

Wir freuen uns über Ihre Anregungen, Meinungen und Kommentare zum Newsletter: [info@migesplus.ch](mailto:info@migesplus.ch)

Mit der Geburt eines Kindes stellen sich für viele Eltern Fragen rund um die Säuglingspflege. Mit der Neuauflage der Broschüre «Stillen – ein gesunder Start ins Leben» zeigt die Schweizerische Stiftung zur Förderung des Stillens auf, wie stillende Mütter ihre Kleinkinder zeitgemäss und gesund ernähren. Zudem verweisen wir Sie auf das Merkblatt «Stoppen mit dem süssen Schoppen» der Schweizerischen Gesellschaft für Pädiatrie.

Hier finden Sie die themenübergreifende Broschüre «Gesund sein – gesund bleiben» herausgegeben von FemmesTISCHE. Sie bietet Frauen Kurzinformationen und Gedankenanstösse zu diversen Gesundheitshemen. Ergänzend zur Broschüre publiziert FemmesTISCHE eine Fotoserie mit Diskussionsanleitung für Gruppengespräche. Neu liegt die Broschüre «Rückenschmerzen» der Rheumaliga Schweiz, überarbeitet auch in den Sprachen türkisch, albanisch und serbisch/kroatisch/bosnisch vor. Migesplus hat die Produktion dieser beiden Broschüren finanziell und fachlich unterstützt.

Zum Thema «Folter und Trauma: Folgen und therapeutische Möglichkeiten» publizierte das Schweizerische Rote Kreuz, Ambulatorium für Folter- und Kriegsoffer eine Informationsschrift für HausärztInnen sowie Angehörige weiterer Berufsgruppen aus dem Gesundheits- und Sozialwesen. Das Bundesamt für Gesundheit informiert in einer Broschüre über die aktuelle Bundesstrategie Migration und Gesundheit Phase II (2008 – 2013).



### Stillen – ein gesunder Start ins Leben

Herausgeber  
Schweizerische Stiftung zur Förderung  
des Stillens  
Erhältlich in folgenden Sprachen:  
englisch, französisch, italienisch, spanisch,  
portugiesisch, tamilisch, türkisch, albanisch,  
serbisch/kroatisch/bosnisch, deutsch

Das Stillen eines Neugeborenen ist leicht zu lernen. Die Broschüre informiert anschaulich über Themen, die das Stillen für Mütter, Kinder und Eltern vereinfacht.

**Sofort bestellen:** <http://www.migesplus.ch/publikationen-de.php?thema=&pub=83>



### Stoppen mit dem süssen Schoppen

Herausgeber:  
Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie  
Erhältlich in folgenden Sprachen:  
türkisch, albanisch, spanisch, italienisch,  
serbisch/kroatisch/bosnisch, deutsch.

Das gefaltete Merkblatt warnt vor dem Gebrauch von Schoppen mit gesüssten Getränken. Illustriert mit farbigen Zeichnungen propagiert es das Erzählen einer Geschichte, gemeinsames Spiel oder das Trösten anstatt den Schoppen zum Einschlafen, zum Trösten oder als Zeitvertreib

**Sofort bestellen:** <http://www.migesplus.ch/publikationen-de.php?thema=20&pub=18>



## Gesund sein – gesund bleiben

*Herausgeber:*

Femmes TISCHE

*Erhältlich in folgenden Sprachen:*

türkisch, albanisch, spanisch, portugiesisch, italienisch, französisch, russisch, japanisch, englisch, arabisch, tamilisch, serbisch/kroatisch/bosnisch, deutsch

Gesund sein ist mehr als nicht krank sein. Gesund sein heisst, sich körperlich, seelisch und sozial wohl zu fühlen. Durch unser Verhalten im Alltag können wir viel zu unserer Gesundheit beitragen. Die vorliegende Broschüre bietet Kurzinformationen und Gedankenanstösse für erziehende Frauen zu diversen Themen wie Bewegung, Ernährung, Wünsche und Träume, Schlaf, Sexualität usw.

**Sofort bestellen:** <http://www.migesplus.ch/publikationen-de.php?thema=19&pub=170>

**Fotoserie mit Diskussionsanleitung:** <http://www.migesplus.ch/publikationen-de.php?thema=19&pub=175>



## Rückenschmerzen

*Herausgeber:*

Rheumaliga Schweiz

*Erhältlich in folgenden Sprachen:*

albanisch, türkisch, italienisch, französisch, serbisch/kroatisch/bosnisch, deutsch

Die Broschüre enthält Patienteninformationen, Krankheitsbilder.

**Sofort bestellen:** <http://www.migesplus.ch/publikationen-de.php?thema=&pub=159>

Das Projekt migesplus wird vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) im Rahmen der Bundesstrategie «Migration und Gesundheit 2008–2013» unterstützt.

Weitere Publikationen können über die Website [«www.migesplus.ch»](http://www.migesplus.ch) bestellt werden



## Folter und Trauma: Folgen und therapeutische Möglichkeiten

*Herausgeber:*

Schweizerisches Rotes Kreuz

Ambulatorium für Folter- und Kriegsofopfer

*Erhältlich in folgenden Sprachen:*

französisch, deutsch.

Die Broschüre will Hausärztinnen und Hausärzte sowie Angehörige weiterer Berufsgruppen aus dem Gesundheits- und Sozialwesen für die spezifische gesundheitliche und soziale Problematik von traumatisierten Flüchtlingen sensibilisieren und ihnen Hintergrundwissen vermitteln. Sie bietet eine Übersicht über die verschiedenen Formen organisierter Gewalt und ihre Folgen für die Betroffenen. Im Zentrum steht die Bewältigung traumatischer Erfahrungen: Fachpersonen finden umfassende praktische Hinweise für die Behandlung und Betreuung von Folter- und Kriegsofopfern.

**Sofort bestellen:** <http://www.migesplus.ch/publikationen-de.php?thema=&pub=169>



## Migration und Gesundheit. Kurzfassung der Bundesstrategie Phase II (2008–2013)

*Herausgeber:*

Bundesamt für Gesundheit

*Erhältlich in folgenden Sprachen:*

italienisch, französisch, englisch, deutsch

Die vorliegende Publikation beleuchtet einerseits die vom Bundesrat bewilligte Strategie Migration und Gesundheit Phase II (2008–2013), andererseits gibt sie – ausgehend von aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen – Einblick in die Hintergründe der bisherigen Chancenungleichheit im Gesundheitsbereich.

**Sofort bestellen:** <http://www.migesplus.ch/publikationen-de.php?thema=26&pub=60>

### Kontakt

Schweizerisches Rotes Kreuz  
migesplus, Myriam Kleiner  
Werkstrasse 18, 3084 Wabern  
info@migesplus.ch

Tel. ++41 31 960 75 71, Fax ++41 31 960 75 60