

FORUM

Die Frauenorganisation der Migros
L'organisation féminine de Migros
L'organizzazione femminile della Migros

elle



FORUM ELLE 2024

**Approfondimenti,
immagini ed eventi
emozionanti**

Snack deliziosi che ci rafforzano



migrolino

Editoriale

Care lettrici, si conclude un anno ricco di eventi – breve bilancio di Beatrice Richard, Presidente centrale fino a maggio 2024

Quest'anno è stato particolarmente significativo, ricco di eventi di grande impatto. Le nostre numerose manifestazioni, dalle escursioni agli eventi informativi, attestano il nostro forte impegno. I due eventi di ringraziamento al Castello di Thun e al Castello Stockalper a Briga rimarranno indimenticabili.

Ora, dopo otto anni ricchi di soddisfazioni in qualità di Presidente centrale, prendo congedo da voi. E' stato per me un onore vivere questo arco di tempo, denso di incontri significativi e di scambi di opinioni arricchenti e sono felice di cedere il timone a Sandra Luzia Schafroth. A lei auguro tanti successi e soddisfazioni.

Sandra Luzia Schafroth – eletta nuova Presidente centrale

È con entusiasmo e gratitudine che assumo la carica di Presidente centrale e sono pronta a continuare a costruire sulle solide fondamenta gettate da Beatrice Richard e da coloro che l'hanno preceduta. Apprezzo la fiducia e il sostegno che mi sono stati accordati e guardo al futuro insieme a voi.

Il mio insediamento durante la 67ma Assemblea delle Delegate al Kultur- und Kongresshaus di Aarau segna un nuovo capitolo. Il mandato di Forum elle è quello di sostenere le donne nel plasmare attivamente il loro futuro e nel rafforzare i loro diritti e le loro opportunità. Stiamo entrando in una nuova fase ricca di ispirazione e di valori comprovati. Il vostro impegno e il vostro sostegno sono la nostra più grande motivazione. Il prossimo anno con Forum elle promette di essere stimolante e pieno di energie.

Con i migliori saluti,
Beatrice Richard e Sandra Luzia Schafroth

Foto : ©Meryl Gashi



Sandra Luzia Schafroth
Presidente centrale Forum elle
sandra.schafroth@forum-elle.ch

Sommario

- 04** **Su il sipario!**
Cambiamenti nel Comitato direttivo centrale
- 08** **Argomento di discussione**
David Bosshart e il suo sguardo sulla Migros di «ieri, oggi, domani»
- 10** **Ringraziamenti**
Il nostro grazie alle amiche dei Comitati di Sezione
- 10** **Le perle della Svizzera**
Arte, cultura e tradizione: vi presentiamo luoghi da scoprire
- 28** **Il trend del futuro**
Shopping 24 ore su 24: Migros teo si presenta
- 32** **Piazza del mercato**
Queste Sezioni cercano con urgenza amiche per i loro Comitati

Bilancio e prospettive

Beatrice Richard: Un addio dopo otto anni

In questi otto anni di presidenza ho vissuto numerosi momenti importanti! Gli indimenticabili incontri con donne aperte, entusiaste e cordiali che si impegnano per Forum elle rimarranno tra i miei ricordi più belli, ma anche le varie conferenze, gli inviti, e il poter partecipare alle conferenze presso il GDI, Gottlieb Duttweiler Institut a Rüslikon della FMC (Federazione delle Cooperative Migros) sono stati per me un grande onore.

Un momento difficile l'ho vissuto quando abbiamo dovuto sciogliere la Sezione di Ginevra, poco dopo la mia nomina a Presidente Centrale. Non essere in grado di trovare una soluzione per dare una continuità alla

Sezione, nemmeno unendo le forze, è stato molto doloroso per me. Mi auguro che la Sezione di Ginevra possa essere ricostituita in futuro e che Forum elle possa essere rafforzata da un'altra Sezione nei prossimi anni. Dopo tutto, Forum elle celebrerà il suo 75mo anniversario nel 2032.

È stato un enorme piacere, in questi otto anni di presidenza, far parte di Forum elle. Ho avuto modo di plasmare, guidare e sviluppare l'organizzazione. Grazie alle mie colleghe del Comitato direttivo centrale e delle Sezioni, Forum elle continua ad essere un'associazione che merita di essere ulteriormente ingrandita e valorizzata. Di Forum elle non si può fare a meno!

Cécile Schwinghammer: Un anno in più nel Comitato direttivo centrale

La mia subentrante al ruolo di Vicepresidente di Forum elle è stata trovata e non vede l'ora di assumere questa carica. Dopo dodici anni nel Comitato direttivo centrale, è giunto il momento di lasciare il posto a un volto nuovo. Tutto è stato pianificato e approntato affinché io possa «andare in pensione» da Forum elle.

Ma le cose sono andate diversamente dal previsto. La persona scelta a svolgere il mio ruolo deve assumere un mandato temporaneo imprevisto e quindi entrare in carica un anno dopo. Per colmare questa lacuna, è nata l'idea che io (in quanto membro di lunga data con diverse funzioni) potessi rimanere un anno in più. Da buona e convinta «Forum elle woman» – il lavoro mi è sempre piaciuto – ho deciso di accettare e di rimanere ancora un anno nella mia carica.

Molte cose sono rimaste invariate, altre hanno dovuto essere adattate negli ultimi anni. Forum elle è rimasta fedele a ciò che offre alle sue socie. Sono stati modificati i giorni di lavoro e le riunioni per consentire anche alle donne che lavorano di assumere degli incarichi. Una sfida di ieri e oggi è quella di riuscire a coinvolgere le amiche a far parte dei Comitati, in modo che Forum elle possa sempre guardare al futuro con nuovo slancio. È sempre un piacere particolare quando una donna assume una carica che le si addice e quando ha piacere di entrare a far parte di un team. I compiti sono molteplici, interessanti e talvolta impegnativi, necessitano di molti contatti ma portano apprezzamento, ispirazione, dialogo e soddisfazioni.

Affronto l'anno nuovo con molta energia e mi auguro di passare il testimone a chi mi succederà nel 2025.



Liliane Legrand: «Come se fosse ieri»: il ricordo del mio primo colloquio con il Comitato direttivo centrale a Zurigo, 12 anni fa.

Otto signore mi salutarono con uno sguardo critico ma bendisposto. La conversazione si svolse in tedesco e francese, un dettaglio importante. In quel momento è iniziato il mio entusiasmante viaggio nel Comitato direttivo centrale di Forum elle. Il mio primo compito impegnativo è stato quello di ideare e lanciare un progetto. Il tema: «far conoscere Forum elle in tutta la Svizzera». È così che, dopo molte discussioni impegnative e critiche con le Presidenti sezionali, è nata la «giornata di Forum elle».

Le discussioni e gli incontri con i membri del Comitato direttivo centrale, le Presidenti e le associate sono sempre state le cose più importanti e piacevoli per me. Progressi e obiettivi sono stati raggiunti insieme. Naturalmente, ho anche imparato che quando ci sono cambiamenti nella leadership, ci sono battute d'arresto e contraccolpi, prima che il viaggio possa riprendere. Un fatto che non va sottovalutato. Per dare continuità

**Elisabeth Schmid:
La collegialità ha rafforzato il Comitato direttivo centrale**

Anche per me si chiude un capitolo durato 12 anni: ho apprezzato i contatti con le amiche del Comitato direttivo centrale e ho sempre partecipato con piacere alle riunioni. Abbiamo sempre avuto un dialogo aperto, che ho molto apprezzato. Anche il contatto con le Presidenti sezionali, in occasione delle varie conferenze, è sempre stato interessante, variegato e piacevole.

Avendo già lavorato nella mia vita professionale nel settore delle finanze, non ho dovuto affrontare grandi sfide: il mio ruolo di responsabile finanziaria era chiaramente definito.

Il calo del numero delle associate mi preoccupa. Quando sono entrata in carica, avevamo ancora più di 10'000 socie, ma purtroppo oggi il numero è sceso a 7000.

viene richiesta passione e gioia, e questi sono i principi che sono stati alla base del mio lavoro. Vorrei ringraziare tutte le persone coinvolte per i molti momenti positivi e importanti che ho potuto vivere negli ultimi dodici anni.

