

Les changements que nous vivons actuellement ne visent pas à bouleverser mais à s'adapter dans la continuité. Cette définition, la section de FORUMelle valais romand s'est appliquée à la mettre en valeur tout au long de l'année écoulée, en offrant un programme de manifestations attrayantes, intéressantes, variées, ciblées et inédites.

Formant une espèce de fan club Migros, les membres partagent une vision commune des choses. Elles souhaitent pouvoir s'informer en direct, poser des questions à des personnes compétentes, être en phase avec la société, s'ouvrir l'esprit et développer des liens sociaux.

Une fois de plus et grâce à la collaboration de Migros-Valais FORUMelle a rempli sa mission de lieu de rencontres et d'échanges d'idées, en permettant à des femmes de tous âges et de tous horizons de recevoir des informations de 1<sup>ère</sup> main au travers de conférences et de visites d'entreprises, en Suisse et à l'étranger. Nous ne pouvons que nous en réjouir.

Grande nouveauté en 2013 au niveau national :

- Changement de format et relookage du Bulletin expédié 2 fois l'an à toutes les membres
- Amélioration du contenu du site Internet de FORUMelle Suisse
- Envoi d'un questionnaire par la Centrale à tous les membres (plus de 10'000) env. 13% de retour et 74% ont dit être très satisfaites des prestations de FORUMelle

Une autre nouveauté, mais au niveau de notre section cette fois et qui nous fait grand plaisir, la création, par notre trésorière Alice Zuber d'une galerie de photos de nos rencontres (2012-2013) que l'on peut consulter sur le site [www.forumelle-valais.ch](http://www.forumelle-valais.ch). Un chaleureux merci à Alice Zuber qui fait le nécessaire après chaque rencontre de mettre les photos sur le site.

Au cours de l'année 2013, nous avons organisé les rencontres suivantes :

### **Janvier**

Conférence sur le thème « *la variété dans votre assiette* » par M. Johann Züblin adjoint à la direction développement durable et management à la FCM à Zürich. Surpêche et explosion de la consommation pèsent sur de nombreuses réserves de poissons. Heureusement que les labels MSC & ASC s'engagent pour une pêche et une aquaculture écologiques. Les Suisses consomment 9 kg/an de poissons et fruits de mer. GénérationM promet à la génération de demain que, d'ici 2020, notre approvisionnement en poissons proviendra de sources durables.

### **Février**

Les Suisses détiennent le record de consommation mondiale de chocolat : 11,6 kg/an/personne. Le chocolat fait toujours partie des rations journalières de l'armée suisse ! Après la seconde guerre mondiale, le chocolat perdit de son statut de denrée de luxe car ce n'est pas seulement une industrie mais également « *un art de vivre* ». Voilà ce que nous avons aussi appris lors de nos deux visites à la fabrique de chocolat FREY.

### **Mars**

AG précédée d'un tour d'horizon sur les résultats de Migros-Valais à savoir :

- Baisse de prix
- Perspectives d'avenir
- Développement du réseau de vente
- Tourisme d'achat aux frontières
- Gaspillage alimentaire
- Divers, ex. système Subito

Par M. Max Alter directeur qui a terminé son exposé en répondant aux nombreuses questions. A l'issue de l'AG nous avons partagé le traditionnel repas du berger.

## **Avril**

Conférence sur le thème : « *la cosmétique ne vous rend pas plus jeune mais plus belle* ». Mme Sabine Meulien-Martin responsable du suivi et des informations de l'assortiment Mibelle nous a donné des explications détaillées et permit à ces dames de tester le parfum, l'absorption et la texture de ces produits de beauté. En conclusion la jeunesse éternelle n'existe pas, mais avec des produits adaptés à notre type de peau, il est possible de limiter les outrages du temps.

## **Mai**

Le journal du matin, on en parle, mes dialogues, la librairie francophone, bille en tête, histoire vivante, monsieur jardinier, sport 1<sup>ère</sup>, kiosque à musique, ligne de cœur et j'en passe, voilà quelques-unes des émissions radiophoniques écoutées journallement. Nous sommes donc allés à la RTS voir comment se préparaient ces émissions. L'après-midi nous avons tourné l'espagnolette des « fenêtres » thème de l'exposition à la Fondation de l'Hermitage à Lausanne. Visite guidée avec l'historienne de l'art, Mme Patricia Zazzali qui nous a captivé par ses information artistiques.

