

Newcomer FAQ

(Frequently Asked Questions)

Tigrinya

Funding for the translation of this document provided by:



Ministry of
Advanced Education,
Employment and
Immigration

ክንክን ንደቅኹም/ኸን

እዚ አገልግሎት ዝቐርበልኩም/ን ዘሎ ኣብቲ ናይ መዘናግዒ ማእከል ኣብ ትሳተፍሉ/ፋሎ እዋን፤ ደቅኹም/ኸን መታን ክእለዩ/ያ እዩ። ውላዶም/ደን ብኣባላት ሲቲ ምእላይ ቆልዑ ክንክን እናተገብረሉ/ላ ኸሎ፤ ወለዲ ኣብቲ መዘናግዒ ማእከል ክጸንሑ/ሓ ኣለዎም/ወን።

መእለዩ ቆልዑ ኣብዚ ዝስዕብ ይርከብ:-

- Saskatoon Field House, 2020 College Drive, ፎኖ: 975-3354
- Lakewood Civic Centre, 1635 McKercher Drive, ፎኖ: 975-2944
- Shaw Centre, 122 Bowlt Crescent, ፎኖ: 975-7744

ዝተወሰኑ ንቐልዑ ዝምልከቱ ዕለታት፤ ግዜያት፤ ከምኡውን ወጻኢታት፤ ብኸብረትኩም/ኸን ንመዘናግዒ ማእከላት ወይድማ ንዝበለጸ ሓበሬታ ነቲ ናይ መዘናግዒ መምርሒ ተወከሉ/ሳ።

ኣብ ነፍሲ ወከፍ መዘናግዒ ማእከል ዝርከቡ ኣባላት ኣገልግሎት ዓማዊል ንዝኾነ ሕቶታትኩም/ኸን ኣብ ምምላስ ክሕግዙ ይኽእሉ እሉዮም።



ህጻናትን ዳያፐርን ኣብ መሓምበሲ ባስካ

ዳያፐር ዝገብር ህጻን እንተሊዩኩም/ኸን፤ ብኸብረትኩም/ኸን ፍሉይ ተጠቂምካ ዝድርበ ናይ መሓምበሲ ዳያፐር ተጠቐሙ/ማ ፤ ወይድማ ናይ ውላድኩም/ኸን ምታንቲ ንምሸፋን ፕላስቲክ ተጠቀሙ/ማ። እቲ ህጻን ኣብ መሓምበሲ ባስካ ቀለቀል እንተወጹኡ/ኣ፤ እቲ ባስካ መታን ምትዕርራይን ጽሬትን ክግበረሉ ክዕጽ ኣለዎ።

ናይ ምሕምባስ ትምርቲ ምዝገባ

ውላድኩም/ከን ናይ ምሕምባስ ትምርቲ ከምዝገቡ/ከትምዝገቡ ከንሕግዘኩም/ከን ንኽእል ኢና።ኡብ ሳስካቱን ናይ ውሽጢ ገዛ መሓምበሲ ባስካ ዘለወን አርባዕተ መዘናግዒ ማእከላት አለዋ፡-

- Harry Bailey Aquatic Centre, 1110 Idylwyld Drive, ፎሎ: 975-3321
- Lawson Civic Centre, 225 Primrose Drive, ፎሎ: 975-7873
- Lakewood Civic Centre, 1635 McKercher Drive, ፎሎ: 975-2944
- Shaw Centre, 122 Bowlt Crescent, ፎሎ: 975-7744

ከተማ ሳስካቱን ብተወሳኺ ንአገልግሎት ከፉታት ዝኾናን ናይ ምሕምባስ ትምርቲ ዝህባን አርባዕተ ናይ ደገ መሓምበሲ ባስካ አለዋኣ፡

- George Ward Pool, 1915 5th St East, ፎሎ: 975-3350
- Lathey Pool, 815 Taylor Street, ፎሎ: 975-3333
- Mayfair Pool, 1025 Ave F North, ፎሎ: 975-3352
- Riversdale Pool, 822 Avenue H South, ፎሎ: 975-3353

