

Éditorial

2022

Chers membres du Forum elle, chère lectrice, cher lecteur! Votre Bulletin s'appelle désormais JOURNAL et a revêtu de nouveaux atours. Nous sommes ravies de vous retrouver sous cette nouvelle forme!

Parfois, les choses sont bien plus simples qu'on ne l'imagine. Nous voulions que le Bulletin Forum elle resserre encore ses liens avec Migros. De ce souhait est née une nouvelle collaboration, assortie d'une petite cure de jouvence. Plus d'informations à ce sujet en page 5.

Pour Christine Wiederkehr-Luther, le changement n'est pas un vain mot, mais un concept décisif: elle est la responsable du développement durable de la FCM. Vous découvrirez dans l'interview à partir de la page 6 de quelle manière Migros travaille aujourd'hui à son développement durable.

J'espère que vous prendrez le temps non seulement de lire votre nouveau Journal, mais aussi de nous faire part de vos réactions. Dans l'idéal par e-mail à info@forum-elle.ch ou par courrier au secrétariat central d'Aarau. Je vous souhaite une très bonne lecture!

Beatrice Richard-Ruf



Beatrice Richard-Ruf
Présidente centrale

beatrice.richard@forum-elle.ch

www.forum-elle.ch

02 Tour de Suisse
Rapports des sections



05 Du Bulletin au Journal
Ce qui change, ce qui reste

06 Parlons-en
Interview avec Christine Wiederkehr-Luther, responsable du développement durable à la FCM



12 Portrait
Claudia Canova, maire de Morbio Inferiore (TI)



18 Nouveau partenariat
Forum elle s'associe à Kneipp

Tour de Suisse

Section Vaud

Deux visites à l'opéra

**Deux après-midis de libre en novembre?
Une visite à l'Opéra de Lausanne s'impose!**

Inauguré en 1871, le bâtiment, qui accueille œuvres lyriques, ballets et concerts, a été rénové il y a dix ans. La section a d'abord jeté un coup d'œil dans les coulisses, puis assisté à une représentation du *Mariage de Figaro*. Celles et ceux qui n'ont pas pu se déplacer peuvent effectuer une visite virtuelle de tout l'édifice via le site web.

www.opera-lausanne.ch



Section Tessin

Le paradis du chocolat au bord du lac de Zurich



Les Tessinoises se sont rendues fin novembre sur les bords du lac de Zurich, à Kilchberg, pour visiter la Lindt Home of Chocolate, le nouveau musée du chocolat suisse. Elles y ont notamment découvert le nouveau bâtiment dessiné par les architectes Christ & Gantenbein. Ouvert en septembre 2020, il abrite, entre autres, une exposition multimédia et interactive sur une surface de 1500 m² et offre une vue directe sur la production. De son côté, le site web présente notamment la vision de la fondation et l'ensemble du processus de construction. Les architectes bâlois Christ & Gantenbein sont aussi à l'origine des extensions du Musée national de Zurich et du Musée d'art de Bâle, qui méritent également une visite.

www.lindt-home-of-chocolate.com/fr
www.christganteben.com

À votre propos

Vos reportages pour le Tour de Suisse

Chères sections, nous vous avons également réservé trois pages dans le nouveau Journal. Pour l'édition de septembre, nous avons besoin des textes et des photos avant la fin juin, pour l'édition de mars avant la mi-décembre. Merci d'envoyer le texte et les photos d'une ou de deux manifestations au maximum. Nous avons besoin d'un choix maximal de cinq photos. L'une des photos doit montrer des membres, que ce soit des portraits ou une belle photo de groupe. Veuillez les envoyer directement à notre rédactrice par e-mail. Merci!

schreiben@christineloriol.ch

Section Saint-Gall

Futuriste et grandiose



La nouvelle œuvre de l'architecte Riken Yamamoto s'appelle The Circle et constitue un véritable quartier à l'aéroport de Zurich. La visite officielle du Circle pour les groupes dure 90 minutes. Elle fournit des informations sur son architecture et ses locataires ainsi que sur ses installations techniques et son approvisionnement logistique. Sur une surface au sol de 30 000 m², 180 000 m² de surface utile ont été créés! La visite du Circle en octobre dernier a affiché complet et remporté un vif succès.

www.flughafen-zuerich.ch

Section Berne

Plaisir créatif

Esprit de Noël et esprits créatifs réunis sous un même toit. Un mois avant Noël, la section de Berne a organisé un atelier de création de cartes de vœux à l'École-club Migros de Wankdorf, animé par les membres Susanne Rime, Therese Zulliger et Barbara Suter. Au programme: concentration et plaisir. Les œuvres très individuelles qui ont vu le jour au cours de cet événement artistique ont certainement autant réjoui leurs destinataires que les créatrices.



Nous gérons le patrimoine de Laura issu de 43'268 menus.

