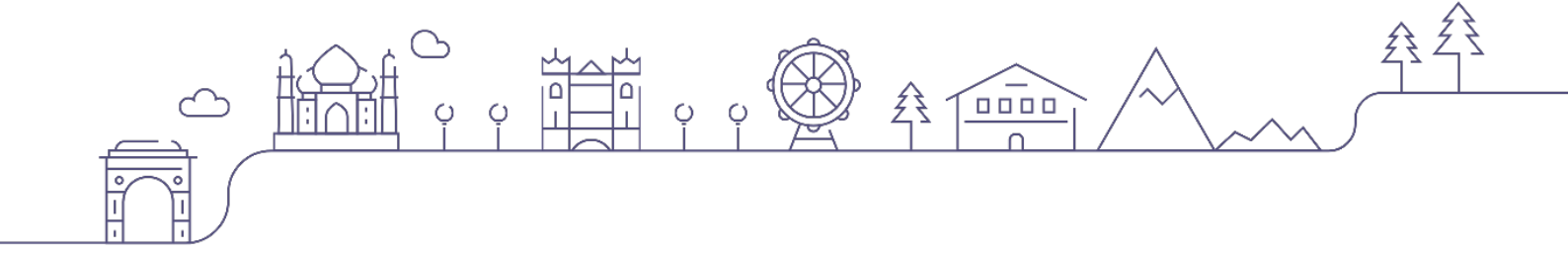


المغامرة الدولية للمراكز العالمية





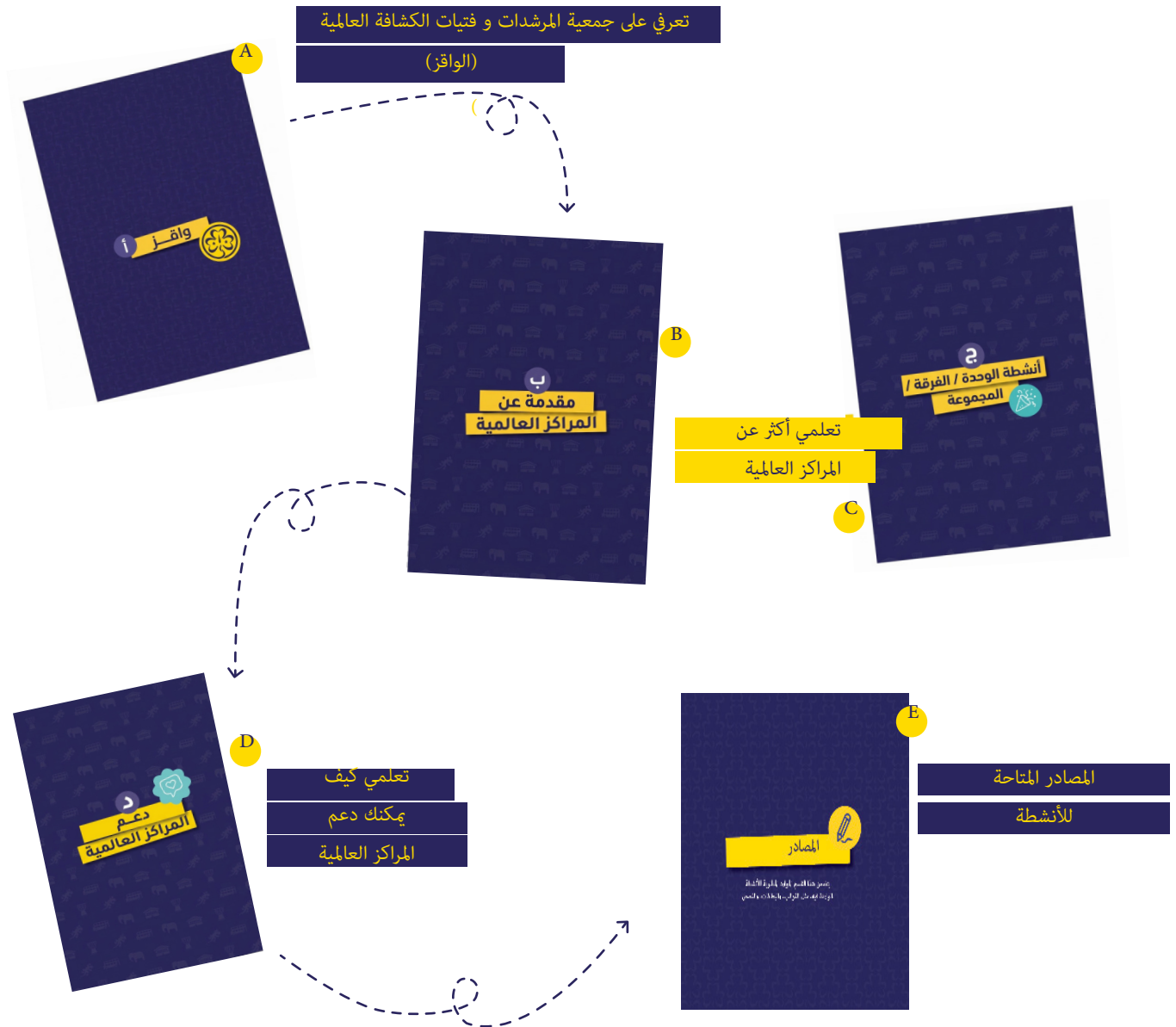
عالم من الإمكانيات



سجّلي في نشرتنا الإخبارية واحصلي على آخر المستجدات حول الفعاليات والبرامج والفرص المتاحة للمشاركة.

worldcentres.waggs.org

تنقسم حزمة الأنشطة هذه إلى مراكزنا الخمسة حول العالم، وتضم أقسامًا مختلفة يمكن تصفحها:





١٩٣٢

أور شاليه في سويسرا
(افتتح عام ١٩٣٢)



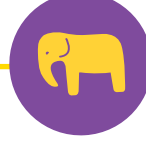
١٩٥٧

نوسترا كابانا في المكسيك (افتتح
عام ١٩٥٧)



١٩٣٩

باكس لودج في المملكة المتحدة (افتتح عام
١٩٩١، وكان يُعرف سابقًا بـ أور أرك عام
١٩٣٩ وأوليف هاوس عام ١٩٥٩)



١٩٦٦

سانجام في الهند (افتتح عام
١٩٦٦)



٢٠١١

كوسافيري في غانا (انطلق رسميًا عام
٢٠١١)

استخدمي وسائل التواصل الاجتماعي للمشاركة والترويج



شاركي الذكريات

شاركي صورًا من الفعاليات المحلية الأخيرة

الروابط



التواصل مع مراكزنا العالمية:

الموقع الإلكتروني

نموذج التواصل

الاشتراك في النشرة الإخبارية

المراكز العالمية على كامب فاير



استخدمي هاشتاق #ourchalet

إنستغرام - our_chalet@

فيسبوك - ourchalet@

يوتيوب - OurChaletWorldCentre@



استخدمي هاشتاق #paxlodge

إنستغرام - paxlodge@

فيسبوك - paxlodge@

يوتيوب - paxlodge@



استخدمي هاشتاق #NuestraCabaña

#wheredreamscometrue

إنستغرام - nuestracabanamx@

فيسبوك - nuestracabanamx@



استخدمي هاشتاق #ComingTogether

و SangamWeBelong#

إنستغرام - sangamworldcentre@

فيسبوك - sangamworldcentre@

يوتيوب - sangamworldcentre@



استخدمي هاشتاق #kusafiriworldcentre #tojourney

إنستغرام - kusafiriworldcentre@

فيسبوك - kusafiriworldcentre@

يوتيوب - kusafiriworldcentre@



تحتوي حزمة الأنشطة هذه على معلومات وأنشطة متنوعة لمساعدتك في التعرف على المراكز العالمية، كما تعرض جميع الأنشطة الرائعة التي يمكنك القيام بها. تتكون المجموعة من أربعة أقسام:

- الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة
معلومات عامة عن الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة وجميع المراكز العالمية
- مقدمة عن المركز العالمي بعض المعلومات العامة عنه.
ج. أنشطة الوحدة / الفرقة / المجموعة
- مجموعة من الأنشطة التي يمكنك قيادة استخدامها مع مجموعات المرشدات وفتيات الكشافة
- د. دعم المركز
أمور يمكنك القيام بها كقائدة أو كإحدى الداعمات للمساعدة في دعم المركز العالمي والترويج له

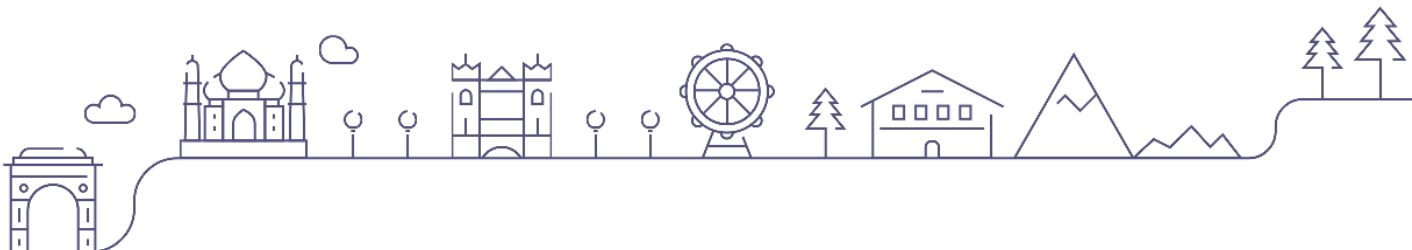
كيفية استخدام هذه المجموعة

باستخدام المعلومات والأنشطة الواردة في هذه المجموعة، ستتمكنين من الاحتفاء بتنوع حركة المرشدات وفتيات الكشافة والتعرف عليه من خلال المراكز العالمية. تتضمن المجموعة بعض الأنشطة التأملية التي تساعدك على استكشاف وجهات نظر مختلفة.

يمكنك استخدام الأنشطة كما هي، أو الاستفادة منها لإلهامك بأفكار جديدة أو تطوير أنشطة أخرى تناسب مجموعتك.

يمكنك تنفيذ بعض الأنشطة بمفردك للتعرف على المركز العالمي، أو مشاركتها مع مجموعتك والتعلم معًا أثناء تنفيذها.

كما يمكنك تعديل الأنشطة لتناسب احتياجاتك، مثل الفئة العمرية، حجم المجموعة، أو حتى تنفيذها بشكل افتراضي.





الواقز

أ

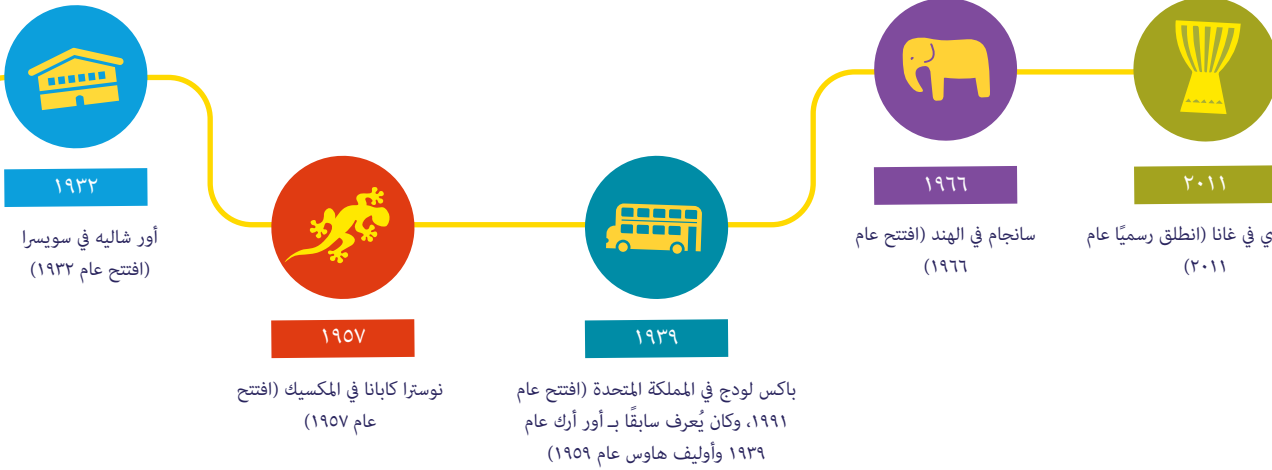
ما هي الواقز؟

الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة هي أكبر حركة تطوعية مكرسة لتعليم وتمكين الفتيات والشابات حول العالم. تأسست عام 1928، وتضم اليوم أكثر من 11.2 مليون عضوة في 153 دولة. وتتمثل رسالتها في: "تمكين الفتيات والشابات من تطوير كامل إمكاناتهن ليصبحن مواطنات مسؤولات في العالم."

ما هي المراكز العالمية؟

المراكز العالمية التابعة للواقز هي مساحات آمنة تجمع المرشدات وفتيات الكشافة من مختلف أنحاء العالم، حيث يمكنهن التواصل، وخوض المغامرات، وبناء شخصياتهن. لكل مركز بيئة وتقاليد مميزة، ويهدف كل منها إلى تمكين الفتيات من خلال تطوير مهارات القيادة وتعزيز الثقة بالنفس لبناء عالم أفضل.

المراكز العالمية الخمسة:



في هذا الدليل، ستتاح لك الفرصة للتعرف بشكل أعمق على مركز أور شاليه .





ولكن يجب في البداية أن نتعلم قليلاً عن المراكز العالمية

يوجد نوعان من الأنشطة في هذا القسم:



الألعاب

طرق ممتعة للتعلم عن المراكز العالمية

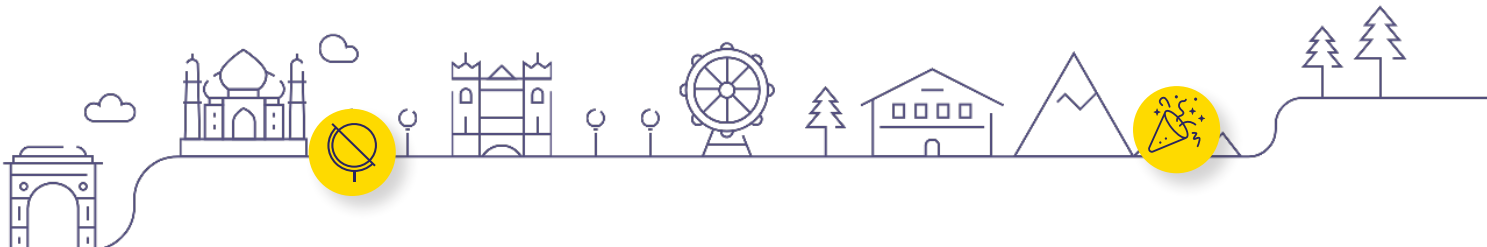


أنشطة ثقافية

استكشاف المراكز العالمية، مواقعها، ومعلومات عنها

يمكنك استخدام الجدول لاختيار النشاط الذي ترغبين في تجربته، أو يمكنك تجربة جميع الأنشطة!

النوع	أسم النشاط	الفئة العمرية	الوقت	التحضير	الصفحة
ثقافي	تحديد المواقع على الخريطة	جميع الأعمار	٢٠ دقيقة	خريطة عالم + دبابيس أو بديل رقمي	9
لعبة	ألعاب البطاقات	جميع الأعمار	٢٠-٣٠ دقيقة	بطاقات المراكز العالمية	10
ثقافي	القصة التفاعلية	جميع الأعمار - مجموعات كبيرة	٢٠ دقيقة	قصة + أدوات - اختياري	12
ثقافي	وكالة سياحية	١٢ سنة وأكبر	٤٥-٦٠ دقيقة	معلومات عن ٥ المراكز	13
لعبة	اختبار الواقر	جميع الأعمار	٢٠ دقيقة	أسئلة + مصادر	15
لعبة	سباق تبادل الهدايا	جميع الأعمار - مجموعات كبيرة	٢٠-٣٠ دقيقة	عناصر من كل مركز	16





طريقة التنفيذ

١. حددي مواقع المراكز العالمية على الخريطة وضعي دبوساً لكل مركز.
٢. أضيفي موقع مجموعتك أو اجعلي كل مشاركة تضيف موقعها.

بدائل

- استخدام أدوات رقمية مثل: مبرو، كانفا، بادلت
- استخدام خرائط جوجل أو خريطة المناطق الزمنية
- رسم خريطة على الأرض باستخدام الطباشير واستخدام أشخاص أو أدوات بدلاً عن الدبابيس



الهدف

التعرف على بعض المعلومات العامة عن المراكز العالمية.



الأدوات المطلوبة

- خريطة العالم
- ٥ دبابيس بألوان مختلفة أو يمكنك صنع دبوس لكل مركز باستخدام علم الدولة أو شعار المركز
- دبوس لمجموعتك أو دبوس لكل مشاركة إذا كنت من دول مختلفة



أسئلة للتفكير

- أي مركز هو الأقرب لك؟
- أي مركز هو الأبعد؟
- أي مركز ترغبين في زيارته؟
- ما الأنشطة التي تتوقعين القيام بها هناك؟
- كم سيستغرق الوصول إليه؟
- كيف ستسافرين إليه؟
- هل سبق أن زرت هذا البلد؟ شاركي تجربتك
- هل تعرفين شخصاً زار هذا المركز؟ كيف كانت تجربته؟
- ما اللغة التي تعتقدين أنهم يتحدثون بها؟
- كيف سيكون شعورك إذا كنت في مكان لا تفهمين لغته؟
- ما الأطعمة التقليدية هناك؟ هل تعجبك؟ هل تستطيعين تناولها يومياً؟



كل الأعمار



٣٠-٢٠ دقيقة

ألعاب البطاقات



الأدوات المطلوبة

مجموعة واحدة على الأقل من بطاقات المراكز العالمية
-من قسم المصادر
يمكن استخدام أكثر من مجموعة للمجموعات الكبيرة



الهدف

التعرف على معلومات عن كل مركز عالمي واكتشاف أوجه التشابه والاختلاف بينها من خلال الألعاب.

طريقة التنفيذ

ألعاب البطاقات

١. لعبة "نحن عائلة"

وزعي 4 بطاقات لكل مشاركة

ضعي بطاقة مكشوفة في الوسط والباقي مقلوب

الهدف: جمع 4 بطاقات متشابهة (نفس المركز أو الشعار)

كل مشاركة تسحب بطاقة ثم ترمي أخرى

تنتهي اللعبة عند جمع 4 بطاقات متشابهة

تعرض كل مشاركة بطاقتها ويتم النقاش

٢. لعبة الذاكرة

i.ضعي جميع البطاقات مقلوبة في المنتصف.

تأخذ كل لاعبة دورها في قلب بطاقتين.

إذا كانتا متطابقتين، يمكنها الاحتفاظ بالبطاقتين والحصول على دور إضافي.

يمكن للقائدة تحديد ما يُعتبر «تطابقاً»، مثل أن تكون البطاقتان من المركز نفسه أو تحملان الشعار نفسه.

تنتهي اللعبة عندما يتم سحب جميع البطاقات الموجودة في المنتصف

٣. المركز

i. وزعي جميع البطاقات على اللاعبين.

ii. تأخذ كل لاعبة دورها في وضع بطاقة مكشوفة في المنتصف. إذا كانت البطاقة الموضوعية في المنتصف تتطابق مع البطاقة المكشوفة الموجودة في أعلى الرزمة، يمكن لأي لاعبة وضع يدها على الرزمة والمناداة بكلمة «المركز» للفوز بالرزمة.

يمكن للقائدة تحديد ما يُعتبر «تطابقاً»، مثل أن تكون البطاقتان من المركز نفسه أو تحملان الشعار نفسه.

وكطريقة أخرى للعب، يمكن للاعبات المناداة باسم التطابق، مثل اسم المركز. iii. يمكن للاعبات اللواتي لا يمكن أي بطاقات الاستمرار في أخذ البطاقات من المنتصف.

iv. تنتهي اللعبة عندما تصبح جميع البطاقات بحوزة لاعبة واحدة (أو عند انتهاء الوقت المحدد).





طريقة التنفيذ

ألعاب جماعية

٣. رتبها

(لهذا النشاط، ستحتاجين إلى مجموعة واحدة من البطاقات لكل فريق)

i. قسّمي المجموعة إلى فرق (من ٣ إلى ٦ لاعبات في كل فريق، فريق واحد لكل مجموعة من البطاقات).

ii. تتمركز جميع الفرق في أحد طرفي الغرفة.

iii. ضعي جميع البطاقات مقلوبة في منتصف الغرفة، مع توزيعها بشكل متفرق.

iv. يرسل كل فريق لاعبة واحدة لجمع بطاقة من المنتصف، ثم تضعها مع البطاقات التي جمعها فريقها في الطرف الآخر من الغرفة.

v. خلال دورها، يمكن للاعبة القيام بأحد الأمور التالية:

١. مركزي العالمي

i. ضعي جميع البطاقات مقلوبة في منتصف الغرفة، مع توزيعها بشكل متفرق.

ii. قسّمي المجموعة إلى ٥ فرق (فريق واحد لكل مركز عالمي)، ورقّمي كل لاعبة، بحيث يجب عليهن الركض إلى المنتصف بالترتيب حسب أرقامهن.

iii. ترسل كل مجموعة اللاعبة رقم ١ لجمع بطاقة من المنتصف.

• إذا كانت البطاقة تخص فريقها (أي تخص المركز العالمي الذي اختاره الفريق)، تحتفظ اللاعبة بالبطاقة، ويمكن للاعبة رقم ٢ جمع بطاقة أخرى من المنتصف.

• إذا كانت البطاقة لا تخص فريقها، فعلى اللاعبة رقم ٢ إعادة البطاقة إلى المنتصف (مقلوبة) والعودة خالية الوفاض، ثم يمكن للاعبة رقم ٣ جمع بطاقة من المنتصف.

iv. تنتهي اللعبة عندما يتمكن كل فريق من جمع جميع البطاقات الخاصة بالمركز العالمي التابع له.

٢. الكل مع بعض

i. ضعي جميع البطاقات مقلوبة في منتصف الغرفة، مع توزيعها بشكل متفرق.

ii. قسّمي المجموعة إلى فرق (من ٣ إلى ٦ لاعبات في كل فريق).

iii. يرسل كل فريق لاعبة واحدة في كل مرة لجمع بطاقة.

iv. توضع البطاقات التي تم جمعها مكشوفة أمام الفريق.

v. الهدف هو جمع ٤ بطاقات من المجموعة نفسها. بمجرد اكتمال المجموعة، توضع البطاقات مقلوبة ولا يمكن استخدامها مرة أخرى.

vi. مع استمرار اللعبة، يمكن لفريق آخر أخذ البطاقات المكشوفة الموجودة لدى أي فريق.

vii. الفريق الذي يجمع أكبر عدد من المجموعات هو الفائز.

بدائل

- غيّري عدد البطاقات؛ فعلى سبيل المثال، عند اللعب مع العضوات الأصغر سنًا، يمكنك استخدام عدد أقل من البطاقات في كل مجموعة.



- ما الشيء الذي لم تكوني تعرفينه قبل لعب هذه اللعبة؟
- ما الأشياء المشتركة بين المراكز العالمية؟
- ما المميزات الفريدة التي يتميز بها كل مركز عالمي؟
- برأيك، لماذا تختلف المراكز العالمية عن بعضها البعض؟



الأدوات :

قصة المركز العالمي (موجودة ضمن المصادر).
مستلزمات أو أدوات تمثيلية (اختيارية).



الهدف

التعرف على المراكز العالمية بطريقة تفاعلية.

طريقة التنفيذ:

البداية

- قسّمي المجموعة إلى ٥ مجموعات، وامنحي كل مجموعة حركتين.
- اطلبي من كل مجموعة الوقوف وأداء الحركات المخصصة لها.
- اجعلي الجميع يؤدين جميع الحركات.
- جرّبي تنفيذ النشاط عن بُعد عبر الإنترنت.
- غيّر الاستجابات اللفظية إلى حركات جسدية.

١. اشرحي للمجموعة أن كل شخص أو مجموعة ستمثل كلمة أو حركة مختلفة. هناك ١٠ كلمات وحركات مختلفة، لذلك قسّمي المجموعة إلى ١٠ مجموعات.
٢. خصّصي لكل مجموعة حركة معينة، كما هو موضح في بداية القصة الموجودة ضمن المصادر.
٣. في كل مرة تُذكر فيها إحدى هذه الكلمات أثناء القصة، يجب على المجموعة المسؤولة عنها أداء الحركة المخصصة لها.



أسئلة للتفكير

- ما الشيء الذي لم تكوني تعرفينه قبل سماع هذه القصة؟
- كيف كان كل مركز عالمي يحب الاحتفال؟
- لماذا تحتفل المراكز العالمية بطرق مختلفة؟
- أي مركز عالمي أصبحت الآن متحمسة لزيارته؟ ولماذا؟



الأدوات :

مجموعة تتكون من ١٢ إلى ١٨ شخصاً على الأقل، يتم تقسيمهم إلى ست مجموعات.
خمس طاولات صغيرة، أو مساحات يمكن تجهيزها كطاولات للتبادل أو كأكشاك معلومات.
مجموعة متنوعة من المصادر والمعلومات حول كل مركز من المراكز العالمية الخمسة.
على سبيل المثال: صور، كتب، مستندات، منشورات، مواقع إلكترونية، تذكارات، وأشخاص سبق لهم زيارة هذه المراكز.



الهدف

التعرف على المراكز العالمية بشكل أعمق و التشابه والمعطيات
الفريدة

طريقة التنفيذ:

١. يتم تعيين مركز عالمي لكل مجموعة، أو تختار المجموعة المركز الذي ترغب فيه. أما المجموعة السادسة فتكون بمثابة «السياح».
٢. تحصل مجموعات المراكز العالمية على مصادر ومعلومات عن المركز العالمي الخاص بهن. ويكون لديهن 15 دقيقة لجمع المعلومات من المصادر المتاحة حول مركزهن العالمي. وبعد ذلك، عليهن إعداد:
أ: طاولة تعريفية أو كشك معلومات عن المركز العالمي.
ب: عرض تقديمي (عرض تسويقي) للتعريف بالمركز العالمي وجذب الزائرين إليه.
٣. أثناء استعداد مجموعات المراكز العالمية، تقوم مجموعة «السياح» بالتفكير في هرم الاحتياجات* الخاص برحلتهم المثالية إلى أحد المراكز العالمية التابعة للجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (الواقز)، كما يحددن الأسئلة التي يرغبن في طرحها على كل مركز حول مختلف المراكز العالمية.
٤. وكما هو الحال في الهرم، إذا لم نؤمن المستويات الأساسية، فمن الصعب الانتقال إلى المستويات الأعلى. لذلك، نحتاج دائماً إلى البدء بتلبية احتياجاتنا الأساسية قبل أن نتمكن من التركيز على أحلامنا وطموحاتنا الأكبر!
٥. بعد أن تصبح المراكز العالمية جاهزة، تنقسم مجموعة «السياح» إلى مجموعات صغيرة، إذا كان ذلك ممكناً، وتقوم كل مجموعة بزيارة كل مركز عالمي لمدة 5 دقائق تقريباً، مع طرح الأسئلة التي تساعدن على تحديد ما إذا كان هذا هو المركز العالمي الذي يرغبن في زيارته.
٥. بينما تقوم «السياح» بمراجعة النتائج والمعلومات التي جمعتها، يمكن لمجموعات المراكز العالمية زيارة المراكز العالمية الأخرى.
٦. في النهاية، تعلن «السياح» عن المركز العالمي الذي ستختار كل واحدة منهن زيارته في المستقبل، مع توضيح سبب اختيارهن لهذا المركز.





بدائل

- بدلاً من إعداد كشك معلومات، يمكن تنظيم حلقة نقاش، بحيث تشارك شخصية واحدة من كل مركز عالمي في الحلقة، وتقدم عرضاً للسياح يوضح لماذا ينبغي لهم اختيار زيارة مركزهم العالمي في المستقبل.
- الخيار عبر الإنترنت: استخدم الغرفة الفرعية لتقسيم المجموعات أثناء التحضير، وإذا أمكن، يمكن أن تنضم إلى كل مجموعة شخصية سبق لها زيارة المركز العالمي لمساعدتهم.
- بعد ذلك، يمكن تنظيم حلقة نقاش جماعية، حيث تقدم ممثلة عن كل مركز عالمي عرضها أمام مجموعة السياح.

أسئلة للتفكير

- ما الشيء الذي لم تكوني تعرفينه من قبل قبل القيام بهذا النشاط؟
- ما بعض الأمثلة على الأنشطة أو الخدمات التي تقدمها المراكز العالمية والتي ترتبط بشكل قوي بالدولة التي يقع فيها كل مركز؟
- أي مركز عالمي أصبحت الآن متحمسة لزيارته؟ ولماذا؟





ستحتاجين إلى:

- أسئلة الاختبار وإجاباتها (في المصادر)
- إمكانية الوصول إلى مصادر للإجابات إذا كان النشاط استكشافياً



الهدف

للتعرّف على مدى معرفة المشاركات بالجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة. يمكن استخدام هذا النشاط لمساعدتهن على تعلّم بعض المعلومات الأساسية، أو لاختبار مدى معرفتهن بعد تنفيذ نشاط آخر.

ماذا تفعلين:

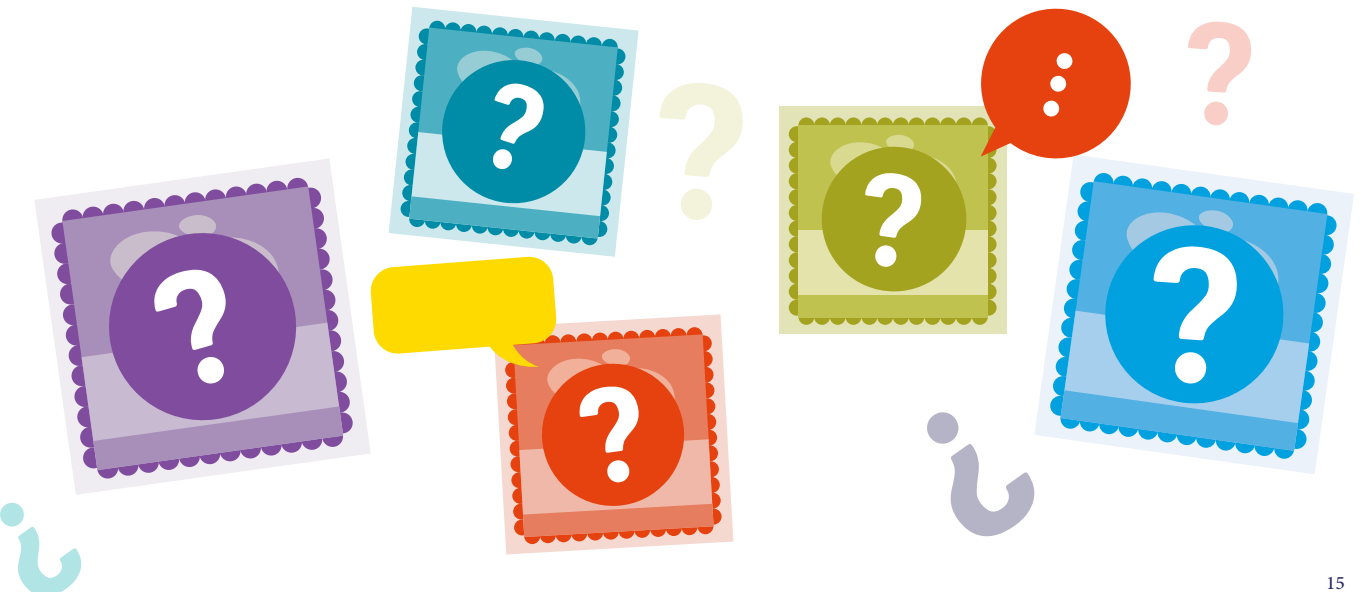
- اقرئي الأسئلة بصوت عالٍ واطلبي من المشاركات الإجابة:
- رفع اليد واختيار واحدة للإجابة
- أو أن يصرخن بالإجابة جميعاً

بدائل:

- استخدم الاختبار كنشاط استكشافي عبر تزويدهن بالمصادر (كتب، منشورات، مواقع إلكترونية).
- قسّمي المشاركات إلى فرق ودعيهن يتنافسن (مثل برنامج مسابقات).
- أنشئي بطاقات أسئلة وأجوبة (سؤال في بطاقة وإجابة في أخرى)، واعلمي لعبة مطابقة.
- أنشئي اختبار اختبار من متعدد واطلبي منهن التحرك إلى مكان في الغرفة يمثل الإجابة الصحيحة.
- اصنعي نسخة إلكترونية باستخدام أدوات مثل الكاهوت.

أسئلة للتفكير:

- كم تعرفين عن الواقع؟
- ما الشيء السهل تذكّره؟ ولماذا؟
- ما الشيء الصعب تذكّره؟ ولماذا؟
- كيف يمكنك تعلّم المزيد عن الواقع؟





ستحتاجين إلى:

- مجموعة متنوعة من التذكارات من كل مركز عالمي (منشورات، صور، تذكارات....)
- عدد كافٍ لعمل حزمة لكل مجموعة
- شخص واحد على الأقل يعرف مصدر كل قطعة
- صورة لكل مركز عالمي

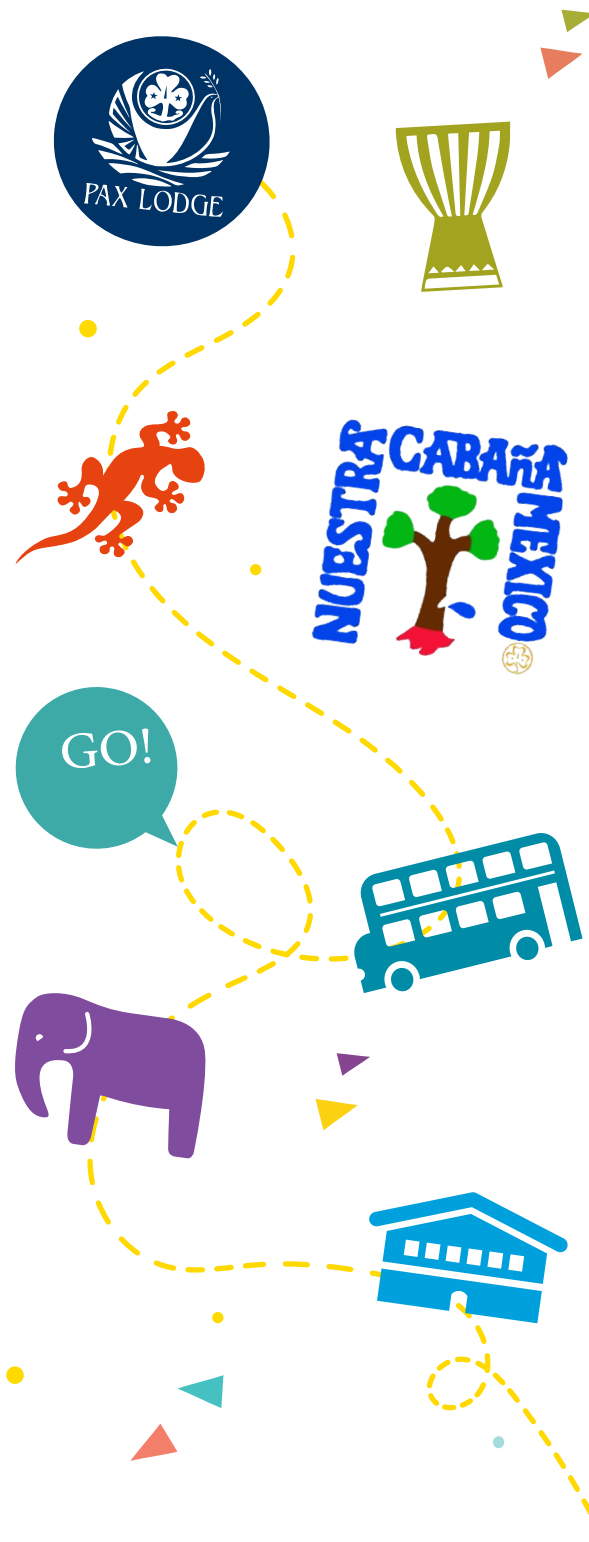


الهدف

استكشاف التذكارات من كل مركز عالمي ومعرفة أوجه التشابه والاختلاف بينها.

ماذا تفعلين:

1. اشرحي لهن أن مهمتهن هي إعداد حزمة تذكارية واحدة من العناصر لكل مجموعة من اللاعبات، مع التأكد من وجود تنوع في العناصر ومصادرها. وستتضمن هذه الحزم عناصر تمثل كل مركز من المراكز العالمية.
2. قسّمي المشاركات إلى مجموعات، بحيث تكون هناك مجموعة واحدة لكل حزمة تذكارية.
3. ضعي الحزم التذكارية في أحد طرقي الغرفة أو المساحة، بحيث تكون كل حزمة مقابلة للمجموعة المصطفة في الطرف الآخر. يمكن وضع الحزم بشكل منفصل على الأرض، أو على طاولة أو كرسي، أو داخل سلة أو صندوق أو حقيبة تسوق. ضعي صور المراكز العالمية بالقرب من العناصر التذكارية. يمكن تثبيتها على لوحة، أو على ظهر كرسي، أو وضعها على الأرض. عند سماع كلمة «انطلق»، تركض أول لاعبة من كل مجموعة إلى الحزمة التذكارية الخاصة بها، وتختار عنصرًا، ثم تحدد مصدره من خلال الإشارة إلى صورة المركز العالمي.
4. إذا كانت إجابتها صحيحة، يمكنها أخذ العنصر الذي اختارته والعودة به إلى مجموعتها. إذا كانت إجابتها خاطئة، فعليها العودة إلى مجموعتها خالية الوفاض. بمجرد عودة اللاعبة الأولى إلى المجموعة، يأتي دور اللاعبة الثانية.
5. واصل اللعب حتى تتمكن جميع المجموعات من تحديد مصدر جميع العناصر التذكارية الخاصة بها بنجاح.





بدائل

- يمكن تنفيذ هذا النشاط عبر الإنترنت كنشاط جماعي باستخدام الصور، بحيث تتنافس المجموعات على تحديد جميع العناصر الخاصة بها أولاً.
- العنبر لعبة كيم باستخدام مجموعة مختارة من العناصر، وتأكد من أنهم يستطيعون تحديد المركز العالمي الذي يأتي منه كل عنصر.

ماذا تحتاجين:

- بضعة أشياء صغيرة (٥-٦ أشياء مثل ملعقة، كرة، كتاب، لعبة، قلم رصاص، وغيرها).

طريقة التنفيذ



أسئلة للتفكير

- ما الشيء الذي لم تراه أو تلمسه من قبل هذا النشاط؟
- أي عنصر تمكنت من تحديده بشكل صحيح من المرة الأولى؟ ولماذا؟
- أي عنصر احتاج منك إلى عدة محاولات قبل أن تتمكن من تحديده بشكل صحيح؟ ولماذا؟
- أي عنصر أعجبك أكثر؟ ولماذا؟
- أي عنصر ترغبين في معرفة المزيد عنه؟
- أي مركز عالمي أصبحت الآن متحمسة لزيارته؟ ولماذا؟

١. عرض العناصر:

- ضعي ٥ أو ٦ أشياء صغيرة على طاولة أو صينية. وتأكد من أن الجميع يستطيع رؤيتها بوضوح.

٢. انظري بعناية:

- امنحي اللاعبين ٣٠ ثانية للنظر عن قرب إلى العناصر. واطلبي منهن محاولة تذكر ما هو موجود على الصينية.

٣. تغطية العناصر:

- بعد مرور ٣٠ ثانية، غطي العناصر بقطعة قماش أو أزيلها من أمام الأنظار.

٤. اطرحي الأسئلة:

- اطلبي من اللاعبين ذكر أكبر عدد ممكن من العناصر التي يتذكرنها. على سبيل المثال:
- ماذا كان موجوداً على الطاولة؟
- ما لون الكرة؟
- هل كانت هناك ملعقة؟

- أثناء تغطية العناصر أو إخفائها عن الأنظار، أزيل عنصرًا أو عنصرين.

- أظهري العناصر مرة أخرى، واطلبي من اللاعبين تحديد العنصر أو العناصر المفقودة.

٥. شاهدي من تتذكر أكثر:

- اللاعب التي تتذكر أكبر عدد من العناصر تفوز باللعبة!



تعرفني على الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (الواقز) والمراكز العالمية:



المصادر

يتضمن هذا القسم الموارد المطلوبة للأنشطة الواردة فيه، مثل القوالب، والبطاقات، والقصص.

لعبة البطاقات



استخدمي هذا القالب لإعداد مجموعة من البطاقات. يمكنك إضافة معلومات إضافية من اختيارك.

أور شاليه	نوسترا كابانا	باكس لودج	سانجام	كوسافيري
٣١ يوليو ١٩٣٢	٢٤ يوليو ١٩٥٧	٢ مايو ١٩٣٩	١٦ أكتوبر ١٩٦٦	١١ يوليو ٢٠١١
تذكر اليوم الذي قابلتك فيه.	الرمز الواحد	نتمنى لك الحب	تحت السيرا مادري العظيمة	عالياً، عالياً على الجبل
الإنجليزية	الإنجليزية	الإنجليزية	الإنجليزية	الإنجليزية الفرنسية
أديبودن، سويسرا	كويرنافاكا، المكسيك	لندن المملكة المتحدة	بونا، الهند	أكرا، غانا (٢٠٢٤-٢٠٢٦)



1. قسّمي المجموعة إلى 10 مجموعات.
2. خصصي لكل مجموعة حركة/فعل كما هو موضح أدناه.

خمسّة مراكز عالمية	صاقي الشخص الذي يجلس بجانبك
حفلة	هاتف
عيد ميلاد	أطلقني السمعة
سانجام	مرحباً (نمستي)
أور شاليه	كزني شكل جيل
نوسترا كابانيا	اصرخي 'هولا'
باكس لودج	انحنى تحية
كوسافيري	اعزفي على الطبول
فتيات الكشافة	حيّ التحية العسكرية
واقز	اصرخي "المرشدات وفتيات الكشافة"

3. اقرئي القصة: في كل مرة تُذكر فيها إحدى هذه الكلمات (المحددة في القصة)، يجب على المجموعة المخصصة لها تنفيذ الحركة المطلوبة

القصة

تضم الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة خمسّة مراكز عالمية تتوزع في: المملكة المتحدة، والمكسيك، وسويسرا، والهند، وغانا (إقليم إفريقيّا). يقدم كل مركز برنامجاً من الفعاليات والأنشطة التي تعكس طابع وثقافة الدولة التي يقع فيها، إلى جانب أجواء الاحتفال المميزة! واليوم نحتفل مع مراكزنا العالمية الخمسة بمناسبة ذكرى تأسيس كل منها:

أور شاليه – سويسرا (٣١ يوليو):

أقدم المراكز العالمية الخمسة، ويقع في نهاية طريق يمتد أسفل سلسلة جبال ساحرة. تتناول المرشدات وفتيات الكشافة فيه الكثير من الجبن، وخاصة أثناء الحفلات والمناسبات!

باكس لودج – إنجلترا (١٥ مارس):

يقع في قلب مدينة لندن، ويُعد مكاناً رائعاً لاستكشاف العاصمة والالتقاء بالمرشدات من مختلف أنحاء العالم. وفي ذكرى تأسيسه، يُقدّم للضيوف شاي بعد الظهيرة التقليدي مع كعك «السكونز» والمربى والقشطة.

نوسترا كابانيا – المكسيك (٢٤ يوليو):

يقع في مدينة «كويرنافاكا» على بعد بضع ساعات بالحافلة من مدينة مكسيكو. يتيح لك المركز الانغماس في الفنون والثقافة المكسيكية والاستمتاع بروح الأخوة الكشفية العالمية.

سانجام – الهند (١٦ أكتوبر):

يساعدك على اكتشاف ذائك والتغيير الذي ترغبين في إحداثه في العالم. يقع في مدينة «بونا» (القريبة من مومباي)، وتُمارس المشاركات فيه اليوغا يومياً كجزء رئيسي من برنامجهن، ويحتفلن دائماً ببعثة عيد الميلاد والتقاليد الخاصة!

كوسافيري – إقليم إفريقيّا (١١ يوليو):

أحدث المراكز العالمية، وهو فريد من نوعه لأنه يتنقل بين دول الإقليم؛ حيث يتواجد حالياً في غانا لِيخدم إقليم إفريقيّا بأكمله. وفي عيد ميلاده العاشر، تم تأليف أغنية خاصة تُعرّف دائماً لإضفاء أجواء احتفالية ممتعة.

الآن أصبحت تعرفين المزيد عن المراكز العالمية الخمسة: كوسافيري، سانجام، باكس لودج، أور شاليه، ونوسترا كابانيا... فمتى ستكون رحلتك القادمة للاحتفال في أحدها؟



روابط للعثور على الإجابات

- الصفحة الرئيسية للرابطة العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة
- نبذة عن الرابطة العالمية للمرشدات وفتيات

أسئلة وأجوبة الاختبار

اختاري الأسئلة المناسبة لمجموعتك ونشاطك. وابحثي عن أسئلة إضافية وأضيفيها بما يتناسب مع مجموعتك.

1. إلى ماذا ترمز الواقر أو ماذا تعني؟	الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة
2. كيف تصف الواقر؟	أكبر حركة تطوعية مكرسة لتمكين الفتيات والشابات في العالم
3. ما هو رمز الواقر؟	زهرة النفل، المستخدمة في الشارة العالمية، هي الرمز الموحد للرابطة العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة، حيث يحمل كل جزء من تصميمها معنى خاصًا.
4. ما هي مهمة الواقر؟	تمكين الفتيات والشابات من تطوير أقصى إمكاناتهن كمواطنات مسؤولات في العالم
5. ما هي رؤية الواقر؟	من أجل عالم متساو تستطيع فيه جميع الفتيات الازدهار. وبحلول عام ٢٠٢٢، ستكون حركة تقودها الفتيات، حيث تشعر كل فتاة بالثقة في القيادة والتمكين للمساهمة معًا في بناء عالم أفضل.
6. كيف يبدو علم العالم؟	تبقى زهرة النفل الذهبية هي العنصر الرئيسي على خلفية زرقاء. ويمثل الوهج الأبيض في الزاوية السفلية اليمنى التزام الرابطة العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة بالسلام. وتتوجها ثلاث كتل ذهبية ترمز إلى الوعد الثلاثي. ويُستخدم هذا الرمز في المراكز العالمية، والمكتب العالمي، وتجمعات الرابطة العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة، ومن قبل جميع المنظمات الأعضاء، وغالبًا ما يُستخدم كعلم للوحدة.
7. ما هو السطر الأول من أغنية العالم؟	طريقنا واضح ونحن مُضي قدمًا
8. كم عدد أعضاء الواقر؟	١٥٣ منظمة عضو - ما يقارب ١١,٢ مليون فتاة وشابة
9. متى عُقد المؤتمر العالمي الأول للواقر؟	١٩٢٠، في إنجلترا
10. في أي سنة تأسست الواقر؟	١٩٢٨، في المؤتمر الدولي الخامس في المجر
11. كم عدد الدول الأعضاء المؤسسة للواقر؟ اذكر 3 دول.	٣٦ دولة: أستراليا، بلجيكا، كندا، تشيكوسلوفاكيا، الدمارك، إستونيا، فنلندا، فرنسا، المجر، آيسلندا، الهند، اليابان، لاتفيا، ليبيريا، ليتوانيا، لوكسمبورغ، هولندا، نيوزيلندا، النرويج، بولندا، جنوب أفريقيا، السويد، سويسرا، المملكة المتحدة وأيرلندا الشمالية، الولايات المتحدة الأمريكية ويوغوسلافيا
12. كم عدد مناطق الواقر؟ وما هي أسماؤها؟	هناك خمسة أقاليم تابعة للرابطة العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة: أفريقيا، العربي، آسيا والمحيط الهادئ، أوروبا، ونصف الكرة الغربي.
13. اذكر المراكز الخمسة العالمية	أور شاليه - نوسترا كابانيا - باكس لودج - سانغام - كوسافيري
14. أي الدول لديها مركز عالمي؟	سويسرا (أور شاليه) المكسيك (نوسترا كابانيا) إنجلترا/المملكة المتحدة (باكس لودج) الهند (سانغام) أفريقيا، وحاليًا غانا (كوسافيري)
15. لماذا يعتبر كوسافيري مختلفًا عن المراكز العالمية الأخرى؟	قبل قرار عام ٢٠٢٣ باستضافة كوسافيري في غانا، أُقيمت الفعاليات في تسع دول مختلفة.
16. أي مركز عالمي كان آخر من افتتح؟ وفي أي سنة؟	كوسافيري، افتتح عام ٢٠١١
17. أي مركز عالمي كان أول من افتتح؟ وفي أي سنة؟	أور شاليه، ١٩٣٢
18. ما هو الغرض من المراكز العالمية؟	المراكز العالمية هي مساحات آمنة توفرها الرابطة العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة، حيث تتواصل المرشدات وفتيات الكشافة من جميع أنحاء العالم، ويخضن المغامرات ويطورن مهارات القيادة.
19. ما هو الشعار الفرعي للمراكز العالمية؟	عالم من الإمكانات



أور شاليه



عند تفاعلك مع ثقافات أخرى، من المهم أن تفهمي الفرق بين التقدير الثقافي والاستيلاء الثقافي:

الاستيلاء الثقافي

يحدث عندما يتم استخدام عناصر من ثقافة معينة دون فهم أو احترام، مما يؤدي إلى تجريدها من معناها وسياقها. وقد يكون ذلك أحياناً بهدف الموضة أو المكاسب الشخصية دون تقدير خلفيتها الثقافية.

التقدير الثقافي

هو سعيك الصادق للتعرف على ثقافة ما وفهمها بهدف توسيع آفاقك وبناء علاقات إنسانية أعمق. ويتضمن ذلك احترام التقاليد والممارسات ومعرفة معانيها وقيمتها ضمن سياقها الثقافي.



مثال على الاستيلاء الثقافي:

وفي السياق السويسري، من أمثلة التقدير الثقافي أن تحضري منافسات «الشفينغفست» (المصارعة السويسرية). تُعد هذه الفعاليات تقليداً ثقافياً عريقاً في سويسرا، حيث بدأت في الأصل كتسلية وهواية لرعاة الماشية.

واليوم، تحظى هذه الرياضة بشعبية واسعة ويتابعها الكثيرون بشغف، بمن فيهم جيل الشباب. حتى أن التلفزيون السويسري يغطي فعاليات كحدث رياضي رئيسي لا يقل أهمية ومتابعة عن كرة القدم، أو هوكي الجليد، أو التنس.

