

HEKS AltuM – Alter und Migration

Beratung und Angebote für Migrant:innen 55+



Viele Migrant:innen sind wegen Verfolgung, wirtschaftlichen oder sozialen Missständen in die Schweiz gelangt. Mit zunehmendem Alter steigt die Tendenz in dieser Bevölkerungsgruppe, dauerhaft in der Schweiz zu bleiben. Sie sind aber mit der schweizerischen Altersversorgung und den hiesigen Einrichtungen wenig vertraut. Das Programm «HEKS AltuM Zürich» bietet Migrant:innen ab 55 Jahren Unterstützung bei Fragen zu Themen im Zusammenhang mit dem Alter werden.

Zielgruppe

Als Zielgruppen sollen einerseits ältere Migrant:innen (55+), die im Kanton Zürich leben und andererseits freiwillige Schlüsselpersonen angesprochen und erreicht werden. Die Schlüsselpersonen, die sowohl mit den schweizerischen Verhältnissen als auch mit den kulturellen Hintergründen der Migrant:innen vertraut sind, helfen bei der Gruppenbildung von älteren Migrant:innen, unterstützen, beraten und fördern diese bei ihren Aktivitäten.

Ziele

Das Programm «HEKS AltuM» will ältere Migrant:innen (55+), die im Kanton Zürich leben, präventiv auf die Probleme des Alterwerdens aufmerksam machen und sie bei Schwierigkeiten bedarfsgerecht begleiten. Dafür werden freiwillige, gut ausgebildete Schlüsselpersonen eingesetzt.

HEKS AltuM-Tandem: Seit September 2019 führt «HEKS AltuM» in Zusammenarbeit mit der Fachhochschule Nordwestschweiz das Pilotprojekt «HEKS AltuM-Tandem Zürich». Das Pilotprojekt hat zum Ziel, Geflüchtete über 55 Jahren bei ihrem Neuanfang in der Schweiz zu begleiten und zu unterstützen. Die Unterstützung erfolgt durch Freiwillige, die jeweils ein Tandem mit den Geflüchteten bilden.



Aktivitäten

Die freiwilligen Schlüsselpersonen, die durch gezielte Weiterbildungen auf ihre Aufgaben vorbereitet werden, sollen den Zugang zur Zielgruppe herstellen und den älteren Migrant:innen Informationen zu Themen wie Alter und Gesundheit vermitteln. Des Weiteren sollen Begegnungs- und Freizeitaktivitäten zur Verfügung stehen und die Teilnahme an diesen Anlässen gefördert werden. Neben regelmässigen Infoveranstaltungen, Tischgesprächen und persönlichen Beratungen bietet das Programm zahlreiche gesundheitsfördernde und bedürfnisorientierte Angebote wie Café-Treffs, Gymnastikstunden, Schwimm-, PC-, Flamencotanz und Yogakurse, ein Tanz-Treff, Ausflüge oder Spaziergänge.

Beim AltuM-Tandem unterstützt eine freiwillige Begleitperson eine ältere Geflüchtete Person im Alltag, etwa beim Vereinbaren von Terminen, vermittelt Informationen und ermöglicht den Zugang zu Angeboten sowie zur Regelstruktur.

HEKS AltuM – Alter und Migration

Unterstützt durch:

Pro Senectute Kanton Zürich,
Stadtrat der Stadt Zürich,
Walder Stiftung, diverse
evangelisch-reformierte
Kirchgemeinden, private
Spender:innen.

AltuM-Tandem durch:

Age-Stiftung und Corymbo
und fondia Stiftung

Kooperation mit:

Pro Senectute Kanton
Zürich, Fachhochschule
Nordwestschweiz HSA
(«HEKS AltuM-Tandem»)

Programmleitung:

Aida Kalamujic

Kontakt

HEKS Regionalstelle ZH/SH
AltuM
Aida Kalamujic
Seminarstrasse 28, Postfach
8042 Zürich

+41 44 360 89 62
aida.kalamujic@heks.ch
heks.ch

Spenden: PC 80-1115-1