



Øyer  
kommune

## النشاطات وأوقات الفراغ في Øyer

لمحة عامه عن النشاطات واوقات الفراغ للأطفال والشباب



## اهلا وسهلا بكم في النشاطات و وقت الفراغ في بلدية Øyer

توجد مجموعه كبيره من الانشطه الترفيهه والرياضيه و الثقافيه في بلدية Øyer توفر المنظمات التطوعيه وخدمات البلديه للأطفال والشباب العديد من الفرص للانشطة التي تبني الصداقات،صحه والرفاهيه. غالبا ماتكون مجانيه او بسعر مخفض. تحت اتفاقيه الأمم المتحده لحقوق الطفل ان يتمتع جميع الأطفال بنفس الحقوق في الانشطه الترفيهيه والمشاركه فيها. يحتوي هذا المجلد على نظره عامه حول الانشطه الموجوده في Øyer. والتي ستجد فيها أعلاه بعض المعلومات حول النشاط وتكلفته وأين يمكنك العثور علو المزيد من المعلومات.

<https://www.oyer.kommune.no/fritidsaktiviteter>

يتم اجراء العرض العام من قبل البلديه والمنظمات معا. عرض النشاط يتغير باستمرار وستحدث التحديثات بمرور الوقت، ونحن نحتفظ بالحق في التغيير.

نطلب من أي شخص يعرف الانشطه المفقوده او التي لم تعد متوفره لأعلامنا عن طريق إرسال رساله في البريد الالكتروني الى:

[hilde.oddn.rom@oyer.kommune.no](mailto:hilde.oddn.rom@oyer.kommune.no)

نأمل ان تساعد النظره العامه على عروض وقت الفراغ في ضمان حصول جميع الأطفال والشباب في البلديه، الذين يرغبون في قضاء وقت فراغ نشط، على هذه الفرصه!

Jon Arne Johansen  
Tjenesteleder Kultur  
august 2022

الحركه	3
الثقافه	7
التعلم	10
اجتماعي	11
نشاطات العطل	13
الكل معا	15





# الحركة





## التزلج

- Øyer-Tretten idrettsforening (ØTI)

التزلج على جبال هي رياضة ممتعه ومليئه بتحديات مناسبة للأطفال والشباب من جميع المستويات والمهارات. النشاط مناسب للجميع ويتطلب بعض المعدات. يمكن للنادي المساعدة في المعدات.

## الرقص

- Øyer kulturskole

هل تحب الهيب هوب، الشارع أم انك مغرم بالرقص فقط؟ تقدم المدرسة الثقافيه في Øyer الرقص من عمر 5 سنوات. وهي مناسبة للجميع ولا تتطلب معدات.

## كره القدم

- Øyer-Tretten idrettsforening (ØTI)

هل تريد ان تصبح ميسي القادم أم تستمتع مع فقط مع الأصدقاء؟

كره القدم هي واحده من اشهر الرياضات الجماعيه في العالم. كره القدم مناسبة لجميع الاعمار وتتطلب القليل من المعدات.

## كرة اليد

- Øyer-Tretten idrettsforening (ØTI)

تعتبر كرة اليد ايقاعا عاليا ولعبا جماعيا جيدا، حيث تلعب كرة اليد في الداخل وهي مناسبة للجميع وتتطلب القليل من المعدات.



## المدرسه الرياضيه

- Øyer-Tretten idrettsforening (ØTI)

هل تريد تجربه أنشطه مختلفه؟ في المدرسه الرياضيه يمكنك تجربه الأنشطة المختلفه التي تقدمها ØTI. المدرسه الرياضيه مخصصه لتلاميذ الصف 1. وهي مجانيه وتتطلب القليل من المعدات.

## كره الطائره

- Øyer kulturskole

لعبه كره الطائره هي لعبه جماعيه تشبه الى حد ما هوكي الجليد. انها لعبه تلعب في الداخل الصالات الرياضيه بكرة بلاستيكيه بدلاً من القرص. وهي لعبه مناسبه للجميع ويمكنك استعاره المعدات من النادي.



