

## **Ardayda Gaarka ah ee Cedar Grove High ayaa ku Hormaray Sneaker Ball Gala Extravaganza**

Dugsiga Sare Cedar Grove waxay sameeyeen Isbuuc Carruurta Gaarka ah oo gaar dheeraad ah u ah kooxda ardayda gaar ah. Dugsiga wuxuu la kaashaday [Best Buddies, International](#) iyo *Sneaker Ball Gala Extravaganza* ee la kafaala qaaday Abriil 16 si u aruuriyo lacagaha barnaamijka.

Best Buddies ayaa ka caawiya ardayda curyaanimada garaadka qaba inay helaan madaxbanaani, isu doodis, xirfadaha xiriirka, iyo saaxiibtimo macno leh iyadoo la hubinayo shaqooyin guul ah oo ay dareemaan in laga qiimeeyo bulshada.

Marwo Tonya Bush, oo ah macalinka waxbarashada gaarka ah ee Cedar Grove High, ayaa ku kafaala qaada dugsiga cutubka Best Buddies. Waxay aragtay saameynta ugu fiican ee barnaamijkaan ee ardaydeeda iyadoo loo marayo hindisaha saaxiibtinimadaqof-ku-qof. Hindisahaan wuxuu dhisaa saaxiibtinimada u dhaxeysa shaqsiyaadka qaba iyo kuwa aan qabin curyaanimada garaadka iyo hormarka (IDD), iyadoo siinayo isdhexgalka bulshada oo xoojinayo tayada nololaha iyo heerka ka mid noqoshada dadka inta badan la gooniyeeyay oo laga saaray.

“Ardayda waxbarashadeena guud waxay ku qaataan waqti ay kaga baxaan maalintooda mashquulka dugsiga si ay aadaan fasalka lamaanhooda saaxiibtinimada si ay u soo salaaamaan iyo, mararka qaar, ay kula qaataan waqtigooda fasaxa qadada howlaha,” waxaa ytiri Gabar Bush. “Tusinta qof inaad daryeeleysid ay keento isbadelo badan oo kale duwan.”

Lacagaha laga helo Sneaker Ball waxaa loo isticmaalayaa in lagu bixiyo waxbarashada bulshada ku saleysan iyo howlaha ardayda. Charles Gerth ayaa la dheelay asxaabtiisa isku fasalka oo wuxuu u mahadceliyay macalinka, Gabar Bush, taasoo la diyaarinayo dhacdada.

“Aad ayaad u mahadsantihin dhammaan waxyaabaha wanaagsan iyo waxyaalaha fiican ee aad qabataan,” waxaa yiri Charles. “Waqti fiican ayaan ku qaadaneynaa, inaan raaxeysano nafsadeena. Waa maalin wanaagsan, maalin qurxoon.”

Gabar Bush waxay rajeyneysaa in Best Buddies ay ka caawinayaan ardayda naafada ah iyo kuwa aan naafada aheyn saaxiibtinimo waarta.

“Ardaydeena waqtigaan si fiican uma fahmaan in dhammaan ardayda isku mid yihiin, laakiin ay si ka duwan u bartaan,” ayay tiri. Ma qabto dhacdo bil walba, laakiin sidoo kale waxaan wax wabaraa xubnaheyga Best Buddy. Lataliye ahaan, waa muhiim in ardayda waxbarashada guud ay garanayaan waxa naafonimada garaadka loola jeedo.”

Wixii warbixin dheeraad ah oo ku saabsan Best Buddies, fiiri: [www.bestbuddies.org](http://www.bestbuddies.org)