

Chères lectrices, chers lecteurs,

il est possible que vous vivez ici à Brême depuis plusieurs années et peut être même que vous avez grandi ici; il est possible également que vous venez juste d'habiter à Brême.

Vous avez sûrement vécu l'expérience qu'il n'est pas facile en étant immigré de se sentir chez soi : Le sentiment de se sentir étranger et la nostalgie de la „patrie“ peuvent compliquer de temps en temps votre quotidien.

A travers notre série de cours, nous voudrions vous offrir une plate-forme pour partager vos expériences en tant qu'immigrés et vous aider à prendre connaissance des chances que peut offrir l'immigration pour vous vous sentir mieux à Brême.

Nous voudrions vous inviter cordialement à participer au programme FIT.



C'est promis! FIT parle aussi bien avec la tête qu'avec le cœur!



### Matières principales du contenu:

- Les fondements de la communication
- Les processus de l'immigration
- La famille et l'immigration
- La protection contre les préjugés et la discrimination vécue

### Autres offres:

Échange avec les représentants des institutions et des établissements, comme par exemple:

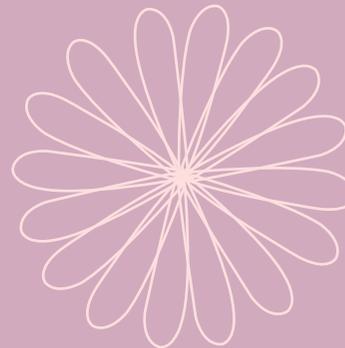
- La coordination du quartier
- La police

Connaître les propositions et les activités des établissements et des responsables dans le quartier, comme par exemple:

- VHS: hautes écoles populaires
- Haus der Familie: Maison de la famille
- Mütterzentrum: Centre de la mère
- Bürgerhaus: maison du citoyen

Connaître les propositions des institutions en dehors du quartier, comme par exemple:

- BAMF (le ministère fédéral pour la migration et les réfugiés), il nous informe des cours d'intégrations.
- AWO (mutualité ouvrière), offre des consultations sociales.
- BAG!S (Groupement d'entreprises de Brême pour l'intégration et les affaires sociales), fournit un travail et des mesures de qualification.



## Les objectifs du cours:

Nous voulons parler ensemble sur les thèmes suivants,

- Comment notre quotidien est influencé par l'immigration
- Quels sont les difficultés et les chances qui peuvent émaner de la migration pour l'individu et pour toute la société.
- Comment pouvons-nous améliorer notre relation au sein et en dehors de la famille.
- Pourquoi les êtres humains peuvent avoir des préjugés et comment pouvons-nous protéger nos enfants et nous même à l'encontre de ses préjugés.
- Comment pouvons-nous devenir plus riche culturellement, mentalement et psychologiquement.
- Et comment pouvons-nous communiquer avec succès.

Nous voulons connaître avec vous aussi les établissements et les instances officielles les plus importants et vous soutenir à développer vos propres perspectives professionnelles.

La série des cours s'étale sur 33 semaines à raison de 3 heures l'une. La garde des enfants est possible!

Pour s'informer sur les lieux, les dates et les horaires des cours, prières de se renseigner auprès des responsables.

## Personnes à contacter:

**chez**  
**la sénatrice de travail, des femmes, de la santé, de la jeunesse et de la section sociale**  
Service des affaires d'immigrants et politique d'intégration, délégué d'intégration et de migration

Zerrin Dalhoff  
Tel. 361 - 6847  
E-Mail: zerrin.dalhoff@soziales.bremen.de

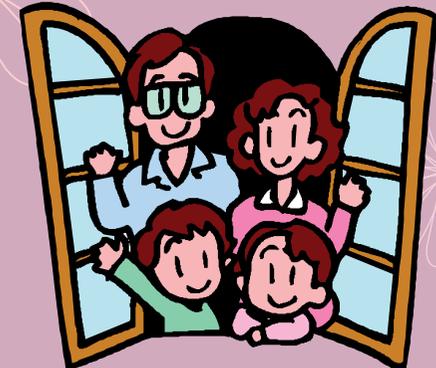
**chez**  
**Migrantinnenrat (migra) Bremen e.V.**

Marija de Gast  
Tel. 3648086  
E-Mail: migrantinnenrat@web.de

Le programme FIT-Migration est effectué en coopération avec des KiTa (jardin d'enfants) **Brême, de la sénatrice de formation et de la science ainsi qu'avec le sénateur de l'intérieur et du sport!**



# Difficultés et perspectives de migration!



Die Senatorin für Arbeit, Frauen, Gesundheit, Jugend und Soziales  
Referat Zuwandererangelegenheiten und Integrationspolitik;  
Migrations- und Integrationsbeauftragter