



Sektion Bern

Jahresbericht 2024

FORUM
elle

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

elle

Was uns 2024 bewegte:

«Augenblicke im Fokus»

Liebe FORUM elle Frauen Liebe Leserinnen, liebe Leser

Als roter Faden hat uns das Thema «Augenblicke» durchs Jahr 2024 begleitet.

Das Forum elle Jahr war von vielen Gelegenheiten der Geselligkeit und des Innehaltens geprägt. Bei Besichtigungen, Inputs und Vorträgen konnte neues Wissen erworben werden. Interaktive Anlässe ermöglichten zudem Erfahrungen auszutauschen und Ideen für die Zukunft zu diskutieren.

Veranstaltungen voller
Köstlichkeiten und
Geschichten, Farben,
Formen und menschlicher
Verknüpfungen auf feine
Art. Grossen Dank für
die Organisation und
Bereicherung rundum.
V.B.

Es ist eine Freude, Mitglied
von einer sooo tollen
Organisation sein zu dürfen!
Jedes Vorstandsmitglied
investiert sehr viel Freizeit,
damit wir Mitglieder so
bereichernde Veranstaltungen
besuchen können!
M. M.

Austausch zur
Frage: Was
wünschen
Sie sich vom
Museums-
quartier Bern?



Alle Veranstaltungen und Stammanlässe waren sehr gut besucht. Die grosse Nachfrage für einzelne Anlässe übertraf teilweise die organisatorischen Möglichkeiten und so kam es leider zu Wartelisten und Absagen.

Der neu zusammengesetzte Vorstand ist mit grossem Engagement an sieben Sitzungen, einem Austauschtreffen mit den Wanderleiterinnen und vielen bilateralen Gesprächen die anstehenden Aufgabenbereiche angegangen und hat entsprechende Beschlüsse gefasst.

Zudem hat sich das Team an zwei Halbtagen unter der Leitung einer externen Begleitung mit anstehenden Herausforderungen und Zukunftsfragen auseinandergesetzt – Momente voller Inspiration, Kreativität und Teamgeist!

An einer weiteren Veranstaltung hat das Team seine Erste-Hilfe-Kenntnisse aufgefrischt und die Rolle beim Begleiten von Anlässen geklärt.

Durch die unermüdliche Arbeit und einem einzigartigen Einsatz von engagierten Frauen, konnte ein attraktives Programm realisiert werden.

An dieser Stelle ein herzliches DANKE an den Vorstand und die Wanderleiterinnen für ihre wertvolle Tätigkeit im Bereich der Freiwilligenarbeit.

Die nachfolgende Entdeckungsreise durch das vergangene Vereinsjahr verspricht viele spannende Ein- und Augenblicke.

Lasst euch überraschen und inspirieren!

Magdalena Bösiger, Präsidentin

Münsingen, Dezember 2024

Frauen im Rathaus: Interessant, spannend, einmalig, aktuell, neue Erkenntnisse, neue Einblicke in Bekanntes, Erinnerungen wurden wach, engagierte Frauen, Freude am Austausch, Stehtische ideal als Neumitglied – Kontakt ist einfacher, sitzen und stehen möglich, viel Abwechslung – interaktiv, zum Lesen, Inputs, Filme.

Danke für euer Engagement; ihr bereitet uns immer wieder ein interessantes Programm vor, das uns neue Impulse gibt zur Lebensgestaltung und Horizonterweiterung.

H.S.

Als neues Mitglied habe ich sofort Anschluss gefunden. Bereichert ging ich nach Hause. Viele spannende Gespräche waren möglich und ich habe mit einer elle-Frau bereits einen Ausflug geplant. Fahren Sie so weiter, Sie sind auf dem richtigen Weg.

C.S.



Mit der Autorin Annemarie Morgenegg starteten wir am **Stamm** ins neue Forum elle-Jahr. Sie öffnete für uns die Deckel ihres Buches «für dich öffne ich meine Schublade», liess uns teilhaben an Lebenserinnerungen von Menschen welche aus dem konfliktreichen Ex-Jugoslawien in die Schweiz emigrierten und hier leben. Berührende Geschichten, ein lesenswertes Buch.

Museumsquartier Bern: dazu gehört auch die **Schweizerische Nationalbibliothek** (früher Landesbibliothek), mit dem gesetzlichen Auftrag sämtliche Publikationen welche in irgend einer Form (Bücher, Zeitschriften, Graphiken usw.) mit der Schweiz, schweizerischen Autoren usw. in Verbindung stehen, zu archivieren, zu erhalten und zu vermitteln. Wir staunten nicht schlecht, dass hier auch Forum elle-Jahresberichte vorlagen.

