



Foto: iStock.com

Migram

Schlüsselpersonen vermitteln Familien aus der Migrationsbevölkerung Informationen und Wissen zu Gesundheitsförderung und Prävention

Migram setzt den Ansatz der aufsuchenden Arbeit mit Schlüsselpersonen um. Das Projekt hat zum Ziel, ausgewählte Themen der Gesundheitsförderung und Prävention an eine schwer erreichbare Zielgruppe heranzutragen. Mit schwer erreichbar sind Menschen gemeint, die mit den herkömmlichen Strategien der Gesundheitsförderung und Prävention nicht erreicht werden.

Die Ziele von Migram sind

- Gesundheitsförderung und Empowerment der Zielgruppe
- Vermittlung von Informationen und Wissen im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention, um die Grundlage zu schaffen, dass Kinder fit und stark durch das Leben kommen
- Vermittlung konkreter Hilfestellung und Vernetzung mit bestehenden Angeboten
- Ermutigung und Sensibilisierung der Eltern ihre Erziehungsverantwortung aktiv wahrzunehmen
- Förderung der Kommunikation und Interaktion zwischen Eltern und Kindern
- Stärkung des Selbstbewusstseins der Eltern im Umgang mit den hiesigen Bildungs- und Gesundheitseinrichtungen

Die Schlüsselpersonen informieren zu den Themen «Gesund sein – Gesund bleiben», Sucht und zur Lebenskompetenz «Selbstwert stärken».

Zu jedem Thema werden drei Bereiche angesprochen:

- Worum geht es inhaltlich (z.B. was ist Sucht)?
- An wen kann ich mich wenden?
- Was brauche ich, damit ich mich an eine Fachstelle wende?

Die Schlüsselpersonen arbeiten in folgenden Sprachen:

- Albanisch
- Amharisch
- Arabisch
- Bosnisch
- Bulgarisch
- Deutsch
- Englisch
- Kroatisch
- Mazedonisch
- Portugiesisch
- Serbisch
- Tamilisch
- Türkisch
- Tigrinisch

Rückmeldungen zum Projekt:

«Ich habe mich verloren gefühlt, bevor die Schlüsselperson zu mir kam.»

«Die Anregungen der Schlüsselperson, wie ich bei meinem Sohn den hohen Medienkonsum reduzieren kann, konnte ich gleich umsetzen.»

«Es gibt Dinge, die ich nicht gewusst habe und ich bin froh, etwas mehr zu wissen.»

«Ich weiss, was Sucht ist und an wen ich mich wenden kann. An die Mitarbeitenden von Migram.»

«Wir haben über die Themen 'Gesund sein – Gesund bleiben' gesprochen. Jetzt laufe ich jeden Tag eine halbe Stunde.»

Migram im Kanton Bern (Zahlen seit 2018):



**8 ausgebildete
Schlüsselpersonen**



**Rund 700 erreichte
Familien**



**Davon rund 1'500
indirekt erreichte Kinder**

Mehr wissen

Haben Sie Fragen zum Angebot oder wünschen Sie eine Beratung?
Nehmen Sie unverbindlich mit uns Kontakt auf.



031 370 70 80



migram@beges.ch



www.bernergesundheits.ch/migram

Gemeinsam für mehr Gesundheit

Unsere Angebote sind so individuell wie die Menschen, die sie in Anspruch nehmen. Unsere Kernaufgaben sind Gesundheitsförderung, Prävention, Sexualpädagogik sowie Suchtberatung und -therapie. Wir erbringen unsere massgeschneiderten Dienstleistungen überall in Ihrer Nähe – vertraulich und kompetent.

www.bernergesundheits.ch

Im Auftrag von:



**Kanton Bern
Canton de Berne**