Yaşlılıkta destek

Aşağıdaki konularda desteğe ihtiyacınız olursa ASZ size yardımcı olacaktır:

- Danışmanlık ve yardım hizmetlerine aracılık etme,
- Dersler ve bilgilendirme etkinlikleri,
- Zor yaşam koşullarında ve finansal acil durumlarda destek,
- Kişinin kendi dairesinde kalması için bakım ve tedarik hizmetleri,
- Bakmakta olan akrabalar için yardım hizmetleri,
- Fiziksel engelli, mental sıkıntıları olan veya bunama gibi değişiklikleri olan kişiler için olan kişiler için hizmetler ve gruplar,
- Evde yaşlanma ile ilgili sorular için önleyici ev ziyaretleri.

Dahil olmanız bizim için önemli!

ASZ'de gönüllü olarak da yer alabilir ve anlamlı görevler üstlenebilirsiniz örneğin:

- Ziyaret ve refakat hizmetleri,
- Alışveriş yardımları,
- Etkinliklerle ilgili yardım,
- Sunulan hizmet tasarımı.

ASZ personeli, hedefe yönelik yönlendirme ve rehberlikle sizi destekleyecek.

Yaşlılar ve Hizmet merkezleri

- Kökeni, ten rengi, dini, cinsiyet kimliği, cinsel yönelimi veya sosyal statüsü ne olursa olsun herkese açıktır.
- Münih'in kentsel toplumunda barışçıl, demokratik bir arada yaşamaya kararlıdırlar ve bu nedenle her türlü ırkçılığa, antisemitizme ve ayrımcılığa kesin bir şekilde karşı çıkarlar.

Yaşlı ve hizmet merkezi (ASZ) adresini ve telefon numarasını ekteki adres genel bakışında ve şu adreste bulabilirsiniz: www.muenchen.de/asz

Veya tek bir tıklamayla, hepsine bakın:

Akıllı telefon/tablet kullanıcıları kamera uygulaması açıkken (veya QR kod tarama uygulaması) cihazınızın kamerasını bu kare üzerinde tutarsanız tüm ASZ'lere genel bir bakış içeren web sitemize yönlendirileceksiniz.

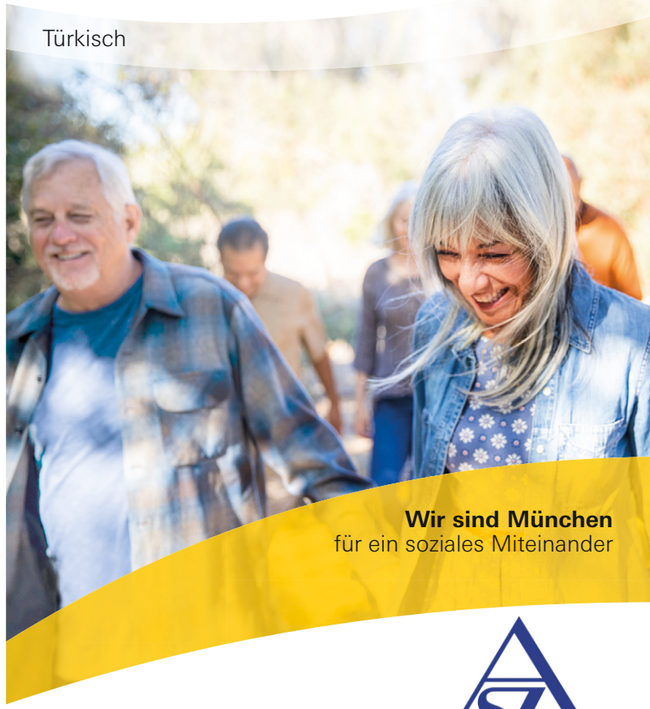
Baskı:
Yayınevi: Eyalet Başkenti Münih
Sozialreferat / Amt für Soziale Sicherung (Sosyal İşler Bürosu / Sosyal Güvenlik Dairesi)
St.-Martin-Straße 53, 81669 München
Metin: Sozialreferat München (Münih Sosyal İşler Bürosu) uzman forumu ASZ (KGÖA) ile işbirliği içinde
Resim: iStock / AdobeStock
Tasarım ve dizgi: Carl Bartel
Basım: Stadtkanzlei
%100 geri dönüştürülmüş kağıttan yapılmış kağıda basılmıştır
Tarih: Kasım 2022

