



*femmes*TISCHE

*männer*TISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

Jahresbericht 2020



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Unsere Highlights	4
Faces of Femmes-Tische/Männer-Tische	6
Neue Gesprächsthemen	7
Femmes-Tische/Männer-Tische in Zahlen	9
Ein grosses Dankeschön geht an ...	12
Jahresrechnung/Bilanz 2020	13
Was sind Femmes-Tische und Männer-Tische?	15
Impressum	16



Vorwort

Ein Jahr der Herausforderungen und der Bewährung

Das von der Corona Pandemie geprägte Jahr 2020 forderte auch den Verein Femmes-Tische/Männer-Tische heraus.

Unser Angebot lebt von den interaktiven Gesprächsrunden mit persönlichen Begegnungen. Wegen des social distancing war dies nicht möglich. Doch es zeigte sich bald, dass während der Covid-Krise und des Lockdowns das Bedürfnis unserer Zielgruppen nach Austausch und Vernetzung zunahm. Somit war es keine Option, das Angebot einzustellen oder zu reduzieren.

Geschäftsleitung, Standortleitungen und die Moderierenden waren gefordert, das Angebot auf online-Kommunikation umzustellen und methodisch anzupassen. Sie vollbrachten eine grosse Leistung in kurzer Zeit. Dabei profitierten sie auch vom Wissen der Zielgruppe, die es gewohnt ist, mit ihrer häufig über die ganze Welt verstreuten Familie digital zu kommunizieren.

Die Corona-Krise hat verdeutlicht: Wir führen ein äusserst wertvolles und niederschwelliges Angebot, das den Zielgruppen gerade in belastenden Situationen Halt im Alltag gibt. Corona zeigt zudem, dass wir die Migrantinnen und Migranten selbst unter erschwerten Bedingungen erreichen. Das haben auch die Behörden erkannt, die im 2020 verstärkt die Zusammenarbeit mit uns suchten, um ihre Informationen an die Migrationsbevölkerung zu bringen.

Das letzte Jahr brachte auch personelle Änderungen mit sich. So konnte für die Geschäftsstelle mit Rainer Kamber ein erfahrener Mitarbeiter gewonnen werden, der den Auf- und Ausbau der Männer-Tische kompetent vorantreibt. Und neu arbeiten im Vorstand Chris Parson, Pierre Gentile, Manuela Heé und ich mit.

Allen, die dazu beigetragen haben, dass Femmes-Tische/Männer-Tische in diesem schwierigen Jahr für die Migrationsbevölkerung da sein konnten, sei herzlich gedankt!

Hildegard Hungerbühler
Für den Vorstand Femmes-Tische/Männer-Tische



Unsere Highlights

Kontakt halten – gerade in der Krise

Kernaufgabe der Geschäftsstelle ist es, die Standorte in der Umsetzung ihrer Angebote und der Qualitätssicherung zu unterstützen. Mit einem regelmässigen Erfahrungsaustausch sichern wir unser Praxiswissen. Als Ansprechpartnerin gegenüber Dritten und der Öffentlichkeit ist die Geschäftsstelle bestrebt, am Puls der Zeit zu bleiben und das Programm bedarfsgerecht weiterzuentwickeln. Nebst den alltäglichen Aufgaben war das vergangene Geschäftsjahr geprägt von Covid-19 sowie folgenden Aktivitäten:

Wir bauen Brücken für offizielle Corona-Infos

«Wir realisierten, dass einige Communities noch grosse Taufen feierten, weil die offiziellen Informationen sie nicht erreichten.» So veranschaulichte Isabel Uehlinger an einer online-Tagung im Juli 2020 der Fachhochschule Nordwestschweiz die Aufgabe, die sich Femmes-Tische/Männer-Tische während des Lockdowns stellte.

Wir beobachteten nach kurzer Zeit, dass die Zielgruppe im März 2020 nicht nur die Vorgaben nicht verstand, sondern auch verunsichert war und unter Ängsten litt – und stellten die Gesprächsrunden auf digital um. So gelang es den über 200 Moderierenden, akute Fragen live und online zu beantworten und innerhalb der ersten Monate der Pandemie mit über 10'000 Migrantinnen und Migranten im Gespräch zu bleiben. Zudem entstand eine enge Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Gesundheit: Wir «übersetzten» die offiziellen Botschaften in die Lebenssituationen der Zielgruppen und erarbeiteten in kürzester Zeit ein Moderationsset zum Thema Corona.

