

Participar

Muchas personas mayores desean participar activamente en la vida social. En el cantón de Argovia hay numerosas propuestas de encuentros, formación continua y voluntariado. Pueden ayudar a mantener el contacto social y a integrarse en la comunidad.

Cursos y eventos

Existe una gran variedad de cursos y eventos para personas mayores y para todos los demás grupos de edad. Los Ayuntamientos, las organizaciones de la región y grandes proveedores, como Pro Senectute Aargau, Migros Klubschule o las universidades populares, ofertan estos cursos.

El cantón de Argovia promueve propuestas para inmigrantes en el ámbito de la integración social y la participación. Las propuestas están abiertas a todos los grupos de edad.

Voluntariado

Muchas personas mayores trabajan como voluntarios en asociaciones u otras organizaciones y proyectos. Si está interesado en realizar alguna actividad de este tipo, puede ponerse en contacto directamente con las asociaciones y organizaciones de su municipio o región. El centro especializado "benevol" apoya y ayuda a encontrar actividades de voluntariado en todo el cantón de Argovia.

Soledad

Hay personas que se sienten solas o tienen la sensación de no poder participar ya en la sociedad. En tales situaciones es importante buscar ayuda. Existen centros de asesoramiento anónimo donde pueden obtener ayuda gratuita. El médico de familia también puede ayudar.

Más información (enlaces, direcciones, folletos, hojas informativas)

www.hallo-aargau.ch/es/alter-und-migration/teilhaben