Il mio mandato volge al termine: spero che possa essere data continuità alla volontà e all'idea di far conoscere Forum elle in tutta la Svizzera. Un grande ringraziamento e una grande riconoscenza a tutte coloro che hanno contribuito al successo di Forum elle.



**Gaby Malacrida:
abbiamo bisogno di una visione a 360° su tutti i temi**

Sono entrata nel ZV nel 2022 e mi sono subito trovata in sintonia con le colleghe. Grazie a Beatrice, che pianifica l'attività di Forum elle, le nostre sedute sono sempre l'occasione per uno scambio amichevole di opinioni. La composizione del ZV, che prevede la presenza di rappresentanti di diverse regioni, consente di avere una visione a 360° sulle difficoltà che ogni Sezione ha, ad esempio, nel reclutare nuovi membri di comitato. Essere chiamata a presenziare ai primi colloqui con le candidate per la presidenza; ecco, forse questo è stato per me il momento più impegnativo: esaminare i dossier, partecipare alle interviste e cercare di valutare in modo obiettivo l'idoneità delle candidate è stato molto interessante ma anche un attestato di grande fiducia che tutte noi abbiamo cercato di svolgere al meglio. Collaborare fianco a fianco con Monika Früh, la nostra segretaria, per la stesura delle newsletter è molto stimolante. Discutiamo assieme i temi, pianifichiamo i lavori di ricerca del materiale, sollecitiamo la collaborazione con le Sezioni e con i partner della FCM che ci consentono – speriamo – di pubblicare ogni volta un'interessante edizione. Poi, quando la newsletter viene pubblicata, è una gran bella soddisfazione per entrambe! Per concludere, questi due anni nel ZV mi hanno sicuramente arricchita, e sono grata a coloro che mi hanno scelta e votata.

Monika Früh, Dal lavoro analogico a quello digitale: un cambio di passo

Da quando ho iniziato a lavorare – alla fine del 2014 – lavoro da casa, un'attività ormai molto diffusa. In questo periodo ho capito che la sfida più grande è la digitalizzazione. Questo ha aumentato anche il mio carico di lavoro. Tutte le informazioni che le socie ricevevano per posta possono ora essere consultate online. I nuovi programmi informatici consentono alle Sezioni di svolgere molte attività in modo più efficiente e semplice. Devo gestire questi programmi con i documenti che ricevo dalle Sezioni. Il telefono non viene quasi più usato. Ci sono invece molte e-mail da evadere.

La newsletter è un importante canale di informazione per i nostri soci. Sempre più persone hanno un indirizzo e-mail e sono felici di ricevere la nostra NL. Gaby Malacrida e io siamo una squadra ben oliata sin dalla fine del 2022.

Purtroppo, la maggior parte dei membri del Comitato direttivo centrale raggiungerà il massimo della durata di mandato con l'Assemblea delle Delegate 2024. Sin dall'inizio ho avuto modo di lavorare con tutte loro, fatta eccezione per la Presidente centrale, che è entrata in carica due anni dopo. Sono impaziente di affrontare le nuove sfide con la nuova Presidente centrale e sono entusiasta di vedere quali sviluppi e cambiamenti Sandra Luzia Schafroth, la terza Presidente centrale che ho avuto modo di conoscere, porterà a Forum elle in futuro.



Sandra Luzia Schafroth: Il mio obiettivo è creare uno spazio in cui ogni donna si senta ascoltata e valorizzata

Con la mia elezione a Presidente centrale di Forum elle entro in un periodo ricco di orgoglio e solidarietà. I principi visionari di Gottlieb Duttweiler e delle nostre fondatrici mi indicano la via per onorare le tradizioni della nostra organizzazione e, nel contempo, assieme alle donne impegnate di Forum elle, percorrere strade innovative verso il futuro. La nostra associazione, caratterizzata dalla diversità di esperienze, dal rispetto e dal sostegno reciproco, deve affrontare interessanti sfide. I cambiamenti nel Comitato direttivo centrale e la presa di coscienza del calo delle socie ci offrono l'opportunità di mettere in atto soluzioni creative e di rafforzare i nostri legami.

Fino al 2030 mi impegnerò fermamente affinché Forum elle svolga un ruolo di primo piano in Svizzera, contribuendo a migliorare e promuovere attivamente il ruolo delle donne nella società. Il mio obiettivo è quello di creare uno spazio in cui ogni donna si senta ascoltata e valorizzata, segno tangibile del nostro dinamismo e della nostra visione futura.

Sono felice di poter collaborare con voi, certa che il nostro impegno comune porterà Forum elle a nuovi successi. Insieme, dimostreremo quanto Forum elle sia vivace, influente e orientata verso il futuro.

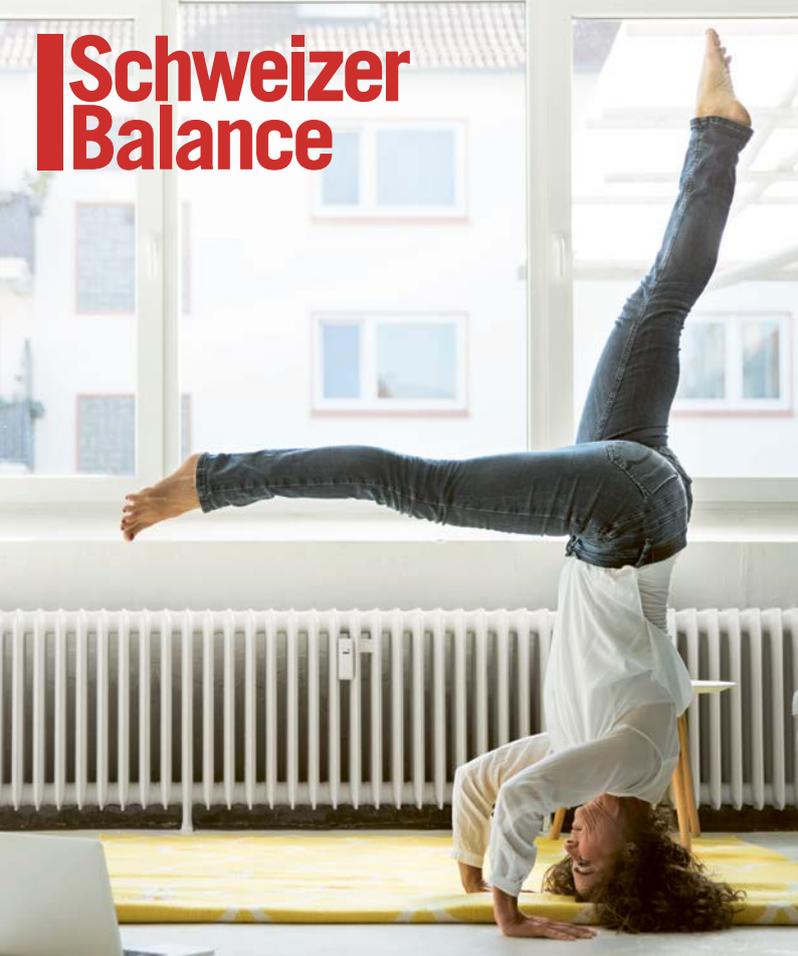
Mengia Riedi: Finanze solide per un futuro sicuro

Forum elle offre una piattaforma valida e interessante per il networking di donne di diverse estrazioni in tutta la Svizzera. L'acquisizione di socie più giovani è importante per un buon mix di generazioni, in modo da assicurare il futuro di Forum elle anche per i prossimi anni.

Per me sarà importante stabilizzare e garantire le finanze del Comitato direttivo centrale. Si tratta di una sfida che oggi incontrerò sicuramente qualche ostacolo da superare. Sarò lieta di mettere a disposizione delle Sezioni, se necessario, la mia esperienza nei vari settori finanziari.

