

Zeitschrift: SuchtMagazin

Herausgeber: Infodrog

Band: 34 (2008)

Heft: 4

Artikel: Der Blick auf Frauen und ihre Kinder : Gesund sein - gesund bleiben

Autor: Fuchs, Andrea

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-800675>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 17.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Der Blick auf Frauen und ihre Kinder: Gesund sein – gesund bleiben

Bei FemmesTISCHE wird neu eine eigens produzierte Fotoserie zum Thema der Gesundheit von Frauen mit Kindern eingesetzt. Die Bilder und das dazu gehörende didaktische Material ermöglichen einen offenen Einstieg in die Auseinandersetzung mit Gesundheitsthemen und sprechen ganz gezielt auch Migrantinnen an.

ANDREA FUCHS*

Projekthintergrund

FemmesTISCHE¹ ist ein Gesundheitsförderungs-, Elternbildungs- und Präventionsangebot, das sich unkompliziert an Frauen aus allen Schichten und den verschiedensten Kulturen richtet und auch solche aus sozial benachteiligten, sozioökonomisch schwachen und bildungsfernen Verhältnissen erreicht. Am Anfang der Projektentwicklung vor zwölf Jahren² standen die Frage, wes-

halb immer dieselben wenigen Frauen an Bildungsveranstaltungen teilnehmen, und die Überlegung, dass es am besten gelingt, Frauen aus ihren vier Wänden und aus der Reserve zu locken, wenn Veranstaltungen und Diskussionen in einem privaten Rahmen und in einem Kreis stattfinden, in dem eine Frau mindestens eine andere Teilnehmerin persönlich kennt. FemmesTISCHE schafft Gesprächsangebote, die diesen Bedingungen gerecht werden. Inzwischen gibt es jährlich über 5000 Frauen, die an FemmesTISCHE-Veranstaltungen teilnehmen. Von den derzeit insgesamt 25 Standorten arbeiten elf ausschliesslich mit Migrantinnen, acht mit Migrantinnen und Schweizerinnen und sechs mit Schweizerinnen.

Was bei FemmesTISCHE-Veranstaltungen alles passieren kann

Dass sich die Teilnehmenden auf irgendeine Art persönlich kennen, schafft Verbindlichkeit und soziale Nähe und bewirkt, dass die Diskussionen oft ungezwungen in anderen Zusammenhängen wieder aufgenommen werden. In solchen Gesprächssettings wirft eine Frage neue Fragen auf, Schilderungen aus dem Alltag einiger Frauen werden zum Denkanstoss für andere – und führen ab und zu sogar zu neuem Verhalten oder neuen Erkenntnissen. Bei teilnehmenden Müttern schafft zudem das Wissen, dass alle anderen auch immer wieder nach Lösungen in Erziehungsfragen suchen, zusätzliche Zuversicht und das Gefühl, mit den eigenen Alltagssorgen nicht so allein dazustehen. Werden die Kinder nicht schon vorher gegenseitig gehütet, kann sich das durchaus nach einem FemmesTISCH neu so ergeben. Oder die Frauen tauschen sich nach dem FemmesTISCH beim Warten auf die Kinder, die gleich aus der Spielgruppe kommen, über Erziehungsfragen aus. Migrantinnen kön-

