



مجلة فصلية تصدر عن مديرية الأمن العام
مديرية الإعلام والشرطة المجتمعية
قسم التوجيه والتثقيف الوقائي / الدفاع المدني

مجلة الإطفائي الصغير



مركز دفاع مدني



شعار اليوم العالمي
للدفاع المدني لعام ٢٠٢٣ م
دور تكنولوجيا المعلومات
في تقييم المخاطر



الدفاع الهدي أمان

شعر: الأستاذ كمال حسن أحمد

الدفاع الهدي أمان
لا يتباطئ في الواجب
عزيمة وهمة قوية
الوقاية هي الغاية
والتطوع ما ننساه
علم وتدريب وقوة
والحوادث صغار كبار
رجل الدفاع الهدي
يواصل عمله ليل نهار
تكنولوجيا في الأعمال
أمن ودرك والدفاع
بظل الملك عبد الله
الأردن زاهر في عهده

من الخطأ ركل زمان
لهم إسعاف الإنسان
رد الخطأ ريا فنان
شعار لنا وترجهمان
ريف الجندي في الميدان
نمد بذكاء النيران
نتعامل معها باتقان
غالي علينا يا إخوان
منقذ مصعف للإنسان
أصبحت له عنوان
الهدي همة الأوطان
لحميه الرب الرحمن
نعيش بعزة وبأمان





61
أما
من العطاء والإنجاز

61
أما
من العطاء والإنجاز

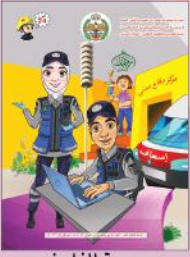
إنسانية ملك



حنان الأب... وقلب القائد الرحيم
غَمَرَ قُلُوبَنَا سَعَادَةً وَمَحَبَّةً

إعداد الرائد نور العبادي





صورة الغلاف

راشد الكباريتي

تصميم: ملازم ٢ عصام شوالهين

مجلة الإطفاء لائي الصغير



في هذا العدد

- ٢..... قصيدة
- ٣..... إنسانية ملك
- ٤..... الفهرس وأسرة المجلة
- ٥..... رؤيتنا
- ٦..... الإطفائي عمر والمسعفة سهر
- ٨..... فانوس رمضان
- ٩..... معركة الكرامة
- ١٠..... الوقاية من قهق الرأس + ميزان الحرارة
- ١١..... وثيقة دستور المنزل
- ١٢..... يوميات المسعفة رند
- ١٤..... Daily Meals in English
- ١٥..... Season of The Year
- ١٦..... عصافير الإطفائي
- ١٨..... أعمال شهر رمضان للأطفال + آداب الصيام
- ١٩..... عالقون في المصعد
- ٢٠..... الربيع
- ٢١..... الجهاز الهأاعي
- ٢٢..... بعض الإسعافات الأولية للأطفال
- ٢٣..... مهنة الحياطة
- ٢٤..... دهانك يقتلني
- ٢٦..... الحمضيات
- ٢٧..... البتراء
- ٢٨..... قصة صفوان والدفأة
- ٢٩..... طرائف العرب + إهزر معنا
- ٣٠..... صفات الصديق الحقيقي
- ٣١..... رمضان كريم ... فكر معنا

هيئة التحرير

رئيس التحرير

العقيد محمود صالح الشهاب

مدير التحرير

المقدم ايار نايف العمرو

سكرتير التحرير

الرائد ابراهيم فندي الكردي

الرائد نور علي العبادي

هيئة التحرير

الرائد سند هاتم المناصير

النقيب هلمية خالد العبادي

تدقيق لغوي

النقيب همزة سالم السردى

صف وطباعة

الملازم المهندس ميلاد عبدالله الطراونه

تصميم وطباعة وإخراج

مطبعة الأمن العام

مجلة فصلية تصدر عن مديرية الأمن العام

مديرية الإعلام والشرطة المجتمعية

قسم التوجيه والتثقيف الوقائي / الدفاع المدني

رقم الإيداع لدى المكتبة الوطنية ٤٧٥٠ / ٢٠١٢ د

مديرية الإعلام والشرطة المجتمعية

هاتف : 06/5799478 - فاكس : 196 / 693310



رؤيتنا أطفالنا الأحياء

أهباءنا قراء الإطفائي الصغير

- ★ نطل عليكم من جديد بهذا العدد الخاص لليوم العالمي للدفاع
- ★ الهدي والذي يصادف في الأول من آذار من كل عام إزجاء
- ★ شعار هذا العام بعنوان (دور تكنولوجيا المعلومات في تقييم
- ★ المخاطر) والذي يتحدث عن استخدام كل وسائل وتقنيات
- ★ الاتصالات والمعلومات الحديثة في جهاز الأمن العام من أجل
- ★ تقديم أفضل الخدمات للمواطنين بشكل أسرع وأسهل للتقليل
- ★ من المخاطر البشرية والمادية وتوفير الوقت والجهد والتكلفة.

أعزائنا الطلبة ...

- ★ اقترب شهر رمضان شهر العبادة والغفران، شهر الحبة
- ★ والتعاون والشعور بالفقر والحاجة. وأنتم أهباءنا بناة
- ★ المستقبل أعلننا وعلينا.

