

Newcomer FAQ

(Frequently Asked Questions)

Arabic

Funding for the translation of this document provided by:



Ministry of
Advanced Education,
Employment and
Immigration

رعاية أطفالك

يتم تقديم هذه الخدمة لكي يتلقى طفلك الرعاية أثناء مشاركتك في الأنشطة المقدمة بمراكز الترفيه. **يجب أن يبقى الآباء في مركز الترفيه** بينما يتلقى أطفالهم الرعاية من قبل موظفي رعاية الأطفال بالمدينة.

خدمة رعاية الأطفال متاحة في:

- ساسكاتون فيلد هاوس (Saskatoon Field House)، College Drive 2020، هاتف: 975-3354
- ليك وود سيفيك سنتر (Lakewood Civic Centre)، McKercher Drive 1635، هاتف: 975-2944
- شو سنتر (Shaw Centre)، Crescent Bowlt 122، هاتف: 975-7744

للتعرف على مواعيد العناية بالأطفال وأوقاتها وتكاليفها، برجاء الاتصال بمراكز الترفيه أو مراجعة دليل الترفيه للحصول على التفاصيل.

ويمكن أن يساعدك موظفوا خدمة العملاء في مكتب الاستقبال بكل مركز من مراكز الترفيه في الرد على أي استفسارات.



الأطفال الصغار والحفاظات في حمام السباحة

إذا كان لديك طفل يستخدم الحفاظات، برجاء استخدام **حفاظات سباحة خاصة تستخدم لمرة واحدة** أو استخدام بنطال تحتي من البلاستيك لتغطية حفاظة الطفل. ففي حالة تبرؤ الطفل في حمام السباحة، سيتحتم إغلاقه للصيانة والتنظيف.

التسجيل لدروس السباحة

يمكننا مساعدتك في تسجيل طفلك لتلقي دروس السباحة. يوجد في ساسكاتون أربعة مراكز ترفيه بها حمامات سباحة داخلية:

- مركز هاري بيلي المائي (Harry Bailey Aquatic Centre)، Idylwyld Drive 1110، هاتف: 975-3321
- مركز لاوسون سيفيك (Lawson Civic Centre)، Primrose Drive 225، هاتف: 975-7873
- مركز ليك وود سيفيك (Lakewood Civic Centre)، McKercher Drive 1635، هاتف: 975-2944
- مركز شو (Shaw Centre)، Bowlt Crescent 122، هاتف: 975-7744

كما تضم مدينة ساسكاتون أيضًا أربعة حمامات سباحة خارجية مفتوحة في الصيف وتقدم دروسًا في السباحة:

- حمام جورج وارد (orge Ward Pool)، St East 1915 5th، هاتف: 975-3350
- حمام ليثي (Lathey Pool)، Taylor Street 815، هاتف: 975-3333
- حمام ميغير (Mayfair Pool)، Ave F North 1025، هاتف: 975-3352
- حمام ريفيرسدال (Riversdale Pool)، Avenue H South 822، هاتف: 975-3353

إذا لم يكن طفلك قد تلقى **أية دروس في السباحة على الإطلاق** أو تلقى دروسًا منذ زمن طويل، فسوف يسعدنا أن نقدم لك **تقييم دروس سباحة مجاني**. سيقوم أحد المنقذين بتقييم مهارات السباحة الأساسية لدى طفلك وتحديد الدروس الأنسب لعمره وقدرته على السباحة. برجاء الاتصال بأي من مراكز الترفيه للحصول على هذه الخدمة المجانية.



السياسة الخاصة بسلامة مياه الأطفال الصغار

السلامة حول المياه من الأمور الهامة دومًا. لمساعدة الأطفال في سن ما قبل المدرسة على أن يظلوا آمنين، تتطلب مدينة ساسكاتون التزام كل فرد بهذه القاعدة:

"يجب أن يتواجد أحد البالغين أو شاب مسؤول (16 عامًا أو أكبر) قريبًا، بطول ذراع، من كل طفلين دون سن المدرسة بعمر 5 أعوام وأقل. وعلى البالغين (أو الشباب المسؤولين) مراقبة لعب الأطفال وأنشطتهم في المياه."

أنت تمثل المحافظ الأفضل على حياة طفلك!