Landeshauptstadt München
Sozialreferat

Münih halkı Yaşlılar ve Hizmet merkezleri

Yaşlılıktaki yoldaşınız

Türkisch



Wir sind München
für ein soziales Miteinander

Alten- und Service-Zentren

Sevgili Münihliler,

Münih yaşanabilir ve sosyal bir şehirdir ve öyle kalmalıdır. Münih Yaşlılar ve Hizmet Merkezleri (ASZ) tarafından sunulan geniş hizmet yelpazesini size bu broşürle sunmaktan mutluluk duyuyorum.

ASZ, yaşlılıktaki yoldaşınızdır, onları her mahallede bulabilirsiniz. Orada iletişim kurabilir, kurslara katılabilir, etkinliklere katılabilir ve yaşlanmayla ilgili çeşitli konularda destek alabilirsiniz. ASZ'nin sunduğu açık hizmet, çeşitlilik ve yapı açısından Almanya'da benzersizdir ve 40 yılı aşkın süredir böyledir. ASZ, Eyalet Başkenti Münih'in, eyalet sermayesi tarafından finanse edilen ve ortaklaşa geliştirilen bağımsız sosyal yardım kuruluşları ve dernekleri ile bir işbirliğidir.

Merakınız uyandı mı? ASZ'yi daha yakından tanımaya davetlisiniz. Bir vatandaş olarak mı yoksa bir kurs eğitmeni olarak mı katılmak istersiniz? Bizimle iletişime geçmekten çekinmeyin. ASZ çalışanları sizinle tanışmayı dört gözle bekliyor!

Verena Dietl
Belediye Başkanınız

Yaşlılıkta yaşam kalitesi

Yaşlandıkça, yeni sorular ve zorluklar ortaya çıkıyor:

- Mümkün olduğunca uzun süre nasıl bağımsız ve başkasına muhtaç olmadan yaşayabilirim?
- Yeni insanlarla nerede tanışabilirim?
- Düşük fiyatlı hizmetleri nerede bulabilirim?
- Kendimi iyi hissetmiyorsam nereden destek alabilirim?

Danışmanlık ve Bilgi

Yaşlılar ve Hizmet merkezleri (ASZ) endişeleriniz için irtibat kurulacak kişilerdir:

- Kendi evlerinde kalmak
- Bağımsızlığı ve yaşam kalitesini sürdürmek,
- İletişim kurmak,
- Fiziksel ve zihinsel olarak formda kalmak,
- Topluluk yaşamının şekillendirilmesine aktif olarak yardımcı olmak,
- Bakış açınızı geliştirmek.

ASZ size ücretsiz olarak danışmanlık verecektir. Ayrıca sizi tüm konular hakkında bilgilendirmekten mutluluk duyacağız, hem de evinizde! Dil sorunları varsa Tercüman çağrılabilir.

Yaşlılıkta mutlu olmak

ASZ size insanlarla tanışma, hayata aktif olarak katılma ve dahil olma fırsatı sunar, örneğin:

- Egzersiz, dil, yaratıcılık, eğlence, kültür ve yeni medya alanlarında gruplar ve kurslar,
- Sosyal etkinlikler, geziler ve turlar,
- Sohbet ve biyografi çevreleri,
- Sosyal öğle yemeği, hep birlikte yemek yeme,
- Kafeterya hizmeti ile açık buluşma.

Düşük gelirli yaşlılar, kurslar ve giriş yetkisi için fiyat indirimi veya muafiyet alabilirler, örneğin ASZ'deki sosyal yemek masası için.