## **Juin**

« *Visites d'une exploitation maraichère dans le Seeland et de la Centrale nucléaire de Mühleberg* » cette journée fut une révélation. Le Seeland, pays des 3 lacs, compte 400 producteurs qui fournissent 60 légumes différents à 15 grossistes et sur 480 employés dans la récolte des légumes il y a 25 nationalités. Nous avons que pour blanchir l'intérieur des salades scarole et frisée on leur met un genre de chapeau !. Déjeuner à la ferme, menu composé uniquement des produits du terroir. L'électricité ne sert pas uniquement à nous éclairer : c'est une énergie indissociable de notre quotidien, c'est elle qui nous permet de faire fonctionner nos machines, nos outils de travail, nos ordinateurs, nos téléviseurs etc. nous nous sommes donc rendues à la Centrale nucléaire de Mühleberg pour en savoir plus et là, ces dames ont été impressionnées par les installations, les explications détaillées et les réponses à nos questions.

## **Juillet**

« *La pureté au cœur des alpes* » l'être humain a autant besoin de boire que de respirer et l'eau est la boisson la plus naturelle. Lors de nos 2 visites à Aproz Sources Minérales le plus grand embouteilleur d'eaux minérales de Suisse, nous avons pu nous familiariser, grâce aux explications détaillées de M. Daniel Fuchser avec l'assortiment comprenant plus de 150 produits différents et plus particulièrement avec les sirops. Grâce au savoir-faire valaisan, 1,5 lt d'eau d'Aproz équivaut à 28% de nos besoins en magnésium et 6% en calcium ! Un savoureux goûter valaisan, servi dans les règles de l'art, a été fort apprécié par les participantes.

## **Août**

« *La 8<sup>ème</sup> merveille du monde* » pour la 1<sup>ère</sup> fois, des spécimens de guerriers en terre cuite sont exposés au Musée d'Histoire à Berne. La mise à jour de 8'000 de ces soldats de l'armée mystérieuse de l'empereur Qin est l'une des plus grandes découvertes si ce n'est la plus grande du XX<sup>ème</sup> siècle. Nous avons pu admirer, en outre, six militaires : un général, un conducteur de chariot, un cavalier avec son cheval, deux fantassins et un archer agenouillé. Nos guides nous ont expliqué, avec

beaucoup de talent, cette période de l'histoire chinoise. Ce fut passionnant. Dîner sur place au restaurant chinois.

### **Septembre**

« *Votre sécurité individuelle... une garantie ?... un acquis ?... une illusion ?...* » En France il y a un cambriolage toutes les 90 secondes !.. et en Suisse ?.. fort heureusement nous n'en sommes pas encore là, mais force et de constater que le spectre de l'insécurité place davantage sur la Suisse romande. La gentillesse de cette personne ne cache-t-elle pas de sournoises intentions ? Répondre à ce curieux e-mail n'est-ce pas tomber dans un piège ? Ce représentant est-il vraiment ce qu'il prétend ? Ce monsieur en complet 3 pièces mais avec des baskets que fait-il dans mon immeuble ? A toutes ces questions M. Robert Steiner, chef de la Police judiciaire du canton du Valais nous a donné, par son exposé intéressant et ludique, de précieux conseils. Les Messieurs étaient cordialement invités.