ውላድኩም/ከን ናይ ምሕምባስ ትምርቲ ወሲዱ/ዳ ዘይፈልጥ/ዘይትፈልጥ እንተኾይኑ/ና፡ ወይድማ ካብዝውስዱ/ዳ ነዊሕ ግዜ እንተኾይኑ፡ ነጻ ናይ ምሕምባስ ትምርቲ ምርመራ ከንገብረሉ/ላ ሕጉሳት ኢና። ዓቓቢ ሂወት(lifeguard) ነቲ መሰረታዊ ናይ ምሕምባስ ክእለቶም/ተን ይምርምርን ንናይ ውላድኩም/ከን ዕድመን ናይ ምሕምባስ ክእለትን ዝመጣጠን ክፍሊ ይውስን።ነዚ ናጻ አገልግሎት ብዝምልከት ብኽብረትኩም/ከን ንዝኾነ ናይ መሓምበሲ ማእከላት ተወከሱ/ሳ።



ንመንእሰያት ቆልዑ ናይ ማይ ውሕስነት ዝምልከት ፖሊሲ

አብ ከባቢ ማይ ኩሉ ግዜ ውሕስነት ኣገዳሲዩ። ዕድሜኡም ንትምርቲ ዘይበጽሑ/ሓ ቆልዑት ንምሕጋዝ፣ ከተማ ሳስካቱን ነፍሲወከፍ ሰብ ነዚ ሕጊ ክኸተል ትሓትት፡-

"ሓደ/ሓንቲ በጽሒ ወይ ሓላፍነት ከስከም/ከትስከም ዝኸእል/ትኸእል መንእሰይ(16 ዓመት ወይ ዝያዳ) ጥቓ/አብ ውሽጢ ሓደ እመት ርሕቀት ናይ ነፍሲወከፍ 2 ዕድሜኡም/ዕድሜኡን 5 ዓመት ወይ ንታሕቲ ዝኸኑ/ና ንትምርቲ ዘይበቐዑ/ዓ ክኸኑ/ና አለዎም/ወን። በጽሒታት፣ (ወይ ሓላፍነት ዝስከሙ/ም መንእሰያት)፣ ነቲ ናይ ዕድሜኡም/ዕድሜኡን ንትምርቲ ዘይኣኸሉ/ላ ህጻናት ናይ ማይ ጸወታታትን ምንቕሲቓሳትን ክከታተልዎ አለዎም/ወን።"

ንስኹም/ንስኸን ናይ ውላድኩም/ክን ኣዚ ኹም/ኸን ዝበለጽኩም/ክን ዓቀብቲ ህይወት ኢኹም/ኸን።

ናይ ስድራ መቐየሪ ክፍልታት

ናይ ስድራ መቐየሪ ክፍልታት ንወለዲ ወይ መጉዚታት ንኣንጻራዊ ጾታ ዘለዎም/ወን መንእሰያት ደቆም/ደቀን ናይ መሐምበሲ ክዳን ክቕይሩ/ራ ቀሊል ክኾነሎም/ለን ተባሂለን ዝቐረባ እየን። ንኣብነት፣ ናይ ስድራ መቐየሪ ክፍሊ ንኣደ/ጓል ኣንስተይቲ መጉዚት ንወዳ/ነወዳት ደቓ ክዳን ክኸደኑ ክትሕግዝ፣ ወይድማ ንኣብ/ወዲ ተባዕታይ መጉዚት ንጓሉ/ነዋልድ ደቁ ክዳን ክኸደና ንምሕጋዝ ቀሊል ይገብሮ። ነቲ ናይ ስድራ መቐየሪ ክፍልታት ኣወዳትን አዋልድን ብሓባር ይጥቀሙሉ። ኣወዳትን አዋልድን ኩሎም ኣብቲ ናይ ሓባር ኣዳራሽ ክዛወሩ ይኸእሉ።

ኣባል ናይ መዘናግዲ ማእከል ነቶም ንእሽቱን ኣንጻራዊ ጾታ ዘለዎምን ቆልዑት ዘይሓዙ ግን ድማ ነቲ ናይ ስድራ መቐየሪ ክፍሊ ኣብ ምጥቃም ዝርከቡ በጽሒታት ክሓቱምዮ፣ ብኸብረትኩም/ክን ናይ ኣዋልድ ወይ ናይ ኣወዳት ክፍሊ ተጠቀሙ/ማ ብምባል።





ናይ መሓምበሲ ክዳውንቲ

ብኸብረትኩም/ከን ንመሓምበሲ ትጥቀሙሉ/ማሉ ጽሩይ ክዳውንቲ ሒዝኩም/ከን ምጽ/ጻ፡ምታንቲ ወይ ናይ "ጎደና" ክዳውቲ(ናብ መዘናግዒ ማእከል ተኸዲንኩምዎ/ከንኦ ዝመጽኹም/ኸን ክዳን ማለትዩ)፣ ከም መሓምበሲ ክትጥቀሙሉ/ማሉ ኣይግባእን።

