



WALLIS

Märchen erleben

Es war einmal ... Und schon tauchen unsere Kleinsten in die wunderbare Welt der Märchen ein. Fantasie und Kreativität werden durch das **Basteln, Spielen und Malen** angeregt. Eine zauberhafte Woche, vollgepackt mit spannenden Aktivitäten drinnen und draussen. Für Kinder zwischen 6 und 9 Jahren.

Mo bis Fr, 5. bis 9. August,
Ganztagesprogramm
inklusive Mittagessen



Sommerkurs Kunterbunt

Kunterbunt ist Pflicht und kunterbunt ist auch das Programm der Klubschule Migros Wallis während einer ganzen Woche.

Auf dem Programm stehen Informatik, Englisch kennenlernen, Französisch vertiefen, Kochen, Bewegung, kreative Aktivitäten. Geeignet für Schülerinnen und Schüler der 5. und 6. Klasse.

klubschule

Montag bis Freitag 24. bis 29. Juni, Ganztagesprogramm inklusive Mittagessen. Weitere Infos: www.klubschule.ch, 027 720 66 50

MIGROS



Eric Nanchen, Leiter der Stiftung für die nachhaltige Entwicklung der Bergregionen: «Nachhaltigkeit bringt die Gesellschaft voran!»



Seit 2004 ein grosser Erfolg im Wallis: Der SlowUp.

Jedes Jahr schnallen sich 15 000 bis 25 000 Personen ihre Rollerblades an, schwingen sich in den Velosattel, steigen aufs Trottinett oder schlüpfen in ihre bequemsten Schuhe für einen geselligen Tag im Freien. Der SlowUp ist nämlich ein freudig erwarteter und sehr beliebter Event geworden.

Seit der ersten Ausgabe im Jahr 2004 wird die Veranstaltung im Wallis von der Stiftung für die nachhaltige Entwicklung der Bergregionen (FDDM) organisiert. Eric Nanchen, ihr Chef, erzählt im Interview mit dem Migros-Magazin von den Herausforderungen dieser Organisation.

Eric Nanchen, warum entschied die FDDM, den Walliser SlowUp zu organisieren?

Wir sind eine Stiftung mit dem Ziel, Nachhaltigkeit durch konkrete Aktionen umzusetzen, und nutzen die Gelegenheiten, die sich uns dazu anbieten. Für uns ist der SlowUp ein Informationskanal, durch den wir diskret und ohne moralischen Zeigefinger zeigen, wie man im Alltag nachhaltig leben kann.

Kommt die Botschaft an?

Die Teilnehmenden nehmen sie nicht immer wahr, aber das ist nicht wichtig. Was uns freut, ist, dass einige Initiativen fortbestehen und dass langsam ein Umdenken stattfindet. Dank der Veranstaltung wurden in Sitten beispielsweise Abfalltrennungssysteme eingerichtet, und andere SlowUp-Organisatoren in der Schweiz beschlossen, ebenfalls Fourchette-verte-Menüs anzubieten. Es ist schön, wenn unsere Arbeit andere Partner oder andere Veranstalter davon überzeugt, einen Schritt zur nachhaltigen Entwicklung zu machen.

Nachhaltigkeit, die Spass macht

SlowUp, der Tag im Zeichen des Langsamverkehrs, findet dieses Jahr am Sonntag, 2. Juni, im Wallis statt.

Wie wird Nachhaltigkeit beim SlowUp umgesetzt?

Wir berücksichtigen alle Dimensionen der Nachhaltigkeit: Wirtschaft, Mensch, Umwelt. Bei jedem Organisationspunkt versuchen wir, alle Dimensionen zu integrieren. Nehmen wir ein Beispiel: die Erreichbarkeit. Die Teilnehmenden sollen die Veranstaltung mit dem öffentlichen Verkehr oder per Langsamverkehr erreichen können, die Erreichbarkeit soll für alle bezahlbar sein, und behinderte Personen sollen ebenfalls Zugang zu allen Infrastrukturen haben usw.