La cheffe de cuisine travaille dur pour son capital.
Nous aussi.

banquemigros.ch/patrimoine

Maintenant
aussi en ligne
à partir de
CHF 5000

**BANQUE
MIGROS**





Roulement de tambour: voici le nouveau Journal Forum elle!

Ce qui change, ce qui reste

Le Bulletin Forum elle s'appelle désormais Journal Forum elle et a changé d'identité visuelle. Il se présentera dans un look «frais» au printemps et un look «chaud» en automne.

«Nous voulions que Forum elle dispose d'un meilleur ancrage dans Migros», explique Beatrice Richard-Ruf, présidente centrale. «Il est important pour nous d'appartenir à la famille de la FCM, nous avons donc cherché un rapprochement et examiné la possibilité de produire notre Bulletin au sein de Migros». Entre-temps, la nouvelle collaboration n'a pas seulement été décidée, elle a également été mise en œuvre pour la première fois.

Le Bulletin s'appelle désormais Journal Forum elle, afin de mieux refléter ses ambitions en matière de contenu. Il est produit au sein de la direction Communication et médias de la FCM, où ont également été élaborées les nouvelles propositions d'identité visuelle. L'univers chromatique de l'édition du mois de mars sera «frais» et «chaud» pour le journal de septembre. Beatrice



La grille de mise en page du nouveau Journal montre comment une page peut être utilisée.

Richard-Ruf: «Nous voulions profiter tout de suite de ce changement dans la collaboration et proposer quelque chose de nouveau à nos membres.»

L'étendue des thèmes et certaines rubriques centrales comme le Tour de Suisse et la grande interview restent par contre inchangées, à l'instar, bien sûr, du plaisir d'offrir aux membres de Forum elle des lectures intéressantes. Que pensez-vous du Journal Forum elle? Envoyez un e-mail à info@forum-elle.ch ou un courrier à notre secrétariat central! Nous sommes impatientes de connaître vos avis.

«Nous sommes très motivés pour mettre en œuvre nos objectifs climatiques au sein du Groupe Migros.»

Interview de Christine Wiederkehr-Luther, responsable du développement durable du Groupe Migros

Aujourd'hui, toute grande entreprise se doit d'investir dans la durabilité de sa gestion. Christine Wiederkehr-Luther, chargée du développement durable au sein du Groupe Migros, explique comment Migros agit en la matière.

Journal: Le développement durable est votre thème de prédilection et votre mission depuis de très nombreuses années. Qu'est-ce qui a changé durant tout ce temps?

Christine Wiederkehr-Luther: À mes débuts, la protection de l'environnement opérationnelle était prioritaire. Il s'agissait de savoir comment optimiser les transports et recycler les déchets, comment utiliser efficacement l'énergie ou comment concevoir des installations frigorifiques performantes. L'objectif était que le Groupe Migros atteigne l'excellence environnementale avec ses propres processus. Depuis quelques années, nous nous concentrons de plus en plus sur l'ensemble de la chaîne de création de valeur.

Et qu'est-ce que cela signifie?

Nous devons vivre le développement durable avec notre clientèle ainsi qu'avec nos fournisseurs. Ce qui commence dès la production. Il s'agit de promouvoir avec les fournisseurs la durabilité de leurs produits, puis d'entraîner la clientèle dans cette démarche et de la gagner à

Christine Wiederkehr-Luther avec le nouveau sac de collecte de plastique Migros, lancé en 2021 en Suisse centrale.



cette cause. C'est la seule façon de mettre en œuvre le développement durable de manière globale.

Pouvez-vous nous donner un exemple concret?

Le sirop de framboise! Auparavant, nous avons surtout veillé à réduire au maximum les distances de transport, à optimiser les processus de stockage et à générer le moins de déchets possible. Aujourd'hui, nous nous intéressons de plus près à l'origine des framboises, à l'impact de leur production sur le sol, à l'accès aux fournisseurs qui cultivent leurs fram-



Économique et écologique: les bouteilles en PET et les bouteilles en plastique sont collectées séparément dans les murs de recyclage des magasins Migros.

«Le thème du développement durable est désormais abordé par le top management des entreprises.»

boises de manière durable, à l'origine du sucre, au lieu et à la durabilité de sa production, à la transformation du sucre en Suisse et au lieu de production du sirop. En outre, nous voulons savoir comment les processus sont organisés sur les sites de production – aussi bien dans les entreprises de notre propre industrie que chez les fournisseurs tiers. D'autres questions se posent: comment le produit arrive-t-il jusqu'à nous? Comment la clientèle peut-elle utiliser le produit de manière durable? Comment pouvons-nous aider notre clientèle à vivre de la manière la plus durable possible?

Cela va donc très loin!

Oui. L'exemple du lait nous permet aussi d'illustrer l'importance accordée au mode d'alimentation des vaches. Pour le lait de consommation, Migros mise sur les produits Lait des prés IP-SUISSE, Bio Suisse et Demeter, dont les exigences vont bien au-delà de celles de la production conventionnelle. De ce fait, les vaches se nourrissent principalement d'herbe, ce qui permet de renoncer en grande partie aux compléments à base de soja.

