

**CARITAS** Aargau



**femmesTISCHE**

Wir sprechen über Familie,  
Gesundheit und Integration

Aargau



## **Bewegte Femmes-Tische von und für Frauen aus aller Welt**

Begegnungen in Bewegung, mit Musik, im Gespräch...

# Herzlich willkommen bei Femmes-Tische!

Femmes-Tische sind Gesprächsrunden für Frauen. «Bewegte Femmes-Tische» kombiniert die Gesprächsrunde mit Bewegung zu Musik (Biodanza). So wird das Besprochene vertieft und integriert. Es macht eine Menge Spass!

Neugierig? Probieren Sie es aus! Es sind keine Tanzerfahrungen und nur ganz wenig Deutschkenntnisse erforderlich. Ein Schutzkonzept ist vorhanden. Wir richten uns nicht nur an Frauen mit Migrationshintergrund, alle sind herzlich eingeladen!

Block 1: 10. 9. / 17. 9. / 24. 9. 2020

Block 2: 29. 10. / 12. 11. / 19. 11. / 26. 11. / 3. 12. / 10. 12. 2020

Einstieg ist jederzeit möglich.

Zeit: 8.45 -11.00 Uhr (Start 9.00 Uhr)

Ort: Windisch, Dorfstrasse 27

Fragen die uns bewegen werden:

- Was brauche ich, um mich wohl zu fühlen?
- Wie stehe ich zu meinem Körper?
- Wie schaue ich zu mir als Frau, Mutter, Mitarbeiterin etc.?
- Wie kann ich auf Menschen zugehen und Kontakte knüpfen?
- Wie fühlt es sich an freudig durch mein Leben zu tanzen und im Hier und Jetzt anzukommen?

Kosten: gratis, Spenden sind jedoch willkommen.

Anmeldung: Meetu Mittal, 078 828 87 54, mmittal.goyal@gmail.com

Kinderhüte: nur in Absprache mit Meetu Mittal

## Sind Sie interessiert an Femmes-Tische?

Wir bieten Gesprächsrunden im Kanton Aargau in Arabisch, Deutsch, Englisch, Farsi, Hindi, Italienisch, Kurdisch, Portugiesisch, Somali, Tamilisch, Tigrinya und Türkisch an.

Melden Sie sich  
bei der Projektleitung!

Caritas Aargau, Nicole Winkler  
Laurenzenvorstadt 80, 5001 Aarau  
079 523 42 95  
nw@caritas-aargau.ch