

أعزائي الأم. الأب. أو مقدم الرعاية :

صمم هذا الدليل للأطفال من سن 6 الى 11 سنوات لتعريفهم بالوضع الراهن الذي يمر به العالم والازمة الصحية العالمية بشكل افضل والتعايش معها بطريقة معرفية مبسطة واكثر مرحا.

دورك كمقدم رعاية هو توفير المواد اللازمة لحل الأنشطة الموضحة هنا. جميع المواد هي الأشياء المتاحة عادة في المنزل. اسمح للأطفال بالقيام بالأنشطة بأنفسهم و إذا احتاجوا إلى مساعدتك ، دعهم يخبرونك بذلك.

نرجو منك مشاركة إجاباتهم معنا على البريد الإلكتروني: homeexplorersjournal@gmail.com و / أو مشاركتها في وسائل التواصل الاجتماعي باستخدام علامة التصنيف # "خليك بالبيت" . نسعى إلى إنشاء مجتمع رقمي لتبادل الأفكار وتبادل خبراتنا خلال الحجر الصحي. سنقوم أيضًا بإنشاء مقطع فيديو متحرك يعرض الظروف التي يعيش فيها الأطفال في حالات الطوارئ. يمكنك مشاهدة الفيديو على:

www.exploradoresdelaciudad.org
www.huasipichanga.com

اكتشف بالبيت



Created by :

Translated by Tayseer Khairy :



هذا المجلد يخص / اسم المستكشف :

من أي بلد / مدينة:

العمر:

ارسم نفسك هنا :

Explorer's self-portrait



عزيزي المستكشف ،

يمكن لأي طفل أن يكون مستكشفًا للمدينة.
بغض النظر عن العمر أو أين أنت.

ما عليك سوى أن تكون متنبهاً ، وأن
تستمع الى ما حولك وتسجل ما تنظر إليه
، وما تسمعه ، وما تشعر به وما تعيشه.

سنعرض لك هنا بعض التقنيات التي
ستساعدك على بدء تحفيز خيالك. ستتمكن
أيضًا من تسجيل تجاربك أثناء حالة
الطوارئ الصحية الموجودة في العالم.

لتجميع دفتر يومياتك ، ما عليك سوى قطع
الخط المنقط أو ثنيه.





أنا أحب السفر!

أسافر بالتنقل بين أيدي الناس ، كما أسافر في اللعاب عند العطس أو السعال أو حتى الغناء!

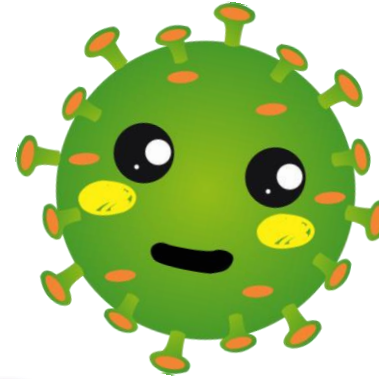
هكذا وصلت الى مدينتك

بعد التحية. ابدأ اعرفكم بنفسى:

أنا فيروس من عائلة كورونا فيروس
واسمى هو سارس-كوفيد-19

البرد والانفلونزا هم ابناء عمومتى

هل تعرفهم؟



تمامًا مثل سوبرمان ، لدي أيضًا ضعف ، وعندما أتعرض له ،
فأنا فيروس هش للغاية.

الصابون ومعقم اليدين ليسوا أصدقائي. معهم ، يمكنك منعي من
الدخول على جسدك أو أي شخص!

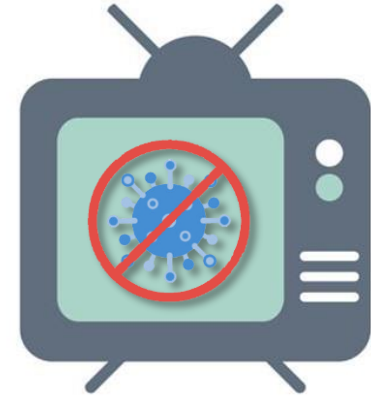


عليك فقط أن تتبع هذه التعليمات ولن يصاب أحد:



كما رأيت في الأخبار على الأرجح ، فإن وصولي تسبب في
الكثير من الخوف.

