



MONATSPROGRAMM 2026

Integrations- Angebote Region Aarau

PLATTFORM

INTEGRATIONS-ANGEBOTE

Diese und weitere Angebote finden Sie auf der Plattform der Anlaufstelle Integration Aargau (AIA): integrationaargau.ch/angebote



KONTAKT

RIF Aarau
Heinerich-Wirri-Strasse 3
5000 Aarau
079 654 77 05
integrationregion@aarau.ch
integrationregionaarau.ch



BILDUNG & SPRACHE

ALLE

Deutsch für Asylsuchende

Kurse auf verschiedenen Stufen. Infos zu Zeiten und Ort gibt die Kontaktperson.

WANN nächster Termin im Oktober (Einschreiben für Neue)
WO Offenes Pfarrhaus, Laurenzenvorstadt 80, Aarau
WER Verein Netzwerk Asyl Aargau, 079 228 75 85, netzwerk-asyl.ch (Mehr > Deutschunterricht)

ALLE

Deutschkurse Solibruugg

Deutschkurse für Menschen ohne Zugang zu offiziellen Kursen. Stufen A1, A2 und B1. Kursbuch muss selbst bezahlt werden. Kinderbetreuung mit kleinem Znüni (März – November) kostet CHF 1.50 pro Stunde.

WANN Donnerstag, 14:00 – 19:00 Uhr (Anmeldung und Einstufungstest) + 16:00 – 17:30 Uhr Deutschkurs für Asylsuchende (A1), ohne Anmeldung.
WO Mühlemattweg 14, Suhr
WER Solibruugg, 079 488 01 73, solibruugg.org/angebot

ALLE

Deutschkurse Lernen Mit

Sprachkurse und interkultureller Austausch. Stufen A1, A2 und B1. Anmeldung jede Woche per SMS oder WhatsApp.

WANN Montag, 17:30 – 19:00 Uhr
WO Anlaufstelle Integration Aargau, Rain 24, Aarau
WER Lernen Mit, Janice Geiser, 079 528 39 35, lernenmit.pbworks.com

ALLE

Sprachkurs WSAR

Deutschkurs für geflüchtete Menschen. Alphabetisierung oder Stufe A1. Mit Übersetzung in Paschtu und Dari, damit das Lernen leichter fällt. Anmeldung per E-Mail.

WANN Jeden ersten Samstag im Monat, 14:00 – 16:30 Uhr
WO Integration Aargau, Rain 24, Aarau (2. Stock)
WER WSAR Afghani, 078 244 25 58 (WhatsApp) wsar.afghani@hotmail.com, wsarafghani.com

ALLE

Aufgaben-Hilfe Deutsch und Konversation

Im Begegnungs-Café Marhaba.

WANN Mittwoch, 15:00 – 16:30 Uhr (ausser Schulferien)
WO Effingerweg 2, Aarau
WER Evangelisch-methodistische Kirche Aarau, aarau.emk-schweiz.ch (Was wir tun > Marhaba)

ALLE

Sprach-Café Deutsch

Moderierte Gespräche über Alltagsthemen für Erwachsene, die Deutsch üben möchten.

WANN Donnerstag, 14:00 – 15:15 Uhr | Freitag, 10:00 – 11:15 Uhr
WO Donnerstag: Graben 15, Aarau (Untergeschoss) | Freitag: Pop-Up an der Kasinostrasse 5
WER Stadtbibliothek Aarau, stadtbibliothekaarau.ch (Aktivitäten)

ALLE

Sprachtreffs Suhr

Gemeinsam Deutsch sprechen über Alltags-Themen. Morgen-gruppen mit Kinderbetreuung. Personen aus Suhr haben Vorrang. Anmeldung via Webseite.

WANN Verschiedene Wochentage und Uhrzeiten
WO Diverse Standorte in Suhr
WER Reformierte Kirche Suhr-Hunzenschwil, Karin Hoffmann, 062 842 33 16, suhu.ch (Angebote > Soziales Engagement)

FRAUEN

Treffpunkt Deutsch

Miteinander Deutsch sprechen und Kontakte knüpfen – bei Zvieri und lockerer Stimmung.

