

وقت آزاد، انجمن ها و فعالیت ها!



راهنما برای شمایی که تازه به سوئد
آمده اید در مورد این که چگونه فعالیتی
برای وقت آزاد خود یا خانواده تان پیدا کنید.

مقدمه

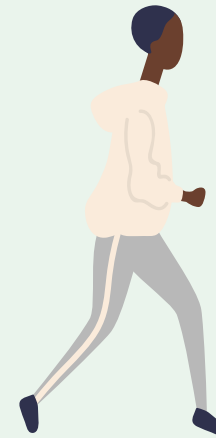
شمایی که تازه به سوئد آمده اید شاید به این موضوع فکر کرده باشید که خیابان ها و میادین شهرتان شب ها خیلی خالی است. خصوصا در طول زمستان و بعد از بسته شدن فروشگاه ها. دانستن این که مردم کجا با یکدیگر ملاقات می کنند، و چگونه می تواند دوستان جدیدی پیدا کرد می تواند دشوار باشد.

حتما مایلید که دوستان جدید پیدا کنید و سوئدی خود را بهتر کنید، اما چگونه؟

در این راهنما اطلاعات در مورد شیوه های مختلفی که خود و یا خانواده تان می توانید از طریق آن فعالیت هایی برای وقت آزاد خود پیدا کنید به شما ارائه می شود.

در بسیاری از کشورها زندگی خودجوش است. در سوئد اما اکثرا برنامه ریزی شده است. دیدار در مکان و زمانی تعیین شده صورت می گیرد. بسیاری از مردم در وقت آزاد خود و برای ملاقات با دیگران و گذراندن اوقاتی خوش به انجمن ها، کلوب ها و دوره های آموزشی می روند.

شما نیز می توانید مشغولیتی پیدا کنید که برایتان جالب و مهم باشد، از پرندگان گرفته تا بسکتبال و یا سیاست. کمون نیز دارای فعالیت هایی است که می توانید در آن ها شرکت کنید، هم برای بزرگسالان و هم کودکان. یک علاقه مشترک می تواند راه خوبی برای آشنایی با دیگران، تمرین زبان سوئدی و یافتن دوست باشد!



مایلید که
در وقت
آزاد خود
چه کاری
انجام
دهید؟



واژه نامه

سوئدی	سومالیایی	فارسی	عربی	انگلیسی	تیگرینیا
Förening	Xarunta	انجمن	جمعية	Non-profit Association	ማህበር
Intresse/Hobby	Xiisaha/hiwaarad	علاقه / سرگرمی	اهتمام / هواية	Interest/hobby	ዝንግል፣ ተገዳሶነት
Ideell	Doon ahayn	غیر انتفاعی	غير ربحي	Non-profit	መኻሰብ ዘይብሉ
Frivilligt	Iskaa wax u qabso	داوطلبانه	طوعي	Voluntarily	ወለንታዊ , ብድሉት
Fritid	Firaaqada ah	وقت آزاد	وقت الفراغ	Free time/Spare time	ፍጻ ጊዜ
Medlem	Xubin	عضو	عضو	Member	አባል , ማህበርተኛ
Avgift/kostnad	kharajka	هزینه/خرج	رسوم/تكاليف	Fee	ክፍሊት / ወጪ
Ledare/tränare	tababare	رهبر/مربی	قائد/مدرّب	Instructor/Coach	መራሒ / ኦሰልጣኒ
Demokrati	dimqraa-diyad	دموکراسی	ديمقراطية	Democracy	ደሞክራሲ

محتوا

۱. انجمن ها در سوئد

- پنج چیزی که باید بدانید
- اگر مایل به امتحان کردن یک فعالیت هستید
- چک لیست - پرسش های خوب برای پرسیدن

۲. چیز جدیدی یاد بگیرید!

