



Die Migros Wallis offerierte den Teilnehmerinnen der Forum-Elle-Tagung eine Tasche voller Produkte «Aus der Region. Für die Region.».

# Damenbesuch in Visp

Vieleitige Tagung des Zentralvorstands und der Präsidentinnen des **Forum Elle**.

**Text und Bilder:** Ursi Stoffel

**D**ie Präsidentinnen des Forum Elle und der Zentralvorstand trafen sich zweimal pro Jahr an den Präsidentinnenkonferenzen und einmal jährlich an einer zweitägigen Arbeitstagung, die dieses Jahr im Oberwallis, in Visp, stattfand. Nach Eintreffen der Präsidentinnen und des Zentralvorstands nahmen alle das Mittagessen im Migros-Restaurant in Visp ein. Dort wurde man mit einem feinen Essen und viel Gastfreundschaft verwöhnt.

Beim Dessert wurden den Präsidentinnen Geschenktaschen mit Produkten «Aus der Region. Für die Region.» überreicht, gestiftet von der Genossenschaft Migros Wallis.

## Einfache Tipps für gute Laune

Nach dem Mittagessen begrüßte Zentralpräsidentin Beatrice Richard-Ruf die Teilnehmerinnen und begann mit den Traktanden. Anschliessend führte Nadine Anthamatten, Humorcoach aus Naters, mit ihrem

Vortrag «Humorvoll durch den Alltag» durch den Nachmittag. Sie gab etliche Beispiele, wie man es schafft, die Welt mit mehr Humor zu nehmen und schlechte Laune zu verwandeln. Man könne zum Beispiel einfach einmal versuchen, etwas zu erzählen, während man einen Stift zwischen den Lippen hat – Lacher sind garantiert!

Den Tag liess man gemütlich in der Kellerei St. Jodern in Visperterminen ausklingen, mit einer Führung durch die Kellerei und mit einem Tärbiner Teller mit Walliserspezialitäten.

## Auftreten vor Publikum

Am zweiten Tag gab es einen Workshop mit Referentin Beatrice Zanella Fux zum Thema «Öffentliche Auftritte und Reden halten». Ein wichtiges Thema für die Präsidentinnen, die oft vor Publikum auftreten.

Nach dem Mittagessen kamen die Teilnehmerinnen noch ein letztes Mal zusammen, bevor es dann hiess: auf Wiedersehen, Oberwallis. **MM**



Coach Nadine Anthamatten animierte die Teilnehmerinnen, mit mehr Humor durch den Alltag zu gehen.

## Forum Elle

Forum Elle ist die **Frauenorganisation der Migros**. Engagierte Genossenschaftsrätinnen des Unternehmens riefen den Verein 1957 ins Leben, damals noch mit Unterstützung von Migros-Gründer Gottlieb Duttweiler. Heute zählt die Organisation rund 8500 Mitglieder, die schweizweit 16 Sektionen angehören. Forum Elle bietet seinen Mitgliedern eine Plattform, um ihr Netzwerk aufzubauen und zu pflegen. Die verschiedenen Sektionen organisieren jährlich zahlreiche Veranstaltungen.

Dank der Nähe zur Migros gehören dazu beispielsweise Einblicke hinter die Kulissen der M-Industriebetriebe oder Besuche bei regionalen Produzenten.