

Männer- und Frauengesundheit - Aufklärung von eritreischen Frauen und Männern - in Zürich

## Kostenlose Veranstaltung zur Männer- und Frauengesundheit und die eritreische Familie in der Schweiz

Frau Dr. med. Fana Asefaw (auf Tigrinya)

**Samstag, 20. November 2021, 13:00 – 18:00 Uhr**

Quartierzentrum Schütze, Flex 1+2,  
Heinrichstrasse 238, 8005 Zürich



**Der Kurs wird mit Gesundheitsschutzmassnahmen durchgeführt.  
(Abstand, Desinfektionsmittel usw.)**

**Verpflegung und Teilnahme werden vom Kanton Zürich vollständig finanziert.**



- **Möchten Sie mehr über die Gesundheit Ihrer Familie erfahren?**
- **Möchten Sie Fragen und Anliegen stellen können?**
- **Möchten Sie das schweizerische Gesundheitssystem besser verstehen?**
- **Möchten Sie von einer eritreischen Medizinerin informiert werden?**

**Für eritreische Frauen und Männer, wohnhaft im Kanton Zürich.  
Sie sind willkommen!**

### Themen

- Corona und Gesundheitsschutz
- Gesundheit und Stress für eritreischen Männer in der neuen Gesellschaft (Rollenzuteilung Mann/ Frau, Erziehungsfragen)
- Erklärung des schweizerischen Krankenversicherungssystems
- Unterschied zwischen Hausärzt\*innen und Spezialist\*innen
- Wie redet man mit einem Arzt oder einer Ärztin in der Schweiz
- Rolle des Arztes und die Rolle des Apothekers
- Gesundheit für das Kind und für die Familie (Kindeswohl, Ernährung, Freizeitaktivität für Kinder)
- Informationsvermittlung über Familienplanung; Verhütung, Schwangerschaft usw.
- Kommunikation in der Familie

Frau Dr. med. Fana Asefaw, Ärztin in Clenia Winterthur wird mit der Hilfe von eritreischen Brückenbauer\*innen gesundheitliche Fragen beantworten und persönliche Beratung anbieten.

**Information:** Eritreisches Info-Zentrum, ein Angebot von NCBI Schweiz 044 721 10 50, [eri.info@ncbi.ch](mailto:eri.info@ncbi.ch)

### Anmeldung

**Samstag, 20. November 2021 13:00-18.00 Uhr**

Quartierzentrum Schütze, Flex 1+2, Heinrichstrasse 238, 8005 Zürich

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_ PLZ: \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_

Tel./Mob.: \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_

Wie viele Kinder werden Sie während des Kurses in die kostenlose Kinderhüte bringen?

Keine 1 Kind 2 Kinder 3 Kinder Alter \_\_\_\_\_

ጥዕና ደቂ ተባዕትዮን፣ ደቂ ኣንስትዮን፣ መግለጺ ንኤርትራውያን ነበርቲ  
ዙሪክ



# ብነጻ ዝውሃብ ኣስተምህሮ ብዛዕባ ጥዕና ደቂ ተባዕትዮን ደቂ ኣንስትዮን ብዶ/ር ፋና ኣሰፋው (ብቋንቋ ትግርኛ)

ወ

**ቀዳም 20 ሕዳር 2021, 13:00 – 18:00 Uhr**  
Quartierzentrum Schütze, Flex 1+2,  
Heinrichstrasse 238, 8005 Zürich



ኣቲ ስልጠና ምስ ኣገባብ ስጉምታት ምክንኻን ጥዕና እዩ ዝካዘድ (ርሕቀት ምሕላው፡ ጸረ ረኽሲ (Desinfektionsmittel) ወዘተ



- ብዛዕባ ጥዕና ስድራቤትኩም ብዙሕ ክትፈልጡ ትደልዩ፡
- ንጥዕና ዝምልከት ድሌታት ወይ ሕቶታት ከተቕርቡ ትደልዩ፡
- ብዛዕባ ስርዓተ ሕክምና ስውዘርላንድ ዝያዳ ርድኢት ክህልወኩም ትደልዩ፡
- ካብ ኤርትራዊት ክኢላ ጥዕና ሓበሬታ ክትረኽቡ ትደልዩ፡

