



*femmes*TISCHE
*männer*TISCHE



Femmes-Tische / Männer-Tische

18.1.24 Netzwerk Psychische Gesundheit

News von Femmes-Tische und Männer-Tische:

- Gespräche über Häusliche Gewalt
- Young-Tische: mit jungen Asylsuchenden



Was sind FT/MT?

- Von Peers moderierte Gesprächsrunden
- Frauen und Männer mit Zuwanderungsgeschichte (98%)
- Themen: Gesundheit, Erziehung und Lebensalltag
- 65 % im privaten und 35% im institutionellen Rahmen





femmesTISCHE
männerTISCHE

Ablauf



- Gastgeber*in lädt ein
- Einstieg über Fotoserie od. Film
- Austausch im Zentrum, gemeinsame Suche nach alltagsnahen Lösungen
- mehrsprachlich
- Vermittlung von regionalen Adressen Fachstellen...
- Gemütlicher Teil

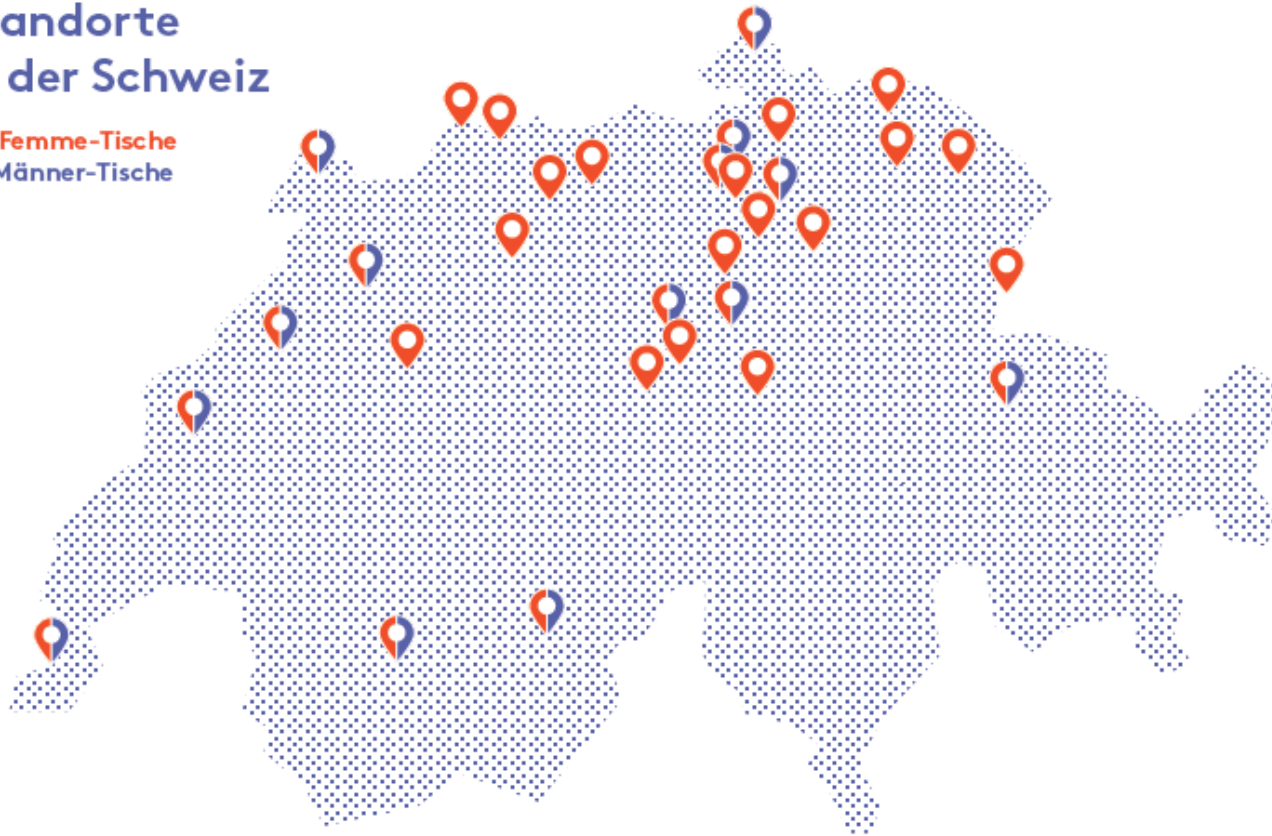


*femmes*TISCHE
*männer*TISCHE

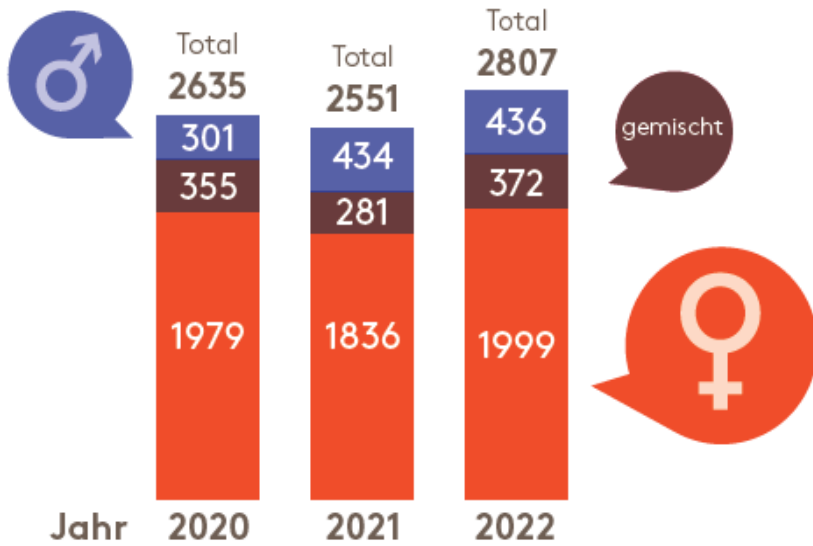
Verbreitung

Standorte in der Schweiz

32 Femme-Tische
14 Männer-Tische



In Zahlen....



Anzahl Moderatorinnen: 374
Anzahl Moderatoren: 64
Total: 438





femmesTISCHE

Frauen sprecher
Erziehung und P

Die 10 beliebtesten Gesprächsthemen

1. **Psychische
Gesundheit**
2. **Gesund sein-
gesund bleiben**
3. **Gesunde
Ernährung**
4. **Medien-
kompetenz**
5. **Mein Kind und
die Schule**
6. **Älter werden
in der Schweiz**
7. **Budgetkompetenz**
8. **Corona**
9. **Krankenkasse**
10. **Bewegung/
In Bewegung bleiben**



787 verkaufte
Moderationssets





