



ናይ ሓበሬታ

ወረቀት ስፖርትን ጥዕናን



ስፖርትን ጥዕና ዘለዎ ናብራ

ኣብ Alkmaar ብዙሓት ናይ ጥዕና ክለባት ኣለዎ። ዳርጋ ኩሉ ግዜ ንስፖርትን ኣባልነት ክለብን ቦቲ ኣብ AlkmaarPas ዘሎ ክሬዲት ክትከፍል ትኽእል ኢኻ። ስፖርት ክጻውቁ ዝደልዩ ህጻናት ሓደ ሓደ ግዜ ካብ ሓደ ፋውንዴሽን ከም መንእሰያት ፈንድ ስፖርትን ባህልን ዝኣመሰሉ ሓገዝ ክረኽቡ ይኽእሉ። ነዚ ድጋፍ ንምምልካት ክሕግዙኻ ዝኽእሉ ሰባትን ትካላትን ኣለዉ። ከም ዳይሬክተራት ስፖርት።

Alkmaar ኣክቲቭ

ኣብ Alkmaar Actief ኩሎም ወሃብቲ ስፖርት Alkmaar ን ዘቅርብዎም ነገራትን ክትረኽቡ ትኽእሉ ኢኹም። ኩሉ ስፖርት ንመናእሰያትን ንዓባይትን፣ ስፖርታዊ ውድድራት፣ ናይ ፈተነ ትምህርቲን ካልእ ብዙሕን። ኣብ መርበብ ሓበሬታኡም፣ እንታይ ዓይነት ንጥፈታት ከም ዝቅርብ ክትዕዘብን ንዓኻ ኣብ ዝምጥን ንጥፈት ክትምዝገብን ትኽእል ኢኻ።

www.alkmaaractief.nl



Alkmaar ስፖርት

Alkmaar ስፖርት ብቐጻሊ ኣብ Alkmaar ስፖርታዊ ውድድራት የዳሉ። ብተወሳኺ፣ Alkmaar ስፖርት ንልዕሊ 50 ዓመት ዝዕድሚኦም ሰባት ዝኸውን ንጥፈታት ኣለዎ። ዓባይትን ህጻናትን ትምህርቲ ምሕንባስ ክረኽቡ ይኽእሉ። ብAlkmaarPas ብዝተቐነሰ ዋጋ ስኬት ክትገብርን ክትሕንብስን ወይ ድማ ስፖርት ፓስ ክትገዝእ ትኽእል።

ስፖርት ኣባይ ከም እትጻወት እንተዘይፈለጥካ ዳይሬክተር ስፖርት ክሕግዞካ ይኽእል እዩ። ዳይሬክተራት ስፖርት ኣየናይ ስፖርት ከም ዝጥዕመካ ንምፍላጥ እውን ይሕግዙ። ደቅኻ ስፖርት ክጻውቁ እንተ ደልዮም ድማ፣ ካብ ሓደ ፋውንዴሽን ኣበርክቶ ንኸመልክቱ ሓግዞም።

www.alkmaarsport.nl



ስፖርት-Z

ስፖርት-Z ፋውንዴሽን ኩሉ ሰብ ክሳተፈሉ ዝኽእል ሕብረተሰብ ይሃንጽ ኣሎ። ብስፖርትን ምንቅስቓስን ኣቢልና ነቶም ከም ንቡር ዘይወስድዎ ሰባት ክንቀሳቐሱ ንገብር። ኣብ Alkmaar፣ ኩሉ ሰብ ስፖርት ክጻውቁ ክኽእል ኣለዎ ኢልና ንኣምን። ንኣብነት፣ ኣካላዊ ወይ ኣእምሮኣዊ ስንክልና እውን እንተሃልዩካ ክትሳተፍ ጥራይ ክትከእል ኣለካ። ድሕሪኡ ብዙሕ ሕቶታት እንተሃልዩካ፣ ንኣብነት ብዛዕባ ምምላስ ገንዘብን መጓዳዘያን ዘገርም ኣይኮነን። እንተኾነ ግን ዋላ'ውን ኣየናይ ስፖርት ከም ዝሰማማዕ ገና እንተዘይፈለጥካ፣ ሓገዝ ከድልዩካ ይኽእል እዩ። ስለዚ ድማ ኢና ምስ ስፖርት-Z ፋውንዴሽን ብሓባር ንሰርሖ። ስፖርት-Z ንህጻናትን ዓባይትን ኣብቲ ጉጅለ ጽቡቕ ጌሮም ስለዘይሰማምዑ ናብቲ ካልእ ንጥፈታት ክጽንበሩ ዘይከእሉ እውን ናይ ገዛእ ርእሱ ስፖርታዊ ንጥፈታት የዳሉ።

www.sport-z.org



AlkmaarPas

AlkmaarPas ኣብ Alkmaar ዘዘናግዑ ነገራት ክትገብር ዝኽእለካ ፓስ እዩ። ገለ ቦታታት ቅናስ ይህቡ። ንኣብነት፣ ኣብ ስፖርት፣ ክፍሊት ወለድን ኣብ ምዝገባ ቤተ-ንባብካን።

www.AlkmaarPas.nl





ናይ ሓበሬታ

ወረቀት ስፖርትን ጥዕናን



ናይ ስፖርት ፓስፖርት

እቲ ናይ ስፖርት ፓስፖርት ናይ ገዛእ ርእሰኛ ናይ ኣባልነት ፓስ እዩ። እቲ ፓስ ኣብ መጻውዒ በረድን መሓንበሲታትን ቅናስ ይህበካ። እቲ ናይ ስፖርት ፓስፖርት €50.00 ክኸውን ከሎ፡ ክሳብ 18 ዓመት ዝዕድሚኦም ህጻናት ድማ €29.50(2023) እዩ። ይኹን እምበር፣ ባዕልኻ ክትገዝኦ ኣለካ። ን12 ኣዋርሕ ዘገልግል እዩ። ትሑት ኣታዊ ዘለካ ውልቀ ሰብ፣ እንተኾንካ ኣብ ስፖርት ፓስፖርት ቅናስ ክትረከብ ትኽእል ኢኻ። ን10 ዓዜ ትኬት እውን ክትገዝኦ ትኽእሉ ኢኹም (ብዙሕ ምዝዋር ትኬት)። እዚ ካብ 10 ንጽል ትኬት ዝሓሰረ እዩ።

