

خُيوط الشمس

العدد السابع | كانون أول 2011



مجلة دورية تصدر عن المركز الفلسطيني للإرشاد

دائرة الصحة النفسية الوقائية، برنامج حماية الطفولة

أعزائي الأطفال،

نظرت عليكم من جديد بعد غيابنا لعامين في عدد آخر من مجلة خيوط الشمس. تعودنا في السنوات الماضية وبجهود الطاقم والمتطوعين الناشطين والناشطين أن تصدر المجلة سنوياً، وتتناول في كل عدد موضوع نعتقد أنه يهمكم وأحياناً يؤرقكم، لنناقشه معكم، وبالجد واللعب نتواصل عبر صفحات المجلة لنجد قصة أو لغز أو صورة تعزز المعرفة، المهارة لكي تتعلموا كيفية التعامل مع قضايا تهتمكم.

سنتناول في هذا العدد موضوع لعله جديد، ولكنني أعتقد أننا جميعاً كباراً وصغاراً في وطننا نحتاج إليه، وهو «كيف نحمي أنفسنا من الأذى». ومع أهميته لكل أطفال العالم إلا أنه قد يكون له أبعاد مميزة لأطفال فلسطين الحبيبة. فالطفل الفلسطيني عامة والمقدسي خاصة مخاوفه لا تقتصر على الاعتداء والاستغلال الاجتماعي والاقتصادي بل تتعداه للاعتداء السياسي على ذاته ووطنه. فالاحتلال الصهيوني يعتدي علينا وينتهك كافة حقوقنا، ويحرمنا أطفالاً وكباراً من التمتع بأهم شيء وهي الحرية والعدالة.

أحبائي أنكم جميعاً تستطيعون أن تميزون بعض التصرفات أو الأعمال التي يقوم بها بعض الأشخاص وتسبب لنا الخوف والحزن والألم. فمن يعتدي علينا بالضرب أو الشتم أو التجريح فهو/ هي يسببون لنا الأذى. ومن يتقرب منا ويلمس جسدنا بطريقة سيئة فهو/ هي يسبب لنا الأذى. كذلك المعاملة السيئة، والإهمال أو المعاملة بإهمال، أو الاستغلال بما في ذلك التجاري، يؤدي إلى أذى لصحة الطفل الجسدية والنفسية وبقائه، ونمائه وكرامته. أشكال الأذى متنوعة سنتعرف عليها لكي نحصل على المعلومة والمهارة بالمعرفة التي هي أساس الحماية. المعرفة قوة إذا تملكناها تملكنا القدرة على التصدي والدفاع عن أنفسنا.

إن العنف أو الأذى ضد الأطفال يأخذ معاني ومصطلحات كثيرة، وسأعرف لكم بعض منها، فحسب برنامج حماية الطفولة في المركز تم تعريف العنف بأنه الاستخدام المتعمد للقوة أو الطاقة الجسمية أو التهديد بها ضد أي طفل من قبل شخص أو جماعة، تؤدي إلى ضرر لصحة الطفل أو بقاءه على قيد الحياة أو نموه أو كرامته.

ستجدون في هذه المجلة مجموعة من الأمثلة التي ستعرفكم ما هو العنف والأذى، وتعلمكم كيف تستطيعون أن تحموا أنفسكم منه، من خلال رفض جميع أشكال الأذى، أو طلب مساعدة الآخرين لنا مثل آبائنا، أمهاتنا، أصدقائنا، معلمين المدرسة، وغيرهم ممن نثق بهم، في حالة تعرضنا لأذى أو عنف من قبل شخص آخر لا نستطيع مواجهته لوحدها.

أتمنى لكم أن تعيشوا جميعاً بأمان وأن تستمتعوا بطفولتكم مع عائلاتكم، كما أتمنى أن تنال هذه المجلة إعجابكم وأن تستفيدوا منها قدر الإمكان، وأعلمكم بإننا في المركز موجودون لخدمتكم وحمايتكم، فلا تترددوا بأن تأتوا إلينا في حال حاجتكم لأية مساعدة أو استشارة.

نشكر معكم كل المرشحات والمرشدين.. المتطوعات والمتطوعين الأفاضل، الذين لولاهم لما نعمنا بهذا العدد. وأخص بالذكر طاقم ومتطوعين برنامج الحماية في المركز عامة والمرشدة إيمان أبو عيد خاصة، مدير الدائرة الوقائية، ومنسق العلاقات العامة والاعلام.. كما أشكر الشركاء والداعمين للمركز.

مديرة المركز
رنا النشاشيبي

رسالة برنامج حماية الطفولة

أعزائي الأطفال ...

تحية مليئة بالخير والود والجمال...