## التزلج

- Øyer-Tretten idrettsforening (ØTI)

اذهب للتزلج Øyer! مكان مثالي للتزلج لمسافات على الثلج ولديها ظروف تدريبيه رائعه. يعد التزلج لمسافات على الثلج مناسباً للجميع ويتطلب بعض المعدات، ويمكن للنادي المساعدة في المعدات.



## الرمايه والتزلج • Tretten skiskytterlag

هل تريد الجمع بين عدة رياضات ؟ جرب رياضه الرمايه والتزلج !  
يمكنك الذهاب للتزلج والرمايه معا. وبإمكانك ان تحمل بندقيه الرمايه  
وان تصوب بدقه. يمكنك استعاره المعدات من النادي.

## الرمايه • Øyer/Dølen skytterlag

في ميدان الرمايه في Skarsmoen يمكنك المشاركه في  
التدريب على الرمايه. الرمايه مناسبه من عمر 7 سنوات  
فما فوق. يستعير الأعضاء المعدات مجانا وتغطي رسوم  
الذخيرة.

## الرحلات والحياة الخارجيه • Barnas turlag Øyer

هل تستمتع خارجا في الطبيعه؟  
هل ترغب في المشي أو معرفه المزيد عن الحياه في الهواء الطلق؟  
الانشطه تتطلب معدات، والانشطه مجانيه  
ومناسبه للأطفال حتى عمر المدرسه الثانويه.

## الجمباز

الجمباز هي رياضه متعدده الاستخدامات ومناسبه للأطفال  
من جميع الفئات العمريه، ويتم التركيز هنا على المتعه !  
الجمباز لايتطلب أي معدات خاصه.

• Øyer-Tretten idrettsforening (ØTI)



# الثقافه





## النادي الترفيهي

هنالك العديد من النوادي الترفيهيه للاختيار في بلديه Øyer تقدم النوادي عروض للأطفال والشباب من سن 6 سنوات إلى 18 عاماً، في النوادي يمكنك القدوم والتواجد مع الأصدقاء او المشاركة في العديد من الانشطه المختلفه، مثل مقهى الشباب والالعاب وانشطه الهوايات والبيارد والمنضده. رسوم المشاركه منخفضه أو مجانيه تماما.

- Connected
- Hobbyklubben
- Klubben
- Tweens

## نادي الشباب

هو نادٍ Øyer ungdomsklubb محايد للشباب من الصف 8 وحتى سن 18 عاماً. النادي لديه مقر في Tingberg i Øyer يفتح في مساء كل يوم ثلاثاء. الدخول مجاني للجميع.

- Øyer kulturskole

أن Øyer Ungdomsklubb منظم من Winter-Lan للانشطه الصيفيه. يقوم النادي بترتيب الرحلات و ورش العمل وهو منظم مشارك ل UKM. الاشتراك مجاني في كل ماينظمه النادي.

## الكراسي والغناء

هل تريد الغناء والتمثيل، وقضاء وقت ممتع مع الأطفال؟ في Øyer ممكن المشاركه في الغناء مع الأطفال والحصول على دورس في الغناء فرديه.

- Øyer kulturskole

## مجموعه غنائيه

هل تريد العزف على آلة موسيقيه مع الآخرين؟ في فرقه المدرسه تتعلم النوته الموسيقيه ويمكنك استعاره ألتك الخاصه. هذا النشاط مناسب للأطفال من المدرسه الابتدائيه فما فوق.

- Øyer/Tretten skolekorps



## الرقص في المدرسه الثقافيه

الرقص في المدرسه الثقافيه، يركز على الرقص، دراما، الأغاني والايقاع. سيختبر الأطفال معا الفرح والاتقان وفي الوقت نفسه يتعرفون على العروض المختلفه المتوفره في المدرسه الثقافيه. وهي عروض للأطفال في المرحله الأولى ومناسب للجميع.