WANN Dienstag, 22.9., 14:00 – 15:30 Uhr
WO Brunnmattweg 22, Oberentfelden
WER Deutsch-Atelier, Maja Wahlen-Brefin, 076 534 88 44

ALLE

Aare-Buchclub

Jeden Monat ein Buch lesen und am Monatsende auf Deutsch darüber sprechen. Anmeldung per E-Mail.

WO Schönenwerderstrasse 8, Oberentfelden
WER Aare Kulturhuus, kontakt@aarekulturhuus.ch, aarekulturhuus.ch

ALLE

Lesegruppe Zusammen einfache Texte lesen

Gemeinsam Texte lesen und darüber sprechen. Für Personen mit Deutsch ab Niveau A1. Anmeldung per E-Mail.

WANN Dienstag, 14:00 – 15:30 Uhr
WO Aargauer Kantonsbibliothek, Obere Vorstadt 6, Aarau
WER Bibliothek und Archiv Aargau, lesegruppezusammen@gmail.com, ag.ch/kantonsbibliothek (Veranstaltungen)

ALLE

Interkulturelle Lesegruppe

Lesen und Austausch mit Menschen aus verschiedenen Kulturen. Anmeldung in der Bibliothek oder per E-Mail.

WANN Freitag, 18.9., ab 19:30 Uhr
WO Schulhaus Gysimatte 1, Buchs
WER Gemeindebibliothek, 062 822 33 52, gemeindebibliothek@buchs-aargau.ch, buchs-aargau.ch (Freizeit & Kultur > Bibliothek)

FAMILIEN/KINDER

Fremdsprachige Geschichten

Interkulturelle Bibliothek und Geschichten-Stunden für Kinder in vielen Sprachen: Arabisch, Englisch, Französisch, Spanisch, Tamilisch, Türkisch und Ukrainisch.

WANN Siehe Webseite
WO Graben 15, Aarau
WER Stadtbibliothek Aarau, stadtbibliothekaarau.ch (Aktivitäten)

ALLE

Let's talk English

Practice speaking and meet new people in a relaxed and supportive environment. Everyone is welcome – all levels.

WANN Dienstag, 15.9. | 29.9., 19:00 – 20:00 Uhr
WO Tuchschnidhuus, Dorfstrasse 13, Oberentfelden
WER Privatperson Zeynep, zeynep.alkac86@gmail.com, tuchschnidhuus.ch/lets-talk-english

SOZIALE TREFFPUNKTE

ALLE

Café Contact

Ort für Café, Aufgabenhilfe, Gespräche und einfache Auskünfte.

WANN Dienstag & Donnerstag, 15:30 – 18:00 Uhr
wo Offenes Pfarrhaus, Laurenzenvorstadt 80, Aarau
WER Verein Netzwerk Asyl Aargau (VNAA), Katharina Hotz, 079 562 15 90, netzwerk-asyl.ch/contact-aarau

ALLE

Montagstreff Terrain Sud

Offener Treffpunkt: Sich austauschen, Deutsch reden, einfache Auskünfte.

WANN Montag, 17:00 – 20:00 Uhr
wo Terrain Sud, Industriestrasse in Aarau (gegenüber von der Haltestelle Torfeld)
WER Verein Netzwerk Asyl Aargau (VNAA), Sina Bolliger, 079 870 50 30, netzwerk-asyl.ch (Mehr > Aarau > Drehpunkt)

ALLE

Café Paula

Kaffee und Tee, Treffpunkt, Informations- und Anlaufstelle.

WANN Mittwoch und Freitag, 14.00 – 17.00 Uhr
wo Offenes Pfarrhaus, Laurenzenvorstadt 80, Aarau
WER Pfarrei Peter & Paul Aarau, 076 803 90 29, pastoralraum-aarau.ch/aarau/cafe-paula

ALLE

Begegnungscafé Marhaba

Interkultureller Treffpunkt zum Kennenlernen und Austauschen.

WANN Mittwoch, 15.00 – 17.00 Uhr
wo Effingerweg 2, Aarau
WER Evangelisch-methodistische Kirche, aarau.emk-schweiz.ch (Was wir tun > Marhaba)

ALLE

Kafi Mühlematt

Nachbarschafts-Café.