نوجهها إليكم يا زهور اليوم ومستقبل الآمال...
بوجودكم ننسج أجمل الحكايات وتتسع دنيانا بالبسمات...
فهيها سوياً كبار صغار نبني بسواعدنا غداً أفضل ونحوّل حلمنا
لحقيقة أجمل، ونتسلح بالعلم والمعرفة، وتصبح أفكارنا حرة طليقة.
فأي طفل/ة؛ وكل الأطفال ممكن أن يكونوا عرضة للخطر، احموننا
أيها الكبار بدل أن تعنفونا بالضرب أو السب والإهمال والتحرشات،
كلها تسبب لنا الخوف والذعر والأزمات.
واليكم مدرسينا الكرماء، لنحب المدرسة أكثر احموننا من خطر كل

الأطفال الآخرين الكبار والصغار منهم، وأن العصا لا تجعل عقولنا
أكبر، فبالعلم دروبنا تزهو، وليست العصا لمن عصا، فبالخوف
خطواتنا تتعثر.

أطفالنا الغوالي لأننا نطمح بكم أن نصل للأعالي، بهذا العدد من
مجلة خيوط الشمس، عدنا من جديد لتحدث عن الحماية ونشعر
بأمان وتطور، ليصبح عالمنا أفضل.

مع تحيات حماة الطفولة

إعداد:

إيمان أبو عيد

إشراف:

شادي جابر

لمى التريزي

سناء بليدي

شارك بالإعداد:

مهدي الشلودي

إيناس جابر

إيمان أبو عصب

مجد سميرة

محمد الطويل

منى الجولاني

نفين التميمي

ولاء المغربي

صبحي عسيلة

عبد الله أبو صبيح

تصميم وطباعة:

مؤسسة امرزيان - القدس

print@emerezian.com

هذا أنا

أكره أن

أحب أن

أقول لا عندما

أقول نعم عندما

بطاقة هوية

الاسم:

العمر:

السكن:

الجنس:

صورتي
الشخصية

هل تعلمون يا أطفال أن:

الطفل

كل إنسان عمره أقل من ثمانية عشر عاماً.

• فكم عمرك أنت

الحق:

حصولي على ما يحصل عليه بقية أطفال العالم.

• اذكر/ي بعض حقوق الأطفال

الحماية:

حفظي من كل ضرر وتوفير حاجاتي المختلفة ونموي بشكل سليم.

• ما هي الأضرار التي يتعرض لها الأطفال؟

• كيف يمكن أن نحمي أنفسنا كأطفال من الأخطار؟

• من يستطيع أن يساعدنا؟ ولماذا؟

من حقي الحصول على اسم وجنسية

أنا طفل / طفلة من حقي
عدم تمييزي، وعدم الإساءة
في معاملتي بسبب إعاقتي، أو
لون بشرتي، أو جنسي،
أو طبقتي الاجتماعية، أو ديني
أو لغتي أو أصل أسرتي سواء
أكانت فقيرة أو غنية

طريقنا للحماية..

نحن الأطفال نحب السير بلا خطر دون إيذاء
بطريق أكثر حماية وقلل اعتداء



أولاً من هنا سنبدأ:
هيا بنا يا أطفالنا الأبطال نسير بخط صغير مع
سعدون بالطريق لنصل إلى درع الحماية



ثانياً: هيا نضع
مع سعدون
كلمات تعرف
الاعتداء بالقمامة



هيا نجعل
درع الحماية
لنحمي
سعدون

إذا الاعتداء أمر خطير ومؤذي

برنامج حماية الطفولة



أتحبون أن نتعرفوا على برنامج حماية الطفولة

برنامج حماية الطفولة يا أطفال: هو برنامج يتكون من مجموعات من الأطفال تتراوح
أعمارهم ٦-١٤ سنة ذكور وإناث.

نعمل بمناطق عديدة لتصبح الفائدة كبيرة ونحمي أنفسنا كأطفال من أي خطر

نعمل مرشدون ومنشطون مع الأطفال بتعليمهم مهاراتي حماية الذات وتوكيد الذات، من
خلال أساليب ممتعة وشيقة كالحقبة والدراما والمرح والموسيقى وكل أدوات التعبير.

ويعمل مرشدون مختصون مع الأهل، لتصبح معلوماتهم أكثر حتى نقلل من الإيذاء.
ونعمل أيضاً مع مجتمعنا الفلسطيني كي نعلم أن الحماية مسؤولية الجميع.



أنا طفل / طفلة من حقي
يا ماما وبابا ما تهملوني،
وحاجاتي أعطوني،
أنا بحبكم حبوني، ومن
جميع أنواع العنف
والاستغلال أحموني

سعدون يتعرض للعنف الجسدي (الضرب)

سعدون طفل صغير كباقي الأطفال
عمره ٨ سنوات،
يسكن سعدون بحارة المهلبية،
وهي إحدى حارات بلدة السكرية.

