



la vida cultural voluntariado
música Bibliotecas ^{deportes} asociaciones
la participación ciudadana

==== Vivir en sociedad



¿Cómo puedo participar en la vida de las asociaciones?

Hay asociaciones de todo tipo: profesionales, deportivas, culturales, sociales, humanitarias, filosóficas, ambientales... Algunas ofrecen capacitación y actividades culturales, creativas y cívicas. Esto permite a las personas de diferentes comunidades, que viven en el mismo barrio, de encontrarse, conocerse y vivir mejor en buena vecindad. También hay asociaciones de ciudadanos de diferentes nacionalidades, asociaciones de amistad, asociaciones que ayudan a las personas a integrarse y a participar en la vida cultural.

Al integrarse en la vida de las asociaciones, usted conocerá a otras personas y podrá participar en la vida de su comunidad local o en un proyecto social.

Usted puede convertirse en un miembro o voluntario. **Ser voluntario** es entregar un par de horas de su tiempo para una asociación. Un voluntario no tiene ni salario ni contrato de trabajo.



He aquí algunas ideas: apoyar a las personas con discapacidad en una actividad, ayudar a organizar un evento cultural, dar una conferencia, distribuir folletos, ayudar a los niños en sus tareas, haciendo compras para los ancianos, hacer trabajo administrativo...

→ Para más información sobre el voluntariado:

- www.yaqua.org
- www.volontariat.be

→ Para conocer las asociaciones existentes:

- www.culture.be
- www.educperm.cfwb.be
- www.cbai.be
- www.bruxellessocial.irisnet.be
- y en los Centros Regionales para la integración en Valonia (ver capítulo “información-consejos”)

→ Para las asociaciones relacionadas con los jóvenes:

www.servicejeunesse.cfwb.be

¿Cómo puedo participar en la vida cultural?

Hay muchas actividades artísticas y culturales. Espectáculos, conciertos y exposiciones también se llevan a cabo en muchas ciudades, sobre todo en los



115 centros culturales de la Federación Valonia-Bruselas. El servicio de cultura de vuestra administración comunal dispone, generalmente, de un calendario de actividades en su comuna.

➔ La prensa gratuita y las agendas culturales de los principales periódicos también contienen información. Los centros culturales le informarán sobre las actividades que ofrecen.

También hay muchos museos.



Los museos en Valonia-Bruselas son gratis un día al mes. Algunos son gratuitos durante todo el año.



Si es ayudado por un CPAS o por determinadas asociaciones, puede conseguir entradas (artículo 27), de bajo costo, y asistir a eventos culturales.

Usted puede pedir prestado o alquilar libros de las bibliotecas o, pedir prestado CDs de música o películas en las mediatecas.

- www.bibliotheques.be
- www.lamediatheque.be

➔ Para encontrar una actividad o evento cultural cerca de su domicilio: www.culture.be

➔ Para obtener más información, consulte la sección “ciudadanos” del sitio de la Federación Valonia-Bruselas: www.cfwb.be





¿Cómo puedo distraerme, relajarme, hacer deporte?

Tan pronto como el clima lo permite, las ventas de **objetos usados, mercadillos, festivales de música** se celebran en todas partes en Bruselas y en Valonia.

→ La prensa gratuita y las agendas de los principales periódicos también contienen información. Usted encontrará una lista de entretenimientos a través del sitio www.culture.be

Es posible practicar muchos **deportes**.

→ Para más información: www.adeps.be

Por intermedio de las asociaciones deportivas cerca de su casa, usted se podrá informar acerca de las actividades que estas ofrecen. → La mayoría de las comunas también tienen una sección de “deportes y esparcimiento” o “turismo” en su página web.

→ Para saber (aún) más: consulte el espacio “ciudadanos” del sitio de la Federación Valonia-Bruselas: www.cfwb.be (rúbrica “esparcimiento”, “turismo y deporte”), y el sitio de la Comisión de la Comunidad Francesa (COCOF) www.cocof.irisnet.be



Vea el Glosario en la página 67