Bericht mit a:primo zum Lockdown

Wie es der Schweizer Migrationsbevölkerung während des Lockdowns erging, untersuchte Femmes-Tische/Männer-Tische zudem zusammen mit a:primo mit einer gemeinsamen Studie. Der Bericht «Einblick in die Lebenswelt sozialbelasteter Familien während des Lockdowns» zeigt nicht nur auf, mit welchen Schwierigkeiten unsere Zielgruppe konfrontiert war. Sondern auch, wie wichtig die Moderatorinnen und Moderatoren für sie waren – dank einem über Jahre aufgebauten Vertrauensverhältnis.

Den Bericht haben wir auf unserer Webseite aufgeschaltet:
www.femmestische.ch



Neue Regionen und neue Männer-Tische

Unsere Bestrebungen, das niederschwellige Angebot von Femmes-Tische/Männer-Tische zu multiplizieren, tragen Früchte: Gegen Ende 2020 zeichnete sich ab, dass wir mit Jura und Baselland zwei neue Kantone dazugewinnen können. In beiden Regionen übernimmt der Kantonalverband des Schweizerischen Roten Kreuzes dieses Programm, ein engagierter und starker Partner, mit dem wir bereits zusammenarbeiten.

Wir freuen uns auch, dass sich das Männer-Angebot stetig ausweitet: mit Biel/Bienne und Neuenburg bauen zwei neue Standorte Männer-Tische auf; heute zählen wir somit zehn Männer-Standorte.

Stärke gewinnen dank Kooperationen

Femmes-Tische/Männer-Tische hat sich zum Ziel gesetzt, sinnvolle Kooperationen einzugehen – und dies gleich mit zwei Organisationen erreicht: Mit a:primo haben wir nicht nur eine Befragung während des Lockdowns (siehe Seite 4) erarbeitet, sondern werden uns künftig auch strategisch für das Wohl vulnerabler Familien einsetzen. Mit Selbsthilfe Schweiz bauen wir gemeinsam das Thema «Gesundheitskompetenz stärken» auf. In den Regionen Neuenburg und Thurgau arbeiten wir vor Ort zusammen und entwickeln ein geeignetes Moderationsset.



«Während der Corona-Pandemie haben sich die niederschweligen Peer-to-Peer-Ansätze beider Organisationen als sehr wirkungsvoll erwiesen, wie der gemeinsam publizierte Bericht eindrücklich aufzeigt.»

Erika Dähler, Co-Geschäftsführerin, a:primo

Faces of Femmes-Tische/Männer-Tische

Mit einer Serie zeigen wir jeden Monat auf Facebook und auf unserer Webseite, woher unsere Moderatorinnen und Moderatoren kommen, weshalb sie hier sind und vor allem auch: über wie viele Kompetenzen sie verfügen.

Wie zum Beispiel:

Nathalie Cathy Muco

«Die Schweiz ist das Land der Menschenrechte. Deshalb bin ich hierher gekommen. In meinem Land Burundi leben Menschen wie ich, mit Albinismus, in ständiger Angst: Sie werden umgebracht oder sind Opfer von Organhandel. Dabei ist Albinismus lediglich eine genetische Störung. Wir bilden kein Melanin und haben deshalb eine helle Haut und blonde Haare. In Bujumbura, wo ich aufgewachsen bin, konnte ich nie allein auf die Strasse gehen, es wäre zu gefährlich gewesen. In vielen afrikanischen Staaten glauben die Menschen aus Unwissenheit, dass Albinos Unglück bringen. Oder im Gegenteil, dass sie über magische Kräfte verfügen, die Krankheiten wie Aids heilen können. Albinos werden wegen ihrer Organe verfolgt und getötet, die Mütter von Kindern mit Albinismus von der Gesellschaft ausgestossen. Es gibt so viel Unwissenheit, so viel Aberglauben ... Ich studierte Buchhaltung und arbeitete für verschiedene Verbände, unter anderem für die Verteidigung der Frauenrechte und für das UN-Büro für Menschenrechte. Ich war in Burundi auch Präsidentin einer Vereinigung für Frauen mit Albinismus. Unser Hauptziel war zu sensibilisieren. Aber mein Alltag war unerträglich, ich konnte keinen Schritt alleine machen. Da beschloss ich, dass ich mein Leben in Freiheit verbringen möchte. Ich stellte einen Antrag auf ein Humanitäres Visum. 2015 liess ich alles zurück: meine grosse Familie, meine Freundinnen und mon chéri. Ich kam nach Genf und beantragte Asyl.»