Mi auguro di avere incontri e discussioni interessanti con amiche che la pensano allo stesso modo e provenienti da tutta la Svizzera, in modo tale che possiamo continuare a perseguire insieme le idee di Adele e Gottfried Duttweiler.

Schweizer Balance



Schweizer Harmonie



Schweizer Velowege



Schweizer Tonangeberin



Jetzt im
Kennenlernpaket
mit 10 Ausgaben
für nur

CHF 33.-
statt
CHF 55.-



QR Code scannen
und abonnieren.

So vielseitig wie die Schweiz.

Schweizer Familie

Jede Woche abwechslungsreiche Unterhaltung mit neuen Ideen für Freizeit, Ferien und Ihr Zuhause, mit spannenden Reportagen, interessanten Menschen und Wissenswertem aus der Tier- und Pflanzenwelt. Am besten im Abo: Telefon 044 404 63 63 oder www.schweizerfamilie.ch

Ciò che è importante, è la ricchezza dei servizi che qualcuno fornisce ad altri!

David Bosshart fa il punto su Migros, che l'anno prossimo festeggerà il suo 100mo anniversario. È Presidente della Fondazione Gottlieb e Adele Duttweiler di Rüschtikon. Lo scopo della Fondazione è garantire che Migros continui a vivere nello spirito dei suoi fondatori.

Quando Beatrice mi ha chiesto di scrivere qualcosa su di me per Forum elle, sono rimasto un po' scioccato. Perché dovrei parlare di me? Non sono così importante. Ciò che conta è la ricchezza dei servizi che una persona fornisce agli altri. Uno dei miei predecessori in qualità di Presidente della Fondazione, Pierre Arnold, mi disse una volta, dopo un discorso all'Assemblea dei Delegati negli anni '90: «Hai parlato bene! Ma dici troppo spesso «io». Non ne hai il diritto». Alla Migros non si può dire «io». Dobbiamo

pensare e agire in una prospettiva comunitaria. Questo può sembrare un po' strano oggi, in un'epoca di egoismo dilagante, ma è ovviamente ancora vero nel profondo. Un altro predecessore, Jules Kyburz, amava ripetere: «Migros significa servire, non essere serviti». Anche questo è vero. Siamo al servizio delle persone, ed è per questo che gli stipendi dei manager sono ragionevoli e non ci sono bonus. «Servire viene prima di guadagnare», per citare il «più alto in grado» dei miei predecessori.





«Prima il servizio, poi il guadagno».

Jules Kyburz

Guardando alla Migros di oggi, mi sembra che l'atteggiamento, la stabilità e la coesione siano fondamentali. La fiducia nasce solo dalla familiarità, da un ambiente conosciuto e vissuto. Ad esempio, quando si conoscono meglio i punti di forza e di debolezza dell'altro, lavorando insieme. Questo, a sua volta, sviluppa la fiducia: ho bisogno di controllare meno, poiché ora ho più fiducia nella mia collega, grazie all'esperienza e al giudizio che può fare da sola. È così che si sviluppa l'imprenditorialità, il desiderio di competere, di dimostrare di avere idee e sistemi di gestione migliori. Questo era l'interesse principale del nostro fondatore. Perché è così che facciamo profitti, in modo da poter fare di più per le cause sociali: dal Per cento culturale alle prestazioni sociali, soprattutto per i salari più bassi. Perché Migros, diceva con fermezza, è lì per «l'uomo piccolo» e «la casalinga che deve fare i conti». Oggi questa frase verrebbe formulata in modo diverso, ma tutti sanno cosa intendeva.

Mi permetto di dire che questo atteggiamento dev'essere in qualche modo rivitalizzato nella Migros di oggi. Ci siamo lasciati troppo impressionare dallo spirito del tempo e siamo diventati più disattenti. Nel corso di molti decenni abbiamo accumulato un capitale materiale e immateriale incredibilmente forte.

Ecco perché siamo ancora così popolari in Svizzera. Certo, l'identità di Migros cambia continuamente, ma il nucleo è come il tronco e le radici di un albero forte. Se sovraccarichiamo solo i rami, non servirà a nulla.

Per quanto mi riguarda, vorrei solo dire che mi è sempre piaciuto imparare continuamente, fare esperienze e poi poterle trasmettere. Per questo ho scritto libri e rubriche e ho tenuto conferenze in tutto il mondo. L'apprendimento è sempre un dare e avere: se si riceve molto, si ha anche il dovere di dare molto. Questo richiede sempre un buon ambiente e una buona dose di fortuna; persone che stanno al tuo fianco, ottimi colleghi in modo che ci si possa sostenere e sopportare a vicenda. La risolutezza è passione e chiara volontà di realizzare e mettere in pratica qualcosa di valido. In altre parole, l'assunzione di responsabilità come persona. Gli assillanti, i saccenti e gli egoisti non vanno bene. Ho lavorato nel commercio del vino, alla Coop alla cassa e nel reparto FrüGe – frutta e verdura – (solo per finanziare i miei studi), nell'insegnamento (Scuole professionali e Università), nella ricerca, sono stato nella FCM e, per il periodo più lungo – 22 anni – , direttore dell'Istituto GDI Gottlieb Duttweiler di Rüschlikon (Centro di competenze in materia di previsione).

Quando gli angeli viaggiano... il nostro evento di ringraziamento!

Il Comitato direttivo centrale apprezza molto il lavoro e l'impegno dei Comitati di Sezione. Un ottimo motivo per invitare le amiche a visitare un castello svizzero e dir loro GRAZIE.

Il 26 settembre 2023, 30 amiche dai diversi Comitati di Sezione si sono incontrate alla stazione di Briga, sotto un sole splendente. Insieme, abbiamo attraversato la città fino al Palazzo Stockalper e siamo rimaste subito colpite dalla sua storica architettura.

Che altro poteva esserci se non la raclette vallesana ad accoglierci! Appena arrivati nella cantina del castello, abbiamo subito sentito un profumo delizioso. La Dott.ssa Marie-Claude Schöpfer, della Fondazione svizzera per il Castello di Stockalper, ci ha trasmesso preziose informazioni su questo maniero. Il monumento a tre torri è considerato un punto di riferimento della regione dell'Alto

Vallese e l'edificio barocco più imponente della Svizzera di oggi.

Il nostro secondo evento ci ha portato a Thun. La posizione, strategicamente eccellente, offre un panorama impressionante sull'Oberland bernese, con le sue maestose montagne e le acque turchesi del lago di Thun.

Il 18 ottobre 2023, le amiche dei Comitati di Sezione che hanno scelto questa data si sono recate in visita al castello. Ad accoglierci al ristorante, un meritato e delizioso pranzo.

L'attuale maniero con i suoi edifici era in origine una vera e propria fortezza. Nel XII secolo esisteva già

un castello con edifici residenziali e una cortina muraria. Tutto questo è confermato dalle indagini archeologiche condotte nell'ambito della grande ristrutturazione del 2013.

Per il Comitato direttivo centrale, l'apprezzamento al lavoro svolto significa gratitudine, rispetto e simpatia per l'impegno offerto dalle Sezioni di Forum alle nostre 7000 socie in tutta la Svizzera e per i risultati raggiunti. Grazie di cuore!

Ulteriori informazioni sui castelli (in lingua francese):

www.stockalperstiftung.ch/fr-ch
www.schlossthun.ch/fr/

Sezione Aargau

Aarau: sorprendentemente vivace

In quanto città storica e con un passato ricco di avvenimenti, Aarau vanta una serie di feste e celebrazioni tradizionali di grande fascino. Il «Maienzug»-Festival della Gioventù di Aarau – è la festa più importante del programma annuale della città e si celebra con una sfilata di bambini e un banchetto il primo venerdì di luglio. Il «Bachfischet» è la tradizione più antica della Svizzera: il momento culminante è la sfilata notturna di lanterne degli scolari attraverso il centro storico di Aarau. Due domeniche in primavera e due domeniche in autunno, gli appassionati di corse di cavalli (e non solo) si incontrano per un evento sociale nell'ippodromo più bello della Svizzera, nel quartiere «Schachen» di Aarau. L'Aarau Rüeblimärt attira circa 20'000 visitatori ad Aarau il primo mercoledì di novembre.

