

# HEKS AltuM – Alter und Migration Aargau

## Gesund und sozial aktiv bleiben – auch im Alter

Die Zahl älterer MigrantInnen in der Schweiz ist in den letzten Jahren kontinuierlich gestiegen. Die Schweizer Institutionen im Alters- und Gesundheitsbereich sehen sich dadurch vor neue Herausforderungen gestellt. Ihre Dienstleistungen erreichen ältere MigrantInnen oft nicht oder nur ungenügend. Das Programm «HEKS AltuM - Alter und Migration Aargau» macht seit 2013 ältere MigrantInnen ab dem 55. Altersjahr präventiv auf die Probleme und Herausforderungen des Älterwerdens aufmerksam und begleitet sie bei Schwierigkeiten bedarfsgerecht.

## Zielgruppe

«HEKS AltuM Aargau» richtet sich an MigrantInnen ab 55 Jahren und deren Angehörige. Auch MigrantInnenvereine, Kulturvereine, Fachinstitutionen in den Bereichen Migration, Alter, Gesundheit und Soziales sowie Gemeinden gehören zu den Zielgruppen des Projekts.

## Ziele

Das Angebot «HEKS AltuM» unterstützt MigrantInnen ab 55 dabei, ihren Lebensabend in der Schweiz aktiv und autonom zu gestalten und sich frühzeitig mit den Herausforderungen des Älterwerdens auseinanderzusetzen. «HEKS AltuM» sensibilisiert Institutionen und Gemeinden für die Anliegen und Bedürfnisse älterer MigrantInnen. Weiter unterstützt das Programm Organisationen im Alters- und Gesundheitsbereich dabei, ihre Angebote auf die Migrationsbevölkerung auszuweiten, und strebt Kooperationen mit ihnen an.





## Aktivitäten

---

«HEKS AltuM» organisiert gemeinsam mit den älteren MigrantInnen Café-Treffs, Informationsveranstaltungen zu sozialen, wirtschaftlichen, rechtlichen und gesundheitlichen Aspekten des Alters, informiert über Gesundheitsförderungs- und Bewegungsangebote und bietet Informationen und Beratung in Kleingruppen. Durch die Zusammenarbeit mit MigrantInnen-Organisationen, Gemeinden und lokalen Schlüsselpersonen können die älteren Menschen besser erreicht und an die öffentlichen Institutionen vermittelt werden. Ausserdem informiert und sensibilisiert «HEKS AltuM» die Öffentlichkeit zum Thema Alter und Migration und begleitet interessierte Gemeinden bei der Planung, Durchführung und Auswertung nachhaltiger Massnahmen.

### HEKS AltuM Aargau

**Unterstützt durch:** Reformierte Landeskirche Aargau, Walder Stiftung, Amt für Gesundheit des Kantons Aargau, Amt für Migration und Integration des Kantons Aargau, Gemeinden Suhr, Rheinfelden, Stadt Aarau, private SpenderInnen

**Partner:** Pro Senectute Aargau

**Kooperation mit:**

Pro Senectute Aargau, Verein Aargauer Netzwerk Alter, Spitex Aargau, Anlaufstelle Integration Aargau, Caritas Aargau, Evivo-Verein, Gemeinden Aarau, Suhr, Rheinfelden und Windisch, MigrantInnenvereine, Kirchgemeinden

**HEKS-Nr.:** 510.029

**Programmleitung:**

Tabea Leutwyler

### Kontakt:

HEKS Regionalstelle  
Aargau/Solothurn  
HEKS AltuM Aargau  
Augustin-Keller-Strasse 1,  
Postfach  
5001 Aarau

Tel.: +41 62 836 30 26  
altum-agso@heks.ch  
www.heks.ch