يستيقظ سعدون في الصباح الباكر لينطلق
مسرعاً إلى مدرسته «مدرسة أطفال الحرية».
فيسير على أقدامه ليصل قبل
دق الجرس بدقائق ليتكرر الحال يومياً.

آه!! من هم هؤلاء الأطفال؟؟
نظرات عيونهم غير مريحة.
لعلها مشكلة ستؤخر سعدون
عن ممارسة حياته الطبيعية!
إنهم الأولاد الأكبر سناً
يتربصون لسعدون
في زقاق حارة المهلبية،
هم دائماً يسخرون من اسمه
وهو يتجاهلهم يوماً
فقرر بالأمس أن يشكرهم
للمرشدة جورية.

مدرسة أطفال الحرية



أنا طفل / طفلة
حقي بالبقاء والنمو
والعيش في بيئة
آمنة وسعيدة

العنف الجسدي

هيا يا أطفال نميز بين أنواع العنف
بالعبارات التالية، ونضع دائرة حول الكلمة
التي تسبب الإيذاء والضرر والألم:

معلمة سعدون ضربته بالمسطرة الخشبية على يده

١

سعدون ضرب الكرة بالضرب على صديقه بطة

صديق سعدون دفعه عن الدرج

٢

سعدون دفع الأرجوحة عالياً

٣

هدد المعلم سعدون بالحبس في غرفة الفئران

حبس جار سعدون حصانه في الإسطبل حتى موعد السباق

٤

سكبت أمي الماء المغلي في الوعاء لصنع الجلي

سكبت أم بطة عصيرها المفضل في المراض عقاباً لتأخرها عن البيت

ما رأيكم أن نميز بين أنواع السلوك الذي يسئ لنا؟ والسلوكيات التي
تعتبر تصرفات عادية من خلال العبارات السابقة...



وأتهم سعدون أنه مشاكس كبير وربما أنه شتمهم وبدأ بالسب والتهديد، هؤلاء أطفال والمزاح بينهم أكيد. أما أم سعدون لم يعجبها الحال ورفضت أن تسكت عن تعنيف ابنها فهذا محال، وستقوم بفعل أكثر من الأقوال وسترفع الموضوع إلى التربية والشرطة.

فحملت الأوراق والحقيبة وانطلقت بسرعة إلى وزارة التربية والتعليم، وعندما علم سعدون بالأمر أخبر أمه أنها تستطيع أن تستعين بالشهود ولو وصل الأمر للشرطة يجب أن لا تسكت عن حق سعدون وحق الأطفال الآخرين لو تعرضوا للعنف البتة. فشهدت المرشدة جورية مع الطفل سعدون، وقالت له أنا معك يا عزيزي الصغير، فأنت كنت شجاع وهؤلاء الأطفال جبناء وسينالون عقاب كبير، وأيضا المدير سيأخذ جزائه لأنه لم يدافع عن حقه بالشكل الصحيح.



وفي نهاية القصة،

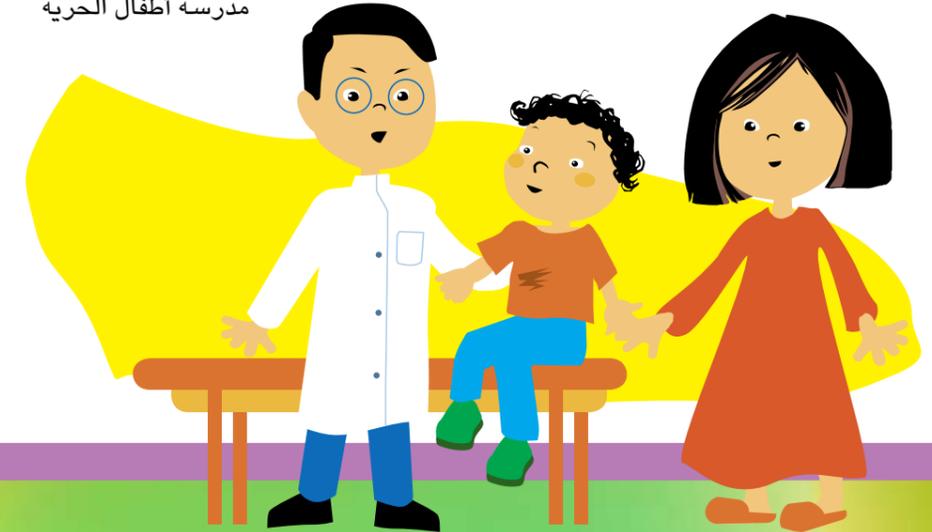
اعتذر الطلاب الذين اخطأوا في حق سعدون امام الجميع وتعهد المدير بأن يكون أكثر حذرا وحرصاً في هذه الامور وان يعاقب كل من يقوم بعمل خطأ.