ورغم أنها كانت تُعرف قديماً كرياضة مقتصرة على الرجال، إلا أن عام ١٩٨٠ شهد انطلاق المصارعة السويسرية النسائية. كما أن حضورك للعديد من مباريات «الشفينغفست» لا يقتصر على متابعة الرياضة فحسب، بل يتيح لك التفاعل مع جوانب ثقافية سويسرية أخرى؛ حيث يمكنك الاستمتاع بالأطعمة المحلية، والموسيقى التقليدية، والتعرف على رياضات سويسرية أخرى أقل شهرة تُعرض وتُمارس ضمن نفس الفعالية.



مثال على الاستحواذ (أو الاستيلاء) الثقافي:

رغم أن الأمثلة قد تساعدك على فهم فكرة «الاستحواذ الثقافي»، إلا أننا لم نذكر مثلاً سويسرياً هنا. والسبب هو أن الاستحواذ الثقافي يرتبط عادةً بمواقف أو فترات تكون فيها لمجموعة معينة سلطة أو نفوذ أكبر من مجموعة أخرى.

ورغم أنه يمكن تقليد التقاليد السويسرية أو استخدامها بطرق قد يراها البعض غير لائقة أو تفتقر للاحترام، إلا أن هذا لا يُعتبر بالضرورة استحواذاً ثقافياً.

من المهم جداً أن تدركي الفرق بين «التقدير الثقافي»، و«التبادل الثقافي»، و«الاستحواذ الثقافي»؛ ولهذا السبب تحديداً، لم ندرج أي مثال سويسري في هذا السياق.

كيف يمكنك تقدير الثقافة؟

لتقدير ثقافة المراكز العالمية والدول التي تقع فيها بشكل حقيقي، احرصي على أن:

١. تتعلمي المعاني الكامنة وراء الممارسات، أو الأزياء، أو الأنشطة التي تشاركين فيها.

٢. تتفاعلي مع المجتمعات المحلية للاستماع إلى قصصهم وتقاليدهم وتاريخهم.

٣. تحترمي الرموز الثقافية من خلال فهم أهميتها واستخدامها بطريقة مناسبة.

من خلال تعزيز التقدير الثقافي، يمكنك الاحتفاء بتنوع العالم وبناء علاقات إنسانية قائمة على الاحترام والتفاهم المتبادل.



مقدمة عن

المركز العالمي أور شاليه



كيف بدأت الحكاية



في عام ١٩٢٩، قررت اللجنة العالمية للجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (المجلس العالمي حالياً) إنشاء مركز عالمي يجتمع فيه جميع المرشدات وفتيات الكشافة من مختلف أنحاء العالم لتبادل الخبرات والإنشاء. وفي عام ١٩٣٢، أصبح "أور شاليه" أول مركز عالمي للجمعية.

عرضت هيلين ستورو، وهي قائدة كشفية من الولايات المتحدة الأمريكية، التبرع بالمال اللازم لبناء المركز وتغطية نفقات تشغيله للسنوات الأربع الأولى، بشرط أن يُبنى في سويسرا. وافقت اللجنة العالمية وعيّنت القائدة الكشفية السويسرية إيدا فون هيرنشواند، المعروفة باسم "فالك"، لمساعدة هيلين ستورو في العثور على المكان المثالي لبناء المركز.

وبعد استعراض العديد من الخيارات، وقع الاختيار على منطقة أدلبودن لتكون موقعاً لـ "أور شاليه"، وبدأت أعمال البناء في عام ١٩٣١. وفي ٣١ يوليو ١٩٣٢، افتُتِح "أور شاليه" رسمياً بحضور أول قائدة عالمية للمرشدات، أولاف بایدن باول، وهيلين ستورو، وبمشاركة معظم أهالي قرية أدلبودن إلى جانب مرشدات وفتيات كشافة من جميع أنحاء العالم.

وقد وجّه القائد الكشفي الأول، لورد بایدن باول، تحدياً لـ "أور شاليه" ليكون مدرسة للنية الحسنة والتفاهم بين نساء المستقبل في العالم.

يمكنك العثور على المزيد من المعلومات حول تاريخ
«أور شاليه» عبر الرابط التالي:



في عام ١٩٣٢، أصبح "أور شاليه" أول مركز عالمي للجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (الواقز).



ما الذي يجعل أور شاليه مميزًا؟

الأهمية التاريخية: تأسس أور شاليه عام ١٩٣٢، ويتميز بتاريخه العريق باعتباره أول مركز عالمي تابع للرابطة العالمية للمرشدين وفتيات الكشافة، مما يجعله معلمًا مهمًا في حركة المرشدين وفتيات الكشافة على مستوى العالم.

الموقع: يقع أور شاليه في قلب جبال الألب السويسرية، ويوفر إطلالات رائعة على الجبال والوديان والمناظر الطبيعية الخلابة التي تبدو وكأنها من القصص. ويوفر موقعه بيئة هادئة، وفي الوقت نفسه مليئة بالمغامرات والإلهام للزوار.

التبادل الثقافي: يرحب أور شاليه بالمتطوعات والضيوف من جميع أنحاء العالم، ويدعم مجتمعًا نابضًا بتنوع الثقافات. وهذا يتيح فرصة مميزة للتبادل الثقافي وبناء صداقات عالمية.

المغامرة: يعني موقعه في جبال الألب أن هناك عددًا لا حصر له من الأنشطة الخارجية على مقربة منه، بدءًا من المشي لمسافات طويلة والتزلج وتسلق الصخور، وصولًا إلى التزلج على الزلاجات. وهناك دائمًا أنشطة ومغامرات على مدار العام، مما يجعله وجهة مثالية لعاشقات المغامرة والراغبات في استكشاف الطبيعة.

التمكين والقيادة: يركز أور شاليه على تمكين الشباب من خلال برامج تطوير القيادة، وورش العمل، والأنشطة التي تشجع على النمو الشخصي وتعزيز الثقة بالنفس.

الممارسات المستدامة: يلتزم أور شاليه بالاستدامة البيئية، ويطبق ممارسات صديقة للبيئة في عملياته، مما يعزز الوعي والمسؤولية تجاه الطبيعة لدى زواره.

المجتمع وروح الرفقة: يوفر مجتمع المتطوعات والموظفات المترابط في أور شاليه بيئة ترحيبية وداعمة، حيث تتكون صداقات تدوم طويلًا وتضع ذكريات لا تُنسى.

برامج الرابطة العالمية للمرشدين وفتيات الكشافة: يصفته جزءًا من الرابطة العالمية للمرشدين وفتيات الكشافة، يقدم أور شاليه برامج وفعاليات مميزة تتماشى مع رسالة المنظمة، ويوفر تجارب تعليمية وتطويرية للمرشدين وفتيات الكشافة من جميع أنحاء العالم.

أغنية أور شاليه

أغنية «أور شاليه» كتبها جوزيف بوفيه، مع كلمات فرنسية من تأليف السيدة إي. دروان دي مورسييه عام ١٩٣٢. أما النسخة الإنجليزية فكتبها بيتي أسكويث. وقد أدبت الأغنية لأول مرة في حفل افتتاح أور شاليه، ثم اعتمدت لاحقًا كأغنية للمركز.

عاليًا، عاليًا فوق الجبل،

لقد أسسنا أور شاليه ٢٠

سقفه المائل والواسع

سيؤوبنا دون عناء

وكل مرشدة وفتاة كشافة

ستجد فيه ترحيبًا حارًا.

عاليًا، عاليًا فوق الجبل،

سنذهب إلى أور شاليه ٢٠

حياتنا البسيطة حرة،

وقلوبنا سعيدة،

وأغانينا مرحة،

وستنذكر دائمًا

أفراح أور شاليه.

الاستماع إلى أغنية أور شاليه

البرامج المقدمة

يقدم أور شاليه برامج ممتعة ومليئة بالإثارة على مدار العام. بدءًا من رياضة المشي لمسافات طويلة والتجديف بالكاياك، وإشعال النار والألعاب الجماعية، ووصولًا إلى مسارات الانزلاق بالحبل والجسور المعلقة، والرحلات الاستكشافية إلى القلاع والبحيرات، وحتى مسار سباق الكرات الزجاجية! هناك حقًا ما يناسب الجميع. وبالطبع، في فصل الشتاء هناك عالم آخر بالكامل من الرياضات والأنشطة الممتعة المرتبطة بالثلوج! يوفر المركز إمكانية الإقامة ليلية واحدة للأفراد والمجموعات، كما يمكنه التخطيط لبرامج مخصصة حسب الاحتياجات. كما تتوفر جولات يومية ومراسم تثبيت الشارات للزوار الذين يأتون ليوم واحد. يقدم أور شاليه برنامجًا تطوعيًا مثيرًا لتطوير مهارات القيادة للمرشدين وفتيات الكشافة اللواتي تبلغ أعمارهن ١٨ عامًا فأكثر، حيث يرحب بالشابات من جميع أنحاء العالم للمشاركة في فترات تطوعية مدتها ثلاثة أشهر.

هل ترغبين في معرفة ما هو متاح حاليًا؟

انقري هنا!





تقاليد الدولة



تتميز سويسرا بالعديد من التقاليد:

- ألبابزوغ (Alpbazug/Descente des Allemands): في أواخر فصل الصيف والخريف، يتم إنزال الأبقار المزينة، وغالبًا ما تكون مزودة بأجراس كبيرة ومزينة بالزهور، من المراعي الجبلية وسط أجواء احتفالية.
- اليوم الوطني: يتم الاحتفال بيوم ١ أغسطس إحياءً لذكرى تأسيس الاتحاد السويسري عام ١٢٩١، وذلك من خلال إشعال النيران، وإطلاق الألعاب النارية، وإقامة التجمعات المجتمعية.
- اليودلة والبوق الألباني: يُعدّ اليودلة والعزف على البوق الألباني من أشكال الموسيقى التقليدية المتجذرة بعمق في ثقافة جبال الألب.
- عيد الميلاد: تجربة ساحرة تتميز بالمناظر الطبيعية لجبال الألب المغطاة بالثلوج، والأسواق، والأجواء الاحتفالية العائلية التي تزخر بالأنشطة الدافئة والتقاليد العريقة. ومن أبرز مظاهر الاحتفال الأضواء الاحتفالية، والنبذ الساخن المتبل (غلوفايين)، والفوندو، والعادات المحلية مثل زيارات القديس نيكولاس في ٦ ديسمبر.
- الهالوين: على الرغم من أنه ليس عيدًا تقليديًا في سويسرا، فإنه يُعدّ توجّهًا حديثًا ومتزايدًا، يجمع بين الاحتفالات المستوحاة من الطريقة الأمريكية والتقاليد المحلية الدافئة والمرتبطة بفصل الخريف.

الملف التعريفي للدولة



سويسرا دولة صغيرة تقع في جبال الألب في أوروبا. ويبلغ عدد سكانها ما يقارب تسعة ملايين نسمة. وبرن هي العاصمة. تقع أديلبودن، حيث يوجد أور شاليه، في كانتون برن وعلى ارتفاع ١,٣٥٠ مترًا (٤,٤٣٠ قدمًا) فوق سطح البحر. وتُصنّف سويسرا باستمرار ضمن أفضل ١٠ دول في العالم من حيث السعادة! ربما يعود ذلك إلى أنهم يتناولون ما يقارب ١٠ كيلوغرامات من الشوكولاتة للفرد سنويًا، أو ربما بسبب طبيعتها الخلابة. ستحتاجين إلى زيارتها لمعرفة السبب! العلم السويسري عبارة عن صليب أبيض على خلفية مربعة حمراء. وهو واحد من علمين وطنيين مربعين فقط في العالم. ويرمز العلم السويسري إلى الحياد والديمقراطية والسلام، وهو ما يعكس تقليد سويسرا الراسخ في كونها دولة محايدة.



تقاليد الطهي

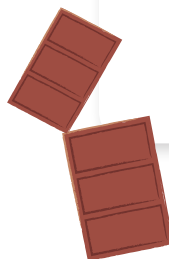
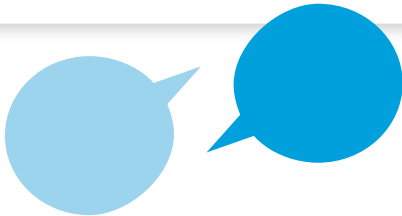


تتمتع سويسرا بتقاليد غنية في مجال الطهي، وغالبًا ما تجمع بشكل فريد بين التأثيرات الألمانية والفرنسية والإيطالية. وتنوع المأكولات السويسرية، وتعتمد بشكل كبير على مكونات محلية عالية الجودة، مثل البطاطس والجبن ومنتجات الألبان. وغالبًا ما تتم إضافة أحد الأنواع العديدة من الجبن إلى الوجبة لتشكّل طبقًا مميزًا. تشمل بعض الأطباق السويسرية فوندو الجبن الكريمي، والراكليت، والروستي الذي يُقدّم غالبًا مع النقانق (ومع الفاصوليا المخبوزة ولحم الخنزير المقدد في أور شاليه)، وألبيرماكرون، وهو طبق من معكرونة الألب يتكوّن من المعكرونة والبطاطس والكريمة والجبن والبصل، وغالبًا ما يُقدّم مع صلصة التفاح. ولا ننسى فوندو الشوكولاتة، لذيذ جدًا! هل أنت مستعدة لتجربة أطباق جديدة في سويسرا؟ زوري أور شاليه لتجربة المزيد.

اللغة



لدى سويسرا أربع لغات رسمية: الألمانية، والفرنسية، والإيطالية، والرومانشية. يقع أور شاليه في الجزء الناطق باللغة الألمانية. وتُعدّ الألمانية السويسرية اللغة الأكثر انتشارًا في سويسرا، وهي تختلف كثيرًا عن اللغة الألمانية «الفصحى»، إذ تحتوي على العديد من الكلمات المأخوذة من لغات أخرى، بالإضافة إلى العديد من الكلمات الفريدة.



ج

أنشطة الوحدة / الفرقة /

المجموعة



كيفية استخدام هذا القسم



في هذا القسم، ستجدين مجموعة من الأنشطة التي يمكنك استخدامها مع مجموعتك.

يمكنك تطبيق الأنشطة كما هي موصوفة، أو استلهم أفكار منها لأنشطة وتعديلات أخرى.

تذكري استخدام عناصر التأمل للتفكير في تنوع حركة المرشدات وفتيات الكشفة والاحتفاء به.

عند الانتهاء من أي نشاط، شاركينا أفكارك وأنشطتك عبر وسائل التواصل الاجتماعي باستخدام الهاشتاج الخاص بـ «أور شاليه» (#OurChalet).

توجد خمسة أنواع من الأنشطة:



الثقافة

استكشاف اللغة، التقاليد، الروتين اليومي،
الملابس، والمناسبات الدينية.



الفنون والحرف

صنع حرفة تقليدية، أو القيام بأنشطة الرسم والإبداع.



الموسيقى والرقص

التعرّف على موسيقى سويسرا، صناعة أو تجربة العزف
على آلات موسيقية، وتعلّم حركات رقص جديدة.



الألعاب

لعب لعبة تقليدية، أو تجربة ألعاب يحبها الأطفال.



الآكل

تذوّق نكهات سويسرا، التعرّف على مصادر
الطعام، وتجربة إعداد وصفة أو أكثر.





استخدمي الجدول لمساعدتك في اختيار النشاط الذي ستجربينه، أو يمكنك تجربة جميع الأنشطة!

النوع	أسم النشاط	الفئة العمرية	الوقت	التحضير	الصفحة
الفنون والحرف	فن القص الورقي	١٠ سنوات فأكثر	٩٠-٤٥ دقيقة	نسخة مطبوعة من التصميم (انظري إلى قسم المصادر)، ورق ملون، قلم رصاص، مقص، سكين أشغال يدوية، صمغ على شكل قلم.	31
الثقافة	التعرّف على غلوبي	من ٤ إلى ١٠ سنوات	٤٠-٣٠ دقيقة	نسخ مطبوعة من أشكال غلوبي المختلفة (انظري إلى قسم المصادر)، أعواد خشبية صغيرة، شريط لاصق، أقلام تلوين.	33
الثقافة	اللغات السويسرية	٨ سنوات فأكثر	٢٠ دقيقة	بطاقات اللغات السويسرية (انظري إلى قسم المصادر).	34
الثقافة	سنولي	من ٤ إلى ١٠ سنوات	٤٠-٣٠ دقيقة	قصة سنولي (هنا).	36
الألعاب	اختبار الشاليه السويسري	٨ سنوات فأكثر	٢٠ دقيقة	أسئلة وأجوبة اختبار الشاليه السويسري (انظري إلى قسم المصادر).	37
الألعاب	نشاط التنوع البيولوجي في تحالف يونجا: المفترس والفريسة	١٠ سنوات فأكثر	٩٠ دقيقة	٥٠ لاعباً (يمكن تكيف العدد لمجموعات أكبر أو أصغر)، منظفات الأنابيب، ورق مقوى، بطاقات المفترس والفريسة (انظري إلى قسم المصادر)، صافرة، ممدس ماء (اختياري).	38
الألعاب	نشاط المباني المميزة في تحالف يونجا	١١ سنة فأكثر	٩٠ دقيقة	مواد قابلة لإعادة التدوير، ومستلزمات الأشغال اليدوية مثل منظفات الأنابيب، الشفاطات، الشريط اللاصق، الصمغ، الأقلام، المقص وغيرها، وألعاب البناء مثل الليغو، وأقلام، وورق.	41
الألعاب	أسماء الكشافة السويسرية - الحرف السحري	٦ سنوات فأكثر	٢٠ دقيقة	قلم، وملصقات أو ملاحظات لاصقة.	43
الألعاب	لعبة تطوّر الكشافة السويسرية	٦ سنوات فأكثر	١٥ دقيقة	معلومات عن الفئات العمرية للكشافة والمرشدات السويسريات.	45
الطعام	فوندو الشوكولاتة	٦ سنوات فأكثر	٣٠ دقيقة	شوكولاتة داكنة، كريمة، تشكيلة من الفواكه الطازجة، قدر أو وعاء، شوك أو أسياخ، مصدر حرارة منخفض مثل الموقد أو شعلة الغاز أو الميكروويف.	47
الطعام	أبيركرون	٨ سنوات فأكثر	٩٠ دقيقة، بالإضافة إلى ٢٥ دقيقة في الفرن	الوصفة، المكونات، أدوات الطهي، موقد مزود بفرن وعيتي طبخ.	48
الموسيقى والرقص	أوبرا بلوب	٨ سنوات فأكثر	٢٠-٤٠ دقيقة	جهاز كمبيوتر أو جهاز لوحي أو هاتف متصل بالإنترنت، وإمكانية الوصول إلى أوبرا بلوب (الرابط متوفر)، وكلمات أغنية أوبرا شاليه (انظري إلى قسم المصادر).	49
الموسيقى والرقص	إدبيلويس	٨ سنوات فأكثر	١٠ دقائق	كلمات ولحن أغنية إدبيلويس، وحركات التصفيق باليدين (الرابط متوفر).	50



١٠ سنوات وأكبر



٩٠-٤٥ دقيقة

فن القص الورقي



الهدف

لتجربة حرفة سويسرية تقليدية



ماذا تحتاجين:

- نسخ مطبوعة من قوالب التصميم المختلفة (انظري إلى المصادر)
- ورق ملون للتصميم المختار.
- ورق أبيض أو أسود للخلفية.
- قلم رصاص.
- مقص.
- سكين أشغال يدوية.
- لوح تقطيع أو قطعة كرتون سميكة.

معلومات أساسية

كلمة Scherenschnitte تعني حرفياً «قص بالمقص»، ويُطلق عليها باللغة الإنجليزية غالباً فن القص الورقي. ويُعدّ فن القص الورقي من الفنون المهمة في التقاليد السويسرية. وقد نشأ فن القص الورقي في آسيا قبل أكثر من ٢,٠٠٠ عام، بينما يعود أقدم فن القص الورقي في سويسرا إلى عام ١٦٩٦.

في الماضي، كان فن القص الورقي من الهوايات الشائعة لدى المزارعين، وخصوصاً خلال أشهر الشتاء الطويلة. وغالباً ما تكون تصاميم فن القص الورقي دقيقة ومعقدة وتحتوي على الكثير من التفاصيل. وتُصوّر العديد من الأعمال حدثاً معيناً، أو عائلة، أو منطقة محددة. ويمكن استخدام هذه الأعمال لدراسة التاريخ، كما كانت تُستخدم في الماضي لنشر الدين.

واليوم، لا يزال فن القص الورقي شائعاً في سويسرا. وبينما يواصل بعض الفنانين تصميم مشاهد تقليدية، يبتكر آخرون تصاميم حديثة لفن القص الورقي تُظهر المدن والملابس العصرية، ويستخدمون أحياناً الورق الملون. ومع ذلك، لا يزال معظم فن القص الورقي يُنفذ باستخدام الورق الأسود التقليدي على خلفية بيضاء.

هل تعلمين

هل تعلمين أن أور شاليه يضم لوحة مؤطرة من فن القص الورقي معلقة في قاعة الطعام؟

كانت هذه اللوحة هدية من شركة الحافلات المحلية بمناسبة الذكرى الستين لتأسيس أور شاليه عام ١٩٩٢. وهي عبارة عن تصميم دقيق ومليء بالتفاصيل، يُظهر المبنى الرئيسي لأور شاليه، مع طائر يجلس على سطح المبنى، ومرشدات وفتيات كشافة يشاركن في نار المخيم أمام المبنى، وبجانبهن بعض الأبقار!



بدائل

- اختاري تصميمًا بسيطًا ومتماثلًا، واقصي حول حدوده الخارجية أولاً. ثم اطوي التصميم إلى النصف واقصي العناصر المتبقية. في هذه الطريقة، يمكنك استخدام المقص بدلاً من سكين الأشغال اليدوية.

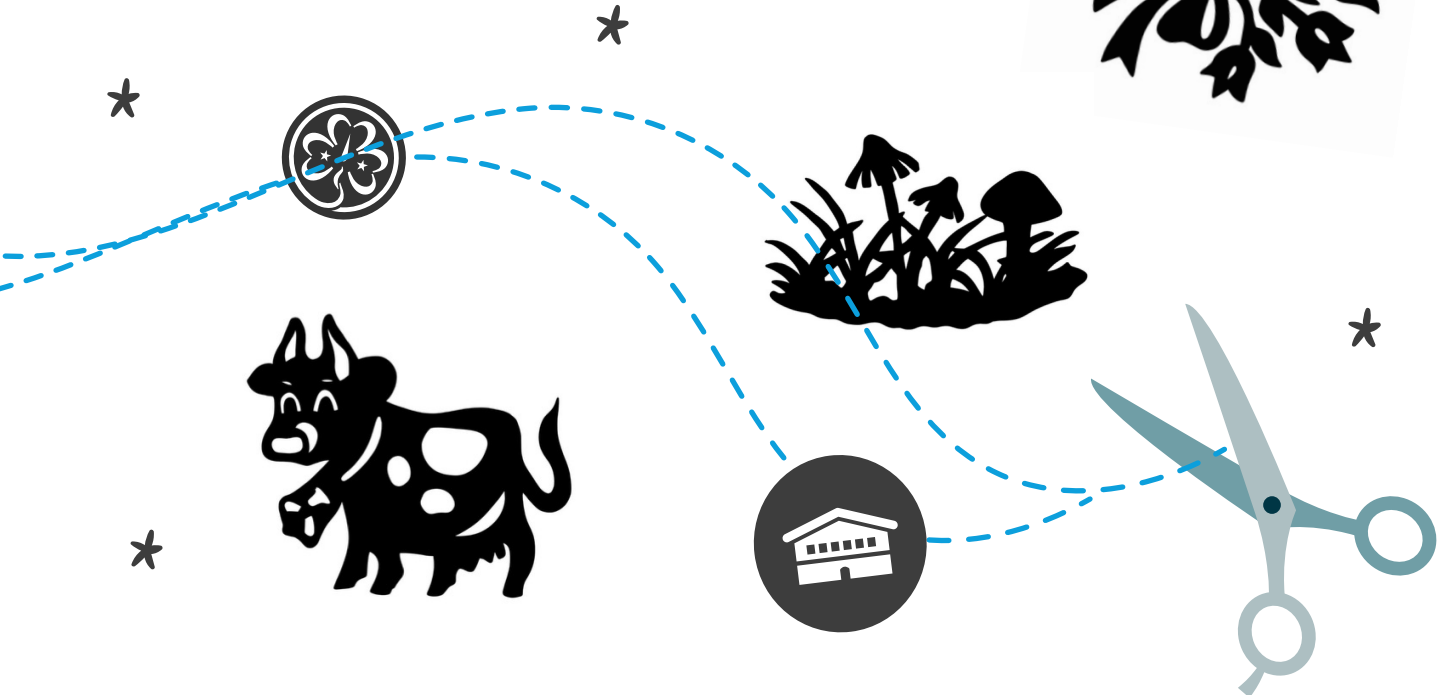


أسئلة للتفكير

- ما هي الحرف التقليدية الموجودة في منطقتك أو في بلدك؟
- برأيك، لماذا تُظهر الكثير من تصاميم القصّ الورقي السويسري (فن القصّ الورقي) مشاهد من الحياة في المزارع؟
- إذا لم يكن لديك إمكانية لاستخدام الكهرباء (أو الأجهزة التي تعمل بالبطاريات)، فما الأنشطة التي قد تقومين بها لقضاء وقتك في المساء؟

طريقة التنفيذ

١. اختاري قالبًا مناسبًا.
٢. على الجهة الخلفية من القالب، استخدم قلم رصاص لتظليل المنطقة الموجودة خلف التصميم. سيستخدم ذلك لنقل التصميم إلى الورق الملون.
٣. ضعي الورق الملون بشكل مسطح، ثم ضعي القالب فوق الورق الملون بحيث يكون التصميم متجهًا إلى الأعلى.
٤. استخدم قلم الرصاص لتتبعي الخط الخارجي للتصميم. اضغطي بقوة كافية لضمان انتقال التصميم بوضوح إلى الورق الملون. الآن من المفترض أن يظهر لديك مخطط التصميم على الورق الملون.
٥. ضعي لوح تقطيع أسفل الورق.
٦. باستخدام سكين الأشغال اليدوية، ابدي أولاً بقص الأجزاء الأكثر تعقيدًا وتفصيلًا في التصميم. خذي وقتك واقطعي ببطء وحذر.
٧. واصلي قص المساحات الأكبر، ثم اختتمي بقص الحواف الخارجية للتصميم.
٨. بعد الانتهاء من قص التصميم بالكامل، ألصقيه على ورق الخلفية.
٩. إذا رغبت، يمكنك قص ورق الخلفية بالحجم المناسب.





١٠-٤ سنوات



٣٠-٤٠ دقيقة

تعرفي على غلوبي



معلومات أساسية

غلوبي هو شخصية كرتونية سويسرية معروفة، وخصوصاً في المناطق الناطقة بالألمانية. تم ابتكاره في الأصل عام ١٠٣٢ ليكون شخصية تمثل متجر غلوبوس السويسري، لكنه مع مرور الوقت أصبح شخصية محبوبة في العديد من كتب الأطفال.

في كتبه، يخوض غلوبي العديد من المغامرات الممتعة؛ فيزور حديقة الحيوانات، ويساعد رجال الإطفاء، بل ويستكشف أيضاً منطقة إنغستليغن ألب، وهي منطقة جبلية يمكن الوصول إليها بواسطة التلفريك في أدليبودن، بالقرب من أور شاليه.

ولا يقتصر ظهور غلوبي على الكتب، بل يظهر أيضاً على الألعاب، والبطاقات، والمنتجات الغذائية، وحتى الأدوات المدرسية، مما جعله جزءاً كبيراً من ثقافة الطفولة في سويسرا. كما يمكن رؤيته كثيراً على اللافتات، مثل اللافتات التي تقول: «أطفال يلعبون» أو «يرجى القيادة ببطء».

وعلى الرغم من شهرته في المناطق الناطقة بالألمانية في سويسرا، حتى إنه يُسمى أحياناً «ميكي ماوس السويسري»، فإنه ليس معروفًا بشكل كبير في المناطق الناطقة بالفرنسية أو الإيطالية في سويسرا. وعلى عكس ميكي ماوس، لا يزال غلوبي شخصية مرتبطة بالكتب، ولم يتم إنتاج مسلسل كرتوني تلفزيوني عنه.

أما صديقه غلوبين، فقد ظهرت لأول مرة عام ١٩٨٨، وتم نشر العديد من مغامراتها في الكتب منذ عام ٢٠١٥. وفي عام ٢٠٢٤، ظهرت غلوبين على إصدارين من الطوابع البريدية التي أصدرتها هيئة البريد السويسرية!



الهدف

للتعرّف على جانب بسيط من ثقافة الطفولة السويسرية، وإطلاق العنان للإبداع ضمن المجموعة.



ماذا تحتاجين:

- نسخ مطبوعة من أشكال غلوبي المختلفة (انظري إلى قسم المصادر)
- أعواد مصاصة/أعواد خشبية صغيرة.
- شريط لاصق.
- أقلام تلوين.

طريقة التنفيذ:

١. اقرئي المعلومات أعلاه عن غلوبي للمجموعة. وبالنسبة للأطفال الأكبر سناً، يمكنك اختيار إضافة معلومات أخرى من قسم المعلومات الأساسية.
٢. تختار كل مشاركة شخصية من شخصيات غلوبي لتلوينها.
٣. بعد الانتهاء من تلوين الشخصية، اقطعها.
٤. ثبتي عود المصاصة على الجزء الخلفي من الشخصية باستخدام الشريط اللاصق.
٥. قسّمي المشاركات إلى مجموعات من ٤ إلى ٦ أشخاص. تنشئ كل مجموعة مسرحية عن غلوبي والمغامرات التي قد يخوضها إذا جاء لزيارة منطقتهم أو بلدهم، أو حتى مجموعة المرشدات أو فتيات الكشافة الخاصة بهن.

أسئلة للتفكير



- هل توجد شخصيات مشابهة لغلوبي في منطقتك أو بلدك؟
- كيف قررتن ما الذي سيفعله غلوبي في مسرحيتكن؟ هل قررت إحدى المشاركات طريقة التنفيذ، أم اخترتها كفريق؟
- كيف كان شعورك أثناء التمثيل في المسرحية؟ هل شعرت بالحماس، أو التوتر، أو السعادة؟

بدائل

- يمكن للأطفال الأكبر سناً رسم قصة مصوّرة عن غلوبي.
- يمكن للقائدات قصّ أشكال غلوبي مسبقاً، حتى لا يحتاج الأطفال إلى استخدام المقص.





٨ سنوات وأكبر



٢٠ دقيقة

اللغة السويسرية



معلومات أساسية

تضم سويسرا أربع لغات وطنية: الألمانية، والفرنسية، والإيطالية، والرومانشية. ولكل لغة تاريخها وثقافتها الخاصة.

تعد الألمانية اللغة الأكثر انتشاراً، إذ يتحدث بها ٦٢٪ من السكان، تليها الفرنسية بنسبة ٢٣٪، والإيطالية بنسبة ٨٪، والرومانشية بنسبة ٠.٨٪.

ويمكنك على الخريطة رؤية كيفية توزع اللغات بحسب المناطق.

ويتحدث ما يقارب ثلثي سكان سويسرا بأكثر من لغة واحدة على الأقل مرة واحدة في الأسبوع.

تختلف اللغة الألمانية السويسرية اختلافاً كبيراً عن الألمانية الفصحى. وتضم الألمانية السويسرية العديد من اللهجات، ويتضح ذلك من خلال اختلاف الكلمات المستخدمة في مناطق مختلفة من سويسرا.

وعلى الرغم من أن العديد من الكلمات في الألمانية السويسرية أصلها ألماني، فإن هناك أيضاً كلمات كثيرة مأخوذة من الفرنسية والإنجليزية، بالإضافة إلى كلمات خاصة بها!

كما تختلف القواعد المستخدمة في الألمانية السويسرية بشكل كبير عن قواعد اللغة الألمانية.

ولا توجد للألمانية السويسرية قواعد إملائية رسمية، لذلك إذا كنت تكتبين بالألمانية السويسرية، يمكنك ابتكار طريقة الكتابة التي تفضلينها!

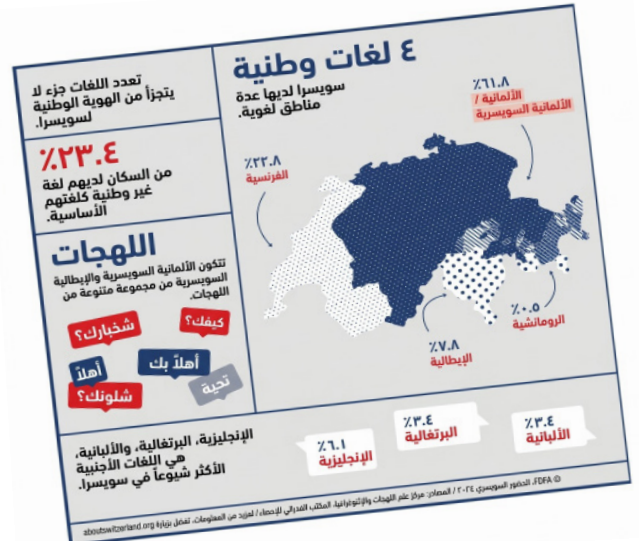
وفي المناطق الناطقة بالألمانية في سويسرا، يتعلم جميع الأطفال اللغة الألمانية في المدرسة، كما تكتب الوثائق الرسمية دائماً باللغة الألمانية، وليس بالألمانية السويسرية.

الهدف

للتعرّف على اللغات الرسمية في سويسرا من خلال لعبة لتقوية الذاكرة.

ماذا تحتاجين:

• قسي اللعبة الموجودة في قسم المصادر



هل تعلمين

يقع أور شاليه في كانتون برن. والكانتون يشبه الولاية أو المقاطعة، ولذلك يقع أور شاليه في ولاية برن. وفي قرية أدلبودن، حيث يقع أور شاليه، يتحدث الناس الألمانية السويسرية.

باللغة الألمانية، يمكنك قول «Guten Morgen» (غوتن مورغن) أو «Hallo» (هالو) لتحية شخص ما. أما في أدلبودن، فنقول بالألمانية السويسرية «Gruessech» (غروتسيخ) أو «Salu» (سالو)

mano

maun



٨ سنوات وأكبر



٢٠ دقيقة

اللغة السويسرية



أسئلة للتفكير



طريقة التنفيذ

- كم عدد اللغات الرسمية في بلدك؟
- اللغة الألمانية السويسرية تختلف كثيراً عن اللغة الألمانية الفصحى. معظم الأطفال الصغار في المناطق الناطقة بالألمانية في سويسرا لا يتحدثون الألمانية الفصحى ولا يفهمونها حتى يتعلموها في المدرسة. قبل ذلك، يتحدثون الألمانية السويسرية. ولا توجد قواعد إملائية موحدة للغة الألمانية السويسرية، لذلك يمكن للناس أن يبتكروا طريقتهم الخاصة في كتابتها!
- برأيك، كيف سيكون شعورك لو لم تكن هناك طريقة موحدة لكتابة لغتك؟
- برأيك، ما فوائد وجود عدة لغات وطنية؟
- وبرأيك، ما التحديات التي قد تواجهها بسبب وجود عدة لغات وطنية؟

١. ضعي جميع البطاقات مقلوبة على شكل شبكة.

٢. تتناوب اللاعبات على الأدوار. وفي دورها، تقلب اللاعب ٤ بطاقات.

أ. إذا كانت البطاقات الأربع متطابقة (مثلاً، تُظهر الشيء نفسه)، تحتفظ اللاعب بها وتحصل على دور إضافي.

ب. إذا لم تكن البطاقات الأربع متطابقة، تعيد اللاعب قلبها لتصبح مقلوبة، ثم تأتي اللاعب التالية بدورها.

٣. تستمر اللعبة حتى يتم العثور على جميع البطاقات المتطابقة.

٤. الفائزة هي اللاعب التي تجمع أكبر عدد من البطاقات المتطابقة في نهاية اللعبة.

ملاحظة: يستخدم هذا النشاط اللغة الألمانية الفصحى، وليس الألمانية السويسرية.

لا تتضمن البطاقات طريقة النطق، ولكن يمكنك العثور على العديد من مقاطع الفيديو عبر الإنترنت لتعلم نطق الفرنسية والألمانية والإيطالية. وننصحك بالبحث عن مقطع فيديو يناسب اهتمامات مجموعتك أكثر. ويمكنك العثور على مقطع فيديو يوضح [نطق اللغة الرومانشية هنا](#).

بدائل

- لتبسيط اللعبة، يمكنك جعل اللاعبات يقلبن بطاقتين فقط في كل مرة، وتبقى البطاقات التي تم قلبها مكشوفة. ومجرد ظهور ٤ بطاقات متطابقة، تحصل اللاعب التي قلبت البطاقة الرابعة على تلك المجموعة.



ماذا تحتاجين:

- قصة سنولي، الموجودة على موقع مدرسة التزلج السويسرية هنا.



هل تعلمين

هل تعلمين أن أور شاليه يقع في منتجع للتزلج؟ توجد أكثر من ٢٠٠ كيلومتر من منحدرات ومسارات التزلج في منطقة التزلج المحلية لدينا خلال فصل الشتاء. وعادةً ما يتساقط الثلج لدينا من منتصف ديسمبر حتى أبريل. وهناك الكثير من الأنشطة الممتعة التي يمكنك القيام بها في الثلج، وليس التزلج فقط. في برامج أور شاليه، يمكن للمرشدين وفتيات الكشاف تجربة ركوب الزلاجات، والمشي بالأحذية الثلجية، والتزلج بأنبوب الثلج، وزيارة كوخ الإيغلو، وغير ذلك الكثير!



الهدف

للتعرف على جانب بسيط من ثقافة الطفولة السويسرية، وتشجيع الجميع على الحركة.

معلومات أساسية

سنولي هو التيممة الخاصة بمدرسة التزلج السويسرية. عندما يتعلم الأطفال السويسريون التزلج، غالبًا ما يتعلمون قصة سنولي لمساعدتهم على تذكر كيفية التوقف، والانعطاف، والقفز على الزلاجات!

طريقة التنفيذ

١. اقرئي قصة سنولي بصوت عالٍ. ملاحظة: القصة الرسمية طويلة إلى حد ما. ستجدين في قسم الموارد نسخة مختصرة من مغامرات سنولي!
٢. اجمعي الجميع في مساحة مناسبة، وشرحي لهن أنك ستذكرين شخصيات مختلفة من قصة سنولي.
٣. عند ذكر اسم إحدى الشخصيات، على الجميع أداء الحركة التالية:
 - سنولي — حرّكي ذراعيك فوق رأسك لتشكّلي أذنين طويلتين.
 - الدب — تظاهري بأنك تتزلقين.
 - البطريق — تجوّلي وقدمك متجهتان إلى الخارج مثل زعانف البطريق.
 - الثعبان — تجوّلي وأنّيتِ تقومين بانعطافات على شكل حرف S.
 - الكنغر — اقفزي إلى أعلى ارتفاع ممكن.
 - العاصفة الثلجية — اركضي في المكان مع تحريك يديك مثل تساقط الثلج.
 - يمكنك إضافة حيوانات سويسرية أخرى لجعل اللعبة أكثر صعوبة::
 - الحداة الحمراء — مدّي ذراعيك إلى الجانبين مثل الأجنحة وحركيهما أثناء تحركك.
 - السنجاب — ضعي يديك أمامك مثل كفوف صغيرة وتظاهري بأنك تقضمين الطعام.
 - الوعل (الماعز الجبلي) — ارفعي يديك لتشكّلي قرنبن، وتظاهري بأنك تتسلقين.
 - المرموط الألبّي — قفي بشكل مستقيم، وشكّلي بيديك كفوفًا صغيرة وأطلقني صغيرًا.
٤. إذا قامت إحدى اللاعبات بالحركة الخاطئة، تخرج من اللعبة. وإذا اصطدمت اللاعبات ببعضهن أثناء أداء حركاتهن، تخرج جميع اللاعبات اللاتي اصطدمن ببعضهن من اللعبة.

بدائل

- غيّري الحركات كما ترغبين، وأضيفي حيوانات سويسرية أخرى أو أنواعًا أخرى من الطقس المعتاد في سويسرا.
- لجعل اللعبة أكثر صعوبة، استخدم مساحات أصغر بحيث تكون احتمالية اصطدام اللاعبات ببعضهن أكبر، و/أو بدلي الشخصيات بسرعة حتى تضطر اللاعبات إلى تغيير حركاتهن بسرعة.

أسئلة للتفكير

- ما رأيك في قصة سنولي؟ هل تعتقدين أنها ستساعدك على تعلم التزلج وتذكر كيفية ممارسته؟
- ما رياضتك المفضلة؟ وكيف تعلمت ممارستها؟
- إذا كنت ستبتكرين شخصية لتعليم رياضة شعبية في بلدك، فكيف ستكون هذه الشخصية؟





معلومات أساسية

في أور شاليه، توجد اختبارات قصيرة ضمن العديد من برامجهم. بدءاً من اختبار مستوحى من سويسرا في الأمسية السويسرية، وصولاً إلى اختبار يعتمد على أدلة مصوّرة في تحدي الصور، هناك الكثير من الفرص لاختبار معلوماتك في أور شاليه!



الهدف

للتعرّف على سويسرا وأور شاليه.



ماذا تحتاجين:

- نسخة من الاختبار والإجابات (انظري إلى قسم المصادر).
- هذا اختبار مكون من جزأين: أور شاليه وسويسرا.

طريقة التنفيذ

١. قسّمي المجموعة إلى فرق، ويحتاج كل فريق إلى اختيار اسم للفريق (ويمكن منح نقطة إضافية لاسم الفريق الأكثر إبداعاً!).
٢. يمكنك اختيار طريقة إدارة الاختبار، وإليك اقتراحين:
 - أ. يحتاج كل فريق أيضاً إلى صوت جرس خاص به. عند قراءة السؤال، يحق للفريق الذي يصدر صوت الجرس أولاً الإجابة. إذا كانت إجابته صحيحة، يحصل الفريق على نقطة. إذا كانت إجابته خاطئة، يُسمح لجميع الفرق الأخرى بالضغط على الجرس مرة أخرى.
 - ب. يُعطى كل فريق قلمًا وورقة لكتابة إجاباته، ثم تُصحّح أوراق الاختبار بعد قراءة جميع الأسئلة.

بدائل

- لجعل الإجابات أسهل، قدّمي خيارات متعددة للاختبار من بينها.
- اجعلي الاختبار أكثر تفاعلية من خلال قصّ الأسئلة وإخفائها في أماكن مختلفة حول مكان اجتماعكن. ودعي المرشحات/الكشافات يركضن للعثور على الأسئلة وتسجيل إجاباتهن. الفريق الذي يعثر على أكبر عدد من الأسئلة ويجيب عنها بشكل صحيح يفوز.
- إذا لعبتن بهذه الطريقة، فقد تحتاجين إلى أكثر من ٢٠ دقيقة.
- استخدمتي منصة عبر الإنترنت، مثل كاهوت!

أسئلة للتفكير

- ما الشيء الذي تعلّمتِه وفجأكِ؟
- ما الشيء الذي يسهل عليك تذكّره؟ ولماذا؟
- ما الشيء الذي يصعب عليك تذكّره؟ ولماذا؟
- ما الشيء الذي ترغبين في معرفة المزيد عنه؟



معلومات أساسية

تحالف الشباب والأمم المتحدة العالمي هو شراكة بين وكالات الأمم المتحدة، ومنظمات المجتمع المدني، وجهات أخرى تعمل مع الأطفال والشباب.

يستخدم أور شاليه العديد من الشارات، بدءاً من تنظيم برامج تمتد لأسبوع كامل، حيث تحصل المشاركات على الشارة أثناء مشاركتهن في العديد من الأنشطة الممتعة في الهواء الطلق، وصولاً إلى تنظيم جلسات إثرائية للمتطوعات، يتعرفن فيها على نماذج مختلفة من الشارات. وهذا النشاط مأخوذ من شارة التنوع البيولوجي، وقد استخدم خلال برنامج مغامرة الشتاء في شهر فبراير.

يمكنك معرفة المزيد عن الشارات على الموقع fao.org/yunga، وابحثي عن شارات التحدي في قسم المصادر.

تعد هذه اللعبة طريقة رائعة لتعليم أساسيات علم البيئة والسلسلة الغذائية، رغم أنها قد تبدو معقدة في البداية. ينبغي أن يوضح الجزء التمهيدي العلاقة بين الحيوانات العاشبة (التي تتغذى على النباتات)، والقارئة (التي تتغذى على النباتات والحيوانات)، واللاحمة (التي تتغذى على اللحوم).

يمكنك أيضاً التحدث عن بعض الاستراتيجيات التي تستخدمها هذه الحيوانات للبقاء على قيد الحياة في الطبيعة، والتي ستوضح بشكل أكبر مع سير اللعبة.



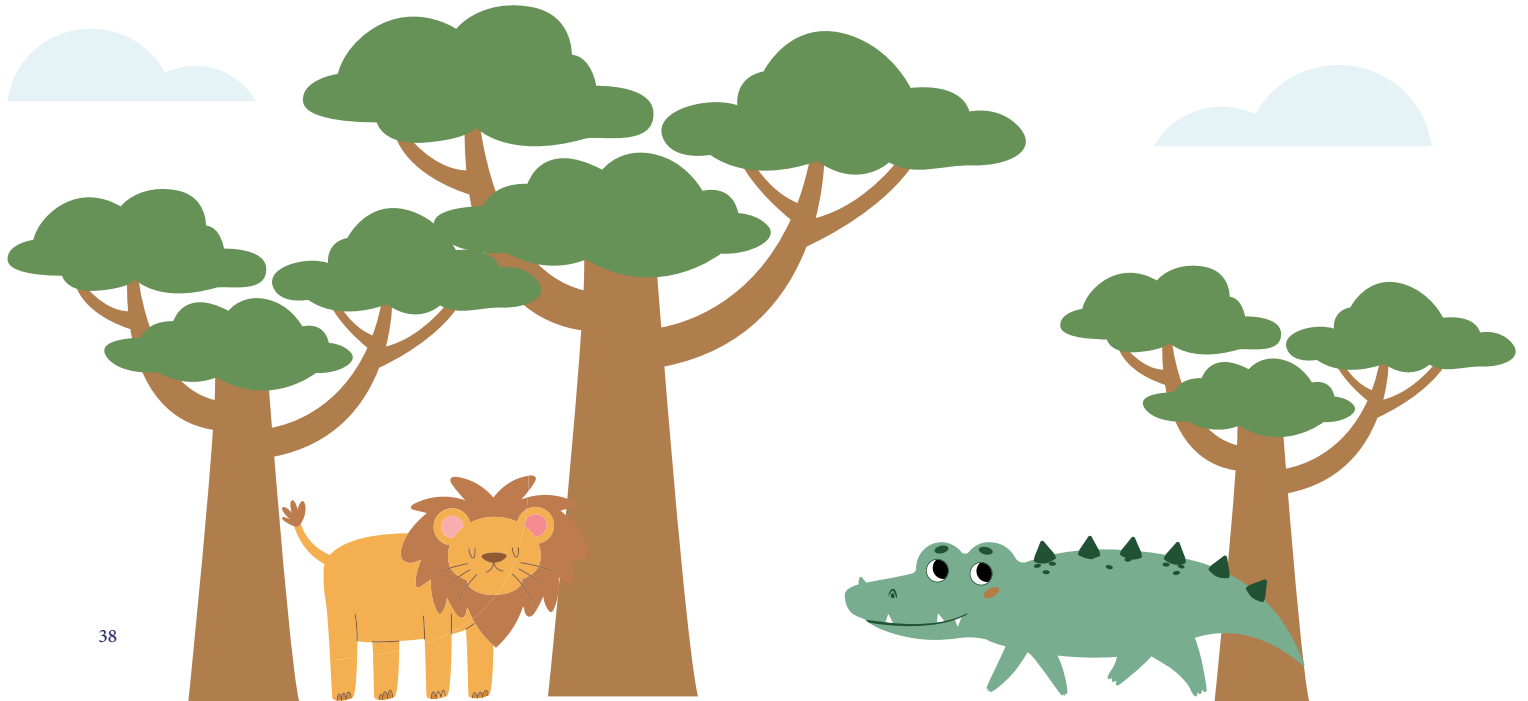
الهدف

للتعرف على أهمية التنوع البيولوجي والعلاقة بين الحيوانات المختلفة من خلال لعبة ممتعة وحركية.



ماذا تحتاجين:

- ملاحظة: هذه التعليمات مخصصة لـ ٥٠ لعبة. إذا كان لديك عدد أكبر أو أقل من اللاعبين، حاولي الحفاظ على النسبة نفسها بين أدوات الأعشاب، وأكلات كل شيء، وأكلات اللحوم.
- منظفا الأنابيب وورق ملون لصنع حلقات الحياة (انظري أدناه لمعرفة طريقة صنعها).
- ٣٠ حلقة حياة لأكلات الأعشاب (خضراء) — تحتوي كل حلقة على ١٠ بطاقات حياة خضراء.
- ١٠ حلقات حياة لأكلات كل شيء (بنية) — تحتوي كل حلقة على ٥ بطاقات حياة بنية.
- ٥ حلقات حياة لأكلات اللحوم (حمراء) — تحتوي كل حلقة على ٥ بطاقتي حياة حمراوين.
- ورق أو ورق مقوى بألوان زاهية، لمحطات الطعام والماء.
- ٥ محطات للماء.
- ٥ محطات للطعام.
- ٤٥ بطاقة للمفترس والفريسة (انظري إلى قسم الموارد).
- صافرة.
- مسدس ماء (اختياري، ويمكن استبداله بكيس حبوب أو كرة لينة).
- وسيلة لتمييز المجموعات الثلاث: الأخضر، والبنّي، والأحمر. على سبيل المثال، شارات ملونة، أو سترات رياضية، أو أعلام ورقية.





طريقة التنفيذ

الإعداد

١. إعداد حلقات الحياة:

- قصي الورق الملون إلى دوائر صغيرة، ثم انقبي ثقوباً في كل دائرة.
- مرّريها على منظف الأنابيب لتشكيل حلقة حياة.
- ثبتي بطاقة المفترس والفريسة (انظري إلى قسم المصادر) على كل حلقة حياة.
- تحتاج كل لاعبة من أصل ٤٥ لاعبة إلى ما يلي:
 - أ. ٣٠ من آكلات الأعشاب: تحصل كل واحدة على حلقة واحدة تحتوي على ١٠ بطاقات حياة خضراء.
 - ب. ١٠ من آكلات كل شيء: تحصل كل واحدة على حلقة واحدة تحتوي على ٥ بطاقات حياة بنية.
 - ج. ٥ من آكلات اللحوم: تحصل كل واحدة على حلقة واحدة تحتوي على بطاقتي حياة حمراوين.

