Bra liv i Gårdsten!

Goob lagu shaaheeyo isla markaana lagu barto luqada wey fiicnaan laheyd (Ett språkcafé)

Carruurt ku kora meel lagaga hadlo luqado badan wey hal abuur badanyihiin.

Goob lagu shaaheeyo isla markaan lagu barto luqada (språkcafé) wey fiicantahay. Haddii qofku uuna garaneyn luqada, markaa ma dhiiban karo qofku fikirkiisa.

Haddii qofku garanayo luqada…. Markaa wuxuu qofku sheegi karaa waxa uu ku fikirayo iyo waxa uu xiiseynayo intaba! La qaybso dhibaatooyin qaarkood cid kale. Haddii kale dadku guriga ayey la joogayaan dhibaatadaas – waxaa markaa suurogal noqon kara in xalku uu noqon karo in la helo goob lagu shaaheeyo isla markaana lagu barto luqada (språkcaféet). In la helo qof kale oo lala hadlo si loo helo xal.

Waxaa uu qof kastaa u maleeyo in uu isaga/iyada oo kaliya uu dhibi haysato

Waxaa jira hooyo haysata ilmo curyaan ah. Waxaa ay aaminsantahay in ay iyada qaladkeeda tahay. Hadaba haddii ay dhibkeeda cidka kale la qaybsato waxaa ay markaa ogaan lahayd in ay jiraan dad kale oo dhibkeeda oo kale ay haysato. Laakiin wey is qariyaan isla markaana ma rabaan in ay cid kale la kulmaan.

Laakiin ma aha qalakeeda/qaladkooda waxaa dhici karta in ay faraxdo – fadlan u sheeg – ina aysan is qarin.

Dad yar oo kooban ayaa arki kara waxa aad ku fikireyso, waxa madaxa gudihiisa kaaga jira (tilmaamaya madaxa) – goob lagu shaaheeyo isla markaana lagu barto luqada (språkcafé) – wey fiicnaan lahayd. Haddii kale marba marka la danbeeya wey sii xumaaneysaa noloshu, lama seexan karo.

Dhibku adiga naftaadu uunbuu dilayaa, hadaba ha dareemin, culeys.

Waxaa sidaa sheegey haweeney degen Gårdsten (1)

Bra liv i Gårdsten!

Waxaan u baahaney hawlo firficooni oo loogu talogaley carruurta

Waxaa ay xaafadu u baahantahay dugsiyo waxbarasho, goobo lagu ciyaaro waktiyda firaaqada iyo goobo lagu shaaheeyo isla markaana lagu barto luqada oo ay dhalinyaradu iskugu timaado. Hawlo loogu talogaley carruurta si ay waalidiintu xasiloonu u dareemaan. Si ay Shaqo ugu heli karaan halkaas!

Goobaha lagu kulmo – barxada, teg goobta lagu ciyaaro, dheel.

Waayeelka, haweenka, hooyooyinka ku jira fasaxa waalidnimada guriga ayey in badan ku jiraan. Waxaa ay u baahanyihiin in ay marar badan u baxaan banaanka, la kulmaan dad kale. Qaar badan oo ka mid ah hooyooyinka kaligood ah, dadka waayeelka. Hooyo ku jirta fasaxa waalidnomada, guriga ayey joogtaa. Waxaa ay u baahantahay cid ay la kulanto.

Waa isku mid dhamaan.

Isku dey in aad hesho qof kale oo aad isku luqad ku hadashaan. Haddii aad tegto banaanka – waxaa heli doontaa, dad badan – waxaan ku tababaran karnaa!

Waxaan rabaa in aan wax badan ka barto luqada af iswiidhishka. Kula hadal luqada af iswiidhishka dadka iswiidhishka.

Waxaa loo baahanyahay macluumaad ku qoran luqado kala duwan si loo raadsado shaqo, khasnada guud ee caymiska (försäkringkassa), xafiiska xidhhiidhka shaqada, dugsiyada waxbarashada

Waxaa sidaa sheegey haweeney degen Gårdsten (2)

Bra liv i Gårdsten!

Waxaan rabnaa in xaafadu fiicnaato isla markaana nadiif noqoto!