فأندرت المرشدة جورية الأولاد الكبار، وبدل أن يكفوا عن الاستهزاء والتهديد، انتظروا سعدون بعد المدرسة وأحاطوه وبدأوا يسبوه ويضربوه، إضافة إلى التهديد والوعيد، سعدون لم يستخدم الضرب، ووجد الحل بالهرب، ليصل إلى مكان آمن أو ليعثر على شخص كبير ليساعده بهذا الموقف الخطير.



ولحسن حظ سعدون أنه كان من البيت قريب، فأسرع يقول لأمه عن الأمر المريب، عندما عاد سعدون إلى المنزل والدم من أنفه يسيل ذهلت أم سعدون من المنظر. فسعدون تعرض لإيذاء جسدي من الأولاد الكبار، وهذا الأمر لا يعقل، ولا يجوز عنه السكوت، ويجب التدخل بالحال حتى يحاسب المعتدي على سلوكه الخطير.

فأخذت سعدون الصغير إلى الطبيب ووعدت أن لا تسكت على الوضع الرهيب. فأخذت الفحوصات الطبية وصور الأشعة، وركضت إلى المدير لتخبره بما جرى لسعدون الصغير؛ من ركل وضرب وتكسير. فلم يعطي المدير أي اهتمام بالأمر أو تقدير، ولم يعترف بأن هؤلاء الأطفال من مدرسته "مدرسة أطفال الحرية"



العنف اللفظي

هيا نساعد صديقتنا بطة بالتوصيل ما بين الكلمة التي تقال وشعور بطة يا أطفال:

• إن لم تعطني مصروفك سأضربك



• أنت ذكية



• منظرِك بشع لأن أنفك كبير



• علامتك بمادة الرياضة ممتازة



• احرصى ايتها الكسولة



• شكراً لمساعدة الرجل الكفيف على عبور الشارع



• لا تخبري أحداً بالسر وإلا سأقتلك.



فكر/ي!

هل حصلت معك هذه المواقف؟ نعم لا

إذا كانت الإجابة نعم كيف كان شعورك؟

هل ناقشتم الموضوع مع أحد البالغين؟ هيا تناقشه الآن

أسئلة القصة:

ما هو نوع العنف الذي تعرض له سعدون؟
عنف جسدي ٢. عنف لفظي ٣. إهمال ٤. عنف جنسي

ما هو حسب رأيك العنف الجسدي؟

.....

هل تتعرض /ي للعنف الجسدي؟

.....

من الذي يقوم بتعنيفك جسدياً؟

.....

ممن تطلب/ين المساعدة في حال تعرضك للعنف الجسدي؟

.....

ما رأيك بتصرف سعدون، عندما تعرض للعنف الجسدي؟ لو كنت مكان سعدون كيف ستتصرف؟

.....

هيا نعدد الخطوات التي مر بها سعدون وأمه لمنع العنف ومعاقبة المعتدين؟

..... ١

..... ٢

..... ٣

..... ٤



أنا طفل/ة من حقي ما
أسمع كلمات سيئة بالدار،
بالشارع، بالمدرسة.
والكلمات معانيها تزعجني
وتضايقني.

هيا نميز بين الكلمات السيئة والكلمات
الحسنة، مما سبق:

الكلمات السيئة:

الكلمات الحسنة:

الكلمة السرية يا أطفال تعني نوع من أنواع العنف وهي:

الكلمة المخفية

هيا بنا يا شطار لتتحدى الكلام المسيء الذي يقال للأطفال
بالبحث عنه وشطبه. لنقول للكبار والعالم بأسره أن _____ (كلمة السر)
وهو نوع من أنواع العنف والاعتداء.

نشطب الكلمات السيئة والحسنة ونفرق بينها، من الصندوق لنحصل على الكلمة السرية.
تافه، ذكي، قزم، فارس، شيطان، كسلان، أنيق، غبي، شاطر، شرير، لطيف، وسخ،
سكر، ملطشة، جميل، غريب، خمخوم، حلو، جبان، هزيل، فائز، ناجح.

ع	ت	ن	د	ف	و	ف	ي
ش	ا	ط	ر	ك	ذ	ا	ل
ر	ف	ق		س	ك	ر	ط
ي	ه	ز	ي	ل	ي	س	ي
ر	ل	م	ف	ا	ث	ز	ف
ش	ي	ط	ا	ن	ا	ج	ح
و	ظ	غ	ب	ي		م	
س	غ	ب	ي	ب		ي	
خ	م	خ	و	م	ح	ل	و
ي	ج	ب	ا	ن	ي	ق	

هيا تكمل الفعالية في الصفحة اللاحقة

هيا نستبدل مع سعدون كلمات تزعجنا بكلمات أخرى محببة لنا أكثر

قال المعلم للطالب: أنت كسول.

١ يجب على المعلم أن يقول للطالب: «عليك أن تجتهد».

قال الولد: أنت أعمى.

