

FRÜHLINGS-NEWSLETTER 2013

Liebes Forum elle-Mitglied, liebe Leserinnen und Leser

Der neue Forum elle Newsletter ist da! Zusammen mit dem Bulletin knüpft der Newsletter an die neugestaltete Website an. Im Sinne eines modernen Corporate Design hat Forum elle ein neues, einheitliches und zeitgemässes Erscheinungsbild eingeführt.

Künftig wird Sie der Newsletter viermal jährlich über News aus dem Zentralvorstand und über Veranstaltungen aus den Sektionen informieren sowie über Aktuelles aus dem Migros Genossenschaftsbund. Auch heisse Tipps von unseren Forum elle Frauen geben wir Ihnen weiter.

Empfehlen Sie den Newsletter Ihren Freundinnen! Neuanmeldungen und Profiländerungen gehen einfach und schnell auf der Website www.forum-elle.ch

**Entdeckungsfreudige Klicks wünscht Ihnen
Forum elle**



Lunch Break – die neue Veranstaltungsreihe

Seit Anfang Jahr bietet Forum elle den Migros-Mitarbeiterinnen beim Migros-Genossenschaftsbund eine exklusive Veranstaltungsreihe an: Einmal pro Monat findet am Sitz des MGB am zürcherischen Limmatplatz der «Lunch Break» statt. Natürlich sind auch Forum elle-Mitglieder herzlich willkommen.

Bewusst wird die Mittagspause genutzt für [ein Referat zu gesellschaftlichen Themen](#), [kombiniert mit einem Stehlunch](#). Im Juni erzählen Françoise und René Egli wie sie das LOL2A-Prinzip entwickelt haben und wie man das Erfolgsrezept heute anwendet.

Die Veranstaltungen finden jeweils an einem Montag von 12 bis 13.30 Uhr statt. Die Kosten, inklusive Imbiss, betragen für [Nichtmitglieder 20 Franken](#), für [Forum elle-Mitglieder 10 Franken](#). Weiter gehts zum Programm.

Weiter



Forum elle-Tag am 5. Juni 2013

Der 5. Juni 2013 ist ein Werbetag für **Forum elle**. Die Mitglieder der verschiedenen Sektionen von Forum elle sind an diesem Tag in diversen Migros-Filialen in der ganzen Schweiz präsent. Vor Ort informieren sie die Passantinnen und Passanten über die Frauenorganisation der Migros. Neue Mitglieder sind herzlich willkommen. An welchem Standort in Ihrer Region Sie Forum elle an diesem Tag finden, entnehmen Sie ein paar Wochen vor dem 5. Juni auf der Website von Forum elle oder im Migrosmagazin.

Zur Website von Forum elle



56. Delegiertenversammlung in Bellinzona

Zur Eröffnung der 56. Delegiertenversammlung von Forum Elle am Dienstag, 7. Mai 2013 in Castelgrande, Bellinzona hält die Tessiner Regierungsrätin Laura Sadis eine Grussrede. Auf dem Programm stehen unter anderem Verabschiedungen und Neuwahlen für den **Zentralvorstand**. Den krönenden Schluss der Versammlung bildet der Vortrag von Marco Solari zum Thema: «Hemmen oder fördern: Verhindern Strukturen persönliche Initiativen?». Weiter geht es zum detaillierten Programm der Delegiertenversammlung von forum elle.

Weiter



Bulletin in neuer Aufmachung

Haben Sie es schon gesehen? Es ist kleiner geworden und passt jetzt in die Handtasche. Das neu gestaltete Bulletin von Forum elle. Auch inhaltlich kommt es anders daher. «Künftig wollen wir vermehrt generationenübergreifende Themen berücksichtigen», schreibt die Zentralpräsidentin Esther Girsberger im Editorial. Im Interview auf Seite fünf entlockt sie der pensionierten Chefärztin der Frauenklinik am stadtzürcher Triemispital, Brida von Castelberg, deren Zukunftspläne. Sie werden staunen!

Zum Bulletin



Jubiläum der Sektion Schaffhausen

«Leistungen und Gedankengut der Migros weiterverbreiten». Mit diesem Sinn und Zweck gründete die Schaffhauserin Trudi Masson zusammen mit 10 weiteren Frauen am 30. Mai 1963 den Bund schweizerischen Migros-Genossenschafterinnen von Schaffhausen. Ende des Jahres waren es schon 35 Frauen, bei einem jährlichen Mitgliederbeitrag von 5 Franken. Heute heisst der Bund schweizerische Migros-Genossenschafterinnen Forum elle und die Sektion Schaffhausen hat mittlerweile 540 Mitglieder. Immer noch dabei ist Trudi Masson, die an der Jubiläumsfeier im März aus der Gründungszeit erzählte. Mit etwas zittriger Hand, aber forsch und wach im Geist.

Mehr



Auskommen mit dem Einkommen

Wie macht man ein Haushaltsbudget? Und wie teilt man sein Geld danach auch richtig ein? Budgetberaterin Beatrice Furrer vom Verein freuw gibt Tipps, wie man am besten mit Geld umgeht. Sie kennt auch die Schwierigkeiten, wenn das Budget plötzlich kleiner wird und man mit der AHV zurecht kommen muss. In ihrem Referat hat sie den Mitgliedern der Sektion Oberwallis von Forum elle gerne Ratschläge mit auf den Weg gegeben. Beatrice Furrer bietet zusammen mit dem Verein freuw in Visp Budgetberatungen zum privaten Finanzhaushalt an.