1
Forum elle Berichte präsent!

2
Blick hinter die Kulissen.

Nein, die Türen des Casinos im **Kursaal Bern** wurden für uns nicht geöffnet! Keine Jetons kamen zum Einsatz. Dafür durften wir mit einem sehr kompetenten guide einen Blick hinter die Kulissen dieses vielfältigen Baus werfen. Auf der Tour durch das Haus mit seinen verwinkelten Gängen,

hörten wir Geschichten über Menschen welche den Kursaal prägten, schauten den Lingerie-MitarbeiterInnen über die Schulter, wurden wir immer wieder mit kleinen Süßigkeiten verwöhnt, nicht zu vergessen der grandiose Blick von der Terrasse auf die Umgebung und den Gurten!



februar

Sie haben keine guten Karten beim Spiel um unsere Sympathie: Die Rede ist von von Rabenvögel wie Krähen, Kolkkraben, Elstern, etc. Den Ornithologen Christoph Vogel-Baumann – Nomen est omen – Referent am **Februar-Stamm**, haben sie seit seiner Kindheit definitiv gefesselt, und uns hat sein Plädoyer für eine Tiergruppe mit äusserst schlechtem Ruf sehr beeindruckt!

«**Eine Seefahrt die ist lustig, eine Seefahrt die ist schön...**». Wir haben zwar keine fremden Länder gesehen, sondern verbrachten gemütliche Stunden auf dem einheimischen Bielersee. Käpt Oli und seine Crew schipperten mit uns durch die Gewässer und verwöhnten uns mit einem traditionellen Treberwurstessen. Ein Anlass, welcher von den Teilnehmerinnen sehr geschätzt wurde, davon zeugte auch die fröhliche Stimmung an Bord, ob bei strahlendem Sonnenschein oder nasskaltem Regenwetter (2. Gruppe)!



3
Schiff
Ahoi.

3



4

Pionierinnen der Berner Politik, Raum der Erinnerungen, Vorkämpferinnen für das Frauenstimmrecht, Frauenbilder im Rathaus und weitere Stationen erwarteten uns im **Berner Rathaus**. Auf den Stühlen der Berner Grossrätinnen und Grossräte sitzend gab uns Barbara Ruf, Leiterin der Fachstelle für die Gleichstellung von Frauen und Männern des Kantons Bern, Inputs zum Thema «Frauen in der Politik, Geschichte und Gegenwart». Ein Film mit den Pionierinnen rundete die damaligen Geschehnisse, welche noch gar nicht allzu lange zurückliegen, ab. Der anschliessende Apéro in der Rathauhalle gab Anlass zu regen Diskussionen unter den Teilnehmerinnen.



5

Und weiter ging es mit «**Frauen-geschichten**», diesmal im Münster und doch schon aus etwas früheren Zeiten. Obwohl, als erste Pfarrerin ans Berner Münster gewählt wurde Maja Zimmermann erst im Jahre 1998! Mit viel verve vorgetragen begeisterte und riss uns mit in die Geschichten von bekannten und unbekanntem Frauenfiguren, Barbara Ursprung, ebenfalls Pfarrerin. Tief beeindruckt, sowie mit Musik und «verbotenen» Früchten versehen, liessen wir das eben gehörte ins uns nachklingen.



6

4 & 5

Besuch im Berner Rathaus.

6

Frauenfiguren am Hauptportal des Berner Münsters.

märz

Begegnung mit einer äusserst spannenden Künstlerin: Fraenzi Neuhaus führte uns durch **«Ihr Solothurn»** und zeigte uns ihre Werke von der Raiffeisenbank bis zu ihrem Atelier. Eindrückliche Exponate entstanden und entstehen hier. Als visuell Kunstschaffende arbeitet sie mit Materialien wie z.B. Kabelbindern und Microrohren. Begehbare Installationen entstehen daraus. Mit Staunen betrachteten wir aber auch ihre Zeichnungen auf Steinpapier und Pappelholz. Nicht zuletzt ist Fraenzi eine wunderbare Gastgeberin, der Lunch liess keine Wünsche offen!

Stamm März: Typ Eule oder Lerche?

In seinem Vortrag «Dein ist die Nacht» räumte Dr. med. Martin Weber jedenfalls mit einem weitverbreiteten Irrtum auf. Als durchschnittliche Mitteleuropäer brauchen wir nicht 8 Stunden Schlaf, sondern bloss deren sechs.

Alles, was darüber liegt, ist Luxus-schlaf. Und wir sollen den Schlaf nicht kontrollieren, sondern die Verantwortung dafür an den Körper abgeben. Die Kernaussage lautet: Der Körper holt sich den Schlaf, den er braucht. Eingeschlafen sind wir bei diesem Referat auf jeden Fall nicht!