Lesen Sie die ganze Geschichte von Nathalie sowie weitere Lebenswege unter www.femmestische.ch/portraits

und folgen Sie uns auf Facebook:

facebook.com/femmestischemaennertische



Neue Gesprächsthemen

Von «Trauma erkennen» bis zu «Ich, Familie und Arbeit»

Bildhafte Moderationsmaterialien, die auf die Lebenswelten der Migrationsbevölkerung Bezug nehmen, sind wichtige Arbeitsinstrumente für Femmes-Tische/Männer-Tische. Entwickelt werden sie unter Einbezug der Zielgruppe. Auch im Berichtsjahr hat das Programm die Themenpalette für Gesprächsrunden erweitert.

Trauma erkennen – für mehr Sicherheit

Wie erkenne ich Zeichen von Traumatisierung? Wie reagiere ich kompetent? Wo kann ich Hilfe holen? Diese und ähnliche Fragen werden im neuen Moderationsset angesprochen. 18 Illustrationen mit wichtigen Informationen und anregenden Fragen sind der Kern dieses Sets, das im Austausch mit dem Standort Uster sowie Fachpersonen des Kinderspitals Winterthur, der Appartenance Lausanne und der Geschäftsstelle des Schweizerischen Roten Kreuzes entstanden ist.

In Form bleiben nach 55

Gesundes Körpergewicht im Alter: Ein neues Moderationsset ermöglicht Diskussionsrunden zu Ernährung, Bewegung und Entspannung für Menschen über 55 Jahren. Es schärft das Bewusstsein und ermutigt, im täglichen Leben neue Praktiken auszuprobieren, die das Wohlbefinden und die Gesundheit fördern. Und es zeigt auf, dass Entspannung und die sozialen Bindungen wichtige Faktoren der Gesundheit sind – vor und nach 55-jährig.



Starke Väter stärken Kinder

Entwickelt in Zusammenarbeit mit dem Standort Schwyz entsteht ein neues Moderationsset für Väter von Kleinkindern zu Fragen der ersten Zeit: Schwangerschaft und Begleitung der Geburt, Unterstützung der Partnerin, Nähe, Beziehung zum eigenen Vater. Dies ist nur eine Auswahl der Themen, die für spannende Diskussionen sorgen werden. Das Set wird Ende 2021 fertiggestellt.

Gesund sein – gesund bleiben: neu illustriert

Unter Einbezug der Zielgruppe wurden die Moderationskarten zum Thema «gesund sein – gesund bleiben» für Männer erweitert und generell aktualisiert. 23 Fotokarten regen zu Gesprächen zum breit ausgelegten Gesundheitsbegriff an: Neben Tipps zu Bewegung und Ernährung gibt es Hinweise zu einer erfüllten Sexualität, zum Umgang mit Risiken und zum Beispiel, wie wir unserer Lunge Sorge tragen können.

Ich, Familie und Arbeit

Vier Kurzfilme regen zu Diskussionen rund ums Thema Vereinbarkeit der verschiedenen Lebensbereiche an. Die Gespräche bewirken eine Selbstreflexion, vermitteln neues Wissen und motivieren zu Verhaltensänderungen. Das Moderationsset ist zurzeit in der Schlussphase.

Neugierig? Diese Materialien eignen sich auch für weitere Diskussionsrunden und Schulungen.

Zu bestellen unter: admin@femmetische.ch
und einsehbar unter www.femmetische.ch/de/moderationssets



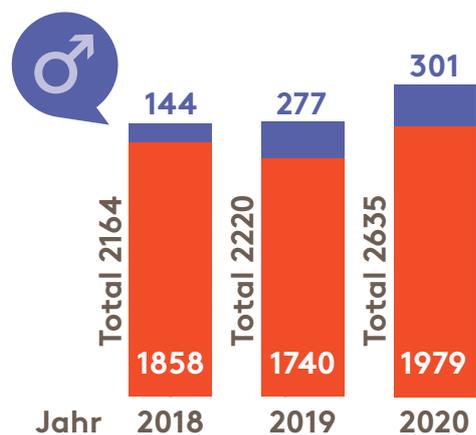
«Wir setzen unseren Fokus auf die gemeinschaftliche Selbsthilfe. Das Projekt mit Femmes-Tische/Männer-Tische zur Förderung der Gesundheitskompetenz hilft mit, die Zugangshürden zu Selbsthilfegruppen für Menschen mit Migrationshintergrund abzubauen.»

