

شرکت کنید

بسیاری از سالمندان می‌خواهند به طور فعال در زندگی اجتماعی مشارکت داشته باشند. کانتون آراگو فرصت‌های بی‌شماری برای تعامل اجتماعی، ادامه تحصیل و فعالیت‌های داوطلبانه ارائه می‌دهد. این امر می‌تواند به حفظ ارتباطات اجتماعی و مشارکت در جامعه کمک کند.

دوره‌ها و رویدادها

دوره‌ها و رویدادهای متنوعی برای سالمندان و همچنین برای سایر گروه‌های سنی وجود دارد. شهرداری‌ها، سازمان‌های منطقه‌ای و ارائه‌دهندگان بزرگ‌تر مانند Pro Senectute Aargau، Migros و مراکز آموزش بزرگسالان این دوره‌ها را ارائه می‌دهند. کانتون آراگو برنامه‌هایی را برای مهاجران در زمینه‌های ادغام اجتماعی و مشارکت ترویج می‌دهد. این برنامه‌ها برای همه گروه‌های سنی آزاد است.

به طور داوطلبانه کار کردن

بسیاری از سالمندان در باشگاه‌ها یا سایر سازمان‌ها و پروژه‌ها داوطلب می‌شوند. علاقه‌مندان به چنین فعالیت‌هایی می‌توانند مستقیماً با باشگاه‌ها و سازمان‌های جامعه یا منطقه خود تماس بگیرند. دفتر تخصصی خیریه، فعالیت‌های داوطلبانه را در سراسر کانتون آراگو پشتیبانی و سازماندهی می‌کند.

تنهایی

افراد ممکن است احساس تنهایی کنند یا دیگر قادر به مشارکت در جامعه نباشند. در چنین شرایطی، درخواست کمک بسیار مهم است. مراکز مشاوره ناشناس وجود دارند که می‌توانید از آنها پشتیبانی رایگان دریافت کنید. پزشک خانواده شما نیز می‌تواند کمک کند.

اطلاعات بیشتر (لینک‌ها، نشانی‌های مهم، مدارک کمکی)

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