

## اوقات فراغت

در ایالت آرگاو برنامه های زیاد و جالبی برای پر کردن اوقات فراغت وجود دارد. انجمنها یکی از این مکان های مهم هستند. اینگونه مکان ها فرصت آشنا شدن با افراد دیگر را به ما می دهند.

### انجمن ها یا کانون ها

فرهنگی و غیره وجود دارد. آنها فرصت ایده آل برای برقراری ارتباط با دیگران را فراهم می کنند. در بیشتر انجمن ها همه افراد از حق عضو شدن باز برخوردارند. اطلاعات مربوط به انجمنها و کانونها را می توان در وب سایت های شهرداری ها پیدا کرد.

### برنامه های پیشنهادی برای نوجوانان

برنامه های پیشنهادی فراوان ویژه ای برای نوجوانان در ایالت آرگاو برای سپری کردن اوقات فراغت آنها و شناختن هم سن و سالانشان وجود دارد. در بسیاری از شهرداریها و مناطق مکان های ملاقات و فعالیت های فراغتی مختلفی وجود دارد. از جوانان مراقبت می شود، آنها می توانند ایده های خود را بصورت پروژه ها پیاده و اجرا کنند (مدد کار نوجوانان). این برنامه ها معمولاً رایگان هستند. انجمن های جوانان فرصتی را برای همکاری با همسالان خود و انجام ورزش در طبیعت فراهم می کنند. سازماندهان این برنامه ها انجمنها، شهرداری ها یا کلیساهای ملی هستند. همه جوانان می توانند در این برنامه ها شرکت کنند. شهرداری محل سکونت اطلاعات بیشتری را ارائه می دهد.

### گردش و فرهنگ

ایالت آرگاو امکانات و برنامه های فرهنگی فراوانی برای گردش دارد. این ایالت مشهور هست به تعداد زیادی از شهرها با بافتهای قدیمی، قصرها، قلعه ها، رودخانه ها، دریاچه ها و استخرهای چشمه آب گرم. علاوه بر اینها مسیرهای زیبایی نیز برای پیاده روی و دوچرخه سواری وجود دارد. در تعداد زیادی از موزه ها نمایشگاه هایی درباره ی موضوعات گوناگون برگزار می شود. در تمام سوئیس موزه هنر آرگاو و اشتاپفر هاوز در لنزبورگ شناخته شده است. دفتر گردشگری آرگاو درباره ی برنامه های فرهنگی روز اطلاعات لازم را می دهد. اطلاعات درباره ی برنامه های فرهنگی روز را در روزنامه ها ی محلی نیز می توان پیدا کرد.

### کارافتخاری

کار داوطلبانه یا افتخاری یک وظیفه ی اجتماعی به هم نوع خود و به جامعه ، بدون چشم داشت پاداش است . در سوئیس تعداد زیادی از این کارها را داوطلبان بطور سنتی به عهده می گیرند. قسمت بزرگی از این کارها در کانون ها و انجمن ها انجام می شوند. می توان در کانون هایی مانند فرهنگی ، ورزشی ، پی گردهای اجتماعی، آموزشی ، حمایت از حیوانات و محیط زیست، سلامتی ویا حوزه های دیگری فعال بود. اطلاعات درباره ی کارهای افتخاری را مرکز حرفه ای کارهای افتخاری " بِنْفُل، کاریتاس آرگاو و سازمان صلیب سرخ سوئیس در اختیار می گذارند.

## ورزش / فرهنگ / آموزش

با کارت عضویت فرهنگی (کولتور لیگی) افراد می توانند با پول کم در برنامه‌های ورزشی فرهنگی و آموزشی شرکت کنند. کارت عضویت را می‌شود از کاریتاس درخواست کرد. کاریتاس با جمع آوری اطلاعات و با کنترل کردن شرایط حق داشتن کارت عضویت را می‌دهد.

**اطلاعات بیشتر (لینک‌ها، نشانی‌های مهم، مدارک کمکی)**

[www.zdravo-aargau.ch/fa/canton-aargau/leisure](http://www.zdravo-aargau.ch/fa/canton-aargau/leisure)