أعزائنا الطلبة ...

- ★ هذا شهر الصيام والقيام وكل العبادات الحبة للرحمن
- ★ نسأل الله لنا ولكم قبول الطاعات



وكل عام وأنت بألف خير



أسرة المجلة

سيناريو: محمد جهال
رسم: عمر طلال حسن

نداء من المسرح



بينما كانت الأم وابنتها يواصلان التمثيل، وفي دقائق قليلة كان أفراد الدفاع المدني يدخلون المسرح من الجانبين ومعهم خراطيم المياه استعدادًا لإطفاء الحريق

احذروا يا أبناي وابتعِدوا
سأَتصلُ بطوارئ الدفاع
المدني 911 يا أمي

أرجو من الجمهور الكريم أن يُصقّق لرجال الدفاع المدني كيف تسلّموا البلاغ؟ وكيف عرفوا موقعنا؟ بل كيف وصلوا إلينا بهذه السرعة؟

الأمُ هيّ يا عزيزتي، نحنُ نستخدم أحدث التجهيزات الإلكترونية ووسائل التواصل والاتصال وأجهزة "التابلت" وسواها

تلّقينا اتصالاً من هذا الموقع بُعيدَ نشوب حريق

نشكركم أولاً، ونعتذر بشدّة، فهي مسرحيّة بمناسبة اليوم العالمي للدفاع المدني

بل أنا من يعتذر، انقعلت في تمثيل دوري، وفتحت الموبايل أثناء الاتصال"

باسمكم جميعاً، وبمناسبة اليوم العالمي للدفاع المدني، نُقدّم باقة وردٍ وأجمل تحيةٍ لهؤلاء المشاهير على راحتنا وسلامتنا ونستأذنكم باستئناف عرض المسرحيّة

فانوس رمضان

إعداد: جمال عزات أحمرو

لشهر رمضان الفضيل نكهة خاصة في الأردن؛ حيث تتجلى المظاهر الاحتفالية في محافظات الهلكة مزينة منازلها وشوارعها ومحلاتها مضيئة أجواء البهجة والسرور في نفوس الصائمين.

وتركز المظاهر الاحتفالية في الهلكة بإضاءة واجهات المنازل بأشكال النجوم والفوانيس الصغيرة والأهلة، فيها تزهر المنازل من الداخل بديكورات وإكسسوارات خاصة، بالفوانيس الملونة والأهلة إلى جانب الإضاءة الخاصة لكنها جمالية رونق خاص إلى جانب الخيمة الرمضانية بتحف تنسجم مع خصوصية الشهر الفضيل توضع في زوايا المنزل. ومن الإضاءة المستخدمة في شهر رمضان الفانوس، وقد عرف الفانوس في صدر الإسلام في الإضاءة ليلا للذهاب إلى المساجد وزيارة الأصدقاء والأقارب. وقد عرف المصريون فانوس رمضان في الخامس من شهر رمضان عام ٣٥٨ هجرية وقد وافق هذا اليوم دخول العز لدين الله الفاطمي مدينة القاهرة قادما من الغرب؛ فاستقبله أهلها بالمشاعل والفوانيس وهتافات الترحيب.

وقد تحول الفانوس من وظيفته الأصلية في الإضاءة ليلا إلى وظيفة أخرى ترفيهية إبان الدولة الفاطمية؛ حيث راح الأطفال يطوفون الشوارع والأزقة حاملين الفوانيس، ويطلبون بالهدايا من أنواع الحلوى التي ابتدعها الفاطميون، كما صاحب هؤلاء بفوانيسهم المسكراتي ليلا؛ حتي أصبح الفانوس مرتبطا بشهر رمضان.

كل عام وأنتم بألف خير

أرقام من معركة الكرامة

إعداد: لين نشأت المعايطة

تحية الأردنيون ذكرى معركة الكرامة التي بدأت فجر ٢١ آذار مارس، عام ١٩٦٨ بين الجيش الأردني، وجيش الاحتلال الإسرائيلي، وانتصر فيها الأردن بعد قتال استمر ١٥ ساعة. هبت سطر نشامى الجيش العربي بدعائهم الزكية وأرواحهم النقية أروع ملحمة بطولية، وسجلوا بذلك أول نصر تاريخي على الجيش الإسرائيلي التغطرس، فحطوا أسطوره وأذلوا كبرياءه وغروره، ونقشت الكرامة الخالدة بطولات الجيش العربي على صفحات التاريخ الحرف، فعانت أجدادنا في مطين واليرموك وعين جالوت، وظل الجيش العربي عبر تاريخه المجيد الهمل في التضحية والبطولة، تفخر به الأمة وتباهى فاستحق منا التقدير والهابة، ومواقفه الكبيرة في الذود عن هياض الوطن وشرف الأمة.



معركة الكرامة بالأرقام :

• ٨٦ شهيد أردني. • ١٠٨ جريح أردني.
• تدبير ١٣ دبابة، و٣٩ آلية مختلفة للأردن، كما
تفيد إحصاءات للجيش العربي.

