



Sektion Aargau

Jahresbericht 2024

FORUM
elle

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

Impressionen des Jahres 2024



Liebe Forum elle Mitglieder Liebe Leserinnen und Leser

Das kommende Jahr bringt einen besonderen Anlass mit sich: Die Migros feiert ihr 100-jähriges Bestehen – ein Jubiläum, das wir gerne zum Anlass nehmen, um unseren eigenen Verein zu stärken und in die Zukunft zu blicken. Unsere Gemeinschaft hat so viele schöne Momente geschaffen, und es liegt an uns allen, dafür zu sorgen, dass sie lebendig bleibt.

Jedes neue Mitglied, das durch euch zu uns findet, stärkt unser Gemeinschaftsgefühl und sichert die Zukunft unseres Vereins. Als Dankeschön erhält jedes Mitglied, das ein neues Mitglied wirbt, einen Gutschein von der Migros.

Lasst uns gemeinsam daran arbeiten, den Verein für die Zukunft stark zu machen – so, dass wir weiterhin zusammen lachen, feiern und schöne Erinnerungen schaffen können. Vielen Dank für eure Unterstützung!

Herzliche Grüsse
Eure Präsidentin
Marilena Mandra



januar

Vortrag Lebensfreude und Gestaltungskraft

Frau Monika Beck erzählte uns über viele interessante Möglichkeiten, wie wir auch im hohen Alter unsere Kreativität und Lebensfreude bewahren können. Sie hat sich während ihres gesamten Berufslebens mit der Thematik «Hohes Alter» in Praxis und Theorie befasst. Auf der Basis

aktueller Forschung und am Beispiel des Komponisten Johann Sebastian Bach wurde dieser Frage nachgegangen. Anschliessend diskutierten wir, wie weit das Gehörte für unser eigenes Leben Sinn macht und hilfreich ist – oder eben nicht.



1
Vortrag
Lebens-
freude
und
Gestaltung-
kraft

februar

Führung Gewürzmühle Chalira

Am 16. Februar durften wir in drei Gruppen eine Führung in der Schlossmühle in Aarau machen. Wir liessen uns von jahrhundertealter Technik faszinieren, erfuhren viel Wissenswertes aus der Geschichte der Mühle und alles Interessante über die Herstellung feinsten Gewürzmischungen und delikatem Senf. Hautnah erlebten wir, wie sich die Mühlen drehten und mahlen. Mit viel Sorgsamkeit und Leidenschaft kreiert das Team mit dem Gründer Michael Morskoi Gewürzmischungen, Würzpasten und Senf, möglichst saisonal und natürlich von Hand. Mit vielen feinen Düften in der Nase, durften wir am Schluss der Führung die edlen Gewürze im Mühle-Lädeli einkaufen.



2



3



4

2–4
Wir
bestaunen
die alte
Mühle

märz

Neumitgliederanlass

Am 5. März organisierten wir einen Neumitgliederanlass in der Migros Klubschule Aarau. Eingeladen wurden alle Mitglieder, die im Laufe der Vereinsjahre 2022/2023 beigetreten sind. Wir vom Vorstand stellten uns alle vor.

Unsere Präsidentin berichtete über unsere spannenden Angebote und was unsere Ziele sind. Bei Kaffee und Kuchen entstanden schöne Gespräche und wir lernten uns alle besser kennen.

66. Generalversammlung

Am 19. März begrüßte unsere Präsidentin alle anwesenden Frauen mit viel Witz und Charme und übergab anschliessend das Wort an Cécile Schwinghammer vom Zentralvorstand. Sie begrüßte ebenfalls alle Anwesenden recht herzlich und stellte Sandra Schafroth vor, sie wird sich an der Delegiertenversammlung als neue Zentralpräsidentin zur Wahl stellen. Als kleines Dankeschön für die geleistete Arbeit überreichte Cécile allen Vorstandsmitgliedern einen kleinen Schoggi-Hasen.

Das Protokoll der GV vom 21.03.2023, der Jahresbericht 2023, die Jahresrechnung 2023 und die Entlastung des Vorstandes wurden einstimmig angenommen.

Sandra Bellonato, Vorstandsmitglied stellte uns das aktuelle Jahresprogramm vor.