٢. محطات الطعام والماء:

- استخدم ورقاً أو ورقاً مقوى بألوان زاهية لإعداد ٥ محطات للطعام و٥ محطات للماء.
- ثبتي قلماً أو قلم تلوين مربوطاً بخيط في كل محطة، على أن يكون لكل محطة قلم بلون مختلف.
- تضع الالعاب علامة على بطاقة المفترس والفريسة باستخدام القلم كدليل على أنهن عثرن على كل محطة.
- يمكنك أيضاً استخدام الملصقات أو الأختام.

٣. منطقة اللعب

- اجعلي منطقة اللعب واسعة قدر الإمكان.
- وزعي محطات الطعام والماء في أماكن متفرقة، مع التأكد من أن العثور على محطتين منها على الأقل يتطلب بعض التحدي.

بدائل

- يمكن تقسيم الالعاب إلى أزواج أو مجموعات، وإعطاؤهن تعليمات بضرورة حماية عائلتهن من الحيوانات. وللقيام بذلك، يجب أن يبقين معاً، ويمكنهن مشاركة بطاقات الحياة بين أفراد المجموعة (على أن تحتفظ كل لاعبة ببطاقة حياة واحدة على الأقل).
- قد يكون من الأفضل اختيار الالعاب غير القادرات على الركض لأدوار النار، أو المجاعة، أو الفيضان، أو البرد، أو «الشخص»، إذ لا يحملن بطاقات حياة، وبالتالي لا يمكن إخراجهن من اللعبة. ويمكن للقائدات تعديل طريقة إمساك النار والفيضان والمجاعة والبرد بالالعاب. على سبيل المثال، بدلاً من الركض ولمس الالعاب، يمكن للنار رمي أكياس حبوب حمراء.
- إذا كانت لديك لاعبات لا يستطعن المشاركة بشكل متواصل لمدة ساعة، فيمكنك تخصيص فترة «حلول الليل». أعلني أن الليل قد حل وأن على جميع الحيوانات النوم لمدة محددة (مثلاً، ٥ دقائق). ويمكن القيام بذلك عدة مرات خلال اللعبة.



نشاط التنوع البيولوجي في تحالف يونجا: المفترس والفريسة



١٠ سنوات وأكبر



٩٠ دقيقة

القوانين

١. تحاكي هذه اللعبة البقاء في البرية، والهدف هو أن تظلي على قيد الحياة حتى نهاية اللعبة.
٢. لكل نوع من الحيوانات (آكلات الأعشاب، وآكلات كل شيء، وآكلات اللحوم) احتياجات محددة يجب تلبيتها حتى تتمكن من البقاء على قيد الحياة.
 - أ. احتياجات بقاء آكلات الأعشاب:
 - تُرسل آكلات الأعشاب أولاً، وتُمنح على الأقل ١٠ دقائق كفترة بداية قبل بقية المشاركات.
 - يجب على آكلات الأعشاب العثور على جميع محطات الطعام والمياه للبقاء على قيد الحياة.
 - ب. احتياجات بقاء آكلات كل شيء:
 - تُرسل آكلات كل شيء بعد آكلات الأعشاب.
 - يجب على آكلات كل شيء العثور على جميع محطات المياه، وعلى محطاتي طعام على الأقل.
 - كما يجب على آكلات كل شيء الإمساك بما لا يقل عن ٤ من آكلات الأعشاب للبقاء على قيد الحياة.
 - الإمساك بآكلات الأعشاب: يتم ذلك عن طريق لمسهن.
 - عند لمس آكلات الأعشاب، تفقد كل واحدة منهن حياة واحدة (وتأخذ لاعبة آكلات كل شيء بطاقة حياة من حلقة بطاقات الحياة الخاصة بهن).
 - ج. احتياجات بقاء آكلات اللحوم:
 - يتم إرسال آكلات اللحوم بعد ذلك.
 - يجب على آكلات اللحوم العثور على جميع محطات المياه والإمساك بما لا يقل عن ١٠ حيوانات، ويمكن أن تكون هذه الحيوانات من آكلات الأعشاب أو آكلات كل شيء.

الاعبات المميزات:

- النار، والفيضان، والمجاعة، والبرد.
- يتم اختيار أربع لاعبات لتمثيل النار، والفيضان، والمجاعة، والبرد.

أسئلة للتفكير

- ما الاستراتيجيات التي استخدمتها للبقاء على قيد الحياة في أدوارك خلال هذه اللعبة؟
- كيف تغيرت استراتيجياتك مع مرور الوقت؟ ولماذا تغيرت؟
- ماذا كنت ستفعلن بشكل مختلف إذا لعبت اللعبة مرة أخرى؟
- ما الذي تحتاجه للبقاء على قيد الحياة؟



- ويمكن لهؤلاء اللاعبين لمس أي حيوان وأخذ بطاقة حياة واحدة في كل مرة.
- هدفهم هو إخراج أكبر عدد ممكن من الحيوانات من اللعبة.
- ٥. شخص:
 - اللعبة الأخيرة المتبقية هي «الشخص». تحمل «الشخص» مسدس ماء (أو كرة لينة أو كيس حبوب)، ولا تحتاج إلى لمس الحيوانات للإمساك بها.
 - يمكن لـ «الشخص» إطلاق الماء على أحد الحيوانات (أو ضربه بكيس الحبوب/الكرة اللينة)، وعلى الحيوان أن يعطي «الشخص» العدد الذي تطلبه من بطاقات الحياة.
 - يمكن لـ «الشخص» أخذ جميع بطاقات الحياة من الحيوان، باستثناء البطاقة الأخيرة.
 - عندما تنفذ بطاقات الحياة من أحد الحيوانات، يخرج من اللعبة ويجب عليه العودة إلى نقطة البداية.





معلومات أساسية



الهدف

التفكير في كيفية مساهمة الهندسة المعمارية في الاستعداد للكوارث الطبيعية وحماية مجتمعاتنا.



ماذا تحتاجين:

- مواد لإعادة التدوير
- مستلزمات الأعمال اليدوية، مثل أسلاك تنظيف الأنابيب، والمصاصات، والشريط اللاصق، والغراء، والأقلام، والمقصّات، وغيرها.
- اختياري: مكعبات البناء أو ألعاب البناء الأخرى
- أقلام
- ورق

تحالف الشباب والأمم المتحدة العالمي هو شراكة بين وكالات الأمم المتحدة، ومنظمات المجتمع المدني، وجهات أخرى تعمل مع الأطفال والشباب.

يستخدم أور شاليه العديد من الشارات، بدءاً من تنظيم برامج تمتد لأسبوع كامل، حيث تحصل المشاركات على الشارة أثناء مشاركتهن في العديد من الأنشطة الممتعة في الهواء الطلق، وصولاً إلى تنظيم جلسات إثرائية للمتطوعات، يتعرّفن فيها على نماذج مختلفة من الشارات.

ومن أكثر الشارات المفضلة لدى المتطوعات شارة الحد من مخاطر الكوارث. وهذا النشاط هو نشاط بناء مبانٍ أفضل من حقيبة شارة الحد من مخاطر الكوارث.

يمكنك معرفة المزيد عن هذه الشارات على موقع منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة، وابحثي عن شارات التحدي في قسم المصادر.





بدائل

- يمكن للقائدات اختيار المواد التي تُعطى لمجموعاتهم؛ على سبيل المثال، إذا كان لديك مشاركات لا يستطعن استخدام المقصات، فلا تعطي أي مجموعة مقصات، وأعطي توجيهاً بعدم السماح بقص المواد.
- بدلاً من بناء المنازل، اطلبي من المجموعات رسم تصاميمها أو تلوينها بدلاً من ذلك.

طريقة التنفيذ

١. أنشئي مساحة شجاعة تتيح للمشاركات التفاعل والمساهمة في النشاط، وخصوصاً في نشاط التأمل والتفكير. وينبغي أن تكون هذه المساحة:
 - شاملة: تتمكن كل مشاركة من المشاركة بشكل فعال وتشعر بأنها جزء متساوٍ من المجموعة.
 - تمكينية: تشعر كل مشاركة بالثقة والقدرة على أن تكون على طبيعتها.
 - آمنة: تحظى كل مشاركة بالاحترام وتكون محمية من التمييز والأذى.
٢. ناقشي الكوارث الطبيعية المختلفة. كم نوعاً منها يمكنك تسمية؟ (مثل: الزلازل، وأمواج تسونامي، والبراكين، والفيضانات، والجفاف). تحتوي حقيبة شارة الحد من مخاطر الكوارث (DRR) على الكثير من المعلومات حول أنواع الكوارث الطبيعية المختلفة، بدءاً من الصفحة 41 وما بعدها. يمكنك العثور عليها في قسم المصادر على موقع fao.org/yunga.
٣. قسّمي المشاركات إلى مجموعات أصغر.
٤. أعطيهن التعليمات التالية: «ضمن مجموعاتكن، عليكن إنشاء مبنى خارق، مبنى يمكنه الصمود والاستعداد لمواجهة أكبر عدد ممكن من الكوارث الطبيعية.»
٥. شجعي المجموعات على أن يكنّ مبدعات قدر الإمكان.
٦. باستخدام المواد المتوفرة، سيكون لديهن 45 دقيقة (ويمكن تعديل المدة حسب حجم المجموعة والوقت المتاح) لإنشاء مبانيهن.
٧. بعد الانتهاء، اطلبي من كل مجموعة أن تشرح مبناها وتعرض فكرته. وفيما يلي بعض الأسئلة الإرشادية التي يمكن أن تساعدن على شرح مبانيهن:
 - ما الذي يجعل المبنى قوياً؟
 - ما المواد التي صنّع منها مبناكن؟
 - ما المخاطر التي يحمي مبناكن منها؟
 - هل سيكون مبناكن مريحاً للاستخدام (للسكن أو العمل فيه، وما إلى ذلك)؟
 - هل أضفت أي ميزات خاصة أو أفكاراً إضافية ممتعة؟

أسئلة للتفكير

- ما هي الكارثة الطبيعية؟
- هل سبق لك أن مررت بكارثة طبيعية؟
- هل تعرفين أحداً مرّ بكارثة طبيعية؟
- ملاحظة: قد يكون هذا الموضوع أو النقاش حساساً ومثيراً للمشاعر لدى بعض الأشخاص.
- ما هي الكوارث الطبيعية التي قد تكونين عرضة لمواجهةها؟
- كيف يمكنك الاستعداد لوقوع كارثة طبيعية في المكان الذي تتواجدين فيه؟





٦ سنوات وأكبر



٢٠ دقيقة

الأسماء الكشفية السويسرية



معلومات أساسية

التقليد الكشفى السويسري (الأسماء الكشفية):

التسمية في سويسرا: ينادي الكشافون والمرشدات (ويُطلق عليهم «بفادي - Pfadi» باللغة الألمانية) بعضهم البعض باسمهم الكشفى أو الإرشادي بدلاً من أسمائهم الحقيقية.

اللقب الفريد: يُمنح هذا اللقب المتميز خلال مشاركة الفرد في أول مخيم كشفى له، ويُختار بناءً على سماته الشخصية، أو مواهبه الخاصة، أو انطباعاته المميزة.

مصدر الاسم: قد يكون الاسم الكشفى اسم حيوان، أو شخصية تاريخية، أو شخصية خيالية من فيلم أو رواية، أو غرضاً مرتبطاً بالشخص. وغالباً ما تُستعار الأسماء السويسرية من كلمات بلغات أخرى.

إبراز الإيجابية: يُحرص على أن تكون الأسماء فريدة قدر الإمكان، وأن تعكس صفات إيجابية وقدرات متميزة لدى الأطفال والشباب.

حفل التسمية والاصالة: تُمنح الأسماء عادةً في حفل تقليدي خاص، وبمجرد الحصول على الاسم الكشفى، يحتفظ به الكشاف أو المرشد طوال مسيرته



الهدف

التعرّف على أحد التقاليد الكشفية والإرشادية السويسرية.
التفكير والتأمل في الصفات والسمات المميزة التي يضيفها كل فرد إلى المجموعة.



ماذا تحتاجين:

- أقلام.
- أوراق ملاحظات لاصقة (أو بطاقات لاصقة).
- مساحة تتيح للمشاركة التنقل والتكيف بالحركة من جانب إلى آخر.

بدائل

مارسي ألعاب أسماء أخرى باستخدام اسمكِ الكشفى أو الإرشادي. على سبيل المثال، تقف جميع المشاركات في المجموعة على شكل دائرة. تقول الشخص الأولى: «اسمي (...) وأحب (...)» (تذكر الهواية وتمثل حركة تعبر عن هذه الهواية). ثم تقول بقية المجموعة: «(اسم الشخص) تحب (الهواية)» وتمثل الحركة. مثال: «اسمي كشاف الأثر، وأحب صيد الأسماك» (تمثل حركة إلقاء صنارة الصيد). تكرر الشخص التالية العملية. ثم تقول بقية المجموعة اسم تلك الشخص وهوايتها وحركتها وتنتقل إلى معلومات الشخص الأولى. ويستمر هذا حتى تصل النوبة إلى الشخص الأخيرة، وعندها تنادي المجموعة بأكملها بمعلومات الشخص الأخيرة وتكرر عبر المجموعة بأكملها وتكرر معلومات الجميع.

أسئلة للتفكير



- ما الذي يجعل الاسم الكشفى أو الإرشادي مميزاً برأيكِ؟
- هل كان من الصعب ابتكار الأسماء أو اختيارها؟ ما الذي جعل الأمر صعباً؟
- لماذا تختار العديد من المجموعات إعطاء عضواتها ألقاباً أو أسماء خاصة لاستخدامها أثناء الاجتماعات والأنشطة؟





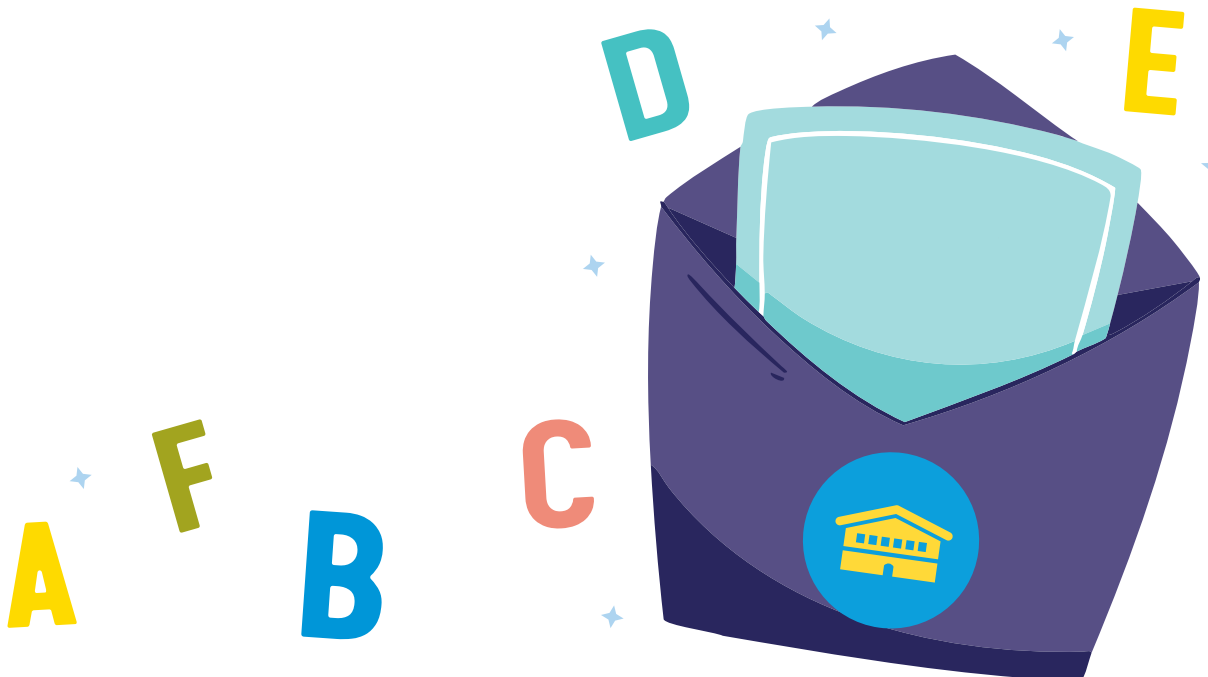
طريقة التنفيذ

الجزء الأول - الأسماء الكشفية السويسرية

١. تحتاج كل مشاركة إلى بطاقة اسم أو ورقة ملاحظات لاصقة يمكنها تثبيتها على ملابسها أو على نفسها.
٢. أخبري المجموعة عن أسماء الكشفية والمرشدين، ووضّحي المعلومات السابقة حول كيفية اختيار هذه الأسماء.
٣. اقرئي المعلومات السابقة للتعرف على كيفية اختيار الأسماء. إليك اقتباساً من إحدى مجموعات الكشفية السويسرية حول أسماء الكشفية: «إذا كنا سمنح أسماءً، فينبغي أن تكون أكثر ملاءمة من الأسماء الشائعة؛ وأن تصف شخصية حامل الاسم، على غرار الألقاب التي عُرفت بها الشخصيات التاريخية عبر التاريخ. فكثيراً ما تعبر هذه الألقاب عن سيرة كاملة: لويس التقي، وهنري المشاكس، ويوحنا الصالح. وهكذا يستمر الأمر في تاريخ العالم: الحكيم، والقديس، والجريء، والعدل، والشجاع، والصارم، والعاجز، والمطرقة، والمعترف، والغني، والعظيم، والملاح، والفارغ. ما أكثر هذه الألقاب تعبيراً!»
٤. ينبغي منح أسماء الكشفية/المرشدين لهن، وليس أن تختار كل مشاركة اسمها بنفسها. في سويسرا، عادةً ما يمنح القادة الاسم للكشفية/المرشدين. وفي هذه اللعبة، يمكنك اختيار أن يمنح القائدات الأسماء للمشاركات، أو أن تمنح المرشدين أسماءً لبعضهن البعض.
٥. يمكنك تنفيذ النشاط كاحتفال، كما يفعلون في سويسرا، أو ببساطة كتابة الأسماء على بطاقات لاصقة وتوزيعها على كل مشاركة. إذا واجهت صعوبة في إيجاد أفكار، فستجدين بعض الاقتراحات التي تساعدك على التفكير في قسم المصادر.

الجزء الثاني - الحرف السحري

٦. تقف المشاركات في أحد جانبي منطقة اللعب.
٧. يتم اختيار مشاركة واحدة لتكون المنادية، وتقف في الجانب المقابل من منطقة اللعب، في مواجهة بقية المشاركات. تأكدي من أن المسافة بينهن تسمح للجميع بسماع صوت المنادية بوضوح.
- تختار المنادية بشكل عشوائي بعض الحروف التي تريدها، وتُسمى «الحروف السحرية».
٨. تنادي المنادية بالحرف السحري الأول.
٩. يُسمح لبقية المشاركات بالتقدم خطوة إلى الأمام إذا كان الحرف الذي نادّت به المنادية موجوداً في اسمهن الكشفية.
١٠. إذا تكرر الحرف أكثر من مرة في اسم إحدى المشاركات، فيمكنها التقدم بعدد الخطوات نفسه. مثال: إذا كان اسمها يحتوي على حرف A مرتين، وتمت المناداة على حرف أ، فيمكنها التقدم خطوتين.
١١. إذا نادّت المنادية بالحرف السحري وكانت إحدى المشاركات قد تقدمت ١١ بالخطأ، فعليها العودة إلى خط البداية.
١٢. تستمر اللعبة حتى تصل إحدى المشاركات إلى المنادية وتلمسها. تصبح هذه المشاركة هي المنادية في الجولة التالية.





٦ سنوات وأكبر



١٥ دقيقة

تطور الكشافة السويسرية



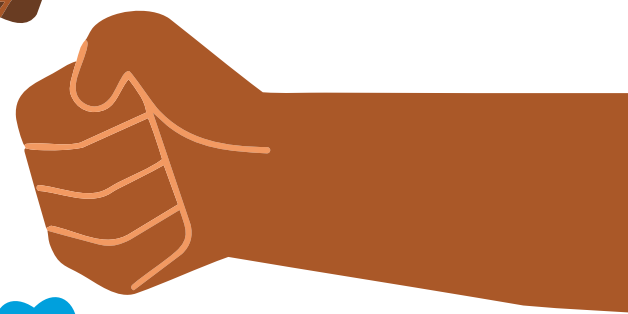
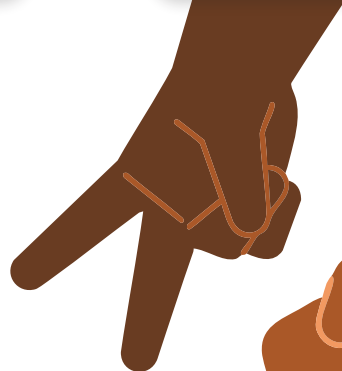
ماذا تحتاجين:

- تفاصيل حول الفئات العمرية للكشافة والمرشدات السويسرية



الهدف

التعرّف على المراحل العمرية المختلفة في الكشافة السويسرية وأخذ فكرة عن اللغات السويسرية.



معلومات أساسية

تُلعب هذه اللعبة من قِبل الكشافين والمرشدات في سويسرا. وفي مركز «أور شاليه» يلعبون نسخة منها على الماء عندما يمارسون رياضة التجديف بالكاياك.

بدأت أول مجموعة كشفية في عام ١٩١٠، وتأسس الاتحاد الكشفى السويسري في عام ١٩١٣ وكان مقتصرًا على الفتيان فقط. بينما تأسس الاتحاد السويسري للمرشدات في عام ١٩١٩. عملت المجموعتان معًا منذ نشأتها حتى عام ١٩٨٧، عندما اندمجتا في جمعية مختلطة تُدعى «الحركة الكشفية والإرشادية السويسرية». واليوم أصبحت أكبر منظمة شبابية في سويسرا، حيث تضم أكثر من ٥٠,٥٠٠ عضو ونحو ٥٥٠ مجموعة محلية. وتتمتع الحركة بعضوية كل من الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (الواقز) والمنظمة العالمية للحركة الكشفية (الوازم).



ماذا تعلمين

لا توجد مجموعة كشفية/إرشادية سويسرية تجتمع في مركز «أور شاليه». تجتمع المجموعات الكشفية والإرشادية السويسرية عادةً أيام السبت، واعتباراً من سن ١٣ عاماً، يمكن للكشافين والمرشدات السويسريين البدء في العمل للوصول إلى قائد مجموعة. تبنى الكشافة السويسرية شعار «الشباب يقودون الشباب»، وتُدار معظم المجموعات الكشفية والإرشادية بواسطة قادة يافعين تتراوح أعمارهم بين ١٦ أو ١٧ عاماً.

أسئلة للتفكير

- ما مدى تشابه أو اختلاف الأسماء الكشفية السويسرية عن الأسماء أو الألقاب المستخدمة في منظمتك الوطنية؟
- ما الاستراتيجية التي اتبعتها أثناء اللعب؟ وكيف كانت فعاليتها؟
- ما الذي قد تغيرينه في طريقة لعبك في المرة القادمة؟
- كيف كان شعورك عندما لم تتمكني من الانتقال إلى المرحلة التالية بنفس سرعة المشاركات الأخريات؟



طريقة التنفيذ

نفسه. تنتقل الفائزة إلى المستوى التالي، بينما تبقى الخاسرة في المستوى نفسه دائماً.

٨. تنتهي اللعبة عندما تصل بعض اللاعبين إلى مستوى الجواله.

بدائل

- غيّر الأصوات أو الحركات بما يتناسب مع مجموعتك.
- لجعل اللعبة أكثر صعوبة، في كل مرة تخسرين فيها لعبة حجر، ورقة، مقص، تراجع مستوى واحدًا إلى الأسفل.
- استخدمي لعبة بديلة للمواجهة المباشرة. على سبيل المثال، اجعلي اللاعبين يحاولون عدم الرمش، ومن ترمش أولاً تخسر.
- استخدمي اللغات المختلفة لأسماء الأقسام.

١. إذا كانت مجموعتك لا تعرف كيفية لعب «حجر، ورقة، مقص»، فعلميهن اللعبة أولاً.

أ. التوقيت الذي ستكشف فيه كل لاعبة عن اختيارها، مثل العد إلى ثلاثة أو قول: «استعدّي، تهَيّئي، انطلقِي».

ب. في أزواج أو مجموعات صغيرة، أظهري اختيارك: حجر (قبضة مغلقة)، أو ورقة (يد مفتوحة)، أو مقص (قبضة مع مد السبابة والوسطى، مثل شكل المقص).

ج. يُحدّد الفائز وفقاً للقواعد التالية: الحجر يهزم المقص، والمقص يهزم الورقة، والورقة تهزم الحجر.

٢. ناقشي مع مجموعتك جميع الفئات العمرية للكشافة والمرشدات السويات.

أ. شرّحي لهن أن مجموعات الكشافة والمرشدات في سويسرا تضم الجنسين، وأن الكشافة والمرشدات أعضاء في كل من الرابطة العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة والمنظمة العالمية للحركة الكشفية.

ب. خذي وقتاً لمقارنة هذه الفئات بالفئات الموجودة في بلدك.

٣. خذي وقتاً لمقارنة هذه الفئات بالفئات الموجودة في بلدك.

أ. القنادس: استخدمي يديك لمحاكاة أسنان القندس أمام فمك، وأصدري صوت «قضم، قضم» مثل مضغ الخشب.

ب. الذئب: ضعي يديك حول فمك وأطلقِي عواءً وأنتِ تنظرين إلى السماء.

ج. الكشافة/المرشدات: أدّي تحية الكشافة/المرشدات، مع قول «كوني مستعدة».

د. الرائدات: تظاهري بأنك تدقّين بمطرقة على شيء متين، مع قول «ابنيه بقوة».

هـ. الجواله: تظاهري بأنك تنظرين إلى مسافة بعيدة، مع وضع يدك فوق حاجبيك، وقولي «المغامرة بانتظارك».

٤. تبدأ جميع اللاعبين من مستوى القنادس، مع أداء صوت وحركة القندس.

٥. تبحث كل لاعبة عن قندس أخرى وتلعبان «حجر، ورقة، مقص». تصبح الفائزة ذئبة، بينما تبقى الخاسرة قندساً وتبحث عن قندس أخرى للعب ضدها.

٦. تؤدي الذئبة صوت الذئب وحركته، ثم تتجول للعثور على ذئبة أخرى للعب ضدها.

٧. صعد الذئبة الفائزة إلى المستوى التالي لتصبح كشافة/مرشدة، بينما تبقى الخاسرة ذئبة وتبحث عن ذئبة أخرى للعب ضدها. تستمر اللعبة بحيث تلعب كل لاعبة «حجر، ورقة، مقص» فقط ضد لاعبة أخرى في المستوى



٦ سنوات وأكبر



٣٠ دقيقة

فونديو الشوكولاتة



معلومات أساسية

فونديو الشوكولاتة هو حلوى لذيذة تُقدَّم في قدر مشترك، وفي أور شاليه تُقدَّم ضمن برنامج الأمسية السويسرية.

وعلى الرغم من ارتباط فونديو الشوكولاتة بشكل كبير بسويسرا، فإنه ليس طبقاً سويسرياً تقليدياً، بل هو مستوحى من المطبخ السويسري. وقد ابتكره كونراد «كوني» إيجلي عام ١٩٦٤، وهو صاحب مطعم سويسري في نيويورك. وكجزء من حملة تسويقية لشوكولاتة توبليرون، قدَّم كوني فونديو الشوكولاتة كخيار للتحلية في مطعمه «شاليه سويس»، الذي كان معروفاً بالفعل بتقديم فونديو الجبن، وهو طبق سويسري تقليدي.

ومنذ ذلك الحين، أصبح فونديو الشوكولاتة حلوى شهيرة وممتعة يستمتع بها الناس في جميع أنحاء العالم، وغالباً ما يُعتقد خطأً أنه تقليد سويسري قديم.

بدائل

- إذا كنت بحاجة إلى خيار خالٍ من منتجات الألبان، فاستخدمي بديلاً مناسباً لها؛ ففي أور شاليه نستخدم حليب جوز الهند والشوكولاتة الخالية من منتجات الألبان.
- وبالنسبة للأطفال الصغار، أو لأي شخص قد تكون مناعته منخفضة أو لديه حساسية، قدّمي الفونديو بشكل فردي لتجنّب انتقال الملوثات أو مسببات الحساسية.



أسئلة للتفكير

- ماذا تعلّمت عن استخدام السكين بأمان؟
- كيف تتأكدين من أن الطعام الذي تعدينه آمن للآخرين لتناوله؟ ((يمكنك توجيه النقاش نحو ممارسات النظافة الجيدة وسلامة الأشخاص الذين يعانون من الحساسية الغذائية، بحسب عمر مجموعتك)).
- ما الطعام أو الطبق التقليدي في بلدك؟
- هل هناك طعام أو طبق يرتبط عادةً ببلدك، لكنه في الواقع يأتي من بلد آخر؟ هل يمكنك التفكير في أطعمة أخرى تشبه فونديو، حيث تتشاركينها مع الآخرين وتتناولونها معاً؟



الهدف

للتعرّف على أصول فونديو الشوكولاتة من خلال نشاط طبخ بسيط، وهو مناسب بشكل خاص لتعليم أساسيات استخدام السكين.

ماذا تحتاجين:

لكل مجموعة تضم ما يصل إلى ٦ أشخاص:

- ١٥٠ غراماً من الشوكولاتة الداكنة.
- ١٥٠ مل من الكريمة.
- تشكيلة من الفواكه الطازجة — التفاح والموز والعنب مناسبة، ولكن يمكنك اختيار ما ترغبين به.
- قدر أو وعاء.
- وعاء صغير.
- شوكة أو أسياخ.
- مصدر حرارة منخفض، مثل الموقد أو شعلة الغاز أو الميكروويف.

طريقة التنفيذ

١. أضيفي الشوكولاتة والكريمة إلى قدر على نار هادئة حتى تذوبا معاً ويصبح الخليط أكثر كثافة.
- احرصي على الاستمرار في التحريك، ولا تتركي الخليط يحترق في قاع القدر.
- إذا كنتِ تستخدمين الميكروويف، سخّنيه على دفعات قصيرة مع الاستمرار في التحريك.

٢. قطّعي الفاكهة إلى قطع صغيرة بحجم مناسب للأكل.

٣. بعد الانتهاء من تجهيزها، قدّمي الفاكهة في طبق، مع فونديو الشوكولاتة في وعاء صغير.

٤. تأكدي من أن لكل واحدة شوكة أو سيقاناً خاصاً بها.

- ضعي قطعة من الفاكهة على الشوكة.
- اغمسي الفاكهة في الشوكولاتة واستمتعي بها.
- تذكّري عدم تكرار الغمس في الشوكولاتة، أي بعد غمس الفاكهة، تناولي قطعة الفاكهة كاملة دون لعق الشوكة.
- ثم اختاري قطعة فاكهة جديدة وغمسيها في الشوكولاتة.



طريقة التنفيذ

١. سخني الفرن مسبقاً على درجة حرارة ١٨٠ مئوية.
٢. قشري البطاطس وقطعيها إلى مكعبات صغيرة (٢ سم).
٣. ضعي قدرين من الماء على النار، قدر للمكرونه وقدر للبطاطس.
٤. اطبخي البطاطس حتى تطرى مع احتفاظها بشكلها.
٥. اطبخي المكرونه حتى تنضج.
٦. بمجرد تصفية الاثنين، ضعيهما معاً في قدر واحد.
٧. أضيفي جبن البارميزان والكرème، وتبلي حسب الرغبة.
٨. اخلطي المزيج بلطف.
٩. ضعي الخليط بأكمله في طبق صينية فرن وغطيه بالجبنة.
١٠. اخبريه في الفرن لمدة ٢٥ دقيقة. اختياري: قطعي البصل إلى شرائح رفيعة واقليها لإضافتها على الوجه عند التقديم.
١١. قدميه مع صلصة التفاح الدافئة.

الهدف

لنتعلّم كيفية إعداد طبق سويسري تقليدي باستخدام وصفة بسيطة.



ماذا تحتاجين:

- يكفي إلى ٨ أشخاص
- ٦٠٠ جرام من المكرونه، ويفضل مكرونه الأبر أو الماكروني
- ٨٠٠ جرام من البطاطس
- ٤٠٠ جرام من جبن البارميزان
- ٤٠٠ مل من الكريمة
- ملح وفلفل، حسب الرغبة
- جبن مبشور - ما يكفي لتغطية وجه الطبق
- بصل (اختياري) - مقلي للتزيين
- ٤٠٠ جرام من صلصة التفاح، للتقديم
- ألواح تقطيع؛ 1 للبطاطس و 1 للبصل
- مقشرة خضروات
- سكاكين تقطيع
- ملعقة (للتحريك)
- طبق صينية فرن
- قدران؛ 1 لطبخ المكرونه و 1 لطبخ البطاطس
- مصفاة (لتصفية المكرونه)
- مقلاة (لقي البصل)
- ملعقة تقليب
- توفر فرن وشعلتي موقد

أسئلة للتفكير

- كيف تتأكدين من أن الطعام الذي تعدينه آمن للآخرين لتناوله؟
- (يمكنك توجيه النقاش نحو ممارسات النظافة الجيدة وسلامة الأشخاص الذين يعانون من الحساسية الغذائية، بحسب عمر مجموعتك).
- لماذا يُعدّ طبق ألبير ماكرون وجبة مناسبة للمزارعين في جبال الألب؟ (لأنه يستخدم الكثير من منتجات الألبان التي يسهل على مزارعي جبال الألب الحصول عليها، كما أنه غني بالسعرات الحرارية، وهو أمر مهم للعمل الذي يتطلب الكثير من الطاقة، خاصة في الطقس البارد).
- ما وجبتك المفضلة عندما تذهبن إلى المخيم؟
- هل لديك وجبة مريحة؟ ما الوجبات أو الأطباق التي تحبين تناولها عندما تشعرين بالتعب؟
- ما الوجبة المعتادة التي يتناولها الأشخاص في بلدك الذين يعملون في الزراعة أو في المصانع؟

معلومات أساسية

تعتبر «ألبير ماغرونين» طبقاً سويسرياً تقليدياً، ويحظى بشعبية خاصة في المناطق الجبلية في سويسرا. ويعني الاسم «مكرونه الألب». وهي وجبة دافئة ومشبعة تتكون من المعكرونه (المعكرونه العادية عادةً)، والبطاطس، والكرème، والجبنة. وتُقدّم عادةً مع صلصة التفاح كطبق جانبي. كما أنها من الأطباق المفضلة تماماً في مركز «أور شاليه» على مدار العام!

تعود أصول هذا الطبق إلى القرن التاسع عشر في المنطقة الجبلية بسويسرا، ويرتبط بالنظام الغذائي اليومي لرعاة جبال الألب الذين كانوا يستفيدون أقصى استفادة من المكونات البسيطة المتاحة لديهم. ومنذ ذلك الحين، أصبح وجبة شائعة تُقدّم تقليدياً في الأكواخ الجبلية السويسرية.





معلومات أساسية

تعود أغنية «أور شاليه» إلى عام ١٩٣٢ عندما افتُتح مركز «أور شاليه» لأول مرة. ويعتمد لحنها بشكل مستوحى من اللحن السويسري التقليدي «رانس دي فاش»، وهي أغنية شهيرة لرعاة الأبقار في جبال الألب السويسرية.

وفي وقتنا الحالي، تُغنى أغنية «أور شاليه» في مراسم تقليد الشارات ومراسم الافتتاح للمرشحات والكشافين خلال الفعاليات والبرامج. وهو الوقت الذي يحصل فيه المشاركون على دبلوسهم القصديري، وهو تذكّار لا يمكن الحصول عليه إلا بزيارة مركز «أور شاليه».

الهدف

لتعلّم أغنية أور شاليه وإطلاق العنان للإبداع باستخدام لعبة تفاعلية عبر الإنترنت.



ماذا تحتاجين:

- جهاز كمبيوتر أو جهاز لوحي أو هاتف متصل بالإنترنت.
- إمكانية الوصول [بلوب أوبرا](#)
- كلمات أغنية أور شاليه ([انظري إلى قسم المصادر](#))

طريقة التنفيذ

١. حاولي إعادة أداء أغنية أور شاليه باستخدام أوبرا بلوب (اللعبة المتاحة عبر الإنترنت).
٢. افتحي أوبرا بلوب من هنا.
 - أ. هناك أربع فقاعات:
 - الباص (الأخضر)
 - التينور (الأحمر)
 - الميتزو-سوبرانو (الأزرق)
 - السوبرانو (البنفسجي)
 - ب. حرّكي الفقاعات إلى الأعلى أو الأسفل للتحكم في حدة الصوت.
 - ج. حرّكي الفقاعات إلى الأمام أو الخلف للتحكم في وضوح الصوت.
٣. افتحي أوبرا بلوب من هنا.
- د. سجّلي أغنيتك حتى تتمكني من تشغيلها والاستماع إليها مرة أخرى.
٤. ومجرد أن تتقني استخدامها، يمكنك تجربة إعادة إنشاء أغاني أخرى، مثل أغاني الكامب فاير المفضلة لديك!

أسئلة للتفكير

- ما هي الرسالة الرئيسية في أغنية «أور شاليه»؟
- (الجميع مرحب بهم في «أور شاليه»)
- لماذا تُعد هذه الرسالة مهمة لمركز عالمي؟
- ما مدى سهولة أو صعوبة إعادة إنتاج الأغنية باستخدام «بلوب أوبرا»؟
- هل أصبح الأمر أسهل مع الممارسة؟
- هل يمكنك التفكير في طرق أخرى يمكنك من خلالها إعادة إنتاج أغنية «أور شاليه»؟

بدائل

- نشاط رائع للاجتماعات التي تُعقد عبر الإنترنت.
- أقيم حفلاً موسيقياً (حضورياً أو عبر الإنترنت) لمشاركة الأغاني واختيار الأداء الفاز.



٨ سنوات وأكبر



١٠ دقائق

أغنية إديلويس



الهدف

لتعلم أغنية كامبفاير شائعة في أور شاليه.



ماذا تحتاجين:

- كلمات أغنية إديلويس (انظري إلى قسم المصادر).
- لحن أغنية إديلويس، وتعليمات حركات التصفيق باليدين.
- يمكنك هنا مشاهدة مقطع فيديو لمتطوعات أور شاليه وهن يوضحن الحركات.

معلومات أساسية

تُعدّ «إيدلفايس» أغنية استعراضية من المسرحية الغنائية «صوت الموسيقى» لعام ١٩٥٩ للثنائي رودجرز وهامرشتاين. وسُميت بهذا الاسم نسبةً إلى زهرة «إيدلفايس»، وهي زهرة بيضاء تنمو في أعالي جبال الألب. وتعتبر «إيدلفايس» الزهرة الوطنية لسويسرا، لذا على الرغم من أن الأغنية لا صلة لها بسويسرا وليست معروفة جداً فيها، إلا أنها من الأغاني الشائعة التي تُغنى في حلقات النار بمركز «أور شاليه».

وفي مركز «أور شاليه»، تُغنى أغنية «إيدلفايس» في معظم حلقات النار، ويرجع ذلك جزئياً إلى أن الإيدلفايس هي الزهرة الوطنية لسويسرا، وجزئياً لأن الكثير من المرشحات والكشافين يعرفون الأغنية من حلقات النار في بلادهم. ولن تتعلمي كلماتها فحسب، بل ستتعلمين أيضاً حركة تصفيق بالأيدي ترافقها. وإذا لم تكوني تعرفينها بالفعل، فقد تكون إضافة رائعة لحلقات النار لديك في وطنك!

طريقة التنفيذ

١. تعلمي لحن وكلمات أغنية «إيدلفايس».
٢. تعلمي حركات التصفيق باليدين (العدد حتى ستة).
٣. طبقي حركات التصفيق باليدين مع الأغنية.

بدائل

- جري تغيير اتجاه حركات التصفيق (باستخدام اليد اليسرى للحركة بدلاً من اليمنى).
- أدخلي تغييراً/تبديلاً عند نهاية كل ست عدات.

أسئلة للتفكير

- هل استطعتِ غناء الأغنية كاملة مع حركات التصفيق باليدين؟
- هل كان الأمر أسهل باليد اليسرى أم باليد اليمنى؟
- ماذا تعلمنا الأغاني المصحوبة بالحركات مثل هذه؟
- ماذا تعلمتِ عن زهرة الإيدلفايس؟
- هل لبلدك زهرة وطنية؟



د

تواصلی مع
أور شالیہ



دعم أور شاليه

للشابات

هناك العديد من الفرص المتاحة لك كشابة للمساهمة في أحد المراكز العالمية وخوض تجربة مميزة فيه، وهذه مجرد بعض الفرص المختلفة المتاحة لك في «أور شاليه» وغيرها من المراكز العالمية:



المنح

ترقبي فرص المنح التي تتيح لك التطوع أو حضور إحدى الفعاليات.



التدريب العملي

فرصة رائعة تتيح لك ممارسة وتطوير مهاراتك في مجالات متنوعة، مثل الضيافة، والإعلام، والتسويق.



سنة التفرغ

تجربة هادفة تقومين بها بينما تفكرين في مستقبلك؛ فقد تكتشفين من خلالها مسارك المهني المثالي!



التطوع

انضمي لتكوني جزءاً من شبكة المتطوعات التابعة للجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة؛ وبمجرد توفر أي فرص تطوعية جديدة، سيتم الإعلان عنها لجميع عضوات الشبكة، وحينها **يمكنك** التقديم للمشاركة فيها.

يقدم مركز «أور شاليه» برنامجاً حماسياً لتطوير القيادة التطوعية للمرشدات/الكشافين بعمر 18 عاماً فما فوق من جميع أنحاء العالم. كما يتوفر لدينا فريق عمل صغير مدفوع الأجر بعقود طويلة الأجل.

ألقي نظرة على صفحة الفرص المتاحة على موقع «أور شاليه» للاطلاع على ما هو متاح حالياً، بما في ذلك برنامج حماسي لتطوير القيادة التطوعية وفرص تطوعية قصيرة الأجل. يُرجى قراءة الملاحظة المتعلقة بمعايير العمل في سويسرا بعناية.

من خلال العمل أو التطوع في مركز «أور شاليه»، يمكنك تجربة روعة جبال الألب السويسرية في بيئة عمل حافلة ودولية تركز على تطوير القيادة، كل ذلك في أثناء إحداث فارق في العالم. يُسهم عملك في مساعدة الأطفال والشباب من جميع أنحاء العالم على خوض المغامرات، وبناء صداقات دولية، واكتساب المعارف والمهارات، وإيجاد طريقهم ليصبحوا قادة وصناع تغيير.

انضمي إلى مجمع متطوعات الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة؛ فعند توفر فرص للتطوع، سيتم الإعلان عنها للمشاركين في المجمع ويمكنك التقديم عليها.



دعم أور شاليه

للكتاب

سواء سبق لك زيارة «أور شاليه» أم لا، يمكنك التعريف بالمركز العالمي للآخرين وتشجيعهم على زيارته ومشاركة تجاربهم.

قدّمي تبرّعاً،

أو انضمّي ك صديقة

- انضمّي إلى مجموعة أصدقاء المراكز العالمية - [على الفيسبوك الخاص بأور شاليه](#)
- تبرّعي لدعم «أور شاليه».
- تعرّفي على طرق أخرى لدعم أور شاليه، مثل قائمة أمنيات لأمازون و عبر المتجر الإلكتروني



الفعاليات محلية

- خطّطي ونفّذي بعض الفعاليات في بلدك للتعريف بالمركز العالمي وزيادة الوعي به، مثل:
- عشاء في مطعم سويسري محلي.
- وجبة جماعية من المأكولات السويسرية.
- فعالية للطهي.
- فعالية للأعمال والحرف اليدوية.
- فعاليات أخرى، مثل التزلج أو الرقص.



احضري فعالية افتراضية

- احضري إحدى فعالياتنا الافتراضية المجدولة.
- إذا لم يكن هناك موعد يناسب جدولك، فيمكنك طلب تنظيم فعالية افتراضية خاصة لمجموعتك.
- استكشفي عالم الطهي والثقافة، وخوضي جولة افتراضية في المراكز العالمية، واطرحي جميع الأسئلة التي ترغبين بها.

خطّطي لرحلتك

أفضل طريقة لدعم «أور شاليه» هي أن تذهبي إليه بنفسك!!

- احضري إحدى الفعاليات، أو اجعلي «أور شاليه» محطة لك في طريقك إلى وجهة أخرى.
- تطوّعي اطلعي على موقع [فرص التطوع في أور شاليه](#) لمعرفة الفرص المتاحة حالياً.
- انضمّي إلى [مجموعة متطوعات الواقز](#)
- ادعي صديقاتك واذهبن معاً كمجموعة.
- ساعدي الآخرين في التخطيط لرحلتهم، حتى لو لم تتمكني من الذهاب بنفسك.



استخدمي وسائل التواصل الاجتماعي للمشاركة والترويج

- شاركي الذكريات
- شاركي صور الفعاليات المحلية الأخيرة
- استعملي هاشتاق #ourchalet

إنستغرام - @our_chalet

فيسبوك - ourchalet@

يوتيوب - OurChaletWorldCentre@





الموارد

يتضمن هذا القسم الموارد المطلوبة للأنشطة الواردة في هذه الحزمة، مثل القوالب، والبطاقات، والقصص.

