

Teilhaben

Viele ältere Menschen möchten aktiv am gesellschaftlichen Leben teilnehmen. Im Kanton Aargau gibt es zahlreiche Angebote, die Begegnungen, Weiterbildung und freiwilliges Engagement ermöglichen. Das kann helfen, soziale Kontakte zu pflegen und sich in der Gemeinschaft einzubringen.

Kurse und Veranstaltungen

Es gibt verschiedene Kurse und Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren, aber auch für alle anderen Altersgruppen. Gemeinden, Organisationen aus der Region und grössere Anbietende wie Pro Senectute Aargau, Migros Klubschule oder Volkshochschulen bieten diese Kurse an.

Der Kanton Aargau fördert Angebote für Migrantinnen und Migranten im Bereich Soziale Integration und Teilhabe. Die Angebote stehen allen Altersgruppen offen.

Freiwillig tätig sein

Viele Seniorinnen und Senioren arbeiten freiwillig in Vereinen oder sonstigen Organisationen und Projekten. Bei Interesse an einer solchen Aktivität, kann man sich direkt an die Vereine und Organisationen der Wohngemeinde oder Region wenden. Die Fachstelle benevol unterstützt und vermittelt freiwillige Tätigkeiten im gesamten Kanton Aargau.

Einsamkeit

Es kann vorkommen, dass sich Menschen einsam fühlen oder das Gefühl haben, nicht mehr an der Gesellschaft teilhaben zu können. In solchen Situationen ist es wichtig, Hilfe zu suchen. Es gibt anonyme Beratungsstellen, bei welchen man kostenlos Unterstützung bekommt. Auch die Hausärztin oder der Hausarzt kann weiterhelfen.

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

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