Welche Bedeutung hat Nachhaltigkeit für Sie?

Nachhaltigkeit muss einem erst bewusst werden: Ich versuche, den Einfluss meines Handelns zu sehen, zu verstehen und mein Verhalten eventuell zu ändern.

Worauf legen Sie dieses Jahr den Fokus?

Dieses Jahr richten wir den Fokus auf die Mobilität für alle und jeden. Wir wollen es jeder Person ermöglichen, auf optimale Art und Weise an unserer Veranstaltung teilnehmen zu können, unabhängig von ihrer sozialen oder persönlichen Situation, ihrem Alter oder ihrer körperlichen Verfassung. Besonders grosse Aufmerksamkeit schenken wir dieses Jahr der Erreichbarkeit der Strecke und der Unterhaltungssports. Dabei helfen uns verschiedene Vereinigungen, die sich um behinderte Personen kümmern.

«Dieses Jahr richten wir den Fokus auf die Mobilität für alle und jeden.»

Ist es manchmal schwierig, die Gewohnheiten der Menschen zu ändern?

Ja, es ist manchmal kompliziert, ein Umdenken zu bewirken. Aber die Leute helfen gern mit, wenn wir ihnen leicht umsetzbare Lösungen anbieten, wie zum Beispiel das wiederverwendbare Geschirr in Sitten oder die Abfalltrennungssysteme. Die FDDM

muss eine Vorreiterrolle einnehmen, sozusagen ein Eisbrecher sein.

Einige denken, dass Nachhaltigkeit mit zu viel Moral und Strenge daherkommt. Stimmt das?

Es ist durchaus möglich, nachhaltige Verhaltensweisen zu übernehmen, ohne dabei frustriert zu sein. Man darf ja noch leben! Wir schreiben nicht vor, auf alles zu verzichten. Wir wollen jedoch erreichen, dass wir alle über die Art und Weise nachdenken, wie wir etwas machen. Wissen Sie, es wäre umweltfreundlicher, gar kei-

Infos zum SlowUp

Die **38 km lange Strecke** verbindet Siders mit Sitten, es ist aber auch möglich, kürzere Schleifen zu absolvieren. An sieben Unterhaltungssports gibt es verschiedene Attraktionen. Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt.

www.fddm.ch, www.slowupvalais.ch

nen SlowUp zu organisieren. Und doch haben wir uns entschieden, diesen speziellen Tag beizubehalten, ihn aber auf nachhaltige Weise zu organisieren.

Dann versuchen Sie also, Spass und Nachhaltigkeit miteinander zu verbinden?

Genau! Wir differenzieren unsere Interventionen. Wir wollen vor allem, dass die

Leute am SlowUp Spass haben. In Sitten bieten wir zum Beispiel Trockentoiletten an, aber wer das nicht mag, für den stehen auch konventionelle Toiletten zur Verfügung. Wir sind gegen den Verkauf von hochprozentigem Alkohol, aber man kann an den meisten Verpflegungsständen Wein trinken. Und auch wenn wir das Label Fourchette verte in den Vordergrund stellen, kann man am SlowUp natürlich auch Raclette essen. Ich denke, dass unsere Formel gut funktioniert. Die Leute sind vom SlowUp begeistert. An diesem Tag ernte ich jeweils die meisten Merci im Jahr!

Interview: Mélanie Zuber

Sponsoring by MIGROS

*SlowUp 2013: Sonntag, 2. Juni, 10–17 Uhr
Strecke: Sitten–Bramois–Grône–Granges–Chalais–Chippis–Siders; www.slowupvalais.ch*



SlowUp: Ein Wohlfühl- und Entspannungstag im Freien.

FORUM
—
elle

Hilft tatkräftig mit an der GV oder an Veranstaltungen von Forum elle: Romeo Bumann.