7
Fränzi im
Element.

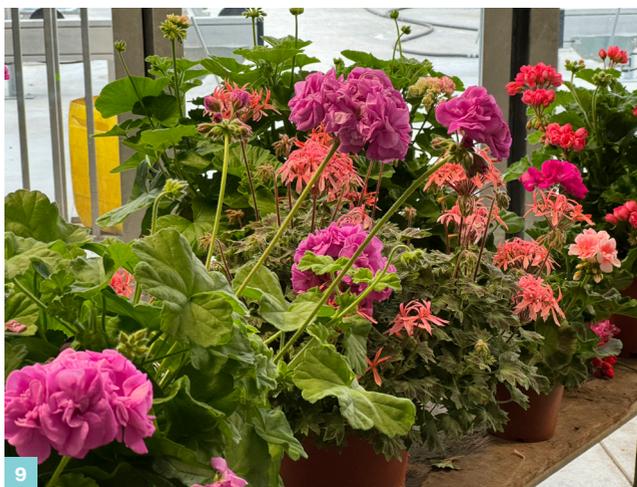
april

Alle Jahre wieder **GV im April**. Das Motto für das Jahr 2023 lautete <Begegnungen mit...> und unsere Präsidentin, Magdalena Bösigler präsentierte eindruckliche Zahlen über all die Aktivitäten unserer Sektion. 164 anwesende Mitglieder erteilten dem Vorstand einstimmig Décharge. Es folgten Verabschiedungen, Wahlen, Vorschau 2024, Verschiedenes. Das Rahmenprogramm bestritt Marlies Rupp mit der Vorstellung des mit ihrer Klasse gestalteten Bilderbuchs <ich will kein Eichhörnchen mehr sein>.

Spätestens nach dem Besuch der Gärtnereibetriebe der Stadtgrün Bern sagte uns der Name Anna Feodorowna (1781–1860) etwas. Als Besitzerin dieser Campagne samt Park prägte sie den Satz <die Elfen tanzten auf dieser Wiese – ich werde mein Gut **«Elfenau»** nennen>. Nebst dieser Geschichte erfreute unsere Augen eine grosse Anzahl von wunderschönen Pflanzen, welche u.a. für den städtischen Blumenschmuck kultiviert werden, ProSpecieRara Zierpflanzen für den Schaugarten. Informationen und Tipps zur Pflanzenwahl- und pflege erhielten wir von kompetenten Fachleuten. Die Elfenau verdient ihren Namen zu Recht.

8 & 9

Augenweide in der Elfenau.

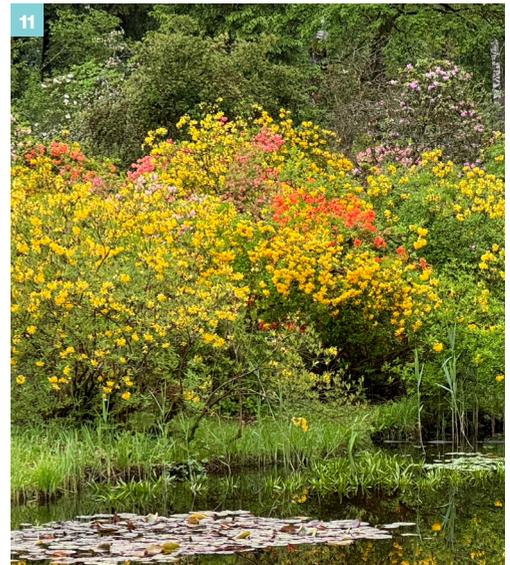




10
Nicole
und die
Geschichte
von
Loeb.

Schier überwältigend war die Vielfalt an Farben und Formen im Park **Seleger Moor**, genannt nach seinem Gründer, dem Gartenbauer Robert Seleger (1911–2000). Selegers Expeditionen führten ihn an die Ost- und Westküste der USA, nach Kanada, Alaska, Russland, China und die Berge von Nepal. So entstand aus Kreuzungen der mitgebrachten Rhododendren mit anderen Züchtungen diese wunderbare Pflanzenwelt. Azaleen, Farne, Bäume und weiteren Pflanzen ergänzen die abwechslungsreiche Parklandschaft, ebenso kleine Bäche und Teiche mit Seerosen und weiteren Wasserpflanzen. Und das Quaken der Frösche war unüberhörbar...

Der Mai-Stamm hatte es in sich! Der Saal Hodel war rappellvoll. Der Name des angekündigten Gastes wirkte wie ein Magnet – Nicole Loeb. **Loeb** gehört zu Bern wie die Aare. Zusammen mit Roland Christen präsentierte uns Nicole dann einen tollen Einblick in die Geschichte dieses Hauses, einem echten Berner Original. Vom klassischen Kaufhaus zu einem modernen Shopping-Paradies, aber immer mit dem Credo <Loeb – Das persönlichste Warenhaus der Schweiz>.





Welche Meditationsform ist die richtige für mich? Dies muss jede und jeder für sich selbst herausfinden. Yoga, Zen-Buddhismus, QiGong usw.? Unseren Mitgliedern bot sich die Gelegenheit an **QiGong**, entspringt der Traditionellen Chinesischen Medizin, zu schnuppern. Marc Walter, Humanbiologe, führte uns in die Kombination von Atmung, Bewegung und Vorstellungskraft ein. Ziel, die mythische Lebenskraft (Qi) im Körper zu steigern.