ህጻናትን ዳያፐርን ኣብ መሓምበሲ ባስካ

ዳያፐር ዝገብር ህጻን እንተሊዩኩም/ከን፣ ብኸብረትኩም/ከን ፍሉይ ተጠቂምካ ዝድርበ ናይ መሓምበሲ ዳያፐር ተጠቐሙ/ማ ፣ ወይድማ ናይ ውላድኩም/ከን ምታንቲ ንምሸፋን ፕላስቲክ ተጠቀሙ/ማ። እቲ ህጻን ኣብ መሓምበሲ ባስካ ቀልቀል እንተወጺኡ/ኣ፣ እቲ ባስካ መታን ምትዕርራይን ጽሬትን ክግበረሉ ክዕጽ ኣለዎ።

መምርሒታት መሐምበሲ ባስካ ንውሕስነትኩም/ከን

- ብኽብረትኩም/ከን ኣብ ከባቢ መሐምበሲ ባስካ ተንቀሳቕሱ/ሳ።**አይትጉየዩ/ያ።**
- ብኽብረትኩም/ከን ኣብ ውሽጢ ወይ ከባቢ ባስካ ማስቲካ አይትብልዑ/ዓ ወይ አይትሓይኹ/ኻ።ኣብ ከባቢ ጠዋሉን ሰድያታትን ዘለዎ ቦታ ከትሕይኹ/ኻ ትኽእሉ/ላ ኢኹም/ኽን።ኣብ ግዜ ምሕምባስ ማስቲካ አይትሓይኹ/ኻ።
- ብኽብረትኩም/ከን ኣብቲ ናይ ሳውና ኣኻውሕ/የእማን ማይ አይትግበሩሉ/ራሉ ከሰባብሮም ስለዝኽእል።.
- **ባእሲ አይፍቀድን** ኣብ መሐምበሲ ባስካ።
- ኣብቲ ዑምቐት ዘይብሉ ጫፍ ክፋል ናይ ሃሪ ቤይሊ መሐምበሲ ከምኡውን ናይ ሻው ማእከል ዘሎ ማይ ተወርዊርካ ንምእታው ዘኽእል ዑምቐት የብሉን።**ብኽብረትኩም/ከን እግርኹም/ኽን ብምቕዳም ዝለሉ/ላ።**ዘለልካ ምእታው ኣብቲ ዕምቐት ዘለዎ ጫፍ ናይ ሃሊ ቤይሪ መሐምበሲ ማእከል ከምኡውን ሻው ማእከል ይፍቀድዩ።
- ላውሰን ሲቪካዊ ማእከል ከምኡውን ሌክዉድ- እዘን ባስካታት ኣዚየን ዓምቕቲ ስለዘይኮና ዘለልካ ምእታው ኣየኽእላን እየን።ኣብ ኩሉ ክፋላት ናይታ ባስካ እግርኹም/ኽን ብምቕዳም ዝለሉ/ላ።
- ደረጃ 5 ክእለት ምሕምባስ ዘይብሎም/ለን ወይድማ ክሳብ 50 ሜትሮ ክሕምብሱ/ሳ ዘይከእሉ/ላ ቆልዑ እንተሊዮምኹም/ኽን ኣብቲ ዕምቐት ዘይብሉ ክፋል ናይታ ባስካ ደርትዎም/ወን።ናይታ ባስካ ምድሪ ምትንካፍ ኣብዘይከእለሉ ክፋል ናይታ ባስካ ክትሕምብስ/ሲ ምኽኣል ሓያል ሓምባሲ/ሲት ክትከውን/ክትኮኒ ኣለካ/ኪ።
- ኣብ ልዕሊ ዝንሳፈፋ ዘለዎ መናጽፍ ኮፍ ክትብሉ/ላ ወይ ክትምርከኹ/ኻ ትኽእሉ/ላ ኢኹም/ኽን።ኣብ ልዕሊኡን ጠጠው አይትብሉ/ላ ሓደገኛ ስለዝኾነ።