Waxaa la nadiifin karaa barxada banaanka 1 mar bishiiba. Fadlan kaaley maalintaas, ururi qashinka. Jimicsi bilaa lacag ah. Waxaa aan u baahanahay in ay meeshani ahaato meel fiican oo nadiif ah ”fiiri waxa aan sameyney maanta!”

Dhamaantood waa muhiim.

Luqada oo lagu dhigto iskuulka – waxaa ay noqoneysaa qalad. Carruurta ayaa waalidka u turjuma. Iyaga (waalidiinta) ma oga meesha uu qaldku ka jiro. Dugsiyada waxbarashadu waxaa ay waalidiinta u qoraan (fariin), carruurtuna waa ay iska tuuraan fariintaas qoraalka ah. Fadhiga ka kac, hore u soco, baro – turjuubaan hel, u teg macalinka oo su’aal!

Tusaale ahaan waxaa jira ilmo yar oo aan dugsiga waxbarashada tagin muddo hal sanno ah, waxaa uu gadaa maandooriyaasha, dugsigu fariin ayuu u soo qoraa waalidka, wey saxeexaan laakiin ma fahamsana waxa ay saxeexeen waxa uu yahay. Hooyadu ma ogo waxba. Waa mid aad caadi u ah arinkaasi.

Adiga ayaa u turjumaya ilmahaaga, ma aha in uu ilmahaagu kuu turjumo adiga! Waxaa loo baahanyahay – wadashaqeynta waalidka iyo macalimiinta. Waxaa jira waalidiin badan oo aan haysan shaqo – wey ka danbeeyaan carruurtu marka uu waalidku haysto uu ka shaqeeyo.

Waxaa waajib ah in lagawada shaqeeyo si loo helo farxad – waa in tusaale fiican loo noqdaa carruurtaada.

Qofku isma iloowsiin karo dhibaatadiisa, waxaa haboon in wax laga **qabto**. Haddii aad ka seexato dhibkaaga, dhamaan dhibaatooyikaaga oo dhan wey kula seexan doonaan.

Waxaa sidaa sheegey haweeney degen Gårdsten (3)

Bra liv i Gårdsten!

Goobo lagu kulmo ayaa loo baahanyahay!

Goobo lagu shaaheeyo isla markaana lagu barto luqada/goobo lagu kulmo waa ay ku habooyihii dadka ku cusub wadanka. Waxaa goobtaas la isku dhaafsan karaa fikradaha waxa sidoo kale laga heli karaa xidhiidho cusub. Waa hab fiican oo lagu baran karo luqada af iswiidhishka.

Waxaa kale oo fiicnaan lahayd in uu jiro lookaal weyn oo xafladaha lagu dhigto; sida xafladaha dhalashada caruurta, xaflaha aroosyada, xafladaha ciida.

Waxaa aan rabnaa in aan la kulano dadka kale. Waxaa lagula kulmi karaa dadka kale goobaha lagu kulmo. Lala hadalo dadka kale. La is dhaafasano fikradaha. Aan barano dhaqanada kala duwan. Ay noo fududaato in aan dhexgalno bulshada iswiidhishka. Noo sahlanaato in aan is dhaafsano waayo aragnimda. Dadka muddada dheer deganaa halkan waxa ay isku dhaafsan karaan waayo aragnimadooda. Waxaa ay carruurtu baran doonaan bulshada ay ku dhex kori doonaan.

Waxaa aan imid goobta lagu kulmo shan bilood ka hor. Si ka fiican baan ugu hadlaa luqada af iswiidhishka hadda. Shaqaalaha wanaagsan qiimo badan bey ku fadiyaan. Mar walba wey faraxsanyihiin. Aad bey wax u caawiyaan. Wixii su'aalo ah ayey ka jawaabaan. Waxaa ay ka caawiyaan in balan laga qabsado dhakhtarka.

Dhaq-dhaqaaq– yoga wuu fiicanyahay. La tabobarta luqada af iswiidhishka. Yoga iyo in hal meel qadada lagu wada cuno. Fududahay. Ma tabobaran laheyn haddii aanan halkan iman lahayn. Maraka qaarkood kalkaalisada jimicsiga ayaan tagi jirey si aan u sameeyo, laakiin marmar dhif ah kaliya.

