





*Femmes-Tische/Männer-Tische Schweiz*

## Was ist Femmes-Tische/Männer-Tische?

Femmes-Tische/Männer-Tische ist ein nationales Peer-to-Peer Projekt, das seit 1996 besteht. Das Projekt bietet Migrantinnen eine Plattform, um sich in ihrer Muttersprache über Gesundheits-, Bildungs- und Integrationsfragen auszutauschen. Die zentralen Aktivitäten des Projekts sind die Runden Tische, bei denen geschulte Moderator\*innen mit Migrationshintergrund spezifische Themen leiten. Diese Moderator\*innen organisieren und leiten eigenständig Gesprächsrunden in ihrer Muttersprache. Die Runden Tische sind kostenlos und finden entweder in den Wohnungen der Teilnehmenden, an öffentlichen Orten oder in Partnerinstitutionen wie Vereinen, Sprachschulen oder Asylzentren statt.

Neben den Runden Tischen entwickelte das Projekt weitere Angebote, um die Gesundheit von Menschen mit Migrationshintergrund zu fördern.

[Femmes-Tische/Männer-Tische Schweiz](#)

[Femmes-Tische/Männer-Tische Wallis](#)



← Zurück



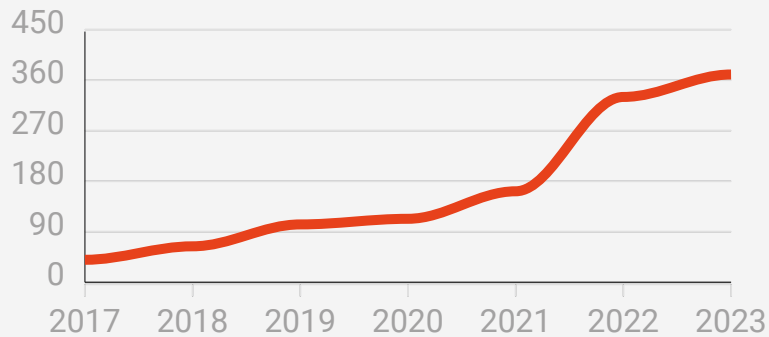
# Runde Tische 2023

Täglich fand 2024 ein Runder Tisch im Kanton Wallis statt!

Im Jahr 2023 wurden **373 Runde Tische** mit insgesamt 2193 Teilnehmenden im Kanton Wallis durchgeführt. Davon fanden 97 im Oberwallis und 276 im Unterwallis statt.

Die Zahl der Gesprächsrunden hat sich in den letzten drei Jahren verdreifacht. Diese beeindruckende Entwicklung ist für uns der Beweis, dass unser Angebot einem echten Bedürfnis der Migrant\*innenbevolkung entspricht.

Die Runde Tische fanden an verschiedenen Orten statt, wobei **39%** bei Privatpersonen zu Hause abgehalten wurden, gefolgt von **30%** in Asylzentren, **21%** in Vereinen, Gemeinden oder Sprachschulen, und **8%** in Cafés oder Restaurants. Die verbleibenden Veranstaltungen wurden im Freien oder online abgehalten. Wobei **56%** gemischte Runde Tische, **28%** Femmes-Tische und **16%** Männer-Tische waren.



● Anzahl Runder Tische

# Themen



Im Jahr 2023 dominierten die folgenden fünf Themen die Gesprächsrunden:

- Psychische Gesundheit
- Integration
- Liebe, Ehe und Partnerschaft
- Rassismus und Vorurteile
- Berufswahl

Bevor die Moderator\*innen eine Gesprächsrunde zu einem neuen Thema moderieren, nehmen sie an einer Schulung zu diesem Thema teil.

Im Jahr 2023 wurden 21 Schulungen für die Moderator\*innen aus beiden Sprachregionen durchgeführt. Davon waren 18 Themenspezifische Einführungsschulungen und drei davon waren Methodische Weiterbildungen.

[🔗 Vollständige Liste der Themen](#)

# Moderator-innen



Die Moderator\*innen haben alle die Migration selbst erlebt. Ihr Wissen über die beiden Kulturen, ihre Moderationsfähigkeiten und ihre zwischenmenschlichen Kompetenzen sind der Schlüssel zum Erfolg unseres Projekts.