Zum Schluss wurden alle Mitglieder zu Kaffee und einem saftigen Stück Apfelkuchen eingeladen.

Anschliessend übergab Marilena das Wort Sarah Lohr. Sie ist eine Sozialarbeiterin beim KRSD.

Die diesjährige Kollekte wurde an den kirchlichen, regionalen Sozialdienst gespendet. Im Kanton Aargau gibt es neun kirchliche regionale Sozialdienste. Durch die Sammlung unserer Kollekte, haben wir einen Betrag von CHF 416.10 eingenommen. Wir hatten den Betrag auf CHF 600.00 aufgerundet und anschliessend der KRSD überwiesen.

Marilena wünschte allen Anwesenden und ihren Familien einen schönen Frühling.



5
Am 19. März war es wieder soweit: die Generalversammlung

5

april

Besichtigung Ölmühle

Der Mühledoktor Kurt Fasnacht baute eine über 100-jährige Ölmühle, die er vor Jahren in Villnachern vor der Verschrottung gerettet hatte, in die Mühlscheune in Seon ein.

Im April besichtigten wir die Mühlscheune. Dort durften wir dem <Oeler> gespannt zuschauen, wie er Nussöl von feinsten Qualität presste. Das Nussöl wurde in traditioneller Pressung hergestellt. Im imposanten Kollergang wurden die Nüsse zu einem Brei

zerquetscht. Danach kam der Brei in den Ofen und wurde auf rund 50 Grad erhitzt. Der Brei wurde deutlich ölig. In der Presse wurde aus dem öligen Brei das köstliche und naturbelassene Nussöl herausgepresst. 50 Grad bedeutet immer noch eine schonende

Pressung, beziehungsweise Kaltpressung. Anschliessend wurden wir im rustikalen Mühleraum mit einem feinen Apéro verwöhnt und liessen den eindrucksvollen Nachmittag bei regen Gesprächen ausklingen.



6
Der Brei wird gepresst

7
Apéro und interessante Gespräche

8
Der Oeler mahlt die Nüsse





Stadtführung Aarau

Wir trafen uns bei strahlendem Sonnenschein in der Markthalle in Aarau.

Dort erhielten wir einen kurzen Atem-Kurs von Frau Annina Züllig, eine diplomierte Atem-Pädagogin. Sie erzählte uns über den verbundenen Atem, der den Organismus mit Sauerstoff überflutet und unsere Lebensenergie stärkt. Mit der Technik des <Verbundenen Atems> gelangt mehr Atemluft, mehr Energie als gewöhnlich in den Organismus. Er belebt den Fluss der Energie, körperliche und geistige Blockaden werden angegangen und langfristig gelöst.

Nachdem wir uns mit einem kleinen Saft gestärkt hatten, machten wir uns

auf die Zeitreise durch die bewegende Geschichte von Aarau. Dabei begegneten wir zahlreichen spannenden Zeitzeugen und entdeckten idyllische Plätze zum Verweilen.

Die Kyburger setzten mit ihrer vorausschauenden Stadtplanung den Grundstein für die heute malerische und zeitgemässe Aarauer Altstadt. Zum Schluss trafen wir uns wieder in der Markthalle zu Kaffee und einem feinen Gebäck.

Mit muteren Gesprächen über den eindrücklichen Nachmittag, liessen wir den Tag ausklingen und machten uns glücklich auf den Heimweg.



9



10



11



12

9

Altstadt Aarau

10

Gespanntes zuhören

11

Unter den Linden

12

Hinterhof

juni



13



15



14



16

Vereinsreise ins Appenzellerland

Trotz Regen liessen wir uns die Laune nicht verderben und starteten unsere Reise ins Appenzellerland. Nach der Ankunft in Appenzell, teilten wir uns in zwei Gruppen auf.

Eine Gruppe begann mit einer interessanten Dorfführung. Wir liessen uns von den bunten Häusern in der Hauptgasse verzaubern, bestaunten die stattliche Pfarrkirche und auf dem Landsgemeindeplatz erfuhren wir vieles über die Abstimmungen.

Die andere Gruppe besuchte das traditionelle Familienunternehmen Alpenbitter. 1902 schuf Emil Ebnetter ein alkoholisches Getränk, dessen Rezept bis heute in Familienbesitz ist. Bekannt sind einzig die Zutaten: 42 Kräuter und Gewürze.