الروابط



بعض الروابط المفيدة للتواصل مع «أور شاليه»:

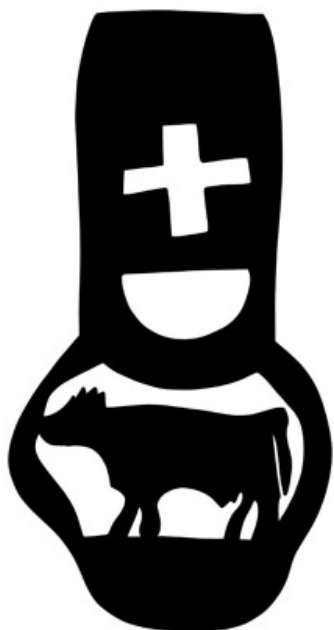
[الموقع الإلكتروني](#)

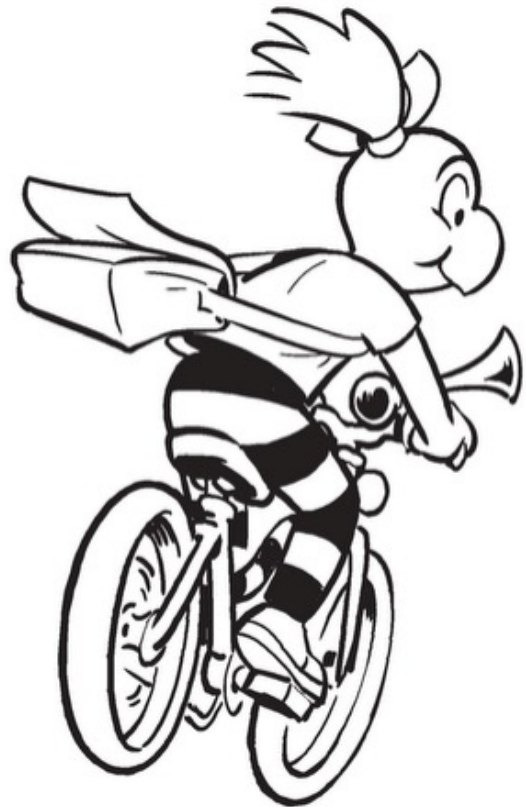
[نموذج التواصل](#)

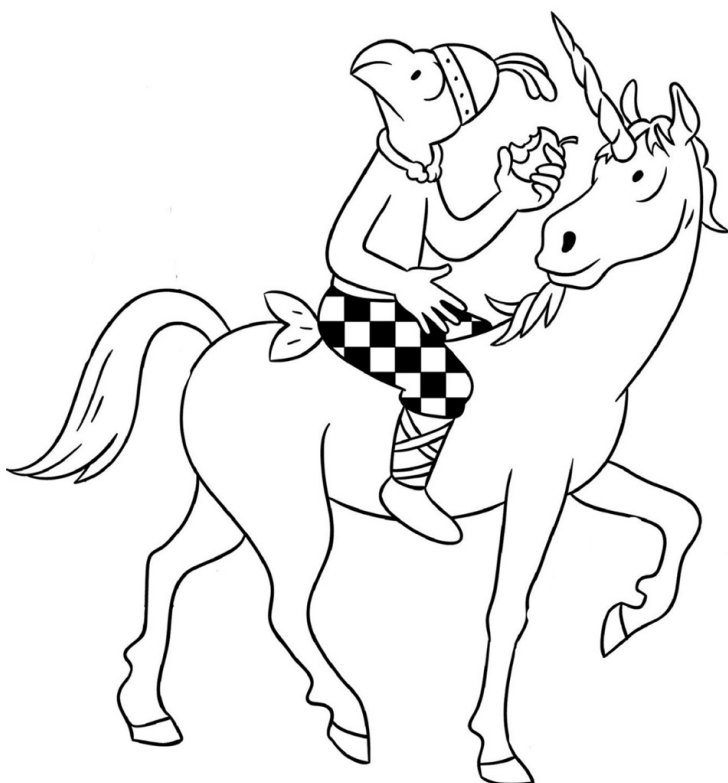
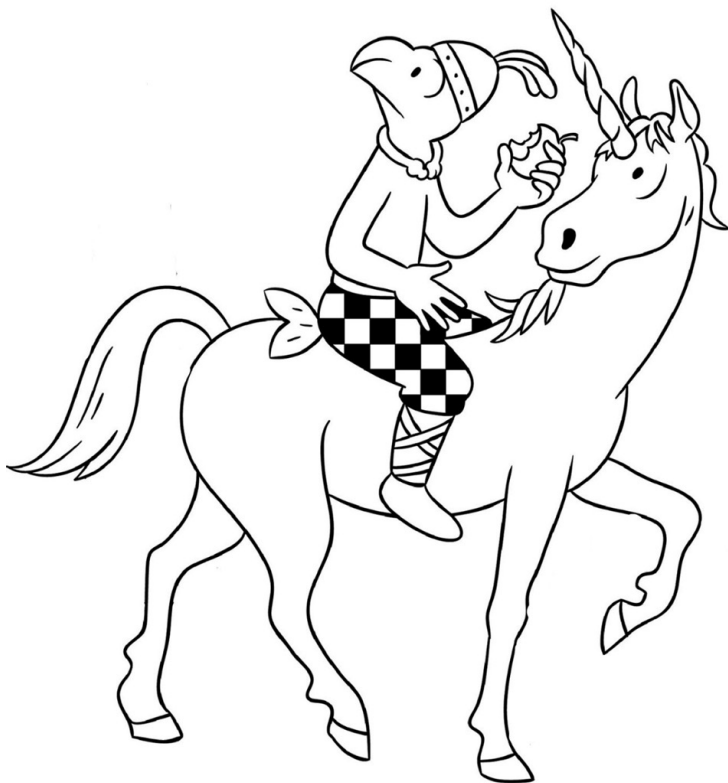
[الاشتراك في النشرة الإخبارية](#)

[المراكز العالمية الأخرى](#)

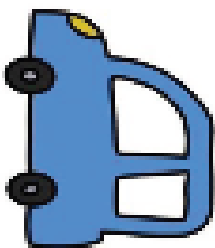
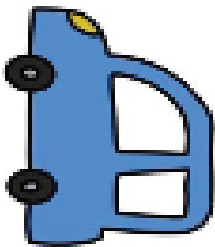
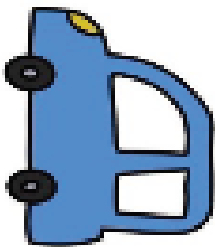
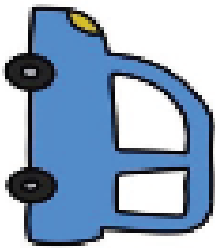
[المراكز العالمية على منصة «كامب فاير»](#)



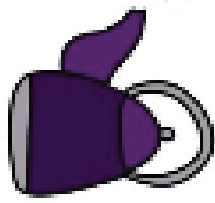
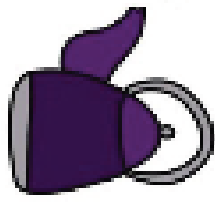
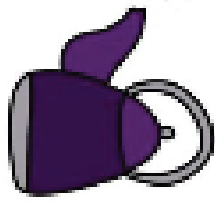
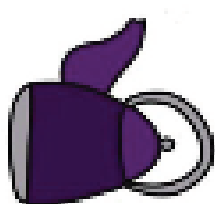
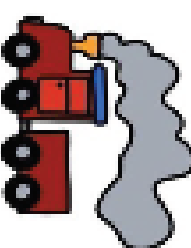
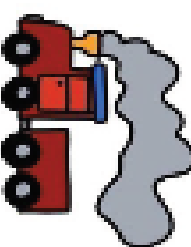
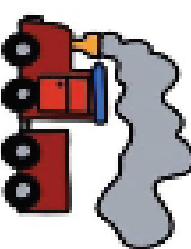
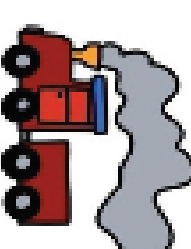




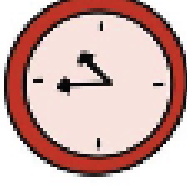
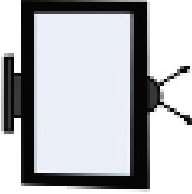
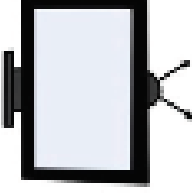
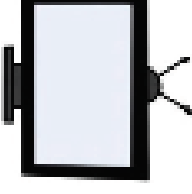
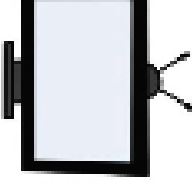
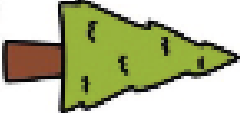


 سيارة  AUTO	 سيارة  VOITURE	 سيارة  AUTOMOBILE	 سيارة  AUTO
 ٢١  HAND	 ٢١  MAIN	 ٢١  MANO	 ٢١  MAHN
 المرشحات / الكشافات  PFADI	 المرشحات / الكشافات  ÉCLAIREURS	 المرشحات / الكشافات  ESPLORATRICI	 المرشحات / الكشافات  EXPLORATOOR



   WASSERKOCHER ابريق	   BOULLOIRE ابريق	   BOLLITORE ابريق	   TSCHADAINA ابريق
   HAHN ديك	   COQ ديك	   GALLO ديك	   TGIEȚ ديك
   ZUG قطار	   TRAIN قطار	   TRENO قطار	   TREN قطار



  UHR	  HORLOGE	  OROLOGIO	  URARI
  FERNSEHEN	  Télévision	  TELEVISIONE	  TELEVISION
  BAUM	  ARBRE	  ALBERO	  PLONTA

شجرة

تلفاز

ساعة

شجرة

تلفاز

ساعة

شجرة

تلفاز

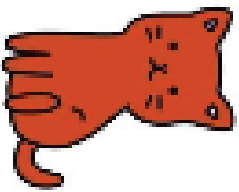
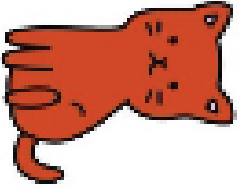
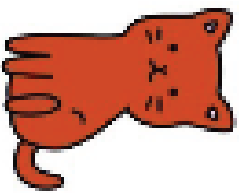
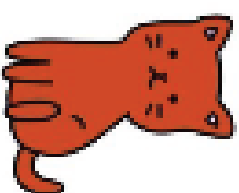
ساعة

شجرة

تلفاز

ساعة



 قط KATZE 	 قط CHAT 	 قط GATTO 	 قط GAT 
 جوارب SOCKEN 	 جوارب CHAUSSETTES 	 جوارب CALZINI 	 جوارب SOCCAS 
 مقص SCHERE 	 مقص CISEAUX 	 مقص FORBICI 	 مقص TGIRAS 



تجدين قصة "سنولي" الكاشفة المكونة من اثني عشر فصلاً على الموقع الإلكتروني لمدرسة التزلج السويسرية عبر الرابط التالي:
علماً بأن النص أعلاه يمثل نسخة ملخصة وموجزة لهذه القصة.

سنولي

منذ زمن ليس ببعيد، وصل كائن أبيض غريب بعينين كبيرتين وأذنين طويلتين طائراً عبر الفضاء من كوكب مجهول، ولهبط على أرض كوكب الأرض.

بعد أن سقط في الثلج، سأل "سنولي" رجل ثلج عن المكان الذي وجد فيه نفسه. شرح له رجل الثلج مبتسماً أنه في "قرية أطفال الثلج السويسرية"، وعرفه بمفهوم الثلج مرابطاً بينه وبين اسم "سنولي". شارك سنولي تفاصيل رحلته القادمة من الفضاء، وكله شغف لتعلم المزيد عن الثلج.

تعلم سنولي من رجل الثلج أن ندف الثلج تتشكل داخل السحب على هيئة بلورات صغيرة تتجمع معاً. و فقط في شتاء البرد القارس تسقط على شكل ثلج، وإلا فإنها تذوب لتحول إلى مطر. كشفت حكايات رجل الثلج كيف تشكل الرياح ودرجات الحرارة هذه الندف بأشكال فريدة، وتكون النجمة هي أجملها. كما أوضح أن درجات الحرارة الأكثر برودة تنتج ثلجاً جافاً كالمسحوق، بينما تنتج الظروف الأكثر دفئاً ثلجاً رطباً يسهل البناء به. وعندما سأله سنولي عن عدد ندف الثلج التي تكون جسم رجل الثلج، أجابه بأنه من المستحيل عدّها.

انبهر سنولي بالسيد "أبو أنف طويل" (رجل الثلج)، الذي شاركه تجاربه في الانزلاق والقفز على الثلج. وعندما تساءل سنولي عما إذا كان ذلك يؤلم أطرافه، طمأنه رجل الثلج بفكاهة، موضحاً أن معدات خاصة تساعد على القيام بهذه المناورات، ومشيئاً إلى تحديثات الحركة على الثلج الحديث والثلج المتجمد.

واصل رجل الثلج شرحه بأن الزلاجات، التي اخترعت منذ آلاف السنين، كانت تُستخدم في الأصل لمنع الغرق في الثلج العميق تماماً كأحذية الثلج. ومع مرور الوقت، تطورت لتصبح معدات للترفيه وممارسة التزلج. أما التزلج على اللوح، فهو رياضة حديثة مستوحاة من ركوب الأمواج تضفي مزيداً من الحماس. ومعاً، استكشف سنولي ورجل الثلج هذا العالم الساحر.

في قرية ثلجية واسعة، لعب سنولي والسيد "أبو أنف طويل" ممرح في الثلج حتى تجمدت قدما سنولي. قاده السيد "أبو أنف طويل" إلى منزل خشبي دافئ لاستعادة دفته، وقدم له المشروبات الساخنة والبسكويت والملابس الدافئة. ومن شدة الإرهاق، غرق سنولي في نوم عميق بجوار المدفأة لأيام متواصلة.

بعد رحلة طويلة مليئة بالتجارب الجديدة على الأرض، شعر صديقنا الصغير بالارتياح للنوم بأمان في مكان رائع يمكنه فيه تعلم الكثير من الأشياء الشيقة، وانغمس في أحلام عميقة وهو يثمن شعور الأمان والاشتراط من حوله.

أثقل السيد "أبو أنف طويل" سنولي بالكثير من الملابس مما جعله يبدو أثقل الحركة. وفي الغابة، التقى بدب يمارس التزلج والتزلج على اللوح. دعا الدب سنولي للمشاركة في المرح وعلمه التزلج، ولعباً ألعاب المطاردة حتى شعر سنولي وكأنه دب صغير مفعم بالجمال والحماس.

في حلمه، اكتشف سنولي منحيراً لطيفاً وبدأ التزلج، لكنه فقد السيطرة وشعر بالذعر. فتح عينيه ليجد بطريقاً وعده بتعليمه تقنيات التزلج الآمن. ورغم السقوط المتكرر، استمتع بالتجربة وشعر وكأنه بطريق صغير أثناء توجيهه في المنحدر المتحدي.

وبجوار شجرة شربين فضية، التقى سنولي بأفعى ودودة عرضت عليه تعليمه التقنيات الصحيحة للتزلج. و بإرشاد الأفعى، تعلم كيفية الدوران وتفادي العقبات أثناء السباق. شعر سنولي بالانتشاش والغناء أثناء انزلاقه عبر الوادي، مشعراً بالخفة والحرية بين الجبال.

كان سنولي خائفاً من القفز والطيران، حتى التقى بكانغر عرض عليه تعليمه كيفية القفز. وبعد التدريب على التلال الثلجية، شعر سنولي بالحماس وهو يحلق عالياً لدرجة ملامسة السماء تقريباً. وقبل مغادرته، أدرك أنه يريد البقاء على كوكب الأرض ليتعلم المزيد من الأشياء الممتعة.

استيقظ سنولي في منزله الدافئ بقرية الثلج، ولاحظ أن جسمه قد تحول: أصبحت ساقاه زرقاوين وقويتين، والجزء العلوي من جسمه برتقالياً، وأطرافه صفراء ومشعرة، كما نبت له ذيل أفعى أحمر، لكن رأسه ظل كما هو دون تغيير، يعكس جوهره رغم التغيرات الجسدية.

بعد تحوله، خرج سنولي إلى الخارج واستقبله الأطفال بالغناء، ودودوا أن يكون صديقاً لهم في مغامرات التزلج والتزلج على اللوح. بدا السيد "أبو أنف طويل" مبتسماً، وأصبح سنولي رفيقاً محبوباً يستعرض مهاراته ويخترع حيلاً ممتعة، مستعداً دائماً لمشاركة خبراته!





أسئلتنا عن الشاليه

1. ما هو العام الذي فتح فيه الشاليه أبوابه؟	1932
2. من هو مؤسس الشاليه؟	هيلين ستوروج
3. ما هو اللقب الأول للمرشد في منصب القائد؟	فالك
4. ما هو اسم المبنى الذي بني خصيصًا للمؤسس؟	شاليه بيبى
5. في أي مدينة يقع شاليها؟	آدل بودن
6. ما هي الدولة السويسرية التي يقع فيها الشاليه؟	كانتون برن
7. ما هو اسم البنية التي يمكنك زيارتها فقط إذا كنت في الشاليه؟	بينو
8. ما هو اسم المبنى الذي يضم حيوانًا مائيًا؟	بيت السنجاب
9. أي منطقة تابعة لمنظمة WAGGS يقع فيها الشاليه؟	أوروبا
10. ما هو أول خط لأغنية الشاليه؟	عالي، عالي على الجبل



أسئلة سويسرا

11. ما هي عاصمة سويسرا؟	برن
12. ما هي العملة المستخدمة في سويسرا؟	الفرنك السويسري (CHF)
13. ما هي اللغات الرسمية الأربع في سويسرا؟	الفرنسية، الألمانية، الإيطالية، والرومانشية
14. ما اسم طبق الجبن السويسري التقليدي الذي يُذاب في قدر ويؤكل مع الخبز؟	الفوندو (Fondue)
15. ما هي الزهرة الوطنية لسويسرا؟	إديلويس (Edelweiss)
16. كم عدد الكانتونات في سويسرا؟	26 كانتونًا
17. ما الشيء المميز في العلم السويسري؟	علمها مربع ومتمائل
18. ما هو أعلى جبل في سويسرا؟	دوفور شبيتز (موتني روزا)
19. أي مدينة سويسرية هي موطن مقر اللجنة الأولمبية؟	لوزان
20. من هو العالم الذي طوّر نظرية النسبية أثناء إقامته في سويسرا؟	ألبرت أينشتاين



تحتاجين إلى نسخة واحدة لكل حيوان عشبي (3 نسخ من هذه الورقة لـ ٣٠ حيواناً عشبياً).

آكل عشب (حيوان عشبي)					
الماء					
الأكل					

آكل عشب (حيوان عشبي)					
الماء					
الأكل					

آكل عشب (حيوان عشبي)					
الماء					
الأكل					

آكل عشب (حيوان عشبي)					
الماء					
الأكل					

آكل عشب (حيوان عشبي)					
الماء					
الأكل					

آكل عشب (حيوان عشبي)					
الماء					
الأكل					

آكل عشب (حيوان عشبي)					
الماء					
الأكل					

آكل عشب (حيوان عشبي)					
الماء					
الأكل					

آكل عشب (حيوان عشبي)					
الماء					
الأكل					

آكل عشب (حيوان عشبي)					
الماء					
الأكل					



تحتاجين إلى نسخة واحدة لكل حيوان قارض / آكل للنبات واللحوم (نسخة واحدة من هذه الورقة لـ ١٠ حيوانات قارصة).

آكل نبات ولحوم (قارض) — اصطاد ٤ حيوانات عشبية

الماء					
الأكل					

آكل نبات ولحوم (قارض) — اصطاد ٤ حيوانات عشبية

الماء					
الأكل					

آكل نبات ولحوم (قارض) — اصطاد ٤ حيوانات عشبية

الماء					
الأكل					

آكل نبات ولحوم (قارض) — اصطاد ٤ حيوانات عشبية

الماء					
الأكل					

آكل نبات ولحوم (قارض) — اصطاد ٤ حيوانات عشبية

الماء					
الأكل					

آكل نبات ولحوم (قارض) — اصطاد ٤ حيوانات عشبية

الماء					
الأكل					

آكل نبات ولحوم (قارض) — اصطاد ٤ حيوانات عشبية

الماء					
الأكل					

آكل نبات ولحوم (قارض) — اصطاد ٤ حيوانات عشبية

الماء					
الأكل					

آكل نبات ولحوم (قارض) — اصطاد ٤ حيوانات عشبية

الماء					
الأكل					

آكل نبات ولحوم (قارض) — اصطاد ٤ حيوانات عشبية

الماء					
الأكل					



تحتاجين إلى نسخة واحدة لكل حيوان عشبي (٣ نسخ من هذه الورقة لـ ٣٠ حيواناً عشبياً).

آكل لحوم (مفترس) — اصطاد أي ١٠ حيوانات					
الماء					
الأكل					

آكل لحوم (مفترس) — اصطاد أي ١٠ حيوانات					
الماء					
الأكل					

آكل لحوم (مفترس) — اصطاد أي ١٠ حيوانات					
الماء					
الأكل					

آكل لحوم (مفترس) — اصطاد أي ١٠ حيوانات					
الماء					
الأكل					

آكل لحوم (مفترس) — اصطاد أي ١٠ حيوانات					
الماء					
الأكل					

آكل لحوم (مفترس) — اصطاد أي ١٠ حيوانات					
الماء					
الأكل					

آكل لحوم (مفترس) — اصطاد أي ١٠ حيوانات					
الماء					
الأكل					

آكل لحوم (مفترس) — اصطاد أي ١٠ حيوانات					
الماء					
الأكل					

آكل لحوم (مفترس) — اصطاد أي ١٠ حيوانات					
الماء					
الأكل					

آكل لحوم (مفترس) — اصطاد أي ١٠ حيوانات					
الماء					
الأكل					



الاسم	المعنى
(عنكبوت - Spider) سبايدر	شخصٌ سريع، منتهب، متيقظ، و”خطير” مناسب لشخص مرح، سريع، ومنتهب، ولكنه قد يتصرف أحياناً قبل أن يفكر!
(قلعة - Castle) كاسل	كاتب جرائم في المسلسل التلفزيوني ”كاسل“، يساعد الشرطة في حل قضاياهم. مناسب لشخص ودود ومساعد ويحب قراءة روايات الجريمة.
(حكيم - Saggio) ساجيو	كلمة إيطالية تعني حكيم أو ذكي.
(JJ) جيه جيه	حصان من سلسلة الروايات المصورة البلجيكية ”لكي لوك“. لديه دائماً ما يقوله! مناسب لشخص برّي وسعيد ويحب الحديث.
(أناناس - Piña) بينيا	الاسم الإسباني للأناناس. مناسب لشخص ذو قشرة صلبة وقلب ناعم.
(سناجب - Squirrel) سناجب	مناسب لشخص وقح، حذر، أو رشيق الحركة.
(Churro) تشوروز	معجنات مقرنية من إسبانيا. عندما تأكل السكر، تحصل على طاقة مؤقتة تجعلك متحمساً. مناسب لشخص هادئ/متحفظ ولكن لديه أحياناً دفعات من الحماس/الشغف.
(Eevee) إيفي	شخصية بوكيمون ناعمة ومخمليّة تشبه الثعلب ويمكن أن تتطور بطرق عديدة. مناسب لشخص مرح، فضولي، مخلص أو تغير كثيراً بمرور الوقت.
(هالة / تاج - Corona) كورونا	الطبقة الخارجية من غلاف الشمس الجوي. مناسب لشخص مبتهج بموقف إيجابي.
(التيار الأسود - Kuroshio) كوروشيو	تيار محيط دافئ بالقرب من اليابان يجلب الصيف. مناسب لشخص يجلب الدفء للمجموعة.
(إيقاع سريع - Allegro) أليغرو	سريع ومبتهج في الموسيقى. مناسب لشخص مبتهج وسريع التفكير أو رشيق الحركة.
(هيكس - Hicks) هيكس	عندما تسقط قطعة دومينو واحدة، تتبعها الأخرى. مناسب لشخص يمكنه إلهام الآخرين لاتباع قيادته.
(تشولي - Chuli) حسن الطباع	هيكب العملاق من ”كيف تدرب تينك“. مناسب لشخص طيب القلب، وحسن الطباع، ومبتكر.
(Domino) دومينو	كلمة سويسرية تعني ”قلم“. مناسب لشخص يحب الكتابة.



أغنية أور شاليه



إِلِيا، عَالِياً فَوْقَ الْجَبَلِ،
أَسْـسُنَا مَرْكَزَنَا «أُورُ شَالِيَه». (٢×)
سَقْفُهُ الْمَائِلُ الْوَاسِعُ
سَيَّحِمِينَا دُونَ أَيِّ قَلْقٍ،
وَكُلُّ فَتَاةٍ كُشَّافَةٍ وَمُرْشِدَةٍ
سَتَجِدُ التَّرْحِيبَ هُنَاكَ.
عَالِياً، عَالِياً فَوْقَ الْجَبَلِ،
سَنَمُضِي إِلَى مَرْكَزَنَا «أُورُ شَالِيَه». (٢×)
حَيَاتُنَا الْبَسِيطَةُ حُرَّةٌ،
وَقُلُوبُنَا خَفِيفَةٌ،
وَأَغَانِينَا مَلِيشَةٌ بِالْبَهْجَةِ،
وَسَنَظَلُّ دَائِماً نَتَذَكَّرُ
أَفْرَاحَ «أُورُ شَالِيَه».

استمع لأغاني أور شاليه

إيدلجائيس



إِيدِلْفَائِشْ، إِيدِلْفَائِشْ،
تُحْيِينِي كُلَّ صَبَاحٍ.
صَغِيرَةٌ وَبَيَاضٌ،
نَقِيَّةٌ وَسَاطِعَةٌ،
تَبْدِينِ سَعِيدَةٍ بِلِقَائِي.
يَا زَهْرَةَ الثَّلَجِ، عَسَاكَ تُزْهِرِينَ وَتَنْمِينَ،
تُزْهِرِينَ وَتَنْمِينَ إِلَى الْأَبَدِ.
إِيدِلْفَائِشْ، إِيدِلْفَائِشْ،
بَارِكِي وَطَنِي إِلَى الْأَبَدِ.





باكس لودج

المملكة المتحدة





عند تفاعل مع ثقافات أخرى، من المهم أن تفهمي الفرق بين التقدير الثقافي والاستيلاء الثقافي:

التقدير الثقافي

هو سعيك الصادق للتعرف على ثقافة ما وفهمها بهدف توسيع آفاقك وبناء علاقات إنسانية أعمق. ويتضمن ذلك احترام التقاليد والممارسات ومعرفة معانيها وقيمتها ضمن سياقها الثقافي.

الاستيلاء الثقافي

يحدث عندما يتم استخدام عناصر من ثقافة معينة دون فهم أو احترام، مما يؤدي إلى تجريدها من معناها وسياقها. وقد يكون ذلك أحياناً بهدف الموضة أو المكاسب الشخصية دون تقدير خلفيتها الثقافية.



كمثال على الاستحواذ (أو الاستيلاء) الثقافي

قد تلاحظين هذا الاستحواذ عندما يقوم شخص من خارج المملكة المتحدة بارتداء زي "بريطاني" يضم تاجاً مزيفاً، وزينة مستوحاة من العلم البريطاني، مع تقليد لهجة "ملكية" مصطنعة بقصد التسلية، لمجرد حضور حفلة تنكرية أو اتباعاً لـ "موضة" دارجة؛ وذلك دون أي فهم للأهمية الثقافية وراء النظام الملكي البريطاني أو التنوع الكبير داخل المملكة المتحدة.

ومثل هذا التصرف يختزل تقاليد التاريخ البريطاني في مجرد زي للمرح، ويتجاهل تماماً الاحترام والسياق العميق الذي يجب أن يرافق هذا التراث.



كمثال على التقدير الثقافي

في السياق البريطاني، يمكنك أن تلاحظي التقدير الثقافي عندما يشارك طفل من خارج المملكة المتحدة في احتفال بريطاني تقليدي مثل "ليلة النيران" (أو ما يُعرف بليلة غاي فوكس).

حيث يتعلم هذا الطفل تاريخ الحدث، وأهمية إشعال النيران، والمعنى الكامن وراء عروض الألعاب النارية، مع إظهاره الاحترام التام للعادات والتقاليد المحلية.

كما قد يبادر بسؤال صديق أو معلم بريطاني لشرح له كيفية الاحتفال بهذا الحدث، ولماذا يحمل هذه الأهمية الكبيرة للكثير من الناس في المملكة المتحدة.

كيف يمكنك تقدير الثقافة؟

لتقدير ثقافة المراكز العالمية والدول التي تقع فيها بشكل حقيقي، احرصي على أن:

٣. تحترمي الرموز الثقافية من خلال فهم أهميتها واستخدامها بطريقة مناسبة.

٢. تتفاعلي مع المجتمعات المحلية للاستماع إلى قصصهم وتقاليدهم وتاريخهم.

١. تتعلمي المعاني الكامنة وراء الممارسات، أو الأزياء، أو الأنشطة التي تشاركون فيها.

من خلال تعزيز التقدير الثقافي، يمكنك الاحتفاء بتنوع العالم وبناء علاقات إنسانية قائمة على الاحترام والتفاهم المتبادل.



مقدمة عن

المركز العالمي باكس لودج



كيف بدأت الحكاية

بدأت رحلتنا مع "أور آرك" (١٩٣٩)، ثم تطوّر مركز المنظمة العالمية في لندن عبر السنوات، مروراً بـ"أولاف هاوس" (١٩٥٩)، وصولاً إلى "باكس لودج" (١٩٩١). يعمل مركز باكس لودج على إشراك الشباب وتمكينهم ودعمهم ليصبحوا قادرين على إحداث فرق حقيقي في مجتمعاتهم.

قامت كاثرين فيرس، أول مديرة للمكتب العالمي، بإطلاق حملة "البنسات"، حيث كتبت إلى كل منظمة عضو في الجمعية. وأوضحت أنه إذا ساهمت كل مرشدة صغيرة ومرشدة وشابة ومرشدة سابقة بنس واحد في يوم التفكير، فإن المبلغ الذي سيتم جمعه سيكون كافياً لشراء البيت العالمي الجديد. وفي ٢٢ فبراير 1938، بدأت البنسات تتدفق، وتم جمع ما يكفي من المال لشراء المبنى في ١١-١٣ شارع بالاس، لتبدأ رحلة "أور آرك" رسمياً.

تم افتتاح "أور آرك" رسمياً في ٢ مايو ١٩٣٩، وظلت أبوابها مفتوحة طوال الحرب العالمية الثانية، حيث كانت ملاذاً آمناً للمرشدات وفتيات الكشاف من مختلف أنحاء العالم.

بحلول عام ١٩٥٦، كان عقد إيجار المباني في شارع بالاس يقترب من نهايته، وأصبح ضيق المساحة يشكل تحدياً. ومرة أخرى، طُلب الدعم من أعضاء الجمعية، وتم إطلاق حملة جديدة خلال المؤتمر العالمي عام ١٩٥٧. وبعد بحث طويل، انتقلت "أور آرك" إلى طريق لونغريدج في منطقة إيرلز كورت غرب لندن. وفي عام ١٩٦٣، احتفلت بمرور ٢٥ عاماً على تأسيسها (اليوبيل الفضي)، وخلال حفل خاص ترأسته المرشدة العالمية أولاف بادن باول، تم تغيير اسم المركز إلى "أولاف هاوس" تكريماً لها.

بحلول عام ١٩٧٨، ظهرت خطط لنقل المركز العالمي مرة أخرى. وفي سبتمبر ١٩٨٨، تم جمع أكثر من مليون جنيه إسترليني لصالح مركز باكس لودج، وعلى الرغم من أن الطريق كان لا يزال طويلاً، قررت اللجنة العالمية البدء في أعمال البناء.

وأخيراً، في يوم الجمعة ١٥ مارس ١٩٩١، تم الافتتاح الرسمي لمركز باكس لودج على يد صاحبة السمو الملكي الأميرة بنديكت من الدنمارك. وقد تم اختيار اسم "باكس لودج" لأن عائلة بادن باول استخدمت كلمة "باكس"، والتي تعني "السلام"، لاثنتين من منازلها: باكس هيل في إنجلترا وباكستو في كينيا. أما كلمة "لودج"، فقد تم اختيارها للحفاظ على الصلة مع المنزل الأصلي في الموقع، والذي كان يُعرف باسم "روسلين لودج".



باكس لودج يعمل على إشراك الشباب وتمكينهم ودعمهم،

حتى يتمكن من إحداث فرق في مجتمعاتهم.



أغنية باكس لودج

ما الذي يجعل مركز باكس لودج مميزًا؟

يقع مركز باكس لودج بجوار المكتب العالمي، الذي يُعد الأمانة العامة للجمعية العالمية للمرشدين وفتيات الكشافة في لندن.

في عام ١٩٢٩، عيّنت اللجنة العالمية لأول مرة عن رغبتها في إنشاء مركز عالمي، وكان افتتاح "أور شاليه" في سويسرا عام ١٩٣٢ تحقيقًا لهذا الحلم. وبحلول عام ١٩٣٧، كانت اللجنة العالمية تبحث عن مقر جديد للمكتب العالمي، كما أدركت الحاجة إلى مكان تقيم فيه المرشدات عند زيارتهن إلى لندن. لذلك قرر تلبية هذين الاحتياجين في مبنى واحد، وهو "أور آرك".

وعندما انتقلت "أور آرك" إلى منطقة إيرلز كورت، وجد المكتب العالمي مقرًا بديلًا في شارع إيبيري.

في عام ١٩٧٧، توفيت أولاف بادن باول (المرشدة العالمية)، وفي المؤتمر العالمي عام ١٩٧٨ تم الاتفاق على استخدام صندوق الذكرى الخاص بها لتحقيق حلمها الذي لطالما عيّرت عنه، وهو أن يجتمع المكتب العالمي والمركز العالمي مرة أخرى في موقع واحد.

كان العثور على مكان في لندن يستوعب كلًا من مقر الجمعية العالمية والمركز العالمي مهمة صعبة، حيث تم النظر في العديد من الخيارات قبل تأمين الموقع في طريق ليندهيرست، هامبستيد. وقد تم بناء "روسلين لودج" عام ١٨١٠ على يد أول إيرل لروسلين، واستخدم المنزل لأغراض متعددة على مر السنين.

ولا يُعد مركز باكس لودج مجرد مكان رائع لمشاهدة معالم لندن أو موقعًا لإقامة الفعاليات الدولية الكبرى، بل هو مورد تاريخي مهم يحقق رسالة الجمعية العالمية للمرشدين وفتيات الكشافة.

كُتبت كلمات وألحان أغنية باكس لودج بواسطة جولي فيليكس، بعد أن سمعتها مديرة البرامج في المركز، ماريا كوبر، تغني عبر الراديو. طلبت منها ماريا أن تُعدّل الأغنية لتناسب مركز باكس لودج، وشجعتها على تضمين كلمات: الحب، الحماة، الصديقات، والمنزل. كانت جولي فيليكس نفسها مرشدة، وكانت مفتوحة على الفكرة، لكنها أرادت استبعاد عبارة "باكس لودج"، إذ قالت إنها "لا تناسب الكتابة الشعرية ومن الصعب غناؤها!"

وعند زيارتكن لنا، يمكننا أن نغني معًا أغنية باكس لودج:

نتمنى لكلّ الحب

نتمنى لكلّ النور

نتمنى لكلّ ألوانًا ناعمة ومشرقة،

نتمنى لكلّ النور

نتمنى لكلّ الحب

نتمنى لكلّ السلام على أجنحة

حماة بيضاء كالثلج

ومع أخواتنا إلى جانبنا

نتعلم القيادة

نتعلم الإرشاد

نُهد الطريق ونعيده

نحو السلام على الأرض

ونحو يوم أكثر إشراقًا

نتمنى لكلّ الحب

نتمنى لكلّ النور

نتمنى لكلّ ألوانًا ناعمة ومشرقة،

نتمنى لكلّ النور

نتمنى لكلّ الحب

نتمنى لكلّ السلام على أجنحة

حماة بيضاء كالثلج

أحيانًا يكون الطريق

طويلاً وصعباً.

ومع ذلك معًا نكون أقوى.

ومع نسجنا

لنسج الحياة،

نمزج كل الألوان

في تناغم.

نتمنى لكلّ الحب

نتمنى لكلّ النور

نتمنى لكلّ ألوانًا ناعمة ومشرقة،

نتمنى لكلّ النور

نتمنى لكلّ الحب

نتمنى لكلّ السلام على أجنحة

حماة بيضاء كالثلج

أينما نتجول،

وأينما نذهب،

سيبقى باكس لودج منزلنا دائماً،

مكان تتحول فيه الغريبات بسرعة إلى صديقات،

سألتقي بكن هناك،

حيث ينتهي قوس قزح.

نتمنى لكلّ الحب

نتمنى لكلّ النور

نتمنى لكلّ ألوانًا ناعمة ومشرقة،

نتمنى لكلّ النور

نتمنى لكلّ الحب

نتمنى لكلّ السلام على أجنحة

حماة بيضاء كالثلج





في مركز باكس لودج، توجد مجموعة متنوعة من البرامج التي تُقام على مدار السنة، ويمكنك المشاركة فيها والاستفادة منها



الاحتفالات

• يوم التفكير العالمي
يقام في شهر فبراير من كل عام
• ربيع ملهم في باكس لودج - أبريل
• فعالية الصداقة العالمية - نوفمبر



الطبيعة

• جامبراوي - من مايو إلى يونيو
• الدليل المذهل للعلوم - من أكتوبر إلى نوفمبر



الثقافة

• رحلة عبر لندن - من يونيو إلى أغسطس



هل ترغبين في الاطلاع على البرامج الحالية؟

إنقري هنا!



التقاليد في المملكة المتحدة



تضم المملكة المتحدة العديد من التقاليد، منها:

- شاي ما بعد الظهر
- كما دُكر سابقاً، هو وجبة خفيفة تُقدَّم عادةً بين الساعة 3:30 مساءً و5:00 مساءً.
- مراسم تغيير الحرس
- هي مراسم مشهورة تُقام خارج قصر باكنغهام في لندن، حيث يقوم الجنود الذين يرتدون الزي الأحمر وقبعات جلد الدب بتغيير نوبات الحراسة.
- ليلة الألعاب النارية
- تُقام في 5 نوفمبر، وتحتفل بفشل مؤامرة البارود عام 1605. ويقوم الناس بإشعال النيران وإطلاق الألعاب النارية.
- العائلة المالكة
- هي تقليد عريق، إذ تُعدّ الملكية البريطانية جزءاً تاريخياً من الهوية الوطنية. والملك الحالي هو الملك تشارلز الثالث.
- بطولة ويمبلدون
- هي أقدم بطولة تنس في العالم، وتُقام سنوياً في لندن.
- عيد الميلاد
- يُحتفل به في 25 ديسمبر، وهو عيد مسيحي رئيسي يتضمن تقاليد مثل تزيين أشجار عيد الميلاد، وتبادل الهدايا، وتناول الوجبات الاحتفالية.
- عيد الفصح
- هو عيد مسيحي رئيسي، ويُحتفل به من خلال إقامة الصلوات والقداسات في الكنائس، والبحث عن البيض، وتناول الوجبات الاحتفالية.
- رمضان وعيد الفطر
- يحتفل بهما المسلمون، الذين يشكلون جزءاً مهماً من سكان المملكة المتحدة.
- ديوالي
- هو مهرجان الأنوار الهندوسي، ويحتفل به أفراد الجالية الهندية في المملكة المتحدة من خلال الألعاب النارية، وإضاءة الأنوار، وتناول الحلويات.
- الهالوين
- على الرغم من أنه ليس عيداً دينياً، إلا أن الكثير من الناس يحتفلون به، وخصوصاً من خلال طلب الحلوى من المنازل، وارتداء الأزياء التنكرية، وإقامة الحفلات.

اللغة



اللغة الأساسية في المملكة المتحدة هي اللغة الإنجليزية، على الرغم من وجود لغات إقليمية أخرى، مثل اللغة الويلزية في ويلز، واللغة الغيلية الاسكتلندية في أجزاء من اسكتلندا، واللغة الأيرلندية في أيرلندا الشمالية. كما أن العديد من الأشخاص في المملكة المتحدة يتحدثون لغات أخرى بطلاقة، وذلك بسبب تنوع سكانها وتعدد الثقافات فيها.

نبذة عن الدولة



يقع مركز باكس لودج في لندن، إنجلترا، وهي جزء من المملكة المتحدة في أوروبا الغربية. وتتكوّن المملكة المتحدة من أربع دول:

- إنجلترا
- اسكتلندا
- ويلز
- أيرلندا الشمالية



يُعرف علم المملكة المتحدة باسم "يونيون جاك"، وهو مزيج من ثلاثة أعلام وطنية قديمة:

- الصليب الأحمر للقديس جورج (راعي إنجلترا)
- الصليب الأبيض المائل للقديس أندرو (راعي اسكتلندا)
- الصليب الأحمر المائل للقديس باتريك (راعي أيرلندا)

ويتكوّن تصميم العلم من الألوان الأحمر والأبيض والأزرق، مع صليب وخطين مائلين.

تقاليد الطهي



تتميز المملكة المتحدة بتقاليد طهي غنية تأثرت بالعديد من الثقافات عبر الزمن. ومن أشهر الأطباق:

- فيش آند تشيبس: سمك مقلي (غالباً القد أو الحدوق) مع بطاطس مقلية
- وجبة الأحد المشوية: لحم بقري أو ضأن أو دجاج مع البطاطس والخضار وبودينغ يوركشاير والمرق
- الفطور الإنجليزي الكامل: بيض مقلي، لحم مقدد، نقانق، فاصوليا، فطر، خبز محمص وطماطم
- فطيرة الراعي: لحم مفروم (عادةً ضأن) مغطى بالبطاطس المهروسة
- بانجرز آند ماش: نقانق مع بطاطس مهروسة ومرق
- شاي بعد الظهر: يُقدَّم مع ساندويشات وسكوتز وحلويات
- الحلويات: مثل بودنغ التوفي اللزج، تارت الدبس، أو مرقط



ج

أنشطة الوحدة / الفرقة /

المجموعة



كيفية استخدام هذا القسم



في هذا القسم، ستجدين مجموعة متنوعة من الأنشطة التي يمكنك تنفيذها مع مجموعتك.

يمكنك استخدام هذه الأنشطة كما هي موضحة، أو الاستفادة منها كمصدر إلهام لابتكار أنشطة جديدة أو تطويرها بطرق مختلفة.

تذكر استخدام عناصر التأمل والتفكير بعد كل نشاط، وذلك لمساعدتك على استكشاف والاحتفاء بالتنوع في عالم الإرشاد وفتيات الكشف.

وعند الانتهاء من أي نشاط، يمكنك مشاركة أفكارك وأنشطتك عبر وسائل التواصل الاجتماعي باستخدام وسم باكس لودج:

paxlodge#

أنواع الأنشطة الخمسة:



الثقافة

استكشاف اللغة، التقاليد، الروتين اليومي،
الملابس، والمناسبات الدينية.



الفنون والحرف

صنع حرفة تقليدية، أو القيام بأنشطة الرسم والإبداع.



الموسيقى والرقص

التعرف على موسيقى إنجلترا، صناعة أو تجربة العزف
على آلات موسيقية، وتعلم حركات رقص جديدة.



الألعاب

لعب لعبة تقليدية، أو تجربة ألعاب يحبها الأطفال.



الآكل

تذوق نكهات إنجلترا، التعرف على مصادر
الطعام، وتجربة إعداد وصفة أو أكثر.



كيفية استخدام هذا القسم



!!استخدمي الجدول لمساعدتك في تحديد النشاط الذي ترغبين في تجربته، أو يمكنك تجربة جميع الأنشطة

النوع	أسم النشاط	الفئة العمرية	الوقت	التحضير	الصفحة
الفنون والحرف اليدوية	حافلة باكس لودج	من ٥ إلى ١٠ سنوات	من ١٠ إلى ٢٠ دقيقة	أوراق مطبوعة لحافلة باكس لودج، أقلام تلوين أو ما شابه، ومقص.	79
لعبة	مسابقة	١٠ سنوات فأكثر	٣٠ دقيقة	أسئلة وأجوبة.	80
لعبة	لعبة موقف الحافلات	من ٤ إلى ١٢ سنة	من ١٠ إلى ١٥ دقيقة	الحد الأدنى: ٣ قادة/بالغين.	81
الموسيقى والرقص	أجراس (النسخة البريطانية)	من ٥ إلى ١٨ سنة	١٠ دقائق	كلمات الأغنية (إن لزم الأمر) ولحنها (إن لزم الأمر): https://www.youtube.com/watch?v=bYDwaX4YwPw	82
لعبة	صانعو السلام	١٠ سنوات فأكثر	٢٠ دقيقة	جهاز بطاقات/أوراق/ملاحظات لاصقة بأسماء صانعي السلام البارزين.	83
لعبة	باب زجاجي أخضر	٧ سنوات فأكثر	١٥ دقيقة	لا حاجة لأي معدات.	84
الثقافة	مسرح أكياس القمامة	٦ سنوات فأكثر	٢٠ دقيقة فأكثر	أشياء عشوائية، شيء واحد لكل مشارك تقريبًا.	86
لعبة	نزهة	٧ سنوات فأكثر	١٥ دقيقة	لا حاجة لأي معدات.	87
الثقافة	مغامرة باكس الكبرى	٨ سنوات فأكثر	ساعة واحدة	• بطاقات تلميح.	88
الفنون والحرف اليدوية	اصنع شعارك الخاص	٧ سنوات فأكثر	من ٤٠ إلى ٦٠ دقيقة	دعائم: فنجان شاي، صور حافلة حمراء، علم بريطاني مصنوع يدويًا، تيجان ورقية.	91
الطعام	حضّر الشاي والبسكويت البريطاني بنفسك	جميع الأعمار	من ٤٥ إلى ٦٠ دقيقة	مساحة واسعة: يمكن أن تكون داخلية أو خارجية.	92
الطعام	شاي ما بعد الظهيرة - سكونز	جميع الأعمار	ساعة واحدة	اختياري: جوائز للفريق الفائزة.	93
الطعام	كعكة فيكتوريا الإسفنجية	١٠ سنوات فأكثر	ساعة واحدة	اجمع قصاصات قماش، لوازم تطريز، أقلام تلوين قماش، وغراء.	94
الطعام	شاي ما بعد الظهيرة (لا حاجة للطهي)	جميع	٢٠ دقيقة	جهاز مكونات الخبز ومستلزمات تحضير الشاي.	95
الموسيقى والرقص	رقص شعبي	جميع الأعمار	٣٠ دقيقة	وصفة ومكونات الكعك الإسكتلندي.	96
الفنون والحرف اليدوية	ملوك وملكات اللؤلؤ	جميع الأعمار	٣٠ دقيقة	المكونات والوصفة.	97
الموسيقى والرقص	هوكي كوكي	جميع الأعمار	١٠ دقائق	ورق وأقلام رصاص.	98
لعبة	قيادة خنفساء حرس الملك	من ٦ إلى ١٢ سنة	١٥ دقيقة	ابحث عن موسيقى واختر الرقصات التي ستجربها.	99
لعبة	لعبة الألعاب النارية	من ٥ إلى ١٤ سنة	١٠ دقائق	مواد حرقية: قماش أو ورق أسود، أزهار/خرز أبيض، أو طلاء أبيض، غراء/إبر وخط، صور للإلهام.	100



١٠-٥ سنوات



١٠-٢٠ دقيقة

باص باكس لودج



معلومات أساسية

يرمز شكل الحافلة ذات الطابقين الذي يستخدمه مركز باكس لودج إلى موقعه في لندن، حيث تُعد الحافلات ذات الطابقين من أشهر رموز المدينة. وهي وسيلة نقل مريحة واقتصادية، كما تتيح مشاهدة معالم المدينة من ارتفاع مميز



الهدف

التعرّف على رمز باكس لودج وأهمية الحافلات في مدينة لندن.



الأدوات المطلوبة:

- أوراق مطبوعة تحتوي على رسم حافلة باكس لودج (من قسم الموارد)
- أقلام تلوين أو ما شابه

طريقة التنفيذ:

بدائل النشاط:

- بعد التلوين، يمكن قص الرسم وتحويله إلى لعبة تركيب (بازل) ليكملها شخص آخر
- تلوين رموز أخرى من لندن مثل ساعة بيج بن أو برج لندن، وتحويلها إلى لعبة تركيب

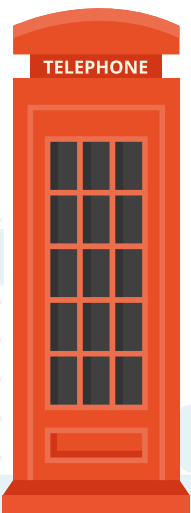
١. شاركي المعلومات الخلفية مع المشاركات

٢. وزّعي الأوراق المطبوعة

٣. تقوم كل مشاركة بتلوين الرسم

أسئلة للتفكير:

- ماذا يستخدم باكس لودج الحافلة كرمز له؟
- هل يوجد رمز يعبر عن المكان الذي تعيشين فيه؟
- ما هي الرموز التي تستخدمها المراكز العالمية الأخرى؟
- لماذا تستخدم هذه المراكز تلك الرموز؟





معلومات أساسية

يقع مركز باكس لودج في ضاحية هامبستيد شمال غرب لندن، على بُعد محطات قليلة من صخب وسط المدينة.



الهدف

التعرّف بشكل أعمق على مركز باكس لودج وموقعه.



ماذا تحتاجين

- أسئلة وأجوبة المسابقة (من قسم الموارد)

بدائل النشاط

- يمكن تحويل الأسئلة والأجوبة إلى بطاقات ولعبها كلعبة مطابقة
- يمكن إدخال الأسئلة في منصة إلكترونية مثل كاهوت! ولعبها بشكل تفاعلي

طريقة التنفيذ

١. قبل أن تبدي اللعبة، قسّمي المشاركات إلى مجموعات بعدد مناسب، واطلبي منهن اختيار اسم للمجموعة يكون مرتبطاً بباكس لودج أو لندن.
٢. بعد اختيار الاسم، عليهن ابتكار هتاف خاص بالمجموعة، ويستخدمه للإشارة إلى أنهن جاهزات للإجابة عن الأسئلة.
٣. عند قراءة السؤال، تكون أول مجموعة تطلق هتافها هي التي تحصل على الفرصة الأولى للإجابة.
٤. إذا أجابت المجموعة بشكل صحيح، تحصل على نقطة.
٥. أما إذا كانت إجابة المجموعة الأولى خاطئة، فتتاح لبقية المجموعات فرصة إطلاق هتافهن، ثم تقديم إجاباتهن، وهكذا.
٦. بالنسبة للأسئلة الرياضية، تحصل جميع المجموعات على فرصة للإجابة، وتفوز بالنقطة المجموعة التي تكون إجابتها الأقرب إلى الإجابة الصحيحة.
٧. في نهاية اللعبة، تكون المجموعة التي حصلت على أكبر عدد من النقاط هي المجموعة الفائزة.

أسئلة للتفكير



- ماذا تعلّمتِ عن باكس لودج؟
- ماذا تعلّمتِ عن موقعه؟
- ما الذي ترغبين في معرفة المزيد عنه؟





لعبة موقف الحافلات



١٢-٤ سنة



١٠-١٥ دقيقة



ماذا تحتاجين

- ما لا يقل عن ٣ قائدات / بالغات
- حسب عدد المشاركات قد تحتاجين إلى قائدات أكثر (مثلاً: إذا كان العدد ١٦ مشاركة أو أكثر، تحتاجين ٤ قائدات أو أكثر)



الهدف

الشعور بالنشاط والحماس كنميرين إحماء، مع التعرف على مركز باكس لودج.

معلومات أساسية

يقع مركز باكس لودج في لندن، وتشتهر المدينة بحافلاتها الحمراء ذات الطابقين التي تتوقف بشكل متكرر في محطات مختلفة.

بدائل النشاط

- بدل الركض، يمكن للمشاركات القفز أو المشي السريع أو الرقص بين كل جولة

طريقة التنفيذ:

١. حددي القائدات واطلبي منهن الوقوف في دائرة
٢. اجعلي المشاركات يركضن داخل الدائرة
٣. عندما تنادي القائدة الرئيسية: "محطات الحافلات"
٤. تقوم القائدات برفع أيديهن مع إظهار عدد من الأصابع، بحيث يدل الرقم على عدد الأماكن المتاحة في كل "محطة"
٥. يجب على المشاركات إيجاد مكان في إحدى المحطات، ومن لا تجد مكاناً تخرج من اللعبة
٦. يتم تقليل عدد الأصابع تدريجياً حتى يتبقى فائزة واحدة

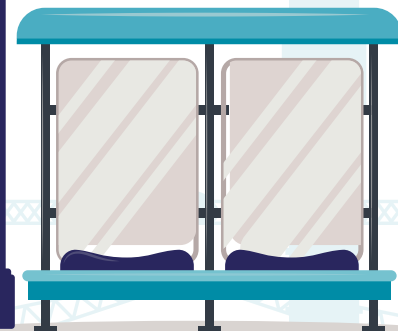
أسئلة للتفكير



- كيف كان شعورك عندما "فاتتك الحافلة"؟
- هل سبق أن اضطررت للجري للحاق بوسيلة نقل عامة؟



BUS STOP





أغنية الختام النسخة



سنة ١٨-٥



١٠ دقائق

معلومات أساسية

تُغنى أغنية "تابس" في نهاية الاجتماع للدلالة على انتهائه.

في لندن، تقوم العديد من فرق المرشحات (هما في ذلك الفرق التي تجتمع في مركز باكس لودج) بغناء الكلمات التقليدية، لكن بطرق وأساليب متنوعة وممتعة.



الهدف

التعرّف على الطرق المختلفة لغناء أغنية تقليدية في المرشحات وفتيات الكشافة داخل المملكة المتحدة.



الأدوات المطلوبة

- ورقة كلمات الأغنية (إن لزم)
- يمكن تعلّم اللحن عبر الإنترنت <https://www.youtube.com/watch?v=b2DwaX4YwPw>

بدائل النشاط

- تعرّف على نسخ الأغنية في دول أخرى وغنيها بلغة مختلفة
- تعلّم غني نسخة تُغنى عندما يكون الجو نهاراً

طريقة التنفيذ

١. غني النسخة العادية من الأغنية
٢. السرعة: غني الكلمات بأسرع ما يمكن
٣. وقت الأداء: غني مع ابتكار حركات باليدين (يمكن دمجها مع السرعة لزيادة المتعة)
٤. نسخة لغة الإشارة: غني الكلمات مع أداء الإشارات باستخدام لغة الإشارة البريطانية- انظري إلى الموارد



أسئلة للتفكير

- ما هي تقاليد مجموعتك؟
- كيف يمكنك إضافة لمسة جديدة على هذه التقاليد؟



الهدف

تنمية مهارات التعاون، التواصل، الاستماع، وحل المشكلات من خلال التعرف على شخصيات مرتبطة بالسلام.



ماذا تحتاجين:

- حُزري بطاقات أو ملصقات تحمل أسماء أبرز صانعي السلام (راجع قسم المصادر).

معلومات أساسية

كلمة "باكس" تعني "السلام" باللغة اللاتينية.