لكن في المقابل

• ٢٥٠ قتيل إسرائيلي. • ٤٥٠ جريح إسرائيلي.
• دمرت ٨٨ آلية مختلفة، شملت ٤٧ دبابة، و١٨ ناقلة
و٢٤ سيارة مسلحة، و١٩ سيارة شحن، وأسقطت
٧ طائرات مقاتلة.

ومعركة الكرامة سجل المجد وكتاب الخالدين سطر فلاهها البواسل الأبطال أنصع البطولات وأجمل الانتصارات على ترى الأردن الطهور، وظلت أرواح الشهداء ترفرف في فضاء الأردن، فوق سهوله وهضابه وغوره وهباله، وتسلم على الرباطين فوق ثراه الطهور، ويتفتح دهنون غور الكرامة على لجج دهم الزكي، وتسري في العروق رعشة الفرح بالنصر ونشوة الافتخار بهذا الجيش العربي الهاشي.

الوقاية من قمل الرأس



إعداد: الوكيل محمد العجلة

يكثر القمل في المدارس بين الطلبة وتنتقل العدوى فيها بينهم بسهولة، لذا عليكم إتباع بعض الإرشادات التالية :



١. عدم مشاركة مشط الرأس أو أغطية الرأس مع أحد.
٢. تجنب الأنشطة التي تتطلب ملاصقة الرأس .
٣. تجنب ربط الشعر سواء كان قصيراً أم طويلاً.
٤. تجنب تهشيط الشعر يومياً بهشطا ضيق الأسنان .
٥. استخدام مجفف الشعر بعد الاستحمام.
٦. أن تكون اليد نظيفة عند ملاصقة الشعر.

ميزان الحرارة



إعداد: الملازم خلدون العبادي

ميزان الحرارة ضروري في كل بيت .

* درجة حرارة الجسم الطبيعية هي : ٣٦.١ - ٣٧.٢

أماكن قياس درجات الحرارة ؟

• الفم لمدة ٣ دقائق.

• الأذن لمدة ٣ دقائق.

• تحت الإبط ٥ دقائق

وإضافة نصف درجة للقراءة.

• الشرج ٣ دقائق وتقليل نصف درجة للقراءة.



وثيقة دستور المنزل

إعداد: الطالب عاصم الناصير



*الانتهاء من الذاكرة ٨ مساء.

*عبر عن مشاعرك بكل أدب ووضوح.

*الجميع يتحمل مسؤولية المنزل.

*الاهتمام بالصحة والنظافة .

*لا سهر بعد الساعة العاشرة .

*حسن التعامل والأخلاق

الحسنة مع الجميع .

*أخدم نفسك بنفسك وعدم أمر

الآخرين إلا من قبل الوالدين .

*قراءة القرآن يومياً.

*الصلاة في وقتها.

*غرفتك مسؤوليتك.

*الأجهزة الذكية ساعة واحدة فقط يومياً.

*عدم رفع الصوت بالمنزل.

*القيام للوالدين وتقبيل الرأس .

*الإنصات لأي متحدث وعدم مقاطعة أحد.

*من فضلك وشكراً كلمتان ضرورتان .

*لا ضرب ولا شتم أحد.

*السلام في حال الدخول والخروج من المنزل .

يوميات الإسعفة رند الدفأة



٩١١..... أُرجوكم طفلي لا تستطيع
التنفس لقد أغلقت باب الغرفة
على الدفأة لمدة طويلة



لا أستطيع
التنفس جيداً





يجب تغيير المكان وإخراجها
إلى الهواء الطلق



يا جيهيلتي..
هل تسهينيني؟



بدأت تستعيد وعيها
والشعور بها حولها



سأقوم بتعويض
الأكسجين للطفلة



أشكرك مسعفتنا ...
لقد أصبحت أفضل
بكثير

الحمد لله
على السلامة
يا صغيرتي



أطفالي الأهباء عند استخدام الدفأة
يجب التهوية باستهارة بفتح الأبواب والنوافذ
بين الحين والآخر لتجديد هواء الغرفة
وتجنب حالات الاختناق ونقص الأكسجين

معا نحو بيئة آمنة وسليمة



Daily Meals in English

Sanad ALMajali

طعام: Food

وجبة : Meal

وليمة : Feast

مقبلات : Appetizer

الوجبة الرئيسية : The Main Course

حلوى : Dessert

what about the main Meals evry day?

وجبة الفطور: Breakfast

وجبة الغداء: Lunch

وجبة العشاء: Dinner

I Like delicious food

Season of The Year

jehad Krishan

There Are Four Season in The Year, What Are They ?