WANN Dienstag und Mittwoch, 9:00 – 11:00 und 14:00 – 17:00 Uhr
wo Nachbarschaftshaus, Mühlemattweg 14, Suhr
WER Quartierentwicklung Suhr, Doris Frey, 079 456 33 29, quartierentwicklungsuhr.ch (Aktivitäten)

SEPTEMBER 2026

ALLE

Kaffee Zwüschehalt

Gemütlicher Treffpunkt mit Gesprächen, Getränken und selbstgemachtem Gebäck.

WANN Nächster Termin im Okt
wo Postweg 3, Buchs
WER Reformierte Kirche Buchs-Rohr, 062 822 08 51, ref-buchs-rohr.ch/kaffee

ALLE

Solibrugg Tavolata

Gemeinsam kochen, essen und sich austauschen.

WANN Donnerstag, 17:00 – 20:00 Uhr
wo Mühlemattweg 14, Suhr
WER Solibrugg, Franca Hirt, 079 488 01 73, solibrugg.org (Angebot)

FRAUEN

FrauenPause

Austausch zu Alltag, Gesundheit und Erziehung in einem sicheren Rahmen. Mehrsprachig. Kinder willkommen.

WANN Freitag, 9:00 – 11:00 Uhr
wo Kasinostrasse 25, Aarau (4. Stock)
WER Caritas Aargau, 062 822 90 10, caritas-regio.ch/angebote

FRAUEN

Femmes-Tische Aarau Suhr

Gesprächsrunden zu Themen wie Erziehung, Gesundheit und Integration auf Arabisch, Farsi, Tigrinya und weiteren Sprachen. Bitte um Anmeldung.

WANN Nächster Termin im Oktober (Kurdisch)
wo Familienzentrum Suhrli, Schützenweg 8, Suhr
WER Caritas Aargau, Laila Ibrahim, 078 662 72 32, leylaebraheem@gmail.com, femmestische.ch

FRAUEN

Listening Hour – Zuhörstunde

Gesprächsrunden in kleinen Gruppen zum Erzählen und Zuhören. Grundkenntnisse in Deutsch nötig. Anmeldung per E-Mail.

WANN Dienstag, 1.9., 10.00 – 11.00 Uhr
wo Gönhardweg 10, Aarau
WER Psy4Asyl, psy4asyl.ch/erwachsene, Anmeldung unter info@psy4asyl.ch (Betreff: Listening Hour. Name, Vorname, Herkunftsland, Muttersprache)

FAMILIEN/KINDER

Mittagstisch für Familien mit Babys

Warmes Mittagessen, Kontakte knüpfen und Austausch mit der Beraterin Frühe Kindheit. Geschwisterkinder willkommen. Anmeldung eine Woche im Voraus. Familien aus Suhr haben Vorrang.

WANN Dienstag, 8.9., 12:00 – 13:30 Uhr
wo Schützenweg 8, Suhr
WER Familienzentrum Suhrli, nicole.rohner@suhr.ch, 079 107 16 63, suhr.ch/familie

FAMILIEN/KINDER

Eltern-Kind-Treff Suhr

Offener Treff für Eltern und Kinder bis zum Kindergartenalter. Kinder können spielen und beobachten. Erwachsene knüpfen Kontakte und tauschen Erfahrungen aus.

WANN Dienstag, 15:00 – 17:00 Uhr; Donnerstag, 14:00 – 16:00 Uhr
wo Schützenweg 8, Suhr
WER Familienzentrum Suhrli, 079 107 16 63, suhr.ch/familie

SENIOR:INNEN

Café Pause Aarau

Treffpunkt für ältere Menschen und ihre Familien. Deutsch sprechen über das Leben in der Schweiz, Alter und Gesundheit. Sprachen: Einfaches Deutsch, Arabisch, Englisch. Übersetzung möglich.

WANN Montag, 7.9. | 4.9. | 21.9., 14.00 – 16.00 Uhr
wo Stadtbibliothek Aarau, Graben 15, Aarau
WER HEKS, Hamida Aliyeva, 077 949 73 28, heks.ch (Angebot > Alter und Migration > HEKS Altum Aargau)

SENIOR:INNEN

Café Marzipan

Treffpunkt für ältere Menschen. Sprechen über das Leben in der Schweiz, Alter und Gesundheit. Sprachen: Einfaches Deutsch, Arabisch, Englisch. Übersetzung möglich.

