

www.14october.com

مؤسسة الفجر الخيرية تختتم أنشطة

وفعاليات الأيتام بالمهرجان الثاني لليتيم



برعايـة كريمـة مـن محافـط محافظـة حضر موت خالد سعيد الديني ، وللعام الثاني على التوالي تختتم مؤسسة الفجر الخيرية بحضّرموّت أنشطة وفعاليات الأيتام لصيف هذا العام بالمهرجان الثاني لليتيم الاسبوع الماضي بقاعة جامعة حضرموت للمؤتمرات والمعارض بالمكلا.

وتأتى هذه الاحتفالية عقب مجموعة

الترفيهية والرياضية الصيفية المقامة بدار الفجر لرعاية وتأهيل الأيتام بالمكلا وقــد أفــاد الأخ عبــد الله بن عمــر البيتي رئيس اللجنة الأشرافية على المهرجان بأنَّ الهدف الرئيس من المهرجان هو تعريف

والاهتمام بها وبذل مزيد من العناية لها

كبيرة مـن الفعاليات والأنشـطة التعليمية والتدريبية التأهيلية بالإضافة إلى الأنشطة

المجتمع بهذه الشريحة للتفاعل أكثر معها

وللتعريف بدار الفجر لرعاية وتأهيل الأيتام بالمــكلا وما تقوم به مــن خدمة ٍ جليلة ف*ي* الرعايــة والتأهيل والإيواء إيذانــاً ببدء عام درِاســي جديد بالــدار العام القادم إن شــاءً

الجدير بالذكر أن دار الفجر لتأهيل الأيتام تابعــة لمؤسســة الفجــر الخيرية بإشــراف مباشر من مكتب وزارة الشئون الاجتماعية والعمل بالمحافظة .





وصيام

يحتفل المسلمون في كل عام بشهر جليل هو شهر رمضان المبارك أعاده

والأطفال الذين يصومون شـهر رمضـان، يكون نموهم النفسـي والبدني أفضل بكثير من غيرهم، وهم أكثر قدرة على تحمل المسئولية وتعد العاشرة أنسـب سـن لصيام الطفل، فالطفل يمكنه الصيام عند هذه السن ولن يشعر بـأي متاعـب صحية، وننبه هنا إلـى خطورة صيام الطفل عند السـابعة أو ما قبلها؛ لأنه عند هذه السن سيكون في أمس الحاجة إلى المواد الغذائية وبنسب معينة تلاحق نمو جسمه السريع وتحميم من الأمراض التي قد

الطريقة الأولى: تعتمد على تأخير تناول الطفل لوجبة إفطاره العادية، فبدلا

ثانيـا: يراعى التدرج في صيام الطفل فكلما تدرج الطفل في عدد سـاعات

ثالثــا: يجب ألا تخاف الأم علـى طفلها من الصيام بدعوى أنه ما زال صغيرا؛ لأنها سـوف تفاجأ بطفلها مقبلا على الصيام بحماسـة شديدة تشبها بوالديه وإخوته الكبار، ولما يحويه الشـهر الكريم من عـادات وتقاليد محببة وبخاصة اجتماع العائلة حول مائدة الإفطار والسحور، ناهيك عن التقاليد الشعبية التي

السعرات الحرارية اللازمة له، وينصح باحتواء وجبة الإفطار على البروتينات

عليه وسـلم-الذي قال: «لا تزال أمتي بخير ما أخروا السحور وعجلوا الفطور»

لدعم تنفيذ الاتفاقية على نحو فعال وتشجيع التعاون الدولي في الميدان

3. يجوز سحب التحفظات في أي وقت بتوجيه إشعار بهذا المعنى إلى الأمين العام للأمم المتحدة، الذي يقوم عندئذ بإبلاغ جميع الدول به. ويصبح هذا الإشعار نافذ المفعول اعتبارا من تاريخ تلقيه من قبل الأمين



أو مرضـه وعـدم تحمله الصيام، فيجب عليها أن تسـارع بإفطـاره، ويذكر أن هناك بعض الأمراض تمنع الطفل من الصيام، وخاصة أمراض الكلى لاحتياج الطفل الدائم للسـوائل، وَكذلك أمراض السـكري والسـل، والأنيميا، وقرحة المعدة وغيرها من الأمراض التي يشير اليها الطّبيّبُ المختّصُ.

