

Vaša podrška nam je jako važna!

Možete nas podržati kao volonter u ASZ-u i obavljati korisne zadatke, npr.:

- usluge posjete/poseta i praćenja
- pomoć kod kupovanja
- pomoć kod događanja
- kreiranje ponuda

Volontiranje



Suradnici/Saradnici ASZ-a podupiru Vas ciljanim uputama/uputstvima i praćenjem.

Izdao:
Landeshauptstadt München
Sozialreferat, Altenhilfe und Pflege
St.-Martinstr. 53, 81669 München
Tel.: 089 / 233 – 68358

Fotografija:
Naslovna slika: Jens Dietrich, Heidi Mayer
Unutarnja strana: Jens Dietrich, Heidi Mayer
Vanjska strana: Heidi Mayer

Dizajn: Fa-Ro Marketing GmbH
Tisak/Štampa: Stadtkanzlei
Tiskano/Štampano na 100% reciklažnom papiru
2019 Bosnisch/Kroatisch/Serbisch

Centri za ostarjele/starije i pomoć

(Alten- und Service-Zentren – ASZ)

- program suradnje/saradnje glavnog grada pokrajine, Münchena/Minhena, s/sa pružateljima/ocima besplatnog volonterskog rada i udruga
- jedinstvena raznovrsnost i struktura
- financira glavni grad pokrajine, München/Minhen, i već 40 godina neprekidno razvija
- ponude se daju preko stručnih sociologa i pedagoga uz podršku kvalificiranih/kvalifikovanih voditelja tečaja/kursa i pomoćnika
- svima je omogućen pristup, bez obzira na podrijetlo/podrijetlo, boju kože, spol/pol, seksualnu orijentaciju i religijsku pripadnost
- ponude se daju po cijelom/celom Münchenu/Minhenu, u atraktivnim, svima dostupnim prostorijama
- lako dostupno javnim prometnim/saobraćajnim sredstvima

Adresa i telefonski broj Vašeg ASZ-a navode se na priloženom popisu/priloženoj listi adresa i na: www.muenchen.de/asz



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat

Münchenski/Minhenski centri za ostarjele/starije pomoć

Vaši suputnici/pratioci u starosti



Wir sind München
für ein soziales Miteinander



Alten- und Service-Zentren

Kvalitetniji život u poodmakloj dobi

Starost donosi nova pitanja i izazove:

- Kako mogu duže živjeti/živjeti samostalno?
- Gdje/Gde mogu upoznati nove ljude?
- Gdje/Gde mogu pronaći dobre ponude za malo novca?
- Gdje/Gde ću primiti pomoć kada mi ne bude dobro?

Savjeti/Saveti i informacije



Centri za ostarjele/starije i pomoć (Alten- und Service-Zentren – ASZ) su mjesta/ mesta koja se bave Vašim problemom:

- Ostati živjeti/živjeti kod kuće
- Zadržati samostalnost i kvalitetu/kvalitet života
- Uspostaviti nove kontakte
- Sačuvati tjelesno/fizičko i umno/psihičko zdravlje
- Aktivno sudjelovati/učestvovati u zajedničkom životu
- Razvijati nove perspektive

Bolja podrška u starosti

Centri za ostarjele/starije i pomoć pružaju pomoć kada Vam je najpotrebnija:

- Savjetovanje/Savetovanje i posredovanje ponuda za pomoć
- Predavanja i informiranja
- Pratlja u teškim životnim situacijama i finansijskim problemima
- Ponude skrbi kako biste ostali u svom domu

Podrška



- Posredovanje pomoćnika
- Ručak u zajednici
- Preventivne posjete/posete u Vašem domu
- Ponude rasterećenja članova obitelji/ porodice koji se brinu za Vas
- Ponude – čak preventivne – i grupe za ljude s tjelesnim/sa fizičkim ograničenjima, duševnim teretima ili demencijom

Više životne radosti

Centri za ostarjele/starije i pomoć pružaju mogućnost kontakta s/sa drugima i potiču na aktivno sudjelovanje/učestvovanje u svakodnevnom životu i brigu za sebe, npr. preko sljedećih/sledećih programa:

- grupe i tečajevi/kursevi za kretanje, jezike, kreativnost, rekreaciju i kulturu
- društvena događanja
- krugovi za razgovore i upoznavanje

Kontakt s/sa drugima



- Ekskurzije i izleti
- Ponude za ljude i s/sa ljudima iz različitih kultura
- Slobodni susreti u kafeteriji

**O svim temama rado ćemo Vas informirati/obaveštavati i kod kuće!
U slučaju problema sa stranim jezikom, mogu se dobiti usluge prevoditelja/prevodioca.**