غرف تغيير الملابس الأسرية

غرف تغيير الملابس الأسرية متاحة لتيسر على الوالدين أو الأوصياء مساعدة أطفالهم الصغار من الجنس الآخر تغيير ملابسهم للسباحة. فعلى سبيل المثال، تجعل غرف تغيير الملابس الأسرية من اليسير بالنسبة لأي أم/وصية مساعدة أطفالها على ارتداء الملابس أو بالنسبة لأب أو وصي مساعدة أطفاله. ويستخدم كل من الذكور والإناث غرف تغيير الملابس الأسرية. يمكن لكل من الرجال والإناث المشي في الرواق العام.

وسوف يطلب موظفوا مركز الترفيه من البالغين دون الأطفال الصغار من الجنس الآخر، الذين يستخدمون غرفة تغيير الملابس الأسرية استخدام غرفة تغيير الملابس للإناث أو الذكور بدلاً منها.





ملابس السباحة

برجاء احضار ملابس نظيفة للسباحة. يجب ألا تستخدم الملابس التحتية وملابس الشارع (أي الملابس التي ترتديها في مركز الترفيه) كمايوه للسباحة.

الأطفال الصغار والحفاضات في حمام السباحة

إذا كان لديك طفل يستخدم الحفاضات، برجاء استخدام **حفاضات سباحة خاصة تستخدم لمرة واحدة**، أو استخدام بنطال تحتي من البلاستيك لتغطية حفاضة الطفل. ففي حالة تبرز الطفل في حمام السباحة، سيتحتم إغلاقه للصيانة والتنظيف.

قواعد حمام السباحة لسلامتك

- **برجاء المشي على المنطقة المحيطة بحمام السباحة. لا تجري.**
- **برجاء عدم الأكل أو مضغ العلك في الحمام أو بالقرب منه.** يمكنك الأكل في المنطقة التي يوجد بها مقاعد وطاولات. لا تمضغ اللبان أثناء السباحة.
- **برجاء عدم وضع الماء على صخور حمام البخار** فسوف يكسرها.
- **الشجار ممنوع في حمام السباحة.**
- **المياه في الطرف الضحل من مركز هاري بيلي المائي ومركز شو ليست عميقة بالشكل الكافي للغطس فيها. برجاء القفز بالأقدام في هذه المياه.** الغطس مسموح به في الطرف العميق من مركز هاري بيلي المائي ومركز شو.
- **مركز لاوسون سيفيك ومركز ليك وود- هذه الحمامات ضحلة للغاية ولا يمكن الغطس فيها. اقفز إلى المياه بقدميك في كل مناطق الحمام.**
- **الزم المنطقة الضحلة من الحمام إذا لم يكن لديك أطفال تسبح من المستوى 5 أو لا تستطيع السباحة لمسافة 50 مترًا. يجب أن تكون سباحًا قويًا لكي تشارك في الحمام، حيث لا يمكنك لمس قاع الحمام بقدميك.**
- **يمكنك الجلوس والجنو على ركبتيك فوق السجاد العائم. لا تقف عليه فهذا غير آمن.**



السياسة الخاصة بسلامة المياه للأطفال الصغار تحت سن 5 أعوام يجب أن يظل الأطفال الرضع وحتى سن 5 أعوام دومًا مع أحد البالغين (فوق سن 16 عامًا) على بعد ذراع منهم كحد أقصى. إذا غادر الشخص البالغ المياه في أي وقت من الأوقات، فلا بد أن يأخذ الطفل معه.

- أنبوب التزلج على المياه في مركز ليك وود سيفيك:



• يمكنك التزلج عندما يصبح الضوء أخضرًا.



• لا يمكن سوى لفرد واحد أن يتزلج في المرة الواحدة.



• استلق على ظهرك أو اجلس بقدميك أولاً.



• لا تهبط في أنبوب التزلج برأسك في المقدمة.

الحوض الساخن - أقصى عدد من الأشخاص

أقصى عدد من الأشخاص، (بما في ذلك الأطفال الصغار)، يمكن أن يكون في الحوض الساخن:

- مركز ليك وود سيفيك (Lakewood Civic Centre) - 20 شخصًا
- مركز هاري بيلي المائي (Harry Bailey Aquatic Centre) - 12 شخصًا
- مركز لاوسون سيفيك (Lawson Civic Centre) - 18 شخصًا
- الحوض الساخن الأسري بمركز شو (Shaw Centre Family Hot Tub) - 30 شخصًا
- الحوض الساخن للبالغين بمركز شو (Shaw Centre Adult Hot Tub) - 25 شخصًا

ومن الموصى به ألا تظل لأكثر من **20 دقيقة** في الحوض الساخن.