Das Rezept des Alpenbitters ist seither unverändert. Er wird zu 100 Prozent aus natürlichen Rohstoffen und ohne chemische Zutaten hergestellt. Auf der Führung durften wir mit allen Sinnen die Kräuterwelt erleben. Nachdem wir vieles über die Brenntradition und die Herstellung erfahren haben, wurde es Zeit, den Appenzeller Alpenbitter und weitere Spezialitäten zu degustieren.

Sämtliche Produkte konnten wir im Fabrikladen kaufen. Um 11.45 Uhr trafen sich beide Gruppen im Gasthaus Hof für ein feines, gemeinsames Mittagessen. Am Nachmittag tauschten die Gruppen die Führungen. Gegen 16.00 Uhr machten wir uns wieder auf den Heimweg.



17

13
Lands-
gemeinde
platz

14
Alpenbitter-
Ausstellung

15
Kreuzkapelle

16
Hauptgasse

17
Brennkessel

september

Vortrag Demeter

Demeter ist das weltweit gültige Qualitätslabel für Nahrungsmittel aus der biologisch- dynamischen Landwirtschaft, die seit 100 Jahren mit einem ganzheitlichen Ansatz eine möglichst hohe Qualität bei möglichst geringer Umweltbelastung anstrebt. Der Schlüssel dazu ist ein respektvoller

Umgang mit Erde, Pflanzen, Tieren und Mitmenschen. Alfred Schädeli aus Uettlingen bei Bern ist Landwirt und Präsident des Vereins für biologisch- dynamische Landwirtschaft. Er erzählte uns vieles über seinen Beruf und über die stengen Vorschriften, die das Label Demeter mit sich bringt.



18
Landwirt
Alfred Schädeli

oktober



19
Besuch bei
den Kühen

20
Imker Josef
Brunner

Ausflug zum landwirtschaftlichen Museum Burgrain

Am 16. Oktober fuhren wir Richtung Luzern. In der Wirtschaft Zur Schlacht in Sempach bekamen wir einen Kaffee mit Gipfeli und besichtigten die Schlachtkapelle nebenan. Dann fuhren wir in die schöne Altstadt von Sempach und liessen es uns nicht nehmen ein wenig zu bummeln. Gegen Mittag führte uns der Weg nach Alberswil zum landwirtschaftlichen Museum Burgrain. Dort erhielten wir ein wunderbares Mittagessen mit Dessert.

Anschliessend teilten wir uns in zwei Gruppen auf. Eine Gruppe besichtigte den Hof mit vielen interessanten Informationen über die Tiere und die Hofarbeit. Die andere Gruppe ging

zum Bienenhaus, dort wurden sie vom leidenschaftlichen Imker Josef Brunner bereits erwartet. Er erzählte viel Wissenswertes über die Bienen. Im Sommerhalbjahr werden Bienen nur 45 Tage alt. Königinnen entstehen aus ganz normalen Bienenlarven, mit dem Unterschied, dass sie mit Gelée Royal gefüttert werden. Dieses bewirkt denn auch die Entwicklung des Geschlechtsapparates der Königin, denn nach der Begattung wird sie täglich rund 2000 Eier legen.

Anschliessend konnten wir im Hofladen feine Bioprodukte einkaufen, bevor wir uns wieder auf den Heimweg machten.

November

Jahresabschlussfeier

Auch dieses Jahr durften wir wieder im Gasthof zum Schützen in Aarau unser traditionelles Jahresabschlussessen geniessen. Bei gemütlicher Atmosphäre wurden uns knackige Blattsalate, Schweineschnitzel mit Champignonrahmsauce und Butternudeln, Kürbisravioli an Salbeibutter und ein erfrischendes Limettenmousse serviert.

Anschliessend wurden wir vom lustigen «Trubädur», Ädu Baumgartner unterhalten. Wir konnten lachen und mitsingen und genossen die fröhliche Stimmung. Auch an einem farbenfrohen Gabentisch konnten wir uns wieder erfreuen.