ንማያዊ ድህነት ትሕቲ 5 ዓመት ዝኾኑ/ና ቆልዑት ዝምልከት ፖሊሲ :- ቆልዑት፣ ካብ ናጽላታት ከሳብ ደቂ 5 ዓመት፣ ኩሉ ግዜ ምስ አባጽሕ፣(ልዕሊ 16 ዓመት)፣ በእዳዎም/ወን ከርከብዎም/ወን ኣብ ዝኸእልሉ ርሕቀት ከኾኑ/ና ኣለዎም/ወን። እቲ/ታ በጽሒ ኣብ ዝኾነ እዋን ካብቲ ከባቢ ማይ እንተርሒቑ/ቻ፣ ነቲ ህጻን ሒምዎ/ዋ ከኽዱ/ዳ ኣለዎም/ወን።

-ናይ ሌዕከዉድ ሲቪካዊ ማእከል መንሸራተቲ ማይ



- እቲ መብራህቲ ናብ ቀጠልያ ሕብሪ ምስተቐየረ ሸተት ምባል ትኽእል/ሊ።

- ኣብ ሓደ እዋን ሓደ ሰብ ጥራይ ሸተት ክብል ይኽእል።



- ብሕቕኻ/ኺ ደቅስ/ሲ ወይ የእጋርካ/ኪ ንቕድሚት ብምግባር ኮፍ በል/ሊ።



- በቲ ሸተት መበሊ ርእስኻ/ኺ ንቕድሚት ብምግባር ንቁልቁል ኣይትውረድ/ዲ።



ናይ ውዑይ ማይ ባስካ - እቲ ዝለዓለ ብዝሒ ሰብ

እቲ ዝለዓለ ብዝሒ ህዝቢ፡(ህጻናት ብምሕዋስ)፡ ኣብቲ ባስካ ውዑይ ማይ ክህሉ ዝኽእል፡-

- ሌክዉድ ሲቪካዊ ማእከል-20 ሰባት
- ሃሪ ቤይሊ ማያዊ ማእከል-12 ሰባት
- ላውሰን ሲቪካዊ ማእከል-18 ሰባት
- ሻው ማእከል ናይ ሰድራ ባስካ ውዑይ ማይ-30 ሰባት
- ሻው ማእከል ናይ ኣባጽሕ ባስካ ውዑይ ማይ-25 ሰባት

ኣብቲ ናይ ውዑይ ማይ ባስካ ካብ 20 ደጃቓ ንላዕሊ ዘይምጽናሕ ይምከር ወይ ይምረጽ፡፡



አጠቃቅማ ክፍሊ መልዓሊ ክብደት

ንናይ ኩሉ ሰብ ጥዕና፣ ድሕነትን ደስታን፡-

- አብቲ ክፍሊ ነቲ መሳርሒታት ዝጥቀሙ ካልኣት ሰባት ተደናገጹን ኣኹብሩን።
- መርገም፣ ሕማቕ ርእይቶታትን ከምኡውን/ወይድማ ዓመጽ ወይ ጾታዊ ርክብ ዝደፋፍእ ጠባያት ኣይንጸወሮን ኢና።
- ናይ ምንቅስቃስ ኣክላት ክዳን ተኸደኑ/ና
- ናይ ኣትሌቲክ ቦርሳን ጃኬትን ኣብቲ ናይ ክብደት መልዓሊ ክፍሊ ኣይፍቀዱን እዮም። ብኹብረትኩም/ክን ኣብቲ መቐየሪ ክፍሊ ዕጸውዎ/ኡ።
- ክቡር ንብረታት/ጌጻት ኣብ ዝኹም/ኹን ግደፍዎ/ኡ። ንኣሸቱ ኣርማድዮታት ቁሩባት እዮን፣ እንተኾነ ግና፣ ከተማ ሳስካቱን ንዝጠፍኡ ወይ ዝተሰርቀ ንብረት ተሓታቲት ኣይኮነትን።
- ብኹብረትኩም/ክን ማይ ካብ ዘይልሑኹ ወይ ዘየፍስ መትሓዚ/ክንተይነር ስተዩ/ያ።
- እቲ ናይ መልዓሊ ክብደት ክፍሊ ሰብ እንተብዚሑዎ፣ ብኹብረትኩም/ክን እተን ናይ ካርዲዮ ማሸናት ካብ 30 ደቂቃ ንላዕሊ ኣይትጠቀሙለን/ቀማለን።
- ናጻ ናይ ክብደት ኣቕሑት ኣብ መሬት ኣይተውድቑዎ/ቐኡ። ብኹብረትኩም/ክን ኣብቲ ከባቢ ማሸናት ዘለዎ መንጸፋት ተጠቀሙለን/ማለን። ከምኡውን፣ ምስወዳእኩም/ክን ነተን ናጻ ናይ ክብደት ኣቕሑት ናብቲ ግቡእ ቦታኡን ምለስወን/ምለስኡን።
- እቲ መሳርሒ ምስተጠቀምኩም/ክናሉ፣ ብኹብረትኩም/ክን ብመወልወሊ ወረቓት ወይ ጨርቂ ኣጽርይዎ/ኡ መታን ንቀጺሉ/ላ ዝጥቀም ሰብ ጽሩይ ክጸንሖ/ሓ።
- ናጻ ክብደት ክትጥቀሙ ከለኹም/ኹን፣ እቲ ናይ ክብደት ኣቕሑት መታን ከይሃስየኩም/ክን ካልኣት ክሕግዙኹም/ኹን ፍቕዱሎም/ፍቕዳሎም።