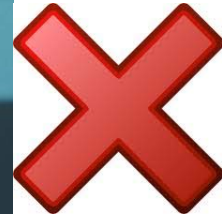


استخدام غرفة الوزن

- من أجل صحة الجميع وسلامتهم ومنعتهم:
- كن مهذبًا ومحترمًا تجاه الآخرين ممن يستخدمون الأجهزة الموجودة بالغرفة.
- لن يتم التسامح مع السباب أو التعليقات المهينة و/أو السلوك العنيف أو الجنسي.
- احرص على ارتداء ملابس التمارين الرياضية.
- لا يُسمح بالحقائب الرياضية والجاكيتات في غرفة الوزن. برجاء ترك هذه الحقائب مغلقة في غرفة تغيير الملابس.
- اترك المقتنيات القيمة في المنزل. سيتم تزويدك بخزائن، ومع ذلك فمدينة ساسكاتون غير مسؤولة عن الأشياء المفقودة أو المسروقة.
- برجاء شرب المياه من وعاء لا يسرب أو يسكب السوائل.
- عندما تكون غرفة الأوزان مشغولة، برجاء خفض وقت تدريبك لمدة 30 دقيقة على أجهزة تدريب القلب.
- لا تُسقط الأوزان الحرة على الأرض. برجاء استخدام السجاد بالقرب من الأجهزة. وضع الأوزان في الموضع المناسب بعد الانتهاء من التدريب.
- بعد استخدامك للجهاز، برجاء مسحه بمنشفة ورقية حتى يصبح نظيفًا عندما يستخدمه شخص آخر.
- عند استخدامك للأوزان الحرة أو الأجهزة، دع الآخرين يساعدونك حتى لا يسبب لك الوزن ضررًا.



- برءاء ارتءاء ءءاء رباءى نطىف. الصناءل أو الأءءىة المفتوءة عئء مقءمة القءم عىر مقبولة لأنها لا ءءمى الأءءام.



دخول الأطفال/الشباب إلى غرفة الأوزان

- لأسباب تتعلق بالسلامة، لا يُسمح للأطفال دون سن السابعة بدخول غرفة الأوزان
- يُسمح للأطفال الذين تتراوح أعمارهم ما بين 7-12 عامًا بالدخول إلى غرفة الأوزان تحت رقابة، ولكن لا يستخدموا سوى أجهزة تدريب القلب (وليس الأوزان). ويجب أن يخضعوا في ذلك لرقابة الوالد/الوصي.
- لا يُسمح للأطفال الذين تتراوح أعمارهم ما بين 13-15 بالدخول إلى غرفة الأوزان تحت رقابة إلا إذا كانت لديهم بطاقة غرفة الأوزان الخاصة بالشباب في قسم الخدمات الترفيهية (t Room Card Leisure Service Department Youth Weigh) (وتُعرف أيضًا "بالبطاقة الخضراء" (Green Card))
- لا يحتاج الأطفال في سن 16 عامًا وأكبر أي رقابة عليهم في غرفة الأوزان.

إرشادات للشباب فيما يتعلق باستخدام حلبة السباق

- يمكن للشباب في سن 13 عامًا استخدام حلبة السباق دون رقابة، ولكن لا بد أن تكون لديهم "بطاقة خضراء" أو يكونون قد شاركوا في تدريب على أجهزة التمارين الرياضية. إذا كانت لديك أية استفسارات بهذا الشأن، برجاء طرحها على موظفي مركز الترفيه.
- لا بد أن تكون هناك رقابة فعالة على الأطفال تحت سن 13 عامًا من قبل الوالد أو الوصي أثناء استخدامهم لجهاز السير.
- لا يحتاج الشباب في سن 16 عامًا إلى رقابة أثناء استخدامهم لجهاز السير. ولا يحتاج هؤلاء الشباب الأكبر سنًا إلى بطاقة خضراء أو تدريب على أجهزة التمارين الرياضية أو رقابة فعالة.