22



21

21–23

Gemütliches
Beisammensein

23

d e z e m b e r

Weihnachtsausflug nach Neuf-Brisach

Mit zwei Reisebussen, machten wir uns auf den Weg nach Breisach am Rhein. Als wir ankamen, wartete bereits unser Ausflugsschiff. Auf dem Schiff lud glitzernde Weihnachtsdekoration zum Verweilen ein. Gemütlich starteten wir mit der Schleusenfahrt und schauten gespannt zu, als wir in die Schleuse fuhren und dann fast 12 Meter Höhe überwunden hatten. Mit einem feinen Mittagessen genossen wir den Rest der Schifffahrt.

Am Nachmittag fuhren wir mit den Bussen nach Neuf-Brisach zum Weihnachtsmarkt. Ein Teil des Marktes wurde wie ein Dorf im Jahre 1700 gestaltet. Das war sehr interessant! Auch der zweite Teil des Weihnachtsmarktes, der von unserer Zeit war, erfreute uns mit vielen liebevoll gebastelten Kleinigkeiten. Ein wärmender Glühwein durfte natürlich auch nicht fehlen.

Mit vielen schönen Erinnerungen, machten wir uns wieder auf den Heimweg.

Eure Aktuarin
Edith Wipfli



24



25



26



27

24
Mittagessen auf dem
Ausflugsschiff

25
Das Schiff steht bereit

26
Weihnachtsdeko
auf dem Schiff

27
Neuf-Brisach
Abendstimmung

28
Weihnachtsmarkt
Neuf-Brisach



28

d e z e m b e r



29



30

Weihnachtsmarkt wie im Jahr 1700



31

29
Bäckerin

30
Spinnerin

31
Verkaufsstand

Gruppen- tätigkeiten



Jassgruppe in Aarau

Jassen ist Trumpf! Auch dieses Jahr wurde wieder fleissig gejasst.

Jassleiterin: Doris Schick

Gruppen- tätigkeiten

Wandergruppe FORUM elle

Auch im vergangenen Jahr 2024 gab es wieder einen bunten Strauss schöner Wanderungen. Obwohl das Wetter oftmals sehr unbeständig war, konnten alle Wanderungen programm-gemäss durchgeführt werden.

Einmal mit Abkürzung: da eine steife Bise um alle Ecken pfiiff, wurde der geplante Stadtbummel in Laufenburg kurzerhand abgeblasen. Umso mehr genoss die Gruppe den Aufenthalt im Café mit feinen Süssigkeiten.

Auf das Glück durften wir immer wieder zählen. Sei es, als sich kurz vor Ende der Mai Wanderung ein Gewitter mit Blitz und Donner näherte. Kaum angekommen im Restaurant, prasselte minutenlang ein sintflutartiger Regen nieder. Oder als drei Wanderinnen unfreiwillig den Startpunkt am Bahnhof verpassten wegen einer Buspanne. Dank Handy Mitteilung stand einer Jura-Wanderung mit verspätetem Start nichts mehr im Wege.

Zur Tradition gehört die Metzgete-Wanderung. Sie führte uns diesmal nach Thalheim mit vorgängigem Halt bei der teils unbekanntenen Ruine Schenkenberg: etliche Wanderinnen waren zum ersten Mal hier.

Lasst euch vom neuen Halbjahresprogramm 2025 überraschen. Wir danken allen Wanderinnen für die aktive Teilnahme und heissen Neue herzlich willkommen.

Schnuppern ist erlaubt!

Wanderleiterinnen: Marianne Bircher und Julia Blattner



33



32



34

32—34

Das Wanderjahr 2024 war wieder sehr spannend

Vorstandsarbeit

Wir, der Vorstand der Sektion Aargau waren auch dieses Jahr wieder fleissig und produktiv. Wir führten vier Vorstandssitzungen durch, um Veranstaltungen zu planen und auszuwerten, aber auch über strategische Themen zu sprechen, unter anderem um den Fortbestand unseres Vereins.

Da wir dieses Jahr die Gastgeberinnen für die Delegiertenversammlung waren, kam zusätzliche Arbeit auf uns zu. Unzählige Stunden brauchten wir, um alles für diesen grossen Tag zu planen, damit alles reibungslos abläuft.

Unsere Mitglieder erhielten mehrmals Unterlagen für unsere Vereinsaktivitäten und die Einladung für die Generalversammlung.