بدائل النشاط

- يمكن لعبها كمجموعة واحدة أو عبر تحرك المشاركات وطرح الأسئلة على بعضهن بشكل فردي

طريقة التنفيذ

١. تختار كل مشاركة بطاقة وتُظهر الاسم للآخرين دون أن تراه هي (يمكن لصقها على الجبهة أو الظهر)
٢. تتناوب المشاركات في طرح أسئلة تكون إجاباتها "نعم" أو "لا" لمعرفة هويتهن مثل: هل أنا امرأة؟ هل أنا على قيد الحياة؟
٣. عندما تخمّن المشاركة الشخصية بشكل صحيح، تستمر في مساعدة الأخريات بالإجابة على أسئلتهن



أسئلة للتفكير

- ماذا حدث أثناء اللعبة؟
- هل تفاجأت ببعض الأسماء؟ وهل كنت تعرفين ارتباطها بالسلام؟
- ماذا فعلت هذه الشخصية لتكون "صانعة سلام"؟
- ما الصفات المشتركة بين صنّاع السلام؟ وهل تمتلكين بعض هذه الصفات؟
- لماذا من المهم التعرف على هذه الشخصيات؟
- كيف يمكن أن يساعدونا في بناء مجتمع أكثر سلامًا؟





الباب الزجاجي الأخضر



٧ سنوات وأكبر



١٥ دقيقة

معلومات أساسية

تم التبرع بالأبواب الأمامية لمركز باكس لودج من قبل عائلة بادن باول. وفي ٢٩ سبتمبر ١٩٩٠، حضر أحد عشر فردًا من العائلة أول احتفال "يوم الباب"، حيث قامت ناتاشا كينغ، حفيدة أحفاد اللورد والليدي بادن باول، بفتح الأبواب بعد فك الأشرطة.



الهدف

لعبة هادئة تساعد المشاركات على الاستماع والتركيز والتفكير.



الأدوات المطلوبة

- لا حاجة لأي أدوات
- يُفضل أن تجلس المشاركات في دائرة بحيث يمكن للجميع الرؤية والاستماع

طريقة التنفيذ

٨. من المحتمل أن تنتهي اللعبة قبل أن تتمكن جميع المشاركات من اكتشاف القاعدة. ويمكنك اختيار عدم إخبارهن بالقاعدة، حتى تتمكني من لعب اللعبة مرة أخرى.
٩. إذا لم تتمكن أي مشاركة من اكتشاف القاعدة وبدأن يشعرون بالإحباط، فيمكنك إما إنهاء اللعبة أو تذكيرهن ببعض الأشياء التي يُسمح لها بالمرور عبر الأبواب الزجاجية الخضراء.

١. يجب أن تعرف مشاركة واحدة على الأقل القاعدة. وإذا كانت المشاركات الأخريات يعرفنها أيضًا، فقد يكون ذلك مفيدًا، لكن لا يُسمح لهن بإعطاء أي تلميحات أو إشارات.
٢. القاعدة هي أن الأشياء التي تحتوي على حرفين متتاليين متشابهين فقط هي التي يُسمح لها بالمرور عبر الباب. على سبيل المثال: يمكن للخروف المرور عبر الباب، لكن البقرة لا يمكنها ذلك.
٣. يمكن للمشاركات اكتشاف القاعدة أثناء اللعبة إذا تمكّن من ملاحظة الرابط بين الأشياء التي يُسمح لها بالمرور وتلك التي يتم رفضها.
٤. تخبر القائدة المشاركات بأنهن يحاولن إدخال أشياء عبر الأبواب الزجاجية الخضراء، ولكن يُسمح فقط بمرور أشياء معينة. تأخذ المشاركات أدوارهن في اقتراح شيء، وتقلن: «سأضع _____ عبر الأبواب الزجاجية الخضراء».
٥. بعد كل دور، تؤكد القائدة ما إذا كان يُسمح للشيء بالمرور أم ترفض دخوله، من دون إعطاء أي سبب يوضح لماذا يُسمح لشيء ما بالمرور أو لماذا يتم رفضه.
٦. قد تتمكن بعض المشاركات من الإجابة بشكل صحيح عن طريق الصدفة، حتى من دون اكتشاف القاعدة.
٧. عندما تعتقد المشاركات أنهن اكتشفن القاعدة، قد يتحمسن ويرغبن في قولها. شجعيهن على عدم الإفصاح عنها، وبدلاً من ذلك، اجعليهن يثبتن أنهن اكتشفنها من خلال إجابتهن التالية.



Natasha King, great-granddaughter of Robert and Olave Baden-Powell.





بدائل النشاط



أسئلة للتفكير

- هل تمكنت من معرفة القاعدة؟ وهل كان ذلك سهلاً؟
- كيف شعرت عندما لم تعرفي القاعدة؟
- كيف كان شعورك عندما نجحت في إدخال عنصر؟

- قد لا تنجح هذه اللعبة عند ترجمتها إلى لغات أخرى، لأن كلمات الأخضر والزجاج والباب تحتوي جميعها على أحرف متتالية متشابهة في اللغة الإنجليزية. لذلك، يمكنك وضع قاعدة خاصة بك، مثل أن يبدأ الشيء بالحرف الأول من اسم المتحدثة.
- إذا كانت لديك مشاركة أو أكثر تعرف القاعدة، فوزعهم بين المجموعات وشجعهم على تقديم إجابات صحيحة.
- تنجح هذه اللعبة بشكل جيد عندما تكون المجموعة نفسها معاً لعدة أيام خلال فعالية، وتكون هناك بعض الأوقات القصيرة التي لا يوجد فيها نشاط، خصوصاً أثناء انتظار النشاط التالي أو وسيلة النقل، أو عند جمع المجموعة بأكملها معاً.





معلومات أساسية

تخيّل منطقة "ويست إند" في لندن كأنها ملعب سحري كبير، حيث تُعرض قصص مذهلة على المسرح من خلال الغناء والرقص والشخصيات الممتعة. إنها تجربة تشبه مشاهدة فيلم حي، حيث تشعرين أنك جزء من القصة. في هذا النشاط، ستقومين بابتكار مشهدك الخاص وكأنه يُعرض في مسارح لندن.



الهدف

تنمية الإبداع والعمل الجماعي، والتعبير عن أفكار ومواضيع مختلفة.



الأدوات المطلوبة

- مجموعة عشوائية من الأدوات (ملابس، إكسسوارات، أدوات مختلفة) داخل كيس
- يُفضّل أن يكون هناك عدد كافٍ لكل مجموعة

بدائل النشاط

- بالنسبة للمجموعات الأصغر سنًا، يمكن إعطاؤهن توجيهات أكثر تحديدًا، مثل تحديد شخصيات معينة أو قصة معينة لمساعدتهن على التمثيل باستخدام الأدوات التي حصلن عليها.
- يمكن تنفيذ هذا النشاط بطريقة مشابهة للعبة التمثيل الصامت، حيث تحاول المجموعات الأخرى تخمين الشخصيات أو القصة التي يتم تمثيلها.
- ويمكن تطبيق هذا النشاط على دروس أو مواضيع محددة، بحيث تقوم المجموعات بعرض ما تعلمنه بطريقة إبداعية وممتعة.

طريقة التنفيذ

١. قسّمي المشاركات إلى مجموعات، على أن تضم كل مجموعة ما لا يقل عن ٣ إلى ٤ مشاركات، ويفضل ألا يزيد عدد أفراد المجموعة عن ٧ مشاركات.
٢. يجب أن تحصل كل مجموعة على مجموعة من الأدوات والأشياء العشوائية، وغالبًا ما تكون موضوعة في كيس، ومن هنا جاءت تسمية اللعبة. ويمكن تقديم إرشادات إضافية إذا كانت المجموعة أصغر سنًا، أو إذا كان هناك موضوع محدد ترغب القائدات في أن تركز عليه المجموعات. على سبيل المثال، إذا كان الموضوع هو التعاون، اطلبي من المجموعات إعداد مشهد تمثيلي باستخدام الأدوات لإظهار ما تعلمنه. وشجعي المجموعات على استخدام الأدوات بطريقة مختلفة عن الغرض الأساسي منها؛ فمثلاً يمكن استخدام المكينة كمجذاف لقارب، وهكذا.
٣. أخبري المجموعات بأن لديهن ٥ دقائق للعمل معًا كفريق وإعداد مشهد تمثيلي باستخدام الأدوات التي حصلن عليها. ويمكن تغيير المدة الزمنية بما يتناسب مع الموقف. وذكّري المجموعات بأن المشاهد التمثيلية يجب أن تكون ضمن مدة زمنية محددة حتى لا تصبح طويلة جدًا. بعد أن تحصل المجموعات على الوقت الكافي لإعداد مشاهدهن، على جميع المجموعات مشاركة مشاهدهن وتمثيلها أمام بقية المشاركات.
٤. ويمكن بعد ذلك إجراء نقاش حول كل عرض، خاصة إذا كانت المشاهد تركز على موضوع معين، ومناقشة ما ألهمهن لإنشاء تلك القصة باستخدام الأدوات التي حصلن عليها.

أسئلة للتفكير

- كيف كان العمل الجماعي في ابتكار القصة؟
- هل كان من الصعب استخدام جميع الأدوات؟
- ماذا تعلمت من عروض المجموعات الأخرى؟





١٠-٥ سنوات



١٠-٢٠ دقيقة

النزهة



معلومات أساسية

أصبحت النزهات شائعة في لندن في القرن التاسع عشر، بعد انتقال بعض النبلاء الفرنسيين إليها. كانت في البداية تقام داخل المنازل للرجال، ثم أصبحت متاحة للجميع، وأصبحت اليوم تُقام في الحدائق خاصة في الصيف.

الهدف

تعزيز الهدوء، وتنمية مهارات الاستماع والتفكير النقدي.



الأدوات المطلوبة

- لا حاجة لأدوات
- من المهم أن تعرف المشاركات أسماء بعضهن



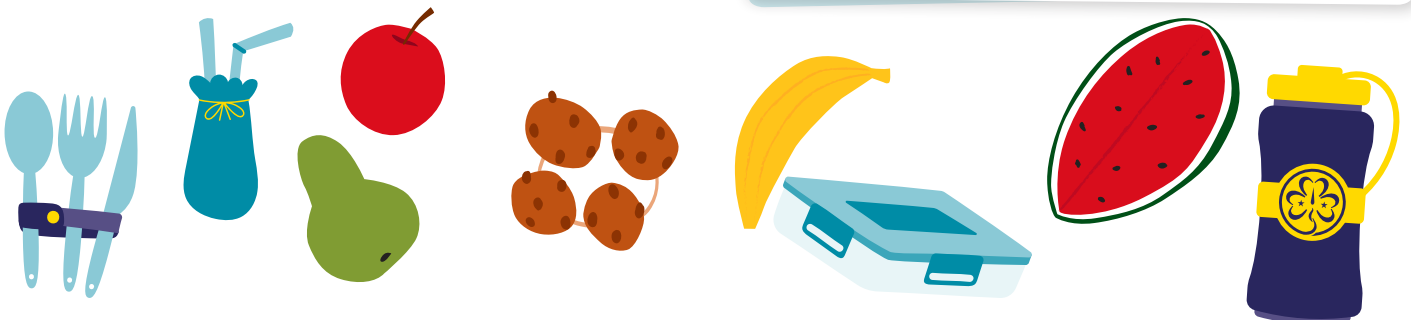
طريقة التنفيذ

بدائل النشاط

١. اجعلي المشاركات يجلسن في دائرة، وتكون القائدة هي منظمة النزهة.
٢. اشرحي للمشاركات أنهن جميعاً ذاهبات في نزهة، وعليهن أن يقررن ما الذي سيحضرنه معهن.
٣. فكرة اللعبة هي أن المشاركات يُسمح لهن فقط بإحضار أشياء تبدأ بالحرف الأول من أسمائهن. على سبيل المثال، يمكن لسارة إحضار حذاء، ولكن لا يمكنها إحضار قطة.
٤. اشرحي لهن أن هناك قاعدة محددة لما يمكن إحضاره إلى هذه النزهة، وأن الهدف هو أن تتمكن كل مشاركة من اكتشاف القاعدة بنفسها.
٥. ابدئي اللعبة بقولك: «سأحضر ____ إلى النزهة». بعد ذلك، تأخذ كل مشاركة دورها. وتقوم القائدة إما بالقول: «نعم، يمكنك إحضار ذلك إلى النزهة»، أو «عذراً، لا يمكنك إحضار ذلك إلى النزهة».

أسئلة للتفكير

- هل كان من الصعب اكتشاف القاعدة؟
- هل كان محبطاً عندما عرف الآخرون القاعدة قبلك؟
- كيف شعرت عندما اكتشفت القاعدة؟





معلومات أساسية

يُعد باكس لودج، الواقع في لندن، رمزاً للصداقة الدولية وتراث المرشدات البريطانيات. ويستمتع المسافرون الذين يزورون باكس لودج بالتعرف على المعالم التاريخية والتقاليد والثقافة البريطانية.

عند زيارتك إلى باكس لودج، توقعي تجربة الضيافة البريطانية، وشاي ما بعد الظهر، ومراسم تثبيت الدبوس.

خلال هذا النشاط، ستؤدي دور المرشدات اللواتي يزرن لندن، وتنتقلن بين سلسلة من التحديات التي تتيح للمشاركات التعرف على الثقافة البريطانية وتقاليد باكس لودج بطريقة ممتعة وتفاعلية.

ويمثل كل تحدٍ محطة عند معلم شهير أو تقليد بريطاني، مما يساعد المشاركات على التعلم بطريقة تفاعلية وممتعة وتنافسية!



الهدف

مساعدة المرشدات وفتيات الكشافة على الانغماس في الثقافة البريطانية وتقاليد مركز باكس لودج من خلال لعبة بحث تفاعلية وممتعة، تحاكي تجربة استكشاف لندن.



الأدوات المطلوبة:

- بطاقات ألغاز (يمكن أن تكون على شكل أبيات أو أحجيات تقود للمحطة التالية)
- أدوات مساعدة: فنجان شاي، صور حافلة حمراء، علم عالمي أو علم باكس لودج، تيجان ورقية، لوحات المحطات
- مساحة واسعة (داخلية أو خارجية)
- اختياري: جوائز للفريق الفائز، ساعة توقيت



أسئلة للتفكير

- ما التحدي الذي كان المفضل لديك، ولماذا؟
- ما التقليد البريطاني الجديد أو المعلم الشهير الذي تعرفت عليه؟
- كيف تقارنين بين باكس لودج وتقاليد بلدك؟
- إذا زرت باكس لودج، فما أكثر شيء ستحسبن لتجربته؟

بدائل النشاط

- بالنسبة للأطفال الأصغر سناً أو عند تكييف النشاط بشكل عام، يمكنك تبسيط التحدي من خلال إزالة مسار العوائق.





طريقة التنفيذ

١. تجهيز المحطات

أ. أنشي ٥-٦ محطات، تمثل كل واحدة منها معلماً بريطانياً أو تجربة من باكس لودج

ب. ضعي لوحات تعريفية لكل محطة أو اجعلي القائدة تشرحها

ج. حضري بطاقات الألغاز التي تحصل عليها الفرق بعد كل تحدي

د. عيّني قائدة لكل محطة لشرح التحدي وتسليم الدليل

٢. بدء المهمة:

أ. أنشي ٥-٦ محطات، تمثل كل واحدة منها معلماً بريطانياً أو تجربة من باكس لودج

ب. ضعي لوحات تعريفية لكل محطة أو اجعلي القائدة تشرحها

ج. حضري بطاقات الألغاز التي تحصل عليها الفرق بعد كل تحدي

د. عيّني قائدة لكل محطة لشرح التحدي وتسليم الدليل

تحديات المحطات والتلميحات.

المحطة ١: قصر باكنغهام (تحدي الاحترام الملكي)

الإعداد:

ضعي تاجاً أو صورة لقصر باكنغهام

الدليل:

في لندن قصر عظيم، حيث الحراس بلباسهم المميز يقفون. إن أردت رؤية الملكة، فأين يجب أن تكوني؟

التحدي:

تؤدي كل مشاركة تحية ملكية (انحناء أو انحناء خفيفة) أثناء المشي وكأنها في عرض. بعد إتمام الجميع، يحصل الفريق على الدليل التالي

معلومة ممتعة

تسكن العائلة الملكية قصر باكنغهام منذ عام ١٨٣٧، ويحتوي على ٧٧٥ غرفة



المحطة ٢: مترو لندن (تحدي "انتبه للفراغ")

الإعداد:

تحديد منطقة كأنها محطة مترو + خريطة المترو

الدليل:

"تحت الشوارع تسير القطارات بسرعة، اعثري على الخريطة وابدئي الرحلة!"

التحدي:

إكمال مسار حركي (مثل القفز داخل حلقات) دون الوقوع في "الفراغ"

معلومة ممتعة:

مترو لندن من أقدم أنظمة المترو في العالم



المحطة ٣: شاي العصر (تحدي التوازن)

الإعداد:

فناجين وصواني

الدليل:

”في الرابعة يشربون الشاي، مع السكونز بطعم شهبي، لكن احذري... التوازن مهم!“

التحدي:

حمل فناجان على صينية والمشي دون إسقاطه

معلومة ممتعة:

بدأ تقليد شاي العصر في القرن التاسع عشر



المحطة ٤: باكس لودج (تحدي تثبيت الشارة)

الإعداد:

علم باكس لودج أو شارة عالمية

الدليل:

”هنا تجتمع المرشدات من كل مكان، يتعلمن ويكبرن ويشرفن بالأمان!“

التحدي:

تقول إحدى المشاركات معلومة عن باكس لودج أو جزء من وعد المرشدة

معلومة ممتعة:

يُعد باكس لودج أحد خمسة مراكز عالمية، واستقبل زائرات من أكثر من ١٠٠ دولة

المحطة ٥: سباق الحافلة (الحمراء التحدي النهائي)

الإعداد:

مجسم حافلة حمراء

الدليل:

”حافلات لندن حمراء وكبيرة، اركبي بسرعة قبل أن تفوتك الرحلة!“

التحدي:

تكوّن المشاركات ”حافلة بشرية“ بالوقوف خلف بعضهن والتحرك بتناسق حتى خط النهاية

معلومة ممتعة:

الحافلة الحمراء ذات الطابقين من أشهر رموز لندن، وبعضها يعمل منذ أكثر من ١٠٠ عام





اصنعي شعارك الخاص



٧ سنوات وأكثر



٦٠-٤٠ دقيقة

طريقة التنفيذ



١. تجهيز القاعدة

- أعطي كل مشاركة قطعة قماش بسيطة
- اعرضي نماذج لشعارات (باكس لودج، رموز لندن مثل بيغ بن أو الحافلة الحمراء)

٢. تصميم الشعار

خيار الخياطة

- قص الأشكال من القماش وثبيتها بالخياطة
- استخدام خيوط التطريز لإضافة التفاصيل
- خيار بدون خياطة:
- استخدام الغراء أو اللاصق لتثبيت القطع
- التزيين بالألوان أو الطلاء

٣. التجميع والعرض

- يمكن تثبيت الشعار على حقيبة أو وشاح أو حزام (مثل شارات المرشدين)
- عرض الأعمال في لوحة أو طاولة



الهدف

ربط المشاركات بهوية مركز باكس لودج من خلال تصميم شعار مستوحى من شعاره، ورمز الجمعية العالمية (الوردة الثلاثة)، ورموز المملكة المتحدة. يعكس هذا النشاط تقليد المرشدين في صنع الشارات والحرف النسيجية.



الأدوات المطلوبة:

- نسخة القماش:
- قصاصات قماش (قطن، لباد، أو قماش معاد تدويره)
- خيوط تطريز أو خياطة
- أقلام أو ألوان خاصة بالقماش
- غراء أو لاصق حراري (لخيار بدون خياطة)
- مقص، إبر، دبائيس أمان
- قوالب مطبوعة لشعار باكس لودج
- البديل الورقي:
- رسومات مطبوعة للشعارات (باكس لودج، معالم لندن)
- ألوان (خشبية أو فلوماستر أو ألوان مائية)
- مقص وغراء
- ورق مقوى للتثبيت

معلومات أساسية

يرمز شعار باكس لودج إلى السلام، الوحدة، والصداقة العالمية.

تقوم العديد من المرشدين بخياطة شاراتهن على الزي الرسمي، مما يجعل هذا النشاط عملياً وإبداعياً وثقافياً. كما أن للمملكة المتحدة تاريخاً عريقاً في فنون الأقمشة والتطريز.

بدائل النشاط



- تلوين وقص شعارات مطبوعة
- لصقها على ورق مقوى
- عمل كولاج باستخدام صور من مجلات
- تصميم لوحة قماش جماعية بدل أعمال فردية
- في حال التنفيذ أونلاين: تصميم شعار رقمي باستخدام كانفا أو بروكرت



أسئلة للتفكير

- كيف يعبر شعارك عن باكس لودج؟
- ما أكثر جزء كان ممتعاً أو صعباً؟
- إذا زرت باكس لودج، أين ستضعين شعارك؟



الأدوات المطلوبة:



- لتحضير الشاي
- شاي أسود (أو شاي أعشاب للأطفال)
- حليب، سكر، عسل أو ليمون
- ماء ساخن وأكواب
- للبسكوت (نسخة الخبز):
- كوب طحين
- نصف كوب زبدة
- ربع كوب سكر
- ملعقة صغيرة فانيليا
- للبسكوت (بدون خبز):
- بسكوت جاهز (مثل دايجستيف أو ماري)
- مربى أو كريمة تزيين



بدائل النشاط

- إذا كان اللقاء عبر الإنترنت، يمكن لكل مشاركة تحضير الشاي أو وجبة خفيفة في منزلها والانضمام إلى جلسة "شاي افتراضية"
- في حال عدم توفر مطبخ، يمكن تزيين البسكوت بالكريمة والرشات
- يمكن تحويل النشاط إلى مسابقة "تخمين الوجبات البريطانية" (مثل شرح ما هو السكونز أو الكريمة المتخثرة)

أسئلة للتفكير



- كيف يقارن شاي العصر بعادات الطعام في بلدك؟
- هل يتم تحضير الشاي بطريقة مختلفة في بلدك؟
- ما الجزء الذي استمتعت به أكثر أثناء تحضير الشاي والبسكوت؟
- إذا زرت مركز باكس لودج، ما الطعام البريطاني الذي ترغبين في تجربته؟

الهدف

التعرف على تقليد "شاي العصر" البريطاني، وهو تجربة ثقافية يمكن عيشها في مركز باكس لودج.

معلومات أساسية

في المملكة المتحدة، يُعد شاي العصر تقليدًا مهمًا حيث يجتمع الناس لشرب الشاي مع البسكوت والسندويشات في أجواء مريحة. وهو جزء من الضيافة البريطانية التي يعبر عنها أيضًا مركز باكس لودج.

طريقة التنفيذ

١. التعريف بشاي ما بعد الظهر وأهميته في الثقافة البريطانية:

٢. تحضير الشاي

- اشرحي للمشاركات كيفية تحضير الشاي الإنجليزي التقليدي.
- ناقشي الفرق بين الشاي بالحليب والشاي بالليمون، وهو موضوع شائع للنقاش في بريطانيا!

٣. خبز البسكوت (الكوكيز):

- اخلطي الدقيق والسكر والزبدة لتشكيل العجينة.
- افرد العجينة وشكلها إلى دوائر صغيرة، ثم اخبزها على درجة حرارة ١٨٠°م لمدة ١٢-١٥ دقيقة.
- اتركي البسكوت ليبرد، ثم قدميه مع الشاي.
- لخيار لا يحتاج إلى الخبز: استخدم بسكوتًا جاهزًا وزينه بالمربى أو كريمة التزيين.

٤. استمتعن بالشاي معًا، وناقشن آداب شرب الشاي البريطانية، مثل الطريقة الصحيحة لتحريك الشاي.





شاي العصر - السكونز

كل الأعمار

٦٠ دقيقة

طريقة التنفيذ

١. إعداد السكونز باستخدام إحدى الوصفات:

- وصفة بسيطة بثلاث مكونات
- وصفة تقليدية بالطريقة الكلاسيكية

٢. تقديمها مع المربي والكرème (كرème متخثرة أو مخفوقة)

أفضل طريقة للاستمتاع بالسكونز هي مشاركتها مع الصديقات ومع إديق شاي



الهدف

تجربة جزء تقليدي من شاي العصر البريطاني.



الأدوات المطلوبة:

- وصفة السكونز والمكونات اللازمة

معلومات أساسية

يُعد شاي العصر من التقاليد العريقة في المملكة المتحدة، وغالبًا ما يتضمن السكونز كعنصر أساسي. جري إعدادها بنفسك!

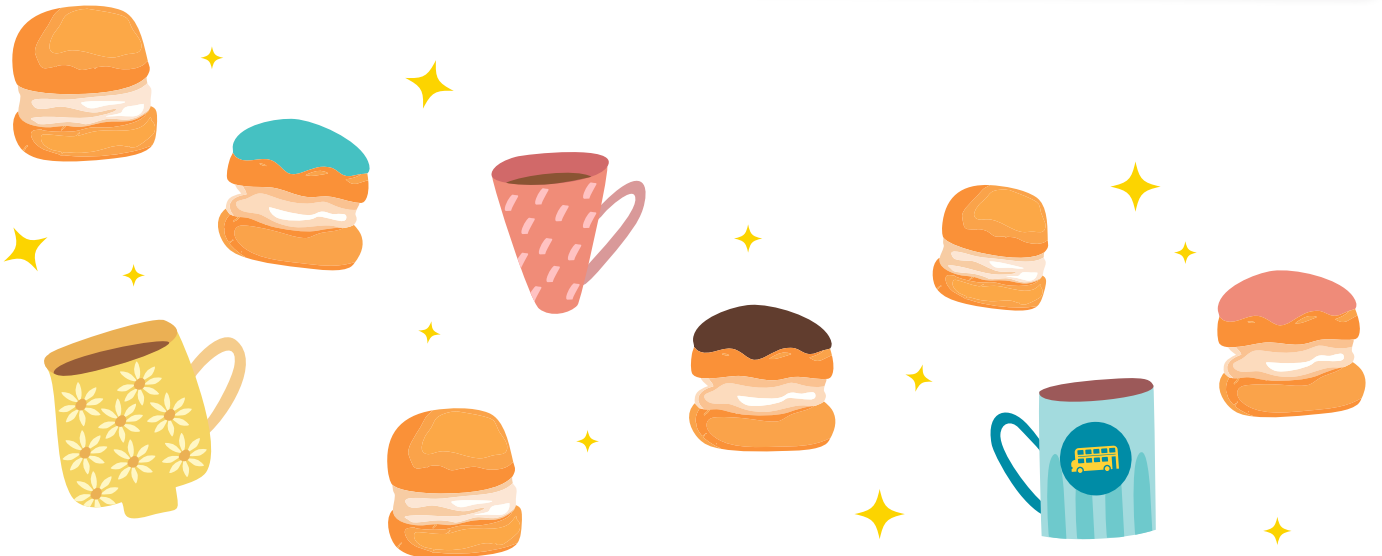
بدائل النشاط

- تقليديًا، تكون السكونز سادة أو تحتوي على فواكه مجففة، ولكن الوصفات الحديثة أصبحت تقدم نكهات متنوعة، من الجبن إلى الشوكولاتة. يمكنك تحدي نفسك وإبتكار نكهتك الخاصة!
- إذا لم تتمكني من الخبز في مكان الاجتماع، حاولي شراء بعض السكونز الجاهزة أو خبزها مسبقًا وإحضارها لمشاركتها مع المجموعة.
- إذا لم يتوفر لديك فرن، ولكن يمكنك الطهي على موقد أو باستخدام النار، فجري إعداد الكعك الويلزي بدلًا من ذلك إضغطي هنا للوصفة. استمتعن بتناوله دافئًا مع الزبدة والسكر.



أسئلة للتفكير

- ما النكهة التي ترغبين في تجربتها؟
- هل تفضلين وضع المربي أولًا أم الكرème؟ (نقاش شهير في بريطانيا!)





كعكة فيكتوريا



١٠ سنوات وأكبر



٤٠-٦٠ دقيقة

معلومات أساسية

كانت كعكة الإسفنج من أوائل الكعكات التي لم تُحضّر باستخدام الخميرة، وكانت في البداية تشبه البسكويت. الشكل الحديث لها ظهر في العصر الفيكتوري بعد اختراع مسحوق الخبز، مما أدى إلى ظهور كعكة "فيكتوريا سبونج" اللذيذة.



الهدف

إعداد حلوى بريطانية تقليدية.



الأدوات المطلوبة:

- ٤ بيضات
- ٢٢٥ غرام سكر
- ٢٢٥ غرام دقيق ذاتي التخمير
- ملعقتين صغيرة بيكنج باودر
- ٢٢٥ غرام زبدة
- مربى
- قالبان كيك (٢٠ سم) مدهونان
- وعاء خلط وملعقة
- فرن

بدائل النشاط

- يمكن شراء الكعكة جاهزة والاستمتاع بها

أسئلة للتفكير

- هل توجد كعكات تقليدية في عائلتك أو ثقافتك؟

طريقة التنفيذ

١. ستقومين بإعداد كعكة فيكتوريا الإسفنجية التقليدية.

٢. اخفقي البيض والسكر والدقيق ومسحوق الخبز والزبدة معًا في وعاء خلط كبير حتى تمتزج المكونات بشكل متجانس.

٣. قسّمي الخليط بالتساوي بين قالبَي كيك مدهونين ومبطينين، بقطر ٢٠ سم لكل قالب، واخبزيهما لمدة 25 دقيقة على درجة حرارة ١٨٠°م، أو ١٦٠°م في الفرن المزود بمروحة.

٤. اتركي الكيك ليبرد على رف التبريد.

٥. التجميع: ضعي إحدى الكيكات في طبق، وادهنيها بطبقة سخية من المربى، ضعي الكيكة الثانية فوقها، ثم رشي القليل من السكر على الوجه..

٦. استمتعي بها مع إبريق من الشاي وشاركيها مع صديقاتك!





شاي العصر بدون طبخ



كل الأعمار



٢٠ دقيقة

ماذا تفعلين

١. عادةً ما يتكوّن شاي العصر من مجموعة من السندويشات، والسكّونات، والكعك، والمعجنات، وبالطبع الشاي! صمّمي شاي العصر الخاص بك — يمكن أن يكون واقعياً بقدر ما ترغبين، لكن تذكّري أنه وجبة خفيفة بين الغداء والعشاء، ومن المفترض أن يكون أنيقاً جداً.

٢. اكتبي قائمة الطعام الخاصة بك وزيّنيها.

الهدف

تصمّمي شاي العصر الخاص بك كما تحلمين به.



ستحتاجين إلى:

• أقلام/أقلام رصاص وورق

بدائل

- للتوسّع أكثر: جرّبي إعداد أحد عناصر شاي العصر، أو حتى استضافة صديقاتك في إحدى الأمسيات!

معلومات أساسية

يعود أصل شاي العصر إلى أربعينيات القرن التاسع عشر، عندما قررت أنا، دوقة بيدفورد، أنها ترغب في تناول وجبة خفيفة بين الغداء والعشاء، وبدأت بدعوة صديقاتها لمشاركتها الشاي والكعك. وسرعان ما أصبح هذا الأمر من صيحات الموضة، حيث أصبح من الشائع إقامة أو حضور حفلات شاي العصر، وأصبح الطعام أكثر فخامة مع مرور الوقت.

أسئلة للتفكير

- شاركي قائمتك وقارنيها مع الأخريات. هل هناك الكثير من الأمور المشتركة؟ هل لدى أي شخص وصفات ترغبين في تجربتها؟
- هل لديك وجبة خفيفة في فترة العصر؟ ما هي؟





معلومات أساسية

هناك تاريخ طويل من الرقصات الريفية والشعبية في المملكة المتحدة في جميع المناطق! جرّبي رقص موريس من إنجلترا، أو الرقص الشعبي من ويلز، أو رقصات السيليد من اسكتلندا.

الهدف

التعرّف أكثر على الرقصات الشعبية البريطانية التقليدية والحركة!



أسئلة للتفكير

- هل لديك تقاليد مشابهة؟ كيف تتشابه أو تختلف؟
- العديد من هذه الرقصات تكون جزءاً من الاحتفالات والتجمّعات. في أي مناسبات أخرى ترقصين؟



ستحتاجين إلى

- موسيقى، ومساحة كافية!
- إما طباعة تعليمات الرقصات التي اخترتها أو وسيلة لمشاهدة مقاطع فيديو للرقص معها.

ماذا تفعلين

بدائل

- لتحدي إضافي: استخدم الحركات التي تعلّمتها لتبتكري تصميم رقص خاص بك على موسيقى من اختيارك. اجتمعن معاً وقدمن عرضاً راقصاً!

١. اختاري الرقصات التي ستجربينها وابدئي بالحركة!

بعض المصادر للمساعدة

- [رقصات موريس الإنجليزية](#)
- [الرقص الويلزي](#)
- [رقصات السيليد الاسكتلندية](#)
- جرّبي رقصة من كل بلد — ما أوجه التشابه والاختلاف؟





الهدف

التعرّف على تقليد "بيرليز" وتجربة تصميماتك الخاصة.



ستحتاجين إلى

- قماش أو ورق أسود
- أزهار/خرز أبيض، أو طلاء أبيض
- غراء/إبر وخيط
- صور للإلهام

ماذا تفعلين

١. شاهدي بعض الصور لتصاميم ملابس "بيرليز" — ما الأنماط التي تلاحظينها؟

٢. باستخدام الطلاء الأبيض على الورق أو القماش الأسود، ابتكري تصميمك الخاص — يمكن أن يكون بسيطاً أو معقداً كما ترغبين.

٣. شاركي تصميمك مع بقية المجموعة — أيها المفضل لديك؟

بدائل

- للمجموعة الأكبر سنًا، استخدمى الأزهار أو الخرز الأبيض وقومي بخياطتها على القماش.
- إذا لم يتوفر لديك ورق أو قماش أسود، يمكنك رسم تصاميم أزياء "بيرلي" كينغ وكوين" على ورق أبيض.

معلومات أساسية

يعود تقليد ملوك وملكات اللؤلؤ إلى سبعينيات القرن التاسع عشر. في ذلك الوقت، كان باعة الشوارع في لندن يزينون أطراف سراويلهم بأزهار لؤلؤية كانوا يجدونها. قام هنري كروفت، وهو يتيم كان يجمع المال للأعمال الخيرية، بتطوير الفكرة وصنع بدلة كاملة لجذب الانتباه إلى نفسه وإلى حملاته الخيرية. واليوم، ينقسم ملوك وملكات اللؤلؤ، أو "بيرليز"، إلى عدة مجموعات تعمل على جمع التبرعات للجمعيات الخيرية في لندن. وقد ظهروا حتى في حفل افتتاح أولمبياد لندن عام ٢٠١٢!

أسئلة للتفكير

- ما رأيك في هذه التصاميم؟ هل ترغبين بأن تكوني واحدة من "بيرليز"؟
- يقوم "بيرليز" بجمع التبرعات للأعمال الخيرية — فكّري في طرق فعّالة لجمع التبرعات. هل تعتقدين أن ارتداء تصميمك قد يساعد في جذب الانتباه لقضيتك؟





رقصة هوكي كوي



كل الأعمار



١٠ دقائق

معلومات أساسية

رقصة "هوكي كوي" هي رقصة تفاعلية تُؤدى مع لحن مميز وبنية كلمات خاصة. وهي معروفة في الدول الناطقة باللغة الإنجليزية. تعود أصولها إلى رقصة شعبية بريطانية، حيث تم توثيق أشكال مختلفة منها منذ عام ١٨٢٦. وقد بلغت الأغنية والرقصة ذروة شعبيتها كأغنية مسرحية ورقصة طريفة في منتصف أربعينيات القرن العشرين في المملكة المتحدة. كما أصبحت الأغنية ضمن قوائم الأغاني مرتين في الثمانينيات. ولا تزال تُشغل في الحفلات في جميع أنحاء المملكة المتحدة حتى اليوم.

الهدف

تعلم رقصة "هوكي كوي" من خلال الحركة والاستمتاع!



ستحتاجين إلى:

- موسيقى ومساحة كافية للحركة دون الاصطدام ببعضك. يحب معظم الناس الغناء مع الأغنية أثناء أداء الحركات.

ماذا تفعلين

١. تقف جميع المشاركات في دائرة، ويكنّ مواجهة للداخل.

٢. اتبعي التعليمات كما تظهر في الموسيقى، وتكون الحركات كالتالي

أ. أدخلي ذراعك [اليسرى]: ضعي ذراعك اليسرى إلى داخل الدائرة.
ب. أخرجي ذراعك [اليسرى]: ضعي ذراعك اليسرى خلفك، خارج الدائرة.

ج. إلى الداخل، إلى الخارج، إلى الداخل، إلى الخارج، حركيها في كل الاتجاهات: حركي ذراعك اليسرى بسرعة بين داخل الدائرة وخارجها، ثم اختمي الحركة بهزّها.

د. أدّي رقصة الهوكي كوي واستديري: حركي يديك بحركات مرحة أثناء الدوران في مكانك.

هـ. هذا هو كل شيء! حركي يديك بحركات مرحة باتجاه داخل الدائرة.

و. واو! رقصة الهوكي كوي! أمسكن أيدي بعضك، وتحركن بسرعة نحو مركز الدائرة، ثم عدن إلى الخارج.

ز. واو! رقصة الهوكي كوي! كررن الحركة السابقة.

ح. اثني ركبتك، مدي ذراعيك، هيا! هيا! هيا! بالتتابع، اثني ركبتك، ثم مدي ذراعيك فوق رأسك، وصفقي مرة واحدة مع كل «هيا!».

٣. ثم تتكرر الأغنية، مع استبدال الذراع اليسرى بـ الذراع اليمنى، ثم تكرارها مع الساق اليسرى والساق اليمنى. اضغطي هنا للمثال

بدائل

- شاركي أغاني الحركات المفضلة من ثقافتك.

أسئلة للتفكير

- برأيك ما الذي يجعل هذه الأغنية مشهورة جداً؟
- هل تمكنت من تمييز اليسار واليمين؟



لعبة خنفساء حرس الملك



كل الأعمار



٣٠ دقيقة

ماذا تفعلين

١. قسّمي المشاركات إلى مجموعات من حوالي أربع أشخاص.
٢. يجب أن تمتلك كل مجموعة نردًا واحدًا ونسخة مطبوعة من التعليمات.
٣. يجب أن تمتلك كل مشاركة ورقة وقلم/قلم رصاص.
٤. تتناوب المشاركات داخل كل مجموعة على رمي النرد. الرقم الذي يظهر يحدد الجزء الذي يجب رسمه من الحارس. لا يمكنك البدء حتى تحسلي على الرقم ٦، وبعض الأرقام يجب الحصول عليها أكثر من مرة!
٥. تسابقن لمعرفة من تستطيع إكمال رسم الحارس أولاً.

الهدف

لعبة ممتعة للتعرف على حرس الملك.

ستحتاجين إلى:

- أوراق مطبوعة (من قسم الموارد)
- ورق وأقلام
- نرد لكل مجموعة

معلومات أساسية

يتمركز حرس الملك خارج قصر باكنغهام وقصر سانت جيمس لحماية العائلة الملكية. وهم مشهورون بمعاطفهم الحمراء الزاهية وقبعاتهم الطويلة المصنوعة من فرو الدب، ويعتقد الكثير من الناس أنهم مجرد عامل جذب سياحي، لكنهم في الحقيقة جنود حقيقيون يعملون!

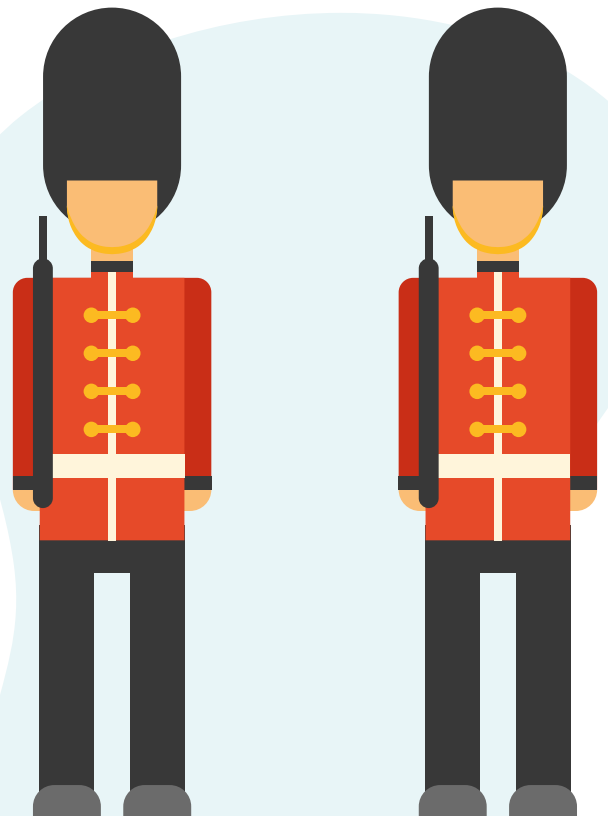
بدائل

- للمجموعات الأكبر سنًا: ارسمن الحارس بأنفسكن، بينما يمكن للمجموعات الأصغر استخدام النسخة المطبوعة للتلوين.
- للمتعة فقط: يُعرف عن حرس الملك أنهم لا يُسمح لهم بالابتسام أو الضحك أثناء الخدمة. جرّبن محاولة إضحاك بعضكن — من تستطيع الحفاظ على وجه جاد لأطول وقت؟
- في حال التنفيذ عبر الإنترنت، يمكن للمشاركات العمل بشكل فردي مع وجود قائدة مسؤولة عن رمي النرد.



أسئلة للتفكير

- هل يمكنك الوقوف بثبات تام دون ابتسام لفترة طويلة؟ جرّبي ذلك!





معلومات أساسية

في الخامس من نوفمبر من كل عام، يجتمع البريطانيون للاحتفال بليلة البونفاير. نشأت هذه العادة بعد فشل غاي فوكس في تفجير الملك والبرلمان عام ١٦٠٥. وخلال الاحتفالات، يتم إشعال العديد من النيران وإطلاق الألعاب النارية.



الهدف

لعبة ممتعة للتعرف على الألعاب النارية في ليلة البونفاير.



ستحتاجين إلى:

- مساحة للحركة



ماذا تفعلين

١. عَيِّنِي قائدة لترديد أسماء الحركات بصوت عالٍ.

٢. كل حركة تحمل اسم نوع من أنواع الألعاب النارية التي غالبًا ما تُشاهد في احتفالات ليلة إضاءة النيران.

٣. تتحرك المشاركات في المكان، ويقمن بأداء كل حركة فور مناداتها. الحركات:

- العجلة النارية: دُرْنَ حول أنفسكن مع مدِّ الذراعين.
- الصاروخ: اركضن بأسرع ما يمكن.
- النافورة: اقفزن مع فتح الذراعين والساقين ثم إغلاقهما.
- الألعاب النارية اليدوية: حرِّكن أيديكن بحركات سريعة ومرحة.

اجعليها تنافسية: تخرج آخر مشاركة تؤدي الحركة الصحيحة في كل جولة، وتكون آخر مشاركة متبقية هي الفائزة!

بدائل

- ابتكري حركات جديدة خاصة بك لإضافتها.
- يمكن لعبها عبر الإنترنت، أو لنشاط هادئ جرَّي صنع عروض ألعاب نارية باستخدام ورق أسود وألوان.
- جرَّي صنع "نيران بونفاير" صالحة للأكل باستخدام الحلوى والشوكولاتة!



أسئلة للتفكير

- لماذا تحتقدين أن ليلة البونفاير يتم الاحتفال بها كل عام منذ وقت طويل؟
- ما الدول الأخرى التي تحتفل بمهرجانات تحتوي على ألعاب نارية؟





د

التواصل مع

باكس لودج



إدعني باكس لودج

للشابات

تتوفر أمامك العديد من الفرص لدعم المراكز العالمية وعيش التجربة فيه.

يُعتبر مركز "باكس لودج" نزلاً ومقراً للتدريب والمؤتمرات، وتنبض في قلبه مبادئ حركة المرشدات وفتيات الكشافة. ويقدم لك هذا المركز مزيجاً مميزاً يجمع بين حسن الضيافة وتجربة البرامج المتنوعة. ومن خلال عملك هناك، ستتمكنين من تطوير نفسك مهنيًا، وفي الوقت ذاته تتركين بصمة إيجابية وملهمة في حياة الفتيات والشابات من جميع أنحاء العالم.

تصفحي الموقع الإلكتروني المخصص لفرص "باكس لودج" لتكتشفي الخيارات المتاحة حالياً.

وإليك لمحة عن بعض الفرص المختلفة المتوفرة في "باكس لودج" وغيرها من المراكز العالمية:



المنح

ترقي فرص المنح التي تتيح لك التطوع أو حضور إحدى الفعاليات.



التدريب العملي

فرصة رائعة تتيح لك ممارسة وتطوير مهاراتك في مجالات متنوعة، مثل الضيافة، والإعلام، والتسويق.



سنة التفرغ

تجربة هادفة تقومين بها بينما تفكرين في مستقبلك؛ فقد تكتشفين من خلالها مسارك المهني المثالي!



التطوع

انضمي لتكوني جزءاً من شبكة المتطوعات التابعة للجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة؛ ومجرد توفر أي فرص تطوعية جديدة، سيتم الإعلان عنها لجميع عضوات الشبكة، وحينها يمكنك التقديم للمشاركة فيها.





إدعني باكس لودج

للبالغين

سواء زرت مركز باكس لودج أم لا، يمكنك دائماً الترويج لهذا المركز العالمي، وتشجيع الآخرين على زيارته ومشاركة تجاربهم.

قدمي تبرعا،

أو أصبحي صديقة

- أصدقاء المراكز العالمية - فيسبوك
- باكس لودج
- أصبحي صديقة لمركز باكس لودج
- تبرعي لدعم مركز باكس لودج
- اطلبي الأغراض من قائمة أمنيات باكس لودج على أمازون - واجعلي شحن المنتجات يتم مباشرة إلى المركز، أو خذنها معك عند زيارتك.



الفعاليات المحلية

- خططي ونفذي بعض الفعاليات في المنزل لنشر الوعي
- تناول العشاء في مطعم بريطاني محلي
- مشاركة وجبة من المطبخ البريطاني
- إقامة فعالية للطبخ
- تنظيم فعالية للأعمال اليدوية
- فعاليات أخرى، مثل الاحتفال بليلة غاي فوكس، أو مسابقة لخبز كعك السكاونز، أو الرقص الشعبي التقليدي



احضري فعالية افتراضية

- احضري إحدى فعالياتنا الافتراضية المجدولة
- إذا لم تجدي ما يناسب جدولك، فاطلبي فعالية افتراضية خاصة لمجموعتك
- استكشفي الطبخ والثقافة، وقومي بجولة في المراكز العالمية، واطرحي كل ما يحلو لك من أسئلة



خططي لرحلة

- أفضل طريقة لدعم مركز باكس لودج هي الذهاب إلى هناك!
- احضري إحدى الفعاليات، أو احجزي إقامة في طريقك إلى وجهة أخرى
- ادعي صديقاتك واذهن كمجموعة
- إذا كان جدول الفعاليات المعروض لا يناسبك أو لا يناسب مجموعتك، فاطلبي فعالية خاصة بك أو مجموعتك
- أقيمي كصيفة مستقلة
- ادعني الآخرين الذين يخططون لرحلة (حتى وإن لم تتمكني من الذهاب)



استخدمي وسائل التواصل الاجتماعي للمشاركة والترويج

استخدمي هاشتاغ باكس لودج #paxlodge

إنستغرام - @paxlodge

فيسبوك - @paxlodge

يوتيوب - @paxlodge

• شاركي الذكريات

• شاركي صور الفعاليات المحلية الأخيرة





الموارد

يتضمن هذا القسم الموارد المطلوبة للأنشطة الواردة في هذه الحزمة، مثل القوالب، والبطاقات، والقصص.