Tous ces aspects doivent être repensés pour pouvoir ensuite œuvrer ensemble vers plus de durabilité. Il faut continuer

8 Parlons-en

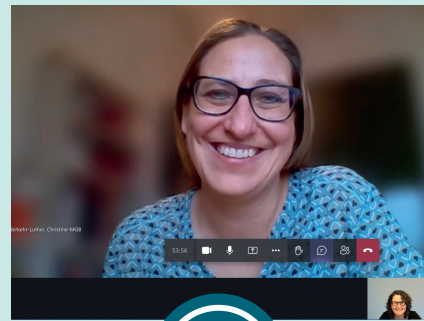
à développer ce mouvement en collaboration avec les fournisseurs. À cela s'ajoute le fait que le top management se préoccupe de ce thème depuis longtemps déjà. Cela aussi a changé. Aujourd'hui, aucune direction d'entreprise ne peut faire l'impasse sur le développement durable, car c'est aussi un critère clé pour le marché.

Un coup de peinture verte ne suffit plus? Soit on le fait vraiment, soit on a un problème?

Exactement. C'est pourquoi j'aimerais encore souligner une autre tendance: il faut se défaire de l'idée que les services spécialisés des entreprises peuvent régler seuls la problématique du développement durable. En tant que spécialiste, je peux initier beaucoup de choses, mais c'est l'ensemble de l'organisation qui est nécessaire pour pouvoir mettre en œuvre le développement durable de manière globale. Autrefois, on aurait dit: «Oui, oui, Madame Wiederkehr va résoudre le problème avec un projet...». Aujourd'hui, on dira plutôt: «Madame Wiederkehr peut lancer le mouvement, coordonner, donner la cadence, mais chaque personne de l'entreprise doit s'impliquer pour que celle-ci puisse vraiment devenir durable dans son ensemble.»

Jusqu'à présent, la pandémie a-t-elle eu un impact sur la thématique du développement durable, notamment dans le commerce en ligne?

Migros Online et Digitec Galaxus sont impliquées dans notre programme de développement durable. Nous sommes convaincus – et cela est confirmé par des sociétés de conseil et des études – que la pandémie a globalement eu un effet positif sur le développement durable. On distingue ici quatre dimensions, qui sont également présentes dans notre stratégie en la matière. D'une part, les produits régionaux et bio ont eu le vent en poupe. Les



Christine Wiederkehr-Luther

travaille depuis 16 ans pour la FCM. Depuis 2018, elle est responsable de la direction Développement durable du Groupe Migros et gère une équipe d'une douzaine de personnes. Âgée de 47 ans, cette ingénieure en environnement EPF est aussi titulaire d'un MBA en économie d'entreprise. Mariée et mère d'une fillette de 10 ans, elle vit avec sa famille à Wollerau (SZ).

petits magasins ont également connu un essor, car les gens n'avaient plus envie de faire leurs courses dans les grandes surfaces. D'autre part, le commerce en ligne a connu un véritable boom, ce qui a déclenché une réflexion en termes d'emballages et de transports durables. Puis bien sûr, toute la thématique du CO₂: très rapidement, le ciel était à nouveau visible dans les villes indiennes. En 2020, le monde a connu la plus grande réduction de CO₂ depuis des décennies. Et même si les effets se sont à nouveau dissipés, cela a montré quelque chose. Et quatrièmement, les aspects sociaux, qui font partie pour nous d'une approche globale de la durabilité, sont également apparus au premier plan.

«Nous sommes très fiers d'avoir pu intégrer le Groupe Migros dans le mouvement des entreprises en faveur de l'objectif climatique de Paris.»

En Suisse, le Groupe Migros veut être la référence incontestable en matière d'engagement sociétal.

L'inadéquation entre la taille des articles expédiés et celle des colis est une éternelle source d'irritation dans le commerce en ligne. Comment cela se passe-t-il chez vous?

En ce qui concerne les emballages, les directives sont claires: aussi peu que possible, autant que nécessaire. Nous collaborons très étroitement avec toutes les entreprises afin de réduire la quantité d'emballages. Et nombreuses sont celles qui se sont fixé des objectifs en ce sens. Ainsi, Digitec Galaxus a investi dans une machine qui adapte l'emballage au produit (voir page 11).

Connaissez-vous l'impact de Migros sur la société et l'environnement en matière de durabilité?

