ثاريَزراواني زانياري ثرؤذةي **تةندروستيت**

ئيَمة كيَين؟ و ضيمان ئةويَت بزانين؟

ئيَمة طروثيَكين لة زانكؤي بيليفيلد و شٌبيَبش طيَمونت. .طرووثةكةمان بةريَوةدةضيَت لةلايةن ثرؤفيسؤر د. ارنولد لو هاوس (بيليفيلد) و ثرؤفسيسؤر دكتؤر هايك ئيَشن بيك(شبيَبش طيَمنت). . بة يارمةتي ئيَوة ئةمانةويًت بزانين كة كة ثةنابةرة مندالَةكان لة ئةلَمانيا ضؤن هةست ئةكةن وة ضؤن حالَتي نفسيةتيان ئةطؤرِيَت.

ئةمانةويَت بزانين , ئةطةر فاكتةريَك هةية وةك كةسايةتي يان ئةوشتانةي كة بةسةرياندا هاتووة يان ئةو يارمةتيانةي كة ثيَيان دراوة , كة وا لة مندالَي ثةنابةر دةكات هيلاك بن يان تةندرووست بن. لةسةر ئةمانة ثرسيار دةكةين كة ئةتوانيت وة لأمان بةيت لةم لةريَطاي تابليَت. .ئةم ثرسايارانة بؤ ئةوةية كة بزانين ضؤن هةست دةكةيت و ض شتيَك هيلاكت دةكات.لةم ثرسيارانةدا ناوت دةرناكةويَت هةتا كةس نةزانيَت ض وةلأميَكت داوةتةوة..

ـيَبيني: لةبةشةداهاتوةكاندا زانياري سادةي تيَداية دةربارةي ثاراستني زانياريةكان ,كةئةمةش تايبةتة بةو مندالأنةي بةشداري تويَذينةوةكة دةكةن. ئةتوانيت زانياري ورد دةربارةي ثاراستني زانياريةكان لة ضاوثيَكةوتنةكةي دايكان و باوكان وةربطريت Documents

ئةم ثرسيارانة ضؤن دةبيَت؟

يةكةم جار داواي زانيارية تايبةتةكانت ليَدةكةين, وةك ناو و ناونيشانةكةت. ثاشان كؤديَك دادةنةين, كةتيَكةلَةية لة ذمارة و ثيت. لة ريَطةي ئةم كؤدةوة, ئةتوانين وة لأمي ثرسيارةكاني تؤ و دايك و باوكت (ئةو كةسةي بةخيَوت ئةكات) كة ئةيدةنةوة لةماوةي سالَيَك بؤ دوو سالَ تؤماري بكةين . دواي داناني كؤدةكة, ئةتوانيت وةلأمي ئةو ثرسيارانة بدةيتةوة بة شيَوةيةكي سةربة خؤ لة ريَطاي تابليَتةوة. زانياريةكانت هةلَ دةطيريَت بة ثاريَزراوي. زةرفيَكت ثيَدةدةين كة فؤرمي ثرسياري تيَداية بؤ دايك و باوكت ياخود بةخيَوكةرةكةت ثاشان ئةتوانيت بة خؤرايي بؤمان بنيَريتةوة لة ريَطاي ثؤستةوة. وةلأمةكانت هةلَدةطيريَت لةسةر كؤمثيوتةري زانكؤ كة وةلامت دابوونةوة لةريَطاي تابليَت. ثاشان وةلأمةكانت هةلَدةسةنطيَنريَت تةنها لةلايةن ئةنداماني ثرؤذةكةوة. لة داهاتوودا (دواي دووسالَ), ثةيوةنديت ثيَوة دةكةين و داوات ليَدةكةين وة لأمي هةنديَك ثرسيار بدةيتةوة جاريَكي تر.