WANN Donnerstag, 3.9. | 10.9. | 17.9. | 24.9., 9.00 – 11.00 Uhr
wo Haus zur Zinne, Kirchgasse 19, Aarau
WER HEKS / Psy4Asyl, Samar Asad Sufer, 076 682 41 25, heks.ch (Angebot > Alter und Migration > HEKS Altum Aargau)

SENIOR:INNEN

Interkulturelles Erzählcafé

Erzählrunde auf Türkisch oder Deutsch für Personen ab 50 Jahren und ihre Familien.

WANN Donnerstag, 24.9., 9.00 – 11.00 Uhr
wo Gemeinschaftszentrum Telli, Girixweg 12, 5000 Aarau
WER Mobile Altersarbeit Aarau / HEKS, Tugba Duygu, 077 955 47 44, heks.ch (Angebot > Alter und Migration > HEKS Altum Aargau)

JUGENDLICHE

Zigzag offene Bar

Offener Raum für junge Menschen (16–25 Jahre) mit Spielen und Musik.

WANN Freitag, 19:00 – 23:00 Uhr
wo Flösserstrasse 7, Aarau
WER Jugendkulturhaus Flösserplatz, 079 848 65 23, floesserplatz.ch, Instagram: [zigzag_aarau](https://www.instagram.com/zigzag_aarau)

SACHSPENDEN

ALLE

Kleiderabgabe Wenk

Kostenlose Kleiderabgabe für Menschen mit Status N/F/S.

WANN Jeweils am 1. Dienstag des Monats, 14:00 – 16:30 Uhr
wo Jugendhaus Wenk, Rohrerstrasse 6, Aarau
WER Verein Netzwerk Asyl Aargau, netzwerk-asyl.ch (Mehr > Aarau > Drehpunkt Aarau > Kleiderabgabe «Wenk»)

ALLE

Drehpunkt Velowerkstatt

Günstige Velos und Velo-Reparaturen für Geflüchtete. Velospenden willkommen.

WANN Montag, 17:00 – 19:00 Uhr (während Montagstreff)
wo Terrain Sud, Industriestrasse bei Aarau Torfeld
WER Verein Netzwerk Asyl Aargau (VNAA), Mirjam Keller, 079 602 89 81, netzwerk-asyl.ch (Mehr > Aarau > Drehpunkt Aarau > Bicycle Kitchen)

FREIZEIT & KREATIVITÄT

ALLE

BBB – Integration mit Bildung, Begegnung und Beschäftigung

Aktivitäten in der Gruppe, Informationen und Kontakte zu Vereinen und Institutionen. ÖV-Ticket bis CHF 10.– wird bezahlt. Anmeldung via WhatsApp/QR-Code.

WANN Samstag, ab 13:30 Uhr
WO Kiesplatz vor dem Pfarrhaus Peter & Paul, Laurenzenvorstadt 80, Aarau
WER Anlaufstelle Integration Aargau (AIA) / Jugendrotkreuz Kanton Aargau (JRK), 077 422 49 77 / 079 268 92 44, integrationaargau.ch/bbb



JUGENDLICHE

Inputabende

Gespräche, Spiele und mehr für junge geflüchtete und migrierte Menschen (15 – 35 Jahre). Fahrtkosten bis CHF 25.– werden bezahlt.

WANN Donnerstag, 3.9. | 17.9., jeweils ab 18:30 Uhr
WO Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau
WER Jugendrotkreuz Kanton Aargau (JRK), 078 840 99 38, srk-aargau.ch/inputabende

ALLE

Natur im Museum

Familienmuseum für Naturkunde. Eintritt kostenlos mit Status N, S, F oder mit Kultur-Legi 50 %. Spezielle Gruppenführungen für Fremdsprachige; Erwachsene zahlen CHF 3.–, Kinder kostenlos.

WANN Dienstag bis Sonntag, 10:00 – 17:00 Uhr (Führungen ab 17:00 Uhr)
WO Feerstrasse 17, Aarau
WER Naturama Aargau, 062 832 72 65, naturama.ch/integration. Kontakt für Führungen: Hürsen Yurtsever, 079 706 57 00

FAMILIEN/KINDER

Pfasy!

