

LAGET

ብዙሐት አዋልድ ብናይ ጋንታ ስፖርት ጽቡቕ ከም ዝስምዑን ክንገብር ንይሊ ኢና ሓደ ሲሶ ናይቶም ምውስዋስ ኣካላት ዘይገብሩ መንእሰያት ከም ምኽንያት ዘቕርቡዎ፡ ብቐዓት ኮይኑ ወይ ከምቲ ዘድሊ ንዓዓት ከም ዘይኮኑ ኮይኑ ስለ ዝስምዖም እዩ። እቲ ክፋል እና ወሰኽ ይኸይድ ኣሎ። እቲ ወሰኽ ድማ ብቐንዱ ኣብ ኣዋልድ እዩ ወሲኹ።

እቶም ሰለስተ ዓበይቲ ናይ ጋንታ ስፖርት ንብዙሐት መንእሰያት ዝሰሙ ኣኳ እንተኹኑ ብቐንዱ ግን ብኣወዳት ዝተዓብሉሉ ክኾኑ ከለዉ፡ እቲ ብማሕበር ተወዲብካ ዝግበር ስፖርት ግን ብሓፈሻ ይንኪ እዩ ዘሎ። ከምዚ ዝኾነሉ ምኽንያት፡ ኣገዳስነት ናይ ውድድር ስለ ዝነከየን እቲ ብማሕበር ተወዲብካ ዝግበር ስፖርት ድማ ከም ሃዋሁ ነቶም ኣብ ውድድር ተገዳስነት ዘለዎም ሰባት ገይርካ ስለ ዝርእን ክኸውን ይኽእል እዩ። እተን ዝወሕደ ንጡፋት ጉጅለ ደቂ 17-20 ዓመት ኣዋልድ ኮይነን፡ ኣብ ዓመት ብገምጋም 12 ግዜ ይሰተፋ። 1 ካብ 3 ንኽምዕብሉን ክመሓየሹን ምስ ካልኣት ካብ ምውድዳር ምስ ገዛእ ርእሶም ክወዳደሩ ብዝያዳ ኣገዳሲ እዩ ኢሎም እዮም ዝኣምኑ።

ነቶም ምውስዋስ ኣካላት ዝገብሩ ምስቲ ምውስዋስ ኣካላት ምስ ኣዕሩኹም ክራኹቡን ክዘናግዑን ሓያል ምኽንያት እዩ። ኣብ እዋን ምውስዋስ ኣካላት ምስኣን ኮይና ትወሳወስ መሓዛ ምስኣን ንመንእሰያት ኣካላዊምውስዋስ ንኸይገብሩ እና ወሰኽ ዝኸይድ ዘሎ ምኽንያት ይኸውን ኣሎ።

ናብ ላገት እንቁዕ ብደሓን መጻእክን!

ላገት ተባብሮ ናይ ኮርፕን ሸወደናዊ ናይ ምንቅስቓስ ስፖርት ማሕበር (Svenska Motionsidrottsförbundet) እዩ። ኣብ ናይ ጋንታ ስፖርት ብዘይ ናይ ውጽኢትን ትግባረ ብቐዓትን ጠለብ ክሰተፋ ንዘደልዩ ኣዋልድ። ኣብ ላገት ናጻ ኳንና ኣብ መንጎ ዝተፈለለዩ ናይ ጋንታ ስፖርት ንቐያይር ኢና። እቲ ኣድህቦ ብሓባር ኣብ ምልምማድን ጽቡቕ ግዜ ምሕለፍን እዩ ዘተኮር። ላገት ኣብ ውድድርን ናይ ክብብ ጸወታታትን ኣይንወዳደርን ኢና። ናብዚ ኩሉን ኣዋልድ ኣብ ኩነታትን ተመርኩሱን ንኸሰተፋ ሓንጎሩ ኢልና ኢና ንቐበለን። ላገት ንኹሉን ቅድሚ ሕጂ ብጋንታ ተጠርኪፈን ዝለማመዳ ዝነበሩ ግን በቲ ናይ ውድድር ሸብድብድ ዝደኸማ ወይ ነተን ፈጸመን ልምምድ ዘይገበሩ ግን ምፍታን ዘሐጉስ ምኾነ ዝብሉ ኣዋልድ ኢሉ ዘለ እዩ። ኣብዚ ብዘይ ጠለብ ትግባረ ብቐዓት - ተራኹብና ብሓባር ኢና ንነገራት ንገብርዎ።

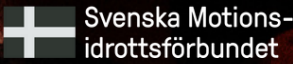
ላገት ናይ ኣዋልድ ብኣዋልድ እዩ ዝመሓደር። ንኹሉን ኣዋልድ ሓንጎሩ ኢልና ኢና ንቐበለን።

ብዛዕባ ኮርፕን ሸወደናዊ ናይ ምንቅስቓስ ስፖርት ማሕበር

ኮርፕን ሸወደናዊ ናይ ምንቅስቓስ ስፖርት ማሕበር፡ ሓደ ካብቶም ኣብ ሸወደን ዝርከቡ ዝዓበዩ ማሕበር ስፖርት እዩ። ንልዕሊ 75 ዓመት ሰባት ኣብ ማሕበራትናን ኣብ ናይ ስራሕ ቦታናን ብሓባር ምውስዋስ ኣካላት ንኸገብሩ ዝቐለለ ገይርናሎም ኢና። እዚ ንጥፈት እዚ በቶም ኣብ መላእ ሸወደን ዝርከቡ ናይ ኣከባቢ ማሕበራት ኮርፕን ዝካየድ ኮይኑ ንኣባላትና ብድምር ኣስታት 100 ዝኸውን እተፈለለዩ ናይ ምውስዋስ ኣካላት ንጥፈታት ንቕርቡሎም ኢና። ኩሉ ሰብን ቦታታን ኣብ ኩነታቱ ተመርኩሱ ዝሰተፈሉን ንኹሉ ዘሰተፈሉን ንጥፈታት ከነካይድ ኢና ንይሊ።

ብዝያዳ ክትፈልጢ እንተ ደሊኹ ምስ ኣዛ ትስዕብ ሰብ ተራኹቢ ሳራ ኣልፍረድሶን
08-699 64 07
sara.alfredsson@korpen.se

KORPEN



Svenska Motions-
idrottsförbundet