Das Team besteht derzeit aus 21 Personen: **16 im Unterwallis und 5 im Oberwallis**. Was die Geschlechter betrifft, so gibt es **15 Frauen und 6 Männer**. Jede Person im Team kann Frauen-, Männer- oder gemischte Tische leiten. Dies hängt von der Thematik, dem Kontext und der Sensibilität der Teilnehmenden ab.



den Link zur Sendung „Pile et face“ auf Canal 9 vom Mai 2023



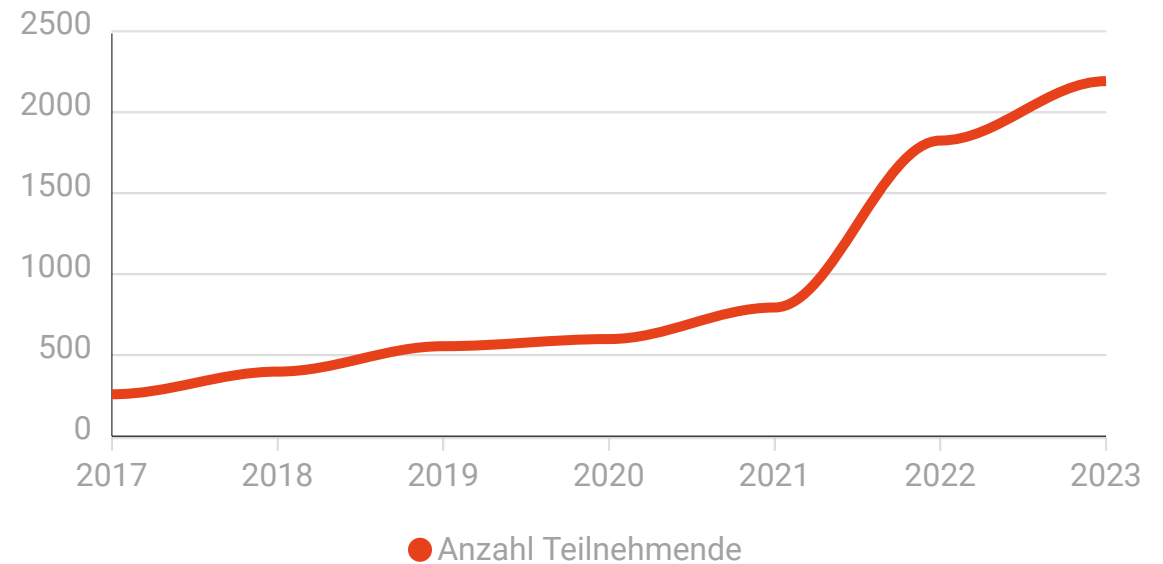
← Zurück

# Teilnehmende



*Femmes-Tische / Männer-Tische Schweiz*

Die eigentlichen Protagonisten unseres Programms sind die Teilnehmenden der Runden Tische. Jedes Jahr wächst ihre Zahl und bildet eine dynamische Gemeinschaft im ganzen Kanton. **Im Jahr 2023 haben sich nicht weniger als 2'193 Personen an einem Femmes-Tische / Männer-Tische teilgenommen.** Die Teilnehmenden nehmen mit dem Ziel, Neues zu lernen, Erfahrungen zu teilen und Bekanntschaften zu machen an Runden Tischen teil.





← Zurück

# Sprachen



2023 fand die überwiegende Mehrheit der Gesprächsrunden in der Erstsprache der Teilnehmenden statt. Insgesamt wurden bei den Treffen **15 verschiedene Sprachen** gesprochen. Die häufigsten Sprachen waren Türkisch, Ukrainisch und Russisch, Persisch, Kurdisch, Somali und Thai.

Ein kleinerer Teil der Gesprächsrunden (**17%**) wurde auch auf **Französisch oder Deutsch** angeboten. Diese Treffen richteten sich an Gruppen mit Personen unterschiedlicher Herkunft, welche die lokale Sprache bereits ausreichend beherrschen. Manchmal nahmen auch Personen aus der Schweiz daran teil - eine gute Gelegenheit, interkulturelle Verbindungen zu knüpfen.

*Femmes-Tische/Männer-Tische Schweiz*



## Weitere Angebote



Femmes-Tische / Männer-Tische, sind nicht **NUR** Runde Tische. Im Laufe der Zeit haben wir unser Angebot erweitert, um den vor Ort ermittelten Bedürfnissen gerecht zu werden.

