

AltuM – Alter und Migration

Gesund und sozial aktiv bleiben – auch im Alter



Projektziel

Das Projekt unterstützt Migrant*innen 55+ dabei, ihren Lebensabend in der Schweiz aktiv und autonom zu gestalten und sich frühzeitig mit den Herausforderungen des Älterwerdens auseinanderzusetzen.

Zudem sensibilisiert das Projekt Institutionen und Gemeinden für die Anliegen älterer Migrant*innen.

Zielgruppe

Migrant*innen ab 55 Jahren und deren Angehörige. Zudem Migrant*innenvereine, Kulturvereine, Fachinstitutionen und Gemeinden.

Format / Methode

Interkulturell Vermittelnde organisieren selbstständig Café-Treffs zu sozialen, wirtschaftlichen, rechtlichen und gesundheitlichen Aspekten des Alters oder unterstützen bei Informationsveranstaltungen zu verschiedenen Themen des Älterwerdens.

Durch die Zusammenarbeit mit Migrant*innen-Organisationen, Gemeinden und interkulturell Vermittelnden können die älteren Menschen besser erreicht und an die öffentlichen Institutionen vermittelt werden.

Projektumsetzung

HEKS Regionalstelle Aargau/Solothurn

- Ort: Kanton Aargau
- Laufzeit des Projektes seit: 2014

Projektkoordinaten

HEKS Regionalstelle Aargau/Solothurn

- HEKS AltuM Aargau: <https://www.heks.ch/was-wir-tun/altum-alter-und-migration>
- Programmleitung: Yvonne Kneubühler, altum-agso@heks.ch
- Vorgestellt an der Tagung durch: Laura Peter Lemus, interkulturelle Vermittlerin

Gemeinsam in die Zukunft (GiZ)



Projektziel

Ältere Personen mit Migrationshintergrund sind über altersspezifische Themen, Beratungs- und Entlastungsangebote informiert und sozial vernetzt.

Zielgruppe

Migrantinnen und Migranten ab ca. 55 Jahre

Format / Methode

Moderatorinnen oder Moderatoren organisieren muttersprachliche Tischgespräche, in denen sie niederschwellig zu Themen rund ums Alter sowie zu Beratungs- und Entlastungsangeboten informieren. Die Moderatorinnen und Moderatoren werden im Rahmen des Projekts aus- und weitergebildet und begleitet.

Projektumsetzung

Kompetenzzentrum Alter der Stadt Bern (Alters- und Versicherungsamt, Direktion für Bildung, Soziales und Sport) in Kooperation mit SRK Kanton Bern, Caritas Bern, effe Biel

- Ort: Stadt Bern
- Laufzeit des Projektes seit: 2012

Projektkoordinaten

Stadt Bern, Kompetenzzentrum Alter

- Stadt Bern "GiZ": <http://www.bern.ch/themen/gesundheit-alter-und-soziales/alter-und-pensionierung/alter-migration/gemeinsam-in-die-zukunft>
- Projektleitung: Katrin Haltmeier / katrin.haltmeier@bern.ch
- Vorgestellt an der Tagung durch: Nanthini Murugaverl und Fatime Mahmuti



femmesTISCHE

Projektziel

FemmesTische bringt Frauen meist mit Migrationshintergrund in Gesprächsrunden zusammen und ermöglicht einen Austausch über alltägliche Themen und Anliegen wie Bildung, Gesundheit, usw.

Zielgruppe

Frauen mit Migrationshintergrund

Format / Methode

Informations- und Ausbildungsangebot in Form von Gesprächsrunden an einem privaten oder öffentlichen Ort.

Eine Frau (Kordinatorin) nimmt Kontakt mit einer Moderatorin von femmesTISCHE in der gewählten Sprache auf. Zusammen wählen sie einen Termin, einen Ort und ein Thema für die Durchführung der Gesprächsrunde aus. 7-8 Frauen nehmen an der Gesprächsrunde teil, die Diskussion wird von der Moderatorin geleitet.

Projektumsetzung

Gesundheitsförderung Wallis, femmesTISCHE

- Ort: Valais Romand
- Laufzeit des Projekts: langfristig (Beginn 2017)
- Weitere Informationen: 10 ausgebildete Moderatorinnen, 8 Sprachen, ca. 100 Tische pro Jahr, 10 zusätzliche Moderatorinnen geplant für 2018.

Projektkoordinaten

Gesundheitsförderung Wallis

- Gesundheitsförderung Wallis «femmesTISCHE»:
<https://www.gesundheitsfoerderungwallis.ch/de/femmestische-436.html>
- femmesTISCHE: <https://femmestische.ch/>
- Projektleitung: Aude Monnat, aude.monnat@psvalais.ch
- Vorge stellt an der Tagung durch Izabelle Mabillard, izabella.mabillard@gmail.com



Männerrunden

Projektziel

Männer tauschen sich über frei gewählte Themen aus und knüpfen Kontakte.

Zielgruppe

Männer mit Migrationshintergrund

Format / Methode

Informations- und Bildungsangebot in Form eines Stammtisches im privaten Rahmen oder an einem öffentlichen Ort. Moderatoren leiten die Runden.

Die Teilnahme ist kostenlos, die Gastgeber erhalten eine Spesenentschädigung. Kinderbetreuung kann bei Bedarf organisiert werden.

Moderatoren in den Sprachen Albanisch, Arabisch, Deutsch, Farsi, Kurdisch, Tamilisch und Tigrinya.

Projektumsetzung

komin – Kompetenzzentrum für Integration

- Ort: Kanton Schwyz
- Laufzeit des Projektes seit: Anfang 2017

Projektkoordinaten

komin – Kompetenzzentrum für Integration, Kanton Schwyz

- komin "Männerrunden": <http://www.kom-in.ch/maennerrunden/index.html>
- Projektleitung: Sayed Fakhri, sayed.fakhri@kom-in.ch
- Vorgestellt an der Tagung durch: Sayed Fakhri