



Migros Valais a offert aux participantes un cabas «De la région.».

# Une visite instructive

Le 31 août, le Haut-Valais a eu l'honneur d'accueillir les présidentes des sections **Forum elle** de Suisse. Retour sur deux journées hautes en couleur.

Texte et photos: Ursula Stoffel

**L**es présidentes de Forum elle et le Comité central de l'organisation féminine de Migros se réunissent deux fois par an lors des conférences des présidentes et une troisième fois lors d'un atelier de deux jours. Ce dernier s'est déroulé cette année à Viège. Après l'arrivée des présidentes et du Comité central, tout le monde s'est réuni pour un repas au restaurant Migros de Viège. L'avis fut unanime: un excellent repas et une hospitalité dont seuls les Valaisans ont le secret. La fin du dîner fut marquée par la distribution de cabas de produits labellisés «De la région.», offerts par la coopérative Migros Valais.

**Les choses (presque) sérieuses**  
En début d'après-midi, la présidente centrale, Beatrice Richard-Ruf, a ouvert et mené la partie officielle, avant de céder la parole à Nadine Anthamatten. La coach en humour de Naters a proposé une conférence intitulée «L'humour dans la vie de tous les jours». Elle a notamment expliqué comment travail-

ler sur soi-même pour voir le monde avec un peu plus de rires et de sourires ou encore sur la manière de transformer la mauvaise humeur en énergie positive. Un exemple? Essayer d'expliquer quelque chose en tenant un crayon entre ses lèvres. Rires garantis!

La journée s'est terminée à la cave St. Jodern située à Visperterminen avec une visite guidée des locaux et une chaleureuse «Tärbiner Nacht» (du nom des habitants de Visperterminen).

## Parler en public

Le deuxième jour fut marqué par un atelier commun avec la conférencière Béatrice Zanella. Les participantes ont travaillé sur la thématique «Apparition en public et tenue d'un discours». Un sujet qui a assurément concerné les présidentes des sections Forum elle, régulièrement appelées à prendre la parole devant un auditoire. Après le repas de midi, les participantes se sont réunies une dernière fois, avant de prendre congé du Haut-Valais. **MM**



Avec Nadine Anthamatten, les participantes ont appris à prendre la vie du bon côté.

## Réservé aux femmes

**Forum elle est une plateforme** développée par des femmes pour des femmes afin de favoriser l'établissement de liens entre elles. L'organisation est sans attaches politiques ou confessionnelles. Elle a été créée en 1957 avec le soutien de Gottlieb Duttweiler sous le nom «Association suisse des coopératrices Migros». Elle est aujourd'hui formée de seize sections (deux en Valais) et compte environ 8500 membres.

## Forum elle met sur pied dans toute la Suisse

un large éventail de manifestations et activités à l'intention des femmes ouvertes aux évolutions qui se dessinent aujourd'hui au sein de notre société, cela du point de vue tant économique que culturel ou social. Forum elle se distingue d'autres organisations féminines dans la mesure où, parmi les thèmes de réflexion qu'elle propose, nombreux sont ceux se rapportant directement à Migros et abordant la problématique d'une consommation responsable. Au-delà de la préoccupation d'informer, ces rencontres revêtent également une dimension divertissante.