Dans le cadre de notre bilan des gaz à effet de serre, nous avons pour la première fois relevé des chiffres à grande échelle pour l'ensemble du Groupe Migros – et ce, pour la totalité des émissions de CO₂. Migros s'est engagée à mettre en œuvre l'accord de Paris sur le climat. Les données mentionnées nous ont aidés à définir les bonnes priorités et à formuler des objectifs correspondants pour l'ensemble du Groupe. Le fait que le climat soit actuellement sur toutes les lèvres et que le CO₂ soit un thème majeur s'est avéré très utile. C'est avec une grande

motivation que nous sommes en train de mettre en place les mesures correspondantes pour réduire les émissions de CO₂ et atteindre à long terme les objectifs adoptés. Nous nous sommes engagés à montrer ainsi qu'à mesurer l'impact des mesures prises. Et aussi à nous laisser évaluer à cet égard. Nous sommes très fiers d'avoir pu intégrer le Groupe Migros dans ce mouvement des entreprises en faveur de l'objectif climatique de Paris. La trajectoire de réduction et le financement sont approuvés.

Quelles autres approches voyez-vous pour le Groupe Migros?

Une mise en œuvre encore plus cohérente de l'économie circulaire. Un exemple à ce sujet: actuellement, il n'y a pas assez de papier sur le marché et il est très cher. Le Migros Magazine est notamment fortement touché par cette conjoncture. Ce qui m'amène à la conclusion suivante: les vieux papiers sont une matière première importante pour ce marché. Migros regroupe par conséquent de grandes quantités de vieux papiers et cartons dans ses centres logistiques. Dans le cadre d'une mise en œuvre cohérente de la gestion en cycle fermé, Migros pourrait à mon avis jouer un rôle encore plus important en s'assurant un meilleur accès aux matières premières dont elle a besoin. Elle y serait prédestinée. Les déchets d'une entreprise peuvent constituer des matières premières pour une autre entreprise du Groupe Migros. À cet

«Bien sûr, le chemin qui nous attend est difficile. Mais nous avons réussi à remporter une véritable adhésion à cet égard».

égard, nous travaillons également de manière intensive à la mise en place de circuits fermés pour les déchets plastiques. Ainsi, l'année dernière, nous avons lancé en Suisse centrale le sac de collecte de plastique Migros pour notre clientèle. Le plastique collecté donnera naissance à un matériau recyclé qui pourra être utilisé dans la fabrication d'emballages pour Migros Industrie.

Le développement durable a-t-il donc été intégré dans la planification financière?

Il s'agit là d'un point important. La protection de l'environnement au sein de l'entreprise était une histoire gagnant-gagnant: si j'économise de l'eau ou de l'énergie, si j'organise les transports de manière plus efficace, je réalise aussi des économies du côté des coûts. Cependant, si j'achète des matières premières durables, cela peut coûter plus cher dans un premier temps. Mais, il s'agit clairement d'un investissement pour l'avenir et les générations futures. Nous avons réussi à remporter une véritable adhésion à cet égard au sein du Groupe Migros. Bien sûr, le chemin qui nous attend est ardu. Mais nous sommes très motivés. Vous devez savoir que 98 % des émissions de CO₂ générées par Migros se situent en amont et en aval de la chaîne de création de valeur. Le transport, le stockage, les processus d'exploitation propres et ainsi de suite ne représentent qu'environ 2 %. Le reste, précisément les 98 %, provient des fournisseurs, de la production, de l'agriculture, ainsi que des émissions dues

aux carburants fossiles. C'est pourquoi il est crucial de travailler avec nos fournisseurs. C'est la seule façon d'œuvrer pour un monde meilleur. Un mouvement est en train de naître, dans lequel l'ensemble de Migros Industrie, mais aussi Nestlé et Emmi, s'engagent. Personne ne peut plus se permettre de ne pas y participer. Même à l'échelle mondiale.

2/3 d'émissions en moins d'ici 2030

Le développement durable de la FCM en chiffres

«Réduire le plus possible, compenser le reste» – c'est la teneur des objectifs climatiques adoptés par le Groupe Migros pour l'horizon 2050. D'ici 2030, le groupe entier réduira déjà de deux bons tiers les émissions de gaz à effet de serre liées à l'exploitation, avec pour objectif le zéro net. Le commerce de détail fonctionne déjà de manière climatiquement neutre depuis janvier 2022. Migros poursuit l'objectif de 1,5 degré fixé par l'accord de Paris sur le climat.



Les machines entièrement automatisées de Digitec Galaxus emballent les commandes sur mesure et sans matériau de remplissage.

Les emballages dans le commerce en ligne: moins, c'est mieux!

Digitec Galaxus SA mise sur de nouvelles machines d'emballage

Pendant la pandémie, le commerce en ligne a encore fortement augmenté, et avec lui le problème bien visible des emballages.

Des boîtes surdimensionnées pour des marchandises de petite taille, trop de matériau de remplissage et, au final, encore plus de déchets: qui ne s'est pas énérvé à ce sujet? Digitec Galaxus SA veut non seulement réduire de moitié les émissions de gaz à effet de serre d'ici 2030, mais aussi continuer à diminuer les émissions de CO₂ liées à l'emballage. En 2021, Digitec Galaxus a augmenté son chiffre d'affaires de 16 % par rapport à l'année précédente, pour atteindre 2,122 milliards de francs. Et les articles commandés sont justement livrés dans des cartons. Les emballages trop grands font souvent l'objet de critiques. Chez Digitec Galaxus, l'emballage est un enjeu de gestion.

