

## Soziale Kontakte

Egal was eine Freizeit ist es sollte auch immer soziale Kontakte knüpfen und erhalten da diese für ein jeden von uns sehr wichtig sind.

Gemeinsam die gleichen Interessen zu teilen ist immer etwas schönes.

Mit anderen wie mit der eigenen Familie ist dies ein wichtiger Ausgleich für die einzelne Person.

Ob Sport oder Essen, Wandern, Lesen oder anderes kann man immer auch mit

-6-

-5-

Naturunabhängig von Herkunft, Kultur und Religion erlernst du Technik oder anderes spielerisch und leicht.

gleichzeitig ist sie Teil der internationalen Fradi mit rund 60 Millionen Mitgliedern in 170 Ländern.

der Familie kombinieren.

Das wichtigste zum Thema Freizeit ist das es von der Arbeit ein gesundes Gleichgewicht ins Leben bringt.

ein nationaler Verband welcher solch ein Ausgleich bringt möchte ich genauer vorstellen.

die Fradi diese Bewegung zählt mit 48000 Mitgliedern in 22 Kantonalen Verbänden zu den grössten der Schweiz.

Hauptsächlich erlebt man in der Fradi unvergessliche Momente in Gruppen mit Lagertagen in der

-7-

-4-

## Zur Freizeit gehört auch einfach nichtstun.

Es gehört nicht nur Kultur, Politik, Wirtschaft, Religion oder Sport sondern auch einfach den Kopf lüften und die Beine hochheben und die Augen schliessen.

Nichtstun heisst nicht nur herumsitzen sondern kann auch Schlafen sein. In den Zeiten in denen wir uns befinden ist es wichtig um sich auch als gesunder Ausgleich genügend Schlaf zu gönnen.

alles zehrt an unseren Kräften und

[www.minibooks.ch](http://www.minibooks.ch)

Hobby investieren zu können.

## Freizeit

geschrieben von  
**Berger Tim**

Freizeit ist ein wichtiges Gut das jeder Mensch als Ausgleich zur täglichen Beschäftigung tun sollte.

Für mich ist wichtig das die Gesundheit dabei im Vordergrund bleibt und dass es Spass macht.

Es gibt heute beinahe unbegrenzte Möglichkeiten sich ein Hobby oder eine andere Freizeitbeschäftigung auszusuchen und auszuüben.

Sicherlich spielt auch der Preis eine Rolle aber es ist nicht verboten mehrere Aktivitäten auszuüben die Preiswert sind um in ein teures

-2-

-3-