Ausflüge auf Spielplätze oder in den Wald, Pfadi-Spiele. Kinder aus Asylunterkünften werden in Gruppen abgeholt. Andere Kinder und Jugendliche ebenfalls willkommen.

WANN Jeden 2. Sonntag, 14:00 – 17:00 Uhr
WER Pfadi Aargau, 079 354 16 80, pfadiaargau.ch/pfasy!

ALLE

Interkultureller Garten

Gemeinsam gärtnern, Deutsch sprechen und neue Menschen treffen. Garten-Wissen nicht nötig. Anmeldung und regelmässige Teilnahme erwünscht.

WANN Donnerstag, 8:30 – 11:30 Uhr
WER HEKS Aargau/Solothurn, Viviana Aquaroni, 079 196 98 58, viviana.acquaroni@heks.ch, heks.ch/garten-aarau

FRAUEN

GanzDa. Gesprächsrunden und Tanz

Gespräche und Biodanza-Tanz. Deutsch, Türkisch, Tigrinya, Arabisch, Somalisch. Bezahlung nach Möglichkeit (0 bis 35 Franken); mit Kultur-Legi kostenlos. Kinderbetreuung nach Voranmeldung. Anmeldung über die Webseite.

WANN Donnerstag, 24.9., 8:30 – 11:15 Uhr
WO Katholische Kirche Heiliggeist, Tramstrasse 38, Suhr
WER Verein GanzDa, ganzda.ch

FRAUEN

Nähatelier

Gemeinsam nähen und flicken. Material und Nähmaschinen vorhanden. Ohne Anmeldung, Plätze begrenzt. Mit Kultur-Legi kostenlos, sonst CHF 10.– plus Material.

WANN Montag, 8:30 – 11:30 Uhr
WO Evangelisch-methodistische Kirche, Effingerweg 2, Aarau
WER Caritas Aargau, 062 837 06 12, caritas-regio.ch/angebote

FRAUEN

Kreativ-Kaffee

Gemeinsam kreativ sein und neue Menschen treffen. Kinder willkommen.

WANN Montag, 7.9. | 21.9., 9:00 – 11:00 Uhr
WO Postweg 3, Buchs
WER Ref. Kirche Buchs-Rohr, Ferdane Öztürk, 079 280 84 74

FRAUEN

Tea & Talk

Austausch und kreative Handarbeiten – auf Deutsch, Arabisch, Dari, Paschtu, Türkisch, Urdu. Zeitgleich Dari-Schreibkurs für Kinder.

WANN Jeden letzten Samstag im Monat, 14:00 – 16:00 Uhr
WO Ort wird nach Anmeldung bekanntgegeben.
WER WSAR Afghani, 078 244 25 58 (WhatsApp), wsar.afghani@hotmail.com, wsarafghani.com

ALLE

Häkel-Atelier

Gemeinsam kreativ sein und neue Menschen treffen. Material vorhanden. Mit Kinderbetreuung.

WANN Mittwoch, 2.9. | 9.9. & Samstag, 19.9. Aargauer Familientag, jeweils 14:30 – 17:00 Uhr
WO Schützenweg 8, Suhr
WER Familienzentrum Suhrli, Derya Kara, 077 259 04 84, suhr.ch/familie

ALLE

Nähkurs Solibruugg

Nähen, Kleider reparieren und Handarbeiten. Mit Kinderbetreuung. Anmeldung erforderlich.

WANN Mittwoch, 14:00 – 16:00 Uhr
WO Mühlemattweg 14, Suhr
WER Solibruugg, Franca Hirt, 079 488 01 73, solibruugg.org

FAMILIEN/KINDER

Kindertreff OpenHouse

Vielfältiges Freizeit-Programm für Kinder von 5 bis 12 Jahren.

WANN Mittwoch, 9.9. Welcome-Party | 16.9. Stofftaschen | 23.9. Windspiel | 30.9. Pausenplatz-Aktion, jeweils 13:30 – 16:30 Uhr
WO Rüetschiareal, UG, Bachstrasse 33, Suhr
WER OAK – Offene Arbeit mit Kindern, Steffi Reinle, 076 204 77 27, ja-sbg.ch/oak-suhr

ALLE

Suhrer Spielerei

Offener Spieleabend für Erwachsene und Kinder ab ca. 4 Jahren. Grosse Auswahl an Brett- und Würfelspielen.