L'accent est mis sur la réduction des matériaux d'emballage et de remplissage ainsi que sur de nouveaux concepts logistiques sans emballage supplémentaire. En 2018, Digitec Galaxus a acheté la première machine d'emballage entièrement automatique; il en existe désormais quatre au total. Près de trois quarts des commandes sont emballées sur mesure et sans matériau de remplissage, le reste étant encore emballé à la main pour diverses raisons. À Zurich, un test d'un an a fait ses preuves en 2021: la livraison éclair, dans le cadre de laquelle les commandes sont livrées à domicile sans emballage secondaire et avec un bilan CO₂ neutre.

www.digitec.ch

www.galaxus.ch

«J'ai les épaules vraiment larges»

Claudia Canova est *sindaco* de Morbio Inferiore depuis dix ans.

À l'extrémité sud de la Suisse, une femme est à la tête de sa commune.



Claudia Canova, première femme à être élue maire de Morbio Inferiore (TI) en 2012, en est à sa troisième législature. Cette femme de 57 ans, originaire de Reggio Emilia, est mariée à un Tessinois et a deux filles adultes qui vivent à Genève. Claudia Canova a une formation d'institutrice. Elle aime le vélo, traditionnel ou électrique, la randonnée, le tennis et les promenades en raquettes.

Situé dans un cadre idyllique à l'entrée de la vallée de Muggio, dans le Mendrisiotto, à quelques kilomètres seulement de Chiasso et de la frontière italienne, Morbio Inferiore est le royaume chargé d'histoire de Claudia Canova. Le village, qui compte près de 4500 habitants, a été mentionné pour la première fois au XII^e siècle. Au XIX^e et au début du XX^e siècle, des fouilles ont permis de découvrir des tombes préhistoriques ainsi que des thermes romains. On compte parmi ses curiosités la basilique Santa Maria dei Miracoli, l'école secondaire de l'architecte Mario Botta et les vestiges archéologiques de la Villa Valsangiacomo. Et bien sûr, la nature et le paysage.

Entrée en politique par hasard

Depuis 2012, Claudia Canova est maire de Morbio Inferiore et la première femme à occuper cette fonction. «Je suis entrée en politique totalement par hasard», se souvient cette Italienne d'origine. «En 2004, il y a eu des élections municipales, et l'on m'a demandé si j'acceptais que l'on me mette sur la liste électorale pour la mairie. J'ai répondu: *va bene*. À ma grande surprise, je suis arrivée troisième en tant que première suppléante». Claudia Canova a alors commencé à s'engager dans des commissions. Quatre ans plus tard, elle figurait à nouveau sur la liste et a été élue au conseil municipal. «En 2012, le maire ne s'est pas représenté. Et c'est ainsi que



Claudia et Giuseppe Canova cultivent de la vigne dans leur jardin.

«J'aime entendre dire: "Je me plais à Morbio Inferiore, je m'y sens bien, j'y trouve ce dont j'ai besoin." Ça compte beaucoup pour moi, et je fais tout mon possible pour qu'il en soit ainsi.»

je suis devenue *sindaco*.» L'engagement politique implique beaucoup de travail, explique l'ancienne institutrice, mais «être maire est une expérience très enrichissante sur le plan personnel. Cela demande du dévouement et de l'engagement, c'est très exigeant. Le temps passant, j'ai maintenant les épaules vraiment larges. On ne peut jamais plaire à tout le monde, mais j'agis toujours avec le plus grand respect possible pour les autres.» En 1970, le premier grand centre commercial du Tessin a vu le jour sur le territoire de la commune de Morbio Inferiore. Et comme le souligne Claudia Canova, «Le fait que nous soyons si proches de l'Italie n'est pas

sans conséquences. D'une part, beaucoup de gens vont faire leurs courses en Italie parce que tout y est beaucoup moins cher. La gastronomie et la culture locales s'en ressentent également. De plus, si les conditions de trafic sont normales, il est plus rapide de rejoindre Milan en voiture que Lugano. D'autre part, près de 70 000 personnes viennent chaque jour d'Italie pour travailler ici, au Tessin.» Ce qui bénéficie certes au canton, mais crée aussi de gros problèmes, par exemple de circulation – au Tessin même, mais aussi sur l'axe nord-sud.

Un endroit pour vivre

Morbio Inferiore en est en partie épargnée. «Nous sommes une commune pour familles, un lieu de résidence avant tout, avec beaucoup de nature, de bonnes infrastructures et des écoles», détaille Claudia Canova. «Nous n'avons pas beaucoup de trafic automobile et sommes pourtant très proches de l'autoroute A2 ou du réseau CFF à Chiasso. En d'autres termes: on habite à Morbio Inferiore, mais on travaille généralement ailleurs. Par exemple à Chiasso, à Lugano ou à Bellinzona. Le village bénéficie d'une bonne qualité de vie et, grâce à sa situation, d'une offre dans laquelle figure même la métropole de Milan.»