- Øyer kulturskole

## الموسيقى

تقدم المدرسه الثقافيه دروسا في عدد من الأدوات الموسيقيه. هنا يمكنك تعلم النوته الموسيقيه ويمكنك استعاره ألتك الخاصه. يمكنك تلقي الدروس بشكل فردي وجماعي. الموسيقى مناسبه للجميع ومن المرحله الأولى.

- Øyer kulturskole

## موسيقى الروك

هل تريد العزف في فرقه أو تأليف موسيقى في الاستوديو؟ اجمع أصدقاءك أو قابل الآخرين الذين يريدون تكوين فرقه.

- Øyer kulturskole

## إنتاج الصوت والضوء

هل انت مهتم بالاضاءة وهندسه الصوت؟ هذه دوره مثيره، وليس أقلها أنه من السهل الحصول على وظائف في هذا المجال!

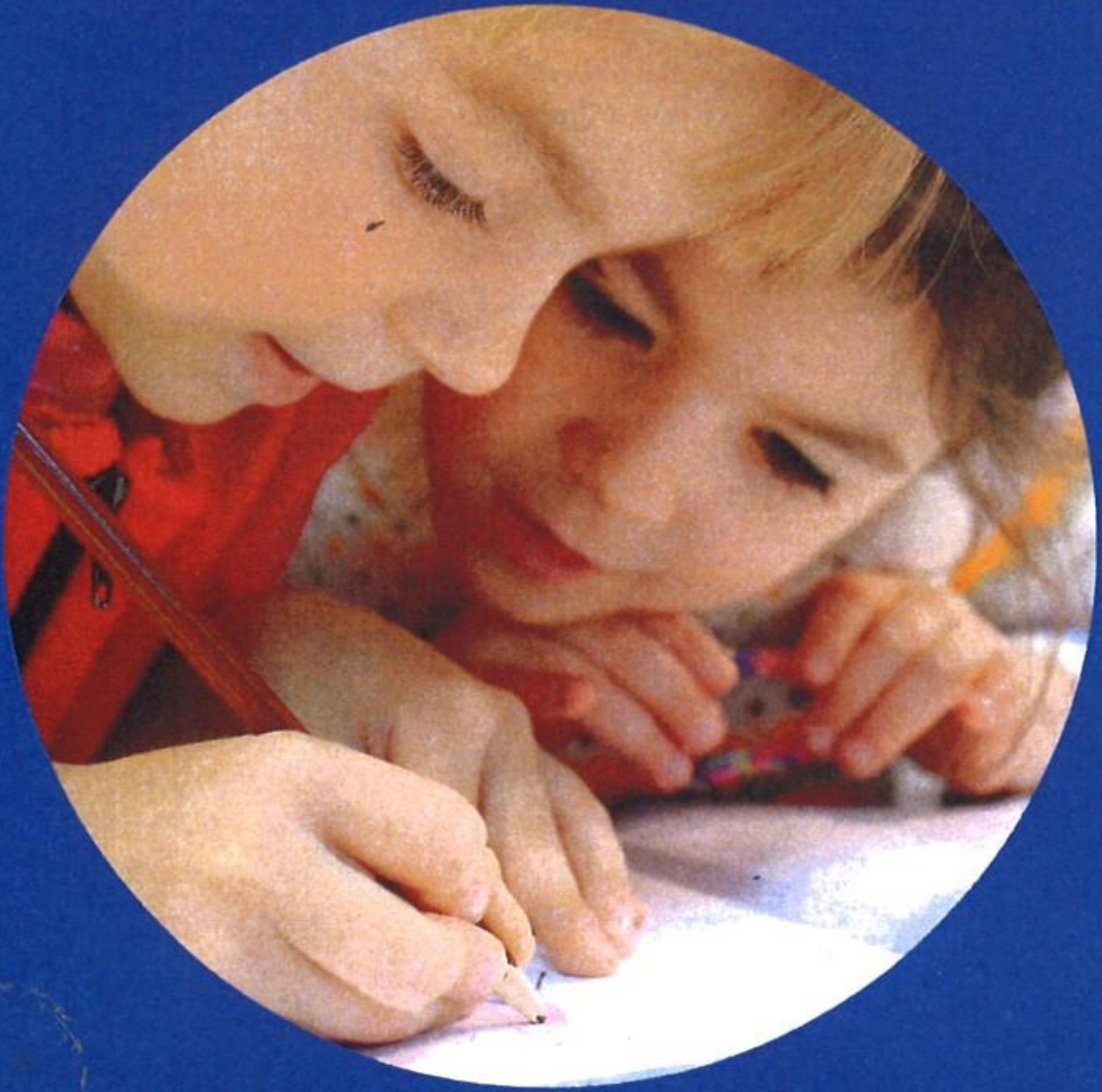
- Øyer kulturskole

## المسرح

هل لديك ممثل صغير في داخلك؟ عندما تمثل على المسرح يمكنك أن تختار أن تكون شخصاً مختلفا تماما عما انت عليه في الواقع. يتطلب النشاط القليل من المعدات. وهو نشاط مناسبه للأطفال في المدرسه الابتدائيه.