11 – 13
Drei von unzähligen...





Die meisten von uns wurden sicher schon von sogenannten Pishing-Mails belästigt, z.B. mit der Aufforderung einen bestimmten Betrag zu bezahlen, damit ein Paket ausgelöst werden kann. **Sicher unterwegs – auch im Internet.** Zum Thema Cyberkriminalität wurden wir am Stamm von zwei Fachleuten der Kantonspolizei Bern sensibilisiert und informiert. Kriminelle tummeln sich zunehmend im Netz, und zwar mit immer perfideren Methoden. Da gilt es auch im privaten Bereich höchst wachsam zu sein! Mit vielen Tipps wie wir uns, resp. unsere Systeme und Daten schützen können wurden wir beraten.



14
Achtsamkeit
im Netz!



15
Oldies bei Mibelle.

Die M-Industrietochter **Mibelle** in Frenkendorf steht zwar zum Verkauf. Wir hatten aber trotzdem noch die Gelegenheit für eine Betriebsbesichtigung in den seinerzeit von Gottlieb Duttweiler aufgebauten Produktionsstätten. Von Wasch- und Reinigungsmittel, über Hygiene-Produkte bis zu Margarine und Kochbutter, präsentiert sich eine Vielfalt von Artikeln wie Total, Potz und die in vielen Haushalten stehende orange Handyflasche, aber auch die Kosmetikserie I am oder Candida-Zahnpaste. Innovativ die neuen, nachhaltigen <Add-Water-Reinigungsmittel> der Marke Migros Plus. Eine Tüte gefüllt mit diversen Mustern begleitete uns auf dem Heimweg.

Ein bisschen näher das nächste Ziel: Zäziwil, das Tor zum Emmental. In der **Chäsi Eyweid** entstehen täglich frische Kuh-, Geiss- und Schafmilchkäse. Unter dem Motto «vo Miuch zum Chäs» verarbeiten engagierte Käser und das Eyweid-Team mit viel Leidenschaft die Milch von Tieren welche auf den umliegenden Hängen weiden, zu wunderbaren Käsen wie Schlossberger, Appenberger, la bouse und natürlich Emmentaler! Diese finden dank der innovativen Jumi AG den Weg von Zäziwil an den Bärner Märkt, nach London, Wien, Amerika und Japan. Beim anschliessenden

grossartigen Apéro riche kam aber auch unsere Gaumenfreude nicht zu kurz!

«**Do chönnnt ja jede cho!**». Forum elle-Mitglieder aber kamen in Scharen, nämlich auf den Gurten und besuchten die Vorpremiere des neuen Theaterstücks von Livia Anne Richard und Christoph Keller. 100 Theaterminuten mit einer etwas anderen Perspektive auf die wichtigen Themen Integration und Einbürgerung. Trotz Aktualität und Brisanz dieser Geschichte blieb das Amusement keineswegs auf der Strecke!

16

So ein Käse!

17

Das Bühnenbild – passend.



16



17



Professor Dr. Mathias Binswanger war Gast an unserem **Juli-Stamm** und referierte zum Thema «Tretmühlen des Glücks». Sein Buch mit dem gleichnamigen Titel wurde 2006 ein Bestseller – wir haben immer mehr und werden trotzdem nicht glücklich. Glücklos trotz Wohlstand? Glücklich mit einem Luxuswagen, oder Luxusyacht? Die Forschung sagt Nein. Ein Schwerpunkt seiner Forschungen ist der Zusammenhang zwischen Glück und Einkommen. Nicht ganz so leicht verdaulich dieses Thema. Weitere Bücher von Mathias Binswanger u.a. Sinnlose Wettbewerbe – warum wir immer mehr Unsinn produzieren, Herder Verlag 2010 oder Geld aus dem Nichts – wie Banken Wachstum ermöglichen und Krisen verursachen, Wiley Verlag 2015.

Besuch im **GDI Rüschlikon**, dem von Gottlieb Duttweiler gegründeten Trendforschungsinstitut. Nach dem Begrüssungskaffee erwarteten uns Informationen in Wort und Bild über die spannende Geschichte dieser Denkfabrik, dem ältesten Think Tank der Schweiz. Der Park im Grüene, ein Begriff! lud zum zwanglosen Flanieren und Entdecken ein. Irgendwie war da ein Gefühl wie wenn Dutt uns

begleiten würde. Ein Ort der Begegnung und Besinnung aber auch ein Ort des Spielens. Ein grosszügiges Mittagessen rundete den Besuch ab.