بسببي ، مرض العديد من الناس حول العالم ، ولكن من
فضلك لا داعي للذعر! يتحسن معظمهم في غضون أيام
قليلة. ومع ذلك ، من المهم جدًا أن نكون جميعًا مسؤولين
ونهتم ببعضنا البعض.



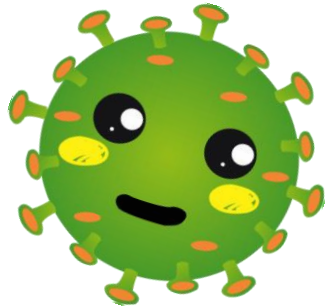
ولكن ... هل تعرف ما هو الحجر الصحي؟

هذا هو الوقت الذي يجب أن تكون فيه في مكان ما ولا تخرج ، لكي تتجنب الإصابة أو نشر المرض.

تطلب الحكومة من الناس البقاء في منازلهم ، لمنعني من إصابة الكثير من الناس. أيضًا ، لتكون قادرة على العناية بأفضل طريقة لمن هم مرضى ويحتاجون إلى الذهاب إلى المستشفى.

لهذا السبب كان عليك التوقف عن الذهاب إلى المدرسة وأنت الآن في المنزل.

الآن ، أود أن أعرف كيف تشعر حيال وصولي إلى مدينتك ، دعنا نكتشف ذلك!



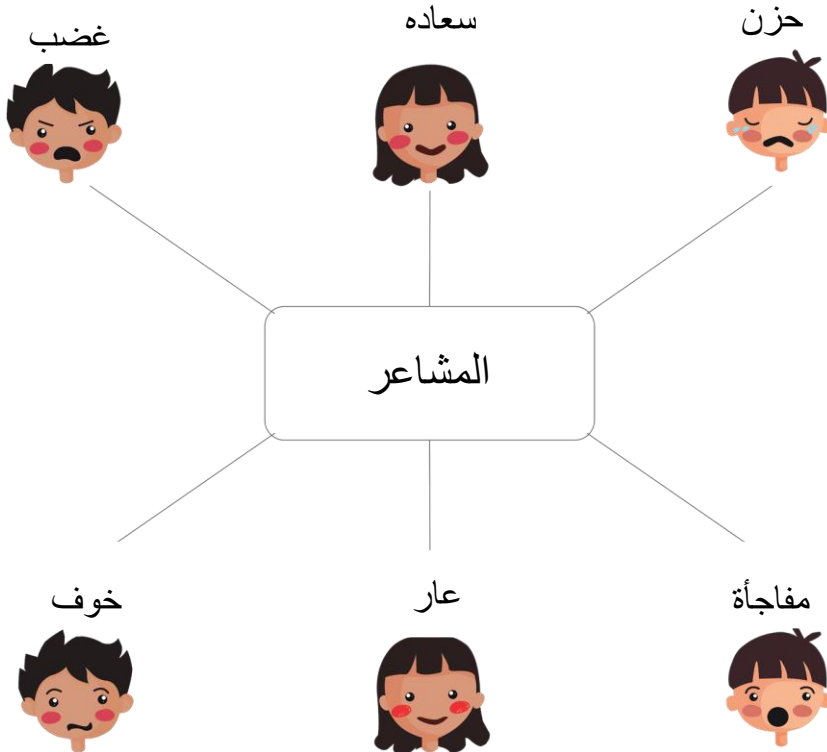
تحتاج إلى غسل يديك بعناية قبل تناول الطعام ، وبعد الذهاب إلى المرحاض ، وبعد اللعب ، وبعد لمس حيواناتك الأليفة أو أي شيء قد يكون متسخًا.



