



# femmesTISCHE

Wir sprechen über Familie,  
Gesundheit und Integration



«Möchten Sie sich mit anderen  
Frauen in Ihrer Sprache aus-  
tauschen, vernetzen und viel  
Neues erfahren? »

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Zürich



**Femmes-Tische sind moderierte Gesprächsrunden von Frauen für Frauen.**

**Die Teilnehmerinnen diskutieren in ihrer Herkunftssprache wichtige Alltagsfragen rund um die Themen Gesundheit, Familie und Integration. Im Zentrum stehen die Anliegen der Teilnehmerinnen.**

**An der Gesprächsrunde nehmen 5-8 Frauen teil und sie findet in der Nachbarschaft statt.**

### **Möchten Sie an einer Gesprächsrunde von Femmes-Tische teilnehmen?**

- Nehmen Sie mit der Standortleitung oder der Moderatorin Kontakt auf.
- Wählen Sie die Runde, die Sie interessiert.
- Motivieren Sie Ihre Freundinnen, Nachbarinnen, Frauen aus der Familie, auch an der Runde teilzunehmen.
- Kinderhüte ist vor Ort
- Sie erhalten wichtige Informationen über Sprachkurse, Kindertagesstätten, das Schulsystem, Konsum von Digitalen Medien, körperliches Wohlbefinden und vieles mehr.

### **Möchten Sie selbst Gastgeberin von Femmes-Tische sein?**

- Nehmen Sie mit der Standortleitung oder der Moderatorin Kontakt auf.
- Runden können zum Beispiel in Ihrem Wohnzimmer, im Familienzentrum, in der Kirchgemeinde, Bibliothek oder im Freien stattfinden.
- Getränke und Snacks werden vom SRK bezahlt.

### **Zögern Sie nicht und nehmen Sie Kontakt zu unserer Moderatorin oder Standortleiterin auf.**

Haben Sie eine Frage? Wir freuen uns, Sie kennen zu lernen.

### **Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich**

Standortleiterin Nora Lechmann  
Bezirke Affoltern, Dietikon, Horgen,  
Winterthur und Andelfingen  
Drahtzugstrasse 18  
8008 Zürich  
Telefon 044 388 25 82  
nora.lechmann@srk-zuerich.ch  
www.srk-zuerich.ch/femmestische

**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
Kanton Zürich