در مورد پرورش جامعه

۳. اطلاعات را چگونه پیدا کنم؟

۴. فعالیت های کمون

۵. اگر قدرت مالی ندارید

فعالیت های انجمنی تاریخی طولانی دارد، و نقش بسیار مهمی برای دموکراسی سوئد ایفا کرده است. در اوایل سال های ۱۹۰۰ میلادی چند جنبش مردمی مهم شروع به رشد نمود. مردم در انجمن ها گردهم آمدند تا در جامعه تغییر ایجاد کنند. برای مثال جنبش های کارگری و جنبش های زنان بودند که باعث شدند امروز همه شهروندان در سوئد دارای حق رای باشند. یا جنبش های کلیساهای غیر متعهد بودند که باعث شدند امروز بتوانیم به هر مذهبی که مایلیم باور داشته باشیم.



انجمن ها در سوئد



فعالیت های انجمنی در سوئد مهم است. در سوئد بیش از ۲۰۰ هزار انجمن و بیش از ۳۱ میلیون عضو انجمن وجود دارد. به این معنی که هر سوئدی به طور متوسط در سه

پنج چیزی که باید بدانید:

۱. علاقه های مشترک

انجمن گروهی از افراد است که دارای علاقه ای مشترک هستند. این علاقه می تواند کاشت گیاهان، رقص، عکاسی، فوتبال، کاراته ... و یا هر چیز دیگری باشد! انجمن می تواند فعالیتی برای کودکان، بزرگسالان و یا هر دو داشته باشد.





یک انجمن یک محل دیدار و یک موقعیت است

۲. انجمن ها غیر انتفاعی هستند

اکثر انجمن ها غیر انتفاعی هستند. به این معنی که هدف سودآوری ندارند، و آن هایی که بعنوان رهبر یا مربی در انجمن فعالند داوطلبانه و در وقت آزاد خود به این کار مشغولند. همه با یکدیگر صاحب انجمن هستند، نه مانند شرکت ها که فقط چند نفر معدود صاحب دارد. فعالیت در انجمن کار حساب نمی شود و افراد فعال حقوق دریافت نمی کنند بلکه چون معتقدند فعالیت در انجمن مهم و سرگرم کننده است در آن فعالیت می کنند.

۳. عضویت و دموکراسی

انجمن ها دموکراتیک هستند، همه اعضا یک رای دارند. همه انجمن ها هر ساله یک جلسه سالانه دارند. در این جلسه در رابطه با موضوعات مختلف تصمیم گیری می شود. یک هیئت مدیره نیز انتخاب می شود. سعی کنید در جلسات سالانه انجمن شرکت کنید. نظرات و پیشنهادات شما به عنوان عضو مورد استقبال قرار می گیرد!



۵. همه کمک می کنند

از آنجایی که انجمن غیر انتفاعی است همه اعضا مهم هستند و معمولا در رابطه با فعالیت های مختلف کمک می کنند. به پول یا معلومات بخصوصی نیاز نیست، این اغلب وقت شماست که برای این کار کافی است.

اگر فعالیت مربوط به کودکان باشد، در این صورت والدین بسیار مهم هستند!

انجمن مانند کودکانستان نیست که فرزند خود را در آن تحویل کارمندان دهید. شما بعنوان پدر یا مادر مسئولیت همراهی با فرزندان به انجمن را دارید، و بعضی اوقات بودن با وی.

چند مثال از مواردی که والدین در رابطه با آن کمک می کنند عبارتند از:

- کمک کردن در رابطه با فعالیت ها، برای مثال فروش قهوه در دکه
- شستشوی لباس تیم که برای فعالیت ها مورد استفاده قرار می گیرد
- اگر اتوموبیل دارید می توانید برای رساندن تیم به مسابقات و رقابت ها کمک کنید

۴. هزینه

از طریق ثبت نام خود و پرداخت حق عضویت می توانید عضو انجمن شوید. همه اعضا حق عضویت پرداخت می کنند. از آنجایی که انجمن ها غیر انتفاعی هستند پول ها فقط مصرف مخارج انجمن می شود، نه برای فرد یا شرکت بخصوص.



مخارج می تواند اجاره محل، لباس تمرین، کافه تریا و یا گردش در بیرون برای اعضا باشد. فعالیت های می توانند دارای مخارج متفاوت باشند، گاهی اوقات گران تر و گاهی اوقات ارزان تر هستند. گاهی اوقات نیز رایگان هستند.