٢ يجب أن يقول الولد: «أنت كفيف».

قال فتوح لصديقه: أنت دب يا بنص.

٣ يجب أن يقول فتوح لصديقه: «.....»

قالت الأم لبنتها: شعرك مثل المنكسة.

٤ يجب على الأم أن تقول: «.....»

قالت ممش عند وصف صديقتها: صديقتي عبدة.

٥ يجب أن تقول ممش: «.....»

لقب باسم صديقه لقب مزعج: يا زعل

٦ يجب أن يخاطب باسم صديقه باسمه: «.....»

بدل أن يقول حسن لصديقه همام يناديه شمام.

٧ يجب أن يخاطب حسن صديقه بإسمه فيقول: «.....»

قال طفل لآخر مستهزأ بعائلته: يا ابن أبو طنجرة.

٨ يجب أن يقول الطفل دونما استهزاء: «.....»

يمكننا الاستعانة بهذه الكلمات لتعبئة الفراغات: يا أحمد، صديقتي بشرتها غامقة، يا ابن أبو حنضلة، همام، أنت سمين، شعرك خشن وجميل

بطة تتعرض للإساءة الكلامية



بطة صديقة سعدون، تسكن بحارة تدعى أذن القطة وهي أحد حارات بلدة السكرية. جاءت بطة ذات صباح إلى المدرسة تبكي بآلم وحزن وكأنما أصابها هم من الهموم. فسألها صديقها سعدون: ما بك يا بطة؟! أجابت بطة بالحال لتقتها بسعدون دون تردد عن السؤال: إنها شطة يا سعدون أختي الكبيرة، تقول عني؛ بلهاء حمقاء وأشبه رجال الفضاء، وهذا أمر يزعجني ويضايقني. قال سعدون: ما بها أختك شطة يا بطة ولماذا تقول كل هذا؟ لأنها الأكبر يا ترى؟ وهل شكوت لأحد؟ حدثيني يا صديقتي بطة عما جرى؟

بطة: نعم يا سعدون؛ شكوت لأمي هذه المرة، فوبختني لأنني البنت الصغرى؛ ولم تكترث لأمرى فزاد إهمالها حزني. وقالت لي أمي يا بطة: «شطه أختك الكبيرة، ويجب أن تسمعي كلامها، ولا تزعجها». سعدون: ما رأيكم يا أصدقائي بأن نساعد صديقتنا بطة....

أسئلة:

هل حسب رأيكم شعور بطة بالانزعاج والضيق طبيعي؟

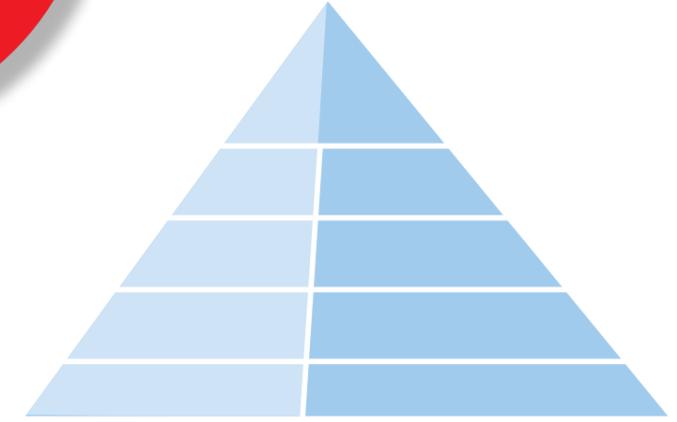
لو كنتم مكان بطة كيف ستشعرون؟ وكيف ستصرفون؟

ما رأيكم أن نتشارك مع سعدون بالوصول لحل سلمي مناسب، لنساعد صديقتنا بطة؟

من حقي يا أمي
وأبي ما تهملوني،
وحاجاتي تعطوني،
أنا بحبكم حبوني، ومن
جميع أنواع العنف
والاستغلال أحموني

هرم احتياجات الأطفال

هيا يا أطفال نرتب حاجاتنا حسب أولوياتنا
في الهرم



التعليم

مشاهدة
التلفاز

تعلم
الموسيقى

مراجعة
الطبيب

الحصول
على حقوقي

اللعب الآمن

متابعة برامج
مفيدة

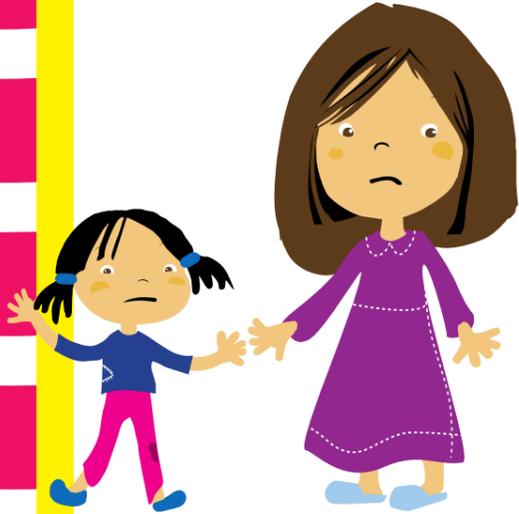
القراءة



فعالية

هيا نجد أوجه الاختلاف بين الصورتان ونكتب الحق الضائع تحت الصورة

«لالا» ضحية إهمال أمها «سولة»