Waxaa halkan la dareemayaa xasilooni. Waxaa aan heley saaxiibo badan. Wey sahlantahay in laga bilaabo barshada luqada halkan. Waxa sidoo kale heley furasad aan wax ku sawiro. Marka aan bilaabo in aan wax sawiro waxaa iyaga yaraada in aan neerfoos noqdo, waxaa yaraata kurbada, marka aan ka dareemo xasilooni dadka halkan ku sugan waxa aan ku dhiiradaa in aan hadlo, waxaan ku dhiiradaa in aan xidhiidh la sameeyo.

Waxaa sidaa sheegey haweeney degen Gårdsten

Bra liv i Gårdsten!

Haddii la helo macluumaad sax ah waxaa la dareemaa xasilooni

Goob lagu shaheeyo isla markaana lagu barto luqada (Språkcafé) wey fiicantahay. Waxaa aad ku tabobaran kartaa luqada isla markaana waxaad ka heli kartaa dad kale oo aad la xidhiidho. Waxaa ay ku fiicantahay in lagu wada hadlo. Waxa ay ku fiicantahay in lagu tabobarto luqada af iswiidhishka. Aniga oo isla mar ahaantaana isticmaalaya luqadeyda afka hooyo. Waxaa yaraana go'doonka. Haween badan baa go'doonsan.

Goobtani waxa ay sidoo kale u fiicantahay hooyooyinka kaligood ah. Waxaa ay sidoo kale u fiicantahay waalidiinta ku jira fasaxa waalidnimada.

Waxaa uu qofku u baahanyahay macluumaad ku qoran luqadiisa afka hooyo si uu qofku u fahmo macluumaadkaas 100 %. Haddii kale waxa uu qofku fahmayaa qayb yar oo ka mid ah kaliya. Waxaa uu qofku u baahanyahay in uu fahmo macluumaadka meesha ku qoran oo dhan.

Waxaa ay u fiicantahay hooyooyinka kaligood ah

Waxaa u fududaaneysa in la fahmo nidaamka, bushada, daryeelka caafimaadka. Isku mid maha halkan iyo meeshii ay ka yimaadeen. Farqi weyn baa u dhaxeeya bulshooyinka.

Wax walba wuu ku cusubtahay; daryeelka caafimaadka, rugaha daryeelka caafimaadka, khasnada ceymiska qaranka (försäkringkassan). Dahmaan! Wey kala duwanyihiin bulshooyinku. Haddii qofku helo maclummad sax ah waxaa uu markaa qofku dareemayaa degenaansho.

Waxaa aan anigu heley warqada ay ku qorantahay maalint nadaafada. In aan si wadajir ah u nadiifin doono banaanka xaafada. Kuma aanan dhiiran in aan baxo. Ma qabo kalsooni igu filan. Waxaa aan u baahnaan lahaa in uu jiro qof aan ka garanayo meeshaa si aan u tago. Qof saaxiib ah ama dariska ah.

Waxaa sidaa sheegey haweeney degen Gårdsten

Bra liv i Gårdsten!

Xidhiidh shaqsi ahaaneed waxaa ay suuro galin kartaa in wax lagu dhiirado

Jid fiican oo loo gudbin karo macluumaadka waa ”irridaha/albaabada oo la garaaco” isla markaana la siiyo macluumaad af ah.

Goobaha lagu shaheeyo isla markaana lagu barto luqada (Språkcafé)/goobaha lagu kulmo waxaa ay ku fiicanyihii waayo waxaa la isku weydaarsadaa waayo aragnimada iyo aqoon ku saabsan bulshada ku dhaqan wadanka Iswiidhen.

Waxaa fiicnaan lahay in la marti qaaado shaqsiyaad bixin kara macluumaad ku saabsan bulshada ku dhaqan wadanka Iswiidhen iyo waliba macluumaad laga helo dadka kale.

Marka aan ka shaqeynayo Angered waxaan arkaa dadka degen meeshaas in ay inta badan yimaadaa koorsooyinka waxbarasho. Gabi ahaanba wey ka duwanyihiin kuwa degen xaafadan Gårdsten.

Dadka ku nool Gårdsten waxaa haboon in ay dareemaan in ay yihiin muhiim in ay ku dhiiradaan in ay yimaadaan.

Turjumaan ku hadla afka carabiga

Bra liv i Gårdsten!