الروابط



بعض الروابط المفيدة للتواصل مع «باكس لودج»:

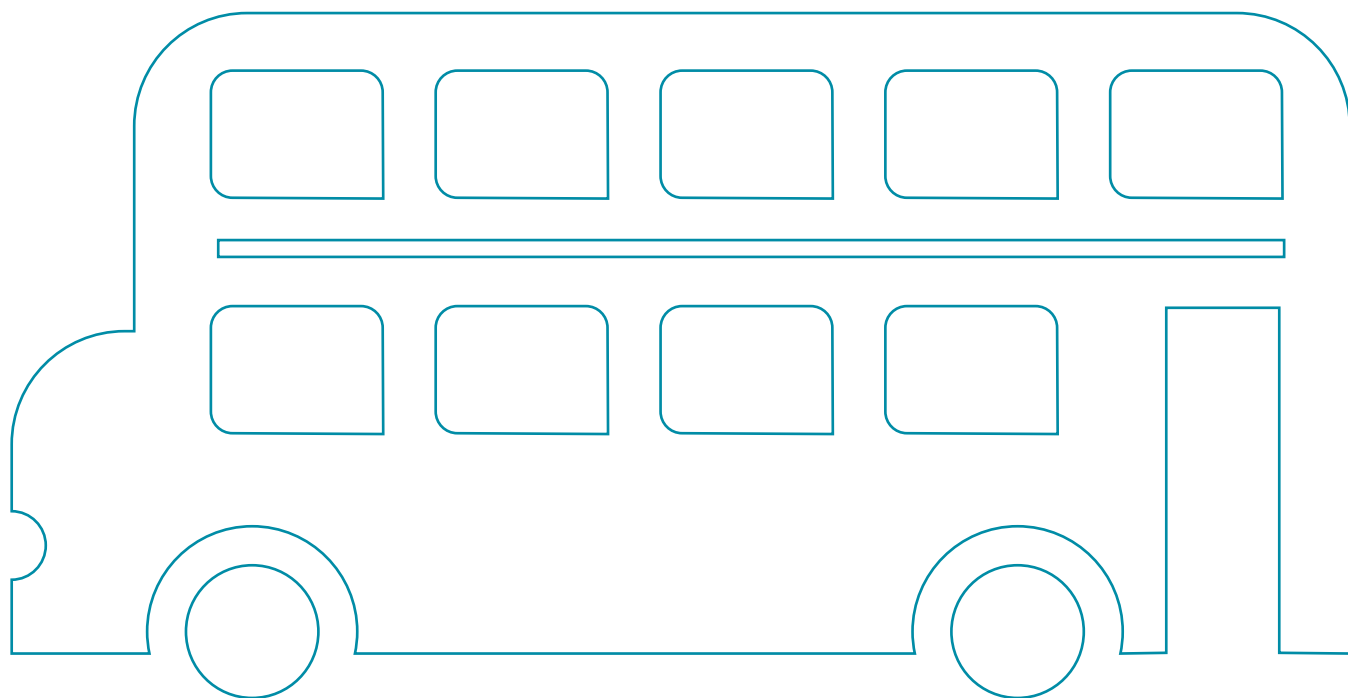
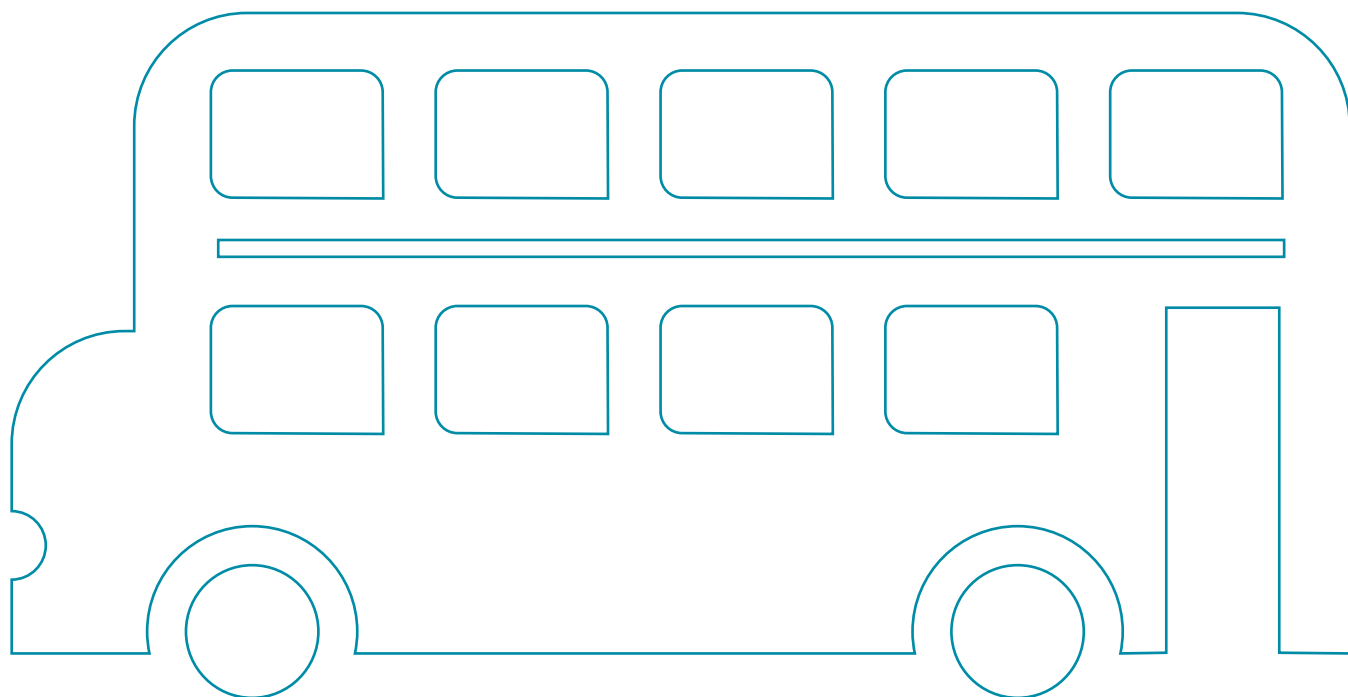
[الموقع الإلكتروني](#)

[نموذج التواصل](#)

[الاشتراك في النشرة الإخبارية](#)

[المراكز العالمية الأخرى](#)

[المراكز العالمية على منصة «كامبفاير»](#)



اطبعي القالب، أو استخدميه كقاعدة لإنشاء نسخة للتوصيل بين النقاط للشكل الخارجي.

إنقري هنا لاستخدام رموز لندن الأخرى



- الجولة أ: أسئلة عن باكس لودج
- الجولة ب: أسئلة عن هامبستد والمنطقة المحيطة بها
- الجولة ج: أسئلة إضافية

الجولة	الأسئلة	الأجوبة
أ	1. متى تم افتتاح باكس لودج رسميًا؟	١٩٩١
	2. أين يقع باكس لودج؟ (مع ذكر الإجابة بدقة)	هامبستد، لندن، المملكة المتحدة.
	3. ما هو شعار باكس لودج؟	"لنتمتع نزل باكس وجميع من يجتمعون هنا بروح الصداقة والتفاهم العالميين."
	4. ما هو الاسم الأصلي لباكس لودج، ومتى تم افتتاحه؟	سفينة نوح، افتُتحت رسميًا في ٢ مايو ١٩٣٩.
	5. متى كان يُطلق على باكس لودج اسم أولاف هاوس؟	١٩٦٣-١٩٩١
	6. من أو ما الذي سُمي باكس لودج تيمناً به؟	اسم "باكس" كلمة لاتينية تعني "السلام"، ويعكس رسالة المركز في تعزيز السلام والصداقة بين الفتيات والنساء من جميع أنحاء العالم.
	7. ما دلالة شعار باكس لودج؟	يجمع الشعار بين عناصر من شعار الرابطة العالمية لمعلمات وفتيات الكشافة وفتيات وحمامة السلام.
ب	8. ما هي الحديقة الشهيرة التي تقع بالقرب من باكس لودج	هامبستد هيث.
	9. ما هو اسم الكاتب الشهير الذي عاش في هامبستد وكتب رواية "عالم جديد شجاع"؟	ألدوس هكسلي.
	10. ما هو اسم المنزل التاريخي، الذي أصبح الآن متحفًا، والذي يقع في هامبستد وكان منزل الشاعر جون كيتس؟	بيت كيتس.
	11. ما اسم معرض الفنون في هامبستد الذي يعرض أعمالاً فنية من القرن العشرين والفن المعاصر؟	مركز كامدن للفنون.
	12. ما اسم القرية التي لا تزال تحتفظ بطابعها الريفي وتُعد جزءاً من منطقة هامبستد؟ ١٣. أي من علماء النفس المشهورين الذين يشبهون فرويد عاشوا وعملوا في هامبستد؟	قرية هامبستد.
	14. ما هو موقع السباحة الشهير في الهواء الطلق الواقع في هامبستد هيث؟	سيغموند فرويد (كان متحف فرويد في هامبستد منزله).
	15. ما هو المعلم اللندني الشهير الذي يُمكن رؤيته من تل البرلمان في هامبستد هيث؟	برك هامبستد.
	16. ما هو موقع السباحة الشهير في الهواء الطلق الواقع في هامبستد هيث؟	أفق لندن، بما في ذلك كاتدرائية سانت بول وبرج شارد.
	17. كم عدد المراكز العالمية التابعة للجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (واقر)؟	خمسة
	18. تعرف عن باكس لودج. ما هي المراكز العالمية الأخرى؟ هل يمكنك ذكرها حسب ترتيب افتتاحها؟	أور شاليه (سويسرا) - ١٩٣٢، كوخنا (المكسيك) - ١٩٥٧، سانغام (الهند) - ١٩٦٦، كوسافيري (أفريقيا) - ٢٠١١.
ج	19. في أي مناسبة أُطلق اسم "أولاف هاوس" على ما يُعرف الآن باسم باكس لودج؟	اليوبيل الفضي لسفينتنا، عام ١٩٦٣. أُعيد تسميتها إلى منزل أولاف خلال حفل خاص، تكريمًا لرئيس المرشدين العالميين، أولاف بادن بول.
	20. ما هي أقرب محطة مترو أنفاق إلى باكس لودج؟	حديقة بيلسايز (الخط الشمالي).
	21. ما هي المقبرة الشهيرة القريبة من هامبستد والتي تشتهر بقبور كارل ماركس وجورج إليوت؟	مقبرة هايغيت.



كلمات أغنية «تابس»



انتهى اليوم،
وغابت الشمس،
عن البحيرة،
وعن التلال،
وعن السماء؛
كل شيء بخير،
ارتاحي بأمان؛



الشكر والثناء،
على أيماننا،
تحت الشمس،
تحت النجوم،
تحت السماء،
ونحن مُضي،
نعلم هذا،



إذا كنتِ لا تعرفين اللحن، يمكنكِ تعلمه هنا!

أبجدية لغة الإشارة البريطانية

A  أ	B  ب	C  س	D  د	E  إ	F  ف	G  ج ه
H  ه	I  إ	J  ج	K  ك	L  ل	M  م	N  ن
O  و	P  ب	Q  ق	R  ر	S  س	T  ت	U  و
V  ف	W  و	X  س	Y  ي	Z  ز		



بطاقات أو ملصقات تحمل أسماء شخصيات بارزة في مجال صنع السلام. يمكن تنفيذ ذلك بعدة طرق، مثل:

- بطاقات أو أوراق عادية
- ملصقات لاصقة أو أوراق ملاحظات كبيرة
- تحويلها إلى عصابت رأس (مثل حلقة أو تاج من الورق، أو تثبيتها بخيط ليتم ربطها حول الرأس)

الدالي لاما	نيلسون مانديلا	مارتن لوثر كينغ الابن
ملالا يوسفزاي	المهاتما غاندي	الأم تريزا
جون لينون	نادية مراد	هيلين كيلر

من المهم أن تعرف المشاركات من هم هؤلاء الأشخاص، لذلك عدّلي الأسماء بما يناسب مجموعتك.

هل تحتاجين إلى بعض الإلهام؟

اطلعي على قائمة نشطاء السلام - ويكيبيديا ١٢ امرأة ناشطة وقائدة يجعلن العالم مكاناً أفضل | لجنة الإنقاذ الدولية (IRC) [جعل العالم مكاناً أفضل](#) | [لجنة الإنقاذ الدولية](#)

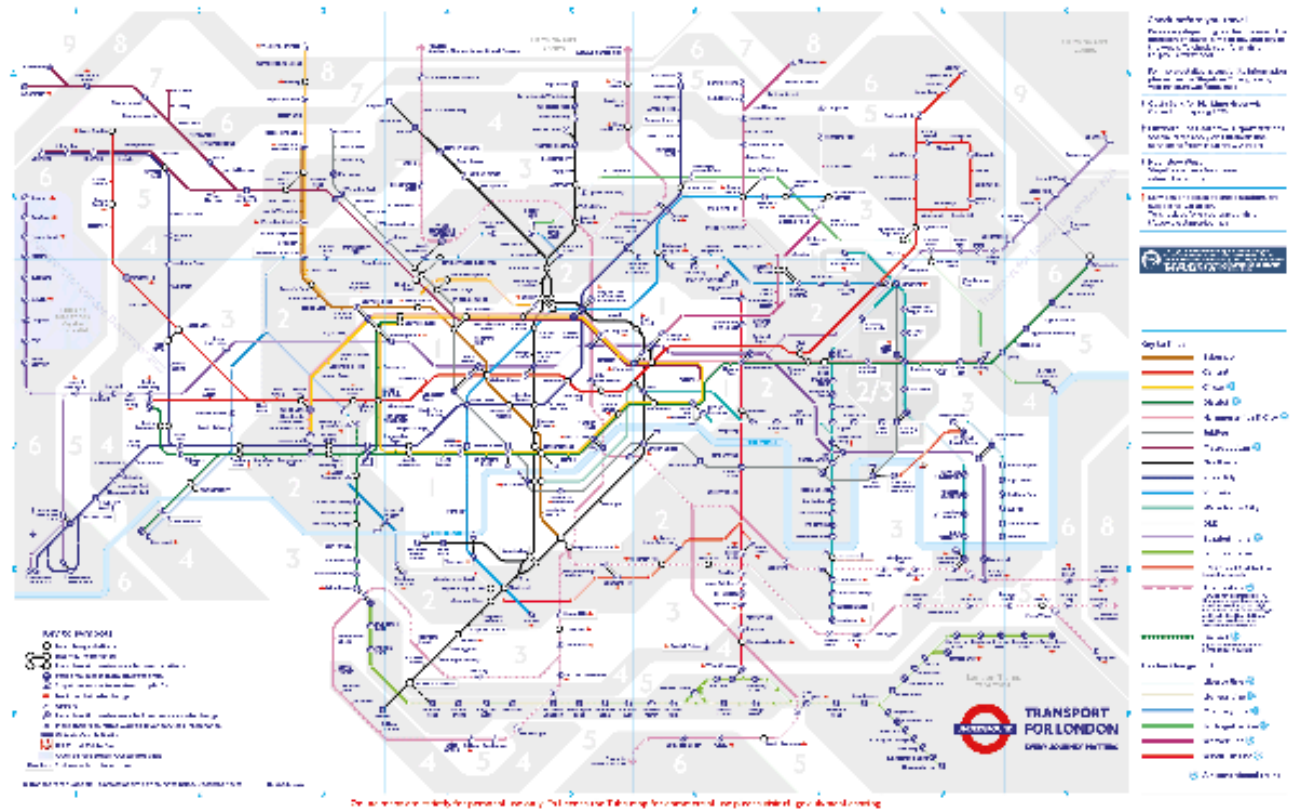


Tube map

Download the TfL Go app
0543 222 7234

0543 222 7234

0543 222 7234



قومي بتحميل خريطة القطارات من هنا



وصفة تقليدية

سكونز ماري ييري

المكونات

وصفة بسيطة

سكونز الليموناضة

المكونات

- ٤٥٠ غرام / ١ باوند طحين ذاتي التخمير
- ٥٠ غرام / أونصة وثلاث أرباع أونصة من سكر ناعم الحبيبات (كاستر)
- ١٠٠ غرام / ٣ أونصة ونصف زبدة، لينة قليلاً ومقطعة إلى قطع
- بيضتان
- القليل من الحليب
- حفنة من الزبيب (اختياري)
- ٤٠٠ غرام طحين ذاتي التخمير، بالإضافة إلى كمية إضافية لرش السطح
- ١٧٥ مل كريمة مضاعفة (أو كميات متساوية من الزبدة المذابة والحليب كامل الدسم لتحضير ١٧٥ مل)
- ١٧٥ مل ليموناضة (مشروب ليمون غازي)

للتقديم (اختياري)

- كريمة متخثرة أو طازجة مخفوقة
- مربّى

الإرشادات

١. سخني الفرن مسبقاً على درجة حرارة ٢٢٠° مئوية (٢٠٠° مئوية للفرن المزود بمروحة) أو علامة ٧. وضعي ورق الخبز في صينية الخبز.
٢. في وعاء كبير، اخلطي جميع المكونات لتشكيل العجينة.
٣. ضعي العجينة على سطح مرشوش بقليل من الطحين واعجنها خفيفاً لتتماسك.
٤. افرد العجينة بيدك لتصبح بسماًك متساوٍ يبلغ ٢ سم، ثم قطعي دوائر سادة أو مموجة بقطر ٦.٥ سم، وأعيدي جمع بقايا العجين وتشكيلها وتقطيعها. يجب أن تحصلي على ١٢ قطعة سكونز.
٥. رتبّي قطع السكونز في الصينية المجهزة مع ترك مسافات بينها.
٦. اخبزها لمدة ١٢-١٥ دقيقة حتى ترتفع وتكتسب لوناً ذهبياً.
٧. دعها تبرد على رف شبكي. وقدميها مع القشطة والمربّى، حسب رغبتك.

للتقديم (اختياري)

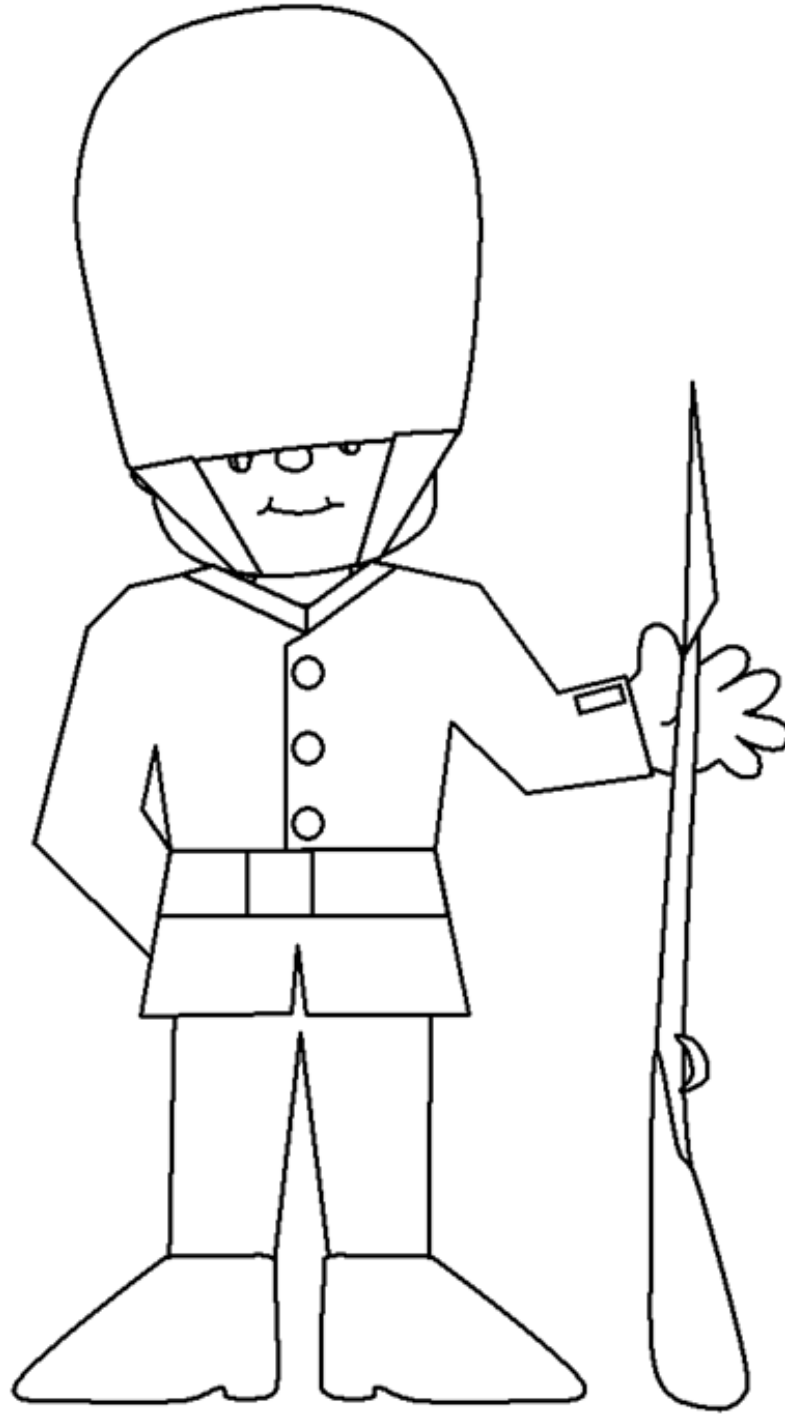
- مربى الفراولة
- القشطة (كلوتد كريم)

الإرشادات

١. سخني الفرن مسبقاً على درجة حرارة ٢٢٠° مئوية (٢٠٠° مئوية للفرن المزود بمروحة) / ٤٢٥° فهرنهايت / علامة الغاز ٧. وادهني صينيّتي خبز بقليل من الزيت أو الزبدة.
٢. ضعي الطحين، ومسحوق الخبز (البانكج بودر)، والسكر في وعاء كبير. أضيفي الزبدة وافركيها بأطراف أصابعك حتى يصبح الخليط شبيهاً بفتات الخبز الناعم.
٣. اكسري البيض في إبريق قياس، ثم أضيفي كمية كافية من الحليب ليصبح إجمالي السائل ٣٠٠ مل / ١٠ أونصة سائلة.
٤. باستخدام شوكة أو سكين دائرية الحافة، اخلطي مزيج البيض والحليب مع الطحين - قد لا تحتاجين إلى الكمية كلها - واخلطي حتى تحصلي على عجينة طرية ولزجة.
٥. ضعي العجينة على سطح عمل مرشوش بقليل من الطحين، واعجني خفيفاً وأدخلي الزبيب فيه، إن كنت تستخدمينه.
٦. افرد العجينة على شكل مستطيل بسماًك حوالي ٢ سم (ثلاثة أرباع بوصة).
٧. قطعي العجينة إلى أكبر عدد ممكن من الدوائر باستخدام قطعة مموجة بقطر ٥ سم (2 بوصة)، وضعيها في صينيّتي الخبز المجهزتين. ادهني أسطح قطع السكونز بقليل من الحليب الإضافي، أو بما تبقى من مزيج البيض والحليب في الإبريق.
٨. اخبزها لمدة ١٢-١٥ دقيقة، أو حتى ترتفع قطع السكونز وتكتسب لوناً ذهبياً فاتحاً.
٩. انقليها إلى رف شبكي لتبرد. وتناولها طازجة قدر الإمكان.
١٠. للتقديم، اقسمي قطع السكونز وقدمي السكونز السادة مع مربى الفراولة ومعها كمية سخية من القشطة (الكلوتد كريم).

المصدر

المصدر

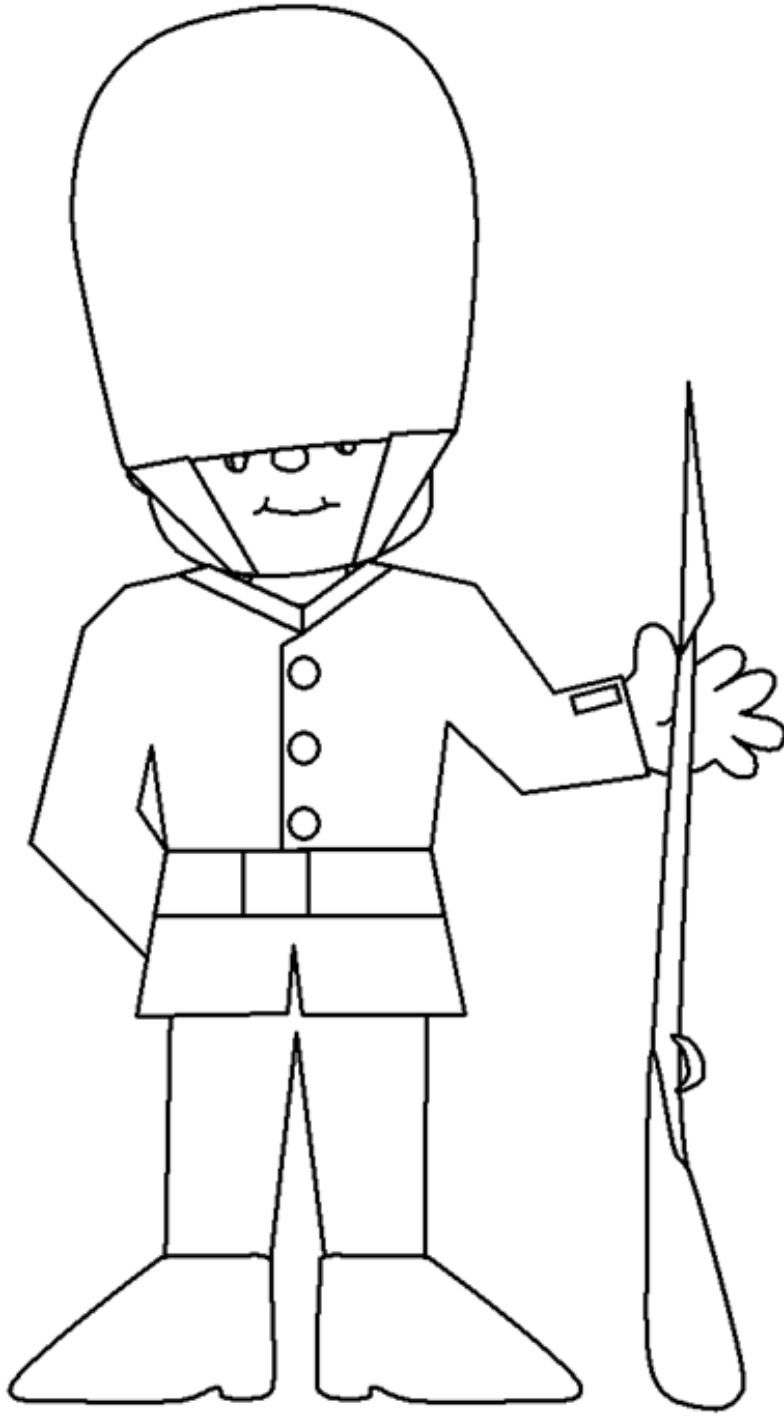


القوانين

- يجب أن تحسلي على الرقم ٦ أولاً لبدء اللعبة (رسم الجسم).
- يجب الحصول على الرقم ٥ (الرأس) قبل أن تتمكني من إضافة:

الأرقام (رمي النرد):

- ٦: للجسم (القطعة الأولى للبدء)
- ٥: للرأس
- ٤: للذراع / القدم (تحتاجين لرمي الرقم ٤ مرات)
- ٣: للقبعة والحربة (تحتاجين لرمي الرقم مرتين)
- ٢: للأزرار (تحتاجين لرمي الرقم ٣ مرات)
- ١: للعينين / الأنف / الفم (تحتاجين لرمي الرقم ٤ مرات)



مرر القرص للتلوين

١. أصفر

٢. أسود

٣. أحمر

٤. وردي

٥. رمادي

٦. أزرق



نوسترا كبانيا





عند تفاعلك مع ثقافات أخرى، من المهم أن تفهمي الفرق بين التقدير الثقافي والاستيلاء الثقافي:

التقدير الثقافي

هو سعيك الصادق للتعرف على ثقافة ما وفهمها بهدف توسيع آفاقك وبناء علاقات إنسانية أعمق. ويتضمن ذلك احترام التقاليد والممارسات ومعرفة معانيها وقيمتها ضمن سياقها الثقافي.

الاستيلاء الثقافي

يحدث عندما يتم استخدام عناصر من ثقافة معينة دون فهم أو احترام، مما يؤدي إلى تجريدها من معناها وسياقها. وقد يكون ذلك أحياناً بهدف الموضة أو المكاسب الشخصية دون تقدير خلفيتها الثقافية.



مثال على الاستيلاء الثقافي:

قد يتمثل ذلك في ارتداء الملابس المكسيكية التقليدية - مثل القبعة المكسيكية أو زي يوم الموق - فقط من أجل حفلة تنكرية أو كموضة، دون فهم دلالاتها الثقافية. عندما تُستخدم هذه العناصر لأغراض جمالية فقط، دون تقدير لمعانيها العميقة، فإن ذلك يقلل من قيمة التراث الثقافي الذي تمثله. وبالمثل، فإن استخدام الموسيقى التقليدية أو الرقصات الشعبية في سياقات تجارية دون احترام أصولها يُعدّ نوعاً من الاستيلاء الثقافي، لأنه يتجاهل ارتباطها بهوية المجتمع ويحوّلها إلى مجرد وسيلة ترفيه.



كمثال على التقدير الثقافي:

في السياق المكسيكي، عندما تزورين كنيسة أو مزاراً لتتعرفي على الأبعاد الروحية والدينية وراء طقوسهم، مثل عادة تقديم الزهور في "يوم الموق"، أو مشاركتك في احتفالات "البوسادا" خلال فترة عيد الميلاد، فإنك بذلك تظهرين تقديرًا حقيقياً للثقافة. كما أن فهمك لتاريخ وأهمية تقاليدهم، مثل إعداد أطباقهم الشعبية كـ "التاماليس" أو "المولي" خلال التجمعات العائلية والاحتفالات، وتعاملك معها باحترام وشغف للتعلم، يعكس أيضاً هذا التقدير الثقافي. في هذه الحالة، أنت لا تكتفين بالمشاركة العابرة فحسب، بل تتفاعلين بصدق مع المعاني العميقة وسياقات هذه العادات، وتثبتين احترامك لمكانتها الكبيرة في التراث والروحانية المكسيكية.

كيف يمكنك تقدير الثقافة؟

لتقدير ثقافة المراكز العالمية والدول التي تقع فيها بشكل حقيقي، احرصي على أن:

١. تتعلمي المعاني الكامنة وراء الممارسات، أو الأزياء، أو الأنشطة التي تشاركين فيها.
٢. تتفاعلي مع المجتمعات المحلية للاستماع إلى قصصهم وتقاليدهم وتاريخهم.
٣. تحترمي الرموز الثقافية من خلال فهم أهميتها واستخدامها بطريقة مناسبة.

من خلال تعزيز التقدير الثقافي، يمكنك الاحتفاء بتنوع العالم وبناء علاقات إنسانية قائمة على الاحترام والتفاهم المتبادل.

ب

مقدمة عن

المركز العالمي نوسترا كبانيا



كيف بدأت الحكاية؟



يقع المركز في قلب مدينة كويرنافاكا بولاية موريلوس. وتتوافق رؤية "نوسترا كابانيا" مع المهمة العالمية للجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (الواقز)، والمتمثلة في تمكين الفتيات والشابات ليصلن إلى أقصى إمكاناتهن كواطنات مسؤولات في العالم.

كُرس مركز "نوسترا كابانيا" في ٢٢ فبراير ١٩٥٦ على يد الليدي بايدن باول، عندما أهدت الباب الأزرق الشهير (باب القائدة)، الذي يستقبل كل مرشدة وفتاة كشافة في المركز ويرحب بهن لبداية مغامرة رائعة. وافتتح المركز رسمياً في يوليو ١٩٥٧، واستقبل منذ ذلك الحين أكثر من ٧٠,٠٠٠ مرشدة وفتاة كشافة من جميع أنحاء العالم، وشكل مركزاً حيوياً للصداقة الدولية، وتطوير المهارات القيادية، والتبادل الثقافي.

ومع مرور الوقت، أُضيفت مرافق جديدة إلى "نوسترا كابانيا" ليصبح في النهاية أكبر مركز عالمي للمرشدات، حيث يوفر مساحة آمنة ومُلهمة للتعليم، وبناء المجتمعات، والمغامرة.

وبعد إغلاق مؤقت، أعاد المركز فتح أبوابه بفخر في فبراير ٢٠٢٤ ليستقبل جيلاً جديداً من المرشدات وفتيات الكشافة. وبطاقة متجددة وإلتزام عميق بالأخوة العالمية، يواصل المركز تقديم تجارب ملهمة ومؤثرة للشابات حول العالم.

كانت أول فعالية أُقيمت في المركز هي "ندوة جولييت لو"، وخلال هذا الحدث كُتبت أغنية "نوسترا كابانيا" الرسمية على ألحان "لاس مانيناناس"، وهي أغنية تقليدية تُغنى في المناسبات وأعياد الميلاد.



أصبح مركز "نوسترا كابانيا" مع مرور الوقت

أكبر مركز عالمي للمرشدات،

حيث يوفر مساحة آمنة ومُلهمة للتعليم، وبناء المجتمعات، والمغامرة.



ما الذي يجعله نوسترا كابانيا مميزًا

يقع مركز "نوسترا كابانيا" في مدينة كويرنافاكا بالمكسيك، والتي تُعرف غالباً بـ "مدينة الربيع الدائم" بفضل أجوائها المعتدلة واللطيفة على مدار العام. ويتميز المركز بتحيط به الحدائق الغناء، وأشجار الجاكاراندا الخلافة، والتصاميم المعمارية المكسيكية التقليدية، كما يضم أماكن إقامة مريحة ومساحات مخصصة للأنشطة ومساحات خارجية هادئة مثالية للتأمل، والأنشطة الجماعية، والاندماج الثقافي.

يقدم المركز مزيجاً مميزاً من الثقافة المكسيكية والمجتمع والأخوة العالمية؛ حيث تعيش المشاركات تجارب غنية تشمل الفنون والحرف التقليدية، والموسيقى، والأطعمة، والرقصات الشعبية، مع التواصل مع مرشحات وفتيات كشافة من مختلف أنحاء العالم.

وتستهدف البرامج المتنوعة إلهم المهارات القيادية، وتعزيز المواطنة العالمية، وتمكين الشابات. وتتنوع هذه البرامج بين مشاريع خدمة المجتمع المحلي، وأنشطة التبادل الثقافي، وورش العمل المتوافقة مع مبادرات "الواقز" مثل أهداف التنمية المستدامة ومبادرة "أنا بحريتي"، لترك أثر إيجابي يستمر طويلاً.

وسواء عند حضور حدث دولي أو تنظيم زيارة جماعية خاصة، تغادر الزائرات مركز "نوسترا كابانيا" بمهارات جديدة، وذكريات تدوم طوال العمر، وارتباط أعمق بالحركة الكشفية العالمية.

أغنية نوسترا كابانيا



تَحْتَ ظِلَالِ جِبَالٍ "سِيرَا مَادْرِي" الْعَظِيمَةِ،
فِي سَهْلٍ أَلْفَحَ فِي مَكْسِيكُو،
يَقَعُ مَرْكَزُنَا "كَابَانِيَا" الْجَمِيلُ
حَيْثُ تَلْتَقِي الْمُرْشِدَاتُ وَفَتَيَاتُ الْكَشَافَةِ.
تَعَالَوْا لِي تَرَوْا الْجِبَالَ
وَالصَّبَارَ وَالسَّمَاءَ الْمَشْمُوسَةَ،
وَتَسْمَعُوا صَرَارَ اللَّيْلِ فِي الْمَسَاءِ
وَتَرَوْا الْقَمَرَ الْأَبْيَضَ يَبْزُغُ فِي الْغَلَا.
عِنْدَمَا تَرَوْنَ الْأَشْفَقَ الْحُمْرَاءَ الدَّافِئَةَ،
سَتَذْكُرُونَ الْقُلُوبَ الَّتِي تَشْعُ بِالشَّيْءِ،
وَالْجُدْرَانَ الْمَبْنِيَّةَ مِنَ الْحِجَارَةِ الصُّلْبَةِ
الَّتِي تَرْمُزُ لِلصَّدَاقَةِ الْعَزِيزَةِ.
كُلُّ يَوْمٍ هُنَاكَ مَلِيٌّ بِالضَّحَكَاتِ،
وَكُلُّ مَسَاءٍ يَبْضُ بِالْأَغَانِي،
وَإِقَامَتُنَا فِي "نُوسْتْرَا كَابَانِيَا"
تَمُنُّنَا ذِكْرِيَّاتٍ تَدُومُ طَوَالَ الْعُمُرِ.
عِنْدَمَا نَذْهَبُ إِلَى "نُوسْتْرَا كَابَانِيَا"
سَتَشْعُرُ أَنَّنا فِي بَيْتِنَا،
فَهُنَاكَ إِبْتِسَامَةٌ تَرْجِيحُ وَدُودَةً جِدًّا
وَمَصَافَحَةً دَافِئَةً لِلْغَايَةِ.
فَتَعَالَوْا الْآنَ إِلَى "نُوسْتْرَا كَابَانِيَا"،
لِنُعَزِّزَ الصَّدَاقَةَ الْعَالَمِيَّةَ،
وَنَحْمِلَ إِلَى أَوْطَانِنَا
السَّلَامَ الدَّوْلِيَّ.





نُقدّم "نوسترا كابانيا" مجموعة واسعة من البرامج التي يمكن استكشافها بأي طريقة تناسب المجموعات أو الأفراد. وتتمثل البرامج الرئيسية المُقدّمة في فعاليات تمتد لأسبوع كامل وتركز على موضوعات ضمن أربعة مجالات مختلفة:

الثقافة



تستهدف جميع الأعمار، وتركز على الاحتفالات المكسيكية الفريدة.

يوم الموتي
في شهر أكتوبر من كل عام.
تجارب فن الطهي.



احتفال

تستهدف جميع الأعمار، وتركز بشكل أعمق على سياق حركة المرشدين وفتيات الكشافة الخاصة بحركتنا أو بالجمعية العالمية (الواقز).

يوم التفكير العالمي
في شهر فبراير من كل عام.



البيئة أو الطبيعة

تستهدف جميع الأعمار، وتركز على تقدير البيئة وزيادة الوعي بها.

تجارب غامرة في الظواهر الطبيعية.



القيادة أو المغامرات

تستهدف الشباب من عمر ١١ إلى ١٨ عاماً أو من ١٨ إلى ٣٠ عاماً.



هل ترغبين في الاطلاع على ما يُقدّم حالياً؟

إنقري هنا!

كما يُقدّم لك المركز، سواء كنتِ ضمن مجموعة أو زائرة ليوم واحد، مجموعة من الأنشطة التي تشمل جولة إرشادية في المركز، أو المشاركة في مشروع مجتمعي.

ويمكن لمجموعتك الحصول على برنامج مخصص ممدد زمنية متفاوتة للفعاليات (حسب الأوقات المتاحة في المركز)، مع جلسات يتم التنسيق لها مسبقاً بين المركز ومجموعتك. تُعرف هذه التجارب بفعاليات "اختاري ونسقي" أو "تجربة المركز العالمي المصغرة"، ويتم تفصيلها خصيصاً لتلبي احتياجات مجموعتك.

سواء كنتِ بمفردكِ أو مع مجموعة، يمكنكِ حجز زيارات نهائية للمركز؛ حيث يُقدّم لك طاقم العمل والمتطوعون جولات في أرجاء الموقع، ويفتحون لك أبواب متجر المركز الخاص بـ "المرشدين وفتيات الكشافة".

وكزائفة، سواء كنتِ منتمة لحركة المرشدين وفتيات الكشافة أو غير ذلك، يمكنكِ أيضاً حجز إقامات مستقلة خاصة بكِ دون الارتباط بأي برنامج مُخطط له مسبقاً.

لمزيد من المعلومات

إنقري هنا!





الملف التعريفي للدولة



ستجدين أن المكسيك دولة تقع في أمريكا الشمالية، وهي جزء من إقليم نصف الكرة الغربي التابع للجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة.

ويحدها من الشمال الولايات المتحدة، ومن الجنوب الشرقي غواتيمالا وبليز، ومن الغرب المحيط الهادئ، ومن الجنوب الشرقي البحر الكاريبي، بينما يحدها خليج المكسيك من الشرق.



تُعد مدينة مكسيكو عاصمة دولة المكسيك وأكبر مدنها. أما مدينة كويرنافاكا، حيث يقع مركز "نوسترا كابانيا" (كوخنا) الذي قد تقصدينه، فهي عاصمة ولاية موريلوس.

وستجدين أنها تبعد حوالي ٦٥ كيلومتراً (٤٠ ميلاً) إلى الجنوب من مدينة مكسيكو، وتقع على ارتفاع يبلغ نحو ١٥٠٠ متر (٥٠٠٠ قدم).



إليك تفاصيل هذه المناسبات:

*يوم الموتى يوافق الأول من نوفمبر، ويُعرف أيضاً بعيد جميع القديسين.

*الهالوين: يوافق الحادي والثلاثين من أكتوبر.

*يوم جميع الأرواح: يوافق الثاني من نوفمبر.

وستلاحظين أن هذه المناسبات تحظى بأهمية محلية كبيرة أيضاً.

وخلال تلك الفترة وفي الأسابيع التي تسبقها، ستجدين أن العائلات تحتفل بأرواح أحبائها الراحلين بطرق متنوعة؛ حيث يقيمون مذابح صغيرة (لتقديم القرابين) في منازلهم، ويزينون القبور، كما يمكن مشاركتهم في تناول الحلوى والخبز الحلو المُعد على شكل جماجم.

اللغة



تُعد اللغة الإسبانية اللغة الأكثر تحدثاً في المكسيك، لكنك ستجدين أن البلد يحتضن أيضاً ٦٨ لغة من لغات السكان الأصليين، والتي تحافظ بدورها على التقاليد والمعارف والتراث الثقافي لمختلف الشعوب الأصلية.

ستجدين أن الحياة اليومية في المكسيك تختلف بشكل جذري باختلاف العوامل الاجتماعية والثقافية. كما تتنوع الأطباق التي يمكنك تذوقها هناك، حيث يعتمد المطبخ بشكل كبير على مكونات أساسية تشمل الذرة، والفاصوليا، والقرع، والأرز، والأفوكادو، والفلفل الحار، والطماطم، والبابايا، والبطاطس، والعسل، وموز الجنة، والفانيليا.

وغالباً ما سيقدم لك خبز الذرة الرقيق في طبق إلى جانب الأطباق الرئيسية، بالإضافة إلى الفلفل الحار (الذي يُقدم عادةً على شكل صلصة حمراء أو خضراء) والملح، وهي تُعد من أكثر الإضافات شيوعاً على الموائد هناك.



ج

أنشطة الوحدة / الفرقة /

المجموعة



#NuestraCabaña



استخدمي الجدول التالي لمساعدتك في اختيار النشاط الذي ترغبين في تجربته، أو يمكنك تجربتها جميعاً!

النوع	أسم النشاط	الفئة العمرية	الوقت	التجهيز	الصفحة
ثقافة	الهرم البشري	جميع الأعمار	٢٠ دقيقة	مساحة مفتوحة بسطح مستوٍ، ويفضل وجود حصائر أو أرض عشبية	123
ثقافة	هرم القيم	جميع الأعمار	٢٠-٣٠ دقيقة	مجموعة بطاقات بحجم بطاقة بريدية، كل بطاقة تحمل قيمة	124
حرف	فراشات	جميع الأعمار	٢٠-٣٠ دقيقة	فلاتر قهوة بيضاء، ألوان مائية سائلة باللونين البرتقالي والأسود غير مخففة، فرش رسم و/أو قطارات، مشابك غسيل خشبية، طلاء أسود، ورق للخبز (لتجفيف الأعمال).	125
حرف	الرسم على ورق أمان	جميع الأعمار	٣٠-٦٠ دقيقة	ورق، ألوان، ماء، ومساحة مناسبة للرسم	127
حرف	صنع بينياتا	جميع الأعمار	ساعة	مواد حرفية متنوعة مثل الورق، المقص، الغراء، وحلوى أو ألعاب صغيرة	129
طعام	(بيكو دي جالو (صلصة طازجة	١٢ سنة فأكثر	١٥ دقيقة	مكونات، لوح تقطيع، سكين حاد، خلط (اختياري)، وعاء	131
طعام	جواكامولي	٨ سنوات فأكثر	١٥ دقيقة	مكونات، سكين، شوكة، وعاء	133
طعام	كاساديا فاصوليا سوداء بالجبن	٨ سنوات فأكثر	٢٥-٣٠ دقيقة	مكونات، وعاء، أدوات، مقلاة	135
موسيقى ورقص	أغنية نوسترا كابانيا	جميع الأعمار	٢٠ دقيقة	كلمات وموسيقى الأغنية	137
موسيقى ورقص	رقصة مكارينا	جميع الأعمار	٢٠ دقيقة	موسيقى الماكاريينا وتعليمات الخطوات	139
موسيقى ورقص	مراكا	جميع الأعمار	٢٠-٣٠ دقيقة	أكواب ورقية، حبوب أو أرز، غراء، ألوان وزخارف	140
موسيقى ورقص	طبله دوارة	جميع الأعمار	٣٠-٦٠ دقيقة	علبة كرتونية أو ورق معجن، عصا خشبية، خيط، خرز، غراء، أقلام	141
موسيقى ورقص	رقصة القبة المكسيكية	جميع الأعمار	٢٠ دقيقة	قبة وموسيقى مكسيكية	141
لعبة	التقاط القبة	٦-١٢ سنة	١٥ دقيقة	قبة لكل لاعبة وموسيقى	142
لعبة	لا بيرينولا	جميع الأعمار	٢٠ دقيقة	بيرينولا (دوامة ذات ستة أوجه) قطع لعب (عشر قطع لكل لاعبة)	143
لعبة	بينياتا	جميع الأعمار	٢٠ دقيقة	بينياتا، موسيقى، وسيلة لتشغيل الموسيقى	145



معلومات أساسية

يُعد الهرم بناءً قديمًا ومستقرًا وصلبًا للغاية. وستجدون العديد منها في المكسيك، حيث يقع بعضها بالقرب من مركز "نويسترا كابانيا" (كوخنا).



بدائل

- جربه مع مجموعات بأحجام مختلفة، وناقشي أيها أسهل ولماذا.
- جربي طرقًا مختلفة لتشكيل الهرم، كالهرم "المسطح" على سبيل المثال، حيث تستلقي جميع المشاركات على الأرض.

أسئلة للتفكير

- هل كان من الصعب عليكُ تشكيل هرم بأجسامكن؟
- هل شاهدتِ هرمًا حقيقيًا من قبل؟
- ما الشيء المميز في الهرم؟
- ما أوجه التشابه بين الهرم الحقيقي والهرم الذي قمتِ بتشكيله للتو؟
- ما الذي يمنح الهرم قوته؟
- ما الذي يمكن لمجموعتنا أن نتعلمه من نشاط الهرم هذا؟

الهدف

لتشكلي هرمًا باستخدام الأشخاص، وتطوري مهاراتك في العمل الجماعي.



ماذا تحتاجين:

- منطقة مفتوحة ذات سطح مستو، ويُفضل أن تضعي فيها حواضر أو بطانات ناعمة، أو يمكنكِ تنفيذ ذلك على العشب.

طريقة التنفيذ

١. ابدي بجلسة إحماء جماعية، واحرصي على إطالة جميع المجموعات العضلية الرئيسية لمنع الإصابات.
٢. شديدي على أهمية السلامة، وعيُني مراقبات لمساعدة المشاركات وضمان ثبات الهرم.
٣. تُشكّل المشاركات الأكثر قوة وثباتًا قاعدة الهرم؛ حيث يجثون على الأرض مع وضع أيديهن بثبات على الحواضر.
٤. تصعد مشاركات الطبقة الثانية بحذر على ظهور مشاركات القاعدة، مع وضع أيديهن على أكتاف أو ظهور مشاركات القاعدة وركبهن على منطقة أسفل الظهر. وتساعد المراقبات في توجيه ودعم المشاركات أثناء الصعود لضمان قيامهن بذلك بأمان وثبات.
٥. تصعد المجموعة التالية من المشاركات على ظهور مشاركات الطبقة الثانية.
٦. وهكذا دواليك، بحيث يقل عدد المشاركات في كل طبقة بمقدار مشاركة واحدة عن الطبقة التي أسفلها للحفاظ على التوازن.
٧. يمكن للمشاركة الأخف وزنًا والأكثر رشاقة الصعود إلى القمة، وعليها التحرك بحذر والحفاظ على توازنها.
٨. بمجرد اكتمال الهرم، اثبتن على هذا الوضع لعدة ثوانٍ. ويجب أن تكون المراقبات على أهبة الاستعداد للمساعدة في حال فقدت إحداهن توازنها.
٩. تذكري: التقطي الصور! واحرصي على تصوير الجميع..مع النظر إلى الأمام، ورفع الرأس والابتسام!
١٠. تنزل المشاركات بالترتيب العكسي لتسلقهن، مع مساعدة المراقبات لضمان عدم سقوط أي واحدة منهن.
١١. وبعد تفكيك الهرم، قومي بجلسة تهدئة تتضمن تمارين إطالة خفيفة لإرخاء العضلات.



الهدف

لتشكلي تسلسلاً هرمياً أو ترتيباً لقيمك الشخصية.



ماذا تحتاجين:

- مجموعة من البطاقات (بحجم البطاقة البريدية)، تحمل كل منها قيمة مثل الحب، العائلة، الرياضة، التعلم، القيادة، التفاعل الاجتماعي، مهارات الاستماع، وغيرها.
- ويمكن أن تكون بطاقات القيم هذه مُعدة مسبقاً، أو يمكنك إعدادها كنشاط إضافي.

بدائل

- في الخطوة الرابعة، خصصي لكل مشاركة قيمة وابني هرمًا بشريًا.
- استخدمني أنبوبًا كرتونيًا (مثل الجزء الداخلي للفة ورق المرحاض، أو لفة المناشف الورقية) بدلاً من البطاقات المسطحة.
- علّقي البطاقات على خيط أو حبل.



أسئلة للتفكير

- هل شاهدتِ هرمًا حقيقيًا من قبل؟
- ما أوجه التشابه بين الهرم الحقيقي والهرم الذي قمتِ بتشكيله للتو؟
- كيف يمكن مقارنة ذلك بقيمك في الحياة الواقعية؟
- إذا كان عليك الاستغناء عن إحدى قيمك، فأيهما ستختارين؟ ولماذا؟

معلومات أساسية

ستجدين في المكسيك آلاف الأهرامات، وهي أبنية قديمة ومستقرة وصلبة للغاية. وتملك كل منا قيمًا شخصية تمنحها استقرارها وثباتها. وتشمل القيم التي تعبر عن بعض الثقافات المكسيكية أمورًا مثل الترابط الأسري، والتضامن، والدفع، والصدقة، والمجتمع. وسيستكشف هذا النشاط مدى تشابه قيمك مع الهرم.

طريقة التنفيذ

١. ضعي البطاقات على الطاولة، أو على الأرض.

٢. على المجموعة فرز البطاقات إلى مجموعات:

* مهمة جدًا

* مهمة

* محايدة

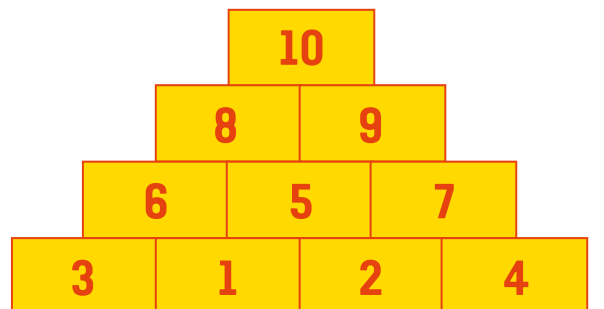
* أقل أهمية

* غير مهمة (بلا أهمية)

٣. ويستمر الفرز حتى جمع ١٠ قيم مهمة جدًا، ليتم ترتيبها بعد ذلك حسب الأهمية، بحيث تكون القيمة رقم (١) هي الأكثر أهمية.

٤. ابني هرمًا باستخدام هذه البطاقات العشر؛ ضعي البطاقتين رقم (١) ورقم (٢) في منتصف القاعدة (الأسفل)، وضعي البطاقات الأخرى وفقًا لما هو موضح في الصورة، مع وضع البطاقة رقم (١٠) في القمة.

٥. ناقشي ما سيحدث لثبات الهرم إذا أزلت قيمة واحدة أو أكثر منه. على سبيل المثال: أزيلتي القيمة رقم (١) أو (٢)، أو كليهما، وقارني ذلك بإزالة القيمة رقم (١٠).





معلومات أساسية

تتكاثر الفراشات الملكية في شمال الولايات المتحدة وجنوب كندا. وخلال فصل الخريف، تبدأ هجرة عبر مسافات طويلة، حيث يسافر بعضها مسافة تصل إلى ٣٠٠٠ ميل (٤٨٠٠ كيلومتر) للوصول إلى مواقع قضاء فصل الشتاء في الغابات الجبلية بوسط المكسيك.

وتتميز الفراشات الملكية بكونها تقوم بهجرة بالاتجاهين، إذ تعود إلى مناطق تكاثرها في فصل الربيع. وهي تستخدم مزيّجاً من البوصلة الشمسية والبوصلة المغناطيسية لتحديد اتجاهاتها وتوقيت هجرتها لتتزامن مع الظروف البيئية المثالية، بما في ذلك توافر الأزهار الغنية بالرحيق ونبات الصُّلاب (حشيشة اللبن) المخصص لليرقات.