بعد عطلة العيد، عاد الأطفال من جديد،
إلى حياتهم اليومية، في مدرستهم «مدرسة
الحرية». وها هي المعلمة بلحية، تستقبل أطفال
الصفوف الابتدائية، مرحبة بسعدون وبطة
وبقية أطفال البلدة.

لكن أين «لالا»؟ تسأل المعلمة الأطفال محتارة. فيجيب سعدون بالحال: أظن يا معلمتي أن
رجوع لالا إلى المدرسة محال.

وتؤكد بطة قائلة: فأمها «سولة»؛ منعته من القدوم إلى هنا، من حارة البصاري.
فتستغرب المعلمة بلحية وتقول: التعليم حق أكيد لكل الأطفال سوياً ذكور وإناث دون تمييز
بسبب جنس أو عرق أو ديانة أو هوية.

واتفق الأطفال مع معلمتهم بلحية معرفة أسباب غياب صديقتهم «لالا» عن مدرستها
الابتدائية. وعندما ذهبت المعلمة إلى دار لالا بحارة البصاري وجدها تلعب بالحارة.
دون جزاء مع ثقب بنطالها وبلوزتها المهرية. فقالت المعلمة بلحية باستغراب: أين أمك
يا «لالا»، ومالك لا تأتي إلى المدرسة، فأصدقائك بطة وسعدون ومورفو وعطوان لك
مشتاقون.

فردت بحزن «لالا»: أمي «سولة» يا معلمتي تمنعني من الذهاب إلى المدرسة، وتتركني
للاعتناء بإخوتي الصغار لما لديها من أعباء ومهام عمل رسمية.

لتسرع المعلمة بلحية لإخبار المرشدة الاجتماعية لتتدخل بحالة «لالا» المأساوية لإنقاذها
من إهمال أمها «سولة»، ولإعادتها للتعليم بمدرستها كباقي الأطفال فالأعمال الشاقة
ليست من مهام الأطفال الأساسية.

من حقي كطفل/ة
أرفض أن تلمسوا جسمي
من أي مكان
جسمي من حقي لحالي
ومش من حق أي انسان

هيا نتعرف على جسدنا



هيا نكتب أوجه الشبه والاختلاف بين جسم سعدون وجسم بطة
والآن أصدقائي الأطفال ما رأيكم أن نلون معاً المناطق المختلفة في جسمنا

- المناطق المسموح النظر اليها من قبل الآخرين.
- المناطق غير المسموح بالنظر اليها من قبل الآخرين.
- المناطق المسموح بلمسها من قبل الآخرين.
- المناطق غير المسموح بلمسها من قبل الآخرين

صغار أو كبار من
حقنا تحمونا من
العنف والإساءة
والاستغلال

الأسئلة:

هيا يا أطفال نعرف الإهمال

ما هو الحق الذي حرمت لالا منه؟

لو كنتم مكان لالا كيف كنتم ستشعرون عندما حرمتها أمها من التعليم؟

ما رأيكم بموقف المعلمة بلحية؟

هيا نتناقش مع أهلنا بقصة لالا وإهمال أمها سولة ونعرف رأيهم؟





أهلاً يا أم صاصا
وصاصا وأخوته..
تفضلوا.. كيف
الحال؟

ما رأيك أن
نلعب سوياً
يا سعدون؟



لا تخف.. لن أقوم بلمس
جميع أعضاء جسمك
هذه المرة، بل سنتسابق
من سيخلع ثيابه أولاً.

لا لا... لا أحب
اللعب معك...

يا اطفال لازم أهلنا يعرفوا كل اللي معنا صار...
حتى نعيش بلا أخطار
وما في بينا وبينهم اي اسرار

الزيارة المزعجة والخطيرة



أمي أنا لا أحب
اللعب مع صاصا

بيت عمك
يا سعدون
سيزورنا بعد
قليل



حاضر يا أمي...
ولكني لا أحب صاصا

صاصا أكبر أولاد
عمك، وهو ولد
مهذب ولطيف...
اسكت، من الواضح
انهم وصلوا، اذهب
وافتح الباب.