- ብኽብረትኩም/ከን ጽሩይ ኣትሌቲካዊ ጫማ ግበሩ/ራ። ሰንደል ወይ ሸበጥ ተቐባልነት የብሎምን ምኽንያቱ ንኣግርኹም/ኸን ስለዘይከላኸሉ።



ናይ ህጻናት/መንእሰያት ናይ ክብደት መልዓሊ ክፍሊ ናይ ምጥቃም ዕድል

- ብምኽንያታት ጉዳይ ድሕነት፣ ትሕቲ 7 ዓመት ቆልዑት ኣብ ናይ መልዓሊ ክብደት ክፍሊ ኣይፍቀደሎምን/ለንን እዩ።
- ካብ 7 ክሳብ 12 ዓመት ቆልዑት ሓለዋ እናተገብረሎም/ለን ነቲ ናይ ክብደት መልዓሊ ክፍሊ ክጥቀሙ/ማሉ ይኽእሉ/ላ እንተኾነ ግን ነቲ ናይ ካርዲዮ መሳርሒ ጥራይ ክጥቀሙ/ማ ይኽእሉ/ላ፣ (ነቲ ዝልዓል ክብደታት ግን ኣይፍቀደን)።ብወለዲ/ሞግዚት ሓለዋ/ምቁጽጻር ክግበርሎም/ለን ኣለዎ።
- ካብ 13 ክሳብ 15 ዝዕድሜኦም/ኣን መንእሰያት ናብቲ ናይ መልዓሊ ክብደት ክፍሊ ብዘይ ተቐጻጸሪ ዝፍቀደሎም/ለን ናይ ክፍሊ ኣገልግሎት ምዝንጋዕ ክፍሊ ምልዓል ክብደት ካርድ(ብተወሳኺ "ግሪን ካርድ" ተባሂሉ ዝጽዋዕ) ምስዝህልዎም/ወን ጥራይዩ።
- 16 ዓመት ወይ ዝያዳ መንእሰያት ናይ መልዓሊ ክብደት ንምጥቃም ተቐጻጸሪ ኣይደልዮምን/የንን እዩ።

ንመንእሰያት ናይ ጉያ ሜዳ/ትራክ ናይ ምጥቃም መመርሒታት

- ልዕሊ 13 ዓመት መንእሰያት ናይ ጉያ ሜዳ ብዘይተቐጻጸሪ ክጥቀሙ/ማ ይኽእሉ/ላ፣ እንተኾነ ግን ግሪን ካርድ ክህልዎም/ወን ይግባእ፣ ወይ ኣብ መግለጺ ናይ ምንቅስቃስ ኣካላት መሳርሒ ዝተሰተፉ/ፋ ክኾኑ/ና ኣለዎም/ወን። ብዛዕባዚ ሕቶታት እንተሊዩኩም/ክን፣ ብኽብረትኩም/ክን ንኣባላት ማእከል ምዝንጋዕ ሕተቱ/ታ።
- ትሕቲ 13 ዓመት ቆልዑት ናይ ጉያ ሜዳ ክጥቀሙ/ማ ከለዉ/ዋ ብወለዲ/ሞግዚት ክሕለዉ/ዋ ኣለዎም/ወን።
- ደቂ16 ዓመት መንእሰያት ናይ ጉያ ሜዳ ክጥቀሙ/ማ ከለዉ/ዋ ምሕላው ኣይደልዮምን/የንን እዩ።



YOUTH WEIGHT ROOM CARD	
 City of Saskatoon	Name: _____
	Age: _____
This card entitles the bearer to use the fitness rooms noted below without supervision:	
Harry Bailey Aquatic Ctr. – Cosmo Civic Ctr. Lakewood Civic Ctr. – Lawson Civic Ctr. Saskatoon Field House – Shaw Centre	