Dadku waa waxa ugu fiican Gårdsten

Waxaa aan aaminsanahay in Gårdsten ay tahay meel fiican laakiin waxaa aan aaminsanahay in ay fiicnaan lahayd in ay jirto maalinta nadaafadu.

Wax dhib ahi ma jiro halkan. Wax walba waa heer sare! Waxa ugu fiican Gårdsten waa dadka degen meeshan.

Muddo dheer ayaan ku nooleyn halkan isla markaana waan ku qanacsanahay. Waxaa degen Gårdsten qiyaastii 20 qof oo dhagoolayaal ah. Kuwo badan oo ka mid ah ayaa kulma mar-mar.

Waxaa jira goobo badan oo aan ku kulano Angered. Ma aragno dhibaato guud oo wadajir ah oo ay qabaan kooxdani.

Waa heer sare meeshani!

Dhow qof oo dhagoolayaal ah

Bra liv i Gårdsten!

Qureec lagu hadlayo af iswiidhish sahalan (1). Goobo lagu kulmo oo cid kasta u furan.

9 haween ah ayaa bixin doona marti qaad qureec ah

Faasuuliyad iyo wax la socda (Foul med tillbehör).

Mawduucyada laga doodayo

Waa maxay sababta ay u fiicantahay in ay jiraan goobo lagu kulmo?

- Waxaa lagu hadli karaa af iswiidhish
- Guriga waxaa la dhaqaa dharka, waxbaa la nadiifiyaa, cuntada ayaa la kariyaa. Lagama gaadho in la tabobarto af iswiidhishka
- Waxaa lagula kulmi karaa dad kale

Laakiin kuma hadashiin miyaa af iswidhiishka marka aad joogtiin SFI-ga?

- Kuma hadalno af iswiidhish badan marka aan joogno iskuulada
- Haa, laakiin inta badan waa in wax la qoraa… iyo in la isticmaalo kombiyuuterka
- Wakhtiyda biririfta waxaan ku hadalaa af carabi.
- Waxaa jira halkan qof hubiniya in aan ku hadalo af iswiidhish. Waxaa kale oo halkan jira luqado badan oo kale sidaa awadeed luqada af iswiidhishka ayaa fiican in lagu hadlo

Bra liv i Gårdsten!

Qureec lagu hadlayo af iswiidhish sahalan (1). Goobo lagu kulmo oo cid kasta u furan.

Mawduucyada laga doodayo

Waa maxey sababta keentay in goobaha lagu kulmo ay aad u fiicnaadaan? Guryihiina kuma kulmi kartiin miyaa?

- Waxaa lagu bartaa shaqsiyaad cusub
- Waa lagu qosli karaa, sheekeysan karaa, la tagi karaa meel kale
- Waxaa laga fikiri karaa wax kale oo aan aheyn dhar dhiqid, masaxaad, cunto karin, dagaalka guriga.
- Haddii la joogo guriga oo kaliya waa la niyad jabaa, waa lagu xanuunsadaa/jiradaa.
- Haddii aad kaligaa tegto guriga. Waad xanuunsan/jiran doontaa. Waxaa fiican in aad wax kale kala hadasho/sheekeyso.
- Waxaan ku noolaan doonaa wadanka Iswiidhen. Waxaan u baahanahay in aan bulshada dhex galno. Goobaha lagu kulmo aad bey muhiim u yihiin si loo fahmo Iswiidhan iyo bulshada iswiidhishka. Wey fiicantahay in lagu hadlo luqada af iswiidhishka.

Ma jiraa wax gaar ah oo aad u maleyneyso in ay ku fiicanyahay goobtan lagu kulmo?

- Jimce kasta aad bey u xiiso badantahay.
- Helena (shaqaale) waa shaqsi naxariis badan mar walba. Waxaa la dareemaa soo dhaweyn.
- Waxaa la helaa maclumaad ku saabsan meelaha ay jiraan hawlaha firfircoonidu sida wadida baaskiilka, dabaasha.
- Waxaa la helaa macluumaad ku saabsan meesha la aadayo/tegayo haddii aad jirato/xanuunsato.
- Waxey ku fiicantahay waxaa lagu bartaa dhar tolida.
- Yoga waxaa ay u fiicanyahay jidhka. Waxaa la dareemaa raaxo. Waxaa la dareemaa farxad.
- Waxaa aan dareemaa degenaansho marka wax sawirayo. Dhamaan neerfoosnimadu/cabsidu wey iga guurtaa.