- Øyer kulturskole



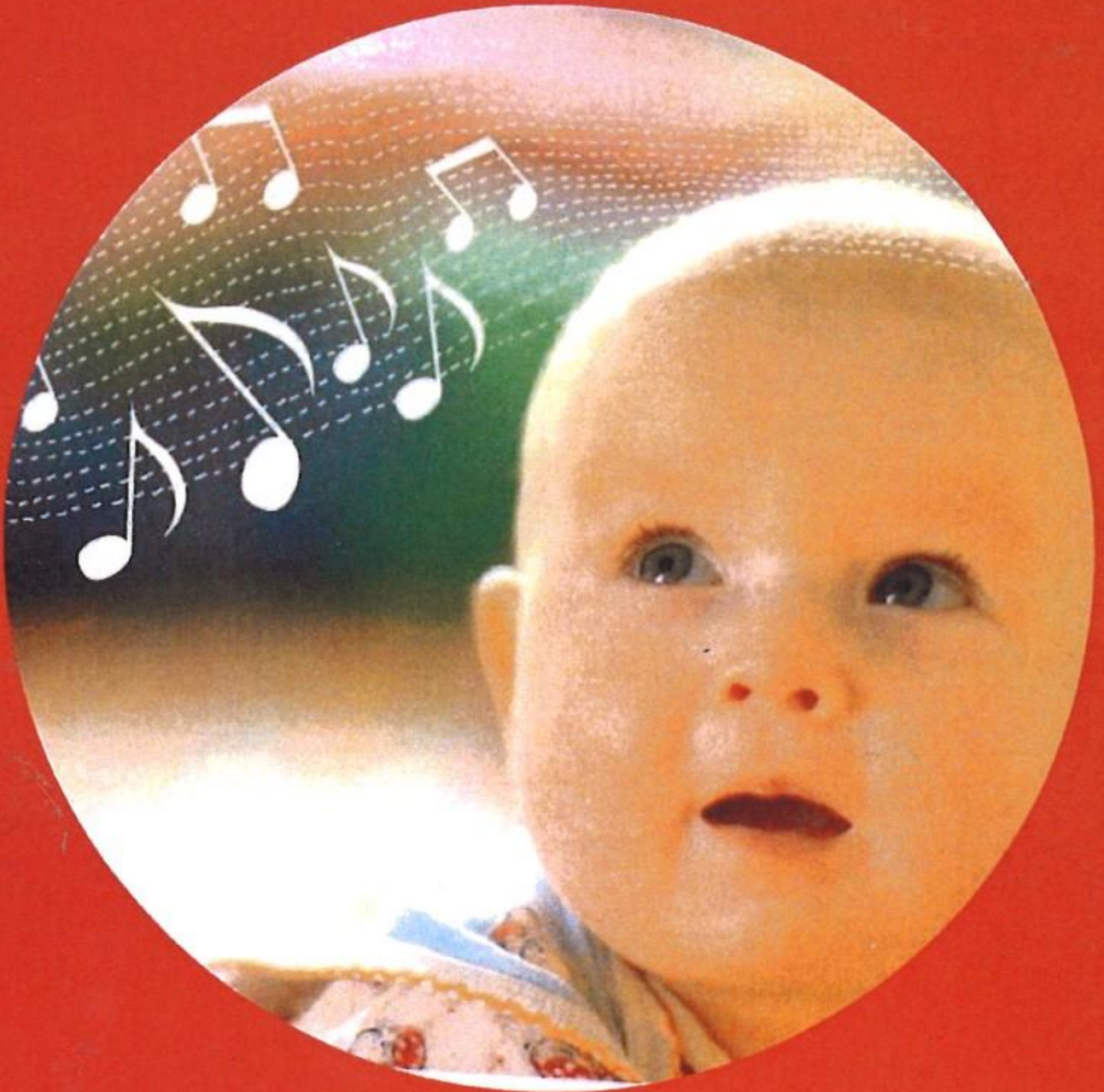


## مساعده في الدروس

مساعده الدروس المنزليه هل لديك واجبات منزليه صعبه؟ هل تحب عمل الواجب المنزلي مع الاخرين؟ توجد في بلديه Øyer عدة عروض لمن يريدون المساعده في واجباتهم المدرسيه. وأفضل ما في الأمر أن جميع الدروس مجانيه.

- Aurvoll skole
- Øyer folkebibliotek
- Øyer ungdomsskole







## أغاني الأطفال

اغاني الأطفال هو عرض للأطفال الصغار مع احد الوالدين. من خلال الغناء يتم الاتصال والترابط بين الآباء والأبناء. وان غناء الأطفال هو أيضا عمل اجتماعي للبالغين.

- Den norske kirke

## أنشطه الأطفال

هل تريد أن تتعلم كيفية استخدام بينتك المحليه بطريقه آمنه ونشطة؟ الأطفال في الصليب الأحمر يلتقون بأطفال آخرين. يتعلمون الكثير من الأشياء المفيده وتكوين علاقات وأصدقاء جدد.

- Barnas Røde Kors (BARK)

## مقابله أطفال صغار

للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 0-3 سنوات. هنا يأتي الأطفال برفقه ابانهم للعب والاستمتاع، في حين انه نشاط اجتماعي للوالدين، يتم ترتيب الولاءات واغاني الأطفال والدورات المختلفه ووجبة غداء مجانيه.

- Lykkeliten

## مدرسه الأحد

عرض مسيحي للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 1-10 سنه. الأطفال سيكونون مع قاده أمنين ويتعلمون عن الأيمان والقيم المسيحيه. تتكون المجموعات من كل من الأغاني، الموسيقى، أفلام، عروض الدمى والتدريس وما إلى ذلك. يجب ان يكون الأطفال الذين تقل أعمارهم عم عامين برفقه شخص بالغ.

- Enter



## نشاطات العطل



هل انت في المنزل في عطلة ولا تعرف بالضبط ماذا تفعل؟ خلال الاجازات، توجد أيضا انشطه يمكنك المشاركه فيها أنت واصدقاؤك.

يمكن العثور على معلومات حول أنشطه العطلات على موقع البلديه.

<https://www.oyer.kommune.no/ferieaktiviteter>





## أسبوع النشاط

أسبوع النشاط هو إجازة صيفية مجانية يتم تنظيمها كل عام خلال الإجازة الصيفية. العرض مخصص للشباب الذين يعيشون في Øyer والذين تتراوح أعمارهم بين 13 و 15 عامًا (الصف السابع إلى العاشر).