Claudia Canova décrit ainsi sa vision de *sindaco*: «J'aime entendre dire: "Je me plais à Morbio Inferiore, je m'y sens bien, j'y trouve ce dont j'ai besoin." Ça compte beaucoup pour moi, et je fais tout mon possible pour qu'il en soit ainsi. Nous ne devrions pas nous contenter de balayer devant notre porte, mais veiller également à partager la même vision pour la commune. Nous avons des écoles de tous les degrés, des installations sportives. Nous pouvons encore améliorer beaucoup de choses et nous y travaillons. Nous avons une belle vie communautaire, tout le monde se connaît, c'est personnel et familial. Malgré tous les changements.»

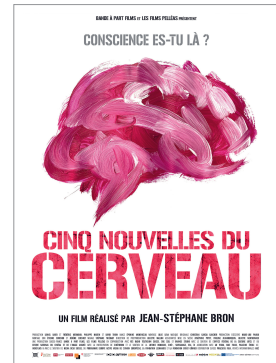
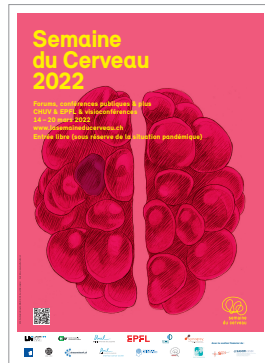
Les classiques MIGROS



évidemment
aux prix
MIGROS

migrolino

Petit Beurre 230g	
Farmer Soft choc pomme 290g	1.45
Branches Classic 42g	4.50
Kult Ice Tea 50cl	1.30
Tourist 100g	0.90
Blévita Sesame 220g	2.10



La Semaine du cerveau se déroule dans le monde entier. En 2020, Jean-Stéphane Bron a réalisé un documentaire sur le sujet.

Le monde merveilleux du cerveau humain

La recherche à la rencontre de la population

Depuis 1995, la troisième semaine du mois de mars est placée sous le signe du cerveau. Durant la Brain Awareness Week, le public est sensibilisé au thème fascinant du cerveau et au travail de la recherche sur le cerveau. En Suisse, dix sites y participent.

Les universités suisses, dont l'Université de Zurich et l'EPFL, ont rapidement rejoint le mouvement en organisant la BrainFair dès la fin des années 90. Aujourd'hui, la Semaine du cerveau n'existe pas seulement à Zurich, mais aussi dans les hautes écoles de Bâle, Berne, Argovie, Fribourg, Lausanne, Genève ainsi qu'en Valais et à Lugano. La semaine est organisée de différentes façons. À Zurich, la BrainFair s'articule toujours autour d'un thème général, comme les lésions cérébrales en mars de cette année. À Lausanne, en revanche, on aborde le plus grand nombre possible d'aspects relatifs à la recherche

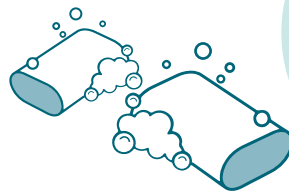
actuelle sur le cerveau. Et cette année, à Lugano, plusieurs manifestations publiques tourneront autour du cerveau et de l'œil, instruments essentiels de la vue. Toutes les manifestations partagent le même esprit et le même objectif: la science à la rencontre du public. Les chercheurs sur le cerveau montrent en quelque sorte sur quoi ils travaillent. Ils s'adressent explicitement aux profanes, à la population. Les universités – leurs meilleurs chercheurs et chercheuses – prennent le temps de condenser leurs travaux et leur expertise dans des exposés accessibles à tous. Et donnent au public l'occasion de poser des questions à la science. La Semaine du cerveau est une formidable université populaire.

www.brainfair.uzh.ch

www.semaineducerveau.ch

www.settimanacervello.ch

www.swissneuroscience.ch



Quelques bulles pour un monde meilleur

Une organisation à but non lucratif unique en son genre basée à Bâle

SapoCycle collecte les savons d'hôtel usagés, les fait recycler par un partenaire social et les donne à des enfants dans le besoin.

L'idée est simple, le projet écologique, économique, humanitaire et social, et les chiffres parlent d'eux-mêmes. Depuis 2015, près de 300 hôtels en Suisse et en France ont été convaincus par cette bonne cause. Au total, plus de 28 430 kilos de savons usagés ont ainsi été collectés. 190 000 savons recyclés ont ensuite été distribués – deux tiers en Suisse et en France, le reste étant destiné à Madagascar et à des camps de réfugiés en Grèce et en Croatie. Et pour couronner le tout, plus de 55 000 kg de CO₂ ont été économisés.

