

## Lazer

No Cantão de Argóvia existem inúmeras possibilidades interessantes para passar os tempos livres. As associações têm um papel muito importante. Oferecem uma oportunidade para se conhecer outras pessoas.

### Associações

Muitos habitantes do Cantão de Argóvia são sócios de uma associação (Verein). Existem associações para vários interesses. Em povoações mais pequenas, também existem associações desportivas, culturais e outras. Oferecem uma oportunidade ideal para entrar em contacto com outras pessoas. A maioria das associações está aberta a todas as pessoas. Encontra informações sobre associações nos sites da internet dos municípios.

### Ofertas para jovens

Para os jovens, existem no Cantão de Argóvia muitas ofertas específicas para passar os tempos livres e conhecer jovens da mesma idade. Em muitos municípios há locais de encontro e diversas ofertas de lazer. Os jovens têm acompanhamento, podem contribuir com as suas idéias e implementar projectos (Jugendarbeit). As ofertas são, regra geral, gratuitas. As associações de jovens oferecem a oportunidade de terem actividades em conjunto com jovens da mesma idade e praticar desportos na natureza. Entidades responsáveis pelas ofertas são as associações, os municípios ou as igrejas nacionais. As ofertas estão abertas a todos os jovens. O município da residência fornece mais informações.

### Excursões e cultura

O Cantão de Argóvia oferece inúmeras possibilidades de fazer excursões e tem uma rica oferta cultural. Famosos são as numerosas cidades históricas, palácios e castelos, rios e lagos, bem como as estâncias termais. Há também muitos trilhos para caminhadas e passeios de bicicleta. Muitos museus oferecem exposições sobre vários temas. Conhecidos a nível nacional são o "Aargauer Kunsthaus" e o Stapferhaus em Lenzburg. O Turismo Aargau (Aargau Tourismus) fornece informações sobre excursões e eventos. Também podem ser encontradas informações sobre eventos culturais actuais nos jornais locais.

## **Voluntariado**

Voluntariado (Freiwilligenarbeit) é uma contribuição social, não remunerada aos concidadãos e ao meio ambiente. Na Suíça, muitas tarefas são realizadas tradicionalmente por voluntários. Uma grande parte do trabalho é feito em associações. Assim, pode empenhar-se em associações para desporto, cultura, questões sociais, educação, protecção de animais e do ambiente, saúde e outras áreas. O serviço de voluntariado Benevol, a Caritas Aargau ou a Cruz Vermelha Suíça Aargau (SRK) fornecem informações sobre voluntariado.

## **Desporto / Cultura / Formação**

Pessoas com pouco dinheiro obtêm mediante o cartão Kulturlegi descontos em eventos desportivos, culturais e actividades formativas. O cartão pode ser solicitado na Caritas. Esta presta informações e averigua se se tem direito ao Kulturlegi.

## **Mais informações (links, endereços, fichas de informação, brochuras)**

[www.zdravo-aargau.ch/pt/cantao-de-argovia/lazer](http://www.zdravo-aargau.ch/pt/cantao-de-argovia/lazer)