

• Së bashku për një shëndet më të mire

Together for better health • ለተሻለ ጤና ቢጋራ • Zajedno za bolje zdravlje • ሓብር ንዝሓሸ ጥዕና • Зажед

Но за боље здравље • Zajedno

Разом до мишного здоровя • Заедно за по-добро здравје • Gemeinsam für mehr Gesundheit • /

• لياقتهن لى صحتى





## MIGRAM hilft im Familienalltag

**Haben Sie Fragen zu Ihrer Gesundheit? Suchen Sie Informationen für Ihren Alltag?  
Möchten Sie und Ihre Familie besprechen, wo Sie Hilfe finden?  
Dann melden Sie sich bei uns!**

MIGRAM: Das sind 8 Beraterinnen der Berner Gesundheit. Sie können mit ihnen in 16 Sprachen über Ihre Fragen sprechen. Mögliche Themen sind: Familie und Erziehung, Ausbildung, Gesundheit, Belastungen im Alltag, Gewalt und Sucht.

### Sprachen

Albanisch | Amhari | Arabisch | Bosnisch  
Bulgarisch | Deutsch | Englisch  
Französisch | Kroatisch | Mazedonisch  
Portugiesisch | Russisch | Serbisch  
Tamilisch | Tigrinya | Ukrainisch

### Preis

Das Angebot ist kostenlos.

### Dauer

1 – 2 Termine

### Für

Mütter, Väter und Angehörige

### Kontaktieren Sie uns unverbindlich!

- 031 370 70 80
- [migram@beges.ch](mailto:migram@beges.ch)
- [bernergesundheit.ch/migram](http://bernergesundheit.ch/migram)