اکثر انجمن
ها دید باز و
مثبتی نسبت
به اعضای جدید
دارند! از پرسش
کردن واهمه ای
نداشته باشید!



اگر مایلید فعالیتی را امتحان کنید:

- برخی فعالیت ها و انجمن ها می توانند بسیار محبوب بوده و دارای صف نوبت باشند. برای مثال انجمن های شنا یا ژیمناستیک. در این صورت شاید شما یا فرزندان نتوانید به یکباره عضو شوید، بلکه باید خود را در نوبت قرار دهید. در اغلب اوقات در صورت خالی شدن یک جا و یا آغاز یک دوره جدید با شما تماس گرفته می شود. این در مدارس موسیقی و فرهنگی بسیار متداول است.
- توجه کنید که انجمن ها و فعالیت های مختلف هزینه های متفاوت دارند. اگر یک فعالیت بخصوص گران است شاید انجمن های جالب دیگری وجود داشته باشد؟ در بخش دیگری این اطلاعات توصیه هایی برای شمایی که قدرت مالی ندارید درج شده است.
- اگر شما یا فرزندان فاقد تجهیزاتی که لازم است هستید (برای مثال لباس یا کفش های مخصوص) می توانید پرسید که آیا فردی در انجمن چیزهای اضافه که دیگر مورد استفاده قرار نمی گیرد دارد. رهبر انجمن می تواند در این رابطه به شما کمک کند.

- دراکثر انجمن ها می توان یک بازدید انجام داد و یا چند بار به طور آزمایشی امتحان کرد. بعد از آن تصمیم می گیرید که آیا خود و یا برای مثال فرزندان مایل به عضویت هستید یا خیر.
- اگر مایل به امتحان کردن هستید، ابتدا با انجمن تماس بگیرید و پرسید که چه زمانی می توانید به آنجا بروید. می توانید نام و شماره تلفن مسئول مربوطه را پرسید. گاهی اوقات پیدا کردن محل دشوار است، شاید تابلویی وجود ندارد و یا در قفل است. می توانید همچنین پرسید که آیا کسی از اعضای انجمن می تواند در محل با شما ملاقات کند.
- اگر قرار است برای امتحان و یا بار اول به یک انجمن بروید، خودتان و یا با یک کودک، پرسید که چه لباس یا کفشی مناسب است. در فعالیت های ورزشی معمولاً به همراه داشتن لباس های راحت و یک قمقمه آب بسیار مناسب است.
- از این که سوال کنید واهمه ای نداشته باشید!

در اینجا چند پرسش مفید برای مطرح کردن در زمانی که به انجمنی سر می زنید و یا مایل به عضو شدن در آن هستید آمده است:

چیز جدیدی یاد بگیرید! در مورد پرورش جامعه.

مایلید چیز جدیدی یاد بگیرید؟ و یا چیزی وجود دارد که به آن وارد هستید و می توانید به دیگران بیاموزید؟ یادگیری یک زبان؟ آشپزی؟ خیاطی و بافتنی؟ نواختن یک ساز؟ بحث در باره یک موضوع مهم؟

در این صورت می توانید به یک دوره آموزشی بپیوندید. یک دوره آموزشی کورسی است که در وقت آزاد خود در آن شرکت می کنید، جایی که به همراه دیگران یاد می گیرید.

در سوئد ۱۱ اتحادیه آموزشی وجود دارد (به پایین نگاه کنید). در اتحادیه های آموزشی نوع مخصوص از آموزش برای بزرگسالان وجود دارد. شرکت در آن آزاد و داوطلبانه است. موضوع این است که همه دارای این حق هستند که یاد بگیرند و پیشرفت کنند. این می تواند یک دوره آموزشی یا یک کورس باشد. گاهی اوقات هزینه ای دارد و گاهی اوقات رایگان است.