كام لةم زانيارانة كة ئيَمة ثيَويستمانةو ضي ليَدةكةين؟

زانيارية تايبةتةكانت وةك ناو و ناونيشان, تةنها لة كاتي ثةيوةنديكرن بةكاريةت. ئةم زانياريانة ناريَت بةكةسي ديكة كة سةر بة ثرؤذةكة نةبيَت. ثيَويستيمان بة ناوةكةت دةبيَت تةنها لةكاتي سرينةوةي زانياريةكانت كاتيَك خؤت داواي بكةيت. ئةو كةسانةي كة وةلأمةكانت هةلَ ئةسةنطيَنيَت نازانيَت ناوت ضى ية . وة بة ثيَضةوانةوة ئةو كةسانةي كةناوت ئةزانن تةنها ثةيوةنديت ثيَوة ئةكةن و هةلَت ناسةنطيَنن. زانياريةكانت راستةوخؤ هةمووي دةسريَتةوة ثاش تةواو بووني تويَذينةوةكة.

لةطةلَ ثرسيارةكانماندا بؤ تؤيَذينةوةكة ئةمانةويَت بزانين, كة ضؤن مامةلَة لَةطةلَ ستريَسدا دةكةيت و ضؤن هةست بة تةندروستيت ئةكةيت لة هةنديَك كاتي دياريكراودا, وةك دايك و باوكت يان بةخيَوكةرةكةت ضؤن هةلَسوكةوت ئةكةن وة ضؤن خؤت و كةساني دةوروبةرت دةبينيت. هةنديَك ثرسيار ثةيوةندي بة ثيَشينةي ثةنابةري تايبةت بة خؤتةوة هةية, بؤ نموونة لةرووي هةلَسوكةوتي خراث لةطةلَتا, يان ضؤنيةتي خؤ طونجاندن لة ئةلَمانيا. لة وا ئةضيَت هةنديَك ثرسيار خؤش نةبيَت بؤت, وةك بةسةرهاتي ناخؤش يان ثرسيار دةربارةي ئاين و رةوشت. وةلأمةكانت بة شيَوةي تاك هةلَناسةنط ريَت بةلَكو لةطةلَ وةلأمةكاني ترداو وة لأمي مندالَةكان ثيَكةوة هةلَدةسةنط ريَت. ثةيوةندي نية بة زانيني كةسايةتي تؤوة, بةلَكو بؤ زانيني ضؤنيةتي ذياني مندالأني ثةنابةرة بة شيَوةيةكي طشتي. هةربؤية وةلأمةكانت هةلَدةطيريَت بة بيَ ناوةكةت يان زانيارية تايبةتةكاني ترت, وة هةلَسةنطاندني لة طةلَ وةلأمةكاني مندالَةكاني تردا. دواي تةواو بووني تويَذينةوةكة , هةنديَك لة زانياريةكان (بيَ ناو و بيَ زانيارية تايبةتةكاني ترت) ئةيريَت بة زاناي ديكة كة ئةيانةويَت هةلَسةنطاندني لايةنيَكي دياريكراو بكةن.

ضؤن بيسةلميَنين كة كةسيَكي نامؤ ناطات بة زانياريةكانت؟

زانيارية تابةتةكانت هةمووي هةلَدةطيريَت تةنها بةكارديَت بؤ ثةيوةنديكردن ثيَتةوة بؤ ثرسياري زياتر. لةكؤتايي تويَذينةوةكة, ئةم زانياريانة دةسريَتةوة. تةنها وة لاَمةكان هةلَدةطيريَت كة ثةيوةندي هةية بة ثرسيارةكاني تويَذينةوةكة و هةلَدةسةنطيَنريَت لة لايةن ئةنداماني تويَذينةوةكة. هةروةها, ئيَمة ثيَويستمان بةو كؤدةية كة دانراوة كة ئةتوانيت لة ريَطةيةوة داواي سرينةوةي هةموو زانياريةكانت بكةي كةي ويستت, لة ريَطاي ثيَداني ناوت و كؤدةكةت. بؤ ثاريَزطاريكردن لة زانيارية تايبةتيةكانت, ثاريَزراواني زانياري بةكاردةهيَنين. ثاريَزراوي زانياريةكان كةسانيَكن كة ثاريَزطاري لة زانياريةكانت دةكةن .ثاريَزراواني زانياريةكان هةلَسةنطاندن بؤ زانياريةكان ناكةن. بؤ سةلماندني زياتر كة وةلاَمةكانت ثةيوةندي نابيَت بة زانيارية تايبةتةكانت. هةموو ئةنداماني تويَذينةوةكة ئيمزا لةسةر راطةياندني شاراوةيي زانياريةكان دةكةن. بةم شيَوةية رِيَطةنادريَت ثيَمان كة باس لة ئيَوة و وةلاَمةكانتان يان ليَثرسينةوة بكةين. وةلاَمةكانت ثاريَزراو دةبن لة ريَطاي وشةي تيَثةرِبوون بؤ كؤمثيوتةري زانكؤ. زانيارية تايبةتةكانت هةلَ دةطيريَت لة دؤلاَبدا. دواي تةواو بووني تويَذينةوةكة, هةموو زانيارية تايبةتةكان و كؤدةكان دةسريَتةوة بؤ ئةوةي نةزانريَت كام زانيارية هي ض كةسيَكة.

