



HEKS
Brot für alle.

HEKS Alter und Migration (AltuM)

Für und mit Migrant:innen ab 50 Jahren

Mehrsprachige Angebote zur Altersvorsorge,
zur Förderung der Gesundheit und zur Stärkung
der sozialen Teilhabe

- **Informationsveranstaltungen zu alters-, gesundheits- und migrationsrelevanten Themen**
in einfachem Deutsch oder in der Herkunftssprache
- **Kulturelle und sportliche Aktivitäten/Kurse**
zur Förderung neuer Begegnungen und der Gesundheit
- **Gesprächsrunden**
zum Austausch von Wissen und Erfahrungen
und zur Stärkung der sozialen Teilhabe
- **Informations-/Weiterbildungsangebote für Fachpersonen**
Präsentationen, Workshops und Austauschformate zu
Alter und Migration sowie zu bewährten Praxisbeispielen
- **Individuelle Beratung für Institutionen**
Unterstützung bei der Entwicklung oder der Anpassung
von Angeboten, beim Abbau von Zugangshürden und
bei der zielgruppengerechten Kommunikation



www.heks.ch/alter-und-migration