اگر خودتان مایل به آغاز کردن یک دوره آموزشی هستید می توانید با یک اتحادیه آموزشی در محلی که زندگی می کنید تماس بگیرید. آنها اغلب می توانند در مواردی از قبیل محل و یا لوازم مورد نیاز به شما کمک کنند.

می توانید در مورد اتحادیه های آموزشی اطلاعات بیشتری در وب سایت زیر کسب کنید: www.studieforbunden.se

✓ هزینه عضویت و/یا تمرین را چگونه پرداخت می کنم؟

✓ چطور در مورد خبرهای جدید در رابطه با فعالیت ها اطلاعات کسب می کنم؟ آیا یک لیست ایمیل یا گروه فیس بوک وجود دارد؟ بعضی انجمن های اطلاعات را بر روی وب سایت خود منتشر می کنند. از مربی تیم پرسید که روش آن ها چیست.

✓ معمولاً اعضاء یا والدین چه کمک هایی در لنجمن انجام می دهند؟ انتظار شما از من بعنوان عضو چیست؟

✓ اگر با زبان مشکل دارید شاید دوست یا فردی در خانواده وجود دارد که مسئول مربوطه می تواند به وی تلفن بزند؟ به این صورت اطلاعات مهمی را از دست نمی دهید. در غیر اینصورت آنقدر پرسید تا متوجه شوید!



Folkuniversitetet



KULTURENS
studieförbundet för kulturutövare

medborgarskolan

NBV



Skåne

sensus

Studie
främjandet



Studieförbundet
Vuxenskolan



فعالیت های کمون

تا اینجا در مورد انجمن ها و اتحادیه های آموزشی و این که چگونه می توانید برای وقت آزاد خود و یا خانواده خود فعالیتی پیدا کنید اطلاعات کسب کرده اید.

کمون هم فعالیت های مختلفی برای کودکان و بزرگسالان دارد. در اینجا چند راهنمایی در این رابطه وجود دارد:

کتابخانه ها

در کتابخانه می توانید کتاب قرض کنید، اما اغلب فعالیت های گوناگون دیگری نیز وجود دارد. چند مثال معمول در این رابطه این ها هستند:

- گروه هایی برای کودک و خانواده. نقاشی، رنگ آمیزی، سرگرمی
- قصه خانی برای کودکان
- کافه زبان
- دوره های کتاب
- نمایش، برای مثال تئاتر
- ارائه مشاوره

به کتابخانه خود بروید و در رابطه با برنامه هایشان سوال کنید!



مدرسه موسیقی- و فرهنگ

اگر فرزندی دارید که مایل به نواختن موسیقی است معمولا این کار را در انجمن ها انجام نمی دهند بلکه به مدرسه مراجعه می کنند. نام این مدارس معمولا مدرسه موسیقی و یا مدرسه فرهنگ است. می تواند دوره های رقص و یا تئاتر نیز باشد. ثبت نام معمولا از طریق فرم و یا اینترنت صورت می گیرد. برخی سازها و یا دوره های محبوب ممکن است صف انتظار داشته باشند، در این صورت کودک ممکن است یک یا دو ترم در نوبت باشد. می توانید در وب سایت کمون اطلاعات بیشتری کسب کنید، و یا می توانید از مدرسه پرسید. همه بچه هایی که به مدرسه می روند می توانند ثبت نام کنند.