Spring

(March , April , May)



Summer

(June , July , August)



(September, October, November)

Autumn



(December, January, February)

Winter



عصافير الإطفائي الصغير



جود أحمد سمحان



جواد ويقيين ووسن الحويان



عبد الله فراس الطراونة



محمد وملاك وكرم وأمير صفوان طريف



رشا مالك الهدوي



روسيل ولينا أحمد كريشان



فرح محمود الدعابسة



لواء الدين بهاء الشرمان



سارة وسوار ومحمد سالم أبو رمان



العنود إبراهيم البياضة



تقى وصهيب وكنان الشبول



رعد أحمد الدعوسي



توجان محمد حمودة



حمزة حازم الخطاطبة



جاد أحمد الدلايح



كرم أحمد سمحان



حمد ولين أحمد حناحنه



يلدز محمود الدعوسي



مريم محمد الشبول



بيان ولييان معاذ قوقزه



محمد وآية حمزة جوده



أصيل وإيلين رامي سميرات



صائب محمد الشبول



نور رامي الدعجة



سليم سهيل المحاسنة



ريان محمد أبو سمعان



رفاه علي المومني



راشد هاني عطاري



امار حسين الطراونة



راشد محمد الزبيد



صوفيا محمد حمودة



عاهد محمد الطراونة



جوري علاء النوايسه



كرك محمد الطراونة



عامر علاء أبو لبده



محمد علاء أبو لبده



كنده محمد مريان



كرم محمد محاسنة



شهد قاسم قبيلان



سيف صلاح العلاوي



سوار وسلمي محمد رجب



ليان محمد حمودة



آدم محمد أبو سمعان



رهف هاني قبيلان



هاشم وعمر وجدي قطيش



شادن وزيد رويحي أبو فوده



مايا مريبع



إليان حلو السعود



ملاك وآدم احمد الشباطات



يولاند ولورين المواجدة



نسيم صالح الزبيد



إليان عزة الخريش



لجين قاسم قبيلان



لارين حسين الطراونة



بهيه سهيل المحاسنة



إيلاف فؤاد الزغيلات



أصيل معاوية أبو هزيم



أحمد وآدم محمد



أيول ضياء المومني



أشرف وأحمد نادر



صفوان محمد حمودة



ماسا عباد الطراونة



محمد حكمت خطاطبة



محمد معاذ العطيات



مسك أحمد العبابنه



معتز محمد الشرع



حسن علي المومني



تاج محمد الزبيد



عائشة وسلمي فراس الطراونة



أوس عباد الطراونة



المعتصم بالله حسين الطراونة



بيلسان محمد حمودة

إعداد: فرح أسامة أبو نجم



آداب الصيام

- أفضل الأدب ما كان مع الله - سبحانه وتعالى - ومن تلك الآداب الواجبة أو المستحبة ما يأتي:
- تأدية الصائم لجميع العبادات الواجبة قولاً وفِعْلاً وعلى رأسها أداء الصلوات المفروضة على وقتها، فصلاهما صلاح الأعمال القولية والفعلية كافة.
- الامتناع عن الغيبة والنميمة والشتم والسب والخوض في أعراض الناس والاستهزاء والسخرية.
- غُضُّ البصر عن رؤية أو مشاهدة المحرمات.
- تعجيل الفطر وتأخير السحور.
- تعويد الطفل على الإكثار من الدعاء والاستغفار والذكر وقراءة القرآن الكريم وأداء الصلاة النافلة.

أعمال شهر رمضان للأطفال

إعداد: كرمه أبو السمين

- على الأم والأب تعويد الطفل على الصيام.
- أداء الصلوات الخمس على وقتها.
- قراءة القرآن الكريم؛ وهنا يمكن للأم أن تخصص وقت معين تشارك أطفالها القراءة أو تجعلها بعد كل صلاة.
- تعويد الطفل على الإكثار من الدعاء والاستغفار.
- قضاء وقت للتلوين (بطاقات تعليمية) تشتمل على تعاليم وآداب شهر رمضان ويلونها الطفل كوسيلة للفائدة والترفية.
- تشجيع الطفل على قراءة قصص القرآن الكريم والسيرة النبوية والجلوس مع الطفل وتبادل الحديث عن مقدار الاستفادة من القصة.
- تخصيص وقت للمساعدة في الأعمال المنزلية وإعداد مائدة الإفطار والسحور مع الأم.
- المشاركة في زينة المنزل الخاصة بشهر رمضان المبارك.
- زيارة الأهل والأقارب لتعزيز صلة صلة الرحم.
- مساعدة الفقراء والمحتاجين وتقديم الصدقة بمشاركة الطفل.



عالقون في المصعد

إعداد: مايا مريع / مركز زها الثقافي / فريق زها الإذاعي

ذات يوم كنت جالسة في المنزل، وفجأة سمعت صوت صراخ عالٍ، فخرجت مسرعة لأرى ما سبب هذا الصوت، فإذا هناك أناس عالقين في المصعد، ورأيت أناساً متجمعين يحاولون فتح باب المصعد، فلم يستطيعوا.

بسرعة اتصلت على الدفاع المدني، وهاولنا تهدئة الأشخاص العالقين في المصعد لحين وصول الدفاع المدني، في دقائق معدودة وصل رجال الدفاع المدني، وأنزلوا المعدات اللازمة لفتح باب المصعد، وهاولوا إنزال المصعد العطل إلى الطابق الأدنى، وعملوا على فتح أبوابه وإخراج الأشخاص بأمان وصحة جيدة، ودون إصابات. وعندما خرج العالقون من المصعد، ذهبت بسرعة وأحضرت لهم زجاجات من الماء، وبعد ذلك نقلهم الدفاع المدني إلى مكان بعيد عن تجهيز الناس، وقدم لهم الإسعافات اللازمة، وأخذهم الدفاع المدني إلى أقرب مستشفى لفحصهم والتأكد من سلامتهم.