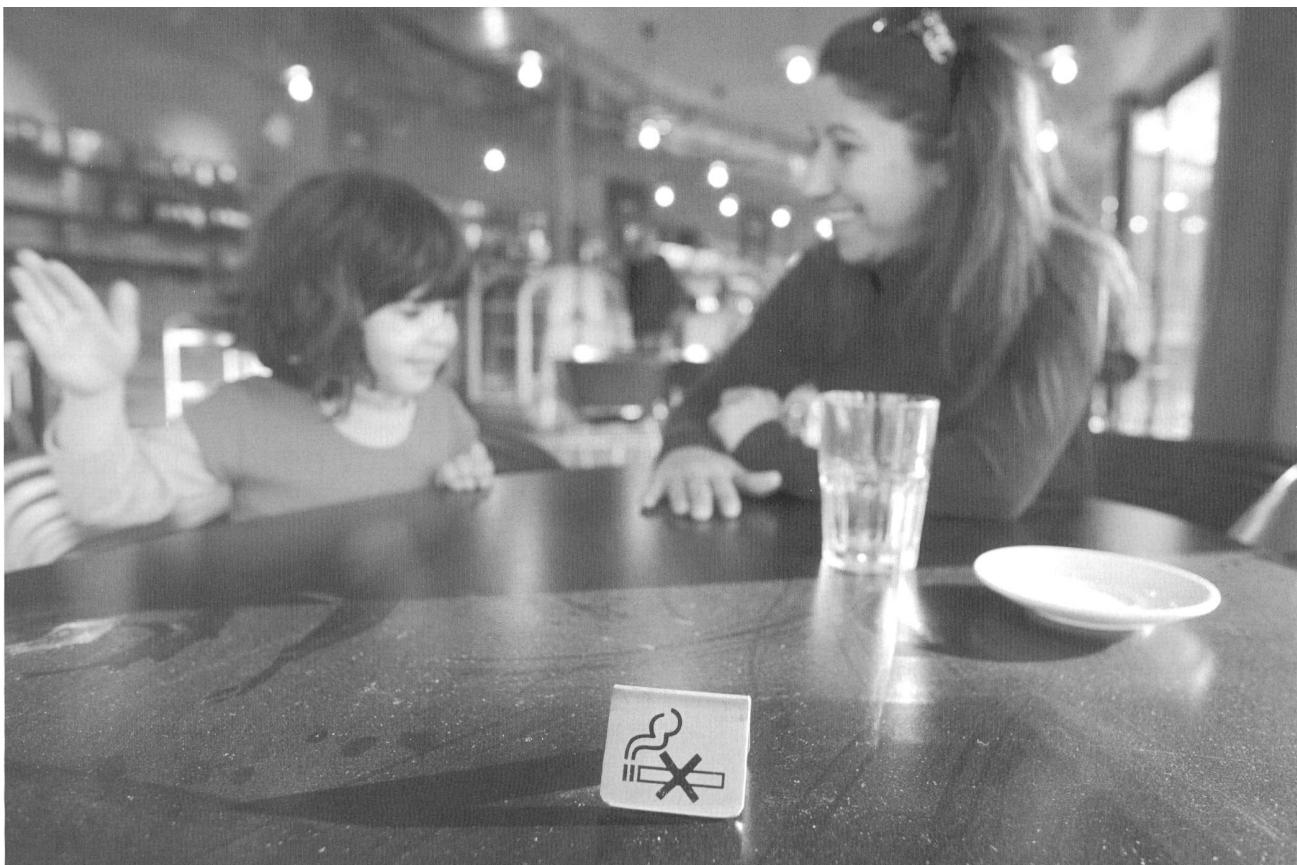
nen sich an einem FemmesTISCH in ihrer Muttersprache unterhalten, zum Beispiel darüber, was es bedeutet, die Kinder in zwei Sprachen und zwei Kulturen zu erziehen; oder sie fassen vielleicht sogar den Mut für einen Deutschkurs oder für die Anmeldung der Kinder in die Spielgruppe. Dies sind wichtige Integrationsschritte. Die am Projekt beteiligten Moderatorinnen aus dem eigenen Kulturreis haben dabei eine wichtige Vorbildfunktion.

Eine Fotoserie als thematischer Aufhänger

Kernthemen von FemmesTISCHE sind Gesundheits-, Erziehungs- und Rollenfragen. Mit einem neu geschaffenen Medium wird die Gesundheit in ihrer Breite ins Zentrum gerückt: Die Fotoserie «Gesund sein – gesund bleiben» gibt vielfältige Denkanstösse und einfach formulierte Informationen zu 20 wichtigen Gesundheitsthemen. Dazu gehören Fragen wie: Was mache ich alles für meine Gesundheit und die Gesundheit meiner Kinder? Was könnte ich mit wenig Aufwand auch noch tun? Was gibt es für Gesundheitsthemen, über die ich bisher wenig weiß? Wie und wo erhalte ich mehr Informationen? Was haben andere Frauen für Erfahrungen, Geheimtipps und was finden sie besonders wichtig?

Anhand der eigens entwickelten Fotoserie werden die Teilnehmerinnen von FemmesTISCHE angeregt, sich mit solchen Themen auseinanderzusetzen. Die 20 einfühlsamen multikulturellen Bilder und Texte laden dazu ein, über das eigene Gesundheitsverhalten nachzudenken und sich auszutauschen. Dabei wird klar, dass gesund sein wesentlich mehr ist als nur nicht krank sein und dass Frauen durch das Verhalten im Alltag viel zu ihrer Gesundheit und der Gesundheit ihrer Kinder beitragen können.

* Andrea Fuchs, Psychologin lic.phil. FSP, Grundausbildung in personenzentrierter Gesprächspsychotherapie SGGT, Leiterin der Geschäftsstelle FemmesTISCHE, Steinwiesstr. 2, CH-8032 Zürich, Tel.+41 (0)44-253 60 64, hallo@femmestiche.ch



Thema «Verantwortungsvoll mit Suchtmitteln und Medien umgehen».