Tanta storia in poco spazio: ma non è solo nel centro storico che si può incontrare la storia in quasi ogni angolo; Aarau offre un numero considerevole di musei interessanti, tutti raggiungibili a piedi dal centro storico.





Sezione Basilea

Dresda con lo Striezelmarkt e il Semperoper

Un viaggio meraviglioso ha portato la Sezione di Basilea a Dresda per l'Avvento 2023. La città, magicamente ricoperta di neve, ci ha atteso per una visita, dapprima in torpedone nella mistica e nebbiosa campagna e nel pomeriggio a piedi nell'affascinante centro cittadino. Malgrado Dresda sia stata gravemente danneggiata durante la Seconda guerra mondiale, la città è fantastica ed ha molto da offrire. Dopo la sua ricostruzione vale davvero una visita! Le amiche si sono godute una gita a bordo di un battello a vapore addobbato per il Natale sul fiume Elba; hanno visitato il

Castello (Palazzo Reale) con i suoi incredibili tesori artistici e hanno passeggiato nel bellissimo Striezelmarkt. Non abbiamo trascurato nemmeno la parte culturale. Al Semperoper tutte hanno potuto assistere all'opera «Il Barbiere di Siviglia» di Giacomo Rossini. La gioia traspariva dai volti delle partecipanti e nessuna è rimasta delusa!

Anche la visita alla fabbrica della celebre porcellana di Meissen è stata indimenticabile. Ci siamo tutte stupite quando abbiamo visitato il museo...ma anche per i prezzi del negozio! Un'altra

attrazione ci attendeva nelle immediate vicinanze: il castello di Moritzburg! Il bellissimo castello di caccia ospitava una mostra speciale intitolata «Tre nocchie per Cenerentola». Sarebbe piaciuto anche a me, perdere la scarpetta in questo castello da sogno e in un contesto fiabesco come quello che si è palesato ai nostri occhi...

Momenti unici, la grande cultura e la piacevole compagnia rimarranno sicuramente nei bei ricordi di tutte le amiche che hanno viaggiato con noi. Grazie per aver partecipato!

Sezione Berna

Mettiamo a fuoco i «momenti»

Il tema dei «momenti» è il filo conduttore del 2024. Il Comitato organizza un'ampia serie di eventi con scadenze mensili e regolari, visite guidate, workshop, escursioni e visite aziendali. Sul sito web <https://www.forum-elle.ch/de/sektion/bern/> è disponibile una relazione annuale completa, che fornisce una panoramica del nostro variegato programma di attività: momenti di immersione nel mondo della musica, nei tortuosi tunnel di una

miniera, momenti di meraviglia per la scoperta di un fiore sconosciuto o degustazione di una specialità di cioccolato bernese.

Le istantanee che seguono danno un'idea di quello che è stato il viaggio degli ultimi mesi. Ci attendiamo altri «momenti» indimenticabili e incontri che arricchiscano la vita della nostra Sezione.



In attesa al punto d'incontro a Berna, prima della gita a Brienz



Un momento di sperimentazione: Forum elle nello studio di TeleBärn



Un momento letterario: visita alla Biblioteca Nazionale per una lettura di pubblicazioni dedicate alle associazioni



Un momento di moda: un tuffo nel mondo della moda nel Bärner Broki



Un momento sorprendente: scultura di Catherine Gfeller nel giardino del Castello di Vullieren - una scoperta del nostro gruppo di escursioniste



**DATE UN NUOVO SAPORE
ALLE VOSTRE PAUSE CAFFÈ.**



**CAFÉ
ROYAL**
SWITZERLAND

MIGROS

Café Royal è in vendita alla tua Migros

Sezione Friburgo

Cos'è il Bénichon a Friburgo...?



In origine, questa festa era una benedizione: si ringraziava Dio per tutto ciò che la natura ci aveva dato e che avevamo raccolto durante l'anno. Nel corso dei secoli, la cerimonia religiosa è scomparsa ed è rimasta solo la festa popolare e gastronomica... Il menu del Bénichon è il protagonista indiscusso di questo evento!

Oggi giorno è l'occasione per le famiglie di riunirsi attorno a una ricca tavola. Prodotti tradizionali come la *cuchaule*, il *jambon de la borne*, il *cosciotto d'agnello* e le *meringhe* occupano un posto d'onore nel menu tradizionale, che ha la particolarità di essere molto variegato! In alcune fattorie, la «*Balançoire de Bénichon*» (altalena di Bénichon), una lunga tavola di legno posta nel fienile, viene ancora utilizzata per far venire i brividi ai più piccoli e le risate ai più grandi!



Alle feste di paese, ci si ritrova tra amici per gustare le prelibatezze gastronomiche al suono della musica tradizionale, per poi scatenarsi in balli che consentono di bruciare qualche calorìa! I festeggiamenti sono spesso arricchiti da attività correlate e diverse quale mercati, giostre e anche sfilate!

Un tempo desueta, oggi giorno la festa del Bénichon è tornata con prepotenza popolare e si svolge ormai in tutti e quattro gli angoli del Cantone!

Menu del Bénichon

Il menu tradizionale del Bénichon è il seguente:

Cuchaule AOP e mostarda di Bénichon

≈

Zuppa di cavolo

≈

Jambon de la Borne DOP e specialità di carni affumicate, cavoli, carote e patate

≈

Cosciotto di agnello con uva, Poire à Botzi DOP, purè di patate e fagioli

≈

Meringhe e doppia panna

≈

Caffè accompagnato da prelibatezze Benichon (pane all'anice, bricelets, croquets, cuquettes e frittelle)



Sezione Lucerna

Palazzo Federale a Berna e il caseificio del formaggio Emmental con la Sezione di Lucerna

La gita clou del 2023 della Sezione di Lucerna ci ha portato nella nostra capitale federale in occasione del 175mo anniversario della Costituzione federale. Con il tema «1848», le amiche che hanno partecipato alla visita in occasione di quest'importante anniversario, hanno appreso come si è sviluppata la Svizzera negli ultimi 175 anni durante un'interessante visita a Palazzo Federale. Il bagaglio di informazioni che abbiamo raccolto ha avuto modo di stupire molte partecipanti. E... chi avrà mai l'opportunità di sedersi sulla poltrona di uno dei membri del Consiglio nazionale o del Consiglio degli Stati... di immaginare quanto sia emozionante e frenetica l'attività durante le sedute... in poche parole sentirsi come loro?

Abbiamo proposto quattro date e le amiche hanno avuto la possibilità di scegliere a quale gita partecipare. Non solo: in ogni escursione, un politico della Svizzera centrale (I Consiglieri Nazionali Peter Schilliger e Prisca Birrer-Heimo, e i Consiglieri agli Stati Andrea Gmür-Schönenberger e Damian Müller) si sono ben volentieri messi a disposizione per un dibattito. Tutte noi abbiamo ascoltato con interesse, posto domande e discusso, rendendoci conto che i nostri parlamentari spesso non hanno una giornata lavorativa facile.

Nel ristorante Rosengarten, sopra il Bärengraben, abbiamo goduto non solo di un delizioso pranzo sulla terrazza ombreggiata, ma

anche di una magnifica vista sulla città di Berna e sulle Alpi bernesi, da cui si stagliavano imponenti le montagne Eiger, Mönch e Jungfrau. A molte amiche è piaciuto rannicchiarsi tra le braccia di Albert Schweizer, ... anche se si trattava «solo» della sua statua di bronzo.

Sezione Neuchâtel

Osate vivere l'esperienza di Creux-du-Van

Se siete alla ricerca di un'esperienza indimenticabile preparate lo zaino, indossate le scarpe da trekking e partite alla scoperta di questo tesoro naturale nel cuore del Canton Neuchâtel. Immerso in una natura incontaminata, questo luogo pittoresco offre una fuga ideale per chi cerca bellezza, tranquillità e avventura.