بينما كان وسام في حصة العلوم، سأل المعلم عن فصل الربيع، فأجاب وسام: الربيع يأتي بعد الشتاء، ويكون مافلاً بالغمارات، وتخرج فيه الحشرات والحيوانات إلى النور؛ لأنها اختبأت طوال فصل الشتاء. وتنبو الزهور والنباتات؛ لأنها تكون قد ارتوت من مياه الأمطار. وعند حلول الشمس المشرقة تتفتح الأزهار بأفهل الألوان وتنتشر العصافير المغردة.

المعلم: أمسنت يا وسام، وأنت يا فهد؟

فهد: لقد سعت الطيور تتحدث مع بعضها عن فصل الربيع وجمالها الفتان، فالجميع فرح الإنسان والطيور والحيوانات، وخاصة الغراب الذي يظل واقفاً على شجرة هدي يستمتع بالشمس المشرقة، ويرفر بجناحيه عالياً.

المعلم: ما أدراك؟ قد يكون السيد غراب يغني للربيع، أو يكتب قصة جميلة ليقراها للناس في الصباح الباكر.

طارف: والأطفال يفرمون وينطلقون لقطف الأزهار الملونة، ويركضون في البروج الخضراء، ويستمتعون بضوء الشمس بعد أن مجزهم برد الشتاء.

المعلم: نعم يا طارف فالربيع نعمة من الله... والآن سنتكلم عن عادات جميلة تفعلونها في الربيع.

وسام: أنا يا معلمي، عند حلول كل ربيع أخرج أنا وعائلي في نزوات كثيرة، أجلس أنا وأختي نرسم الربيع وجمالها الخلاب، ونرسم قوس الطير الذي يطل علينا بعد أن تنعم الغيوم بقليل من الندى مع وجود أشعة شمس خفيفة.

المعلم: أمسنت يا وسام وصفك رائع.

طارف: ولكن يا معلمي هناك من لا يفرح بالربيع، إنهم الأطفال الذين يعيشون تحت قصف المدافع، والاحتلال!!

المعلم: نعم يا طارف، إنها نقطة مهمة، إنهم أطفال الحرب الذين لا يحظون بالسعادة الكاملة.

فهد: إبن عبي يعيش ظروف الحرب، ومع هذا عندما أحدث معه يقول لي أنه يستمتع بالربيع ففيه تشرق الشمس بعد أن أمفرتها غيوم الشتاء. والربيع بالنسبة إليه أفهل الفصول لأنه يرمز للأمل والسعي نحو الأفضل، وعدم اليأس، فالفرج قريب بإذن الله، ولا بد من أن يعم السلام يوماً

ما.

المعلم: فهد يا فهد، لقد أفدتنا كثيراً... والآن أطفال الأمباء ارفعوا أيديكم إلى السماء، وادعوا الله أن يعيش كل الأطفال بسلام. وغنى الأطفال للسلام وللربيع

الجهاز المناعي

إعداد : حيار القادري



الجهاز المناعي هو النظام الدفاعي في جسم الإنسان والذي يساعد على الوقاية من الأمراض والعدوى التي تسببها الكائنات الدقيقة، كما يتولى مسؤولية الدفاع عن الجسم.

كيفية المحافظة على الجهاز المناعي

أولاً : تناول الغذاء المتكامل: الذي يتضمن الأغذية المتوازنة والمهمة لصحة الجسم، مثل:

١. البروكلي: يعد من الخضراوات ذات القيمة الغذائية العالية والسعرات الحرارية قليلة وغنياً بفيتامين «ج»، ويحتوي كذلك على مضادات الأكسدة.

٢. الفلفل الرومي بألوانه الأحمر والأخضر والأصفر والذي يعتبر من أغنى المصادر بفيتامين «ج»، والذي يعد منشطاً طبيعياً للجهاز المناعي.

٣. السبانخ: تحتوي على كمية كبيرة من الماء والألياف ويحتوي على الفيتامينات ويساهم كذلك في تجديد الخلايا وبالتالي يقلل من نسبة الإصابة بالأمراض.

٤. البطاطا الحلوة: تساعد على الاسترخاء وعلاج الأرق وتحسين التعلم والتقليل من الالتهابات المزمنة بها تحتويه من عناصر غذائية مفيدة.

٥. البرتقال :يقوي عمل وكفاءة جهاز المناعة نظراً

لاحتوائه على نسبة عالية من فيتامين «ج».

٦. الثوم: يعتبر قاتلاً للفيروسات.

٧. الكيوي :يحتوي على مجموعة كبيرة من الفيتامينات والمعادن المهمة كذلك تحتوي على الكثير من مضادات الأكسدة. ومصدر جيد للألياف.

٨. الكركم : نظراً لوجود مضادات الأكسدة بالمادة الرئيسية وهي «الكركمين» والتي بدورها مقاومة للالتهابات.

ومن الجدير بالذكر أهمية ممارسة الرياضة بانتظام؛ والتي بدورها تنشط الدورة الدموية وجهاز المناعة بالجسم كذلك الحرص على نيل قسط كافٍ من النوم والحفاظ على وزن صحي للجسم.



