

Caitheamh Aimsire (*Hobbies*) – Sample Answer

JC Irish 2009 Aiste (ii)

An tábhacht a bhaineann le caitheamh aimsire (*the importance of hobbies*)

Níl aon dabht ann go bhfuil caitheamh aimsire an-tábhachtach i saol na ndaoine. Tá siad go maith donár **sláinte fisiciúil** (*physical health*) agus ár **meabhairshláinte** (*mental health*), tugann siad sos dúinn ón saol agus **baineann gach duine taitneamh astu** (*everybody enjoys them*). Tá **réimse leathan** (*broad range*) caitheamh aimsire ann agus tá rud ann do gach duine!

Buntáistí a bhaineann le caitheamh aimsire (*Advantages of hobbies*)

Ceann de na buntáistí is mó a bhaineann le caitheamh aimsire ná go dtugann sé **deis** (*opportunity*) dúinn **bualadh le daoine nua** (*meet new people*) a bhfuil na **suimeanna céanna** (*same interests*) acu. Tá sé tábhachtach go bhfuil cairde againn mar tuigeann muid go bhfuil sé go maith a bheith **sóisialta** (*sociable*) agus **labhairt** (*talk*) le daoine faoi **fhadhbanna** (*problems*). **Mar a deir an seanfhocal** (*as the saying goes*) **‘gíoraíonn beirt bóthar’** (*a problem shared is a problem halved*)

Buntáiste eile ná go bhfuil caitheamh aimsire an-mhaith do do shláinte fisiciúil, **go háirithe** (*especially*) má imríonn tú spórt. Má bhíonn tú ag traenáil go minic, bíonn tú **níos láidre** (*stronger*) agus **níos aclaí** (*fitter*). Má tá tú ag iarraidh a bheith go maith ag spórt, caithfidh tú a bheith ag ithe bia sláintiúil agus ag ól go leor uisce, atá iontach do do shláinte freisin.

Míbhuntáistí a bhaineann le caitheamh aimsire (*Disadvantages of hobbies*)

Braitheann sé (*it depends*) ar an gcaitheamh aimsire atá agat, agus is féidir leis an **trealamh** (*equipment*) atá **ag teastáil** (*needed*) don chaitheamh aimsire sin a bheith **costasach** (*expensive*), mar shampla péint don ealaíon nó bútaisí peile i gcomhair sacair.

Uaireanta tógann sé a lán ama caitheamh aimsire a dhéanamh, mar shampla má imríonn tú peil, caith tú traenáil cúpla uair i rith na seachtaine, caithfidh tú **taistil** (*travel*) go dtí na cluichí.

Uaireanta b'fhéidir nach mbeidh go leor ama ag daoine ansin rudaí eile a dhéanamh, mar shampla **go leor stáidéir a dhéanamh** (*to do enough study*) i gcomhair scrúdaithe srl.

Moladh amháin do dhaoine maidir le caitheamh aimsire (*a recommendation to people regarding hobbies*)

Molaim go láidir (*I highly recommend*) do dhaoine caitheamh aimsire a bheith acu mar tá sé an-taitneamhach **má aimsíonn tú** (*if you find*) rud éigin a thaitníonn leat agus tá sé iontach do do **mheabhairshláinte** (*mental health*) chomh maith.