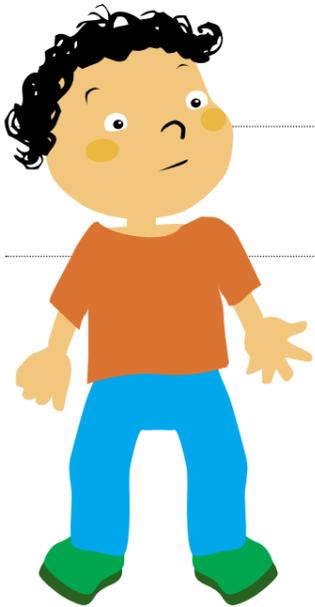
الأسئلة:

ما رأيك بما حصل مع سعدون؟

لما يرفض سعدون اللعب مع صاصا؟

ما هي صفات الشخص المعتدي؟

كيف تتصرف لو كنت مكان سعدون؟



هذا سر بيننا يا سعدون

قالها صاصا وهو خائف أن يفضح أمره



سأسال أمي أولاً يا صاصا.. يجب أن يعلم أهلنا ما نفعله ولا يوجد أسرار بين الأطفال وأهلهم، هكذا تعلمت من أمي فانا أخبرها بكل شيء

ركض سعدون نحو أمه وهو يصرخ: أمي..أمي.. صاصا يريدني أن أخلع ثيابي.. ولا يريد أن أخبر أحد



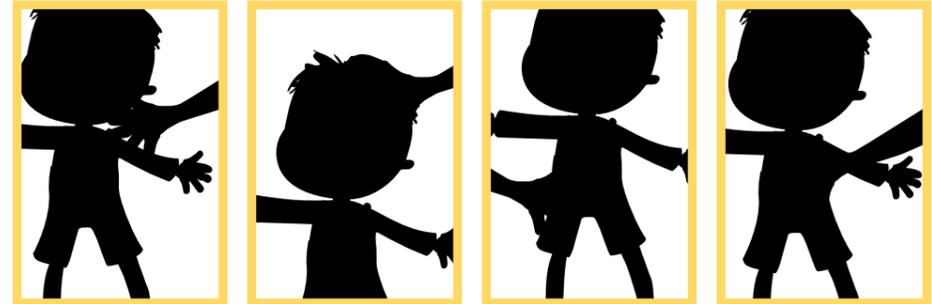
فهرب صاصا لأن أمره فضح من قبل الجميع و سعدون كشف الاعتداء من دون خوف ونجا من الايذاء، فهو بريء، والمعتدي كان شخص قريب، ويريد أن يلعب بأسلوب غير مهذب

النظرة السيئة

هيا نضع دائرة حول النظرة التي تشبه النظرة السيئة



هيا نوصل بين الصورة والظل، ونضع X حول اللمسة الخطأ.



أغنية ابعد عني

ما تلمسنيش

ابعد عني ما تلمسنيش
جسمي إليّ ما خصنيش

العنف بأشكاله مرفوض
بيني وبينك خلّي حدود

أنت غريب لا تقرب متي
لو حتى قريب جسمي بخصني

شكل نظراتك مش عاجبني
لمست إيدك تضايقني

كلماتك هادي مش حلوة كتير
ليش بتقول لي يا دبدوب يا صغير

بوجودك لا تهملني
اسمع في شخص بلاحقني

أنا خايف بدي أمان
وهذا عنف مش حنان

ايمان ابو عيد



سلطة التونة



المقادير

علبة تونة | ملعقة كبيرة من الحمص |
عصير ليمونة واحدة | ملعقتين كبار ذرة
| رشة ملح | رشة فلفل أسود | رشة
كمون | حبة طماطم | حبة خيار | خسة
واحدة | شرائح من الخبز.

الطريقة

نصفي التونة من الماء ونفتتها بالملعقة.
ثم نعاون أمانا بتقطيع الطماطم والخيار والخس إلى قطع صغيرة.
وبعد ذلك؛ نضع جميع المقادير في وعاء ونخلطها معاً.
ثم نضعها بين شريحتين من الخبز.



أممم... يا له من طعامٍ لذيذٍ ومفيدٍ

نصائح صحية



1. أتناول الفطور المفيد كل صباح
2. أشرب الماء لتنشيط عمل جسمي
3. لا أكثر من تناول الحلويات
4. شرب الحليب يومياً يقوي عظامي وأسناني
5. تناولني تفاحة كل يوم يغنيني عن الذهاب إلى الطبيب
6. أجعل الخضار والفواكه جزءاً من وجبات طعامي
7. ابتعد عن الشيبس والبمبه والأكل المعبأ الذي يهدد حياتي

صحتي في غذائي

شعر: علي الرشيد



وأكونُ رشيقياً بقوامي
منطلقاً لا أعرف كسلا
أكلي متزن مائدي
لحمياً فاكهياً وخضاراً
منتظماً في وقت طعامي
بغذائي ورياضة بدني
مرتاحاً منشرح الصدر
بغذائي تحلو أيامي
لأحقق كل الأحلام
تتضمن أشهى الأصناف
أكواباً من لبن صافٍ
أتنجبُ خطر الإسراف
لا أشكو من ثقل الوزن
حيويّاً متقدِّد الذهن



حقوقنا إلى المدينة الآمنة توصلنا

هيا يا أطفال نقص هذه الصور ونلصقها لنصل إلى فلسطيننا الآمنة



فعالية المدينة الآمنة

هيا يا أطفال نسير مع سعدون لنصل إلى المدينة الآمنة بقص الصورة الموجودة جانباً ولصقها فوق الحق المذكور.