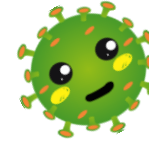
ولكن قبل كل شيء ، تحتاج إلى البقاء في المنزل أثناء زيارتي لمدينتك. ويجب عليك دائمًا الاستماع إلى والدتك أو والدك أو شخص بالغ يعتني بك. عليك أن تلتزم بما يسمى "الحجر الصحي"

هل يمكنك تحديد شعورك؟ ما هو شعورك داخل منزلك ، الآن والذي لا يمكنك تركه؟

اختر من بين المشاعر أدناه. يمكنك أيضًا الرسم والكتابة كيف تشعر. استخدم أي مواد أخرى تتبادر إلى ذهنك.



هل تتذكر المرة الأولى التي سمعت فيها عني ، كوفيد-19 "كورونا" ؟ كيف وجدته؟



ارسم أو اكتب: ما هو شعورك؟ يمكنك استخدام مواد أخرى.



أين ومع من ستقضي الحجر الصحي؟

ارسم أو اكتب. يمكنك استخدام مواد أخرى.



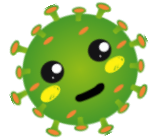
الآن سوف نسأل الأشخاص الآخرين الذين تم عزلك معهم: كيف يشعرون؟

ارسم أو اكتب: كيف تشعر أسرتك بالحجر الصحي؟ (من المهم مناقشة اجاباتك مع الجميع). خذ لحظة للقيام بذلك معًا.



ما هي الأوقات التي تحبها أكثر من غيرها خلال اليوم
وما هي الاوقات التي لا تفضلها خلال اليوم؟

ارسم أو اكتب. يمكنك استخدام مواد أخرى



ما هي الأماكن التي تعجبك أكثر والأماكن التي لا
تفضلها هذه الأيام؟

ارسم أو اكتب. يمكنك استخدام مواد أخرى

الاستكشاف 2 دعونا نبني مخبئاً!

ابني مخبئاً خاصاً بك داخل المنزل. في هذا المكان ، يمكنك: القراءة والتفكير والنوم ,والذهاب إلى هناك عندما تريد أن تكون بمفردك لبعض الوقت ، وكل شيء آخر يمكنك التفكير فيه. ستكون هذه المساحة الخاصة بك.
أنت بحاجة إلى: مواد للسقف والجدران ، استخدم ما لديك في المنزل. لا تنس التقاط صورة لها!



والآن. حان الوقت لتصبح مستكشفاً ... في منزلك! الاستكشاف 1

ربما تكون قد قمت باستكشاف منزلك وتجوّلته عدة مرات عندما كنت طفلاً ... ولكن هل تجولت حوله مثل القط؟ أو الكلب؟ أو ماذا عن أن تصبح أي شيئاً آخر؟ ماذا لو كنت أنا ، "كوفيد-19/ كورونا" ويمكنك استكشافه بهذه الطريقة؟ ماذا ترى؟ ما الروائح التي تشمها؟ ما الالوان التي تراها؟ ارسمها أو صفها ، استخدم خيالك لمشاركة تجربتك.