Unsere Präsidentin nahm an zwei Präsidentinnen-Konferenzen und an einer Arbeitstagung teil.

Mitgliederbestand
31.12.2024: 323

Der Vorstand Sektion Aargau

Carmen Kronenberg Müller
Kassierin

Marilena Mandra
Präsidentin



Sandra Bellonato
Anlässe

Edith Wipfli
Aktuarin

Herzlichen Dank

Herrn **Reto Sopranetti**
Geschäftsleiter Migros-Aare.

Herrn **Hans Traffelet**
Leiter Wirtschafts- und Kulturförderung Migros-Aare.

Herrn **Joel Rufibach**
Finanzierungsbeiträge «Kunst und Kultur» Migros-Aare.

Der Präsidentin des ZV
Frau **Beatrice Richard-Ruf** bis 7. Mai 2024)
Frau **Sandra Luzia Schafroth** (ab 7. Mai 2024)
und dem ganzen Zentralvorstand.

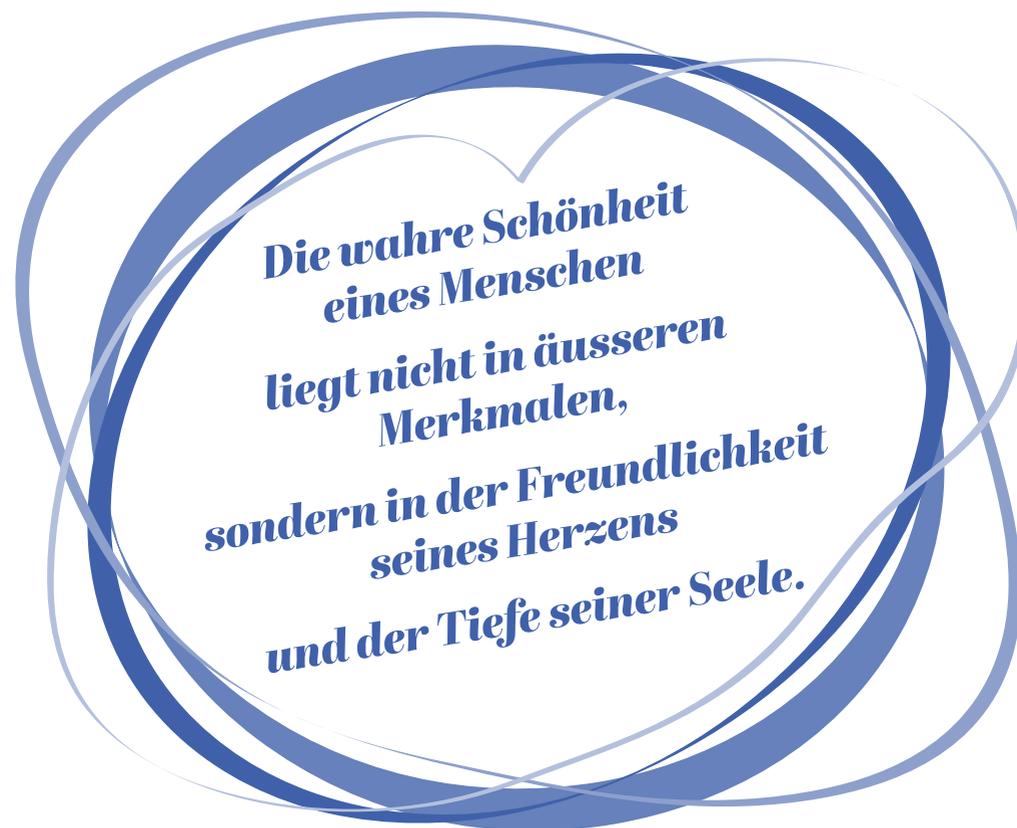
Dem ganzen Team von **Mastra Druck**.

Den **Wanderleiterinnen** und der **Jassleiterin**.

Meinen **Vorstandskolleginnen**
für ihre zuverlässige und engagierte Zusammenarbeit.

Ihnen, liebe Mitglieder
für die Teilnahme an unseren Anlässen, Ihre Treue und
Ihrer Wertschätzung unserer Arbeit.

Ihre Präsidentin
Marilena Mandra



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