18
Dutti
wie er
leibt
und
lebt(e).

18

Ein witziger und charmant auftretender Hans Traffelet begrüßte uns am **Stamm**. Hans, ehemals Mister Gurten genannt, übernahm Ende Dezember 2022 seine neue Aufgabe als Leiter Wirtschafts- und Kulturförderung der Migros Aare. Mit dem Migros-Kulturprozent (gesamtschweizerisch rund 160 Millionen Franken pro Jahr!) werden vielfältige Angebote in den Bereichen Zusammenleben, Kultur, Bildung, Gesundheit etc. geschaffen und unterstützt. Das Kulturprozent, im Unternehmensleitbild der Migros fest verankert, soll möglichst vielen Menschen niederschweligen Zugang zu kulturellen Veranstaltungen verschaffen. Die Zahlen, welche uns präsentiert wurden, sind beeindruckend. Ein wertvolles Engagement für die Gesellschaft!



19

Hans Traffelet in Aktion.

19

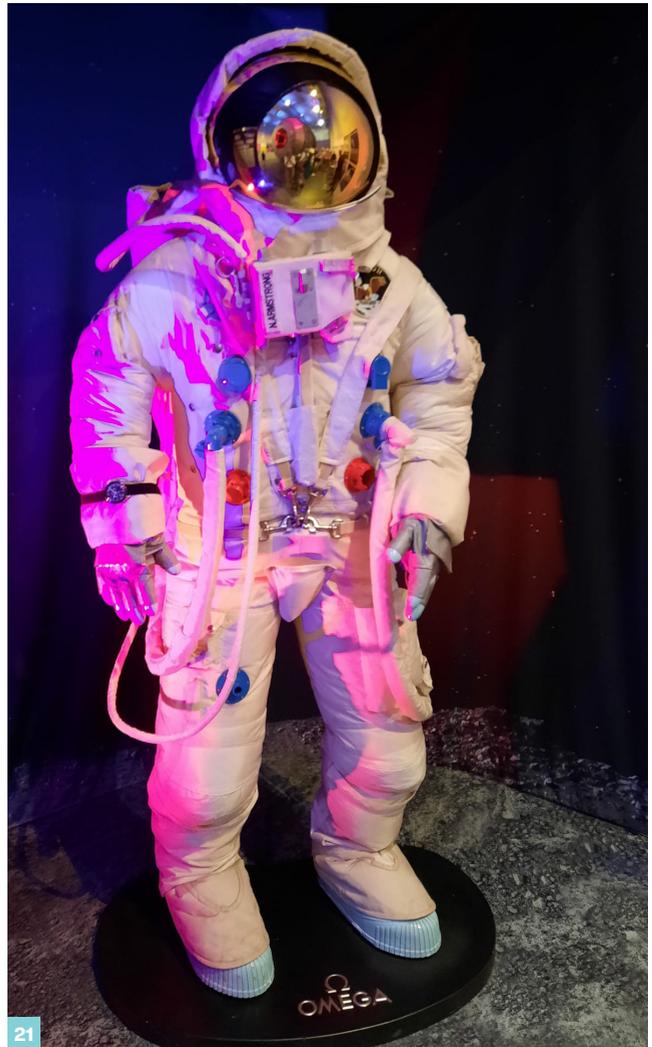
Was für ein Erlebnis, der Ausflug ins Weltall! Dazu mussten wir nicht nach Cape Canaveral reisen, sondern ganz einfach auf die Uecht bei Niedermuhlern. Dort steht seit knapp einem Jahr das Observatorium **Space Eye** (Bau Mario Botta).

20
Gruss von Bottas'
Observatorium.



Im Highend-Planetarium flitzten wir während 40 Minuten durch das Weltall bis ans Ende unserer Galaxie, kompetent begleitet von einem sogenannten Space-Guide. Die Milchstrasse, unsere Heimat-Galaxie von oben zu betrachten, auch wenn wir unten in tiefen Sesseln halb liegend waren, war einfach faszinierend! Die Sicht durch das grösste und beste Teleskop der Schweiz und sich ausserhalb des Gebäudes befindet, war dann aber wegen schlechtem Wetter nicht möglich. Ein Grund, um später wieder einmal auf den Längenberg zu pilgern.

Ein zwangloses Treffen im **Museumsquartier Bern** bot Gelegenheit, um unser Motto «Augenblicke» in lockerem Rahmen umzusetzen. Plaudern, Austauschen, Diskutieren usw. Zahlreiche Mitglieder trafen sich im neu entstandenen Garten zwischen den Museen und bestimmt sind da auch neue, wertvolle Kontakte entstanden.



21

Raumfahrt-Anzug
wohl eher unbequem.

21

Definition und Abgrenzung von Freiwilligenarbeit. Adrian Fischer, in Zusammenarbeit mit dem BFS und der SGG erläuterte uns am **Stamm** die verschiedenen Formen von Freiwilligem Engagement, also sinnstiftend oder informell. In der zweiten Lebenshälfte ist es vielfach der Wunsch nach einer sinnstiftenden Tätigkeit wie anderen Menschen helfen, Kontakt zur anderen Generation, oder einfach das Gefühl gebraucht zu werden, nützlich zu sein. Z.B. Enkelkinderbetreuung.