Im Jahr **2023** haben wir im Rahmen der kantonalen Strategie zur Bildung von Medienkompetenz 27 Eltern-Kind-Workshops zum Thema Bildschirme geleitet. Diese Workshops, die in der Muttersprache der Teilnehmenden durchgeführt werden, ermöglichen eine Diskussion über den Umgang mit Bildschirmen im Familienalltag. **2023** konnten **170 Personen** sensibilisiert werden: **77 Eltern und 93 Kinder im Alter von 3 bis 10 Jahren.**

Des Weiteren führten wir, in Zusammenarbeit mit unserem Partner Fourchette verte Wallis, mehrere Aktionen rund um das Thema Ernährung durch: **3 praktische Kochworkshops, 1 Kurs zum Thema Zucker** sowie ein Besuch eines landwirtschaftlichen Betriebs. Rund **65 Migrant\*innen** nahmen an diesen Veranstaltungen teil.

Zudem organisierten wir zwei kantonale Tage, die der Gesundheitsförderung von Personen mit Migrationshintergrund gewidmet waren. Nicht weniger als 240 Fachleute aus dem Gesundheits-, Sozial-, Asyl- und Integrationsbereich nahmen an den angebotenen Vorträgen und Workshops teil.





# Perspektiven 2024

- **Young-Tische**

Gesundheitsförderung Wallis beteiligt sich am nationalen Pilotprojekt "Young-Tische", das Begegnungen zwischen Jugendlichen mit Migrationshintergrund anbietet. Dieses Projekt übernimmt den Ansatz von Femmes-Tische / Männer-Tische, passt aber die Methoden und Themen an das neue Zielpublikum an. Im Jahr 2024 sind zahlreiche Gesprächsrunden mit Jugendlichen geplant, insbesondere mit unbegleiteten Minderjährigen aus dem Wohnheim Rados. Zu den neuen Themen, die mit ihnen besprochen werden, gehören «Rechte und Pflichten von Jugendlichen in der Schweiz».

- **Workshops**

Wir möchten unser Angebot an Workshops im Zusammenhang mit Bildschirmen und Ernährung weiterführen und ausbauen, um die praktische Umsetzung der in den Gesprächsrunden vermittelten Botschaften zu fördern. Zusätzlich möchten wir das Set «Bewegung» mit Bewegungsaktivitäten kombinieren, welche im Alltag einfach umgesetzt werden können.

- **Oberwallis: Zusammenarbeit mit der Berufs-,Studien- und Laufbahnberatung und Laufbahnberatung (BSL)**

Im Rahmen des Projekts «Via Mia» ist im Oberwallis eine Zusammenarbeit mit der Berufs-,Studien- und Laufbahnberatung (BSL) entstanden. Das Projekt «Via Mia» bietet Personen ab 40 Jahren kostenlose berufliche Standortbestimmungen an. 2024 sind drei Gesprächsrunden geplant, um Migrant\*innen das Projekt vorzustellen und so ihre berufliche Integration zu unterstützen.

Darüber hinaus möchten wir die Zusammenarbeit mit dem Amt für Asylwesen im deutschsprachigen Teil des Kantons verstärken, eine Partnerschaft, die im französischsprachigen Wallis bereits fest etabliert ist.

- **Prävention von Rassismus und Diskriminierung**

Auch 2024 werden wir unser Engagement für die Bekämpfung von Rassismus und Diskriminierung fortsetzen. Es sind mehrere Aktionen im Rahmen der Woche gegen Rassismus und im Laufe des Jahres geplant. Unsere Runden Tische zu diesem Thema werden verschiedene Zielgruppen ansprechen, insbesondere Jugendliche und Fachleute, die mit Migrant\*innen arbeiten.



# Das Team

Ein grosses Dankeschön an die Steuergruppe, die Moderator\*innen und sowie unsere Finanz- und Netzwerkpartner!

## Die Steuergruppe

- Margaux Bressan, Service de la santé publique
- Cédric Dessimoz, Service de la santé publique
- Virginie Disero, Office de l'asile
- Olivier Milici, Service de la population et des migrations
- Jean-Bernard Moix, Promotion santé Valais
- Catherine Moulin-Roh, Promotion santé Valais
- Katy Solioz-François, Office de l'égalité et de la famille

## Koordinatorinnen

 **Marie Pitteloud**

 **Denise Ruffiner**

## Moderator\*innen 2023 aus dem Oberwallis

- Mustafa Biner
- Sofia Ibrahim
- Lezgin Örnek
- Azalea Suarez-Moreno
- Benjamart Studer

## Moderator\*innen 2023 aus dem Unterwallis

- Elena Abramova
- Mohamed Ali
- Franceline Amos
- Zülküf Atilgan
- Rimma Bourdin
- Helena Bras
- Valeria Harlay
- Valentina Dussex
- Zakia Osman-Abdi
- Nastralie Malumba
- Abdulrezak Muktar
- Houda El Machi Piota
- Shilan Salim
- Mostafa Samadi
- Anna Tzioti
- Aida Vuignier
- Fatima Zanad