WANN Freitag, 18.9., 18:30 – 21:15 Uhr
WO Nachbarschaftshaus, Mühlemattweg 14, Suhr
WER Quartierentwicklung Suhr, Tanja Wicki, 062 842 07 21, quartierentwicklungsuhr.ch

ALLE

Offener Drum Circle

Gemeinsam trommeln und improvisieren. Instrumente stehen zur Verfügung, eigene sind willkommen.

WANN Samstag, 12.9., ab 15:00 Uhr
WO Vogelinseli Aarau
WER Privatperson Till Hollinger, eventfrog.ch

ALLE

KulturLegi

Mit der KulturLegi-Karte können Menschen mit wenig Geld Angebote in den Bereichen Kultur, Sport und Freizeit gratis oder günstiger nutzen: kulturlegi.ch



ALLE

Angebote Kultur

Auf der RIF-Webseite finden Sie weitere kostenlose und günstige Angebote aus den Bereichen Kultur und Freizeit in der Region: aarau.ch/rif-monatsprogramm



SPORT & BEWEGUNG

ALLE

Contact Sport Aarau

Hallenfussball. Vor dem ersten Besuch bitte Kontakt aufnehmen.

WANN Freitag, ab 20:30 Uhr
WO Oberstufenschulhaus Schachen, Schachen 29, Aarau
WER Verein Netzwerk Asyl Aargau (VNAA), [netzwerk-asyl.ch](#) (Mehr > Aarau > Drehpunkt Aarau > «contact» Aarau)

ALLE

Social Run

Gemeinsam rennen und Cooldown. Zwei Gruppen mit unterschiedlicher Geschwindigkeit und Laufstrecke. Kleider und Wertsachen können deponiert werden.

WANN Dienstag, ab 18:30 Uhr
WO Markthalle, Färbergässli, Aarau
WER Runclub5000, [runclub5000.ch](#)

ALLE

Fitboxing

Körper und Selbstvertrauen trainieren. Keine Kampfsportübungen. Ab 16 Jahren, alle Niveaus.

WANN Donnerstag, 20:30 – 22:00 Uhr
WO Turnhalle Gönhard, Weltstrasse 20, Aarau
WER Sportegration / Leben & Lernen, [sportegration.ch/stundenplan](#) (Aargau)

FRAUEN

Yoga für Frauen

Übungen für alle Muskelgruppen mit Fokus auf den Beckenboden und das Hormonsystem.

WANN Dienstag, 11:30 – 13:00 Uhr
WO Pfarrhaus Peter & Paul, Laurenzenvorstadt 80, Aarau
WER Privatperson Alona, 00380 50 312 5227 (WhatsApp)

FRAUEN

Bauchtanz

Gemeinsam mit anderen Frauen tanzen.

WANN Freitag, 18:30 – 20:00 Uhr
WO Pfarrhaus Peter & Paul, Laurenzenvorstadt 80, Aarau
WER Privatperson Alona, 00380 50 312 5227 (WhatsApp)

SEPTEMBER 2026

UNTERSTÜTZUNG & BERATUNG

ALLE

Anlaufstelle Integration

Kostenlose Beratung zu Integration und Aufenthaltsbewilligung, Deutschkursen und Freizeitangeboten.

WANN Montag – Freitag, jeweils 9:00 – 12:00 Uhr | 14:00 – 16:00 Uhr (Terminvereinbarung vor Ort oder per Telefon)
WO Rain 24, Aarau
WER Anlaufstelle Integration Aargau (AIA), 062 823 41 13, [mail@integrationaargau.ch](#), [integrationaargau.ch/beratung](#)

ALLE

Rechtsberatungsstelle für Asylsuchende

Offene Sprechstunde zu Fragen rund um Asyl- und Ausländerrecht.

WANN Dienstag, 13:30 – 16:30 Uhr
WO Augustin-Keller-Strasse 1, Aarau
WER HEKS Aargau/Solothurn, 062 824 60 24 (erreichbar Dienstag bis Donnerstag, 10:00 – 12:00 Uhr), [heks.ch](#) (Angebot)

ALLE

Administrative Unterstützung

Hilfe bei administrativen Aufgaben, Geldfragen und beim Lesen und Schreiben von Briefen oder offiziellen E-Mails.

