

## Femmes-Tische

[www.femmetische.ch](http://www.femmetische.ch)

[www.praevention-fabb.ch/angebote/femmes-tische](http://www.praevention-fabb.ch/angebote/femmes-tische)

Femmes-Tische ist ein lizenziertes, mehrfach preisgekröntes Präventions- und Gesundheitsförderungsprogramm: <https://www.femmetische.ch/auflistung-auszeichnungen.pdf>

**Femmes-Tische Zürcher Unterland** engagiert sich bereits seit mehr als 11 Jahren in den Bezirken Dielsdorf und Bülach. Mit 15 Moderatorinnen setzen wir pro Jahr ca. 100 Gesprächsrunden in verschiedenen Sprachen um und erreichen so jährlich zwischen 500 – 600 Teilnehmende. Lesen Sie dazu auch den Jahresbericht 2018 (Seite 10 und 11) der Suchtprävention Zürcher Unterland: [www.praevention-fabb.ch/portraet/jahresberichte](http://www.praevention-fabb.ch/portraet/jahresberichte)

Femmes-Tische bringt mehrheitlich Frauen mit Zuwanderungshintergrund zusammen. Die Diskussionsrunden finden im privaten oder institutionellen Rahmen statt und setzen sich mit Fragen zu Erziehung und Familie, Integration und Gesundheit auseinandersetzen.

### Ziele des Angebotes

- Stärkung von Müttern in Erziehungskompetenz und Lebensgestaltung
- Gegenseitiges Lernen und Einbezug von Ressourcen der Teilnehmerinnen
- Förderung der Integration in die Gemeinde/Quartier
- Stärkung der lokalen Vernetzung und den Migrantinnen
- Erhalten von Informationen über Dienstleistungs- und Beratungsangebote

### Zielgruppe

- Mütter von Kindern und Jugendlichen (Familien mit Zuwanderungshintergrund)
- Frauen in der Lebensmitte

### Ablauf und Methode

Zu jeder Femmes-Tische Runde gehört eine Gastgeberin, eine Moderatorin und ca. 5-9 Teilnehmende:

- Eine Gastgeberin lädt Freundinnen, Nachbarinnen, Bekannte zu sich nach Hause ein
- Eine Moderatorin führt mit einer Film- oder Bildsequenz in das gewählte Thema ein und moderiert das Gespräch in ihrer Landessprache.
- Bei einem kleinen Imbiss und im lockeren Austausch klingt der Anlass nach der Gesprächsrunde aus.

### Organisatorisches

Träger des Femmes-Tische Zürcher Unterland Standortes ist die Suchtprävention Bezirk Bülach:

- Interessierten Institutionen oder Gastgeberinnen vermitteln wir eine Moderatorin
- Interessierten Teilnehmerinnen vermitteln wir den Kontakt zu einer Moderation aus ihrem Herkunftsland
- Sozialen Institutionen, welche isolierte und gering Deutsch sprechende Klienten haben, vermitteln wir ebenfalls gerne Moderatorinnen in der entsprechenden Landessprache.

### Rahmenbedingungen

- Die Moderatorinnen werden befähigt ihre Rolle auszufüllen durch eine sorgfältige Einführung und mittels regelmässiger Treffen. Dort werden die Erfahrungen ausgetauscht und neue Themen geschult. Die Treffen werden von der Standortleitung durchgeführt.
- Die Gastgeberin erhält für ihre Aufwände einen Unkostenbeitrag.
- Die Moderatorinnen werden von der Standortleitung entschädigt.
- Die Teilnahme an Femmes-Tische Gesprächsrunden ist für die Teilnehmerinnen kostenlos.

Einige aktuelle Themen aus unserer Themenvielfalt

Lernen – ein Kinderspiel: Kleine Kinder lernen im Spiel

Fit für Kindergarten und Schule

Familie als Lernfeld

Freiheit in Grenzen

Grenzenlos – Aufwachsen in der Konsumgesellschaft

Pubertät

Selbstwert stärken – Mitbestimmung ist ein Weg

Stark für das Leben – Suchtprävention in der Familie

Gesund sein – gesund bleiben

Ernährung und Bewegung

Bewegung ist Leben

Umgang mit digitalen Medien im Familienalltag

Benzo & Co – Vom Umgang mit Medikamenten

Kranke Kinder begleiten – Gesundheitskompetenz stärken

Gesundheit im Alter

uvm.

Haben Sie Fragen oder möchten mehr erfahren über Femmes-Tische und unsere Arbeitsweise? Nehmen Sie unverbindlich mit uns Kontakt auf. Wir freuen uns über jede Anfrage.

Boriana Hilti  
Standortleitung

In der Regel erreichen Sie uns von Montag bis Donnerstag

**HINWEIS: ES GIBT AUCH MÄNNER-TISCHE IM ZÜRCHER UNTERLAND.  
DIE INFORMATIONEN DAZU FINDEN SIE AUF UNSERER WEBSITE.**