Da taucht dann aber doch immer wieder die Frage auf «sollten Grosseltern für regelmässiges Hüten bezahlt werden». Tatsache ist, dass in der Schweiz ca. 160 Millionen Stunden Betreuungsarbeit geleistet wird – meist gratis und entspricht schätzungsweise Arbeit im Wert von 8 Milliarden Franken. Ein nicht zu unterschätzender wirtschaftlicher Faktor.

Die Meinung vieler Grosseltern ist aber auch, dass ein gutes Verhältnis zum Enkelkind einfach glücklicher macht als jeder Franken.

Ein bisschen Downton Abbey (Film und gleichnamige TV-Serie) im **Schloss Oberhofen** am Thunersee. Unter dem Titel «Frauen in herrschaftlichen Diensten» bekamen wir auf einem Rundgang Einblick in das Leben von Bediensteten, welche den aufwendigen Lebensstil der Herrschaften überhaupt ermöglichten.

Auflagen wie «Die Jungfer wird vor allem die Eigenheiten ihrer Dame kennen und sich ihr, indem sie diesen nachkommt, besonders lieb und wert machen» oder «Bringt der Diener einen Brief, eine Zeitung oder dergleichen herein, so hat er sie auf einem Tablett zu präsentieren und nicht mit der Hand direkt zu überreichen, «Das Dienstmädchen binde sich beim Auftragen stets eine weisse Schürze um die wenn Gäste da sind, besonders schmuck sein soll» usw. – Die Namen der Schlossbesitzer sind bekannt, die Dienerschaft jedoch fand keinen Eingang in die Geschichtsbücher.



Graffiti – Kunst oder Vandalismus? Graffiti legal oder illegal? Peter Lauener, Fotograf und Top-Kenner der Szene, gab uns am Stamm Einblick in die Vielfältigkeit dieser <Kunst>. Harald Nägeli, der Sprayer von Zürich, berühmt-berüchtigt seinerzeit eben wegen seinen illegalen Graffitis wurde vom Gejagten zum gefeierten Künstler.

Das Werk des Streetart-Pioniers wird mittlerweile zur Kunst im öffentlichen Raum gezählt. Und heute einer der bekanntesten Graffiti-Künstler ist wohl Banksy. Die Akzeptanz und Definition von Graffiti in der Gegenwart ist sehr unterschiedlich geprägt, eben in Kunst oder Vandalismus.

25
 Passend zu unserem Jahresmotto – Augenblicke.

AUGEN



25



26 & 27

Impressionen von Appenzell.

Nichts, gar nichts trübte die Freude an diesen Reisetagen ins **Appenzell**. Weder Säntis und seine Nachbarn mit ihrer no show, noch Regen oder eisige Bise beim Dorfrundgang, noch die sehr abenteuerliche Anfahrt der zweiten Gruppe. Wir konnten die Genussreise im wahrsten Sinn des Wortes einfach nur geniessen, sei es kulinarisch bei den verschiedenen «Ess-Stationen» oder beim geführten Rundgang durch Appenzell. Wunderbare guides mit

urchigem Appenzeller-Dialekt brachten uns die Historie dieses eigenwilligen «Innerrhödler Völkchens» nahe, u.a. natürlich auch die Geschichte mit dem Frauenstimmrecht. Für ein kleines Shopping von Appenzeller Spezialitäten reichte die Zeit ebenfalls noch. Glückliche Gesichter und immer noch eine aufgeräumte Stimmung auf der späten Heimreise. Ein in jeder Hinsicht runder Genuss-Tag!



Die nächste Station im Oktober lag dann doch wieder ziemlich näher. Hinauf auf den **Berner Hausberg Gurten**, resp. im Idiom <Güschle>. Dort wurden uns einige Highlights geboten. Der Geschäftsleiter Patrick Vogel führte uns von ganz unten bis ganz oben <seines Hauses>. Geschichte, Zukunft und Entwicklung des Parks im Grünen, er wusste, von was er redete. – Im Mai dieses Jahres hat die neue Gurtenbahn ihren Betrieb aufgenommen, viele von uns kennen deshalb die Sicht aus den Panoramafenstern bereits. Einen Blick in die Kommando-Zentrale hingegen ist schon eher aussergewöhnlich. Bernhard Schmocker, Leiter Betrieb, erklärte uns mit seinem grossen Wissen die Technik dieser komplexen Anlagen – und wir zielten unsere Köpfe ein, als das <Bähnli> quasi über diese rollte...



29

28

28
Guete Schlaf
uf äm Güschle.

29 & 30
Staunen
in der
Kommando-
zentrale.