Appena arrivati a Le Creux-du-Van, sarete accolti da un panorama mozzafiato. Le colline si estendono a perdita d'occhio, mentre le acque del lago di Neuchâtel scintillano da lontano. Gli amanti della vita all'aria aperta saranno particolarmente attratti dai numerosi sentieri escursionistici che si snodano in questa riserva naturale.

Il Creux-du-Van ospita una biodiversità impressionante. Durante le escursioni, si possono osservare specie vegetali rare e animali emblematici della regione. Gli appassionati di birdwatching saranno entusiasti della varietà di uccelli che popolano i cieli sopra Le Creux-du-Van.

Oltre alle sue bellezze naturali, il Creux-du-Van è anche un luogo ricco di storia. Resti millenari e tracce di attività umane del passato costellano la regione, aggiungendo un tocco di mistero a questo luogo.

Meta ideale per il periodo estivo per lasciarsi alle spalle la canicola delle città, Le Creux-du-Van avvicina i suoi visitatori alla natura e lascia nel cuore ricordi indimenticabili.

©Matthias Taugwalder CreuxduVan



Sezione Alto Vallese

«Insieme ce la possiamo fare»

Una passeggiata «a due» con la presidente di Forum elle Ursi Stoffel e la segretaria Irène Lorenz dal motto: «insieme ce la possiamo fare».

Ursi: Sono presidente di Forum elle Oberwallis da 10 anni e tu Irène fai parte del Comitato nella veste di segretaria da 5 anni. Insieme alle altre amiche di Comitato, siamo davvero una squadra forte. Presentati ai lettori.

Irène: Mi chiamo Irène Lorenz. Sono sposata, ho 2 figli e 4 nipoti. Tutta la famiglia vive nel piccolo e grazioso villaggio di montagna di Törbel. Sono diventata socia di Forum elle dell'Alto Vallese dieci anni fa. Per me la vita in un'associazione non è solo prendere, ma anche dare, così cinque anni fa ho accettato di entrare nel Comitato.

Ursi: Quali compiti svolgi nell'associazione?

Irène: Nel mio ruolo di segretaria, redigo i verbali, scrivo relazioni sulle varie attività, supporto il team del Comitato nell'organizzazione, prendo le iscrizioni e accompagno le nostre socie ai vari eventi.

Ursi: Perché sei entusiasta di Forum elle?

Irène: Il nostro Comitato si impegna e cerca di offrire ai membri di Forum elle un programma ampio e vario con molto entusiasmo e slancio. Con un'organizzazione così grande, i compiti del Comitato richiedono una buona dose di entusiasmo, passione e tempo. Ma quando riceviamo complimenti dopo gli eventi, è davvero motivante e ti rincuora.

Ursi: Quali altre visioni hai per portare avanti Forum elle?

Irène: È importante promuovere la coesione delle nostre socie e concentrarsi su valori e obiettivi. Sono convinta che, incontrandoci regolarmente, sperimentando insieme, scambiandoci pensieri e idee, potremo mantenere il nostro numero di socie. Nel complesso, siamo aperte al cambiamento e ad aumentare la nostra attrattiva per incoraggiare e conquistare le socie affinché possano entrare a far parte del Comitato

Ursi: Qual è un fattore importante per te nel Comitato di Forum elle dell'Alto Vallese?

Irène: Il lavoro di squadra è molto importante per noi in Comitato; solo così possiamo sviluppare idee diverse e ispirare e coinvolgere le amiche di Forum elle. Rispetto – onestà!

Ursi: Ora siamo quasi alla fine della nostra gita. Grazie, Irène, per la tua piacevole e amichevole chiacchierata. È stata molto interessante e istruttiva e ho completamente dimenticato la fatica e lo sforzo di camminare! Ora ci siamo guadagnate un buon bicchiere di vino del Vallese. Salute a tutte le donne di Forum elle di tutta la Svizzera – alla solidarietà, alla gioia, alla felicità e alla soddisfazione di ritrovarci assieme!





Sezione Rätia Coira

Mostra natalizia nel bistrot del giardino di Näfels 2023...

Al vernissage ho incontrato la signora Marianne Ardüser. È un'insegnante di lavoro manuale in pensione che ha esposto le sue trapunte natalizie, realizzate a mano con grande passione, utilizzando la tecnica del patchwork.

La signora Ardüser parla della sua città natale, Alvaneu, dove è tradizione creare decorazioni per le finestre, in occasione dell'Avvento. Lei ha partecipato per la prima volta nel 1997. La trapunta è esposta alla finestra, decorata con rami di abete e illuminata con un filo di luci LED. Tradizionalmente, tra Natale e Capodanno, gli abitanti del villaggio e i loro ospiti, fanno una passeggiata per ammirare le finestre dell'Avvento e poi si

ritrovano tutti insieme nella birreria del villaggio con punch, biscotti, noci e mandarini. Per la signora Ardüser, il lavoro manuale con questa tecnica – il quilting – è una gradita presenza nella sua vita quotidiana.

Il QUILT ha avuto origine in Cina e si è diffuso in Asia e in Europa. Soprattutto dopo il XIV secolo, in occasione di un'ondata di freddo estremo in Inghilterra (testo tratto da Wikipedia).

Un quilt è una trapunta realizzata con un tessuto multistrato che tradizionalmente consiste in due o più strati di tessuto o fibre. Di norma, vengono utilizzati tre strati, compreso un materiale di imbottitura. Questi strati comprendono

tradizionalmente un piano di trapuntatura, uno strato di pile o di imbottitura e un fondo, che vengono trapuntati insieme mediante piccoli punti. I tre strati sono trapuntati sul davanti del tessuto, con punti a rovescio, e non solo cuciti insieme ai bordi per rinforzare il tessuto. Il motivo e il colore dei singoli pezzi di tessuto creano il disegno patchwork. Una trapunta di quilt è estremamente versatile e può essere utilizzata come copri letto, ma anche come arazzo, ad esempio.

Forse qualche amica si potrebbe interessare ed entusiasmare per questa tecnica. A loro auguriamo buona fortuna e tanta pazienza!

Sezione Sciaffusa

Uno sguardo al 2023 della Sezione di Sciaffusa

L'anno 2023 è iniziato con l'incontro per degustare la Torta dei Re Magi, seguita da altri eventi:

- «Versare il latte puro», conferenza di Matthias Zürcher
- Visita al Museo di orologi IWC a Sciaffusa
- Il clou del mese di febbraio: il pomeriggio dedicato al lotto con, a seguire, aperitivo
- Il gruppo teatrale «Wirrarr» al Trottentheater di Neuhausen
- Assemblea Generale

Abbiamo aperto il nostro «programma estivo» con un brunch allo Schlattgut di Herrliberg e poi siamo andate al Museo del Suono di Dürnten.

Le nostre socie si sono divertite come bambine sulla giostra che si trovava sulla Fronwagplatz di Sciaffusa, all'ora del mercato.

Seguono altre interessanti escursioni e visite guidate:

- Museo delle macchine da cucire a Friburgo
- Visita alla Mibelle Buchs/AG
- Kuhn Rikon
- Caseificio dell'Appenzello
- Amaro dell'Appenzello
- Il Museo Mercedes e il mercato di Stoccarda
- Visita guidata alla stazione centrale di Zurigo
- Pomeriggio al cinema
- Pranzo-concerto al KKL di Lucerna
- e infine, la festa dell'Avvento con i Crazy Kids



**BANCA
MIGROS**

**Con l'età cambiano
anche le esigenze
finanziarie. Vi aiutiamo
a fare chiarezza.**

Qualsiasi domanda abbiate, discutiamone e troviamo insieme una soluzione. Online o di persona presso la nostra filiale.

Fissate un appuntamento: [bancamigros.ch/previdenza](https://www.bancamigros.ch/previdenza)





Sezione Soletta

Un workshop speciale...

Quale donna non ama il cioccolato?

Il Comitato della Sezione di Soletta ne ha preso atto e ha invitato le sue socie a sperimentare da vicino la produzione di cioccolato esclusivo presso la fabbrica di cioccolato «Casa Nobile» a Bätterkinden. Passione ed estro hanno fatto sì che Casa Nobile sia stata premiata più volte come miglior cioccolatiere della Svizzera.

