die Nominierten selber anwesend.

www.schweizer-filmpreis.ch unter Veranstaltungen.



Pflege, die Wirkung zeigt

DIE MIBELLE GROUP ENTWICKELT PRÄZIS AUF DIE BEDÜRFNISSE IN DEN MÄRKTEN ABGESTIMMTE PRODUKTE FÜR DIE GESICHTS- UND KÖRPERPFLEGE. STETS AUF DER GRUNDLAGE NEUESTER WISSENSCHAFTLICHER ERKENNTNISSE. UND IMMER MIT BLICK AUF DEN WANDEL BEI DEN SCHÖNHEITS-IDEALEN, AUF GESELLSCHAFTLICHE TRENDS, AUF VERÄNDERUNGEN IM VERBRAUCHERVERHALTEN.

Feines Haar besitzt weniger Haarsubstanz als dickes. Dadurch scheint es ihm an Fülle und Festigkeit zu fehlen, es ist weniger griffig und schwieriger in Form zu halten. Die leistungsstarke Formulierung von I am **Professional Full & Strong** mit PRO Boost System dringt schnell in die Haarstruktur ein und sorgt sofort für dickeres und griffigeres Haar. Erhältlich als:

Thickening Shampoo mit Phytokeratin für einen lebendigen Schwung, Geschmeidigkeit und sichtbar mehr Fülle und Substanz.

Strong Thickening Conditioner für Geschmeidigkeit und Kraft vom Ansatz bis in die Spitzen.

Thickening Serums als Finish ins halbtrockene oder trockene Haar eingearbeitet und gleichmässig in den Haarlängen verteilt für eine Verdickung des Haardurchmessers und mehr Fülle vom Ansatz bis in die Spitzen.

Diese und weitere Produkte von I am finden Sie in der Migros.

www.mibellegroup.com



Künstlerresidenz im Jura

Arc Romainmôtier



Letztes Jahr feierte die Künstlerresidenz Arc in Romainmôtier ihre Neu- bzw. Wiedereröffnung nach einem Umbau. Das Arc gehört seit 1981 zum Migros-Kulturprozent. Nicht nur der malerische Ort im Waadtländer Jura, sondern auch das Arc sind eine Reise wert. Denn es bietet auch eine Reihe von Veranstaltungen für die interessierte Öffentlichkeit an: Konzerte, Diskussionen, Präsentationen durch die Künstlerinnen und Künstler, ein Tag der offenen Tür sowie Essen und Apéros.

www.arc-artistresidency.ch

Studie zu Pflege und Betreuung

Unter Druck

Was ist ein gutes Leben im hohen Alter? Die «GrossmütterRevolution» hat dazu die Studie «Care-Arbeit unter Druck» veröffentlicht. Die Gruppe der Hochaltrigen wächst, vom vierten Lebensalter ist die Rede. Die Autorinnen Elisabeth Ryter und Marie-Louise Barben zeigen in ihrer Studie nicht nur die Herausforderun-

Gut zu wissen

Zahl

25

«Wenn Frauen will, steht alles still», hiess das

Motto: Am 14.

Juni 1991 war Frauenstreik.

Rund eine halbe Million Frauen legten ihre Arbeit an diesem Tag nieder.

Schon zehn Jahre alt war damals der Verfassungsartikel

«Gleiche Rechte für Mann und Frau». Aber viele Frauen waren mit dessen zögerlicher Umsetzung nicht zufrieden und machten ihrem Unmut lautstark und teilweise ausgesprochen fantasievoll und kreativ Luft.

Neue Hängebrücke im Tessin

Carasc

Das Tessin hat eine neue Attraktion, die von der Curzütt-S. Barnàrd-Stiftung gebaute tibetische Hängebrücke über das Val Sementina. Sie ist 270 m lang und rund 50 Tonnen schwer. Die «Carasc» überbrückt das unwegsame Tal zwischen Monte Carasso und Sementina. Sie ermöglicht Wanderungen in einer historisch, landschaftlich und gastronomisch reichen Gegend. Auf einer Höhe von 696 m befestigt, erhebt sich die Brücke im Mittelpunkt auf rund 130 m ab Boden. Der Brückensteg ist kaum einen Meter breit und aus Lärchenholz gefertigt. Das Überschreiten der Brücke ist eine einmalige Erfahrung.

www.curzutt.ch oder ticino.ch.





Mehr Futter für Ihr
Sparschwein.

Jetzt mit Mi-Fonds
ordentlich zulegen.

Machen Sie Ihr Sparschwein glücklich – mit dem Sparplan bereits ab 50 Franken.
Überzeugen Sie sich selbst auf migrosbank.ch/mifonds

MIGROSBANK

Es geht auch anders.