يتميز بها شهر رمضان في كل بلد من بلادنا الإسلامية. رابعا: يجب أن نعجل بوجبة الإفطار بتناول بعض الرطب أو التمر أو عصير الفاكهة ، أو الماء المحلى بكميات قليلة وبتمهل اقتداء بالنبي -صلى الله عليه

والأرز والمكرونة) وقليل جدا من الدهون.

ويجب أن تكون دسمة ومشبعة، وأن تحتوي على البروتينات والسكريات

للطفل احتياجاته، وهي غذاء كامل وتغطى فترة كبيرة من فترات الصيام.

في السحور ُ حتى لا تسبب العطشُ للطفل في اليوم التالي. تامنــا: يجب الحد من المجهود البدني الــذي يبذله الطفل في فترة الصيام أما المجهود الذهني فمسموح به؛ ولذلك فالاستذكار غير مجهد، ويمكن لأطفالنا المذاكرة والتحصيل خاصة وقت ما قبل الإفطار.

صباح الخير



رمضان



الله عز وجل علينا وعلى الأمة الإسلامية باليمن والبركات . رمضان أحبائي أولياء الأمور هو أنسب الشهور لتدريب أبنائكم على قهر حِاجات الجسـد بالإضافة إلى زيادة قدرتهم على تحمل المسـئولية،حيث ثبت أن شهر رمضان هو أنسب الأوقات لتدريب الأطفال على أداء التكاليف الدينية

من تناولها في السـابعة صباحـا كما هي العادة، نؤخرها إلى السـاعة الثانية عشرة ظهرا، ثم يصوم الطفل بعدها حتّى يفطر مع أسرته عند أذان المغرب (أي يكون قد صام حوالي 5 ساعات) وذلك لأيام عدة، وفي الأيام التالية نؤخر وجَّبة الإفطار إلى الحادية عشرة صباحا ثم إلى التاسعة... وهكذا.

الطريقة الثانية: تكونٍ بأن يصوم الطفل ابتداء من تناوله لوجبة السحور مع أســرته، ثم يفطر عند أذان الظهر (أي يكون قد صام حوالي 7 ســاعات) وذلكَ لمدة عشـرة أيام ثم نزيد فترة الصيام فِي الأيام العشرة الوسطى بأن يصوم الطفل من الســَحور وحُتَّى أذان العصر (أي يكون قد صام عشر ســَاعات) ثُم يصومِ الطفل الأيام العشرة الأخيرة مثل أفراد أسـرته، أي ابتداء من السحور ـــ . . حتى أذان المغرب؛ وبذلك يســتطيع الطفل صيــام اليوم كاملا، وعندما يقبل رمضان التالي يكون قادرا بإذن الله على صيامه كاملا.

أولا: يجب على الأم مراقبة طفلها أثناء صومه، فإذا شعرت بإرهاقه الواضح

الصوم يوما بعد يوم، وعامًا بعد عام، نتج عن ذلك توازن من الجسم للتغيرات الفسـيُولوجية التي تحدث نتيجة للصيام. وبالتالي يسـتطيع الطفل الصيام، وهو في حالة صحية سليمة ودون تعب أو مشقة وفي إيمان وخشوع.