Findet Frauenorganisationen wichtig: Die Gender-Expertin Sylvie Zumofen-Jung.

«Da wäre ich auch gerne dabei»

Das Programm von Forum elle ist so vielfältig, dass auch Männer gerne mitmachen würden. Dürfen sie aber nicht.

Am 5. Juni ist der nationale Tag des Forums elle, der Frauenorganisation der Migros. In der gesamten Schweiz werden Anlässe für Frauen angeboten. Auch die Sektion Oberwallis hat sich etwas einfallen lassen: einen Vortrag und Workshop zur Methode Wildwuchs. Dies ist eine Art Reise in das Innere, eine Arbeit mit inneren Bildern, die dabei helfen kann, die Lebensqualität zu verbessern.

«Das Thema ist noch nicht sehr bekannt im Oberwallis», sagt die Oberwalliser Forum-elle-Präsidentin Marliese Zurwerra, «aber viele Frauen dürften sich dafür interessieren.» Im ersten Teil erklärt die diplomierte Kinesiologin Julia Cina-Walker, worum es bei der «Methode Wildwuchs» genau geht. Wer noch tiefer auf das Thema eingehen möchte, kann nach dem Vortrag an einem Workshop teilnehmen.

Doch die Sektion Oberwallis von Forum elle ist nicht nur am 5. Juni aktiv. Das gesamte Jahr hindurch werden Vorträge, Anlässe oder Ausflüge organisiert – und Frauen aus dem gesamten Oberwallis machen mit. «Bei manchen Themen ist der Zulauf so gross, dass unser Vortragssaal bis zum letzten Platz besetzt ist», sagt Sylvie Zumofen-Jung von der Briger Klubschule.

Sie und ihr Team unterstützen den Vorstand bei Anlässen, genau wie Romeo Bumann, Filialleiter der Migros Brig. Er heisst die Teilnehmerinnen jeweils an der GV im Migros-Restaurant willkommen und ist einer der wenigen Männer, die an einem Anlass von Forum elle dabei sein durften. «Wenn ich das Programm studiere, finde ich darin immer interessante Angebote. Besonders bei den Besuchen von Fabriken wäre ich auch gerne dabei.»

Weibliche Stärken kommen noch besser zum Zug

Forum elle steht jedoch nur Frauen offen. Wie wichtig derartige Organisationen sind, weiss Sylvie Zumofen-Jung aus Erfahrung. Bevor sie die Leitung der Klubschule Migros in Brig übernahm, war sie im kantonalen Gleichstellungsbüro tätig. «Frauen können sich dort vernetzen und gegenseitig unterstützen.» Männer hätten genügend eigene Angebote und könnten sich viel einfacher vernetzen. «Wenn Frauen unter sich sind, kann sich eine eigene Dynamik entwickeln. So kommen weibliche Stärken noch besser zum Zug.»

Text und Bilder: Denise Jeitziner

Noch mehr Infos zum Forum elle sowie ein Interview mit Präsidentin Esther Girsberger finden Sie im Migros-Magazin auf Seite 40.

Alles über den Vortrag und den Workshop

Die diplomierte Kinesiologin **Julia Cina-Walker** wird am 5. Juni ab 14 Uhr im Grünwaldsaal in Brig einen Vortrag über die **Methode Wildwuchs** halten. Anschliessend können Interessierte das Gelernte in einem Workshop anwenden. Dazu mitnehmen: Malmaterial und evtl. eine Decke. Eintritt: frei, Anmeldung nicht erforderlich. Forum elle wird sich ausserdem vom 3. bis 9. Juni mit einem Infostand im Simplon Center präsentieren.



Bilder: Alice Zuber, zVg

Adressänderungen: nur noch der Post melden. Die Zeitung wird dann automatisch an die neue Adresse geliefert.
Abonentenservice: MIGROS WALLIS, 1920 Martigny, Tel. 027 720 42 59.
E-Mail: mitglieder.register@migros.ch www.migroswallis.ch