

Forum elle

Frauen unter sich

Das **Forum elle** ist im Aufwind: So viele Oberwalliserinnen wie noch nie schätzen die geselligen Anlässe und spannenden Vorträge des Frauenvereins. Im Mai steht der nächste Höhepunkt an.

Text: Denise Jeitziner **Bilder:** Forum elle

Dass Frauen und Männer gleichberechtigt sein sollen, steht ausser Frage. Das bedeutet jedoch nicht, dass auch die Bedürfnisse von Frauen und Männern dieselben sind. So kann es zwischendurch ganz schön befruchtend und entspannend sein, wenn das andere Geschlecht für einmal ausgeschlossen ist.

Wie beim Forum elle. Die Organisation vernetzt schweizweit Tausende von Frauen und bietet ein attraktives, speziell auf Frauen zugeschnittenes Angebot. Auch im Oberwallis. 20 Veranstaltungen standen hier im vergangenen Jahr auf dem Programm: Vorträge zu gesellschaftlichen, kulturellen und sozialen Themen, Ausflüge in die Natur oder hinter die Kulissen von Migros-Betrieben sowie gesellige Anlässe.

Die Oberwalliserinnen nehmen sehr aktiv am Forum elle teil

Offenbar trifft das Angebot von Frauen für Frauen auch das Bedürfnis vieler Oberwalliserinnen: Die Sektion hat vergangenes Jahr einen neuen Rekord erreicht. **«Wir konnten unser 500. Mitglied willkommen heissen»**, berichtet die Präsidentin Ursula Stoffel. Im Vorjahr waren es noch 462 Mitglie-

der. Die meisten sind überaus aktiv. An den Vorträgen nehmen durchschnittlich 80 Frauen teil, bei den Ausflügen in Migros-Betriebe sind die 200 verfügbaren Plätze im Nu ausgebucht. Selbst an der Generalversammlung im Simplon Center in Glis nahmen 161 Frauen teil. «Es macht grossen Spass, Teil eines Vereins zu sein, in dem die Mitglieder sich so intensiv beteiligen», sagt Stoffel.

Ein vielseitiges Angebot für Frauen in jedem Alter

Die unterschiedlichsten Frauen sind beim Forum elle dabei: Mütter, Berufstätige und Pensionärinnen. Ein Programm zu finden, das alle anspricht, ist eine Herausforderung für Ursula Stoffel und ihre Vorstandskolleginnen Beatrice Stocker und Gaby Volken, die ganz neu beim Forum elle ist. **«Wir achten darauf, dass übers Jahr gesehen für alle etwas dabei ist»**, sagt Stoffel.

Als nächstes ist ein süsser Ausflug geplant: Die Oberwalliser Forum-elle-Frauen können im Mai oder Juni Chocolat Frey in Buchs besuchen und mit eigenen Augen sehen, wo die Migros-Schokolade hergestellt wird. Der alljährliche Ausflug zu einem Migros-Betrieb zählt jeweils zu den

Neben Vorträgen und Spielnachmittagen begeistern auch die Ausflüge, wie die zum Stausee Moiry.





Frischer Wind im Vorstand: Gaby Volken (Finanzen), Ursi Stoffel (Präsidentin) und Beatrice Stocker (Aktuarin) mit den scheidenden Vorstandsmitgliedern Benita Zenklusen und Liliane Zeiter (v.l.n.r.)

161 Frauen nahmen an der diesjährigen GV im Simplon-Center teil.

Höhepunkten im Jahr und zwar bei allen Mitgliedern, egal ob jung oder alt. Das Referat im August zum Thema Sturzprävention spricht dagegen eher die älteren Frauen unter den Mitgliedern an.

Im September feiert das Forum elle das 150-Jahr-Jubiläum der Matterhorn-Erstbesteigung mit einem Ausflug nach Zermatt, einer Wanderung, dem Besuch des Bergführermuseums und einer kleinen Theateraufführung. Im November wird in der Klubschule Migros ein Festtagsmenü gekocht, eine humorvolle Matinée mit dem Verein

Freuw steht Ende des Jahres auch auf dem Programm, ebenso wie das traditionelle Lotto für einen guten Zweck und ein Weihnachtshock mit der Seniorenbühne. Ausserdem wird jeden ersten Montag im Monat im Haus Schönstatt in Brig gejasst. Selbstverständlich sind alle diese Anlässe freiwillig, was besonders den zeitlich eingespannten Frauen sehr entgegenkommt. **MM**

Das Forum elle steht allen Frauen offen. Alle Infos unter www.forum-elle.ch, Tel. 027 946 2152 oder ursula.stoffel@bluewin.ch



Valais*Wallis Digital Mania

Joker-Aktion bei grösseren Einkäufen

Die Valais Wallis*Digital Mania, eine **Aktion für das zweihundertjährige Jubiläum des Wallis**, ist in den Migros-Verkaufsstellen in vollem Gang. Am Mittwoch, 22. April, erhalten die Kundinnen und Kunden bei einem Einkauf ab 60 Franken eine Jokerkarte (nur eine pro Einkauf). Mit dieser kann das Spiel beein-

flusst werden. Wie die anderen Joker unterscheidet sich diese Spezialkarte von den anderen Karten durch ihren Effekt-druck. Sie ist in eleganter Bronzefarbe beschichtet. Die Joker werden in den Supermärkten, Restaurants und Fachmärkten der Migros Wallis verteilt. Spielregeln online unter: www.valais-wallis-digital.ch.



Workshop

Fit für High Heels

Selbstbewusst – attraktiv – sexy – High Heels! Wenn die Schuhgeschäfte im Frühling ihre Schaufenster neu dekorieren, denkt man an laue Sommerabende, leichte Kleidung und schöne, neue Schuhe mit hohen Absätzen.

In einem Workshop übt man, schmerzfrei auf High Heels zu gehen. Mit Tipps wie



Beschwingt durch den Sommer stöckeln.

gezieltem Aufwärmen, Kräftigen und Dehnen der Füße, Beine und des Rumpfs sowie richtigem Lockern und Entspannen. Zum Schluss wird der Gang elegant, leicht und beschwingt aussehen.

Workshop am Freitag, den 29. Mai, oder am Freitag, den 5. Juni. (Auffrischkurs).

Wettbewerb

Alle an die Urnen! Welches Walliser Produkt mögen Walliserinnen und Walliser am meisten? Diese Frage stellt die Migros Wallis im Rahmen eines grossen Wettbewerbs. Mitmachen lohnt sich: Die Migros Wallis vergibt viele schöne Preise, die bei einer Auslosung an die glücklichsten Abstimmenden gehen. Die ersten sechs sind ein 1. August-Brunch für vier Personen bei einem Fruchteproduzenten «Aus der Region». Die weiteren Preise sind sechs «Aus der Region»-Geschenkekörbe und sechs Geschenkkarten, einlösbar in den Verkaufsstellen der Migros.