تُعد الفراشات التي تصل إلى المكسيك "جيلاً خارقاً" خاصاً يمكنه العيش لفترة أطول تصل إلى ثمانية أضعاف عمر الفراشات الملكية العادية، مما يتيح لها إكمال رحلة الهجرة والتكاثر في الربيع، ليتولى نسلها بعد ذلك مواصلة الهجرة شمالاً.

وتواجه هجرة الفراشات الملكية تهديدات عدة، من بينها فقدان الموائل الطبيعية، والتغير المناخي، وإزالة غابات الشوح المكسيكي (الأوياميل) في المكسيك.



الهدف

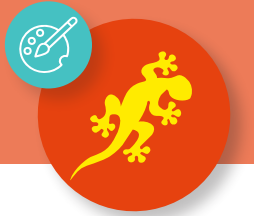
لتتعرفي على الفراشات الملكية (التي تهاجر إلى المكسيك كل عام).



ماذا تحتاجين:

- مرشحات قهوة بيضاء
- ألوان مائية سائلة غير مخففة باللونين البرتقالي والأسود (نحب هذه الألوان المائية السائلة من ماركة سارجنت)
- فرش رسم و/أو قطارات
- مشابك غسيل خشبية
- طلاء أسود
- شبكة تجفيف (شبكة الخبز)





طريقة التنفيذ



بدائل

- أثناء انتظار جفاف الطلاء، تعرّف على دورة حياة الفراشة الملكية؛ سواء بإجراء بحثك الخاص، أو باستخدام الصورة و رابط الفيديو الموجودين في قسم المصادر.
- اصنعي مجسماً معلقاً.
- يمكن للمشاركات الأكبر سنّاً استكشاف المخاطر التي تهدد الفراشة الملكية، والسبل التي يمكنهن من خلالها دعم جهود حمايتها.
- استخدمني أنبوباً كرتونياً (مثل اللفة الداخلية لورق التواليت أو لفة المناشف الورقية) بدلاً من البطاقات المسطحة.
- علّقي البطاقات بوساطة خيط أو حبل.

١. تجهيز سطح العمل: لحماية منطقة العمل، ضعي صينية أو مفرشاً بلاستيكياً (فينيل) لأن الألوان المائية السائلة ستسرب عبر مرشحات القهوة.
٢. تلوين أجنحة الفراشة: ضعي مرشح القهوة على سطح العمل وغطيه بالكامل باللون المائي السائل البرتقالي (غير المخفف). يمكنك استخدام الفرشاة أو القطارات (أو كلاهما).
- * خلال هذه الخطوة، يمكنك النقاش حول ظاهرة «امتصاص الماء» وملاحظة كيفية امتصاص مرشح القهوة للسائل.*
٣. إضافة النقاط والأخطى: باستخدام اللون المائي السائل الأسود، أضيفي نقاطاً وخطوطاً على المرشح البرتقالي. احرصي على استخدام كمية قليلة جداً من اللون الأسود لضمان عدم طغيان اللون الأسود على الفراشة بالكامل.
٤. التجفيف: اتركي مرشحات القهوة الملونة لتجف تماماً. يمكنك نقلها إلى شبك تجفيف لضمان جفاف الجزء السفلي، أو استخدام مجفف الشعر بحذر لتسريع العملية.
٥. صنع جسم الفراشة: اطل مشبك غسيل خشبي باللون الأسود. يمكنك استخدام الألوان المائية السائلة السوداء، ولكن استخدام طلاء عادي (مثل الأكريليك) يعطي لوناً أكثر كثافة ووضوحاً لجسم الفراشة.

٦. التجميع: عندما تجف جميع القطع تماماً، قومي بتجميع أجزاء الفراشة (بضم مرشح القهوة من المنتصف وتثبيتته بالمشبك الخشبي).

هناك طريقتان لتنفيذ هذه الخطوة:

- أ. الطريقة الأولى: اضغطي مرشح القهوة من المنتصف وتثبيته بمشبك الغسيل. يمنحك هذا الشكل أجنحة فراشة مستديرة ومنقوشة.
- ب. الطريقة الثانية: اطوي مرشح القهوة إلى نصفين، ثم اضغطيه من المنتصف وتثبيته بمشبك الغسيل.

* يمكنك إضافة قطرة من الغراء داخل مشبك الغسيل لتثبيت كافة الأجزاء بشكل دائم، لكن هذه الخطوة اختيارية وغير ضرورية.

٧. تعليق الفراشات والعرض: بمجرد تجميع الفراشات، استمتعي بتثبيتها بالمشابك في أماكن مختلفة حول المنزل أو الحديقة. إذا قمت بتثبيتها في مكان يتخلله ضوء الشمس، ستندھشين لجمال مظهرها وألوانها الشفافة، حيث تبدو رائعة بشكل خاص عند تثبيتها على النوافذ المشمسة.

أسئلة للتفكير



- هل سبق لك رؤية فراشة المونارك (الفراشة الملكية)؟
- ما أكثر ما يعجبك في هذه الفراشة؟
- كم من الوقت تعتقدين أن رحلتها الجوية من كندا إلى المكسيك يستغرق؟
- هل تعرفين حشرات أو حيوانات أخرى تهاجر لمسافات بعيدة؟ ولماذا تفعل ذلك برأيك؟
- هل تعلمين أنه يمكنك مشاهدة هجرة فراشات المونارك خلال مشاركتك في إحدى فعاليات "نوسترا كابانيا"؟ (راجع قسم فعاليات المراكز العالمية لمعرفة تفاصيل الفعالية القادمة).

الاطلاع على فعاليات المراكز العالمية

إنقري هنا!





طريقة التنفيذ

١. تجهيز مساحة العمل:

- غطي مساحة عملك بالجرائد أو بمفرش بلاستيكي لحمايتها من الطلاء.
- جهزي الألوان، والفرش، ووعاء الماء، والمناشف الورقية.

٢. رسم التخطيط الأولي:

- ارسمي تصميمك بخفة على ورق الأماتي باستخدام قلم الرصاص.
- تتضمن التصميم التقليدي عادةً عناصر طبيعية مثل الأزهار، والطيور، والحيوانات.
- أطلعي على لوحات الأماتي التقليدية للاستلهام وفهم الموضوعات والأساليب الشائعة.
- **تحديد التصميم (اختياري):**
- يمكنك استخدام قلم تحديد أسود رفيع الرأس لتحديد حواف تصميمك، فهذا يساعد على إبقاء الحواف مرتبة وواضحة.

٣. مزج الألوان:

- حضري ألوانك على البالطة أو صينية المزج.
- امزجي ألواناً مختلفة للوصول إلى الدرجات التي ترغبين بها.
- جربي دمج ألوان مختلفة لتجعل لوحتك حيوية ومفعمة بالحياة.

٤. البدء بالرسم

- ابدئي بتلوين المساحات الكبيرة من تصميمك أولاً، واستخدمي فرشاة أكبر لهذا الغرض.
- ضعي الطلاء على طبقات خفيفة، واتركي كل طبقة تجف قبل وضع الطبقة التالية؛ فهذا يمنع الورق من الابتلال المفرط والتجعد.

الهدف

لتجربي شكلاً فنياً مكسيكياً تقليدياً (فن رسم الأماتي).



ماذا تحتاجين:

- ورق الأماتي (Amate) أو أوراق مقطوعة من أكياس التسوق الورقية السمكة (قومي بتجعيدها بيدك لمنحها سطحاً غير مستو يشبه ورق الأماتي)
- ألوان أكريليك
- مناشف ورقية أو قطعة قماش (لتجفيف الفرش)
- قلم رصاص وممحاة (لرسم التخطيطات الأولية)
- قلم تحديد أسود رفيع الرأس (لتحديد الحواف، اختياري)
- دفتر ملاحظات أو ورق (لتدوين الملاحظات أو رسم أفكار مستوحاة من البودكاست)
- فرش رسم (بأحجام مختلفة)
- بالطة أو صينية لمزج الألوان
- وعاء ماء (لتنظيف الفرش)
- مريلة عمل أو ملابس قديمة (لحماية الملابس)
- غطاء واقٍ لمساحة العمل (جرائد، مفروش بلاستيكي، إلخ)
- صور مرجعية أو رسومات تخطيطية (لبركان بوبوكاتيبيتل، مركز "كابانيتنا"، إلخ)

معلومات أساسية

يُعد فن الرسم على ورق الأماتي تقليدًا مكسيكيًا قديمًا يتمركز حول الرسم على ورق مُصنَّع من لحاء الأشجار. وتُشتق كلمة "أماتي" من كلمة "أماتل" بلغة النواتل، والتي تعني "الورق".

وغالبًا ما تُجسد هذه اللوحات قصصًا ثقافية مهمة وأساطير ومشاهد من الحياة اليومية، باستخدام ألوان زاهية.



بدائل

- أثناء التلوين، استمعي إلى قصة أو بودكاست عن المكسيك.

أسطورة بوبوكاتيبيتيل وإزناتسيهواتل

على سبيل المثال

بودكاست «تاريخ المكسيك»: على منصة سبوتيفاي.

- لتنفيذ النشاط عبر الإنترنت: يمكن إبلاغ المشاركات بالمواد المطلوبة مسبقاً، ليحضرن الجلسة التفاعلية عبر الإنترنت وينفذن النشاط كل في مساحتها الخاصة.
- على المستوى الفردي: يمكن للمشاركات الابتكار والاستعانة بالمواد المتاحة لديهن لإنجاز النشاط.
- ابحثي عن صفحات تلوين للأعمار الأصغر سناً أو لاستلهاهم أفكاراً للتصميم (راجع قسم المصادر).
- اصنعي ورقاً معاداً تدويره باستخدام الأكياس الورقية البنية.

١. إضافة التفاصيل:

- بمجرد أن تجف الطبقات الأساسية، استخدمي فرشاً أصغر حجماً لإضافة التفاصيل والنقوش الدقيقة. تمتاز لوحات الأماتي التقليدية عادةً بألوانها الزاهية المشرقة ونقوشها التفصيلية.

٢. الإبراز والتظليل:

- أضيفي لمسات الإبراز والتظليل لإضفاء عمق على لوحتك، ويمكنك تحقيق ذلك عن طريق إضافة درجات أفتح وأغمق من اللون نفسه.

٣. اللمسات الأخيرة:

- بعد أن يجف الطلاء تماماً، يمكنك إعادة تحديد الحواف باستخدام قلم تحديد أسود رفيع الرأس إذا كانت قد تغطت بالطلاء.
- تفحصي اللوحة للتحقق من أي مناطق قد تحتاج إلى تعديل أو تفاصيل إضافية.

٤. التجفيف والعرض:

- اتركي لوحتك لتجف تماماً؛ قد يستغرق ذلك بضع ساعات اعتماداً على سمك طبقات الطلاء. كوني صبورة خلال عملية التجفيف لتجنب تلطيخ الألوان.
- بمجرد أن تجف، تصبح لوحة الأماتي الخاصة بك جاهزة للعرض، حيث يمكنك وضعها في إطار أو تعليقها كما هي.

أسئلة للتفكير

- ما الذي استمتعت به في هذا النشاط؟
- هل رسمت على لحاء الشجر أو على أي وسيط آخر غير الورق من قبل؟
- ما السطوح الأخرى التي يمكنك الرسم عليها؟
- تُسمى الخزفيات المكسيكية المصنوعة والمطوية يدوياً بفخار تالافيرا. هل تعرفين كيف يُصنع الورق؟
- يُصنع الورق عن طريق استخراج ألياف السيليلوز من مصادر مختلفة، غالباً من الخشب، وتحويلها إلى عجينة، ثم تُبسّط وتُجفف وتُقطع إلى أوراق أو لفائف.
- هل تعلمين أنه يمكنك صنع ورق جديد من الورق القديم أو المستعمل؟





معلومات أساسية

تعني كلمة "بينيئات" "إبريق أو قدر"، وكانت أواني البينيئات الأولى لدى المكسيكيين وشعب الأزتك عبارة عن أوانٍ فخارية مليئة بالفواكه والحلويات. وكان شعب الأزتك يحتفلون بمولد إلههم "هويتزيبوتشتلي" بكسر أوانٍ فخارية مزخرفة مليئة بالكنوز، لتنسكب محتوياتها عند قدميه كقربان.

وفي المكسيك، تُعد صناعة البينيئات نوعاً من الفن؛ حيث يتعلم الناس تقنياتها من عائلاتهم، وتنتقل هذه التقاليد عبر أجيال متعاقبة. وعندما تتعلمين كيفية صنع البينيئات وتبدئين بها من الصفر، قد يكون ذلك تمريناً عاطفياً أيضاً، لأنك تقضين وقتاً طويلاً في إتقان صنعها لمجرد أن تقومي بكسرها في النهاية! فتتعلمين ممارسة التخلي عن الماديات والتركيز على الاستمتاع باللحظة.

وتأتي البينيئات الحديثة بأشكال وأحجام مختلفة، ومُملأً بالحلويات والألعاب، كما تُستخدم في احتفالات مختلفة مثل أعياد الميلاد وعيد الميلاد المجيد.



الهدف

لتصنعي زينة مكسيكية تقليدية للحفلات.

ماذا تحتاجين:

- شريط لاصق (ورقي أو للتغليف)
- غراء للأعمال اليدوية أو غراء حراري (مسدس شمع)
- حلوى وألعاب صغيرة
- ملصقات، بريق (جليتر)، أو زينة أخرى
- كرتون أو بالونات
- معجون الطحين والماء أو خليط الغراء والماء
- جرائد أو قصاصات ورق
- ورق حريري (مناديل) أو ورق كريز
- ألوان وفرش رسم
- مقص
- خيط أو حبل
- مشرط (اختياري)
- قلم تحديد أو قلم رصاص (اختياري)



طريقة التنفيذ

١. بناء الهيكل

- بالنسبة للبينيئات المصنوعة من الكرتون، قَصِّي الأشكال وألصقيها معاً بالشريط اللاصق.
- بالنسبة للبينيئات المصنوعة من البالون، انفخي البالون حتى يصل إلى الحجم المطلوب.

٢. تطبيق الورق الماشيه:

- غمسي شرائح ورق الجرائد في معجون الورق الماشيه وثبتيها على الهيكل.
- اتركها لتجف تماماً (عادةً طوال الليل).
- أضيفي طبقات متعددة لزيادة متانتها.

٣. التزيين:

- بمجرد أن يجف الورق الماشيه، اطي البينيئات بالألوان أو غطيها بورق المناديل الملون أو ورق الكريب.
- استخدم الغراء لتثبيت عناصر الزينة.

٤. التعبئة والإغلاق:

- اصنعي فتحة صغيرة في الجزء العلوي من البينيئات، وامثيها بالحلوى والألعاب الصغيرة.
- أغلقي الفتحة بالشريط اللاصق أو بطبقة إضافية من الورق الماشيه.

٥. تثبيت الخيط:

- تأكدي من تثبيت الخيط بإحكام حتى تتمكني من تعليق البينيئات بأمان.

بدائل

- تزيين الأكياس الورقية

- شراء بينيئات والمداورة في كسرها.

أسئلة التأمل:

- ما هي الزينة التقليدية أو الديكورات الثقافية الخاصة بمجتمعك والتي تُستخدم في المناسبات والاحتفالات؟

أسئلة للتفكير

- هل رأيت بينيئات من قبل؟
- ماذا كان يوجد داخل البينيئات الخاصة بك؟
- كيف تشعرين حيال كسر شيء قممتِ بصنعه بنفسك؟
- ما الزينة التي تصنعينها أو تعلّقينها للاحتفال بالمهرجانات أو المناسبات الخاصة؟



١٢ سنة وأكبر



١٥ دقيقة

بيكو دي غايو (صلصة طازجة)



معلومات أساسية

يُعد المطبخ المكسيكي مزيجًا من المكونات الميزوأمريكية القديمة (حقبة ما قبل الاستعمار الإسباني) مثل الذرة، والفاصوليا، والفلفل الحار، إلى جانب التأثيرات الأوروبية التي أدخلها الفاتحون الإسبان. وهو مطبخ غني ومتنوع يتميز باختلافاته الإقليمية، ويمثل التاريخ العريق والمكونات المتنوعة للمكسيك.

وتُعتبر الصلصة (السالسا) مكونًا شائعًا في المطبخ المكسيكي، حيث تُقدم كمقبلات ومقبلات جانبية مع التاكو، أو تُخلط في الحساء واليخنات، أو تُدخل في حشوات أطباق "التامال". وتعني كلمة "سالسا" باللغة الإسبانية أي نوع من الصلصات، بينما تشير في اللغة الإنجليزية تحديدًا إلى صلصات المائدة المكسيكية، لا سيما صلصة "بيكو دي جايو" ذات القطع المقطعة المصنوعة من الطماطم والفلفل الحار، والصلصة الخضراء.

الهدف

إعداد وتذوق صلصة مكسيكية شهيرة.

ماذا تحتاجين:

- ٣ حبات طماطم طازجة ومتماسكة ذات لب متوسطة الحجم (نحو ٥٠٠ إلى ٧٥٠ جرامًا).
- نصف حبة بصل أحمر متوسطة الحجم.
- قرنان من فلفل سيرانو أو قرن واحد من فلفل هالابينو، مع إزالة الساق والأوردة الداخلية والبذور (تُزاد الكمية أو تُقلل حسب الذوق).
- عصير حبة واحدة من الليمون الأخضر.
- نصف كوب كزبرة مفرومة.
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج حسب الذوق.

طريقة التنفيذ

١. افرمي الطماطم والفلفل الحار والبصل فرماً خشناً.

احرصي عند التعامل مع الفلفل الحار: استخدمي كيساً بلاستيكيًا أو قفازات للاستخدام الواحد، أو اغسلي يديكِ جيداً بالماء والصابون بعد لمسه وتجنبي لمس عينيكِ لعدة ساعات.

٢. اتركي بعض بذور الفلفل جانباً؛ فإذا لم تكن الصلصة حارة بدرجة كافية، يمكنكِ إضافة القليل منها لزيادة الحرارة.

٣. ضعي جميع المكونات في وعاء محضر الطعام المزود بالشفرة، واضغطي تشغيلاً متقطعاً بضع مرات فقط لفرم المكونات فرماً ناعماً دون تحويلها إلى معجون.

إذا لم يتوفر لديكِ محضر طعام، يمكنكِ فرم المكونات فرماً ناعماً بيدكِ.

٤. ضعي الصلصة في وعاء التقديم، وأضيفي الملح والفلفل الأسود حسب الذوق.

إذا جعل الفلفل الصلصة شديدة الحرارة، أضيفي المزيد من الطماطم المفرومة.

إذا لم تكن حارة بدرجة كافية، أضيفي بحذر بعض بذور الفلفل التي تركتها جانباً.

٥. اتركي الصلصة لمدة ساعة (في درجة حرارة الغرفة أو في الثلاجة) حتى تتداخل النكهات وتتمازج.

٦. قدّمي الصلصة مع رقائق الشيبس، أو التورتيللا، أو التاكو، أو البوريتو، أو التوستادا، أو الكيساديا، أو الفاصوليا الوردية، أو الفاصوليا السوداء.

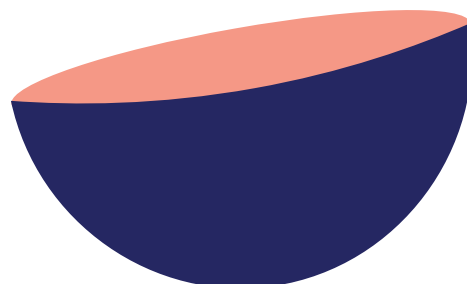
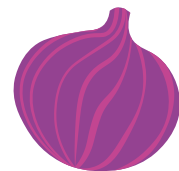
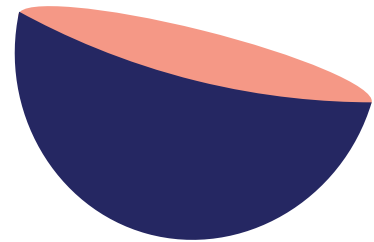
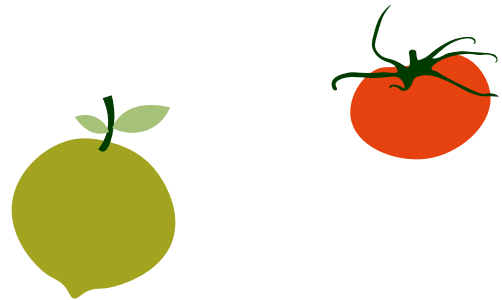
T تُحفظ الصلصة مبردة في الثلاجة لمدة تصل إلى 5 أيام.

٧. تكفي هذه الوصفة لإعداد نحو 3 إلى 4 أكواب (لتخدم 12 إلى 16 شخصاً).

بدائل

-
- A decorative graphic in the bottom right corner featuring a large red tomato with a green stem and leaves, a small red four-pointed star, and a green lime slice.

-





الهدف

إعداد وتذوق صلصة مكسيكية شهيرة.



ماذا تحتاجين:

المكونات:

- حبتان من الأفوكادو الناضج
- ربع ملعقة صغيرة من الملح (مع إضافة المزيد حسب الرغبة)
- ملعقة كبيرة من عصير الليمون أو الليمون الحامض الطازج
- من ٢ إلى ٤ ملاعق كبيرة من البصل الأحمر المفروم فرماً ناعماً (أو البصل الأخضر المقطع إلى شرائح رفيعة)
- من ١ إلى ٢ من فلفل السيجانو (أو الهالابينو الحار، منزوع الساق والبذور ومفروم ناعماً)
- ملعقتان كبيرتان من الكزبرة (الأوراق والأغصان الطرية)، مفرومة ناعماً
- رشة من الفلفل الأسود المطحون طازجاً
- نصف حبة طماطم ناضجة، مقطعة (اختياري)
- شرائح الفجل الأحمر أو الجيكاما للتزيين (اختياري)
- رقائق التورتilla للتقديم

معلومات أساسية

الجواكامولي هي صلصة أو غموس أو سلطة تعتمد على الأفوكادو، ابتكرت لأول مرة في المكسيك، وتشتق كلمة "جواكامولي" من كلمتين في لغة النواتل الأزتيكية: "أواكاتل" (وتعني أفوكادو) و"مولي" (وتعني صلصة).

وقد أثرت اللغات السكان الأصليين للمكسيك -بما في ذلك النواتل والمحليين والمايا والميكستيك- تأثيراً كبيراً في تطور اللغة الإسبانية المكسيكية، ولا سيما من خلال الكلمات المقترضة والاختلافات الإقليمية. إذ اعتمدت الإسبانية المكسيكية العديد من الكلمات من لغات السكان الأصليين، مثل "شوكولاتة" (من النواتل) و"سابوتي" (من الزابوتيكي). وقد كُيفت هذه الكلمات المقترضة لتناسب النطق الإسباني، مما يعكس التفاعل بين اللغات.

وبمجرد إعداد صلصة الجواكامولي الأساسية، يمكنك تجربة إضافات مختلفة ومبتكرة من خلال إضافة الفراولة، أو الخوخ، أو الأناناس، أو المانجو، أو حتى البطيخ. وتتميز إحدى وصفات الجواكامولي المكسيكية الكلاسيكية بإضافة بذور الرمان وقطع الخوخ إليها.





٨ سنوات وأكبر

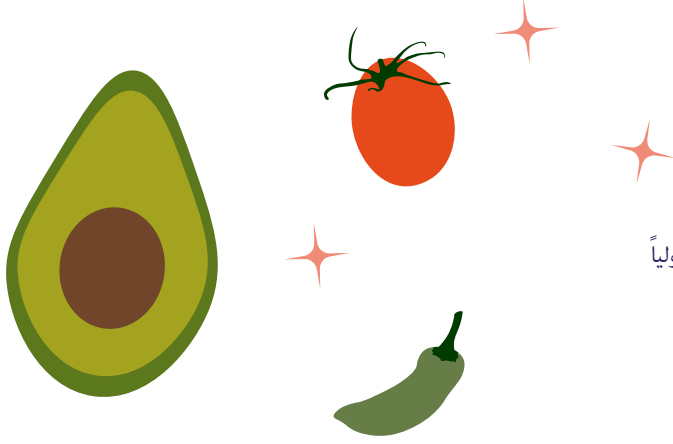


١٥ دقيقة

صلصة الجواكامولي



طريقة التنفيذ



بدائل

- أبسط صورة لصلصة الجواكامولي هي الأفوكادو المهروس مع الملح.
- لتحضير جواكامولي سريع جداً، اخلطي ربع كوب من صلصة السالسا مع الأفوكادو المهروس.
- لزيادة الكمية عند توفر قدر محدود من الأفوكادو، أضيفي الكريمة الحامضة، أو المايونيز، أو جبن القريش.

١. اقطعي حبات الأفوكادو إلى نصفين، وأزيلي النواة.

٢. شربي اللب الداخلي للأفوكادو بواسطة سكين غير حادة في الاتجاهين (طولياً وعرضياً).

٣. استخرجي اللب باستخدام ملعقة وضعيها في وعاء.

٤. اهرسي الأفوكادو هرساً خفيفاً باستخدام الشوكة دون مبالغة؛ إذ يُفضل أن تظل صلصة الجواكامولي متماسكة وتحتوي على قطع صغيرة.

٥. أضيفي باقي المكونات وعدّلي الكميات حسب ذوقك.

- رشّي الملح وعصير الليمون الأخضر (أو الأصفر)؛ حيث تساعد الحموضة في عصير الليمون على إحداث توازن مع دسامة الأفوكادو، وتأخير تغيّر لونه إلى البني.

- أضيفي البصل المفروم، والكزبرة، والفلفل الأسود.

- أضيفي الفلفل الحار حسب حدة الطعم التي تفضلينها.

٦. قدّمي الصلصة فوراً؛ إذ يسبب الأكسجين الموجود في الهواء أكسدة الجواكامولي وتحوّل لونه إلى البني.

٧. في حال تحضيرها قبل الاستهلاك ببضع ساعات، ضعي غلظاً بلاستيكياً ملامساً لسطح الصلصة مباشرة (اضغطي عليه لمنع وصول الهواء إليها) واحفظيها في الثلاجة. يمكن حفظ الكميات المتبقية في الثلاجة لمدة تصل إلى ٣ أيام.

أسئلة للتفكير



- هل تذوّقت شيئاً يشبه هذا من قبل؟
- هل أعجبك المذاق؟
- هل ترغبين في تناوله مرة أخرى؟
- كيف يتشابه هذا الطبق مع الأطعمة التي تتناولينها عادةً؟
- هل تعرفين أطباقاً أخرى تُشتق أسماؤها من مزيج بين لغات مختلفة؟



٨ سنوات وأكبر



٣٥-٣٠ دقيقة

كيساديا الفاصولياء السوداء بالجبن



طريقة التنفيذ

١. افتحي علبة الفاصوليا السوداء وقومي بتصفية السائل. اشطفي الفاصوليا تحت ماء بارد جارٍ ثم صفّيها جيّداً. ضعي الفاصوليا في وعاء الخلط.
٢. اهرسي الفاصوليا باستخدام هراسة البطاطس للحصول على قوام خشن.
٣. ضعي المبشرة على لوح التقطيع وقومي ببشر الجبن بحذر. أضيفي الجبن المبشور إلى الفاصوليا المهروسة.
٤. قطعّي البصل الأخضر إلى قطع صغيرة، بحجم حبة البازلاء تقريباً. أضيفي البصل الأخضر إلى وعاء الخلط.
٥. أضيفي الكمون المطحون، البابريكا، الملح والفلفل إلى الوعاء واخلطي كل المكونات معاً.

٦. حضّري الكيساديا للطهي:

- ضعي خبز التورتيا على اللوح.
- خذي نصف خليط الفاصوليا من الوعاء وضعيه على نصف الخبز.
- افرديه بشكل متساوٍ مع التأكد من تغطية جانب واحد فقط.
- أغلقي الخبز مثل الكتاب ليغطي الحشوة ويصبح على شكل نصف دائرة.
- كرري نفس الخطوات مع الخبز الآخر وباقي الحشوة.

٧. طهي الكيساديا في مقلاة جافة:

- ضعي المقلاة على الموقد.
- ارفعي إحدى قطع الخبز وضعيها في المقلاة، ثم خففي الحرارة إلى متوسطة-منخفضة.
- ارفعي القطعة الأخرى وضعيها في المقلاة، غطيها واتركيها تطهى.
- بعد دقيقتين، استخدمى ملعقة مسطحة لرفع الخبز والتحقق من الأسفل. إذا أصبح لونه ذهبياً، فقد حان وقت قلبه،

الهدف

لتصنعي طبقاً مكسيكياً شهيراً وتندوقيه.



ماذا تحتاجين:

المكونات:

- علبة فاصوليا سوداء (٤٠٠ غرام)
- ٥٠ غرام جبن تشيدر
- عودان من البصل الأخضر
- حفنة صغيرة من الكزبرة
- ربع ملعقة صغيرة كمون مطحون
- نصف ملعقة صغيرة بابريكا مدخنة
- 2 خبز تورتيا حجم كبير

الأدوات:

- فتاحة علب
- مصفاة
- وعاء خلط
- هراسة بطاطس
- مبشرة
- لوح تقطيع
- ملاعق قياس صغيرة
- ملعقة
- مقلاة واسعة (تتسع لرغيف تورتيا كبير)
- ملعقة تقليب مسطحة
- قطعة بيتزا



٨ سنوات وأكبر



٣٠-٢٥ دقيقة

كيساديا الفاصولياء السوداء بالجبن



معلومات أساسية

الكيساديا هي طبق مكسيكي يتكون من خبز التورتيا المحشو بشكل أساسي بالجبن، وأحياناً باللحوم والبهارات والحشوات الأخرى، ثم يُطهى على صاج أو موقد. وتُستخدم تقليدياً تورتيا الذرة، ولكن يمكن إعدادها أيضاً باستخدام تورتيا الدقيق.

• وإذا لم يكن كذلك، استمري في الطهي مع التحقق كل دقيقة تقريباً حتى يصبح جاهزاً.

• استخدمي المعلقة المسطحة لقلب الخبز بحذر مع إبقاء الحافة المطوية على المقلادة، ثم اتركيه يطهى بدون غطاء لمدة ٢-٤ دقائق أخرى على الجهة الثانية حتى يصبح ذهبياً ومقرمشاً.

٨. أطفئي النار وحرّكي الكيساديا إلى لوح التقطيع.

٩. استخدمي قطاعة البيتزا أو سكين لتقطيعه إلى مثلثات، ثم كليه وهو ساخن.

بدائل

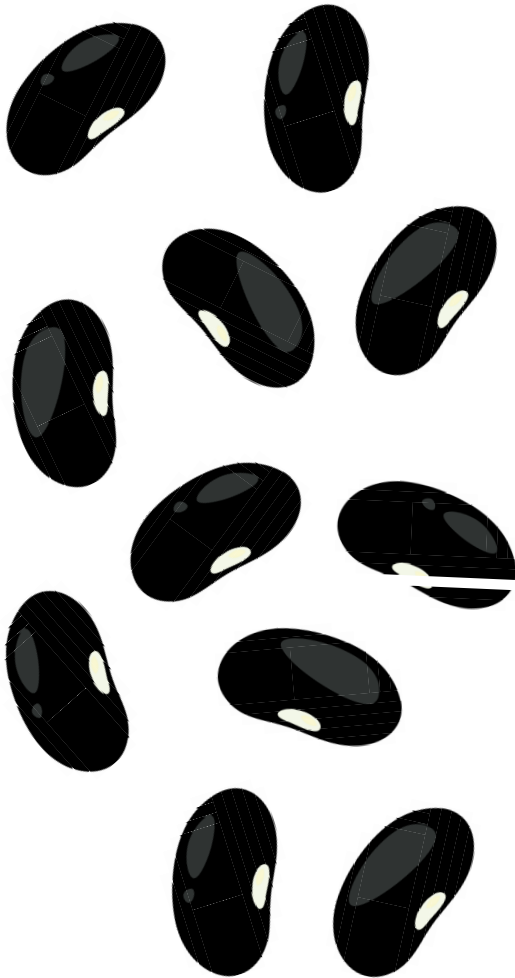
جربي تركيبات ونكهات أخرى

- استبدلي الفاصولياء السوداء بالحمص، أو الفاصولياء الحمراء، أو اللوبيا (ذات العين السوداء)، أو حبوب الذرة.
- أضيفي المزيد من الجبن وشرائح رفيعة من الشوريزو (السجق المكسيكي) إلى الخليط.
- أضيفي مكعبات الطماطم إلى الخليط.
- أضيفي مكعبات الدجاج المطبوخ، والأوريغانو المجفف، ومكعبات الفلفل الرومي (الحلو).



أسئلة للتفكير

- هل تذوقت شيئاً يشبه هذا من قبل؟
- هل أعجبك المذاق؟
- هل ترغبين في تناوله مرة أخرى؟
- هل يشبه الطعام الذي تتناولينه عادةً؟ وكيف؟





مقطع فيديو / تسجيل صوتي لأغنية "نوسترا كابانيا"

إنقري هنا!

طريقة التنفيذ

١. شاهدي مقطع الفيديو أو استمعي إلى التسجيل الصوتي، أو اطلبي من شخص ما أن يغني الأغنية كاملة مرة واحدة.
٢. تابعي سطرًا بسطر، مع إضافة السطر التالي في كل مرة.



أسئلة للتفكير

- هل كان تعلم أغنية "نوسترا كابانيا" صعباً؟
- ماذا تعلمتِ عن "نوسترا كابانيا" من خلال الأغنية؟
- هل تعرفين أيًا من أغاني المراكز العالمية الأخرى؟

الهدف

تعلم أغنية المركز.

ماذا تحتاجين:

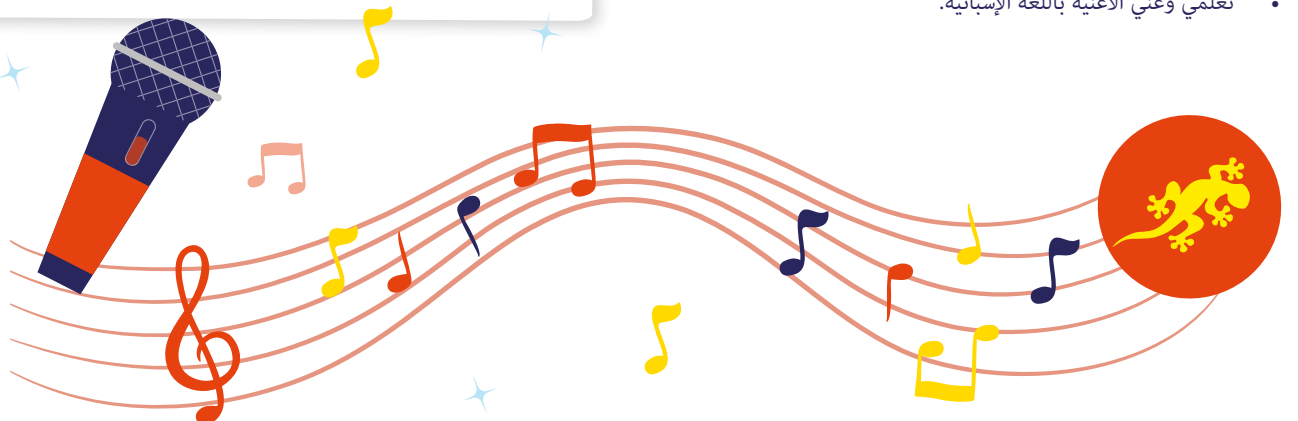
- كلمات أغنية "نوسترا كابانيا" (انظري قسم الموارد).
- مقطع فيديو / تسجيل صوتي لأغنية "نوسترا كابانيا" أو شخص يمكنه قيادة الغناء.
- الموسيقى المصاحبة لأغنية "نوسترا كابانيا" (اختياري).
- آلات موسيقية** (اختياري).

معلومات أساسية

لكل مركز عالمي أغنية تعكس موقع ذلك المركز وتراثه. وتأتي أغنية "نوسترا كابانيا" على لحن أغنية عيد الميلاد التقليدية الأكثر شهرة في المكسيك، وهي أغنية "لاس مانيانيتاس" وقد ألّفت هذه الأغنية أول مجموعة من المشاركات عام ١٩٥٧ خلال حلقة "جوليت لو" الدراسية

بدائل

- تعلمي وغني الأغنية باللغة الإسبانية.





معلومات أساسية

ترجع جذور أغنية ورقصة "الماكارينا" إلى الثقافة الإسبانية، وتحديداً إلى فن الفلامنكو. وقد ابتكر الأغنية ونشرها الثنائي الإسباني "لوس ديل ريو"، المكوّن من أنطونيو روميرو ورافاييل رويو.

ورغم أن الأغنية حققت نجاحاً كبيراً في إسبانيا، إلا أنها تحولت إلى ظاهرة رقص عالمية في منتصف التسعينيات، لاسيما بعد إعادة توزيعها بواسطة "بيسايد بويز". كما ابتكرت مصممة الاستعراضات الأمريكية من أصل أفريقي "ميا فري" الرقصة الخاصة بالفيديو كليب، مما ساهم بشكل أكبر في النجاح العالمي للأغنية.

وعلى الرغم من أن رقصة الماكارينا ليست من المكسيك، إلا أن هناك أدلة تشير إلى أن الأغنية اكتسبت شعبية في ميامي—حيث توجد الجاليات الكوبية والبرتغالية وأمريكا الوسطى الكبيرة—وانتشرت عبر الحدود المكسيكية التكساسية وحتى في كندا قبل عام ١٩٩٦.

ويعود الرقم القياسي الحالي لأكثر رقصة "ماكارينا" جماعية إلى مشاركة ٢,٢١٩ شخصاً، وقد سُجِّل في كلية "إيغبولاند المجتمعية" في إنجلترا عام ٢٠١١.



الهدف

لستمعني برقصة أمريكية لاتينية شهيرة.



ماذا تحتاجين:

- ** إمكانية الوصول إلى موسيقى "الماكارينا" ** (انظري قسم الموارد).
- ** تعليمات حركات رقصة "الماكارينا" ** (انظري قسم الموارد).
- ** مساحة تسمح للجميع بالوقوف في اتجاه واحد مع ترك مسافة ذراع بين كل شخص وآخر. **

طريقة التنفيذ

١. باستخدام تعليمات الحركات، علّمي المشاركات الخطوات وتعلّمها معهن.
٢. تدريبي بالقدر الذي تحتاجينه من المرات.
٣. شغلي الموسيقى وطبقي الخطوات مع الإيقاع الموسيقي.

بدائل

- جرّبيها عبر الإنترنت كمنشّط للحيوية. وبدلاً من القفز والدوران، صقّي واصرخي: «هي!»

أسئلة للتفكير

- هل تمكّنت من أداء جميع الحركات؟
- ما الحركات التي وجدتها صعبة؟
- هل قمت برقصة مثل هذه من قبل؟
- ما الذي أعجبك في هذه الرقصة؟
- كيف كان شعورك أثناء أداء هذا النوع من الرقص؟

الرقم القياسي لأكثر

رقصة "ماكارينا" في موسوعة جينيس:

إنقري هنا!





معلومات أساسية

تُعدُّ آلات "الماراكاس" من أكثر الآلات الإيقاعية شهرةً وتميزاً، وتُقتَرَن في الأغلب بموسيقى أمريكا اللاتينية. تُصنع هذه الآلات عادةً من ثمار القرع أو البلاستيك ومُملأً بالبذور أو الخرز، لتصدر صوتاً حيويًا ومبهجاً عند هزّها. وتُشكّل الماراكاس عنصراً أساسياً في أشكال موسيقية مثل السالسا، والسامبا، والصون، حيث تضيف نبرة إيقاعية مفعمة بالحيوية تُعزز الطابع الاحتفالي والمبهج للموسيقى.



الهدف

لصنع آلة الماراكاس الخاصة بك والاستمتاع بالموسيقى المكسيكية.



ماذا تحتاجين:

- كوبان ورقيان.
- شريط لاصق ملون شديد التحمل أو مسدس غراء ساخن.
- ألوان متعددة.
- عناصر تزيين مثل: كرات الصوف الصغيرة، الأزرار، التتر، الملصقات، وغيرها.
- غراء.
- بذور أو خرز صغير، أو أي شيء يصدر صوت خشخشة داخل الكوبين الورقيين، مثل: الأرز، الفاصوليا، أو حبوب الذرة غير المفروقة.

طريقة التنفيذ

١. ضعي حفنة من البذور أو الخرز داخل الكوب.
٢. اقلبي الكوب الآخر وضعي فوهته فوق الكوب الممتلئ بمحاذاة الحواف.
٣. استخدمي شريطاً لاصقاً ملوناً أو مسدس غراء ساخن لتثبيت الكوبين معاً.
٤. زيني الكوبين بالتلوين و/أو إلصاق عناصر التزيين.
٥. يمكنك اختيار تزيين الكوبين كخطوة أولى.
٦. اتركي الآلة لتجف.
٧. هزي الآلة واستمتعي بآلة الماراكاس الخاصة بك!

بدائل

- قسّمي المشاركات إلى مجموعات، وأعطي كل مجموعة مواد خشخشة مختلفة؛ كأن تحصل مجموعة على الأرز، وأخرى على الفاصوليا.
- جربي لعبة التقليد (المحاكاة): تُصدر المشاركة الأولى إيقاعاً معيناً بالهز، وتتبعها المشاركة التالية بنفس الإيقاع، وهكذا بالتتابع حول المجموعة.
- هزي آلات الماراكاس أثناء الرقص على ألحان أغنياتك الإيقاعية المفضلة.
- جربي أنماطاً مختلفة من الهز، مثل: الهز مرة واحدة، ثم مرتين، ثم ثلاث مرات، أو الهز على جوانب مختلفة من الجسد.
- جربي حركات هز مختلفة لإبتكار أصوات متنوعة، تتدرج من الخافت إلى العالي، ومن السريع إلى البطيء.
- استخدمي مواد معادة التدوير أو عناصر طبيعية.

أسئلة للتفكير

- هل رأيت آلة موسيقية مثل هذه من قبل؟
- هل تصدر آلتك الصوت نفسه الذي تصدره آلات الآخرين؟
- لماذا تختلف أصوات الآلات برأيك؟
- ما المواد الأخرى التي يمكن استخدامها لصنع هذه الآلة؟
- كيف تشعرين عندما تستخدمين هذه الآلة؟





معلومات أساسية

طبلّة التدوير هي طبلّة شعبية بسيطة ذات وجهين، تُصنع غالبًا من مواد طبيعية، وتصدر صوتًا عند تدويرها حيث ترتطم الخرزات أو المضارب المربوطة بها بسطح الطبلّة.

طريقة العزف: تُعزف الطبلّة عن طريق تدوير المقبض أو العصا المركزية بين كفيّ اليدين، مما يدفع الخرز المربوط للضرب على وجهي الطبلّة وإصدار صوت إيقاعي.

مرجع النشاط

طريقة التنفيذ

١. اصنعي ثلاثة ثقوب في جوانب العلبة: عند مواضع الساعة ٣، والساعة ٦، والساعة ٩.



٢.

٣. أدخل العود الخشبي في الثقوب الموجودة عند مواضع الساعة ٦، ومزري الخيط عبر الثقوب الآخرين، ثم اربطي الخيط حول العود الخشبي في المنتصف.

٤. ثبتي العود الخشبي بالغراء داخل العلبة (تأكدي من جفافه تمامًا قبل الانتقال إلى الخطوة التالية).

٥. زيني وجهي الطبلّة باستخدام أقلام التلوين أو الملصقات.

٦. ألصقي غطاء العلبة بالغراء.

٧. اربطي خرزة في نهاية كل خيط، بحيث يكون طول الخيط كافياً لتصل الخرزة إلى منتصف العلبة تقريباً. اعقدي الخيط عقدة مزدوجة لضمان ثبات الخرزة.

الآن أصبحت لديك طبلتك الدوارة الخاصة، جري العزف عليها!

الهدف

لصنع نموذج لآلة صوتية مكسيكية تقليدية باستخدام مهارات الورق المعجن (ورق الماشيه) التقليدية.



ماذا تحتاجين:

- علبة "ورق ماشيه" (ورق معجن) دائرية بقطر ٦-٨ سم وارتفاع ٤-٥ سم تقريباً، أو صنع علبة دائرية من الكرتون.
- عصا خشبية أسطوانية بقطر ٠.٥ سم تقريباً.
- خرامة أوراق أو أداة لعمل ثقب يتسع للعصا الخشبية.
- خيط.
- خرز (خشبي أو بلاستيكي) بقطر ١-٠.٥ سم تقريباً.
- غراء (صمغ).
- أقلام تلوين أو ملصقات للتزيين.

بدائل

- استخدم غطاء برطمان (من البلاستيك أو المعدن)، أو علبتين معدنيتين غير عميقتين. * تخطي الخطوة الأولى. * في الخطوة الخامسة، ألصقي الغطاءين معاً.



أسئلة للتفكير

- هل رأيت آلة موسيقية مثل هذه من قبل؟
- هل تصدر ألتك الصوت نفسه الذي تصدره آلات الآخرين؟
- لماذا تعتقد أن الآلات تصدر أصواتاً مختلفة؟
- ما المواد الأخرى التي يمكن استخدامها لصنع هذه الآلة؟



معلومات أساسية

تُعدّ رقصة "خاراي تاباتيو" رقصة شعبية مكسيكية، وغالباً ما تُسمّى الرقصة الوطنية للمكسيك، وتُعرف عالمياً باسم "رقصة القبعة المكسيكية". نشأت هذه الرقصة في غوادالاخارا بولاية خاليسكو خلال القرن التاسع عشر كرقصة للتودد، ثم تطورت لتصبح رمزاً للثقافة والهوية الوطنية المكسيكية.

يؤدي الرقصة في العادة رجل وامرأة، حيث يدعو الرجل شريكته بأسلوب ملؤه المودة. وأثناء الرقص، توضع قبعة "السامبريرو" الخاصة بالرجل على الأرض، وبعد حركات حيوية من القفز والانزلاق والرفس حول القبعة، تنحني المرأة لالتقاطها، فيختفي وجهها الرقاصين خلفها.

تُعرف الموسيقى المصاحبة للرقصة بوساطة فرق "المارياشي" أو مجموعات الآلات الوترية الأخرى. وقد أُلّفت المقطوعة في الأصل بوساطة خيسوس غونزاليس روبيو عام ١٩٢٤، ويزداد إيقاع الموسيقى سرعةً مع تصاعد حماسة الخطوات وأحداث الرقصة.

تُعدّ هذه اللعبة التقليدية المكسيكية خياراً ممتازاً لمن يجدون خطوات الرقص الفعلية معقدة، وتتيح لهم الاستمتاع بالموسيقى والرقص المكسيكي بطريقة مختلفة.

الهدف

للاستمتاع والمرح مع الموسيقى والرقص المكسيكي.

ماذا تحتاجين:

- * مساحة واسعة تكفي لوقوف جميع المشاركات في دائرة.
- * قبعة "السامبريرو".
- * وسيلة لتشغيل موسيقى رقصة القبعة المكسيكية (لا يشترط أن تكون مقطوعة "خاراي غوادالاخارا").
- * مقطع فيديو لخطوات رقصة القبعة المكسيكية للاستلهام (اختياري).

رقصة القبعة المكسيكية السهلة للأطفال | خاراي تاباتيو (جينيس)
تعلمي رقصة القبعة المكسيكية الجماعية!

طريقة التنفيذ

١. شكّلن دائرة مع التشابك بالأيدي.
٢. ضعي قبعة "السامبريرو" في منتصف الدائرة.
٣. شغلي الموسيقى.
٤. تتحرك جميع المشاركات باتجاه عقارب الساعة مع رفع الأيدي معاً على إيقاع الموسيقى.
٥. نادي باسم إحدى المشاركات.
٦. تنتقل المشاركة التي تُودي باسمها إلى منتصف الدائرة لتؤدي رقصتها الخاصة (بحركاتها المستقلة) مع القبعة.
٧. القاعدة الوحيدة هي ضرورة مشاركة الجميع.

بدائل

- رَقْمِي المشاركات باللغة الإسبانية، ونادي بالأرقام بدلاً من الأسماء.
- قَسْمِي المجموعات الكبيرة إلى مجموعات أصغر تتكون كل منها من ٨ إلى ١٠ مشاركات.

أسئلة للتفكير

- هل رأيت هذه الرقصة من قبل؟
- هل تحبين الرقص؟
- هل استطعت أداء أيٍّ من الخطوات؟
- كيف كان شعورك قبل أن يأتي دورك؟
- كيف كان شعورك بعد أن أدّيت دورك؟
- هل تعرفين أي رقصات تقليدية من بلدك أو من بلدان أخرى؟



معلومات أساسية

تُعدّ لعبة الكراسي الموسيقية لعبة تقليدية شعبية يُستمتع بها حول العالم؛ حيث يدور المشاركون حول دائرة من الكراسي أثناء تشغيل الموسيقى، وعندما تتوقف الموسيقى، يتوجب على الجميع الإسراع للجلوس على أحد المقاعد. تُنمّي هذه اللعبة مهارات الاستماع، والرشاقة، وسرعة الاستجابة، والتنافس الودي من خلال نشاط بسيط وممتع.



الهدف

للعب لعبة حركية كلاسيكية تشجع على التفكير السريع والمرح.



ماذا تحتاجين:

- كرسي لكل مشاركة، ناقص كرسي واحد.
- موسيقى ووسيلة لتشغيلها وإيقافها.

بدائل

- استخدمى موسيقى مستوحاة من ثقافات وبلدان مختلفة.
- بدلاً من إخراج اللاعبين من اللعبة، قدّمي لهم تحدياً ممتعاً قبل أن يعدن للمشاركة في اللعبة.

طريقة التنفيذ

١. رتبي الكراسي في صفين متعاكسين (ظهراً لظهر)، أو في دائرة إذا فضّلت ذلك.
٢. اطلبي من جميع المشاركات المشي حول الكراسي أثناء تشغيل الموسيقى.
٣. * أوقفي الموسيقى بشكل عشوائي. يجب على المشاركات الإسراع للجلوس على أحد الكراسي.
٤. المشاركة التي تبقى بدون كرسي تخرج من اللعب. أزيلى كرسيّاً واحداً قبل بدء الجولة التالية.
٥. استمري في اللعب حتى يتبقى كرسي واحد ومشاركتان فقط. المشاركة التي تجلس على الكرسي الأخير هي الفائزة.