← Zurück

🏠 Startseite



**Marie Pitteloud**  
Koordinatorin Unterwallis  
027 329 63 47 | 078 231 31 49  
[marie.pitteloud@psvalais.ch](mailto:marie.pitteloud@psvalais.ch)



**Denise Ruffiner**  
Koordinatorin Oberwallis  
079 901 61 11  
[denise.ruffiner@psvalais.ch](mailto:denise.ruffiner@psvalais.ch)





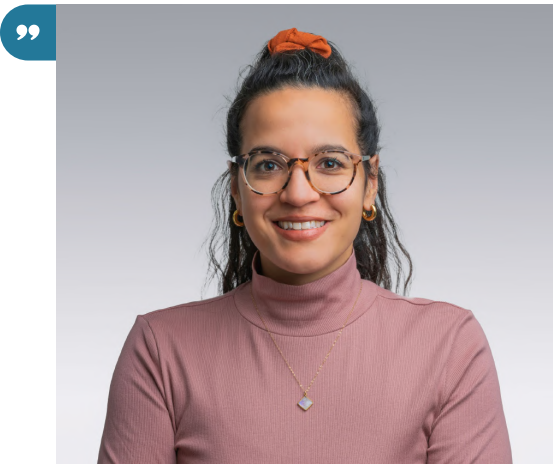
← Zurück



✉ Eine Moderatorin



✉ Ein Teilnehmer



✉ Ein Mitglied aus der Steuergruppe



✉ Koordinatorinnen



«Als ich vor 14 Jahren in die Schweiz kam, befand ich mich in einer völlig anderen Welt. Ich hatte viele Fragen und suchte nach einem Weg, um Antworten zu finden. Femmes-Tische / Männer-Tische ist die Tür, die ich gesucht habe, es ist ein Weg zur Integration. Jetzt freue ich mich, die Runden Tische zu moderieren und für die Gesellschaft und meine Landsleute nützlich zu sein.»

**Shilan Salim, Moderatorin für die Sprachen Farsi und Kurdisch**



← Zurück

🏠 Startseite



«Das Integrationsprojekt erinnert mich an die Kindheit, in der man Schritt für Schritt lernt, sich selbst und die Umgebung zu entdecken. Während des Projekts hatte ich die Möglichkeit, mich und meine Umgebung besser kennenzulernen. Diese Erfahrung war für mich sehr wertvoll. Das Projekt ermutigte mich, mich besser an meine Umgebung anzupassen und gab mir das Gefühl, sicherer zu sein. Dank dieser Erfahrung fühle ich mich selbstbewusster und näher bei mir selbst.»

**Abdullah Düzenli**



← Zurück

🏠 Startseite



«Einen Dialog über die Rollen innerhalb der Familie zu eröffnen, über die Geschlechternormen in der Partnerschaft und darüber hinaus nachdenken, häuslicher Gewalt vorbeugen: All diese Themen müssen angesprochen werden, um die Gleichstellung zu fördern und gegen Diskriminierungen anzukämpfen. Die Runden Tische von Femmes-Tische/Männer-Tische bieten dazu einen sicheren Rahmen an, um diese Informationen auch Menschen mit Migrationshintergrund zugänglich zu machen.

An diesen Gesprächsrunden können die Teilnehmenden ihre eventuellen Ängste oder Fragen zu sensiblen oder intimen Themen vertrauensvoll äussern.»

**Katy Solioz-François, Leiterin des Kantonalen Amts für Gleichstellung und Familie**

[← Zurück](#)[🏠 Startseite](#)

Merci !

Ein herzliches Dankeschön an alle, die das Projekt Femmes-Tische/  
Männer-Tische im Wallis unterstützen.

Es bereitet uns grosse Freude, das Projekt Femmes-Tische/Männer-Tische zu leiten. Als Femmes-Tische/Männer-Tische Standort im Wallis haben wir die Möglichkeit als Team zusammenzuarbeiten und uns auszutauschen, dies ist ein enormer Gewinn. Ein besonderer Dank gilt all unseren Moderator\*innen, die mit ihrem Einsatz den Erfolg von Femmes-Tische/Männer-Tische im Wallis erst möglich machen. Ihr Engagement ist unersetzlich und macht einen entscheidenden Unterschied.

Vielen Dank für euer Engagement!!

**Marie Pitteloud & Denise Ruffiner**

[✉ Kontakte der Koordinatorinnen](#)