



Das Frauenfrühstück

Wenn sich an einem Tisch unterschiedliche Lebensrealitäten begegnen: Ein Projekt vom Basler Kurszentrum K5 und dem Zwinglihaus.

Raum für Austausch und Kontakt, für Gemeinsamkeiten und Geselligkeit, gesunde Ernährung und die Weitergabe von Lebenserfahrungen: All dies kombiniert das Angebot «Frauenfrühstück». Während dem gemeinsamen Frühstück erzählen sich Frauen gegenseitig von ihrem Alltag und teilen ihre Lebensgeschichten.

Zielgruppe

Normalerweise finden sich zwischen 80 und 100 Frauen im Saal ein. Während der Pandemie musste die Teilnehmerinnenanzahl auf maximal 40 Frauen eingeschränkt werden. Unter den 30 Teilnehmerinnen, die im Dezember gemeinsam gefrühstückt haben, waren Frauen mit 15 unterschiedlichen Nationalitäten anwesend. Somit weist das Projekt Frauenfrühstück einen ausgeprägten transkulturellen Charakter auf. Das Frauenfrühstück heisst alle Frauen willkommen.



Ziele

An den Tischen entstehen viermal jährlich vorübergehend oder sich fortsetzende Gemeinschaften. Die Frauen treffen sich zum gemütlichen „Z'morgele“ und hören die Lebensgeschichten von jeweils zwei Frauen. So kommt zum Ausdruck, was der Esstisch auch für unsere Lebensrealität im eigenen Zuhause darstellt: Er ist das Zentrum des häuslichen Lebens, um das wir uns versammeln und an dem wir die wichtige Zeit verbringen. Neben dem ausgewogenen Buffet wird über Beratungsangebote und Aktivitäten für Frauen und Familien in der Region Basel informiert und so wird das zentrale Ziel der erleichterten Integration verfolgt. Persönliche Anliegen finden hier Platz und es besteht die Möglichkeit direkt mit Fachpersonen von Anlauf- und Beratungsstellen und weiteren Integrationsprojekten in Kontakt zu treten – informell und unverbindlich. Weitere Bestandteile sind die Weitergabe von Lebenserfahrungen, das Netzwerken und die Freude neue Menschen kennenzulernen und Zeit zusammen zu verbringen.

Eine Stimme aus dem Projekt:

«Ich war mehrmals als Gast und einmal als Referentin beim Frauenfrühstück. Es ist sehr bereichernd ein paar Stunden mit tollen und aufgestellten Frauen zu verbringen. Von den Geschichten, die ich gehört habe und den Frauen, die ich dort kennengelernt habe, habe ich sehr interessante und wichtige Inputs bekommen. Ich habe jedes Mal den Eindruck, dass ich danach reicher an Wissen bin. Man wird gehört, gefragt und wertgeschätzt. Ich finde es ein unglaublich wichtiges Angebot für Frauen und ich hoffe, dass es das Projekt noch lange geben wird»

Teilnehmerin und Referentin



Hinweis: Die Bilder stammen aus der Zeit vor der Pandemie.

(Das Projekt «Frauenfrühstück» wird 2022 u.a. von der Fachstelle Diversität und Integration im Rahmen des Kantonalen Integrationsprogramms mit einem Beitrag in der Höhe von CHF 6'000.- unterstützt.)