



femmesTISCHE

Frauen sprechen über Gesundheit,
Erziehung und Prävention
-
Zürcher Oberland

Femmes-Tische fördern die Vernetzung und Selbsthilfe unter Frauen mit Migrationshintergrund. Sie diskutieren im kleinen, geschützten Rahmen über Gesundheits-, Erziehungs-, Präventions- und Bildungsfragen.

Femmes-Tische Runden werden von Moderatorinnen aus verschiedenen Kulturen in ihrer Muttersprache durchgeführt. Diese suchen 6-10 Teilnehmerinnen oder eine Gastgeberin, welche wiederum interessierte Frauen einlädt. Der Einstieg in das gewählte Thema erfolgt über eine kurze, anregende Einführung. Im anschliessenden Erfahrungsaustausch zum Alltag und den Anforderungen in der Schweiz, werden Familien-, Gesundheits- und Integrationsfragen diskutiert bis hin zu Themen rund um das Schul- und Bildungssystem. Eine von Femmes-Tische ausgebildete Moderatorin führt durch die Runde. Sie sorgt für ein informatives, angenehmes und achtsames Gesprächsklima. Sie hält Informationsmaterial bereit, ist aber nicht Fachperson zum Thema und nicht dafür verantwortlich, Probleme zu lösen, sondern verweist die Teilnehmerinnen auf zuständige Fach- und Beratungsstellen.

Femmes-Tische zu aktuellen Themen: 10 Schritte psychische Gesundheit, gesunde Ernährung, positives Körperbild, mehrsprachig aufwachsen, Bewegung ist Leben, Prävention, Konsum und Geld, Rassismus, Selbstwert, Umgang mit Medien, Frühförderung, Grenzen setzen, Schulsystem im Kanton Zürich, Berufswahl und viele weitere. Wir arbeiten mit bekanntem Elternbildungsmaterial und mit speziell für MigrantInnen entwickelten Schwerpunkten. Das Material steht teilweise in verschiedenen Sprachen zur Verfügung.

Femmes-Tische helfen die Lebens- und Erziehungssituationen in der Schweiz besser zu verstehen und zu bewältigen. Sie bilden Brücken zu den verschiedenen Kulturen, die hier leben. Sie unterstützen die Frauen sich besser zu vernetzen und wissen, wenn nötig, bei welchen Fachstellen sie Unterstützung bekommen können. Auch dies fördert die Integration.

Sprachen: Albanisch, Arabisch, Französisch, Portugiesisch, Somali, Spanisch, Tigrinya, Türkisch und Gesprächsrunden interkulturell in Deutsch für Frauen und Mütter aus verschiedenen Ländern.



femmesTISCHE

Frauen sprechen über Gesundheit,
Erziehung und Prävention

-

Zürcher Oberland

Weitere Informationen auf unseren Webseiten

www.femmestische.ch und

www.femmestische-zo.ch

Kontakt

Annette Carle

Angebotsleiterin Femmes-Tische Zürcher Oberland

Telefon 043 399 10 84 (donnerstags)

E-Mail: a.carle@femmestische-zo.ch

Femmes-Tische Zürcher Oberland

c/o Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland

Gerichtsstr. 4 / Postfach

8610 Uster

Finanzielle Trägerschaft: Femmes-Tische Zürcher Oberland wird von der Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland, im Auftrag des Amtes für Jugend und Berufsberatung des Kantons Zürich, angeboten und von beiden Stellen getragen.

01/2022