

# Ideen für wettergerechte Kleider

Estefania Zingg baut seit dem Juni 2021 den Femmes-Tische-Standort Schaffhausen auf. Als ehemalige Moderatorin weiss sie aus erster Hand, worauf es bei den Gesprächsrunden ankommt. **Von Chantal Bründler**

## Interview

Was verschlägt eine Spanierin von der Atlantikküste an den Rheinfall?

**Estefania Zingg:** 2005 kam als Au-pair in die Schweiz. Davor lebte ich ein Jahr in einer Fernbeziehung mit meinem zukünftigen Mann. Ich wollte herausfinden, ob die Beziehung langfristig funktioniert, und habe mir gesagt, ich kann so oder so etwas lernen, wenn ich meine Komfortzone verlasse. Das Lernen von Fremdsprachen hat mich immer fasziniert.

War von Anfang an klar, dass Sie hier bleiben und eine Familie gründen würden?

**Zingg:** Nein. Bereits während meiner Zeit als Au-pair zog ich mit meinem Mann zusammen, und wir merkten, dass aus unserer Beziehung etwas werden könnte. Nach sieben Jahren kam unser erster Sohn zur Welt. Und heute sind wir zu viert.

Wo sehen Sie die Herausforderungen, als Migrantin Mami zu werden?

**Zingg:** Die Herausforderungen, Mutter zu sein, sind überall gleich. Als Migrantin ist man jedoch öfter isoliert. Ich musste mich hier um jeden Kontakt mit anderen Mamis und Kindern selber bemühen. Auch die fachliche Unterstützung war nicht einfach zu finden. Die Zugänge sind komplizierter. Und man muss sich bewegen.

Sie waren selbst als Moderatorin tätig. Wie haben Sie von Femmes-Tische erfahren?

**Zingg:** Im Anschluss an Proben für den Weihnachtschor Villancico in Zürich lernte ich Ana Pellegrino kennen. Sie leitet die Femmes-Tische in Winterthur und suchte eine spanischsprachige Moderatorin.

Hat Ihr Engagement für Femmes-Tische Ihre Tätigkeit als Moderatorin verändert?

**Zingg:** Die Schulungen, die wir zu den Moderationsthemen erhielten, waren so vielfältig. Ich habe Neues kennengelernt, das ich zu Hause



Unterschiedliche Lebenswelten und reiche Erfahrungen an einem Tisch: Davon leben die «Femmes-Tische».

BILD ZVG



**«Femmes-Tische sind ein Austausch auf Augenhöhe unter den Teilnehmenden.»**

Estefania Zingg  
Moderatorin

mit meinen Kindern ausprobieren oder beobachten konnte. Das ergab eine gute Mischung aus Intuition und Wissen. Mir hat der Austausch mit den Frauen gutgetan, zu realisieren: Allen geht es ähnlich. Auch das Potpourri von Ideen für Lösungen. Was sind beispielsweise wettergerechte Kleider? Wie schaffe ich es, mein Kind für den Regentag im Wald passend zu kleiden? Wir haben viel gelacht.

Worin unterscheidet sich Femmes-Tische von anderen Bildungsangeboten?

**Zingg:** Femmes-Tische-Runden sind ressourcenorientiert. Sie vermitteln den Teilnehmenden das Gefühl «alle machen etwas gut» und alle können mit ihren Erfahrungen beitragen. Der Austausch ist auf Augenhöhe. Im Gegensatz dazu stehen Elternbildungsangebote, die sich mehr auf Wissenslücken konzentrieren, wo vermittelt werden soll, wie es richtig läuft.

Wem empfehlen Sie den Besuch einer Femmes-Tische-Runde?

**Zingg:** Eigentlich sind die Runden für alle geeignet, die Lust haben, ihr soziales Netzwerk auszubauen. Meine ideale Runde besteht deshalb auch aus Menschen, die frisch in die Schweiz gezogen sind, schon länger hier wohnen oder hier geboren sind. Erst diese Bandbreite an Erfahrungen macht die Gespräche lebendig.

Schaffhausen ist erst im Aufbau. Wer soll sich bei Ihnen melden, um Moderatorin zu werden?

**Zingg:** Idealerweise sind es Mamis mit Kindern, die sich ehrenamtlich in einem sozialen Bereich engagieren möchten. Diese Frauen haben Interesse an Themen der Erziehung und Gesundheit und sind motiviert, ein Netzwerk auf- oder ihres auszubauen. Und nicht zuletzt sollen sie Freude am Austausch in einer ungezwungenen Atmosphäre haben.

## Editorial

Miteinander.  
Füreinander.