Al termine di questa dolce conoscenza dell'arte cioccolatiera, ogni socia dei due gruppi di circa 70 amiche ha realizzato tre creazioni di cioccolato da portare a casa. Un'esperienza indimenticabile!

Ulteriori eventi nella prima metà' del 2024

Visita guidata al centro faunistico di Landshut: scopriamo tante curiosità sugli animali selvatici locali

Le donne della storia di Baden sono protagoniste del tour della città di Baden. Scopriamo storie commoventi di donne forti.

Durante la visita alla Biblioteca centrale di Soletta, riceviamo informazioni approfondite su questa istituzione unica.

Durante la visita alla Mibelle di Frankendorf, molte cose interessanti ci verranno svelate.



TOUR DE SUISSE



Sezione San Gallo

La variegata comunità della Sezione di San Gallo – Uno sguardo alle nostre vivaci attività di gruppo.

Il gruppo eventi della Sezione di San Gallo è il cuore della nostra associazione e organizza con passione e impegno una vasta gamma di attività. Da stimolanti escursioni a eventi culturali e conferenze informative, la gamma di esperienze è sicuramente ampia. Altrettanto importanti, tuttavia, sono le donne impegnate che fungono da capogruppo e guidano le attività regolari. Le loro idee creative danno vita a un'impressionante varietà di incontri, di cui beneficiano soprattutto le socie della Sezione. Queste donne dinamiche svolgono un ruolo fondamentale nel trasformare i nostri gruppi di Jass, escursionismo, bowling e canto in momenti conviviali vivaci, che promuovono l'affiatamento e il divertimento.

Escursioni con A. Kern e H. Kobler – uno sguardo alla bellezza della natura

Sotto la guida attenta di Annamarie e Hildegard, scopriamo gli affascinanti itinerari escursionistici nella nostra regione. La

pianificazione richiede spesso visite ai percorsi in anticipo, come pure prenotazioni sui trasporti pubblici e nei ristoranti. Queste signore impegnate rendono possibili esperienze escursionistiche indimenticabili.

Divertimento al bowling con Angelika Ombar al Sântispark

Angelika trasforma ogni mese la struttura ricreativa del Sântispark in un vivace centro di bowling. Il numero di piste da bowling occupate dipende dal numero delle iscrizioni, e la cena di fine anno con le signore del bowling suggella l'attività ed è un momento di incontro per le appassionate.

Canto, un passaggio di consegne senza problemi a Chrigel Brassler

Abbiamo trovato una degna sostituta di Béatrice Räber, da oltre 20 anni alla guida del gruppo di canto. Chrigel ha guidato con successo il gruppo da gennaio 2024 e sta aiutando a continuare la tradizione musicale della Sezione.

Jass con Sylvia Schönenberger nel ristorante della Scuola Club Migros

Le amiche dello Jass si riuniscono regolarmente nell'atmosfera accogliente del ristorante della Scuola Club Migros, dove Sylvia, in qualità di padrona di casa, assicura turni di Jass emozionanti e di successo.

Impegno e coesione

Lo scorso anno, oltre seicento socie hanno partecipato agli eventi organizzati dai quattro gruppi tematici. Questo vivo interesse riflette la vivacità delle amiche associate alla Sezione di San Gallo. Il Comitato della Sezione apprezza il lavoro dedicato delle capogruppo e le invita a un pranzo di fine anno, quale riconoscimento per il loro impegno. La vasta gamma di attività dei gruppi tematici di Forum elle è espressione del nostro senso di comunità e della gioia di lavorare insieme. Ci auguriamo un nuovo anno ricco di esperienze stimolanti e di momenti condivisi.

Sezione Ticino

La Sezione ticinese in crescita – nuove amiche e nuove iniziative



Anche il 2023 si è chiuso positivamente per la Sezione Ticino della nostra associazione. Le socie sono sempre in aumento e il gradimento delle nostre proposte è confermato da una partecipazione al di sopra delle aspettative. Il nostro comitato si adopera per soddisfare, laddove possibile, i desideri delle socie e per questo motivo quest'anno abbiamo lanciato per la prima volta un viaggio di più giorni. «In viaggio con Matilde di Canossa» ha portato, lo scorso mese di ottobre, 22 socie accompagnate da uno storico, alla scoperta della regione di Mantova e Reggio Emilia, luoghi che segnarono la vita di questa donna, tra le più potenti e influenti del Medioevo. Tra le nostre attività non sono mancati gli appuntamenti teatrali al Teatro Sociale di Bellinzona, le visite a mostre locali ed esposizioni, come quella del Panorama Bourbaki di Lucerna. Una visita nella quale i partecipanti hanno potuto riflettere sullo spirito di accoglienza che ha animato, anche in periodo bellico, i nostri concittadini. L'attualità è sempre presente nel nostro calendario e l'incontro con i rappresentanti di REDOG ad aprile ci ha fatto toccare con mano il ruolo che questi soccorritori, coadiuvati dai loro fedeli amici a 4 zampe, possono svolgere in caso di catastrofe.



E' stato un piacere ospitare Rachele Bianchi Porro, nota giornalista della RSI e nostra socia, che si è raccontata simpaticamente al numeroso pubblico presente. Da ultimo, ma non per ultimo, abbiamo avuto l'occasione di visitare la DELICA a Stabio, una fiorente azienda del gruppo Migros. Un pomeriggio in vetta al Monte Generoso abbiamo incontrato Carlo Silini, caporedattore di Azione e autore di alcuni bei libri. Sempre per soddisfare i desideri di talune socie e grazie all'impegno di due amiche del comitato il nostro programma si è arricchito di piacevoli passeggiate a piedi nel nostro bel cantone. In chiusura di un anno ricco di incontri Don Claudio Premoli, storico dell'arte, già apprezzato dalle nostre socie, ci ha illustrato il tema della Natività nel mondo dell'arte. I nostri eventi sono sempre aperti ad amici e simpatizzanti e sono pubblicati anche online, nella rubrica Ticino, dove vi è pure una raccolta del programma degli ultimi due anni.



Sezione Basso Vallese

Visita al Centro della Segale di Erschmatt

Il Centro della segale di Erschmatt produce pane di segale AOC, che sarà premiato da Bio Suisse nel 2022 e venduto nei supermercati Migros del Vallese.

Un gruppo di simpatiche socie di Forum elle si è recata a Erschmatt, nella parte germanofona del Cantone. Per alcune di noi, questo villaggio del distretto di Leuk nell'Alto Vallese, era completamente sconosciuto. È stata l'occasione giusta per conoscere da vicino questa località tipica della regione, vedere il forno comunale e le case costruite tra due blocchi erratici lasciati dallo scioglimento del ghiacciaio del Rodano, che un tempo era spesso quanto l'altezza di Erschmatt sopra il livello del mare, e cioè 1200 metri.

A quei tempi, ogni famiglia doveva cuocere il proprio pane nel forno comunale. Dal 25 dicembre in poi, ogni famiglia aveva un solo giorno per preparare il

proprio pane, che doveva essere conservato per un anno fino al turno successivo.

Il momento clou della giornata è stata la preparazione del pane di segale a lievitazione naturale. Non è stato facile gestire l'impasto bagnato che si incollava letteralmente alle dita!

Solo grazie ai consigli dell'esperto panettiere, ognuno di noi ha potuto preparare con successo le proprie pagnotte, decorarle a piacere con motivi o lettere, e vederle sfornate dopo la visita guidata del villaggio.

Vi lascio immaginare l'orgoglio quando abbiamo potuto portare a casa il nostro capolavoro!

Sezione Vaud

Introduzione alla raccolta dei funghi

Una novità della Sezione Vaud: le passeggiate a tema

Per celebrare l'evento, una ventina di interessate si sono incontrate con Ilonka allo Chalet-à-Gobet. Sotto l'esperta guida dell'Ing. Pierre-Alain LERESCHE – uno dei migliori esperti del Cantone di Vaud – le partecipanti, estremamente motivate, hanno appreso dapprima la vita dei funghi e la loro grande importanza per l'equilibrio e l'ambiente, le regole per raccogliarli e come distinguere i funghi commestibili da quelli velenosi!