قبل أن يصل الطبيب... بعض الإسعافات الأولية للأطفال يجب أن يتعلمها الوالدان

إعداد : هوري علاء النوايسة / مدرسة الهزار الأساسية

✓ الكدمات

الكدمات الباردة هي الحل السريع والأكثر فاعلية مع الكدمات لتقليل التورم.

✓ الجروح والخدوش

إذا كان هناك نزيف بسيط، يمكنك الضغط برفق على الجرح لوقف النزيف، بعد ذلك، اغسل يديك واغسل الجرح بالماء والصابون إذا كان متسخاً، ثم ضع مرهم مضاد حيوي، ثم ضع ضمادة على المنطقة.

✓ نزيف الأنف

إذا كان طفلك يعاني من نزيف أنفي مفاجئ ولكنه يبدو على ما يرام، فلا داعي للقلق. اجعل رأسه يميل للأمام قليلاً، واضغط برفق على منطقة الأنف عن طريق الضغط بالإبهام والسبابة معاً. إذا لم يتوقف النزيف بعد 5-10 دقائق أو إذا كان النزيف غزيراً، اتصل بالإسعاف مباشرة.

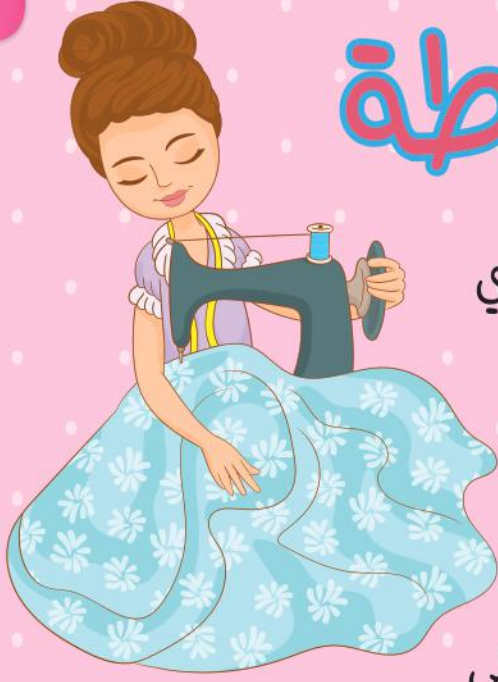
✓ الحروق

أول شيء عليك القيام به إذا تعرض طفلك للحروق هو إبعاد سبب الإصابة. يمكنك صب الماء البارد على الحرق لتسكين الألم، لكن لا ينصح بوضع الثلج أو أي مواد أخرى. تتطلب الحروق الصكوبة بيتور وهروق عميقة أو كبيرة جداً رعاية طبية، لذلك عليك نقل الطفل إلى المستشفى إذا كان الحرق عميقاً.



مهنة الخياطة

إعداد: بليس سهير الكردي



الخياطة من المهن القديمة الموهودة في المجتمعات والتي تتطلب موهبة ومهارة عالية. وعلى

الرغم من التطور التقني بسبب التكنولوجيا الحديثة إلا أن هذه المهنة لم تندثر ولم تفقد قيمتها بل على العكس ازداد الاهتمام بها لأنها تعد رمزاً للأناقة الدائمة للأشخاص.

إن تحويل القماش إلى أشكال متعددة ومتنوعة من التصاميم وصنع مختلف الأزياء وبطرق مبتكرة تتطلب مستوى عالٍ من المهارة والخبرة.

الخياطة تتم باستخدام الآلات المخصصة وأدوات الخياطة اليدوية مثل الإبر وشريط القياس والمقص ومسطرة القياس واكسسوارات الملابس وغيرها.

إعداد: دينا بدر علاء الدين

دخانك يقتلني

ذهب ناصر لزيارة صديقه فيصل، فذهب به أجهل ترهيب، وأجلسه في غرفة الضيوف، أطل ناصر من النافذة، فرأى حديقة جميلة، فطلب أن يجلس فيها، قدمت أم فيصل العصير البارد، فشكرها ناصر قائلاً: كم هي رائعة هديقتك يا خالة! إنها تزدان بالورود، وتنعم بالأشجار المثمرة، وحسبها نسيها العليل وهوؤها النقي!

الحالة فرحة: إن الطبيعة الجميلة النقية من أجهل نعم الله عز وجل علينا. أثناء ذلك اقتربت مركبة كبيرة يتصاعد من محركها دخان أسود، وتوقفت أمام سور الحديقة. ناصر وهو يسعل بشدة: ما هذه الأجرة السامة التي تتصاعد من محرك المركبة! فيصل: أكاد أختنق، لقد عكر صفو المكان، سألح الله! ثم توجه إلى الشارع، وحاطب السائق قائلاً: ما هذه الفوضى؟ وما هذا التلوث الذي أفسدت به المكان؟ السائق: فوضى، وتلوث!

ناصر: إن التلوث الذي أهدتته حولنا ما هو إلا فوضى، إننا نكاد أن نخنق! فيصل: قبل جيتك كنا ننعم بالهواء النقي، أما الآن فانظر إلى هالنا كيف انقلب رأساً على عقب! السائق: وماذا عساني أفعل؟



ناصر: ألا تعرف أن للركبات الكبيرة مواقف خاصة، ويمنع قيادتها في الأحياء السكنية؛ لا تنفته من
سهوم تسبب أمراض الجهاز التنفسي للإنسان؟!
فيصل: وتؤذي الأشجار وتسلبها نضارتها.
السائق: أنا آسف.