ضؤن ئةتوانيت زانياريةكانت دياريبكةيت؟

داوات ليَدةكةين, كة زانياري راست و دروستمان ثيَ بدةيت..ئةطةر ناتوانيت ياناتةويَت وةلاَمي ثرسياريَك بدةيتةوة ئةوة وازي ليَبيَنةو بضؤرةسةر ثرسياريَكي ديكة.. ئةتوانيت ثةيوةنديمان ثيَوة بكةيت هةض كاتيَك ويستت, ئةتواني داوةي سرينةوةي هةموو زانياريةكانت بكةيت لة ريَطةي ثيَداني ناوةكةت ياخود كؤدةكةت. .لةم كاتةدا ثيَويستة ثةيوةندي بة ثاريَزراوي زانياريةكان بكةيت.(E-mail: sabine.peglow@uni-bielefeld.de, Telefon: 0521 106-6862)لةدواي ئةمةدا ثةيوةنديت ثيَوة ناكةين.لةدواي تةواو بووني تؤيَذينةوةكة, هةموو زانيارية تايبةتةكانت و كؤدةكةت ئةسرِينةوة, وة فايلي زانيارية نةناسراوةكان ئامادة ئةبيَت بؤ ئةنداماني تويَذينةوةي ديكة. ئيَمة دواي ئةوة نازانين ض زانياريةك تايبةتة بة ض كةسيَك, و ناتوانين زانياريةكانت جيابكةينةوة لة زانياريةكاني ديكة بؤية ناتوانريَت بسريَتةوة.

ضؤنيةتي ثةيوةندي
كردن بة ئيَمةوة:

ئةطةر ثرسياري ترت هةية دةربارةي ثرؤذةكة بة شيَوةيةكي طشتي, لةسةر ثرؤسةكةو تايبةتمةنديَتي, ئةوا ئةتوانيت ثةيوةنديمان ثيَوة بكةيت:

yourhealth-info@uni-bielefeld.de	(زانياري طستي و ثرسياركردن)
Prof. Dr. Arnold Lohaus زانكؤي بيليفيلد, بةشي دةرون ناسي Tel.: +49 521 106 – 4515 arnold.lohaus@uni-bielefeld.de	(بةرِيَوبةري ثرؤذة لة بيليفيلد)
Denise Kerkhoff (M.Sc.) زانكؤي بيليفيلد, بةشي دةرون ناسي Tel.: +49 521 106-4318 denise.kerkhoff@uni-bielefeld.de	(ليَثرسراوي بةريَوةبردني زانياريةكان لة بيليفيلد)
Sabine Peglow زانكؤي بيليفيلد, بةشي دةرون ناسي Tel.: +49 521 106 – 6862 Sabine.peglow@uni-bielefeld.de	(ثاريَزراواني زانياريةكان. ثرسيار دةربارةي سرينةوةي زانياريةكان)
Prof. Dr. Heike Eschenbeck زانكؤي فيَركاري شظيَبيش طموند بةشي دةرون ناسي ثةروةردةيي ودةرون ناسي تةندرروستي Tel.: +49 7171 983 – 408 Heike.eschenbeck@ph-gmuend.de	(بةريَوبةري ثرؤذة لة شظيَبيش طموند)