L'8 ottobre era una bella giornata autunnale... un po' fresca. Armate

dell'attrezzatura giusta, tutte speravano di trovare «il posto migliore per un buon raccolto» e di poter poi preparare un piatto succulento!

Il raccolto è stato buono? Non proprio... ma le tante domande ci hanno aiutato a scoprire questo mondo affascinante e variegato, con oltre 75'000 specie scientificamente identificate, molte delle quali ancora tutte da scoprire...!

I boschi di Jorat...

un magnifico parco naturale periferico di Losanna. Ricco di storia e di diversità, torre d'acqua e polmone del Canton Vaud, il Jorat

è la più grande foresta dell'Altopiano svizzero (quasi 40 km²). Famosa per i suoi temuti briganti, è anche cara ai vodesi per i suoi splendidi paesaggi, il patrimonio naturale preservato e le aree di relax e svago.

Dopo circa 4 ore di cammino – e senza aver incontrato i famosi briganti... (un vero peccato!) – le partecipanti si sono dichiarate entusiaste di questa nuova formula di eventi amichevole, istruttiva e divertente. Alcune sono addirittura tornate a casa con i cestini pieni di ... qualche fungo di diverse qualità, naturalmente controllati dallo specialista!



Sezione Winterthur

Passeggiare e degustare a Winterthur

Nel 2023 abbiamo organizzato due volte l'evento «Passeggiare e degustare» a Winterthur. È stata una coincidenza che la nostra guida fosse una socia della nostra Sezione.

Ha iniziato raccontandoci la storia dello sviluppo dell'alimentazione nella città di Winterthur e di come questa fosse mutata nel tempo. Poi, ci siamo recate in un piccolo negozio di alimentari dove abbiamo scoperto una varietà di spezie, caffè, cioccolatini davvero speciali e altre prelibatezze. Davanti al negozio abbiamo potuto accomodarci in alcuni tavoli accoglienti e goderci una degustazione. Siamo stati viziati con un caffè speciale a base di chicchi di arabica e spezie, anche coloro che non amano il caffè lo hanno trovato delizioso. Il tutto accompagnato dal «Mürbel», una sorta di cubetto di formaggio morbido con vari gusti come sale alpino, noci, zenzero o vaniglia. Per finire, ci è stato concesso di assaggiare un sorbetto al pompelmo fatto in casa in una ciotola fredda di tè verde, basato su una deliziosa ricetta italiana.

Alcune delle partecipanti hanno anche acquistato muesli, tè e caffè prima di continuare il nostro viaggio di scoperta.

La nostra tappa successiva è stata la «Haus der Delikatessen», un negozio di specialità italiane. Qui abbiamo potuto accomodarci al piano superiore e gustare focacce fatte in casa e tartine al prosciutto crudo con deliziosi cubetti di formaggio. C'erano anche pomodori datterini con mozzarella svizzera, prodotta da «The Valley». Il tutto guarnito con prezzemolo o timo fresco e accompagnato dall'ottima acqua del rubinetto di Winterthur!

Poi siamo partite per la terza e ultima tappa. Durante il tragitto ci siamo fermate in un cortile, dove abbiamo scoperto imponenti strutture edilizie antiche tra le facciate esterne e le case interne.

La nostra guida ha anche richiamato la nostra attenzione sull'alimentazione del futuro e ci ha incoraggiato a provare vermi da pasto, scarabei e grilli essiccati. Alcune delle nostre socie sono state molto coraggiose e hanno provato tutti e tre gli insetti.

La nostra ultima sosta è stata in un'enoteca, dove ci è stato concesso di assaggiare il rosé Wülflinger, noto anche come «vino del cuculo». Il vino era accompagnato da deliziose noci e olive.

Le amiche della nostra Sezione hanno molto apprezzato quest'insolita escursione. Hanno scoperto negozi che, in quanto residenti di Winterthur, non avevano mai sentito nominare o che non avevano nemmeno notato, nonostante siano presenti da molto tempo.





Sezione Zurigo

Inizio dell'anno invece che le celebrazioni dell'Avvento

Ogni anno, per tradizione, la Sezione di Zurigo organizza una celebrazione dell'Avvento e questa era stata pianificata anche per il 2023. Ma le cose sono andate diversamente. L'evento ha dovuto essere rinviato con un breve preavviso a gennaio 2024. Invece di «Avvento», l'abbiamo chiamato festa di inizio anno. Grazie al gran numero di iscrizioni, è apparso subito chiaro che le nostre socie hanno trovato più stimolante una festa d'inizio anno piuttosto che una festa dell'Avvento!

L'evento del 9 gennaio è stato un vero e proprio successo. Circa 275 socie hanno apprezzato l'esibizione musicale dei «Red Hot Serenaders». I cuochi del «Guggi» ci hanno ancora una volta viziato con un menu festivo.

Invece di raccontare di questo successo, è forse più interessante dare uno sguardo «dietro le quinte». Che sfida può essere un evento così importante per il team organizzativo!

In autunno abbiamo ricevuto la brutta notizia che il ristorante del personale della Migros di Limmatplatz non sarebbe stato disponibile a dicembre, a causa di ritardi nella ristrutturazione. Abbiamo dovuto reagire

immediatamente e dunque riprogrammare, riorganizzare e informare le nostre socie di questo cambiamento di programma il più rapidamente possibile. Perché per molte di loro l'evento dell'Avvento è il momento clou dell'anno.

In primo luogo, è stato necessario trovare una nuova data e concordarla immediatamente con il gruppo musicale prenotato e il tecnico delle luci.

Poi è stato necessario informare le socie del rinvio con un nuovo flyer.

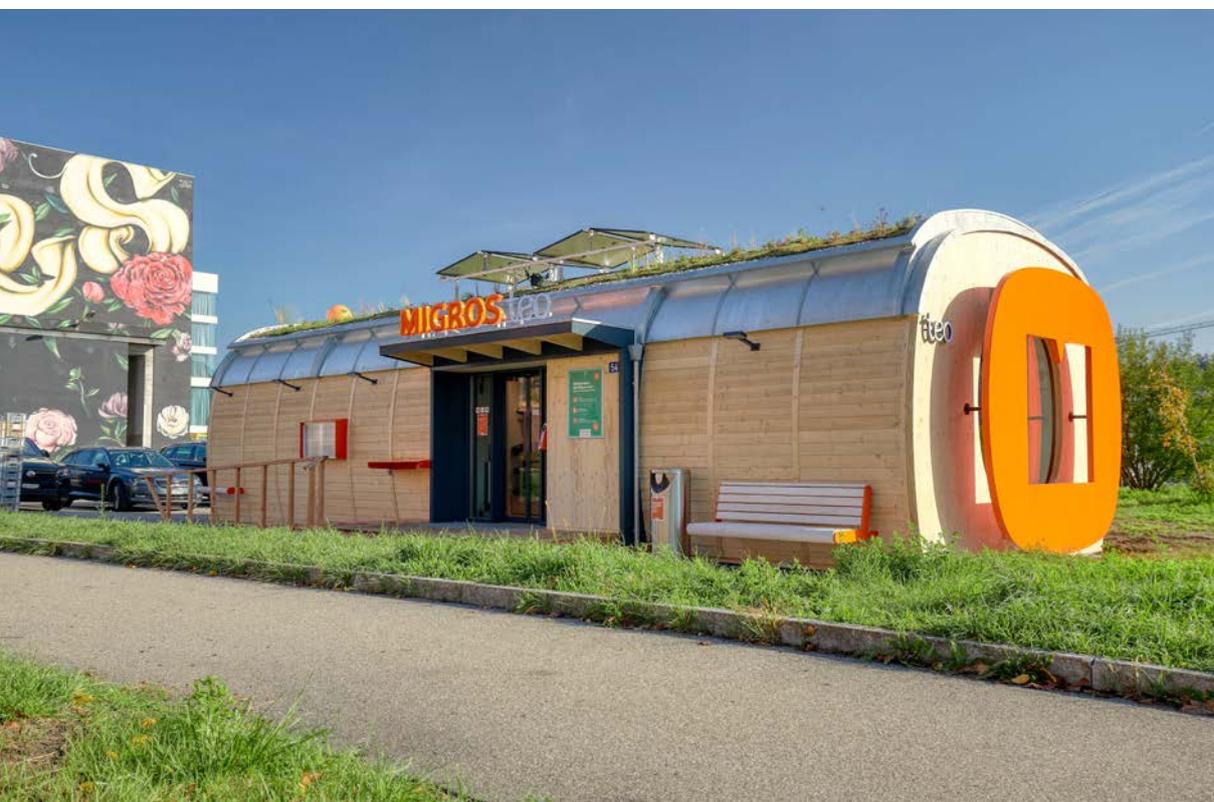
E infine abbiamo dovuto adattare alla nuova data le decorazioni previste e già organizzate per la festa dell'Avvento. Anche qualche sorpresa nel calcolo dei costi ha causato mal di testa e discussioni.