ناصر: كان لزاماً عليك أن تتفقد مركبتك، وأن تعرضها على الميكانيكي كلها لزم الأمر.
فيصل: إن هذا الدخان الذي يخرج منها وحش مفترس يلتهم جهال البيئة.
ناصر: إن هذه الأتربة السامة تدخل إلى الرئتين عن طريق التنفس فتسبب أمراض القلب والربو
وهساسية الجيوب الأنفية، وتؤدي إلى صعوبة التنفس.
فيصل: إن دخانك يقتلنا، ويسبب العديد من الأمراض.
ناصر: وليس هذا فحسب، بل إنه يؤثر على طبقة الأوزون التي تعزل على هاية كوكب الأرض من أشعة
الشمس.

السائق: عذراً، سأركن المركبة في المكان المخصص لها، وغداً إن شاء الله سأعرضها على الميكانيكي.
فيصل: وبذلك تنال رضا الله ومحبة رسوله لأنك ابتعدت عن أذى الناس والحيوانات وحتى النباتات...
هيا يا ناصر لنشرب العصير.

ناصر: أشعر بالاختناق، ما رأيك لو ذهبنا إلى مكان آخر؟
فيصل: حسناً، أمي ناويليني قهصي الأبيض، إذا سهكت.
الأم: لقد غسلته اليوم، لا بد وأنه قد جف... يا الهي لقد كان القهيص ناصع البياض! انظر كيف أصبح قاتماً
ومعتماً، ولحُتاج إلى غسيل مرة أخرى!... حتى القهيص لم يسلم من التلوث!
فيصل: سأرتدي قهيصاً غيره.

وقبل أن يغادرا حضر والد فيصل، فدعا ناصر إلى طعام العشاء وقال: تفضل لقد أحضرت السهك اللذيذ
الطازج، لقد اصطاده أصدقائي من نهر عذب صاف لم يعكر ماءه التلوث.
فيصل: سأطلب أولاً الإذن من والدي، وإن سمح لي فسأحضر.
وقبل أن يغادرا، وضع ناصر منديلاً كان بيده داخل حاوية صغيرة علقت على أحد هرات الحديقة، مكتوب
عليها: حافظاً على نظافة الحديقة.

الحمضيات

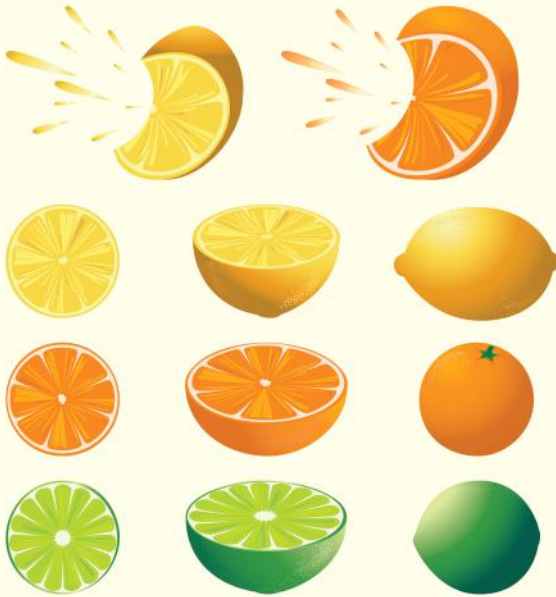
إعداد: الازم محمد الجبور

تعد الحمضيات من الفاكهة الشهية والتي يقبل على تناولها الأشخاص بكثرة نظراً لفوائدها العديدة. إذ يتراوح مذاقها بين الحموضة والحلاوة وأحياناً الحرارة.

فلنتعرف فيما يأتي على بعض أنواع الحمضيات وأهم فوائدها الصحية والجمالية.

✓ أهم أنواع الحمضيات:

البرتقال، اليندرين، الترنج أو الأترج، البرتقال الياباني، الجريب فروت، الليمون الأصفر، والليمون الأخضر، البوملي، الكليهنوتين، اليوسفي.



✓ فوائد الحمضيات:

١. ترطيب البشرة.
٢. تقوية جهاز المناعة.
٣. المحافظة على صحة الجهاز الهضمي.
٤. تساعد على فقدان الوزن.
٥. تبطئ تلف خلايا الجسم.
٦. خفض مستويات التوتر.

البتراء

إعداد الطالب: أوس حسام الشوابكة
مدرسة كنز المعرفة

تقع مدينة البتراء الأثرية في الصكراء الجنوبية للأردن على بعد ٢٦٤ كيلو متراً جنوب عمان وقد بناها العرب الأنباط.

ولجمع المؤرخون أن العرب الأنباط قاموا بنحت البتراء من الصخور بطريقة مبدعة قبل ألفي عام ووصفوها بأعرق الحضارات العربية القديمة. واللافت أن موقع البتراء ظل مجهولاً طيلة الفترة العثمانية حتى أعاد اكتشافه سويسري يوهان لودفيغ بركهارت.