### **Octobre**

« *Automne au Tessin* » Premier jour visite de la LATI (fédération tessinoise des produits laitiers) qui valorise le lait d'env. 180 producteurs à travers différents types de lait, de fromages frais à pâte molle et semi dure. L'après-midi visite et dégustation à la Cantina Giubiasco dont l'histoire et la tradition viticoles ont laissé leur empreinte dans cette région. Deuxième jour visite de la Maison Beretta dans la province de Lecco en Italie. Le profil nutritionnel de la charcuterie Beretta peut vanter un contenu en protéines, en vitamines B1 & B12, en minéraux comme le zinc et le fer. Le soir repas dans le plus fameux des Grotto Ticinese qui fêtait ses 125 ans. Troisième jour visite de la Riseria Taverne SA qui est la principale rizerie de Suisse et aussi la plus performante. Nos guides nous ont commenté les variétés de riz, les infrastructures ultra moderne, les techniques de pointes, les analyses chimico-physique et les contrôles d'hygiène. Dernier repas tessinois dans une Auberge typique.

### **Novembre**

Traditionnel loto de FORUMelle avec une participation de plus de 80 personnes. A l'issue de ce loto nous avons procédé à un tirage au sort d'un bon de voyage de Fr. 500.-- offert par l'Oiseau Bleu à Sierre, la gagnante est Mme Wah Lee.

### **Décembre**

Nous avons partagé un succulent repas de Noël à l'hôtel Vatel à Martigny et à l'apéritif puis pendant le repas M. Etienne Arlettaz de Biclown nous a fait un spectacle de clown. A l'issue de ce repas, M. Arlettaz a procédé à un tirage au sort de 3 lots : planchette de charcuterie et à la remise d'un sac surprise comme cadeau de Noël.

### **Activité du Comité**

Les membres du comité ont œuvré avec efficacité à la bonne marche des affaires courantes, administratives et comptables, à la rédaction des différents rapports, au suivi et à la mise en pratique des propositions du Comité Central. Plus de 10 séances de comité et 1'550 heures de travail en bénévolat ont été nécessaires pour étudier, organiser, contacter, programmer, coordonner les différentes manifestations, faire acte de présence en toute occasion, contribuer au bon déroulement des activités proposées. Les membres du comité se sont déplacés à 3 reprises, à Martigny, pour procéder à la mise sous plis des invitations. Je ne veux pas manquer de remercier sincèrement mes collègues pour le travail accompli tout au long de l'année. Chacune, dans son domaine respectif a fait preuve de compétence et d'enthousiasme, de patience aussi, donnant sans compter de son temps et de son énergie.

## Représentation de la section

Mars conférence des présidentes à la MGB à Zürich  
Mai Assemblée des Déléguées à Bellinzona  
Septembre & Octobre journées d'études à Bâle  
Décembre conférence des présidents à Berne

## Effectif de la section

Au 1 <sup>er</sup> janvier 2013	373
Radiations en 2013	55 (cotisation impayée 20 / raisons santé, âge, manque de temps )
Nouvelles membres en 2013	69
Effectif au 31.12.2013	387

## Remerciements

Sans l'appui financier et les encouragements de nombreux acteurs au sein de Migros Valais, FORUMelle n'aurait pu connaître le développement constant qui est le sien et continuer à proposer aux coopératrices de nombreuses activités variées et enrichissantes à des prix raisonnables. Nous apprécions au plus haut point l'appui logistique dont nous bénéficions tout au long de l'année, et qui, nous le savons, entraîne des frais ponctuels que notre association ne saurait assumer avec la seule cotisation de ses membres.

Je tiens à exprimer mes plus chaleureux remerciements et ma profonde gratitude à tous ceux et celles qui, tout au long de l'année nous ont soutenu, aidé, conseillé et qui grâce à leur précieuse collaboration ont facilité notre tâche.

Un MERCI tout spécial à :

- M. Max Alter directeur de Migros Valais, à ses proches collaborateurs, aux conférenciers, à l'Ecole Club Migros par M. Almir Jaquier
- Mme Esther Girsberger présidente nationale pour son dynamisme
- Mme Monika Tonelli, secrétaire centrale pour son travail et disponibilité
- Mes collègues du comité qui encadrent avec beaucoup de compétence et d'altruisme nos membres
- Aux responsables des Industries Migros que nous avons visité
- Et enfin, un tout grand merci à vous chères amies et membres de FORUMelle pour votre fidélité, votre confiance et votre soutien sans faille.

FORUMelle Valais romand  
Organisation féminine de Migros  
Betty Vergères, présidente

Sion, janvier 2014