Bra liv i Gårdsten!

Habka isbedelka (Processen)

Waxaa aan bilowney bishii noofambar ee sannadkii hore in aan weydiino su’aalo furan iyo faaleyn, warqad kasta hal su’aal baa qornaa. Isku geyn waxaa ay noqdeen 23 xabo.

Hal tusaale oo ka mid ah baad halkan ku arkeysaan:

Waxaa kale oo jira liisto laga akhrisan karo dhamaan su’aalahaas iyo faalooyinkaas.

Bra liv i Gårdsten!

Habka isbedelka (Processen)

Isku geyn wixii markaas ka danbeeyey qiyaastii konton qof ayaa ka qayb galey 8 kulan oo kala duwan. Waxaa aan si wadajir ah uga doodney waxyaabaha muhiimka ah in aan hore u sii wadno shaqadooda si aan ugu helno NOLOL FIICAN GÅRDSTEN (BRA LIV I GÅRDSTEN). Waxaa sidoo kale kulamadaas ka qayb qaatey shaqsiyaad ka tirsan kooxo cilmi baadheyaala ah si loo fududeeyo hawsha.

Waxyaabahan baan ka sii shaqeyney:

- Goob lagu shaaho isla markaana lagu barto luqada (Språkcafé)
- Maalint nadaafada
- Macluumaad luqado kala duwan
- Goobha lagu kulmo

Dadka qorey waxyaabaha laga sheegey kulanda waxaa ay kala yihiin koox cilmi baadhayaal ah oo ka socda isbitaalka Angered iyo jaamacada Göteborg (Angereds Närsjukhus iyo Göteborgs universitet).

- Christina Berg,
- Jaamacada Göteborg (Göteborgs universitet)
- Heléne Bertéus Forslund, jaamacada Göteborg (Göteborgs universitet)
- Moa Hallmyr,
- Isbitaalka Angered (Angereds Närsjukhus)
- Cecilia Hedström, Isbitaalka Angered (Angereds Närsjukhus)
- Maria Magnusson, Isbitaalka Angered (Angereds Närsjukhus)
- Katharina Wretlind, jaamacad Göteborg (Göteborgs universitet)

Shaqsiyaadka lala xidhiihdayo:

Cecilia Hedström lambarka telefoonka 0705 25 50 92

Maria Magnusson lambarka telefoonka 0733 763 157

Bra liv i Gårdsten!

Ka yimid dooddi kooxda ee ku saabsaneyd xidhiidhka

Från gruppernas diskussioner om kommunikation

Macluumaadka iyo xidhiidhka ama is gaadhsiintu waxaa ay ku iman kartaa siyaabo kala duwan. Dadka qaarkii waxaa ay u baahanyihhin macluumaad shaqsiyadeed oo gaar ah. Waxaa loo baahanyahay in lagu garaaco guryahooda si loogu qanciyo in ay yimaadaan hawlaha firfircoonida ama ay helaan macluumaad af ah. Sababuhu waa ay kala duwanaan karaan, waxaa sal u ahaan kara dhaqan, kalinimo, luqada – ama caqabado xagga akhriska ah.

Marka labaad waa muhiim in macluumaad qoraal ah lagu soo rido boosta. Qaar badan oo ka mid ah kuma dhiiraadaan in ay furaan albaabka/irrida, sababta oo ah wey cabsanayaan, ama maadaama aysna in aysan luqada aqoonin. Waxaa sidoo kale suurogal ah in ay xanuunsanyihiin, yihiin waayeel iyo carruur kaligood guriga jooga kuwaas oo laga yaabo in aysan waxba fameynin. Waxaa markaa laga yabaa in qoyskaas uu lumiyey macluumaad muhiim ah haddii aan qoraal ahaan ku helin.