يجب أن تكون مستوي المشاركة سهلة ويجب أن يكون أسبوع النشاط مكانًا جيدًا واجتماعيًا ومحفّزًا للقاء ، حيث يمكن للشباب التعرف على بعضهم البعض والاستمتاع بفعل بعض الأشياء الممتعة و وربما الصعبة معًا.

- Øyer ungdomsklubb og Øyer-Tretten frivilligsentral

## العطل - SFO

تقدم SFO عروض بعد المدرسة وخلال العطلة الصيفية. من نهاية المدرسة شهر حزيران وحتى شهر آب مع بدايه المدرسة. وكذلك أيضا عطلة الخريف والشتاء. ويتم توزيع دعوات التسجيل منفصلة في المدرسة قبل الاجازة.

- Aurvoll skole
- Solvang skole

## عطلة للجميع

هو عرض عطلة مجاني تنظمه منظمه الصليب الأحمر للعائلات التي لديها أطفال ويعيشون مع ضعف الحاله الماديه والذين لديهم طفل بين عمر 6-13 سنة وليس لديهم عرض عطلة اخر. يتم التسجيل عبر مكتب المساعدات.

- Røde kors

## القراءة الصيفية

sommerles.no هي حملة قراءة رقمية للصفوف من 1 إلى 7 والتي تستمر من 1 يونيو إلى 31 أغسطس. في sommlles.no يمكنك تسجيل الكتب التي تقرأها ، وجمع النقاط ، والحصول على جوائز رائعة ونصائح للقراءة ، وقراءة قصص القراءة الصيفية حصريًا، وحل المهمات ومتابعة ما يقرأه أصدقائك.

- Øyer folkebibliotek



الكل معاً



## الكل معاً في بلدية Øyer

نحن نعمل وفقاً للأهداف الواردة في إعلان الترفيه. هذا يعني أننا نساهم في تحقيق حق الأطفال في المشاركة في الأنشطة الترفيهية التي يرغبون بها في المشاركة مع أقرانهم.





## في بلدية Øyer يوجد BUA

هو مكتب معدات مجانيه تسهل للأطفال والشباب في المشاركة في النشاط البدني والرياضي والحياة الخارجيه. هل ترغب في تجربه شيء جديد؟ ويفضل دون الحاجه إلى شراء المعدات أو لا؟ فقط توقف عند Øyer BUA ويمكنك استعاره للكثير من المعدات مجاناً. للصيف والشتاء. جرب أنشطه لم تقم بها من قبل. ولا تتردد في العوده وتجربه شيء تحبه. وأسهل مما كنت تعتقد! عندما تكون في BUA تجد المعدات التي تحتاجها وتوافق على المده التي تريد استعارتها.

### أماكن مجانية

يمكن لمدرسة Øyer الثقافية توفير أماكن مجانية للأطفال الذين يعيشون في أسر ذات دخل منخفض باستمرار. يتم التقدم للحصول على مكان مجاني. يتم التقدم للحصول على مكان مجاني في نفس وقت تقديم طلب قبول الطالب.

### تمويل الاندماج

يمكن للمنظمات التقدم الى بلدية Øyer للمساعدة اللاطفال والشباب للحصول على الاندماج و المشاركة في الانشطة الترفيهية المنظمة، بغض النظر الخلفية الثقافية والمالية للعائلة. والهدف من ذلك هو إشراك الأطفال والشباب الذين لا يشاركون اليوم أو المعرضين لخطر الاستبعاد.

## OPPLEVELSESKORT

تساهم بطاقة التفاعل في إدراج المساواة في الفروق الاجتماعية بين الأطفال والشباب، وتمنح الأطفال والشباب في الأسر ذات الدخل المنخفض الفرصة للمشاركة في الأنشطة. التي لم يكونوا أفراد الأسرة قادرين على تحملها أو لديهم فرصة للقيام بها. بطاقة التفاعل يشمل كلا من المستخدمين و المتفرجين. البطاقة عبارة عن عرض يتم توزيعها علي الاسرة.