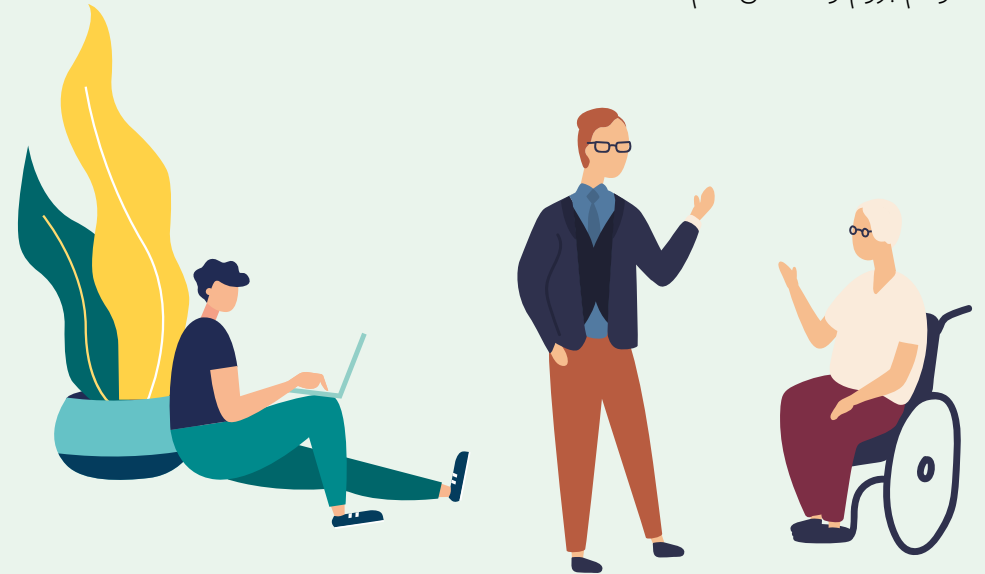
غیره

طبیعتا چیزهای بیشتری هم وجود دارد! که می تواند در هر کمونی متفاوت باشد. چند مثال در این رابطه مراکز اوقات فراغت برای کودکان و نوجوانان، خانه فرهنگ برای موسیقی و تئاتر و محل های دیدار و مناطق طبیعی هستند. بسیاری از کمون ها یک استخر شنا دارند. در آنجا می تواند کلاس شنا برای کودکان، و گاهی اوقات برای بزرگسالان، وجود داشته باشد. گاهی اوقات انجمن ها مدرسه شنا دارند. کارمندان استخر اطلاعات بیشتری در اختیارتان قرار می دهند. در بخش بعدی می خوانید که چگونه می توانید اطلاعات کسب کنید!

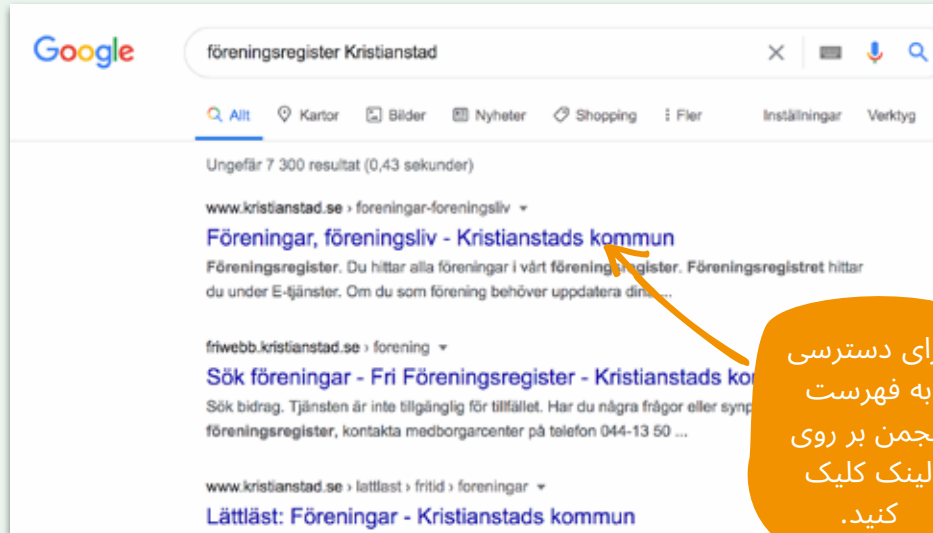


یک انجمن پیدا کنید

تا اینجا کمی در رابطه با این که یک انجمن چگونه کار می کند یاد گرفته اید. اما چگونه می توان اطلاعات کسب نمود؟ شاید نیاز دارید که بدانید: چه انجمن هایی در شهر من وجود دارد؟ آنها کی و کجا جمع می شوند؟ هزینه آن چقدر است؟ آیا می توانم بروم و امتحان کنم؟