الاستكشاف 4

والآن ، كيف تتخيل أن تكون مدينتك ، عندما يمكنك الخروج مرة أخرى؟

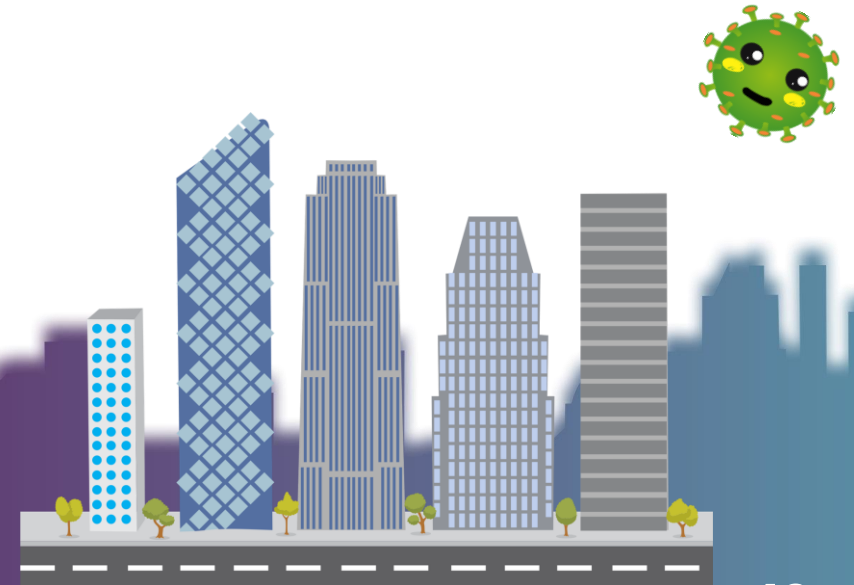
يمكنك كتابة أو رسم قصة حول :
كيف تتخيل المدينة عندما يمكنك الخروج إليها.
لجعلها أكثر متعة ، يمكنك دعوة أفراد آخرين من عائلتك للمشاركة معك في الكتابة أو الرسم أو اختبار موهبة التمثيل الخاصة بهم معًا!



الاستكشاف 3

هل يمكنك أن تتخيل كيف ستبدو المدينة بدون الناس في الشوارع؟

يمكنك كتابة أو رسم قصة حول :
كيف تتخيل المدينة أثناء الحجر الصحي؟
لجعلها أكثر متعة ، يمكنك دعوة أفراد آخرين من عائلتك للمشاركة معك في الكتابة أو الرسم أو اختبار موهبة التمثيل الخاصة بهم معًا!



الاستكشاف 6

شارك نشاطًا ممتعًا للأطفال الآخرين

شيء فعلته أثناء الحجر الصحي :

للقيام بذلك ، تحتاج إلى:

الخطوات لمتابعة:

إرسال رسالة إلى
أطفال العالم:



الاستكشاف 5

اقض اليوم كله دون لمس الأشياء الصفراء!!!

إذا لم يكن لديك أشياء صفراء في منزلك ، يمكنك اختيار أي لون آخر. ويمكنك حتى إضافة التحدي باختيار لون لكل فرد من أفراد الأسرة ، الشخص الذي يخسر عليه غسل الأطباق! لا يوجد حد لخيالك.





CDMX 2020

تم إنشاء هذا الكتيب باللغة الإسبانية بواسطة "Exploradores de la Ciudad" وترجمته إلى الإنجليزية بواسطة "Huasipichanga" وترجمته إلى اللغة العربية بواسطة "WE, CO DESIGN STUDIO"



@exploradoresdeLaCiudad
@WE,Co designstudio
@huasipichanga



Huasipichanga



نأمل أن تكون قد أعجبك الاستكشافات. إذا كان لديك أي أفكار أخرى ، فلا تتردد في مشاركتها معنا. هذه ليست سوى بعض الأنشطة التي يمكنك القيام بها في المنزل ، ولكن استخدم خيالك لمواصلة الاستكشاف.

بمساعدة أمك أو والدك أو شخص بالغ ، أرسل إلينا صورًا لمجلة المستكشف الخاصة بك والتمارين التي قمت بها على البريد الإلكتروني homeexplorersjournal@gmail.com. سنضعهم جميعًا على موقعنا الإلكتروني ونوضح كيف يعيش أطفال العالم في الحجر الصحي.

أدخل إلى صفحتنا لرؤية أفكار الأطفال الآخرين حول العالم:

www.exploradoresdelaciudad.org
www.huasipichanga.com