وسـلم-، فعن أنس قال : «كان رسـول الله صلى الله عليه وسـلم يفطر على

رطبات قبل أن يصلي فإن لم تكن فعلى تمرات، فإن لم تكن حسا حسوات من الماء» رواه أبو داود. ويجب ألا يعجل الطفل بشـرب الماء المثلج مباشـرة ساعة الإفطار؛ لأن ذلك يربك الجهاز الهضمي، ويعطل الهضم،ويفضل تناول السوائل الدافّئة مثل الشربة كبداية فهي تنبه المعدة. خامســا: يجــب أن يكــون غذاء الإفطــار متوازنــا، وأن يحصــل الطفل على

مثـل (الفـول واللحـوم والدواجن) التي تسـاعد علـى بناء الأنسـجة الجديدة وتعويض ما ينهدم منها، إلى جانب الخضروات والفاكهة والنشويات (كالخبز سادســا: يراعى تأخير وجبة السحور بقدر الإمكان اقتداء بالنبي -صلى الله

البيض، والفول، والزبادي، والخضروات، والفاكهة. وينصح بتناول الألبان لاحتوائها على نسبة عاليةً من البروتينات والدهون والسوائل التي تؤمن سابعا: يراعى أن تخلو وجبة السحور من المخللات والمواد الحريفة لأنها تسبب العطش في اليوم التالي، ويفضل تناول كميات قليلة ومتكررة من السوائل وبخاصة عصائر الفاكهة مع الماء لتعويض الحرمان منها طوال اليـوم. وإن كان لا بـد من تنـاول حلويات رمضان (الجيلـي- الكريم كراميل-اللبنية) وغيرها من الأطايب الأخرى فيفضل تناولها بعد وجَّبة الإفطار، وليس

تاسعا: يجب على الأم الحرص على إيقاظ طفلها وقت السحور، وتعويده على رؤية أفرِاد الأسـرة وهم يمارسـون هذا السـلوك الدينــى العظيم، حتى يصبح ملمـاً بالأصول الدينية المعمول بها في هذا الشـهر الكريم، كما يجب عليها أيضا أن تنتهز فرصة شهر رمضان لإلّزام طفلها بالصلاة في أوقاتها إلى جانب الصيام، وتعليمه قراءة القرآن الكريم، ويجب ألا تنسى أن تعلمه معاني الصوم السامية لترسخ في نفسه أسس الرحمة والعطف على الضعيف

ودمتم بعون الله أحبتى الصغار سالمين وكل عام والجميع بخير وعافية.

اتفاقية حقوق الطفل unicef









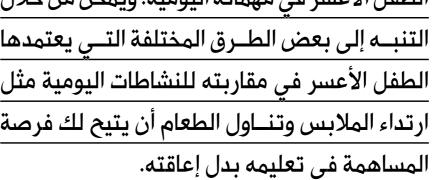




تعليم الطفل الأعسر مزج الطعام ووضع الأشياء قريبا من جانبه الأيسر يجنب إراقة الطعام على المائدة

ارتطام المرفقَين أمر معهود حين يجلس شخص إلى يسار طفل أعسر

بقليل من المراعاة واللطف، بإمكانك مساعدة الطفل الأعسر في مهماته اليومية. ويمكن من خلال التنبه إلى بعض الطرق المختلفة التي يعتمدها الطفل الأعسر في مقاربته للنشاطات اليومية مثل ارتداء الملابس وتناول الطعام أن يتيح لك فرصة





اختاري لطفلك الأعسر الثياب التي تحتوي على جيوب في الجانبين

عرض/محرر الصفحة

تناول الطعام يعتقد كثيرون أنه يِجب عِكس أِدوات المائدة لمساعدة الطفل الأعسر. إلا أن ذلك ليس ضِرورياً دائماً. فوفقاً لدراسات أجرتها رابطة الأشخاص العسر، من النادر جداً أن يقوم العسـر بعكس أدوات المائدة، لأنّ معظمهم يأكلون عادةً بواسطة يدهم اليسرى، ويحملون الشوكة بها. لكنهم يبدلون ملعقة التحلية أو الحساء إلى اليد اليمني. ومن المثير للدهشة، أنّ الأشخاص اليمن غالباً ما يضطرون إلى تعلُّم إبدال يد "الشوكة"، بسبب الضغوط الاجتماعية التى اضطرتهم إلى اسـتعمال السـكين والشـوكة في يد، فـي حين كانوا