እዚ ኮርስ ንኤርትራውያን ደቂ ተባዕትዮን ደቂ ኣንስትዮን ነበርቲ ካንቶን ዙሪክ ይምልከት።

ብድሓን ምዶ

ኣርእስቲ

- ኮረናን ምክንኻን ጥዕናን
- ብዛዕባ ጥዕናን፣ ጸቕጢ ኣእምሮን ዝምልከት ንኤርትራውያን ደቂ ተባዕትዮን ደቂ ኣንስትዮን ምስ ሓድሽ ሕብረተሰብ ስውዘርላንድ (ኣብ ገዛ ተራ ናይ ሰብኣይን/ሰበይትን ከምኡውን ናይ ኣተዓባብያ ሕቶ)
- መግለጺ ብዛዕባ ስርዓተ ጥዕናን መስርሕ መድሕን ጥዕናን (ኢንፎርሜሽን) ኣብ ስዊዘርላንድ
- ፍልልይ ኣብ መንጎ ናይ ገዛ ሓኪምን ፍሉይ ኪኢላ ሓኪምን
- ሓይ ሰብ ኣብ ስዊዘርላንድ ምስ ሓኪም ከመይ ገይሩ ይዛረብ
- ተራ ሓኪምን ቤት መድሃኒትን (ፋርማሲ) ዝምልከት
- ጥዕና ቆልዓን፣ ስድራ ቤትን፣ ኣመጋግባን፣ ኣብ ኣብ ግዜ ዕረፍቲ ዝግበሩ ናይ ቆልዑ ንጥፈታትን
- ንዉጥን ስድራቤትን፣ ክንክን ጥንስን፣ ምክልኻል ጥንስን ዝምልከት ናይ ሓበሬታ ቤት ጽሕፈታት
- ርክባት ኣብ ውሽጢ ስድራቤት

ዶ/ር ፋና ኣሰፋው ኣብ Clenia Winterthur ትሰርሕ ምስ ግዴሳት ኤርትራውያን ተሓጋገዲ ኣባላት NCBI ከይና ንጥዕና ዝምልከት ኣስተምህሮ እትህቡን፣ ሕቶታት እትምልስን፣ ብኣካል እተማኽርን ይክተር እዩ።

**ጻኢታት ኮርስን፣ ምጽንጢ ቆልዑን ብካንቶን ዙሪክ እዩ ዝሸፈን።**

ሓበሬታ፡ Eri Info-Zentrum ብትካል NCBI ዝውሃብ ናይ ኤርትራውያን ማእከል ሓበሬታ እዩ።  
044 721 10 50, eri.info@ncbi.ch

## ም ዝ ገ ባ

ብዛዕባ ጥዕና ደቂ ተባዕትዮን ደቂ ኣንስትዮን ዝምልከት ብዶ/ር ፋና ኣሰፋውን ተሓጋገዲ  
ኤርትራውያን ኣባላት NCBIን፡ ብነጻ ዝውሃብ ኣስተምህሮ

**ቀዳም 20 ሕዳር 2021 ሰዓት 13:00 - 18.00**  
Quartierzentrum Schütze, Flex 1+2, Heinrichstrasse 238, 8005 Zürich

ስም፡ \_\_\_\_\_ ስም ኣቦ፡ \_\_\_\_\_

ኣድራሻ፡ \_\_\_\_\_ PLZ፡ \_\_\_\_\_ Ort፡ \_\_\_\_\_

ቁ.ቴሌፎን፡ \_\_\_\_\_ ኢሜይል፡ \_\_\_\_\_

ቆልዑ ንዘለክን፡ ኣብ እዋን ኣስተምህሮ ናይ ነጻ መዉዓሊ ቆልዑት ኣለና።

ክንደይ ቆልዑ ሒዝኩም ክትመዱ ኢኹም ፡

የብላይን  1 ቆልዓ  2 ቆልዑ  3 ቆልዑ ዕድሙ፡ \_\_\_\_\_