Mehr



Die Geschichte des Hosenlupf

Das Schwingen ist populär geworden. Auch für Frauen. Wie es vom uralten Hirtenspiel zum Nationalsport geworden ist zeigt das kleine Schwingermuseum in Winterthur, das so gross ist wie eine Fünzimmer-Wohnung. Irène Bodenmann-Meli, selbst aktive Schwingerin, führt das Museum mit viel Herzblut. Sie ist die Tochter des mehrfachen Schwingerkönigs Karl Meli. Persönlich führt sie die Gäste durch das Museum und erzählt dabei viele spannende Geschichten über das Schwingen. Das Museum ist am

Wochenende sowie montags, dienstags und freitags geöffnet, der Eintritt ist frei. Die Sektion Winterthur hat das Museum Anfang Jahr besucht und kann den Besuch bestens weiterempfehlen.

Mehr



Forum elle Poetinnen ausgezeichnet

Viele Forum elle Mitglieder sind heimliche oder weniger heimliche Poetinnen. Die Jury bedankt sich herzlich für [alle Einsendungen zum Forum elle-Gedichte-Wettbewerb](#). Ausgezeichnet worden sind Yvonne Baumann mit ihrem Gedicht «Herbst», Irene Rüegg mit dem Gedicht «September» und Elisabeth Reidy mit ihren beiden Gedichten «Hoffnung» und «Raureif». Den Prämierten sei herzlich gratuliert! Weiter gehts direkt zur Poesie. Viel Vergnügen!

Weiter



Konsumententagung: Gesund essen mit Alain Berset

Die 5. Konsumententagung des Migros Genossenschaftsbundes gibt einen Einblick in die Welt der Ernährung. Sie geht der Frage nach, ob eine Mahlzeit gesund, nachhaltig oder genussvoll ist. Oder kann Gesundes auch mit Genuss gegessen werden? An der Tagung sprechen Innenminister Alain Berset, Vegi-Restaurant-Besitzer Rolf Hitl und weitere prominente Gäste über das Thema. Die Veranstaltung ist öffentlich. Sie findet am 30. April 2013 in Zürich statt. Die Teilnahme ist kostenlos.

Zu Programm und Anmeldung



Herzroute – dem Frühling entgegen radeln

Strampeln Sie sich die Frühjahrsmüdigkeit einfach von den Beinen. Erkunden Sie mit dem Velo die Landschaft. Atmen Sie den Frühlingsduft von Blumen tief ein und spüren Sie den milden Fahrtwind auf der Haut. Die «Herzroute» wird als die schönste

Veloroute in der Schweiz bezeichnet. Sie führt von Zug aus durch das Emmental nach Thun, weiter nach Murten über Romont bis nach Lausanne. Die gut ausgeschilderten Velowege eignen sich für [einen Tagesausflug genauso wie für eine Mehrtagesreise](#). An den Etappenorten gibt es Flyer E-Bikes zum Mieten und unterwegs Akkuwechselstationen. Gute Fahrt!

Mehr



Entscheiden – eine Ausstellung

Bio oder Budget? Kind oder Karriere? Oder am liebsten beides? Macht uns eine grössere Auswahl glücklicher? «Entscheiden» ist eine Ausstellung über Kopf- und Bauchentscheide, ungleiche und verpasste Chancen, den Zufall und das Schicksal. Die Ausstellung ist als Supermarkt inszeniert, am Schluss des Rundgangs erhalten Sie aufgrund Ihrer «Entscheidkarte» die Quittung zu Ihrem Entscheidungsverhalten.

Die Ausstellung «Entscheiden» im Stapferhaus in Lenzburg wird von Migros Kulturprozent unterstützt und dauert noch bis Ende November 2013. Der Eintritt ist für [Vereine gratis](#). Eine gute Gelegenheit, einen verregneten Apriltag zu verbringen, oder lieber etwas anderes?

Zur Ausstellung



Kommende Regionalanlässe in den Sektionen

Forum elle ist in der ganzen Schweiz präsent. 16 Sektionen bieten Veranstaltungen aller Art an. Von Betriebsbesichtigungen der Migros über Informationsveranstaltungen zu Themen wie Ernährung, Gesundheit oder frauenspezifischen Fragen bis hin zu Lesezirkeln, Wanderungen und Reisen.

-Die Sektion Luzern trifft sich am 4. Mai 2013 zur vielfältigen [Sommerküche](#).

-Die Sektion Neuenburg besucht am 23. Mai 2013 den [Jardin Zen](#) in Aigle.

-Die Sektion St. Gallen verbindet den Besuch der Rosenwochen in Bischofszell mit einer [Besichtigung der Bina](#) am 25. Juni 2013.

Zum reichen Veranstaltungsangebot aller Sektionen geht es unten.

[Alle Veranstaltungsangebote](#)

FORUM ELLE | WWW.FORUM-ELLE.CH | [MITGLIED WERDEN](#) | [NEWSLETTER ABBESTELLEN](#)