يفضّلون في صغرهم استعمال يدهم اليمني لحمل الشوكة. ومع انتقالَ الأطفال العسر لاستعمال أدوات المائدة الخاصة بالبالغين، بفضل بعضهم تبديل مكان الشوكة والسكين في حال صعب عليهم

بالطريقة الصحيحة التّي تسهل حياة العسر. ومن الأشياء التي يجب التنبه إليها أنّ الأشخاص العسر غالباً ما يحملون كوب شـراب الشـخّص الجالس إلى يسـارهم على الطاولةٍ، أو تناولٌ لفافّةٌ الخبـزِ الموضوعـة على صحـن جارهـم؛ بالأضافة أيضـاً إلـى أن ارتطام المرفقُّين هو أمر معهود إذا كان الشخص الأيمن يجلس إلى يسار شخص أعسر ويتناول الحساء بملعقة.

يِّ الْطِبِخ من المهم في المرات الأولى وأنت تعلَّم طفلك الأعسرٍ كيف يمزج الطعام ويسكبه أنْ تضَّع الأَشـياء قريباً من جانبه الأيسر تجنباً لإراقة الطُّعام على لَّمَائدة، تذكّر أيضًا أنّ طفلك الأعسر سيقوم بتحريك المزائج بعكس اتجاه

يقسم الفصل إلى أربع قاطرات

(طوابیـر) وأمام كل قاطـرة ثلاث مراتب

جمباز منفصلة عن الأخرى ، بعد الصافرة

يجرى الأول من كل قاطرة ليتدحرج على

المراتب حتى نهاية السباق ثم العودة إلى

القاطرة ، والفائز هو من ينتهي أولا .

وصلت عبر البريد الالكتروني لصفحة قوس قزح هذه اللوحة

الرائعة للصديقة ربى أحمد محمد

المطري، لوحة جميلةً وشكرا على المشاركة ياربى . نتمنى للصديقة مـزيـدا من

المشاركات والى الأمام دوما يا ربى ..

ألعاب بدنية

ارتداء الثياب

سباق الدحرجة

அத்தியுற்று இது

ثم البسـيه الجارب الأيمن وفردة الحّذاء الأيمن وأنت تسـاعدينه عٓلى إرتداء

سـوف تلاحظين عزيزتي الأم أن طفلك الأعسـر يرفـع قدمه اليمني أوّلاً

اختــاري له قطــع الثياب التي تحتوي علــى جيوب في الجانبيــن، فالتنانير أو الســراويل ذات الجيــب الواحد ير َجــع أن تكون جيوبها دائمــاً في الجانب

عقارب الساعة، ممسكاً الملعقة بيده اليسرى، لذا حاول أن تحذو حذوه إذا اليد إذا كان يحاول دائماً تقليد طريقتك اليمني في العقد والربط. لذلك قفي

عندما يُظهر طفلك تفضيلاً لاستعمال يده اليسرى حينما يبدأ بقصِ الأشـكال، احرص على تزويده بمقص ّ ملائم للأشخاصُ العسرِ – لكن تذكّر أن لا وجود لمقص "جامع" يمكن إمســاكه بكل يد. وتنبه أيضاً بشكل خاص إلى الاتجاه الذي يقص " الطفل بموجبه الشِـكل. ولكي يحظى الطفل الأعسر بالوضعيــة الفصّلــى ويســتِطيع رؤِية خطّ القص ّ باســتمٍرار، يجــب أن يبدأ بقص ّ الشكل من الجانب الأيسر الأسفل، ويتقد ّم صعوداً على طول الجانب الأيسـر ويدور باتجاه عقارب السـاعة. وهذا يـَ فرضِ عليكِ أن تقلب الشـكل وليس المِقص ّ. أما إذا كان الطفل يستعمل مقصاً خاصاً بالأشخاص اليمن و مقصـاً خاصاً بالأشـخاص الضِبط فقـد يبدأ القص ّ بعكـس اتجاهِ عقاربٍ السـاعة ويثني الورقــة، محاولاً رؤية ما يوجد فوق النصــل الذي يغطّي خطُّ القصّ. اشرح للطفل أنه لا داعي لقيامه بذلك لو استعمل مقصة المخصّص

خلال إرتداء السروال أو انتعال الحذاء أو لبس الجوارب (لكَّي يستطيع موازنة جسمه على قدمه اليسري). لذا ابدئي أو لا بإدخال ساقه اليُ مني في البنطال

الفتى الكسول

البنات العسراوات ليست سهلة دائماً.