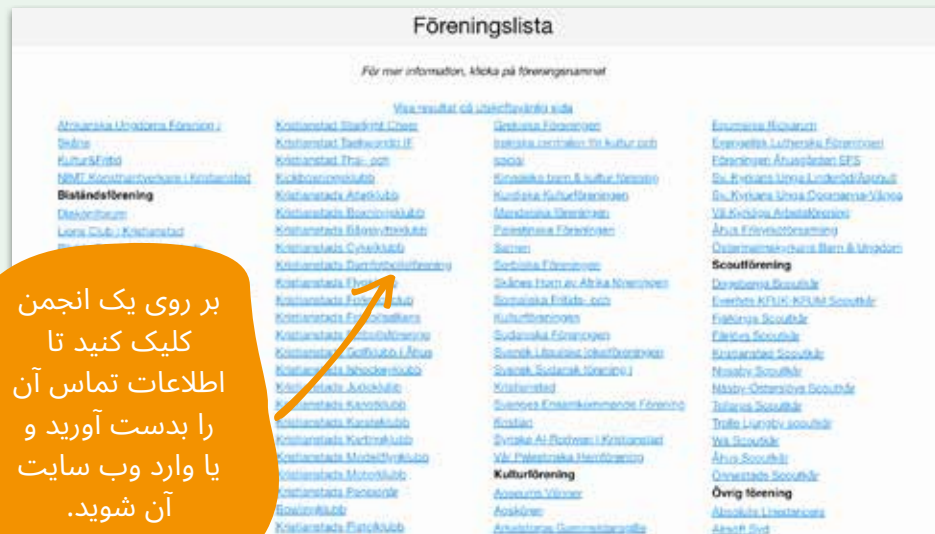


«فهرست انجمن + نام کمون شما» (برای مثال «föreningsregister Kristianstad»)
می تواند به این شکل باشد:



برای دسترسی
به فهرست
انجمن بر روی
لینک کلیک
کنید.

برای دسترسی به فهرست انجمن بر روی لینک کلیک کنید. در آنجا می توانید ببینید که چه انجمن هایی وجود دارد، و وب سایت و اطلاعات تماس آن را پیدا کنید. در اینجا می بینید که شکل آن چگونه می تواند باشد:



بر روی یک انجمن
کلیک کنید تا
اطلاعات تماس آن
را بدست آورید و
یا وارد وب سایت
آن شوید.

اطلاعات را می توان از راه های مختلفی کسب کرد. معمولا در اینترنت موجود است، اما پیدا کردن آن می تواند کمی مشکل باشد.

در اینجا چند راهنمایی ارائه می شود:

فهرست انجمن ها

اکثر کمون ها یک فهرست و یا کاتالوگ بر روی وب سایت خود دارند که اکثر انجمن ها در آن لیست شده اند. در آنجا می توانید دنبال دسته ها و فعالیت های مختلف بگردید، و اطلاعات تماس را پیدا کنید.

برای یافتن فهرست، در گوگل جستجو کنید:

گوگل و فیس بوک

شما همچنین می توانید مستقیماً به دنبال فعالیت مورد نظر خود بگردید. با شیوه های مختلف با گوگل و فیس بوک به جلو بروید. می توانید برای مثال دنبال «شطرنج هسلهولم» یا «شنا اوسبی» بگردید، یعنی فعالیتی که دنبال آن هستید به اضافه شهری که در آن زندگی می کنید.

بسیاری از انجمن ها یک صفحه فیس بوک دارند که در آن عکس و اطلاعات قرار می دهند. شما نیز می توانید گاهی اوقات در آن پیام ارسال کنید، برای مثال این که مایل هستید بروید و امتحان کنید.

از کسی پرسید!

کسی را می شناسید که مدت طولانی در شهرتان زندگی کرده است؟ یک همکار، آموزگار یا همسایه؟ شاید به کافه زبان می روید؟ در آنجا از کسی پرسید!

آیا در یک دوره آشنایی با جامعه شرکت می کنید؟ از آموزگارتان پرسید که می تواند به شما کمک کند.



در مورد فرزندانان می توانید به یک آموزگار یا مشاور بگویید که دنبال یک فعالیت برای وقت آزاد هستید.