Bettina Häfeli, Projektleiterin Selbsthilfe Schweiz

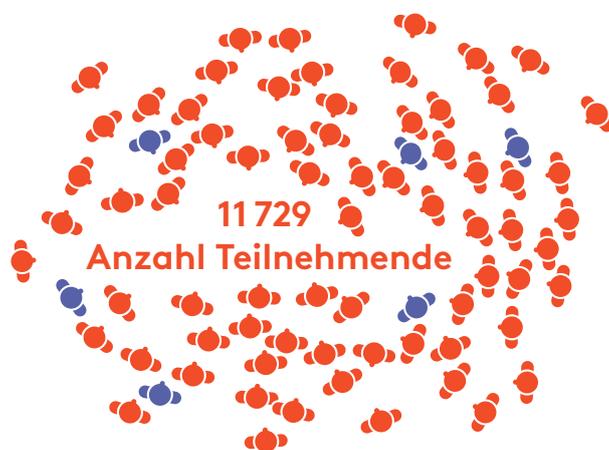


Femmes-Tische/ Männer-Tische in Zahlen

Entwicklung der Gesprächsrunden Männer-Tische / Femmes-Tische



Anzahl Moderatorinnen: 321
Anzahl Moderatoren: 54
Total: 375



Standorte in der Schweiz

30 Femmes-Tische
10 Männer-Tische



Die 10 häufigsten Sprachen in den Gesprächsrunden

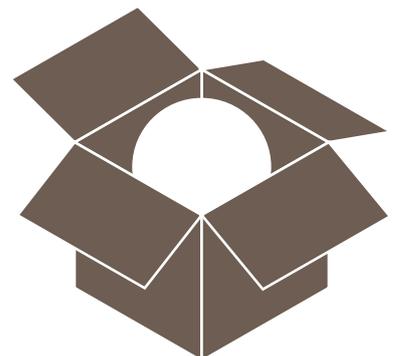


Die 10 beliebtesten Gesprächsthemen

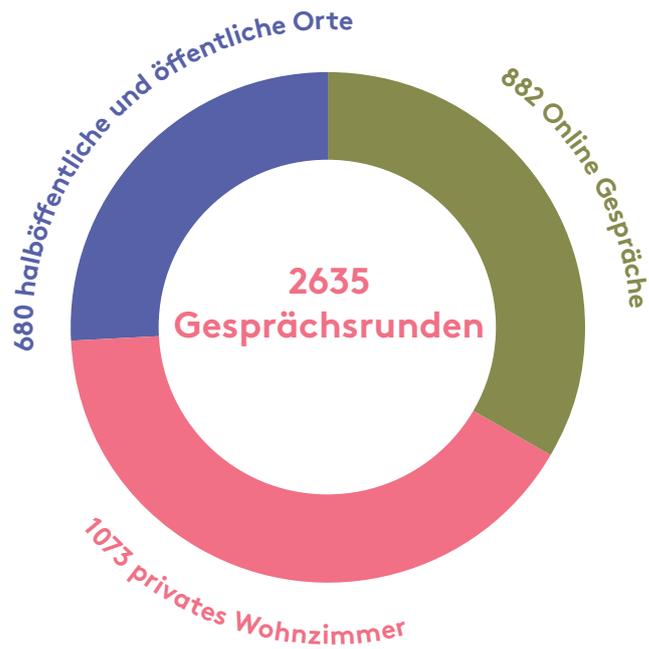
1. Corona
2. Psychische Gesundheit
3. Ernährung
4. Gesund sein – gesund bleiben
5. Bewegung
6. Krankenkasse
7. Mein Kind und die Schule
8. Pubertät
9. Gesunder Lebensstart
10. Muskeln, Make-Up und Klamotten



481
verkaufte
Moderationssets



Wo finden die Gesprächsrunden statt



Die beliebtesten Durchführungsorte

(halböffentlich/öffentlich)



Ein grosses Dankeschön geht an ...