<https://www.alkmaarsport.nl/over-ons/sportpas/>

ማሕበረሰባዊ ማእከል

ኣብ ከባቢታትን Alkmaar ማሕበረሰባዊ ማእከላት ኣለዉ። ማእከላት ማሕበረሰብ ንነበርቲ ከባቢ ንጥፊታት ይዳልዩ። ንኣብነት፣ ናይ ምብሳል ትምህርቲ፣ ናይ ካርታ ምጽዋት ለይቲ ወይ ናይ ፑል ምጽዋት። መብዛሕትኦ ግዜ ግን ኣብ ምንቅስቃስ ንክጸንሑ ንጥፊታት እውን የጠቓልሉ። ከም ዮጋ ወይ ጂምናስቲክ።

www.alkmaar.nl/direct-regelen/zorg-en-ondersteuning/wijk-en-buurtcentra/



ጥዕና ዘለዎ ናብራ ፕሮግራማት

ብጥዕና ክትነብር ምኽሪ ክትረከብ ትኽእል ኢኻ። ኣብ Alkmaar ዝተፈለለዩ መደባት ኣለዉ። መብዛሕትኦ ግዜ (ቨርቸዋሊ) ብነጻ ክትሳተፍ ትኽእል ኢኻ። ናይ መባእታዊ ክንክን ሓኪምካ ሪፈሪ ክገብረካ ይኽእል እዩ።

SportWerkt!

ናይ ማሕበራዊ ድሕነት ሓገዝ ኣለኩም ዶ ኣነባብራኹ ከተመሓይሹ ኹ ትደልዩ ዶ? ኣብ SportWerkt! ጥዕና ዘለዎን ንጡፍን ኣነባብራ ንምንባር ኣብ ሰሙን ሰለስተ ፍርቂ መዓልቲ ምስ ካልኣት ክትሰርሕ ኢኻ። ከምኡውን (ዝኽፈል) ስራሕ ወይ ስልጠና ክትረከብ እንተኽኢልካ ርክ።

www.meewering.nl



088 00 75 000



ናይ ሓበሬታ

ወረቀት ስፖርትን ጥዕናን



መሰረታት

ንዝተወሰኑ ጉጅለ ሰባት ዝውፈሩ ትካላት ኣለዎ። ሓደ ሓደ ግዜ ንዝተጸገሙ ሰባት እውን ገንዘብ ይህቡ። እዚ እዩ መሰረት ተባሂሉ ዝፍለጥ። ዝተፈላለዩ መሰረታት ኣለዉ።

ገለ መሰረታት ንሰባት ዘድልዮም ነገራት ንምዕዳግ ይሕግዙ። ካልእ ገንዘብ ድማ ነቶም ኣብ ስፖርት ወይ ባህላዊ ንጥፊታት ክሳተፉ ዘይክእሉ ህጻናት ይሕግዙ። ኣብ ኣውራጃኻ ዘሎ ዳይሬክተር ስፖርት ወይ ማሕበራዊ ሰራሕተኛ ውላድካ (ክሳብ 18 ዓመት ዝዕድሚኡ) ስፖርት ክጻወት እንተደልዩ ገንዘብ ይሓትት።

ማሕበራዊ ስራሕ

ሓደ ሓደ ግዜ ነገራት ቢቃ ንበይንኻ ክንድዚ ጽቡቕ ኣይሰርሑን እዮም። ኣብ ሓደ ነገር ተጣቢቅካ ክትተርፍ ትኽእል ኢኻ። ንኣብነት ምስ ስራሕካ፡ ገንዘብካ፡ ጥዕናኻ ወይ ዝኾነ። ማሕበራዊ ሰራሕተኛ (ሰራሕተኛ ማሕበረሰብ እውን ተባሂሉ ዝጽዋዕ) ክሕግዘካ ይኽእል እዩ። ንሱ ወይ ንሳ ከሰምዑኻ እዮም። ነቲ ዝፍጠር ዘሎ ነገር ኣብ ምውዳብ ይሕግዙ። ንሱ ወይ ንሳ እዞም ኣጋጣሚታት ንጸገምካ ንምፍታሕ ምዃኖም ክፈልጡ እዮም። ግብራዊ ሓገዝ እውን ክትረከብ ትኽእል ኢኻ። ንኣብነት፡ ቅጥዒ ምምላእ፣ ምስ ኮሙን ወይ ትካል ክንክን ጥዕና ብዝግበር ዕላል ዝግበር ሓገዝ። ወይ ድማ ሓድሽ ንጥፊት ክትጅምር ክሕግዙኻ ይኽእሉ። ውላድካ (ክሳብ 18 ዓመት ዝዕድሚኡ) ስፖርት ክጻወት እንተደልዩ እውን ካብ ፋውንዴሽን ገንዘብ ክመልከቱልካ ይኽእሉ እዮም።

www.meewering.nl