کارمندان کتابخانه ها هم معمولاً می توانند در این رابطه کمک کنند.

راه اندازی انجمن؟

اگر مایل باشید می توانید خودتان یک انجمن راه اندازی کنید. برای راه اندازی انجمن و برای گرفتن کمک، برای مثال از کمون، برخی شروط وجود دارد. در وب سایت زیر اطلاعات بیشتری در رابطه با راه اندازی انجمن کسب کنید:

www.forening.se



اگر قدرت مالی ندارید



اگر مایلید فرزندان در یک فعالیت شرکت کند اما قدرت مالی ندارید، کمک برای گرفتن وجود دارد.

مای بلومان



مای بلومان یک سازمان غیر انتفاعی برای حقوق کودکان است. در نزد آن ها می توانید تقاضای کمک کنید تا فرزندان در یک فعالیت شرکت کنند. تقاضای کمک می تواند برای مثال هزینه عضویت، امکان خرید لباس یا تجهیزات دیگری که برای آن فعالیت لازم است باشد.

چه کسی می تواند تقاضا کند؟

همه والدین می توانند برای فرزندان خود تقاضای کمک کنند. همه امکان تسلیم تقاضا را دارند، اما تضمینی برای این که با آن موافقت شود وجود ندارد. افرادی که به تقاضاها رسیدگی می کنند وظیفه حفظ رازداری دارند.

چگونه تقاضا کنم؟

در وب سایت www.majblomman.se می توانید انجمن محلی خود را پیدا کنید. در آنجا همچنین می توانید فرم مورد نیاز برای ارسال را بارگیری کنید. فردی که فرزند شما را می شناسد (برای مثال آموزگار، یک مشاور مدرسه یا یک مددکار اجتماعی) نیز می بایست گواهی بدهد که کودک شما به آن کمک نیاز دارد. اگر برای پر کردن فرم نیاز به کمک دارید می توانید از فردی در مدرسه کمک بگیرید.

بانک وقت آزاد

Fritidsbanken

بانک وقت آزاد همانند یک کتابخانه است، اما بجای کتاب اقام ورزشی و فعالیت های هوای آزاد دارد. در آنجا می توانید برای مثال کفش فوتبال، توپ، کفش پاتیناژ و نظایر آن قرض کنید. اقام هم برای کودکان و هم بزرگسالان وجود دارد. قرض گرفتن به صورت رایگان و برای دو هفته صورت می گیرد.

در وب سایت www.fritidsbanken.se می توانید ببینید که آیا یک بانک وقت آزاد در نزدیکی تان وجود دارد!



Länsstyrelsen
Skåne

این بروشور در چهارچوب پاراگراف ۳۷ پروژه پلاتس برای علاقمندی های فعال در شمال شرقی اسکونه مابین سال های ۲۰۲۰ الی ۲۰۱۸ تهیه شده است. این پروژه جهت مشارکت تازه واردین در فعالیت های انجمن های محلی از طریق پخش اطلاعات و آشنایی با انجمن ها تلاش کرده است.

این پروژه یک همکاری میان اتحادیه آموزشی بیلدا، کمون اوسترا یونینگه، کمون برومولا، کمون کریستین استاد، کمون اوسبی، کمون هسله هولم و همچنین اداره کارایی و استانداری اسکونه است.

تصاویر از Rawpixel.com، فردریک، ماکرووکتور، آیکونیک بستیاری، وکتورپوکت / فری پیک، ویرایش از کریستینا هامبیتسر و ایساک انگستروم. مینی واید، گود استودیو، ویکتوریا کورپاس، لیراواگا / Shutterstock.com

استفاده و پخش این بروشور مجاز است، اما ویرایش آن مجاز نیست.

در صورت هر گونه پرسشی با اتحادیه آموزشی بیلدا شاخه جنوب غربی تماس بگیرید.

اکنون امیدواریم که اطلاعات کمی
بیشتری جهت افتن یک فعالیت برای
خود یا فرزندان کسب کرده باشید!
موفق باشید!