Wir alle wissen, dass illegale Drogen, Alkohol und Tabak der Gesundheit schaden. Auch Medikamente können süchtig machen ebenso wie beispielsweise Übermässiger Konsum von TV, Computerspielen oder Internet. Was auch immer wir konsumieren: Wichtig ist, dass wir das Mass verantwortungsvoll im Auge behalten – sowohl bei unseren Kindern wie bei uns selber. Ein Alarmsignal ist, wenn ich meinen Konsum vor der Familie oder anderen Menschen zu verstecken suche.

- Wie oft schauen meine Kinder fern, spielen Computerspiele, oder surfen im Internet?
- Und wir Erwachsenen?
- Wie vereinbare ich mit den Kindern Regeln dafür?
- Finde ich für mich das richtige Mass im Umgang mit Tabak, Alkohol und Medikamenten?
- Wo finde ich Hilfe, wenn mir das schwer fällt?
- Schütze ich meine Kinder vor Zigarettenrauch?

FemmesTISCHE reagiert mit der Fotoserie auf die Tatsache, dass insbesondere Migrantinnen und Migranten wie auch Personen aus sozioökonomisch schwachen Verhältnissen – und damit auch viele Familien mit Kindern – weniger gesund sind und einen schlechteren Zugang zu Gesundheitsinformationen aufweisen als der Durchschnitt der Schweizer Bevölkerung.³

Konzept, Themenwahl und Produktion der Fotoserie

Das Konzept und die 20 Themen wurden von der Geschäftsstelle FemmesTISCHE,⁴ in Zusammenarbeit mit einer Co-Leiterin⁵ und einer Gruppe von Migrantinnen von FemmesTISCHE mit Migrantinnen der Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland, der Fachhochschule Nordwestschweiz in Olten⁶ sowie weiteren Fachleuten definiert, die auch Rückmeldungen zu den Texten gaben. Eine interkulturelle Resonanzgruppe von FemmesTISCHE-Moderatorinnen hat die Themenwahl und die Texte intensiv besprochen. Aus ihrem Kreis kam z. B. die Anregung, das The-

ma Schwangerschaft und Geburt aufzunehmen.

Die Themen wurden zusammen mit den renommierten Fotografinnen Ursula und Vera Markus umgesetzt. Viele der Frauen auf den Fotos sind Moderatorinnen von FemmesTISCHE Zürcher Oberland; sie kommen aus unterschiedlichen Kulturen, so dass Frauen verschiedenster Herkunft angesprochen werden. Die Texte zu den Themen wurden von einer erfahrenen Migrationsfachfrau⁷ formuliert und sind einfach formuliert, pointiert und einfühlsam geschrieben.

Die Fotos waren ursprünglich schwarz-weiß geplant, doch die Resonanzgruppe zeigte sich sehr skeptisch und eine zusätzliche Nachfrage bei weiteren Migrantinnen ging in dieselbe Richtung: schwarz-weiße Fotos wirkten auf viele der Angefragten eher düster, altmodisch, nicht attraktiv. Wir brauchen Farbe in unserem Leben, macht die Fotos farbig! hiess eine der Rückmeldungen.⁸

Natürlich herrschte bei der Auswahl und Bearbeitung der Themen nicht immer Einigkeit: Soll Arbeit thematisiert

werden, wenn viele Migrantinnen in diesem Bereich wenig (Wahl)Möglichkeiten haben, wenn ihre Ausbildungen nicht anerkannt sind und sie häufig wenig qualifizierte Tätigkeiten ausüben? Wie kann Sexualität thematisiert werden, ohne an starke kulturelle Tabus zu röhren und dadurch Abwehr auszulösen? Darf eine nackte Brust auf einem Bild gezeigt werden, oder wird damit die Ethik zu vieler Teilnehmerinnen verletzt? Doch ist andererseits das Thematisieren von Tabus auch wichtig, da dies bereits einen enttabuisierenden Effekt haben kann. Andere Themen wie Zahneputzen oder Entlastungsübungen für den Rücken eignen sich weniger für eigene Gesprächsrunden, doch gehören solche Themen als ein Puzzleteil zum Gesamten, lassen sich klar formulieren und auch einfach umsetzen. Das Thema Suchtprävention ist da schon viel breiter und weniger fassbar und viele Standorte greifen es bereits in eigenen FemmesTISCHE-Veranstaltungen auf. Daher wurde in der Bilderserie lediglich das Passivrauchen und der Schutz der Kinder davor aufgenommen, wobei der zugehörige Text aber verschiedenste



Foto zum Thema
«Gesund essen».