Kooperationspartner

Selbsthilfe Schweiz/
Amt für Jugend und Berufsbildung Zürich/Gesundheitsdienst Kanton Zürich/Migesplus, SRK/Mamamundo/Vater sein in der Schweiz/a:primo/Appartenances Vaud/Netzwerk psychische Gesundheit

...
für die gute Zusammenarbeit in gemeinsamen Projekten, für ihre fachliche Unterstützung und den Austausch

Teilnehmer/-innen von Gesprächsrunden

...
für das Interesse und das engagierte Diskutieren

Standortträgerschaften

...
für die Sicherstellung der Mittel und die vielseitige Vernetzung

Standortleitende

...
für die engagierte und kompetente Leitung der Aktivitäten auf Standortebene, für den Fachaustausch und die Mitentwicklung des Programms

Moderatorinnen und Moderatoren

...
für die wertvolle Arbeit als Türöffnerinnen und -öffner, für die kompetente Moderation, für die grossartige Mitarbeit

Gönner, Sponsoren/-innen

Accordeos Stiftung/
Clary Foundation/Gemeinde Zollikon/Otto Erich Heynau-Stiftung/RenaissanceRe/Röm.-kath. Gesamtkirchengemeinde Bern und Umgebung/Stadt Wädenswil/Stiftung zur Förderung der Erwachsenenbildung/Stiftung Érgata, Stiftung Mutter Bernarda Menzingen/Stiftung Mercator Schweiz/SRK/Swiss Solidarity/Walter und Louise M. Davidson-Stiftung/Zürcher Spendenparlament

...
diverse Kirchengemeinden und Privatpersonen

Nationale Förderpartner

Staatssekretariat für Migration/Bundesamt für Gesundheit/Gesundheitsförderung Schweiz/Caritas Schweiz/Schweizerisches Rotes Kreuz

...
für ihre finanzielle Unterstützung zur Qualitätssicherung, Multiplikation und Weiterentwicklung des Angebots und für das Vertrauen



Jahresrechnung/Bilanz 2020

Betriebsabrechnung vom 01.01.2020 – 31.12.2020

Erhaltene Zuwendungen, Erlöse und übrige betr. Erträge

Total Zweckgeb. Zuwendungen (öffentliche Hand)	235'500.00
Total Zweckgeb. Zuwendungen Dritter	214'883.40
Total Freie Zuwendungen/Beiträge/Spenden	111'522.00
Total freie Beiträge der öffentlichen Hand	50'000.00
Total Zuwendungen	611'905.40

Bemerkung:

Im 2020 haben wir auf GAAP FER 21 umgestellt. Deshalb ist ein Vergleich mit dem Vorjahr erst nächstes Jahr möglich.

Total Produktion und Versand Materialien	10'837.89
Total Netzwerkaktivitäten	1'500.00
Total Öffentlichkeitsarbeit/externe Beratung	2'480.00
Total Erlöse aus Lieferungen/Leistungen	14'817.89
Total Erhaltene Zuwendungen, Erlöse und übrige betr. Erträge	626'723.29

Aufwand

Direkter Aufwand

Total Aufwand Produktion und Versand Materialien	3'030.00
Total Aufwand Netzwerkaktivitäten	2'529.80
Total Aufwand Bildungsprojekt Netzwerk	75'723.25
Total Aufwand Öffentlichkeitsarbeit/externe Beratung	42'326.75
Total Aufwand Projekte	267'162.89
Total Direkter Aufwand	390'772.69
Bruttogewinn 1	235'950.60

Personalaufwand

Total Lohnaufwand	208'194.55
Total Sozialversicherungsaufwand	30'627.35
Total Übriger Personalaufwand	7'903.20
Total Umlage Personalaufwand	-187'834.80
Total Personalaufwand	58'890.30
Bruttogewinn 2	177'060.30

Übriger betriebl. Aufwand

Total Sachaufwand	11'752.88
Total Verwaltungs- und Informatikaufwand	30'556.32
Total Finanzaufwand und Finanzertrag	90.00
Total Übriger betriebl. Aufwand, Abschr., WB und Finanzergebnis	42'399.20

Ergebnis I	134'661.10
Total a.o./periodenfremder Erfolg	-18'000.00
Total Einlagen/Entnahme Fonds	132'161.61
Total Veränderung gebundenes Kapital	18'000.00
Jahresergebnis	2'499.49

