



Gym-ka YSR waa meel nabdoon oo u furan dadka oo dhan. Qof walba waa lagu soo dhaweynayaa waxqabadyada uu sameeyay ururka iyadoon loo eegayn da'da, jinsiga, jinsiga, meesha uu ka yimid, diinta, caqiidada, fikradaha, aqoonsiga, hanuuninta iyo/ama kartida. Goobahayaga, waxaan nahay **nabad iyo naxariis** waxaan ula dhaqannaa dadka si xushmad leh

DHAQANKA, QIIMAHA IYO XUQUUQDA

• Saxeexa foomkan, waan fahmay oo aqbalay in:

- Haddii ay dhacdo faallo ama dhaqan aan ixtiraam lahayn, waan ogahay in layga mamnuuci karo hawsha mid ka mid ah mas'uulka booska.
- Waxaan xaq u leeyahay in qof kasta oo goobta jimicsiga jooga uu si xaq ah ula dhaqmo.
- Wixii warcelin ah iyo cabashooyinka, waxaan la xiriiri karaa WhatsApp +30 694 445 7520, iimayl feedback@yogasportwithrefugees.org, ku dhaaf fariin jireed sanduuqa jawaab celinta ama si toos ah ula hadal xubin ka mid ah kooxda.

• Isticmaalka jimicsiga

- Waxaan u isticmaali doonaa meesha bannaan, qalabka iyo agabka si habboon iyo si taxadar leh oo aan gacan ka geysan doonaa nadiifinta iyo habeynta fasal kasta
- Waxaan dhageysan doonaa tababaraha, iskaa wax u qabso, iyo xubnaha kooxda (isku-duwayaasha iyo agaasimayaasha)
- Waxaan soo xaadiri doonaa wakhtiga fasalkayga oo aan ka tagi doonaa ka hor inta aan fasalka xiga bilaabin;
- Anigu waan caafimaad qabaa oo waan awoodaa inaan sameeyo ciyaaraha, waa mas'uuliyaddayda in aan baaritaan caafimaad oo joogto ah ka helo dhakhtarka. Waxaan ku siin karnaa talooyin taas;
- Tababarka goobahayaga iyo ka qaybqaadashada hawlaheenna waa khatar aniga ii gaar ah;
- Haddii ay dhacdo dhaawac kasta, waxaan si buuxda u qaadayaa mas'uuliyadda, Yoga iyo Sport with Refugees lama xisaabin karo;
- Haddii aan ka yarahay 18, masuulkaygu waa inuu sidoo kale saxeexaa foomka oggolaanshaha yar;
- Waxaan xidhi doonaa sharabaadyo gudaha kabaha la ii amaahiyey;
- Waxaan gashan doonaa shaadhka jimicsiga ee ujeedooyinka tababarka;
- Ma isticmaali doono mishiinada dhisamaha jidhka haddii aanan ka weynayn 14 sano.

XOGTA & SAWIRKA

Waan fahmay taas:

- Xogta gaarka ah ee aan u buuxiyo si aan isugu diiwaan geliyo jimicsiga waligeed ma isticmaali doono qof ka baxsan YSR, waxa loo isticmaali doonaa oo kaliya in ay ii soo diri karaan iimayl soo dhawayn ah, si aan ula socdo xaadiritaanka fasalada, si ay ila soo xidhiidhaan. haddii ay dhibaato dhacdo, in aan la socdo oo la qiimeeyo guusha mashruuca iyo in la abuurto database alumni si loo dhiso bulshada YSR ee magaalooyinka kale si aan u sii wadi karo kuleylinta ciyaaraha. Xogta waa la tirtiri doonaa haddii aan weydiyo, ama haddii aanan iman hawlaha muddo ka badan hal bil. Waxaan xaq u leeyahay nuqul xogta ah. Xogta waxaa ku jira magacayga, magacayga, lambarka taleefanka, iimaylka, jinsiga, taariikhda aan saxeexay iyo xiisadaha aan dhigto.
- Mararka qaarkood, kooxda YSR waxay ku qaadi doonaan sawiro ama muuqaal goobta jimicsiga. Had iyo jeer waa la i weydiin doonaa inay ok, oo waa inaan hayaa macluumaad ku saabsan sida sawirada loo isticmaali doono. Haddii aanan rabin in la i sawiro, waxaan ku wargelin doonaa YSR.
- Ma qaadi doono sawiro dadka aniga oo aan waydiin inay ok, oo aan sharaxo sida sawirada loo isticmaali doono.
- *Kaliya waxay quseysaa jimicsiga Athens:* YSR waxay kula socotaa dhismaha kamarad CCTV si ay uga hortagto jabsiga iyo falalka rabshadaha/burburinta. Duubabka CCTV-ga waa la tirtiri doonaa muddo laba toddobaad ah ka dib lamana wadaagayo cid saddexaad marka laga reebo kiiska dembi-baadhistada.

Magac

Magaca qoyska

Dalka Asal ahaan

Taariikhda Dhalashada

E-Mail

Lambarka taleefanka

Taariikhda la saxiixay

Saxeexa