Von Christine Thommen

Es ist schwierig, sich in die Lage von Migrantinnen und Migranten hinein zu versetzen, in die Herausforderungen, die sich ihnen stellen: eine fremde Kultur, fremde gesellschaftliche Werte, eine fremde Sprache, fremde Gepflogenheiten, unbekannt administrative Abläufe, fremde Menschen. So vieles fremd und so vieles anders. Vielleicht ist es ein kleines, aber auch wirklich nur ein kleines bisschen vergleichbar damit, wenn wir eine neue berufliche Herausforderung annehmen in einem neuen Aufgabengebiet und in einem neuen Unternehmen – so wie es mir als neue Stadträtin und auch als neue Integres-Präsidentin vor einigen Monaten ergangen ist. Was – nebst viel Unterlagenstudium – massgeblich zu meinem Ankommen in diesen neuen Ämtern beigetragen hat, sind hilfsbereite Kolleginnen und Kollegen, denen ich alle möglichen Fragen stellen, mit denen ich auch als «Neue» von Beginn an auf Augenhöhe diskutieren und Erfahrungen einbringen und mit denen ich ausserdem persönliche, freudvolle Kontakte knüpfen konnte.

Darum geht es im Grunde auch bei dem neuen Angebot, das Integres im laufenden Jahr einführt, die Femmes-Tische. Migrantinnen tauschen sich in privatem Rahmen auf Augenhöhe zu wichtigen Alltagsfragen aus, bekommen neue Inputs, erweitern ihre Ressourcen und vernetzen sich mit anderen Frauen und mit Fachpersonen, wobei auch der gesellige Teil seinen Platz hat. Die Femmes-Tische unterstützen eine erfolgreiche Integration – miteinander, füreinander.



Christine Thommen, Präsidentin von Integres.

BILD ZVG

## Persönliche Ressourcen und soziales Netzwerk im Fokus

Das Projekt Femmes-Tische entstand vor 25 Jahren. Es wollte Elternbildung im Wohnzimmer anbieten und war konzipiert als Projekt für mehr Lebensqualität, das informiert, vernetzt und Spass macht. Derzeit gibt es mehr als 30 Standorte in der Schweiz. Das Programm erreicht jährlich über 11000 Personen und wird in den Kantonen umgesetzt durch bewährte, gut vernetzte Institutionen. 2021 wird unter dem Dach der Integrationsfachstelle Integres ein neuer Standort in Schaffhausen aufgebaut. Das Angebot richtet sich in erster Linie an Migrantin-

### Moderatorinnen für Femmes-Tische gesucht

Für den Aufbau des Femmes-Tische-Standortes Schaffhausen sucht Integres Moderatorinnen. Diese Brückenbauerinnen sind kommunikative, gut vernetzte Persönlichkeiten aus dem jeweiligen Kulturkreis, die aber auch die Lebensumstände in der Schweiz gut kennen. Interessiert? Rufen Sie Estefania Zingg von Integres für ein persönliches Gespräch an: 052 624 88 67.

nen und Migranten, aber auch an Schweizerinnen und Schweizer. Zielgruppe sind Mütter und Väter von Kleinkindern und schulpflichtigen Kindern. Die «Tische» stehen allen Interessierten ab 20 Jahren offen.

Der Austausch auf Augenhöhe stärkt die Ressourcen und das Netzwerk der Teilnehmenden. Diese tauschen untereinander alltagsnahes Wissen aus, zum Beispiel über Gesundheit, Familie und Integration. Sie lernen Angebote und Beratungsstellen kennen, erweitern ihre Handlungsmöglichkeiten und erleben unbeschwerte Momente.

Eine Gesprächsrunde bietet Raum für Diskussionen. Geschulte Moderatorinnen und Moderatoren führen mit Filmsequenzen oder Bildmaterial ins Thema ein und leiten danach die Diskussion. Die Moderatorin kennt die Beratungsstellen in der Region und kann gezielt auf diese Angebote hinweisen. Anschliessend sitzen die Teilnehmenden entspannt bei einem Snack zusammen und lernen sich persönlich kennen. Die Gesprächsrunden finden meist in der Erstsprache der Teilnehmenden statt. Es gibt aber auch interkulturelle Gesprächsgrup-

pen in Deutsch, Französisch oder Englisch. Sind Mütter oder Väter von Kleinkindern dabei, wird vor Ort eine Kinderbetreuung organisiert.

Die Femmes-Tische bieten eine Vielfalt an Themen zu den wichtigsten Alltagsfragen, wie zum Beispiel «Gesunde Ernährung», «Fit für den Kindergarten» oder «Medienkompetenz». Die gemeinsame Diskussion von Erziehungs- und Gesundheitsfragen wirkt präventiv. Die institutionellen Netzwerke in den Quartieren werden gestärkt, und das gesunde Aufwachsen der Kinder wird gefördert. (Estefania Zingg)

## Impressum

Integres

Eine Verlagsbeilage der «Schaffhauser Nachrichten» in Zusammenarbeit mit der Integrationsfachstelle der Region Schaffhausen  
Krebsbachstrasse 61, 8200 Schaffhausen  
Tel. 052 624 88 67, E-Mail: info@integres.ch  
Internet: www.integres.ch

Donnerstag, 2. September 2021

Redaktion:  
Kurt Zubler (Integrationsfachstelle),  
Rolf Fehlmann («Schaffhauser Nachrichten»)

Anzeigenverkauf:  
Verlag der «Schaffhauser Nachrichten»  
Tel. 052 633 31 11  
E-Mail: anzeigen@shn.ch

# Anzeigen-Spitz 90 mm hoch