تعتقد NAV والخدمات البلدية الأخرى أن هذه البطاقة لديها الحاجة أو الفائدة الأكبر.



Se lenker og detaljer: [www.oyer.kommune.no/allemed](http://www.oyer.kommune.no/allemed)

## STØTTEKONTAKT/FRITIDSKONTAKT

### STØTTEKONTAKT/FRITIDSKONTAKT من الهدف

هو مبادرة لمساعدة أولئك الذين لا يستطيعون الحصول على وقت فراغ نشط واجتماعي وهاذف بأنفسهم. للحصول علي مساعد لهذا الغرض. يمكن العثور على مزيد من المعلومات حول هذه الخدمة وكيفية تقديم الطلب على موقع اليكتروني البلدية.

## المركز الصحي المفتوح

المركز الصحي المفتوح هي خدمة ذات عروض منخفضة لأولياء أمور الرضع والأطفال الصغار الذين لديهم أسئلة حول صحة أطفالهم ورفاههم ونموهم. هذه مواعيد مفتوحة حيث لا تحتاج إلى موعد. وسوف تكون هناك ممرضة حاضرة.

اتصل بمركز الصحي على هاتف: Øyer 9478646

## وسائل النقل

يمكن العثور على معلومات حول خدمات النقل العام التابعة للبلدية و جداول المواعيد والحجوزات و الاسعار عند

Innlandstrafikk

النقل الآمن هو مخطط لسيارات الأجرة للشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 15 و 21 عامًا في المناطق النائية في Innlandet.

يسري العرض ليلتي السبت والأحد على مدار العام. اقرأ المزيد عن المخطط وكيفية الحجز على موقع اليكتروني

## UNGINN

بطاقة مجانية وتسري على جميع الشباب في Innlandet من العام الذي تبلغ فيه 13 عامًا حتى العام الذي تبلغ فيه 21 عامًا. تقدم خصمًا على العروض الثقافية المختلفة في جميع أنحاء المقاطعة تقدم خصمًا على العروض الثقافية المختلفة في جميع أنحاء المقاطعة.

يسهل مجلس المحافظة عليك كشخص شاب الاستفادة من المرافق في Innlandet و يعملون على إنشاء اتفاقيات جديدة ، بحيث تنطبق على أكبر عدد و يعملون على إنشاء اتفاقيات جديدة ، بحيث تنطبق على أكبر عدد ممكن من الأحداث وتغطي العديد من الأشكال الثقافية.

اقرأ المزيد عن UngIN و الخصومات وطلب بطاقة الخصم من مجلس المحافظة Fylkeskommune



## OVERSIKT OVER FRITIDSAKTIVITETENE

Oversikten er laget i et samarbeid mellom organisasjoner som tilbyr aktiviteter og Øyer kommune. Vi tar forbehold om endringer og ber alle som finner feil eller mangler om å melde dette til Øyer kommune på [hilde.odden.rom@oyer.kommune.no](mailto:hilde.odden.rom@oyer.kommune.no) / 997 07 025 Takk for hjelpen!

