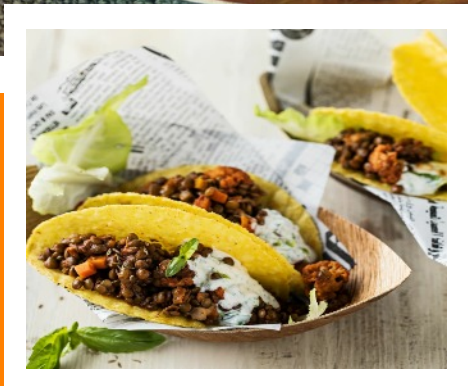


**Freundschaft
geht durch den Magen!**

En suete!

**gemeinsames
Mittagessen nicht nur
für Seniorinnen
und Senioren**



**Jeden Monat ein
Gericht aus einem anderem Land!
Im März - aus den Philippinen!**

**Unkosten
Beitrag: Fr. 6.-**

Anmeldung erwünscht

**En suete! ist ein Projekt
des Balikatan,
Begegnungs-, und
Unterstützungszentrum
für Migrantinnen und
ihre Familien**

**www.balikatan.ch
balikatan@bluewin.ch
079 781 32 00**

Weitere *En suite!* Begegnungen:

Freitag, 15. Mai

Freitag, 12. Juni

Freitag, 14. August

Freitag, 11. September

Freitag, 9. Oktober

Was ist *En suete*?

Miteinander reden...

Am Anfang der sozialen Integration steht in der Regel die persönliche Begegnung. Gelegenheiten dazu ergeben sich am Arbeitsplatz oder in der Schule meist von allein. Etwas anders ist es im Wohnumfeld und in der Freizeit. Oft bleibt es lange Zeit lediglich beim Gruss im Treppenhaus oder bei einigen Sätzen auf der Strasse.

... aber wo?

Nachbarn oder flüchtige Bekanntschaften aus dem Quartier nach Hause einzuladen, ist oft mit Unsicherheiten verbunden, nicht zuletzt bei unterschiedlicher Herkunft: ist das in der anderen Kultur überhaupt üblich? Trete ich jemandem mit einer spontanen Einladung zu nahe?

Deshalb kann es einfacher sein, Begegnungen in öffentlichen Räumen zu suchen, im Quartiertreffpunkt zum Beispiel oder im Lokal des Gemeindezentrums. Doch nicht alle finden solche Möglichkeiten in der näheren Umgebung.

Das Balikatan, Begegnungs- und Unterstützungszentrum für Migrantinnen und ihre Familien, das seit 30 Jahren um die Integrationsbemühungen der eingewanderten Frauen und Männer gekümmert hat, bietet Menschen aus verschiedenen Kulturen, Alter, Religion und Weltanschauung, eine Gelegenheit zusammenzukommen, um einander kennenzulernen.

Auch Freundschaft geht durch den Magen

Ja, wir glauben fest, dass nicht nur Liebe, sondern auch Freundschaften über den Magen entstehen können. Denn beim gemeinsamen Essen können unbefangene Gespräche stattfinden, die zum Verständnis, Respekt und Schätzung des Gegenübers führen könnten.

Am **Freitag, den 13. März**, um **11.00 - 16.00 Uhr**, findet die erste *En suete*! Begegnung statt. Zu den philippinischen Spezialitäten werden auch das Land und Leute des Archipels vorgestellt. Wir laden Sie herzlichst ein!

Mabuhay!
Tuloy po kayo.
Herzlichst Willkommen!
Kommen Sie doch rein.



Balikatan

Begegnungs- und Unterstützungszentrum für Migrantinnen und ihre Familien

Gürtelstrasse 67, 7000 Chur

www.balikatan.ch

balikatan@bluewin.ch

081 252 45 39/079 781 32 00