Bilanz per 31. 12. 2020 mit Vergleich Vorjahr

	per 31.12.2020	per 31.12.2019
AKTIVEN		
Total Flüssige Mittel	364 998.59	269 690.66
Total Forderungen aus Lieferungen und Leistungen	73 814.30	89 236.40
Total Aktive Rechnungsabgrenzungen	49 894.50	33.70
Total AKTIVEN	488 707.39	358 960.76
PASSIVEN		
Total Verbindlichkeiten aus Lieferungen und Leistungen	37 578.08	54 334.10
Total Verbindlichkeiten Personal/Sozialversicherungen	3 662.50	8 442.95
Total Passive Rechnungsabgrenzungen	30 622.00	32 000.00
Total Kurzfristiges Fremdkapital	71 862.58	94 777.05
Total Fondskapital	281 146.66	148 985.05
Total Gebundenes Kapital (Zuweisung Organisation)	70 690.00	52 690.00
Total Freies Kapital	62 508.66	53 776.07
Jahreserfolg	2 499.49	8 732.59
TOTAL PASSIVEN	488 707.39	358 960.76



«Mich beeindruckt, wie sich Femmes-Tische/Männer-Tische aktiv darum bemüht, Expertinnen- und Expertenwissen so zu kombinieren, dass es für die Alltagsgestaltung der Teilnehmenden nützlich ist.»

Christina Kohli, Leitung Sprechstunde Psychotraumatologie
des Sozialpädiatrischen Zentrums des Kantonsspital Winterthur



Was sind Femmes-Tische und Männer-Tische?

Mehrsprachige Diskussionsrunden

Femmes-Tische und Männer-Tische bringen Menschen – unabhängig ihrer Herkunft – miteinander ins Gespräch. Die Teilnehmenden diskutieren in ihrer eigenen Sprache Fragen zu Familie, Gesundheit, und Integration. Die niederschweligen Gesprächsrunden werden in rund 20 Sprachen angeboten und finden in der Nachbarschaft statt. Ausgebildete Moderatorinnen und Moderatoren führen durch die Diskussion und geben Informationen weiter. Im Mittelpunkt steht jedoch der Austausch der eigenen Erfahrungen.

Femmes-Tische gibt es seit 1996, seit 2014 auch in Form von Männer-Tischen. Das Programm erreicht jährlich rund 12'000 Menschen in der Schweiz und in Liechtenstein. Femmes-Tische/Männer-Tische werden in den Kantonen von qualifizierten, gut vernetzten Institutionen umgesetzt. Das lizenzierte nationale Programm wurde mehrfach ausgezeichnet.

Sind Sie am Programm interessiert?

Abonnieren Sie unseren Newsletter: newsletter@femmetische.ch

Folgen Sie uns auf Facebook: facebook.com/femmetische



Geschäftsstelle: Isabel Uehlinger, Viviane Fenter,
Yvonne Ledergerber, Rainer Kamber (v.l.n.r.)

Impressum

Kontakt/Redaktion

Isabel Uehlinger, Geschäftsführerin Femmes-Tische/Männer-Tische Schweiz
Werkstrasse 18, 3084 Wabern
info@femmestische.ch
Viviane Fenter, Leitung Romandie
www.femmestische.ch

Finanzbericht: Astrid Lebdowicz, AL Treuhand, Wangen a.d. Aare

Revision: Abrakadabra, R. Giacometti, Langnau

Redaktionelle Bearbeitung: Manuschak Karnusian, Texte, Lektorat, Korrektorat, Bern

Gestaltung: Judith Zaugg, Bern

Fotos: Annette Boutellier (S. 1, 2, 3, 15), Shutterstock (Seite 4), zvg (Seiten 5, 6, 8, 14, 16)

Unterstützen Sie unsere Arbeit mit einer Mitgliedschaft oder Spende.

Jeder Franken zählt und öffnet Familien Perspektiven. Herzlichen Dank.

Mitgliedschaft

Einzelperson: 30 Franken

Organisationen: 300 Franken

Was Ihre Spende bewirkt

50 Franken: Neues Moderationsset für Gesprächsrunden

100 Franken: Durchführung einer Gesprächsrunde und damit Stärkung von 6–8 Teilnehmenden

500 Franken: Unterstützung der Geschäftsstelle im Aufbau neuer Standorte

Danke für Ihre Unterstützung!

89-29771-0, PostFinance

Verein Femmes-Tische und Männer-Tische
3084 Wabern

IBAN CH14 0900 0000 8902 9771 0



«Ich ermuntere die Frauen und Männer, sich auszudrücken. So helfe ich mit, die Mentalität zu ändern. Ich säe langsam kleine Samen für Respekt und gegen Gewalt.»

Mohamed Ali, Moderator beim Standort Sitten