WANN Donnerstag, 16:00 – 18:00 Uhr
WO Offenes Pfarrhaus, Laurenzenvorstadt 80, Aarau (Erdgeschoss)
WER Caritas Aargau, 062 837 06 12, [caritas-regio.ch/angebote](#)

ALLE

SRK Schreibdienst Aarau

Unterstützung beim Schreiben, Lesen und Verstehen von Briefen und E-Mails. Kosten: CHF 5.- pro Beratung.

WANN Freitag, 16:00 – 18:00 Uhr
WO Buchserstrasse 24, Aarau
WER Rotes Kreuz Kanton Aargau (SRK), [srk-aargau.ch/schreibdienst](#)

ALLE

SchreibBAR

Gemeinsam Formulare ausfüllen, Bewerbungen schreiben und Texte korrigieren.

WANN Donnerstag, 18:00 – 20:00 Uhr
WO Stadtbibliothek, Graben 15, Aarau
WER Lesen und schreiben Aargau, [lesenschreibenaargau.ch](#)

ALLE

Offener Lerntreff machbar

Unterstützung bei Alltags-Problemen wie Arbeitssuche, Wohnungssuche, Ausbildung und Finanzen sowie bei Fragen zu Computer und Handy. Computer sind vorhanden. Kinderbetreuung nach Voranmeldung.

WANN Jeden 2. und 4. Samstag des Monats, 10:00 – 12:00 Uhr
WO Bleichemattstrasse 2, Aarau, Empfang im 2. Stock
WER machbar, 062 823 24 28, [mbb.ch](#) (Lerntreffs)

ALLE

Begegnungs-Stube Solibrugg

Beratung zu Briefen, Formularen, Asylverfahren, Familiennachzug und Behörden. Computer sind vorhanden. Bei geringen Deutsch-Kenntnissen eine Person zum Übersetzen mitbringen. Unterstützung für Bewerbungen auf Anfrage.

WANN Donnerstag, 14:00 – 20:00 Uhr
WO Mühlemattweg 14, Suhr
WER Solibrugg, Franca Hirt, 079 488 01 73, [solibrugg.org](#)

ALLE

Computer-Treff

Unterstützung bei Fragen zu Computer und Handy. Computer stehen zur Verfügung.

WANN Donnerstag, 15:00 – 17:00 Uhr
WO Nachbarschaftshaus, Bachstrasse 76, Suhr
WER Quartierentwicklung Suhr, 076 651 30 27, [quartierentwicklungsuhr.ch/aktivitäten](#)

ALLE

Bewerbungs-Unterstützung Trinamo

Computer mit Internet, Drucker, Kopierer und Scanner. Für persönliche Unterstützung telefonisch einen Termin (Erstellung Bewerbungsossier, Korrekturlesen, Recherche) vereinbaren. Bei geringen Deutsch-Kenntnissen eine Person zum Übersetzen mitbringen.

WANN Mo | Mi | Do | Fr jeweils 09:00 – 12:00 Uhr und 13:00 – 16:00 Uhr | Di 16:00 – 19:00 Uhr
WO Parterre Hauptgebäude, Wässermattstrasse 8, Aarau
WER Trinamo AG, 062 834 52 09, [trinamo.ch](#) (berufliche Integration & Zuweiser > BDW Bewerbungswerkstatt)

GEFLÜCHTETE MENSCHEN

Aufsuchende Asylarbeit

Kostenlose Beratung und Begleitung von UMAs und jungen Asylsuchenden in Aarau.

WANN Termine nach telefonischer Absprache
WER Saravana Voellmy, Stadt Aarau, 079 765 20 89, [aarau.ch/aufsuchende-asylarbeit](#)

GEFLÜCHTETE MENSCHEN

Stadtundgang

Beim Rundgang durch Aarau werden wichtige Orte für Alltag, Freizeit und Unterstützung vorgestellt. Anmeldung erforderlich.

WANN Jeden letzten Dienstag im Monat, 14.00 – 16.00 Uhr
WO Aargauer Kantonsbibliothek, Obere Vorstadt 6, Aarau
WER Aufsuchende Asylarbeit Aarau / Bibliothek & Archiv Aargau, 079 765 20 89



Änderungen vorbehalten.