يحق لي أن أحظى بتوجيه والدي وأسرتي	الحق بالعيش مع أسرة
يحق لي أن أفكر	يحق لي أن أعبر عن رأيي
يحق لي أن أتعلم	يحق لي أن ألعب
يحق لي أن أحظى بالحماية في زمن النزاعات والحرب	يحق لي الحماية من المخدرات الخطرة
	الحق بالاسم

فلسطيننا الآمنة

صندوق الخصوصية

هيا نصنع مع سعدون صندوق خاص لنصنع به حاجاتنا وأشياتنا وألعابنا الخاصة



المواد المطلوبة

- علبة أحذية فارغة
- مقص
- شبر
- صمغ
- ورق ملون
- كبّاس
- قلم فلوماستر
- جرائد

خطوات العمل

- نفرد الجرائد على الطاولة كي لا يتسخ المكان.
- نضع علبة الأحذية الفارغة على الأرض وننزع عنها الغطاء.
- نقوم بوضع الصمغ على العلبة من جميع الجهات.
- نقوم بتغطية العلبة بالورق الملون ونتركه حتى يجف.
- نكتب بالقلم والألوان اسمنا وأسماء الأشياء التي نحبها على سطح العلبة.
- ثم نصنع من الشبر ربطة عنق ونلصقها في المنتصف على الغطاء الصندوق.
- وأخيراً نصنع من بقية الشبر زكزاك على جانب الصندوق بالشبر.
- ونقوم بحفظ أشياتنا الخاصة بصندوق الخصوصية.

صور أطفال بالبرنامج

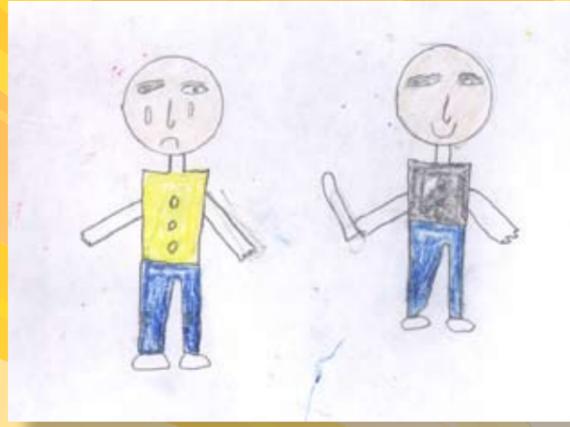


مرحبا! أنا صديقتكم بطة من المركز الفلسطيني للإرشاد، ببرنامج حماية الطفولة تعلمت أن أصنع أفلام الكرتون (خطوات عمل أفلام الكرتون موثقة بالصور).
وليكم الخطوات:



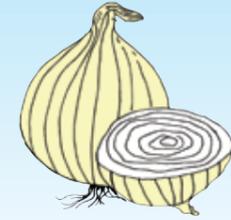
- تعلمت عن حقوقي.
- اخترت حق وكتبت عنه بمشاركة أصدقائي قصة جميلة.
- تشاركنا برسم القصة على لوحة خاصة بشكل متسلسل.
- تشاركنا برسم الشخصيات على كرتون ولوناه وقصصناها بالمقص.
- تدريب مع أصدقائي على الحوار والأصوات.
- استخدمنا الصندوق والكاميرا واللاب توب للتصوير.
- حصلنا على فلم قصير وجميل خلدنا به لحق من حقوقنا.

رسومات أطفال بالبرنامج



خُيوط الشمس

العدد السابع | كانون أول 2011



مجلة دورية تصدر عن المركز الفلسطيني للإرشاد

دائرة الصحة النفسية الوقائية، برنامج حماية الطفولة

بدعم من:



مجلة دورية تصدر عن المركز الفلسطيني للإرشاد

دائرة الصحة النفسية الوقائية، برنامج حماية الطفولة

خُيوط الشمس

العدد السابع | كانون أول 2011



مجلة دورية تصدر عن المركز الفلسطيني للإرشاد
دائرة الصحة النفسية الوقائية، برنامج حماية الطفولة

مجلة دورية تصدر عن المركز الفلسطيني للإرشاد
دائرة الصحة النفسية الوقائية، برنامج حماية الطفولة

 Cooperazione Italiana
allo Sviluppo
Ministero Affari Esteri

 Save the Children