«Bubbles Saving Lives» (des bulles qui sauvent des vies) est le slogan de l'organisation SapoCycle de Bâle. «D'une seule idée est née une belle histoire et quelque chose qui a vraiment un impact aujourd'hui», explique Dorothee Schiesser, fondatrice de SapoCycle. «Notre histoire suscite l'enthousiasme parce qu'elle fonctionne sur trois niveaux et qu'elle est pour ainsi dire basée sur le principe

gagnant-gagnant-gagnant. L'idée est pourtant très simple. Nous avons délibérément misé sur la low-tech. Les choses qui sont amenées à fonctionner doivent être simples. »

Dans les hôtels de luxe, des millions de clients utilisent des millions de petits savons. Rien qu'en Suisse, cela représente un total d'environ 150 tonnes de déchets. Et ce, chaque année. Dorothee Schiesser, qui a travaillé dans les domaines de la communication, du journalisme et de la culture, a identifié le problème, fait des recherches sur le sujet et en a tiré les constats suivants: jeter des savons est une absurdité sur le plan écologique. Or, ils pourraient aussi sauver des vies! En effet, le lavage des mains est le moyen le plus efficace de réduire la mortalité infantile dans les pays en développement. Chaque année, beaucoup trop d'enfants de moins de cinq ans meurent encore des suites de diarrhées et d'infections aiguës des voies respiratoires infé-

Le principe gagnant-gagnant-gagnant: Dorothee Schiesser collecte des savons d'hôtel usagés. Ils sont revalorisés au sein de WohnWerk, puis distribués aux enfants dans le besoin (de g. à dr.).



rieures, ce qui pourrait être évité en se lavant les mains. Mais les savons sont un produit de luxe dans les pays pauvres.

«Nous avons transformé quelque chose de "sale" en quelque chose de nouveau et de beau, d'important et de précieux.»

Dorothee Schiesser tenait là son idée. Elle crée alors la fondation Sapocycle et cherche des partenaires pour la production et la distribution. Elle a de la chance et trouve le partenaire idéal auprès de la fondation WohnWerk, une institution bâloise plus que centenaire pour personnes en situation de handicap – ainsi que des personnes prêtes à développer quelque chose de nouveau et surtout déterminées coûte que coûte à résoudre un problème après l'autre. La première machine à savons est livrée en mai 2015. Après quelques tâtonnements et réglages

initiaux, une «équipe savons» d'une bonne douzaine de membres est constituée. Ceux-ci sont minutieusement formés, une recette est créée pour chaque type de savon, des machines et des meubles sont transformés et constamment optimisés pour le processus de travail. WohnWerk est également enthousiasmée par l'idée simple de «transformer quelque chose de "sale" en quelque chose de nouveau et de beau, d'important et de précieux».

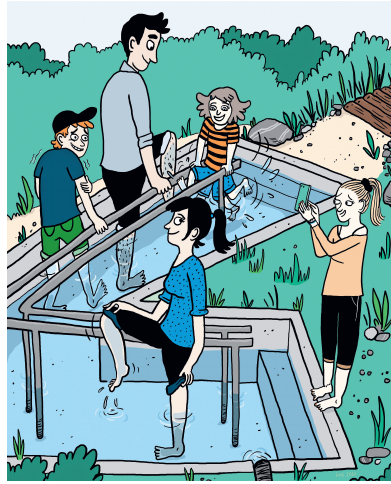
Et qui, au final, aide les enfants pauvres à ne pas tomber malades. Réduire les déchets, maintenir des emplois pour des personnes défavorisées, améliorer l'hygiène et les conditions sanitaires, pour Dorothee Schiesser, «c'est une très grande satisfaction». D'ailleurs, les personnes qui font un don reçoivent en cadeau un savon recyclé en forme de petite maison pour avoir contribué à améliorer un peu notre monde.

www.sapocycle.org



«Inclusion – Quand différence rime avec normalité»

WohnWerk a fêté son centenaire en 2017. Une publication a été éditée à cette occasion, avec notamment un reportage sur le recyclage du savon.



La méthode Kneipp bénéficie aux jeunes comme aux moins jeunes.

Agir ensemble pour la santé

Coopération avec l'Association suisse Kneipp

La méthode Kneipp est surtout associée à la marche dans l'eau. Certains la connaissent parce que leurs grand-mères la pratiquaient quand elles étaient en cure. De nos jours, les applications de la méthode n'ont rien perdu de leur légitimité. Au contraire!

Les excursions dans la nature et les conférences sur les thèmes liés à la santé figurent parmi les activités et événements les plus plébiscités par nos membres. Il n'est donc pas étonnant que Forum elle et l'Association suisse Kneipp coopèrent pour que chaque partie puisse profiter de la plate-forme de l'autre. Ainsi, Forum elle occupe désormais une place de choix dans la liste des partenaires sur le site internet de Kneipp. Par ailleurs, chacune des deux organisations présente l'autre dans sa publication.

