

Podrška u starosti

Centri za starije osobe i uslužni centri (ASZ) pomažu kada trebate podršku za:

- savjetovanje i posredovanje u ponudi pomoći
- predavanja i informativne događaje
- teške životne situacije i krizne financijske situacije
- ponude skrbi za ostanak u vlastitu stanu
- ponudu olakšica za njegovatelje i skrbnike među članovima obitelji
- ponude i grupe za osobe s tjelesnim ograničenjima, duševnim tegobama ili demencijskim promjenama
- preventivne kućne posjete u vezi s pitanjem o starenju kod kuće.

Vaša je predanost važna!

U ASZ se možete uključiti i kao volonteri te preuzimati značajne zadaće, poput:

- usluga posjeta i pratnje
- pomoći pri kupovini
- pomoći pri događanjima
- stvaranja ponuda.

Osoblje ASZ-a podržat će vas ciljanim smjernicama i pratnjom.

Centri za starije osobe i uslužni centri

- otvoreni su svima, bez obzira na porijeklo, boju kože, vjeroispovijest, rodni identitet, spolnu orijentaciju ili društveni status
- zauzimaju se za miran, demokratski suživot u urbanom društvu Münchena i stoga se izričito protive svakom obliku rasizma, antisemitizma i diskriminacije.

Adresu i broj telefona Centra za starije osobe i uslužnog centra (ASZ) pronaći ćete u priloženom adresaru te na www.muenchen.de/asz

Ili jednim klikom, pregledno:



Korisnici pametnog telefona/tableta – kameru uređaja držite iznad ovog kvadrata s otvorenom aplikacijom kamere (ili aplikacijom za skeniranje QR kôda) kako biste dospjeli na naše web-mjesto s pregledom svih centara ASZ.



Impresum:

Izdavač: München, glavni grad savezne pokrajine
Socijalni referat / Ured za socijalnu sigurnost
St.-Martin-Straße 53, 81669 München
Tekst: Socijalni referat München
u suradnji sa stručnim forumom ASZ (KGÖA)
Slika: iStock / AdobeStock
Oblikovanje i zapis: Carl Bartel
Tisak: Gradski ured
Tiskano na papiru izrađenom od
100 % recikliranog papira
Stanje: studeni 2022.



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat

Minhenski centri za starije osobe i uslužni centri

Vaši suputnici u starosti

Kroatisch



Wir sind München
für ein soziales Miteinander



Alten- und Service-Zentren



Dragi stanovnici i stanovnice grada Münchena!

München je grad u kojem vrijedi živjeti i socijalno nastrojen grad, a takav bi morao i ostati. Zadovoljstvo mi je što vam ovim letkom predstavljam široku paletu usluga koje nude Minhenski centri za starije osobe i uslužni centri (ASZ).

Centri ASZ vaši su suputnici u starosti, a možete ih pronaći u svakom okrugu. Ondje možete stvarati kontakte, sudjelovati na tečajevima, prisustvovati događajima i dobiti podršku o raznim temama u vezi sa starenjem. Otvorena ponuda ASZ-a jedinstvena je diljem države po raznolikosti i strukturi, i to već više od 40 godina. ASZ predstavlja suradnju Münchena, glavnog grada savezne pokrajine, s nositeljima besplatne socijalne skrbi i udrugama, financirani su sredstvima glavnog grada savezne pokrajine i zajednički se razvijaju.

Zanima li vas to? Srdačno ste pozvani da bolje upoznate ASZ. Želite li se uključiti kao građani ili voditelji tečaja? Jednostavno stupite u kontakt. Osoblje ASZ-a raduje vam se!

Vaša

Verena Dietl
gradonačelnica



Srdačno dobro došli!

Kvaliteta života u starosti

Kako starimo, pojavljuju se nova pitanja i izazovi:

- Kako mogu što dulje zadržati svoju neovisnost i samostalnost?
- Gdje mogu upoznati nove ljude?
- Gdje mogu pronaći povoljne ponude?
- Gdje mogu dobiti podršku kada se ne osjećam dobro?

Savjetovanje i informacije

Centri za starije osobe i uslužni centri (ASZ) tu su kao kontakt za vaše nedoumice koje se tiču:

- života kod kuće
- zadržavanja neovisnosti i kvalitete života
- uspostavljanja kontakata
- zadržavanja tjelesne i psihičke forme
- aktivna sudjelovanja u oblikovanju života zajednice
- razvijanja perspektiva.

ASZ će vas besplatno savjetovati. Rado ćemo vas informirati o svim temama, čak i kod kuće! U slučaju poteškoća s jezikom moguće je angažirati tumačice i tumače.

Radost u starosti

ASZ vam nudi priliku da upoznate ljude, aktivno sudjelujete u životu i uključite se, primjerice, u:

- grupe i tečajeve u područjima tjelovježbe, jezika, kreativnosti, slobodnog vremena, kulture i medija
- društvena događanja, ekskurzije i izlete
- krugove za rasprave i biografije
- socijalne ručkove, jela u zajednici
- otvorene sastanke u kafeterijama.

Starije osobe s niskim primanjima mogu u ASZ-u ostvariti snižene cijene za tečajeve i upise ili oslobođenje od troškova, na primjer, za socijalni ručak.