Ja, bereits Mitte Oktober ziehen unsere Gedanken Richtung Advent (schliesslich liegen in den Regalen ja auch schon Lebkuchen etc.). Einmal mehr unter der kundigen Leitung von Barbara Ackermann und Magdalena Bösiger, wurden für die bevorstehenden festlichen Zeiten entsprechende Objekte hergestellt. Dieses Jahr Sterne. Sterne in allen Formen, Materialien und Farben, alles Unikate. **Sternstunden!**



31
Die
sternen-
reiche
Zeit naht.



Sie werden gecoacht, sie haben Zugang zu Arbeit, Sport, Bildung, Therapien, Seelsorge, alles steht zur Verfügung. Aber: es ist ein **Frauen Leben hinter Gittern**. Nachts werden sie in ihre Einzelzellen eingeschlossen. Für begangene Delikte verbüssen die Frauen hier ihre Strafe. Martina Schwendener, Leiterin der Abteilung Arbeit, Massnahmen- und Spezialvollzug in der JVA Hindelbank, gab Einblick in eben dieses Leben. Die JVA Hindelbank ist die einzige Vollzugsanstalt für Frauen in der deutschsprachigen Schweiz. Das sehr gut aufgebaute und informative Referat am November-Stamm hinterliess einen etwas anderen Blick in den heutigen Strafvollzug.

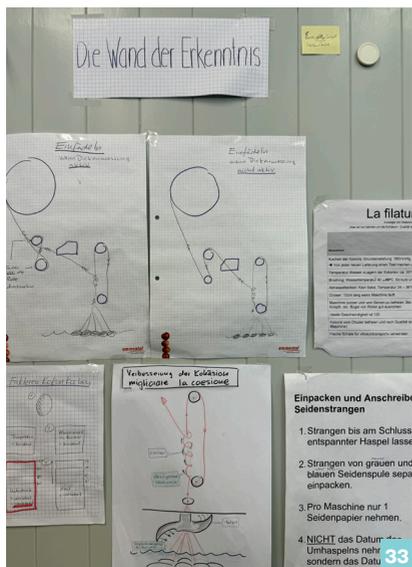
32
Platz
nehmen
im Kino
um die
Ecke.

Überraschung im Kino um die Ecke – und diese ist gelungen! **«Drom bring mer Blueme solang i Freud cha ha...»** oder das Feyr vo dr Sehnsucht, Ewigi Liebei usw. Wir kennen sie alle, diese Erfolgs-Hits des Jodelclubs aus Wiesenberg im Kanton Nidwalden. Und sie landeten damit im Scheinwerferlicht des Showbiz. Der Dok-Film <die Wiesenberger> richtete den Blick nicht nur auf ihre Erfolge, sondern gab Einblick in das ganz normale Leben dieser Bergler, zeigte dass <no business like showbusiness> diese Gemeinschaft beinah zerrissen hat. Eine in hohem Mass beeindruckende Dokumentation, welche sehr berührte, chli gränne durfte sein, uns aber die Welt draussen für einen Moment vergessen liess.

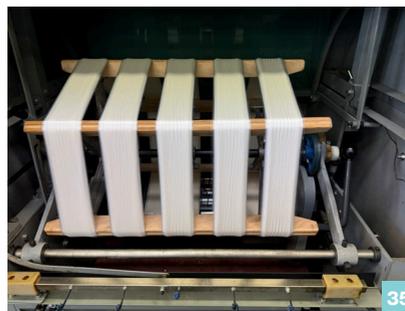


Vom Maulbeerbaum, Nahrung der Seidenraupe, über den Cocon zum feinsten Faden der Welt und damit zu luxuriösen Produkten wie seidige Bettwäsche, Seidenblusen etc., ein langer und nicht ganz einfacher Prozess. **Swiss Silk**, eine innovative Vereinigung von Schweizer Bäuerinnen und Bauern, sowie traditionsreiche Unternehmen der Schweizer Textilindustrie, macht dies wieder möglich. In der Manufaktur Bolligen gaben Ueli Ramseier und seine Mitarbeiter Einblick in diesen

kniffligen Herstellungsprozess, welcher nebst Adaptionen der aus China (dem Seidenland schlechthin) stammenden Maschinen viel Handarbeit erfordert. Dass die daraus entstehenden Produkte entsprechend ihren Preis haben, versteht sich von selbst. Aber vielleicht leistet man sich doch einmal ein Swiss Silk-Blüsli oder so.



34



35

33–35
Arbeitsschritte
in der
Manufaktur.



In unserer Sektion nicht wegzudenken ist der **Chlouse-Stamm**.

Der Grittibänz gehört ganz einfach dazu, ebenso die geschmückten Tische, Kerzen, aber auch die spezielle Stimmung in der Adventszeit und natürlich Düfte! Nebst demjenigen des Bänz lehrte uns Michelle Krügel, u.a. dipl. Aromatherapeutin SfA, wie ätherische Öle auf unsere körperlichen und geistigen Dysbalancen wirken.

Düfte begleiten uns durchs Leben, aber auch durch den heutigen Stamm.