Le principal objectif du mouvement Kneipp est d'apporter «une contribution essentielle à la promotion de la santé pour les jeunes et les moins jeunes». Peut-être avez-vous déjà vu des personnes pataugeant pieds nus dans l'eau, le pantalon retroussé, dans des bassins ou des étangs naturels spécialement aménagés à cet effet. Le nombre d'applications de la méthode Kneipp est énorme: bains froids et chauds, bains de vapeur, jets et enveloppements, cataplasmes et autres compresses. L'alimentation et les herbes médicinales jouent également un rôle important.

Kneipp publie un magazine en allemand et dispose de spécialistes conférenciers qui interviennent à la demande. Peut-être prochainement dans votre section?

www.kneipp.ch

Des infos venant de femmes, pour les femmes, sur les femmes.
 Dans ce numéro: rétrospective Niki de Saint Phalle, un nouveau portail financier et une femme à la tête de la Chaîne du Bonheur.

Niki de Saint Phalle à Zurich



Aujourd'hui encore, de manière générale, les musées exposent beaucoup moins de femmes que d'hommes. Une bonne raison de se réjouir de la grande rétrospective des œuvres de l'artiste Niki de Saint Phalle au Kunsthaus de Zurich. Elle commencera début septembre et durera jusqu'en janvier 2023.

www.kunsthhaus.ch/fr

Les femmes et l'argent

Patrizia Laeri, Nadine Jürgensen et Simone Züger ont fondé ensemble elleXX, un portail financier pour les femmes.

56 % des femmes en Suisse ne peuvent pas subvenir elles-mêmes à leurs besoins.

Force est de constater que cette énorme dépendance économique contribue à maintenir les femmes à un statut inférieur. elleXX veut y remédier. «L'argent est la dernière ligne de front de l'égalité», affirme la célèbre journaliste économique Patrizia Laeri. Et Nadine Jürgensen de renchérir: «L'argent dirige le monde, mais pas encore avec les femmes. Les flux financiers constituent l'un des principaux leviers pour changer le monde. Les choses changeront seulement lorsque les grands flux financiers iront dans la bonne direction. Ce n'est qu'alors que nous pourrons rendre le monde plus durable et plus respectueux des femmes». Parler d'argent est tabou? Pas avec elleXX! On y parle d'argent de poche, d'héritage, d'investissements et d'éducation financière. Site web en allemand et en anglais.

www.ellex.com



Une nouvelle directrice pour la Chaîne du Bonheur

Miren Bengoa (44 ans) est la nouvelle directrice de la Fondation de la Chaîne du Bonheur depuis janvier 2022. La Genevoise a étudié à Paris et à Londres et dispose de plus de 20 ans d'expérience dans des organisations internationales, des fondations privées et des organisations à but non lucratif, en Suisse et à l'étranger. Elle a ainsi travaillé pour Médecins sans frontières Suisse, la fondation Terre des Hommes et l'ONU. Jusqu'en 2020, elle a dirigé la fondation d'entreprise de Chanel.

Mentions légales

Éditrice: Forum elle, www.forum-elle.ch, organe non statutaire de Migros, politiquement et confessionnellement neutre

Texte et rédaction: Christine Loriol, www.christineloriol.ch

Mise en page et production: FCM, Communication et médias, Limmatstrasse 152, 8031 Zurich



medBASE

Votre santé est entre de bonnes mains

Medbase est votre partenaire de confiance pour toutes vos questions de santé.

Nos équipes de médecins, de physiothérapeutes, de pharmaciens et de dentistes travaillent main dans la main pour votre santé. Que cela relève du domaine de la prévention, des soins aigus ou de la rééducation: nous vous garantissons une prise en charge professionnelle en temps voulu. Prenez rendez-vous dès aujourd'hui.

www.medbase.ch



Nous recherchons: un·e membre pour le comité

Vous avez l'esprit d'initiative, faites preuve de créativité, de motivation et d'un intérêt pour le bénévolat? Vous souhaitez partager activement vos connaissances et votre expérience au sein de notre comité?

Pour que nos événements restent variés et bien organisés, nous avons besoin de soutien dans les sections suivantes:

Section	Présidente de section	Contact
Argovie	Marilena Mandra	marilena.mandra@forum-elle.ch
Bâle	Meta Berger	meta.berger@forum-elle.ch
Fribourg	Blandine Simon	blandine.simon@forum-elle.ch
Schaffhouse	Ruth Gemperle	ruth.gemperle@forum-elle.ch
Soleure	Sandra Stutz	sandra.stutz@forum-elle.ch
Valais romand	Karine Sierro	karine.sierro@forum-elle.ch
Vaud	Juliette Kessler	jkessler.forumelle@gmail.com

**Infos sur les
différentes sections
sous:
www.forum-elle.ch**

Nous nous réjouissons de recevoir de nombreuses réponses et remerciements d'ores et déjà toutes celles et tous ceux qui s'intéressent à ce bénévolat et sont ouvert·e·s aux changements, aux nouvelles possibilités et aux opportunités.