Poco prima dell'arrivo delle prime socie, stavamo ancora cercando i regali da consegnare alle nostre amiche dopo la festa. Le «Birnbrote» (pane alle pere) non erano state lasciate al solito posto e alla fine... mancava un'intera scatola!

Siamo felici che alla fine tutto sia andato bene e che le partecipanti abbiano potuto godersi l'evento.

Migros teo: una rivoluzione innovativa per gli acquisti

Migros teo incarna l'idea di un distributore automatico compatto, accessibile e digitale, che promuove un senso di comunità e si dedica alle esigenze dei suoi vicini. Nella migliore tradizione Migros. Il concetto offre una selezione di prodotti Migros di alta qualità in un ambiente accessibile, aperto 24 ore su 24. Permette ai clienti di trovare il tempo per le loro priorità quotidiane e di ottimizzare l'esperienza di acquisto.



Cos'è il Migros teo?

Il Migros teo è un formato di spesa non presidiato che punta sulla semplicità, l'accessibilità e la sostenibilità e corrisponde quindi agli ultimi sviluppi nelle abitudini dei clienti. È aperto 24 ore su 24, 7 giorni su 7 e offre una selezione di prodotti Migros di alta qualità ai consueti prezzi Migros. Il Migros teo è il nostro formato di vendita digitale. L'accesso e il pagamento alle consuete casse di Subito avvengono con carta di credito/debito o con l'app Cumulus.

Il teo Migros attribuisce grande importanza anche alla sostenibilità. La costruzione modulare in legno è efficiente dal punto di vista energetico e poco ingombrante. Un tetto verde promuove la biodiversità e fornisce un habitat per api e altri insetti. Misure di sicurezza come il rilevamento delle cadute, le telecamere di sorveglianza e i pulsanti di emergenza garantiscono la sicurezza dei clienti in ogni momento.

Il teo Migros non è solo un luogo dove fare acquisti. Con posti a sedere, uno spazio per i cani, uno spazio per lo scambio di libri e una pompa per biciclette, è un luogo invitante in cui soffermarsi e chiacchierare.



Stato attuale

Le prime tre strutture pilota a Bürglen TG, Winterthur Neuhegi e Kloten hanno riscosso un grande successo. Altri siti, tra cui Dietlikon e Ohringen (Seuzach), sono già stati realizzati. Inoltre, quest'estate aprirà il primo Migros teo Indoor nel quartiere Lokstadt di Winterthur.

Sia la Migros Zurigo che la Migros Svizzera orientale sostengono questo format, molto apprezzato dai

clienti, e hanno già approvato una prima espansione. Le due cooperative stanno lavorando a stretto contatto con la Migros Supermarkt AG per creare una base replicabile per tutte le altre cooperative interessate.

I teo Migros sono visti come un'integrazione al portafoglio di negozi esistente. Un team di gestione Migros teo rispettivamente costituito si attiene rigorosamente al quadro normativo nel suo lavoro quotidiano e gestisce le strutture una volta al giorno, ma non la domenica, nei giorni festivi o di notte.

L'espansione di Migros teo dimostra l'impegno della Migros per esperienze di acquisto innovative e pratiche commerciali sostenibili. Con la sua attenzione alla soddisfazione dei clienti e alla fidelizzazione della comunità, Migros teo stabilisce nuovi standard nel settore del commercio al dettaglio. Allo stesso tempo, Migros teo si avvicina sempre di più ai suoi clienti. Il Migros teo viene paragonato volentieri al furgone Migros del passato.

Il teo Migros segna un passo importante nell'evoluzione del commercio al dettaglio e illustra gli sforzi della Migros per soddisfare le esigenze dei suoi clienti e allo stesso tempo trattare l'ambiente in modo responsabile.



WIR SIND VELO

96 Prozent unserer Kundinnen und Kunden empfehlen unsere Veloreisen unbedingt weiter. Dieser Vertrauensbeweis spornt uns bei Twerenbold täglich an, weiterhin mit grösster Leidenschaft an Ihrem perfekten Ferienglück zu arbeiten.



WETTBEWERB

Gewinnen Sie mit etwas Glück einen Reisegutschein im Wert von bis zu CHF 500 für eine Veloreise Ihrer Wahl!

Machen Sie mit bei unserem Gewinnspiel und beweisen Sie Geschick. Schaffen Sie es, alle Sterne einzusammeln? Viel Glück!

twerenbold.ch/wettelle

Teilnahmeschluss: 31.07.2024



Inspiration und Infos auf:
www.twerenbold.ch/veloreisen

Reisen in guter Gesellschaft 
TWERENBOLD

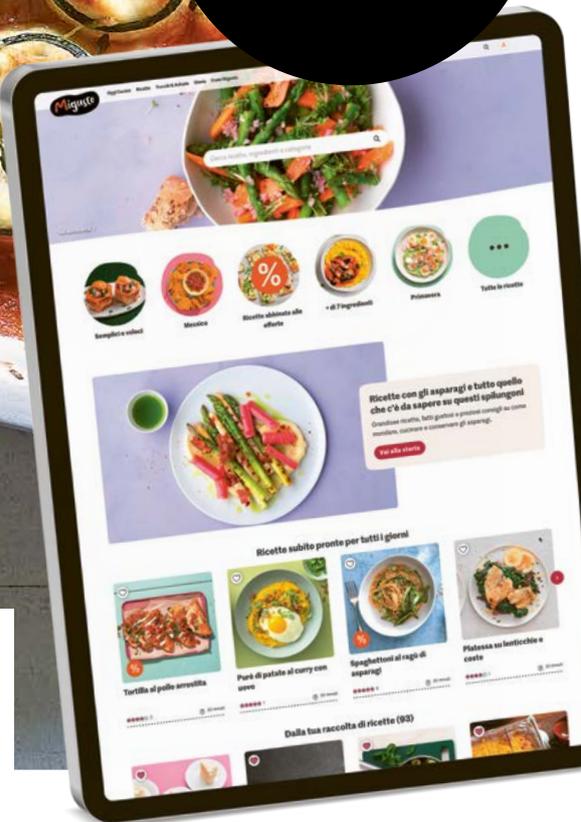
Migusto

Ispirazione per le tue ricette
a portata di clic?

Dai
un'occhiata su:
migusto.ch

MIGROS

Di più per la Svizzera



PIAZZA DEL MERCATO

Siamo alla ricerca di membri di Comitato

Basilea

membro
di Comitato

**Vallese
francofono**

membro
di Comitato

Neuchatel

cassiera / responsabile finanze

Vaud

membro di Comitato

Zurigo

Presidente

Sciaffusa

alla ricerca di diverse
figure all'interno del
Comitato

**Se desidera far parte del Comitato della vostra Sezione,
si rivolga semplicemente alla Presidente.**

IMPRESSUM

Editore

Forum elle, l'Organizzazione femminile della Migros, www.forum-elle.ch

Caporedattore

Beatrice Richard-Ruf, Presidente centrale, Forum elle

Layout e stampa

Engelberger Druck AG, Oberstmühle 3, 6370 Stans, www.engelbergerdruck.ch

Copertina

Beatrice Richard