

# HEKS AltuM – Alter und Migration Aargau

## Gesund und sozial aktiv bleiben – auch im Alter

### Situation

---

Die Zahl älterer MigrantInnen in der Schweiz ist in den letzten Jahren kontinuierlich gestiegen. Die meisten kamen als junge Menschen in die Schweiz, um hier zu arbeiten und später wieder in ihr Herkunftsland zurückzukehren. Viele von ihnen sind jedoch geblieben. Die Schweizer Institutionen im Alters- und Gesundheitsbereich sehen sich mit dieser Bevölkerungsgruppe vor neue Herausforderungen gestellt; ihre Dienstleistungen erreichen die älteren MigrantInnen nicht oder nur ungenügend. Ältere MigrantInnen haben vieles für die Schweiz geleistet und verfügen über vielfältige Ressourcen. Beeindruckend ist das über die Jahre entstandene dichte Netzwerk von MigrantInnen-Organisationen, die einen wesentlichen Teil der Integrationsarbeit leisten. Das vielfältige Potenzial der älteren MigrantInnen gilt es zu stärken und zu nutzen.

### Ziele

---

Das Angebot «HEKS AltuM» unterstützt MigrantInnen 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.

### Zielgruppe

---

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





## Aktivitäten

«HEKS AltuM» organisiert gemeinsam mit den älteren MigrantInnen Café-Treffs, Informationsveranstaltungen zu sozialen, wirtschaftlichen, rechtlichen und gesundheitlichen Aspekten des Alters, streicht Gesundheitsförderungs- und Bewegungsangebote hervor, und bietet Informationen und Beratung in Kleingruppen. Durch die Zusammenarbeit mit MigrantInnen-Organisationen, Gemeinden und interkulturellen VermittlerInnen können die älteren Menschen besser erreicht und an die öffentlichen Institutionen vermittelt werden. «HEKS AltuM» pflegt Kontakte mit Organisationen und Institutionen aus dem Migrations-, Alters- und Gesundheitsbereich. 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.

## Projektumsetzung

Dank den beiden interkulturellen Vermittlerinnen, welche 2017 für das Projekt tätig waren, konnte das Angebot von «HEKS AltuM» ausgebaut werden. Selbständig führten sie alle zwei Wochen themenspezifische Kaffeetreffs durch, unterstützten bei der Rekrutierung von Teilnehmenden für «Evivo»-Kurse oder Tagesausflüge des Schweizerischen Roten Kreuzes, organisierten gemeinsame Mittagessen oder berieten einzelne ältere MigrantInnen in konkreten Fragen des Alterns. «HEKS AltuM Aargau» hat 2017 zudem verschiedene interkulturelle Erzählcafés angeboten und bei der Durchführung von «FemmesTischen» für ältere MigrantInnen mitgewirkt. Insgesamt wurden die «AltuM»-Angebote 2017 über 300 mal genutzt. Viel Zeit wurde auch in den Ausbau eines Netzwerks von Institutionen im Migrations-, Alters- und Gesundheitsbereich investiert. Das Projekt erhielt für sein Konzept und seine Umsetzung viel Lob und Unterstützung: 2017 gewann «HEKS AltuM» den ersten Preis des «Silver Award's» des Kantons Aargau. Ziel bleibt, ältere MigrantInnen zu einer relevanten Zielgruppe in der Alters- und Integrationsarbeit zu machen und vermehrt in den Fokus von EntscheidungsträgerInnen und Fachpersonen zu rücken.

### **HEKS AltuM – Alter und Migration Aargau**

**Projektsumme 2019:**  
CHF 136 000.–

**Unterstützt durch:**  
Reformierte Landeskirche Aargau, Walder Stiftung und Bundesamt für Gesundheit (Alkoholpräventionsfonds)

**Kooperation mit:**  
Pro Senectute Aargau, Verein Aargauer Netzwerk Alter, FemmesTische Aargau

**Partner:**  
Pro Senectute Aargau

**HEKS-Nr.:** 510.029

**Programmleiterin:**  
Yvonne Kneubühler

### **Kontakt:**

HEKS Regionalstelle Aargau/Solothurn  
HEKS AltuM Aargau  
Augustin-Keller-Strasse 1, Postfach  
5001 Aarau  
Yvonne Kneubühler  
Tel.: +41 62 836 30 20  
E-Mail: altum-agso@heks.ch  
Spenden: PC 80-1115-1  
www.heks.ch