

HEKS AltuM – Alter und Migration

Beratung und Angebote für MigrantInnen 55+

Situation

Alter und Migration sind wichtige Themen, die immer mehr Menschen in der Schweiz betreffen. Vielen MigrantInnen ist bei der Ankunft in der Schweiz nicht klar, dass sie möglicherweise hier bleiben werden, weil ihr Herkunftsland für sie kein Zuhause mehr bietet. Andere emigrieren erst im fortgeschrittenen Alter und kennen unser Sozialsystem nicht. Wie unterschiedlich die Hintergründe auch sein mögen, den MigrantInnen drohen mit fortschreitendem Alter auch zunehmend Isolation und Vereinsamung. Das Bild der starken Familienbande mit engen sozialen Verbindungen trifft heute kaum mehr zu. Wer nicht in einem längeren Arbeitsverhältnis stand, ist mit den hiesigen Vorsorge- und Versicherungseinrichtungen in der Regel nur vage vertraut. Da braucht es nicht einmal eine Frühpensionierung, um unerwartet vor finanziellen Schwierigkeiten zu stehen. Soziokulturelle Unterschiede, Informationsdefizite und gesundheitliche Beschwerden können die Situation zusätzlich verschärfen.

Ziele

Das HEKS-Projekt AltuM (Alter und Migration) will ältere MigrantInnen (55+), die im Kanton Zürich leben, präventiv auf die Probleme des Älterwerdens aufmerksam machen und bei Schwierigkeiten bedarfsgerecht begleiten. Dafür werden freiwillige, gut ausgebildete Schlüsselpersonen eingesetzt.

Zielgruppe

Als Zielgruppen sollen im Kanton Zürich lebende ältere MigrantInnen (55+) sowie Schlüsselpersonen angesprochen und erreicht werden. Die Schlüsselpersonen helfen





bei der Gruppenbildung von älteren MigrantInnen eines Kulturkreises (gleiches Land und/oder gleiche Kultur und/oder gleicher Sprachkreis) und unterstützen, beraten und fördern diese in ihren Aktivitäten.

Aktivitäten

HEKS AltuM organisiert regelmässige Gruppentreffen, an denen ältere MigrantInnen einerseits für die Herausforderungen des Alters sensibilisiert werden und andererseits die Möglichkeit erhalten, sich untereinander sowie mit SchweizerInnen auszutauschen. Eine wichtige Rolle kommt dabei sogenannten Schlüsselpersonen zu. Dabei handelt es sich um Freiwillige, die sowohl mit den schweizerischen Verhältnissen, als auch mit dem kulturellen Hintergrund der älteren MigrantInnen vertraut sind. In Weiterbildungskursen der «Pro Senectute» des Kanton Zürichs werden sie darin geschult, in ihrem jeweiligen Kulturkreis eine Vermittlungs- und MultiplikatorInnen-Funktion zu übernehmen: Sie pflegen den Kontakt mit älteren MigrantInnen, informieren über die bestehenden Angebote und leisten bei Bedarf kompetente und praktische Unterstützung. Nebst Informationsveranstaltungen und Tischgesprächen zu altersrelevanten Themen, bietet HEKS AltuM verschiedene Begegnungs- und Bewegungsmöglichkeiten an. Dazu gehören beispielsweise Schwimmkurse, PC- oder Yoga-Kurse. Auf grosses Interesse stossen auch die wöchentlichen Café-Treffs in den Zürcher Alterszentren «Limmat» und «Dorf- linde», die Café-Treffs im Stadtzürcher «Quartiertreff Zentralstrasse» und in der reformierten Kirchgemeinde Zürich-Aussersihl sowie der Treffpunkt im «Königshof» in Winterthur. An diesen Anlässen haben ältere MigrantInnen die Möglichkeit, ihre Erfahrungen auszutauschen und das vielfältige AltuM-Angebot kennenzulernen. Die AltuM-Aktivitäten der lokalen Treffpunkte richten sich jeweils nach den Bedürfnissen und Interessen der dortigen Teilnehmenden und reichen von Sprachkursen über Gymnastik- und andere Bewegungskurse bis zur Veranstaltung von kleinen Festen, Ausstellungen, Ausflügen oder Lesungen. Beliebt ist auch das einmal jährlich stattfindende AltuM-Fest mit musikalischen Darbietungen.

Projektumsetzung

Die 20 freiwilligen Schlüsselpersonen, die im Jahr 2017 im Projekt tätig waren, entwickeln ihre Kompetenzen durch die Praxiserfahrungen im Kontakt mit älteren MigrantInnen sowie durch einen regelmässigen, fachbezogenen Austausch und Weiterbildungskurse kontinuierlich fort.

Sie leiteten während des ganzen Jahres vier wöchentliche Café-Treffs mit Gymnastik- und Deutschkursen. Zusätzlich konnten durch ihr Engagement 32 Informationsveranstaltungen, fünf Tischgespräche und zahlreiche individuelle Beratungen durchgeführt werden. Auf besonders grosse Beliebtheit stossen bei älteren MigrantInnen die Schwimmkurse für Frauen, die PC- und Yoga-Kurse, der Treffpunkt «Königshof» in Winterthur sowie der Tanz-Treff. Wegen des wachsenden Interesses und der Bedürfnisse von arabisch sprechenden MigrantInnen (55+), wurde für diese ein wöchentlicher Café-Treff eingerichtet. Die AltuM-Angebote wurden insgesamt 5329 mal genutzt.

HEKS AltuM – Alter und Migration

Projektsumme 2019:

CHF 144 956.–

Unterstützt durch: Pro Senectute Kanton Zürich, Integrationsförderung des Kantons Zürich, Integrationsförderung der Stadt Zürich, Fachstelle Integrationsförderung der Stadt Winterthur, verschiedene evangelischreformierte Kirchgemeinden, sowie diverse SpenderInnen, Stiftungen und andere.

Kooperation mit:

Pro Senectute Kanton Zürich

HEKS-Nr.: 550.013

Programmleitung:

Aida Kalamujic

Kontakt:

HEKS Regionalstelle ZH/SH
AltuM
Aida Kalamujic
Seminarstrasse 28, Postfach
8042 Zürich
Tel.: +41 44 360 89 62
E-Mail: kalamujic@heks.ch
Spenden: PC 80-1115-1
www.heks.ch