وفي العصر الحديث أصبحت البتراء من أبرز معالم الأردن السياحية والأثرية حيث أدرجتها اليونسكو على لائحة التراث العالمي عام ١٩٨٥م. وتوجت عام ٢٠٠٧م واحدة من عجائب الدنيا السبعة الجديدة.

ومن أبرز المعالم الأثرية في البتراء

الحزنة والسيف والسد الذي بني مكان العهد القديم الذي بني مكان السد القديم الذي أقامه الأنباط لحماية المدينة من الفيضانات في فصل الشتاء وقبر المسلات ومدفن الحرير والمسرح الذي يعود تاريخ بنائه إلى القرن الأول للميلاد وهو منحت في الصخر باستثناء الجزء الأمامي وشارع الواجهات وقبر القيصر والكنائس ومعبد الأسود وجميع الأبنية وغيرها من المعالم.

قصة صفوان والدفأة

إعداد: بيلسان محمد هوده

في يوم من الأيام كانت عائلة صفوان جُمُعة يتابعون التلفاز.
رأى صفوان الدفأة وبدأ يعبت بها رآته الأم وصرخت عليه قائلة : لا تعبت
بالدفأة !

فنظر صفوان إلى أمه متعجباً جداً وقال : لآذا يا أمي؟
قالت الأم : أنها فطرة جداً

قال صفوان : وما هي أظطار الدفأة يا أمي؟
قالت الأم : هكن أن تسبب الدفأة الحرائق والاهتناقات وتحدث رائحة
كريهة.

قال صفوان : وكيف نتجنب هذه المخاطر؟
قالت الأم عدم العبت بها وعدم تركها في حالة التشغيل من دون وجود
لأهد بجانبها. ولجب أن لا تكون لوهدك عند الدفأة لأنك ما زلت طفلاً.
قال صفوان : شكراً لتنبهي يا أمي ولن أعبت بالدفأة مرة أخرى .





.. جاءت جارية أشعب بدينار وقالت لهذه وديعة فجاءت
بعد أيام وقالت : ناولني الدينار؟ فقال ارفعي الفراش
وخذني ولده وكان قد ترك إلى جانبه درهماً.. فتركت
الدينار وأخذت الدرهم. وعادت بعد أيام
ووجهت أشعب يبكي فقالت ما يبكيك؟ قال:
مات دينارك!

قالت يا كاذب كيف يموت؟! قال: صدقتي أنه يلد ولم
تصدقني أنه يموت!!

التراث الأدبي العربي فحنا نصدق ما نريد ان نراه

إعداد: الطالب محمد خالد علوان



- أين يوجد البكر الذي لا يوجد به ماء؟
- ماهي الشجرة التي ليس لها ظل وليس لها ثمار؟
- تراه في الليل ثلاث مرات وفي النهار مرة واحدة؟
- من هو الذي مات ولم يولد؟



إعداد: الطالبة لجين مؤيد عربيات



الإجابات:

١. الخريطة

٢. شجرة العائلة

٣. حرف اللام

٤. سيدنا آدم

صفات الصديق الحقيقي

١. قبوله لك كما أنت

٢. أن يكن لك مشاعر صادقة ملؤها المحبة والنية الحسنة

٣. تقديم التشجيع والتكفيز والدعم

٤. حافظاً لأسرارك

٥. أن يتجنب فعل ما يزعجك

٦. النصيح الدائم لا فيه خير لك

٧. أن يفرح لك عند وصولك لإيجاز ما

٨. الاعتذار عند الخطأ

إعداد الشرطي: إبراهيم شويطر

ما اسم صديقك الذي
يملك تلك الصفات؟

رُضَاكَ كَرِيمٌ

فكر معنا...



إعداد : الطالبة جنى رامي أحمد عبيدات

٦. من أول من سهى القرآن بالصحف ؟

ج .أبو بكر الصديق رضي الله عنه.

٧. من أول من تهنى الهوت ؟

ج .نبي الله يوسف عليه السلام

٨. ما أول صلاة صلاها الرسول صلى

الله عليه وسلم ؟

ج . صلاة الظهر.

٩. ما هي أول سورة في الجزء الثامن

والعشرين من القرآن ؟

ج .سورة المجادلة .

١٠. من أول الناس لحاقا برسول الله بعد

وفاته من أهله ؟

ج .ابنته فاطمة رضي الله عنها .

١. من أول من جهع الناس على صلاة

التراويح ؟

ج .الصحابي الجليل عمر بن الخطاب رضي

الله عنه.

٢. ما أول سورة نزلت في مكة المكرمة ؟

ج .سورة العلق.

٣. من أول من صام ؟

ج .سيدنا آدم عليه السلام .

٤. ما هو الشيء الذي خلقه الله ونكره ؟

ج .صوت الحمار «أعزكم الله».

٥. من أول من كتب «بسم الله الرحمن

الرحيم» ؟

ج .نبي الله سليمان وذكر في سورة النمل.

اليوم العالمي للدفاع المدني



دور تكنولوجيا المعلومات
في تقييم المخاطر



نحبكم .. وبخدمتكم

نذكروا رقم الطوارئ الموحد (911)
إذا دعت الحاجة لذلك