Diese Angebote sind gratis und können ohne Anmeldung besucht werden, ausser anders angegeben.

MONTAG

FRAUEN

Nähatelier für Frauen

8:30 – 11:30 Uhr, Aarau

SENIOR:INNEN

Café Pause Aarau

9:00 – 11:30 Uhr Aarau

ALLE

Drehpunkt Velowerkstatt

17:00 – 19:00 Uhr, Aarau

ALLE

Montagstreff Terrain Sud

17:00 – 20:00 Uhr, Aarau

ALLE

Deutschkurse Lernen Mit

17:30 – 19:00 Uhr, Aarau

DIENSTAG

ALLE

Kafi Mühlematt

9:00 – 11:00 | 14:00 – 17:00 Uhr, Suhr

FRAUEN

Yoga für Frauen

11:30 – 13:00 Uhr, Aarau

ALLE

Zusammen einfache Texte lesen

14:00 – 15:30 Uhr, Aarau

GEFLÜCHTETE

Stadtrundgang

14:00 – 16:00 Uhr, Aarau

ALLE

Café Contact

15:30 – 18:00 Uhr, Aarau

ALLE

Social Run

ab 18:30 Uhr, Aarau

MITTWOCH

ALLE

Kafi Mühlematt

9:00 – 11:00 | 14:00 – 17:00 Uhr, Suhr

FAMILIEN/KINDER

Kindertreff OpenHouse

13:30 – 16:30 Uhr, Suhr

ALLE

Café Paula

14:00 – 17:00 Uhr, Aarau

ALLE

Nähkurs Solibrugg

14:00 – 16:00 Uhr, Suhr

ALLE

Häkel-Atelier

2x im Monat, 14.30 – 17.00 Uhr,
Suhr

ALLE

Hausaufgaben- Hilfe Deutsch

15:00 – 16:30 Uhr, Aarau

ALLE

Begegnungscafé Marhaba

15.00 – 17.00 Uhr, Aarau

DONNERSTAG

ALLE

Interkultureller Garten

9.30 – 11.30 Uhr, Aarau

ALLE

Sprach-Café

14:00 – 15:15 Uhr, Aarau

FAMILIEN/KINDER

ElKi-Treff Suhr

14:00 – 16:00 Uhr, Suhr

ALLE

Computer-Treff

15:15 – 17:15 Uhr, Suhr

ALLE

Café Contact

15:30 – 18:00 Uhr, Aarau

ASYLSUCHENDE

Deutschkurs Solibrugg

16:00 – 17:30 Uhr, Suhr

ALLE

Solibrugg Tavolata

17:00 – 20:00 Uhr, Suhr

JUGENDLICHE

Inputabende

alle 2 Wochen, ab 18:30 Uhr,
Aarau

ALLE

Fitboxing

20:30 – 22:00 Uhr Aarau

FREITAG

FRAUEN

FrauenPause

9:00 – 11:00 Uhr, Aarau

FRAUEN

Kreativkaffee Buchs

9:00 – 11:00 Uhr, Buchs

ALLE

Sprach-Café

10:00 – 11:15 Uhr, Aarau

ALLE

Café Paula

14:00 – 17:00 Uhr, Aarau

ALLE

SRK Schreib- dienst Aarau

16:00 – 18:00 Uhr, Aarau

FRAUEN

Bauchtanz

18:30 – 20:00 Uhr, Aarau

JUGENDLICHE

Zigzag offene Bar

19:00 – 23:00 Uhr, Aarau

ALLE

Contact Sport Aarau

ab 20:30 Uhr, Aarau

SAMSTAG

ALLE

BBB – Integration mit Bildung, Begegnung und Beschäftigung

ab 13:30 Uhr, Aarau

SONNTAG

FAMILIEN/KINDER

Pfasyi

alle 2 Wochen, 14:00 – 17:00 Uhr,
Aarau

SEP

WOCHENPLAN
09 / 2026

Integrations-
Angebote
Region Aarau

integrationregionaarau.ch

Genauere Informationen zu
den Angeboten finden Sie hier:
integrationaarau.ch/angebote