Arten von Suchtmitteln anspricht. Eine Handtasche mit vielen Medikamentenpackungen wäre eine Alternative gewesen. Das Thema Medikamentenkonsum wird jedoch bereits im eben erschienenen Film «Benzo & Co.⁹ der Zürcher Fachstelle für Alkohol- und Medikamentenkonsum Züfam und der Fachstelle für interkulturelle Suchtprävention FISP aufgegriffen, ein gelungener Film, der sicher auch bei FemmesTISCHE verwendet werden wird. Finanziell wurde das Projekt der Fotoserie vom Bundesamt für Gesundheit

BAG im Rahmen der Bundesstrategie «Migration und Gesundheit 2002 – 2007» ermöglicht. Migesplus, die Internetplattform für Gesundheitsinformationen in mehreren Sprachen, übernahm einen Teil der Übersetzungskosten und den Druck der Broschüre mit den Texten. Ein weiterer Zuschuss kam von einer Stiftung.¹⁰

Regionale Einführung und Umsetzung

Für den Einsatz der Fotoserie steht eine Diskussionsanleitung zur Verfügung. An einem Schweizerischen Moderatorinnentreffen von FemmesTISCHE, zu dem fast 100 Teilnehmende nach Zürich kamen, erhielten die interessierten Moderatorinnen einen ersten Einblick in die Fotoserie und in Workshops konnten sie sich zu verschiedenen Gesundheitsthemen weiterbilden. Welche Themen an FemmesTISCHE-Veranstaltungen diskutiert werden, entscheiden die Standortleitungen der regionalen FemmesTISCHE-Standorte. Die Standortleitungen und die Teilnehmerinnen des Moderatorinnentreffens geben sehr positive Rückmeldungen zur Fotoserie, die zeigen, dass die Bilder sehr gut ankommen und das Thema Gesundheit interessiert. So wird die Fotoserie künftig an den verschiedenen Standorten zum Einsatz kommen. Wie bei allen FemmesTISCHE-Themen erhalten die Moderatorinnen vor Ort von ihren Standortleiterinnen weitere Ein-

führungen in die Fotoserie und in das didaktische Konzept.

Nach den FemmesTISCHE-Veranstaltungen wird den Teilnehmerinnen die Broschüre «Gesund sein – gesund bleiben» abgegeben. Sie ist in den Sprachen Albanisch, Arabisch, Englisch, Deutsch, Französisch, Italienisch, Japanisch, Portugiesisch, Russisch, Serbisch-Bosnisch-Kroatisch, Spanisch, Tamilisch und Türkisch erhältlich.

Die Fotoserie kann auch von anderen Fachstellen genutzt werden. Unserer Meinung nach eignet sie sich auch als Gesprächseinstieg in Integrationsprojekten, für Mütter- und VäterberaterInnen, Fachstellen für Integration und Migration, therapeutische Institutionen und andere Beratungsstellen. Sie kann als Kommunikationshilfe auch von GynäkologInnen oder HausärztInnen genutzt werden, um mit Migrantinnen zu wichtigen Gesundheitsthemen ins Gespräch zu kommen oder sie zu informieren. ■

Fotoserie und Broschüre «Gesund sein – gesund bleiben»

- 20 A5-Fotos
- Broschüre mit einem kurzen, einfach formulierten Text zu jedem Thema sowie Fragen, die zum Diskutieren und Nachdenken anregen
- Diskussionsanleitung
- Broschürenliste und Beratungstelefone für weiterführende Informationen zu den einzelnen Themen

Kosten der Fotoserie: CHF 35.– (ab 4 Ex. CHF 25.–); die Broschüren in den verschiedenen Sprachen sind kostenlos oder in grösseren Mengen gegen Portokosten erhältlich.

Bestelladresse: Geschäftsstelle FemmesTISCHE, Steinwiesstrasse 2, 8032 Zürich Tel. 044 253 60 64, Fax 044 253 60 66, hallo@femmestiche.ch

Literatur

- **Bundesamt für Gesundheit BAG (2007):** Wie gesund sind Migrantinnen und Migranten? Die wichtigsten Ergebnisse des «Gesundheitsmonitoring der schweizerischen Migrationsbevölkerung».

Endnoten

- 1 www.femmestiche.ch
- 2 Entwickelt wurde das Projekt 1996 von Steffi Wirth und Jean-Pierre Weiss vom «Atelier für Kommunikation» in Aesch
- 3 BAG 2007
- 4 Andrea Fuchs
- 5 Ines Tsengas
- 6 Prof. Felix Wettstein
- 7 Autorin: Sibilla Schuh, Fachfrau für Migration aus Küsnacht
- 8 Im SuchtMagazin stehen nur eine begrenzte Anzahl Seiten für Farbbilder zur Verfügung. Daher werden die Fotos in schwarz-weiss abgedruckt.
- 9 http://www.zuefam.ch/proj_filmed.html
- 10 Pfirsichblüten-Stiftung, Meilen