36

Michelle Krügel und ihre Düfte.

37

Grittibänz Produktion.



Ob bei den beliebten Kurzwanderungen mit Erika, Sonja und Barbara, oder bei den anspruchsvolleren Wanderungen organisiert durch Karin und Laurence, die **Wanderfrauen** konnten gemäss unserem Jahresmotto «Augenblicke», eben solche in einer grossen Vielfalt in der freien Natur geniessen.



39

38 & 39
Das Wandern
ist der Elle-
Frauen Lust.



38

d ezember

Bereits zum zweiten Mal fand unser **Adventsanlass** in Utzigen statt. Und wie im letzten Jahr wurden wir von der ganzen Gastro-Crew des Café-Restaurant Schlosshof rundum verwöhnt. Die Dekorationen auf den festlich eingedeckten Tischen wurden

ebenfalls wieder in der Ergotherapie des Wohnheims hergestellt, was doch sinnvoll ist. Musikalisch begleitet mit festlicher Musik und zum Mitsingen von bekannten Weihnachtsliedern angeregt, hat uns das TrioLaRonde. Es ist ein Ros' entsprungen...



40



Und wir entspringen mit
diesem letzten Anlass dem
vergangenen Jahr und freuen
uns auf viele Begegnungen und
Augenblicke im Jahr 2025!

40 & 41

Es weihnachtet sehr.

Herzlichen Dank

Ein herzliches Dankeschön gilt allen, die durch ihre Zeit, ihre Ideen und ihre tatkräftige Unterstützung zum Erfolg unserer Veranstaltungen beigetragen haben. Ohne diese Gemeinschaftsleistung wäre vieles nicht möglich gewesen.

An **Hans Traffelet**, Leiter Wirtschafts- und Kulturförderung und **Joel Rufibach**, Finanzierungsbeiträge <Kunst und Kultur> der Genossenschaft Migros Aare, für die Unterstützung – auch für aussergewöhnliche Vorhaben – und den ideellen und finanziellen Support.

An die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Migros Aare, die sich stets für unser Wohl einsetzen und ihr Wissen zur Verfügung stellen.

An **Reto Sopranetti**, Geschäftsleiter Migros Aare, für die wertschätzende Unterstützung.

An die Zentralpräsidentin, **Sandra Luzia Schafroth** und die Mitglieder des Zentralvorstandes für die Zusammenarbeit und die Unterstützung.

An meine **Kolleginnen im Vorstand** ein grosses MERCI: Ohne ihr Engagement für das Forum elle wären dies nicht so lebendig, vielseitig und erfolgreich unterwegs. Ich habe grosse Achtung vor der ausgezeichneten Leistung des ganzen Teams.

An die **Wanderleiterinnen** und ihren Begleiterinnen, die mit ihren Ideen unsere Mitglieder stets neu begeistern können.

An dieser Stelle ein herzliches **DANKE** an euch, liebe Mitglieder, für eure Verbundenheit zum Forum elle und eure wertvollen Rückmeldungen. Eure Wertschätzung inspiriert uns für unsere Arbeit.

Impressum

Texte und Redaktion:

Kathy Notbom, Magdalena Bösigler

Fotos:

Vorstand Forum elle, Sektion Bern und Wanderleiterinnen

Druck:

Mastra Druck AG, Urtenen-Schönbühl

Layout:

Marc Peter, on-IDLE

Ausblick und 100 Jahre Migros

In einer Zeit, die von Veränderung und Unsicherheiten geprägt ist, wird uns das Motto «Staunen» durchs Jahr 2020 begleiten.

Michael Depner schreibt in seinem Buch «Seele und Gesundheit» zum Thema:

«Wer staunt, widersetzt sich der Vergeudung des Lebens.»

Das Staunen ist ein Leitmotiv, das uns dazu einlädt, die Zeit anzuhalten, zu verweilen und zu geniessen, sich der plötzlichen Kraft eines Moments oder einer Sache hinzugeben, etwas Aussergewöhnlichem unsere Aufmerksamkeit zu widmen, Neues zu entdecken und auch die kleinen Wunder im Alltag zu schätzen.

Begleiten wird uns auch das Jubiläum «100 Jahre Migros» und wir werden uns punktuell mit der Entwicklung und den Werten dieses Unternehmens befassen, denn auch das Forum_elle ist Teil dieser Geschichte.

Das neue Verbandsjahr bietet uns deshalb viele Chancen, sowohl als Einzelne als auch als Gemeinschaft, Neues zu entdecken und sogar Ungewohntes zu erleben.

Ein abwechslungsreiches, inspirierendes Programm rund um das Motto STAUNEN erwartet euch...

... und vielleicht kommen wir ab und zu aus dem Staunen nicht mehr heraus.



Magdalena Bösiger, Präsidentin

www.on-idle.com

www.forum-elle.ch

FORUM
elle

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



Mit Förderung des
MIGROS
Kulturprozent