Kategori	Aktivitetstype	Målgruppe	Organisasjon	Sted	Aktivitetsavgift pr år
Bevegelse	Alpint	Fra 4 år til junior	ØTI	Øyer	Fra 500
Bevegelse	Dans	5 - 18 år	Øyer kulturskole	Øyer	2650
Bevegelse	Fotball	2. trinn til voksen	ØTI	Øyer/ Tretten	Fra 850
Bevegelse	Håndball	2. trinn til voksen	ØTI	Øyer/ Tretten	Fra 1200 Gratis tom 9 år
Bevegelse	Idrettsskole	1. trinn	ØTI	Øyer/ Tretten	Gratis
Bevegelse	Innebandy	2. trinn til voksen	ØTI	Tretten	Fra 250
Bevegelse	Langrenn	2. trinn - junior	ØTI	Øyer/ Tretten	Fra 500
Bevegelse	Skiskyting	4. trinn - junior	Tretten skiskytterlag	Tretten	Fra 300
Bevegelse	Skyting	Fra 7 år	Øyer/Dølen skytterlag	Skarsmoen	
Bevegelse	Turer og friluftsliv	0-12 år	Barnas Turlag Øyer	Øyer/ Tretten	Gratis
Bevegelse	Turn	Fra 4 år til voksen	ØTI	-Tretten	Fra 700
Kultur	Fritidsklubb - Connected	13-20 år	Øyer Pinsemenighet	Øyer	Gratis
Kultur	Fritidsklubb - Hobbyklubben	5.-7. trinn	NLM	Tretten	200
Kultur	Fritidsklubb - Klubben	1.-4. trinn	NLM	Tretten	100
Kultur	Fritidsklubb - Tweens	5.-7. trinn	Øyer Pinsemenighet	Øyer	Gratis
Kultur	Fritidsklubb - Øyer ungdomsklubb	Fra 8. trinn	Øyer kommune	Øyer	Gratis
Kultur	Gitar	1. trinn-18 år	Øyer kulturskole	Øyer	3600
Kultur	Individuell sang	1. trinn-18 år	Øyer kulturskole	Øyer	3600
Kultur	Korps	2. trinn t.o.m. vdg	Øyer/Tretten skolekorps	Øyer/ Tretten	1500
Kultur	Kultursprell	1. trinn	Øyer kulturskole	Øyer/ Tretten	2650
Kultur	Lys- og lydproduksjon	8. trinn til voksen	Øyer kulturskole	Øyer	2650
Kultur	Messing-instrumenter	2. trinn-18 år	Øyer kulturskole	Øyer	3600
Kultur	Musikal	8. trinn - 18 år	Øyer kulturskole	Øyer	2650
Kultur	Piano	1. trinn-18 år	Øyer kulturskole	Øyer	3600



Kultur	Rockeverksted	3.trinn - 18 år	Øyer kulturskole	Øyer	2650
Kultur	Sang og teater	3.-7.trinn	Øyer kulturskole	Øyer	2650
Kultur	Slagverk	1.trinn-18 år	Øyer kulturskole	Øyer	3600
Kultur	Treblåse-instrumenter	2.trinn-18 år	Øyer kulturskole	Øyer	3600
Kultur	Trekkspill	1.trinn-18 år	Øyer kulturskole	Øyer	3600
Læring	Leksehjelp - Øyer ungdomsskole	7.-10. trinn	Øyer kommune	Øyer	Gratis
Læring	Leksehjelp - Aurvoll	5.-6.trinn	Øyer kommune	Tretten	Gratis
Læring	Leksehjelp - Øyer folkebibliotek	6.-7. trinn	Øyer kommune	Øyer	Gratis
Sosialt	Babysang	0-12 mnd	Den norske kirke	Tretten	200
Sosialt	Barneaktiviteter	1.-7.trinn	Barnas Røde Kors	Øyer/ Tretten	Gratis
Sosialt	Småbarnstreff - Lykkeliten	0-3 år	Øyer Pinsemenighet	Øyer	Gratis
Sosialt	Søndagsskole - Enter	1-10 år	Øyer Pinsemenighet	Øyer	Gratis
Ferie	Aktivitetsuke	7.-10.trinn	Øyer kommune ØTFS	Øyer/ Tretten	Gratis
Ferie	Ferie for alle	Familier	Røde Kors	Valdres	Gratis
Ferie	Ferie-SFO	1.-4. trinn*	Øyer kommune	Øyer/ Tretten	Se hjemmeside
Ferie	Livoll ungdomssenter	Alle aldersgr.	NLM	Gåå	
Ferie	Sommerleir på Strandenga		Lions	Biri	





Vil du vite mer?