Dadka qaarkiis toos bey u tuuraan macluumaadka qoraalka ah maadaama aysan fahmi karin waxa ku qoran ama maba akhrin karaan waxa ku qoran. Waxaa sidaa aawadeed loo baahanyahay in uu macluumaadku ka koobnaado luqad badan iyo waliba in xitaa loo gudbiyo sawir ahaan

Waxaa loo baahanyahay in macluumaadka laga heli karo meelaha la maro iyo meelaha looga baahanyahay, tusaale ahaan qasaalada lagu dhaqo dharka iyo barxada banaanka

Kuma filno in macluumaadka la helo mar kaliya. Tusaale ahaan wey ku adagtahay in dadka oo dhan ay fahmaan isla markaana ay xasuustaan sida loo kala sooci karo qashinka, sida qasaaladu u shaqeyso qofka cusub ee soo guura haddii warbixinta arimahaas ku saabsan hal la wada siiyo. Waxaa intaas sii dheer haddii ay ku adagtahay luqadu ama ka aad ka timid meel ka dhaqan duwan halkan markaa wey ku sii adkaaneysaa. Waxaa kale oo dhici karta in aanu qofku hore guri sar/daar ah degin iyo in aanu waligiis qashinka ku rid maalaha loogu talogaley in qashinka lagu rido isla markaana aan haba yaraatee walgiis qashin kala soocin.

Qaar badan waxaa ay baahnaan laheeyeen in laga caawiyo xidhiidhka hay'adaha kale. Cida qofku la xidhiidhi karo iyo sida loola xidhiidho? Foomamka loo baahanyahay, maxaa ku qoran, sida loo buuxiyo foomamkaas. Sidee loo helo macluumaad sax ah?

Sheekooyinku waxaa ya tusaale ahaa ka makrkhaati ka yihiin hooyooyin kaligood ah oo guriga dib ugu soo laabtey iyaga oo ooyaya ka dib markii ay ku guul dareysteen isku dey ah in ay la sameeyaan xidhaadh hay'adaha dawlada. Hooyooyin la raacey bas iyo tareen carruuro badna oo ka kooban da, o kala duwaan ilaa senterka magaalad Göterbor si ay ula kulmaan hay'ada adeega bulshada laakiin ay heli waayeen meesha uu ku yaalo.

Ama tusaale ahaan in booqashadii ugu horeysey aad weydey mid ka mid ah saddexdii foom oo la buuxinayey iyo booqashadii labaad in hal saxeex uu ka maqanyahay mid ka mid ah foomamka kale.

Bra liv i Gårdsten!

Kulan wadahadal oo la xidhiidha baahida loo qabo turjubaan

Qofka 1-aad:

Saddex sanno ka hor ayuu arankani ka dhacdey Gårdsten. Gabadh yar ayaa waxaa ay tuurtey dhamaan macluumaadkii ka yimid dusiga waxbarashada. Si fiican ugama aysan shaqeyn hawlihii dugsiga. Wey ku xumey waxbarsda. Shaqaalah dusigu waxaa ay balan u qabteen hooyadii dhashey gabadha yar. Waxaa ay ku wargaliyeen gabadha yar hooyadeed in aysan gabadheedu ku gudbi waxbarshadii dugsiga.

Gabadheeda ayaa u turjumaysey waxaa ayna tidhi sidan: Gabadhaadu wey ku fiicantahay waxbarashada dugsiga! Hooyadii wey dhoola cadeysey. Waxaa ay shaqaalihii arkeen in aysan fahmin isla markaana waxaa ay u sharxeen in aaney gabadheedu shahaado heli doonin.

Gabadhii waxa waxey u sheegtey hooyadeed sidan: gabadhaadu waxa ay heshey buundo sare (shahaado fiican)! Hooyadii aad bey u sii dhoola cadeysey aad beyna u sii faraxdey.

Shaqaalihii waxaa ay markaa ka dib fahmeen in ay wax qaldanyihiin. Waxaa ay waceen xarunta dhexe ee turjubaanada.

Hooyadii wey ooydey oo oodey. Aad bey u niyad jabtey. Gabdheedu been bey u sheegtey: Loomo ogolaadu in carruurtu ay waalidkood u turjumaan!

Qofka 2-aad:

Wey adagtahay in la helo turjubaan!

Qofka 3-aad:

Waxaa taa ka fiican in hooyada toos looga waco guriga. Maaha in warqad loo diro….

Qofka 4-aad:

Laakiin xitaa haddi la waco ma aysan fahamteen…

Qofka 5-aad:

Waxaa fiicnaan lahayd haddii uu macalinku turjubaan u qabto.