سارة عادل محمود

ن ربط العقد والأنشوطات يمكن أن يكون معقدا بالنسبة لطفلك الأعسر

قُبالتــه ِوعلَميه كيــف يربط حذاءه، لأن ما تقومين به بيدك اليمني ســيكونَ

في قمصان الصبيان وسـتراتهم، يزرر دائماً الجانب الأيسـر فوق الأيمن،

ويتم العكس في ثياب البنات، ما يسهل على الأطفال الذكور العسر تبكيل

الأزرار بعكس البنات العسر. ويعود سبب هذا التقليد إلى العصر الذي كانت

فيــه الخادمات هن المســؤولات عن تلبيس ســيداتهن، لذلك وجب أنّ تكون

تقليديا، تتبع زمامات السـراويل العرف نفسه، ولكن بعض سراويل البنات

الحاليـة مزودة بزمامـات "يمنى"، كما سـراويل الصبيان، مـا يعني أن حياة

معكوساً بالنسبة إليه كما الصورة في المرآة وسِيسهل عليه إتباعه.

المشابك بمتناول المرأة الملبسة لا المرأة المرتدية.

كـان يـوسـف فتى في الثانية عشرة من عمره، ويــدرس فـي الصف السادس، وكان فتى مهذبا وذكيا جدا في المدرسة وفي المنزل ،ولكنه كان كسولا ويعرف بالفتى الكسول. فكان لا يستيقظ

مـبـكـرا ، ويــدهــب إلــى المدرسة متأخرا،ولا يقوم بأداء واجباته المدرسية ويجعلها تتراكم ثُم يذهب إلى والدته ويجعلها تكتب الواجب المدرسي، فكانت والدته تقول له: أنت ولد مهذب وذكي ولكنك كسول فلماذا هذا

الكسل يا بني؟ فيقول لها:أنا أحب النّوم واكره ماهو ضده. ومرت الأيام وهما على هذا الحال،حتى في أيام العيد كان الأولاد من سنه يستيقظون مبكرا ويرتدون ملابس العيد،أما يوسف فكان يرفض أن يستيقظ مبكرا عندما كانت والدته توقظه من النوم حتى يرتدي ملابس العيد ويلعب مع

وذات يوم قررت والدته أن تلقنه درسا لن ينساه أبدا،فذهبت إلى مدرسته واتفقت مع معلمته أن تقول له أن لديه غدا اختبار فوافقت المعلمة على ذلَّك ، ثم ذهبت المعلمة إلى الصف وقالت: يوسف غدا لديك اختبار عليه عشرون علامة فاستذكر دروسك

وعندما عاد للمنزل قال لوالدته: لدي اختبار غدا عليه عشرون علامة فقالت له:استذكر دروسك جيدا تتى تحصل على عشرين علامة فقال يوسف:هذا ما قالته لي معلمتي.

تناول يوسف طعام الغداء وذهب إلى غرفته واستذكر دروسه حتى أكملها، ثم تناول طعام العشاء ونام، وعندما طلع النهار لم توقظه والدته وتركته ينام حتى الظهر وبعد ذلك استيقظ يوسف من النوم وأدرك أن الاختبار قد فات فبكي على العشرين العلامة التي ذهبت عليه، فتركته والدته وهو حزين دقائق قليلة ثم حكّت له الحكاية كلها، فتعلم يوسف درسا لن ينساه، وأدرك انْ الكسل شيء ممقوت وأصبح ولدا نشيط يستيقظا مبكرا ويقوم بأداء واجباته المدرسية وأصبح يعرف بالفتى

من مجموعة زائل الظل