*femmes*TISCHE
*männer*TISCHE

Beziehung Leben (häusliche Gewalt)

**BEZIEHUNG
LEBEN**





femmesTISCHE
männerTISCHE

19 Fotokarten



- verschiedene thematische Zugänge
- Offene Fragen
- Keine Anklage
- Für alle Menschen





*femmes*TISCHE
*männer*TISCHE

Hilfe holen

Opferberatungsstelle (OBS)



- Die 6 wichtigsten Angebote werden in einfacher Sprache beschrieben

Ziel der Gespräche

Die Teilnehmer*innen....

- tauschen sich auf Augenhöhe, in vertrauensvollen Runden, über Schwierigkeiten und Probleme in Beziehungen aus.
- reflektieren ihre eigenen Wünsche, Bedürfnisse und Grenzen
- kennen verschiedene Formen von Gewalt
- kennen die Gesetzgebung in der Schweiz
- wissen, was sie präventiv gegen häusliche Gewalt machen können
- wissen, wo sie Unterstützung und Beratung in ihrer Region holen können.



femmesTISCHE
männerTISCHE

Erste Erfahrungen

- Grosse Offenheit gegenüber dem Thema
- Bedürfnis ist riesig
- Unsicherheiten gross
- Fachliche Begleitung und Supervision wichtig
- Männer fühlen sich auch angesprochen



Young-Tische

Ausgangspunkt:

- Bedarf der Basis
- Zunahme an UMA's
- Pilot ermutigend



Moderationssets auch für Sie....



Moderationssets

**Zielgruppengerechte
und sorgfältig
entwickelte Materialien
sind wichtige
Arbeitsmittel für
Moderatorinnen und
Moderatoren.**

Bestellung über:

<https://fmtische.aidaform.com/bestellformular>