أسئلة للتفكير

- كيف كان شعورك عندما توقفت الموسيقى؟
- ما الذي ساعدك على الاستجابة بسرعة؟
- كيف قررت أي كرسي تختارين؟
- ما الأساليب التي نجحت بشكل أفضل أثناء اللعب؟
- كيف كان شعورك عندما وصل شخص آخر إلى الكرسي قبلك؟





طريقة التنفيذ

١. يمكن لعب اللعبة بمشاركتين أو أكثر.
٢. يمكن لعبها على أي سطح أملس يسمح بدوران الخزوف، مثل الأرض أو الطاولة.
٣. تبدأ كل مشاركة بـ ١٠ رموز.
٤. الهدف من اللعبة هو البقاء كآخر مشاركة تمتلك الرموز.
٥. يضع الجميع رمزاً واحداً في المركز، ويُسمى هذا التجمع "الوعاء".
٦. تتبادل المشاركات الأدوار لتدوير الخزوف، وتتبع كل مشاركة التعليمات المكتوبة على الوجه الذي يستقر عليه.
٧. إذا استقر الخزوف على وجه "خذي الكل"، تأخذ المشاركة الوعاء بأكمله، ويتوجب على الجميع وضع رمز واحد في المركز لمواصلة اللعب.
٨. عند نفاذ الرموز من أي مشاركة، تخرج من اللعبة ولا تشارك في الجولات التالية.
٩. إذا انخفض عدد الرموز في الوعاء إلى صفر أو رمز واحد، يتوجب على جميع المشاركات المساهمة برمز واحد في الوعاء.
١٠. يستمر اللعب حتى تجني مشاركة واحدة جميع الرموز.

الهدف

للعب لعبة عائلية مكسيكية تقليدية.



ماذا تحتاجين:

- الخزوف الدوار (خزوف سداسي الأضلاع)
انظري إلى قسم "المصادر" للاطلاع على تعليمات صنع خزوفك الخاص.
- الرموز (عشرة رموز لكل مشاركة)
يمكن أن تكون هذه الرموز أي غرض صغير، مثل: الحبوب، الخرز، الأزرار، أو الحلوى المغلفة.



معلومات أساسية

تُعدّ «الخزوف الدوار» (أو لعبة «خذي الكل» لعبة مكسيكية تقليدية تعتمد على خزوف سداسي الأضلاع. وتُعرف اللعبة في بعض البلدان باسم «بيرينولا»)، وهي لعبة يعود تاريخها إلى روما القديمة. وتعتمد الخزوف الخشبية التقليدية على مبدأ «ضع وخذي»، وهي تشبه إلى حد كبير لعبة «الدريدل» (وهي خزوف صغير رباعي الأضلاع).

يتبادل المشاركون الأدوار في تدوير الخزوف الخشبي الذي يحتوي على تعليمات على كل وجه من أوجهه. وأثناء اللعب، يقرؤون ويرددون جملاً بسيطة تستخدم أفعالاً مثل: «ضع» (pon)، و«خذي» (toma)، و«يضعون» (ponen). وبفضل التركيز اللغوي، والتكرار، والعنصر الثقافي، تُعدّ هذه اللعبة نشاطاً ممتازاً لمتعلمي اللغة الإسبانية.





* التعليمات باللغة الإسبانية؛ وإليك الترجمة العربية:

اسباني	عربي	خطوات اللعب
Toma uno	خذي واحدة	خذي رمزاً من الوعاء.
Toma dos	خذي اثنتين	خذي رمزين من الوعاء.
Toma todo	خذي الكل	تأخذ اللاعب الوعاء بأكمله، ويضع الجميع رمزاً واحداً في الوعاء لمواصلة اللعب.
Pon uno	ضعي واحدة	ضعي رمزاً واحداً في الوعاء.
Pon dos	ضعي اثنتين	ضعي رمزين في الوعاء.
Todos ponen	يضع الجميع	يضع الجميع رمزاً في الوعاء.

بدائل

- اسمحي لمن لا يملكون رموزاً (أو قطعاً) بمواصلة اللعب؛ ولن يتمكنوا من المساهمة في الوعاء حتى يحصلوا على رمز في جولة سابقة.
- استخدمي قرصاً دواراً (انظري قسم الموارد) أو نرداً سداسي الأوجه، وخصصي كل رقم لتعليمات محددة.
- قدّمي بعض العبارات الإسبانية الأخرى.

Te toca a tí	دورك الآن.
Me toca a mí	دوري الآن.
¡Qué bien!	ممتاز!
¡Ay, no!	يا للأسف!

- تعرفي على الأرقام بالأسبانية

واحد	Oo-noh	Uno	١
اثنان	Dohs	Dos	٢
ثلاثة	Trays	Tres	٣
أربعة	Kwah troh	Cuatro	٤
خمسة	Seen-koh	Cinco	٥
ستة	Says	Seis	٦
سبعة	See-eh-teh	Siete	٧
ثمانية	Oh-choh	Ocho	٨
تسعة	Nway-vay	Nueve	٩
عشرة*	Dee-ace	Diez	١٠

أسئلة للتفكير

- هل لعبت لعبة مثل هذه من قبل؟
- ما الكلمات الإسبانية التي تعلمتها؟
- كيف كان شعورك عندما كان عليك أن تضعي شيئاً في الوعاء؟
- كيف كان شعورك عندما تمكنت من أخذ شيء من الوعاء؟
- كيف كان شعورك عندما لم يكن لديك ما تضعينه في الوعاء؟
- ماذا لاحظت بشأن ردود أفعالك تجاه العطاء (الوضع) والأخذ؟



طريقة التنفيذ

١. حددي موقعاً مثل غصن شجرة منخفض أو عارضة في سقف الفناء يمكنها تحمّل الحبل. تأكدي من وجود مساحة كافية حول المكان ليتمكن اللاعبون من أرجحة العصا دون ضرب أي شيء باستثناء البينياتا.
٢. ارمي الحبل فوق الغصن أو العارضة وانزلي البينياتا إلى الارتفاع المطلوب، واجعلي شخصاً بالغاً يمسك بنهاية الحبل عندما يحين وقت اللعب.
٣. أثناء تحريك الطفل للعصا لضرب البينياتا، إما أن تثبتي الحبل أو تسحبيه للأعلى والأسفل لتحويل البينياتا إلى هدف متحرك.
٤. أوقفي الجميع في صف على مسافة ٣ أمتار (١٠ أقدام) تقريباً عن البينياتا. يمكنك تحديد الترتيب حسب رغبتك؛ على سبيل المثال، بحسب تاريخ الميلاد (اليوم والشهر) بدءاً من الشخص الأقرب لتاريخ عيد ميلاده.
٥. غطي عيني المشارك الأول وأعطيه العصا. وأثناء غناء أغنية البينياتا «دالي، دالي، دالي»، اقتربي به إلى مسافة متر واحد (٣ أقدام) تقريباً من البينياتا، واطلبي منه محاولة ضربها بهدف كسرها.
- بالنسبة للاعبين الكبار والبالغين، يمكنك تدويرهم بضع دورات في مكانهم لإرباك تحديد اتجاهاتهم قليلاً.
- بالنسبة للاعبين الأصغر سناً (أطفال ما قبل المدرسة)، لا تستخدم غطاء العينين، بل اكتفي بتدوير كل طفل حول نفسه.
٦. امنحي كل مشارك الفرصة لضرب البينياتا مرتين على الأقل.
٧. عند كسر البينياتا، تأكدي من توقف المشارك الذي يحمل العصا تماماً عن أرجحتها قبل السماح للجميع بجمع المحتويات.



الهدف

للعبة لعبة حفلات مكسيكية تقليدية.



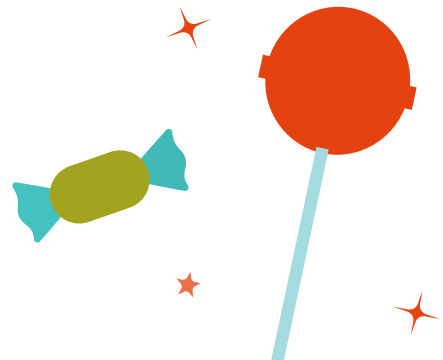
ماذا تحتاجين:

- بيناتا: اصنعيها بنفسك (انظري قسم «صنع البينياتا») أو اشترىها جاهزة.
- حلوى / سكاكر / ألعاب صغيرة لوضعها داخل البينياتا.
- مكان مناسب لتعليق البينياتا.
- حبل لتعليق البينياتا.
- عصا خشبية بطول ٥٠ سم تقريباً.
- غطاء للعينين (عصابة عين).
- أغنية البينياتا («دالي، دالي، دالي»).



أغنية البينياتا («دالي، دالي، دالي»)

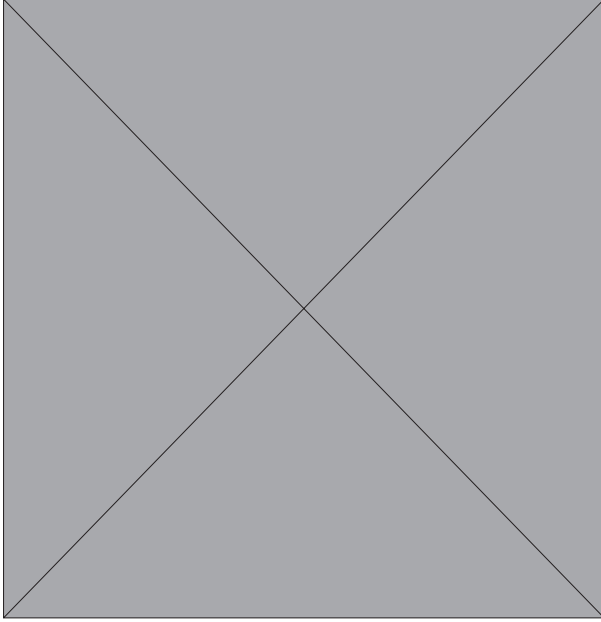
إنقري هنا





معلومات أساسية

تُعد البينياتا الحديثة زينةً للحفلات، وتُصنع عادةً من الورق المعجن ومُغلاً بالحلويات. تُعلّق وتُضرب بعضاً حتى تنكسر وتنفث. ويُري فعل كسر البينياتا كرمزٍ للتحرر من الخطايا واحتضان بداية جديدة. اطلعي على نشاط «صنع البينياتا» لمعرفة المزيد عن تاريخ البينياتا.



بدائل

- استخدمي البالونات: أضيفي الحلويات داخل البالون، وانفخيه واربطي أعلاه، ثم علّقي البالونات في صف واحد أو حول مساحة اللعب. تبادلي الأدوار وفقاً للبالونات وإسقاط الحلويات.
- اصنعي بينياتا صغيرة من أنابيب الكرتون المزينة أو الأكواب الورقية. علّقها في صف واحد أو حول مساحة اللعب. تبادلي الأدوار لضرب البينياتا وإسقاط ما بداخلها.

أسئلة للتفكير



- كيف شعرتِ عندما كنتِ تحاولين ضرب البينياتا؟ ولماذا شعرتِ بهذا الشعور؟
- كيف شعرتِ عندما كان الآخرون يحاولون ضرب البينياتا؟ ولماذا شعرتِ بهذا الشعور؟
- ماذا فعلتِ عندما انكسرت البينياتا؟
- ما الألعاب التي تلعبينها خلال المهرجانات أو المناسبات الخاصة؟



د

التواصل مع

نوسترا كيانيا



دعم نوسترا كابانيا

الشابات

توجد العديد من الفرص لدعم واستكشاف المركز العالمي. يبحث مركز «نوسترا كابانيا» دائماً عن أفراد موهوبين وشغوفين للانضمام إلى الفريق؛ حيث تساعدكم كل إضافة جديدة على الاستمرار في إحداث فارق في حياة الفتيات والشابات.

اطلعي على موقع «الفرص المتاحة في نوسترا كابانيا» للاطلاع على ما يُعرض حالياً، بما في ذلك برنامج مُحَمَّس لتطوير القيادات التطوعية وفرص تطوعية قصيرة المدى.

إليك نبذة عن بعض الفرص المتنوعة المتاحة في «نوسترا كابانيا» والمراكز العالمية الأخرى:



المنح



ترقبي فرص المنح المتاحة للتطوع أو حضور إحدى الفعاليات.



التدريب العملي

فرصة لممارسة المهارات وتطويرها، مثل الضيافة، والإعلام، والتسويق.



سنة استراحة

خيار مميز يمكنك القيام به أثناء التفكير في مستقبلك؛ فقد تجددين من خلاله مهنتك المثالية!



التطوع

انضمي إلى قاعدة متطوعات الجمعية العالمية (الواقز)؛ وعند توفر فرص للتطوع، سيتم الإعلان عنها للمجموعة ويمكنك التقديم عليها.



سواء زرت مركز «نوسترا كابانيا» أم لا، يمكنك الترويج للمركز العالمي وتشجيع الآخرين على زيارته ومشاركة تجاربهم.





دعم نوسترا كابانيا

للبالغين

سواء زرتِ مركز «نوسترا كابانيا» أم لا، يمكنكِ الترويج للمركز العالمي وتشجيع الآخرين على زيارته ومشاركة تجاربهم.

قدّمي تبرعاً،

أو اصبحي من «صديقات المركز».

- مجموعة «صديقات المراكز العالمية» على فيسبوك
- «صديقات نوسترا كابانيا»
- التبرع لدعم «نوسترا كابانيا»
- طرق أخرى لدعم «نوسترا كابانيا»



تبرعي بمواد ومستلزمات للبرامج والعمليات

لتشغيلية

تواصلي مع نوسترا كابانيا لمعرفة قائمة احتياجاتهم

الفعاليات المحلية

- خططي ونظمي بعض الفعاليات في المنزل لنشر التوعية، مثل تناول العشاء في مطعم مكسيكي محلي.
- وجبة مشتركة من المأكولات المكسيكية.
- أمسية سينمائية مكسيكية (احرصي على التأكد من توفر ترجمة للفيلم المختار).
- فعالية طهي.
- فعالية أشغال يدوية.
- فعاليات أخرى (مثل: الموسيقى والرقص).



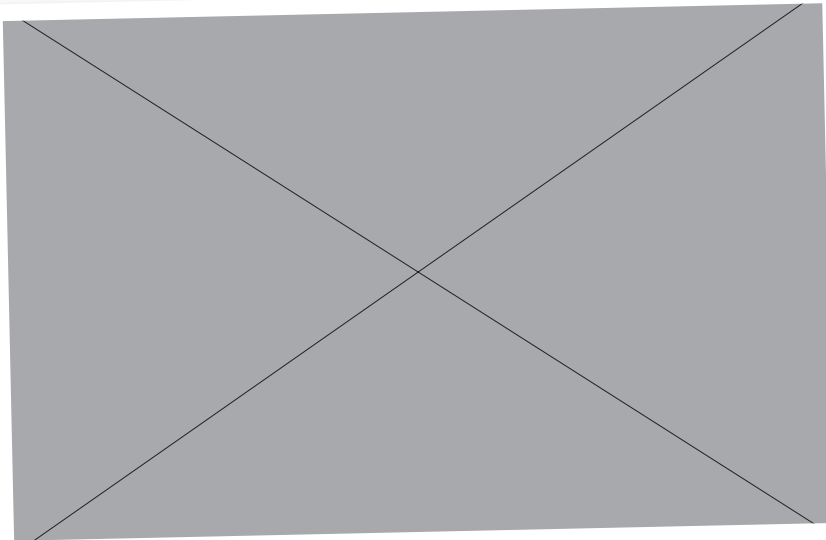
احضري فعالية افتراضية

- احضري إحدى فعاليتنا الافتراضية المجدولة.
- إذا لم تجدي ما يناسب جدولك، يمكنكِ طلب تنظيم فعالية افتراضية خاصة لمجموعتك.
- استكشفي فنون الطهي والثقافة، وقومي بجولة في المراكز العالمية، واطرحي كل الأسئلة التي ترغبين بها.



خططي لرحلتك

- احضري طريقة لدعم مركز «نوسترا كابانيا» هي زيارته بنفسك!
- احضري إحدى الفعاليات، أو احجزى إقامة فيه أثناء طريقك إلى وجهة أخرى.
- ادعي صديقاتك واذهبن معاً كمجموعة.
- إذا كان جدول الفعاليات المتاح لا يناسبك أو لا يناسب مجموعتك، فيمكنك طلب تنظيم فعالية خاصة لك أو لمجموعتك.
- اقيمي كزائرة مستقلة.
- ادعني الآخرين اللاتي يخططن لرحلة (حتى لو لم تتمكني من الذهاب بنفسك).



استخدمي وسائل التواصل الاجتماعي للمشاركة والترويج.



إستمعلي هاشتاق #wheredreamscometrue NuestraCabaña

إنستغرام - @nuestracabanamx

فيسبوك - @nuestracabanamx

يوتيوب - @nuestracabanamx

• شاركي الذكريات.

• شاركي صور الفعاليات المحلية الأخيرة.



الموارد

يتضمن هذا القسم الموارد المطلوبة للأنشطة الواردة في هذه الحزمة، مثل القوالب، والبطاقات، والقصص.

الروابط



بعض الروابط المفيدة للتواصل مع نوسترا كيانا :

[الموقع الإلكتروني](#)

[نموذج التواصل](#)

[الاشتراك في النشرة الإخبارية](#)

[المراكز العالمية الأخرى](#)

[المراكز العالمية على منصة «كامب فاير»](#)



حركات الرقص

١. مَدِّي ذراعكِ اليمنى أمامكِ مع جعل كف اليد متجهة للأسفل، وابقِها هناك.
٢. مَدِّي ذراعكِ اليسرى أمامكِ مع جعل كف اليد متجهة للأسفل، وابقِها هناك.
٣. اقلبي كف يدكِ اليمنى للأعلى مع إبقاء ذراعكِ ممدودة أمامكِ.
٤. اقلبي كف يدكِ اليسرى للأعلى مع إبقاء ذراعكِ ممدودة أمامكِ.
٥. حرّكي يدكِ اليمنى للمس كتفكِ الأيسر، وابقِها هناك.
٦. حرّكي يدكِ اليسرى للمس كتفكِ الأيسر، وابقِها هناك.
٧. حرّكي يدكِ اليمنى للمس خلف أذنكِ اليمنى، وابقِها هناك.
٨. حرّكي يدكِ اليسرى للمس خلف أذنكِ اليمنى، وابقِها هناك.
٩. حرّكي يدكِ اليمنى للمس وركبكِ الأيسر، وابقِها هناك.
١٠. حرّكي يدكِ اليسرى للمس وركبكِ الأيسر، وابقِها هناك.
١١. حرّكي يدكِ اليمنى للمس الجانب الأيمن من مؤخرتك، وابقِها هناك.
١٢. حرّكي يدكِ اليسرى للمس الجانب الأيسر من مؤخرتك، وابقِها هناك.
١٣. مع وضع يديكِ على خصركِ ودون تحريك قدميكِ، دوري بحوضكِ حركة دائرية كبيرة.
١٤. اقفزي بمقدار ٩٠ درجة واستديري نحو اليمين.

رقصة الماكاريينا

- شاهدي مقاطع فيديو يوتيوب هذه:
- حركات الرقص:
- [كيفية رقص الماكاريينا](#)
موسيقى، مع كلمات باللغتين الإسبانية والإنجليزية:
[لوس ديل ريو - ماكاريينا \(الكلمات\)](#)

البدائية

ابدئي بالوقوف مواجهةً للأمام، على أن يتجه الجميع نحو الاتجاه نفسه.

قفي مع مباعدة قدميكِ قليلاً وجعل ذراعيكِ بجانبكِ.

استشعري الإيقاع بجسدكِ.

مع تقدم الرقصة، ستقفزين نحو اليمين. وبعد أربع مرات، ستكونين قد واجهتِ الجهات الأربع، وتعودين لمواجهة الأمام من حيث بدأتِ.



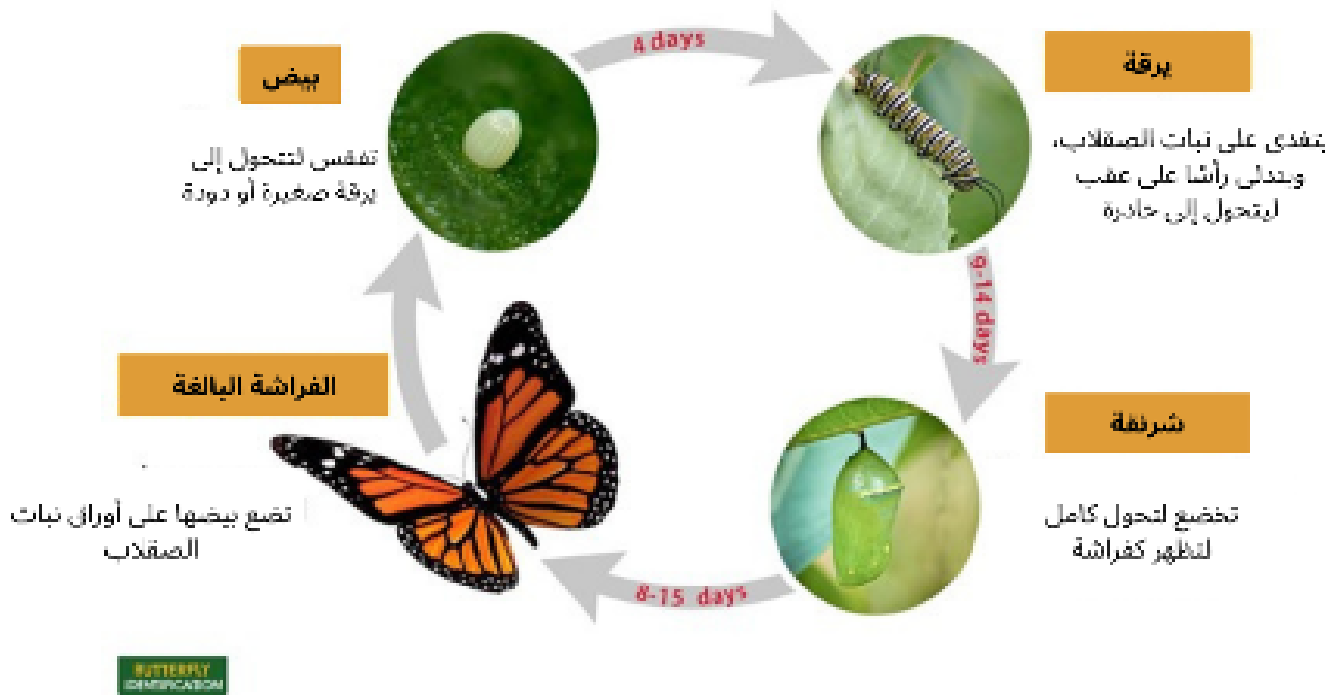
الفراشات

أثناء انتظار جفاف الطلاء والغراء، تعرّف على دورة حياة الفراشة الملكية! يمكنك إجراء بحثك الخاص أو الاستعانة بالرابط أو الصورة أدناه

حركات الرقص

دورة مكثفة عن دورة حياة الفراشة الملكية | أساسيات نبات الصقلاب (صقلاب)

دورة حياة فراشة الملك





الرسم على ورق أوماتي

بعض أمثلة على الرسم على ورق الأوماتي



استخدمني صفحات التلوين للأطفال الأصغر سنًا أو كمصدر للإلهام.

صفحات تلوين الرسم على لحاء الأوماتي مجانية وقابلة للطباعة!





طريقة التنفيذ

١. ضعي أوراق الجرائد فوق بعضها.
٢. إذا كنتِ تستخدمين ورق تغليف الهدايا، فضعي الورق في الأعلى والأسفل فوق ورق الجرائد مع جعل الجوانب الملونة للخارج.
٣. ضعي ورق الجرائد فوق رأس الشخص (إذا كنتِ تفعلين ذلك مع مجموعة من الأشخاص، فيمكن للشخص صاحب الرأس الأكبر أن يكون العارض لجميع القبعات).
٤. لفي الشريط اللاصق الورقي حول تاج القبة مرتين أو ثلاث مرات.
٥. قلّمي حافة القبة لتصبح دائرية.
٦. لفي الحافة للأعلى وضعي الشريط اللاصق الورقي لتثبيتها.
٧. إذا كنتِ تستخدمين الطلاء، فالوني القبة في هذه المرحلة.
٨. اصنعي ثقباً حول حافة القبة بالكامل.
٩. مرري خيط صوف أو خيطاً عادياً لتزيين الحافة.
١٠. اصنعي ثقباً على جانبي تاج القبة. لفي قطعة من الخيط أو الصوف حول التاج لتجميله (هما يشبه حزام القبة) — وحتى الشريط الزخرفي يفي بالغرض. أدخلي نهايات خيط الصوف عبر الثقوب الموجودة على جانبي تاج القبة واربطيها بشكل مرتخٍ تحت الذقن.

اصنعي قبعة السومبريرو بنفسك

إليك بعض الروابط لتصنعي قبعة السومبريرو الخاصة بك، وللألعاب والرقصات التي تُستخدم فيها قبعة السومبريرو.

- [اصنعي قبعة مكسيكية بنفسك باستخدام الكرتون](#)
- [اصنعي قبعة سومبريرو من طبق ورقي](#)
- [عمل يدوي لصنع قبعة السومبريرو بنفسك](#)
- [عمل يدوي لقبعة السومبريرو المكسيكية](#)



ماذا تحتاجين:

- ٣ أو ٤ أوراق من ورق الجرائد
- إما: ورقتان من ورق تغليف الهدايا بلون موحد (بالحجم نفسه لورق الجرائد)
- أو: طلاء (يُفضل لون داكن مثل الأسود لأنه يغطي مطبوعات الجريدة)
- شريط لاصق ورقي
- مقص
- خرامة ورق أحادية الثقب
- خيط صوف أو خيط عادي أو شريط ضيق





بلبل «البيرينولا»

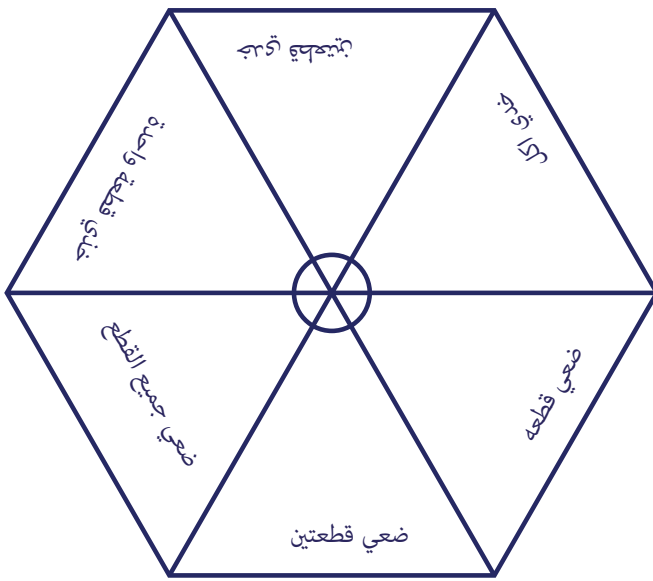
- اصنعي بلبل «البيرينولا» الخاص بك (خذروف سداسي الأوجه)
المصدر:

لعبة «توما تودو» (خذ الكل): بلبل «لا بيرينولا» - موقع سبانش بللي جراوند

طريقة التنفيذ

١. قصّي الأجزاء، ولوّني كل جزء (تأكدي من إمكانية رؤية الكلمات).

٢. ادخلي العصا الخشبية عبر المنتصف. عدّلي وضعيتها لتستقر على جانبها عندما تتوقف عن الدوران.



ماذا تحتاجين:

- قالب مطبوع أو منسوخ على ورق مقوى أبيض سادة
- مقص
- أقلام تلوين خشبية، أو أقلام حبر، أو طلاء
- عصا خشبية صغيرة (وتد) — يجب أن يكون طولها مقارباً لحجم القالب
- يمكنك استخدام قلم رصاص، أو عود تناول الطعام، أو عود ثقاب

اصنعي قرصاً دوّاراً

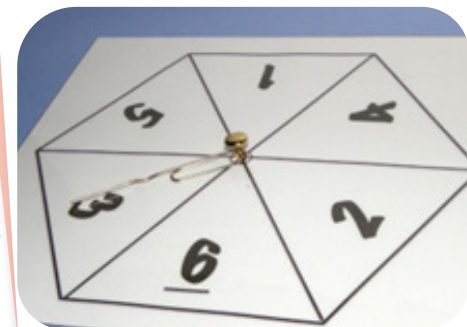
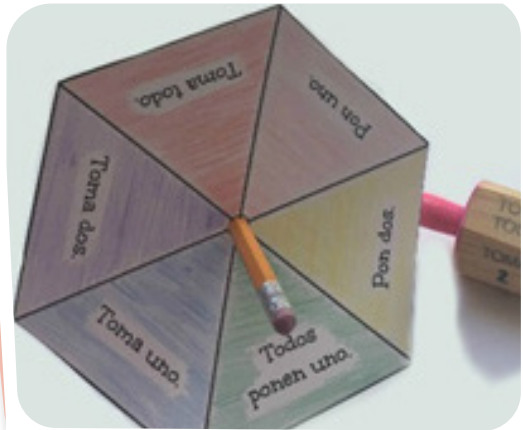
١. جهّزي القالب، كما هو موضح أعلاه.

٢. يمكن تغليف هذا القالب حرارياً.

٣. اثني أحد أطراف مشبك الورق للخارج.

٤. اصنعي شقاً صغيراً في منتصف القرص الدوار.

٥. ادخلي دبوساً مشقوقاً مع وضع مشبك الورق عليه. يجب أن يكون الجزء العلوي من الدبوس المشقوق مرتفعاً بحوالي ١ سم فوق مستوى الورق المقوى للسماح للقرص الدوار بالحركة بحرية.







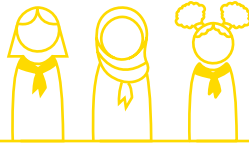
عند تفاعلك مع ثقافات أخرى، من المهم أن تفهمي الفرق بين التقدير الثقافي والاستيلاء الثقافي:

التقدير الثقافي

هو سعيك الصادق للتعرف على ثقافة ما وفهمها بهدف توسيع آفاقك وبناء علاقات إنسانية أعمق. ويتضمن ذلك احترام التقاليد والممارسات ومعرفة معانيها وقيمتها ضمن سياقها الثقافي.

الاستيلاء الثقافي

يحدث عندما يتم استخدام عناصر من ثقافة معينة دون فهم أو احترام، مما يؤدي إلى تجريدها من معناها وسياقها. وقد يكون ذلك أحياناً بهدف الموضة أو المكاسب الشخصية دون تقدير خلفيتها الثقافية.



مثال على التقدير الثقافي:

التعرف على الطقوس والرموز: في السياق الهندي، تُعد زيارة المعبد للتعرف على الدلالات الروحية والدينية وراء الطقوس—مثل تقديم الزهور أو إشعال البخور—تجسداً حقيقياً للتقدير الثقافي. فهم الجذور والتاريخ: يُظهر فهم تاريخ وأهمية ممارسات مثل اليوغا، عندما يتم بوعي واحترام، تقدير هذه الثقافة. المشاركة المعرفية: في هذه الحالة، لا يقتصر الفرد على المشاركة السطحية، بل يسعى لتعلم المعنى الأعمق والسياق الأصيل لهذه التقاليد.

مثال على الاستحواذ الثقافي:

ارتداء الرموز والزي التقليدي للموضة: يتمثل أحد الأمثلة في ارتداء "الساري" أو وضع علامة الجباه "البيندي" لمجرد التزيين واتباع الموضة، دون أدنى دراية بأهميتهما الثقافية أو الدينية. فعند استخدام هذه العناصر لأغراض جمالية بحتة وتجاهل سياقها الثقافي، قد يُنظر إلى ذلك على أنه تقليل من قدر التقاليد الأصيلة التي تمثلها. استغلال الموسيقى والترانيم في أغراض تجارية: وبالمثل، فإن استخدام الموسيقى الهندية التقليدية أو الترانيم والإنشادات المقدسة في سياقات تجارية—مثل الإعلانات التسويقية أو المهرجانات الموسيقية—دون احترام أو فهم لسياقها الروحي والديني، يُعد مثالاً واضحاً على الاستحواذ الثقافي.

كيف يمكنك تقدير الثقافة؟

لتقدير ثقافة المراكز العالمية والدول التي تقع فيها بشكل حقيقي، احرصي على أن:

١. تتعلمي المعاني الكامنة وراء الممارسات، أو الأزياء، أو الأنشطة التي تشاركن فيها.

٢. تتفاعلي مع المجتمعات المحلية للاستماع إلى قصصهم وتقاليدهم وتاريخهم.

٣. تحترمي الرموز الثقافية من خلال فهم أهميتها واستخدامها بطريقة مناسبة.

من خلال تعزيز التقدير الثقافي، يمكنك الاحتفاء بتنوع العالم وبناء علاقات إنسانية قائمة على الاحترام والتفاهم المتبادل.



مقدمة عن

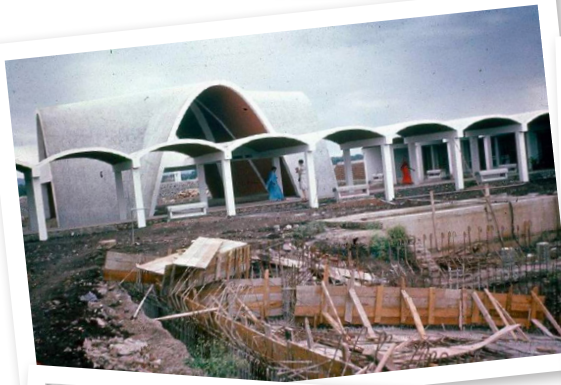
المركز العالمي سانجام



كيف بدأ كل شيء



طُرِحَت فكرة بناء مركز عالمي في الهند خلال اجتماع المفوضات الدوليّات في نيودلهي، وتمت الإقرار والموافقة على قرار بناء هذا المركز العالمي في المؤتمر العالمي عام ١٩٥٧. وكانت "لكشمي مازومدار" (رئيسة لجنة تخطيط سانجام) قوة دافعة كبيرة في تحويل مشروع "سانجام" إلى واقع، وتأمين الأرض والتمويل من حكومة ولاية "ماهاراشترا" لبناء المركز العالمي الرابع في مدينة "بونا". وضع حجر الأساس للمركز في ٢٣ يناير ١٩٦٤، وبعد مضي زهاء ثلاث سنوات، وتحديدًا في ١٦ أكتوبر ١٩٦٦، أعلنت مرشدة العالم الأولى "الديدي بادن باول" افتتاحه رسمياً.



في ١٦ أكتوبر ١٩٦٦، أعلنت مرشدة العالم الأولى

"الديدي بادن باول" افتتاح المركز رسمياً.



أغنية سانجام

هل كنت تعلمين أن لكل مركز عالمي أغنيته الخاصة؟ "تعالى إلى سانجام"

تعالى إلى سانجام،

وامشى عبر الباب المفتوح.

في هذا البيت الذي يجمع الوحدة،

استمعي، شاركي، واستكشفي.

اتركي خلفك الحواجز

من ثقافة وعرق ومعتقد،

وتلاقي مع الأخريات وابدئي.

يمكن للانسجام العالمي أن يتحقق.

انظري إلى الوجوه

لمن جئت ورحلن،

شاهدي الحب الذي يشرق منهن،

والصداقة التي وُلدت.

إن الوحدة الموجودة في سانجام

تجلب الفرحة إلى روحك.

شاركيها مع أخواتك

وسيكتمل ضحكك.

شاركيها مع أخواتك

وسيكتمل ضحكك.

إستمعي إلى أغنية سانجام



البرامج المقدمة

يقدم سانجام مجموعة واسعة من البرامج القيادية، والثقافية، وبرامج العافية، والبرامج الاحتفالية. كما يوجد برنامج خاص يُسمى "ماسالا ماجيك"، والذي يتيح للمجموعة الزائرة تحديد الأنشطة التي تناسب احتياجاتها.

هل ترغبين في الاطلاع على ما هو متاح حاليًا؟

انقري هنا!

ما الذي يجعل سانجام مميزًا؟

يقع سانجام في مدينة بونه، في ولاية ماهاراشترا. تم اختيار بونه كموقع للمركز العالمي بسبب مناخها المعتدل، وتاريخها الثقافي الغني، وتقاليدها القوية في مجال التعليم، وقربها من مدينة مومباي (التي كانت تُعرف سابقًا باسم بومباي).

كلمة "سانجام" تعني "الالتقاء" في اللغة السنسكريتية القديمة! ويُعد سانجام مكانًا تلتقي فيه المرشدات وفتيات الكشافة، مما يجعل الاسم مناسبًا جدًا.

للتعرف أكثر على ما يجعل سانجام مميزًا، يمكنك زيارة موقع سانجام الإلكتروني.





الإحتفالات



تزخر الهند بقائمة طويلة من المهرجانات والأعياد التي تحتفل بها مختلف المجتمعات والمجموعات الدينية، حيث يُحتفل بكل مهرجان بمزيج رائع من الأضواء، والألوان، والزينة، والرقص، والموسيقى، والأطعمة اللذيذة. وترتبط العديد من الأعياد الدينية في الهند بقصص أسطورية وميثولوجية مشوقة؛ وتنتقل هذه القصص عبر الأجيال لترسيخ غاية الاحتفال بها وضمان استمرار هذه التقاليد لدى الأجيال القادمة.

وتُعد الأطباق التقليدية جزءاً أساسياً من هذه المناسبات؛ ومن أشهرها طبق "شريكهاند" المصنوع من اللبن المصفى، وخبز "بوران بولي" الحلو المسطح، وأرز "نارالي" الحلو المحضر من الخبز والمخلوط بجوز الهند، وطبق "جوبالكاالا" الذي يجمع بين المذاق الحلو والحار بفضل مزيج المخلل واللبن والفلفل الحار.

ومن بين هذه المهرجانات والأعياد: مهرجان "ديوالي"، و"هولي"، و"غانيش شاتورثي"، و"كريشنا جانماشامي"، و"غودي بادوا"، وعيد الفطر السعيد، ومهرجان "ماهاشيفاراتري"، و"دورجا بوجا"، و"دوسيرا"، ومهرجان "غوروبوراب".

الملف التعريفي للدولة



الهند، وتُسمى رسمياً جمهورية الهند، هي دولة تقع في جنوب آسيا. وتُعد سابع أكبر دولة من حيث المساحة، والدولة الأكثر سكاناً في العالم. وتقع الهند ضمن إقليم آسيا والمحيط الهادئ في الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (الواقز).

نالت الهند استقلالها عن المملكة المتحدة في عام ١٩٤٧، وتحتفل بيوم الاستقلال في ١٥ أغسطس من كل عام.

أما مدينة بونا، والتي كانت تُكتب بالإنجليزية سابقاً، فهي مدينة تقع في ولاية ماهاراشترا، وتبعد حوالي ١٥٠ كيلومتراً عن مدينة مومباي (بومباي سابقاً). وتُعد اللغات المهاراتية، والهندية، والإنجليزية من اللغات الرئيسية المتحدث بها هناك.

التراث



تُعرف الهند بتراثها الثقافي الغني، ومعالمها التاريخية الشهيرة مثل "تاج محل"، ومطبخها المتنوع، ومهرجاناتها المفعمة بالحياة، ووجهاتها الروحية. كما تجذب المناظر الطبيعية في البلاد، الممتدة من جبال الهمالايا إلى الممرات المائية في "كيرالا"، بالإضافة إلى المدن الصاخبة مثل "دلهي" و"مومباي"، أعداداً غفيرة من السياح.

التقاليد الطهوية



تتميز الهند بأطباقها النباتية المميزة، كما تشمل أطباقها الطيور والأسماك واللحوم. وتتكون الوجبة الهندية التقليدية عادة من الحبوب المطهولة بطريقة بسيطة والمصحوبة بأطباق مالحة غنية بالنكهات. قد تكون هذه الحبوب المطهولة عبارة عن أرز مطبوخ على البخار، أو خبز "الشباتي" (وهو خبز رقيق غير مخمر)، أو "الإدلي" (كعكة الفطور المطهولة على البخار)، أو "الدوسا" (فطيرة الفطير المطهولة على الصاج). أما الأطباق المالحة فتشمل العدس والبقوليات والخضراوات، المتبلّة بالزنجبيل والثوم ومزيج من البهارات. كما تُستخدم مجموعة واسعة من الفواكه في إعداد الحلويات والأطباق المالحة، ومن أبرز الخيارات الشائعة: المانجو، والموز، والبابايا، والجاك فروت، والرمان، وغيرها.



ج

أنشطة الوحدة / الفرقة /

المجموعة



كيفية استخدام هذا القسم



في هذا القسم، ستجدين مجموعة من الأنشطة التي يمكنك استخدامها مع مجموعتك. يمكنك تطبيق الأنشطة كما هي موصوفة، أو استلهاهم أفكار منها لأنشطة وتعديلات أخرى. تذكر استخدام عناصر التأمل للتفكير في تنوع حركة المرشحات وفتيات الكشافة والاحتفاء به. عند الانتهاء من أي نشاط، شاركينا أفكارك وأنشطتك عبر وسائل التواصل الاجتماعي باستخدام الهاشتاجات الخاصة بـ "سانجام" (**#WhenWeShine** و (**#SangamWeBelong**).

توجد خمسة أنواع من الأنشطة:



الثقافة

استكشاف اللغة، التقاليد، الروتين اليومي، الملابس، والمناسبات الدينية.



الفنون والحرف

صنع حرفة تقليدية، أو القيام بأنشطة الرسم والإبداع.



الموسيقى والرقص

التعرف على موسيقى الهند، صناعة أو تجربة العزف على آلات موسيقية، وتعلم حركات رقص جديدة.



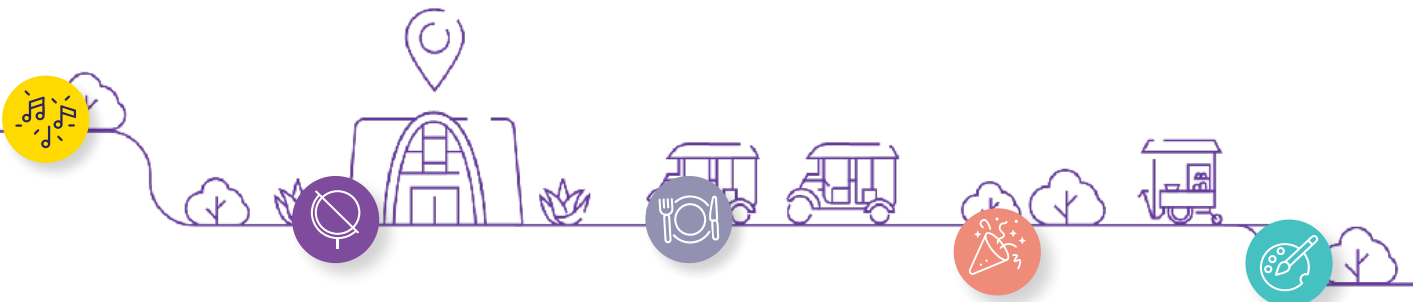
الألعاب

لعب لعبة تقليدية، أو تجربة ألعاب يحبها الأطفال.



الأكل

تذوق نكهات الهند، التعرف على مصادر الطعام، وتجربة إعداد وصفة أو أكثر.



كيفية استخدام هذا القسم



استخدمي هذا الجدول لمساعدتك في اختيار النشاط الذي ترغبين في تجربته، أو يمكنك تجربتها جميعاً!

النوع	اسم النشاط	الفئة العمرية	الوقت	التحضير	الصفحة
الفنون والحرف اليدوية	تعرف على سانجيالي	٩-٥ سنوات	٢٠-٣٠ دقيقة	نسخة قابلة للطباعة من سانجيالي (في قسم الموارد)، أنابيب كرتونية، أقلام، صمغ، مواد معاد تدويرها. للأعمار الأكبر، ورق أوريغامي، تعليمات صنع فيل أوريغامي.	166
الفنون والحرف اليدوية	ماندالا	٩-١٦ سنة	٦٠ دقيقة	ماندالا عيد ميلاد سانجام الستين (في قسم الموارد)؛ إمكانية الوصول إلى موارد طبيعية أو ماندالا مطبوعة مسبقاً وأقلام تلوين.	167
الفنون والحرف اليدوية	موقع قران	جميع الأعمار	٦٠ دقيقة	حناء وبعض التصميمات البسيطة.	168
الموسيقى والرقص	فن وارلي	٩-١٦ سنة	٦٠ دقيقة	سطح رسم من اختيارك وطلاء مناسب له، نماذج من فنون وارلي (في قسم الموارد).	169
الطعام	دانديا عصا الرقص	٩-١٦ سنة	٢٠ دقيقة	عصي دانديا (عصاتان لكل شخص)، موسيقى، طريقة لتشغيل مقطع فيديو على يوتيوب لتعلم الخطوات.	170
الثقافة	طعم سانجام	جميع الأعمار	٦٠-٩٠ دقيقة	وصفتان من كتاب طبخ سانجام موجودتان في قسم الموارد، المكونات، أوعية وأدوات، مقلاة، موقد.	171
الثقافة	عرف نفسك باللغة الهندية	جميع الأعمار	٢٠-٣٠ دقيقة	كلمات/عبارات مكتوبة على ورق أو بطاقات؛ مقاطع فيديو من وسائل التواصل الاجتماعي.	172
الألعاب	الألوان باللغة الهندية	جميع الأعمار	٢٠-٣٠ دقيقة	٦-٨ أوراق أو بطاقات ملونة مختلفة عليها الكلمات.	173
الألعاب	كروم	جميع الأعمار	٣٠ دقيقة	لوحة لعب وقطع لعبة كاروم.	174
الألعاب	نادي كي باهاد	٩-١٦ سنة	١٠ دقائق	منطقة لعب محددة وكبيرة بما يكفي ليقيم فيها الجميع.	176
الألعاب	علامة السلسلة	٥-٩ سنوات	١٠ دقائق	مساحة واسعة للجري.	177
الألعاب	كوكلا تشاباكي	٥-٩ سنوات	١٠ دقائق	مساحة واسعة لتشكيل دائرة، وشاح أو قطعة قماش	178
الثقافة	شيل جاباتا	جميع الأعمار	١٠ دقائق	مساحة واسعة للجري؛ كيس رمل أو كرة أو أي شيء ناعم يسهل الإمساك به؛ رموز تعريف الفريق	179
الثقافة	قصص المهرجان	جميع الأعمار	٢٠-٣٠ دقيقة	قصة من المهرجان (في قسم المصادر)؛ أقلام وورق	180
النوع	دعونا نجرب البوغا	جميع الأعمار	١٠ دقائق	مساحة لتحريك الذراعين والساقين؛ تعليمات لحركات بسيطة (في قسم المصادر) أو مقطع فيديو	181



تعرفي على سانجلي



٩-٥ سنوات
سنة ١٦-٩



٣٠-٢٠ دقيقة

معلومات أساسية

يأتي اسم سانجلي من دمج كلمتي «سانجام» و«الفيل». سانجلي فيل لطيف وودود. مهمتك هي إعادة ابتكار نسختك الخاصة من سانجلي! استخدم جميع الألوان التي ترغبين بها، ودعي خيالك ينطلق!



الهدف

للتعريف بسانجلي، قيمة سانغام.

للمشاركات الأصغر سنًا.

طريقة التنفيذ

١. ارسمي رأس الفيل على لفة الورق.
٢. قصي على طول الخطوط.
٣. باستخدام المواد المتبقية، قصي خرطومًا للفيل.
٤. ألصقي الخرطوم بالوجه.
٥. زينها بالطريقة التي تريدينها!
٦. ارسمي العيون، أو أضيفي فيونكة، أو شعرًا، أو ملابس، أو أي تفاصيل أخرى تريدينها لشكل سانجلي.



ماذا تحتاجين:

- نسخة قابلة للطباعة من سانجلي (انظري إلى المصادر)
- أنابيب من الورق المقوّى، مثل لفافات ورق التواليت أو ورق المطبخ (واحدة لكل مشاركة).
- أقلام.
- صمغ.
- مواد معاد تدويرها لتزيين الفيل (اختياري).

بدائل

- يمكنك استخدام الورق والأقلام لإنشاء سانجلي الخاص بك والمميز!



ماذا تحتاجين:

- ورق.
- مقص.
- أقلام.
- تعليمات لصنع فيل بالأوريغامي — تتوفر العديد من التعليمات عبر الإنترنت إليك مثالًا واحدًا.
- توجد تعليمات أخرى في قسم الموارد.

بدائل

١. اتبعي التعليمات لإنشاء سانجلي من خلال طي الورق — انظري إلى قسم الموارد للحصول على أفكار تساعدك.

- حاولي القيام بذلك دون تعليمات — ابتكري تصميم سانجلي أوريغامي خاصًا بك وفريدًا.



أسئلة للتفكير

- لماذا برأيك اختار سانغام الفيل ليكون مهمته؟
- هل سبق أن سمعت عن سانجلي قبل اليوم؟
- ماذا كنت تفكرين، وكيف كان شعورك أثناء صنع سانجلي الخاص بك؟
- هل سبق أن رأيت فيلاً حقيقياً؟ شاركي تجاربك.
- هل تعيش الفيلة في بلدك؟ إذا كانت الإجابة نعم، فأين تعيش؟ وإذا كانت الإجابة لا، فلماذا برأيك؟
- موضوع للتفكير للمشاركات الأكبر سنًا: ماذا تعرفين عن استغلال الفيلة في الهند؟ تعرّفي على المزيد من خلال موقع الحياة البرية.



معلومات أساسية

الماندالا () تعني الدائرة، وتمثل رحلة تبدأ عادةً من الخارج، مروراً بطبقات متعددة، وصولاً إلى المركز الداخلي. وهي وسيلة للتأمل والتفكير.



الهدف

للتعرف على الماندالا والتأمل في تجربتك في المرشحات وفتيات الكشف.



ماذا تحتاجين:

- صورة ووصف لماندالا عيد ميلاد سانغام الستين (انظري إلى قسم المصادر).
- يمكن أن تكون ماندالا كبيرة، أو عدة ماندالات صغيرة بحيث يمكن تنفيذها ضمن مجموعات صغيرة.
- إمكانية الوصول إلى مجموعة متنوعة من المواد لإنشاء الماندالا.

بدائل

- يمكن تنفيذ النشاط بشكل فردي وعبر الإنترنت، إذا كانت لدى المشاركات المواد اللازمة.
- استخدمى منصة رسم عبر الإنترنت لإنشاء تصميم الماندالا الخاص بك.
- اصنعي بطاقة بريدية تتضمن تصميم الماندالا الخاص بك، وأرسلها إلى سانغام.

طريقة التنفيذ

١. اعرضي صورة ماندالا عيد ميلاد سانغام الستين. امنحي المشاركات وقتاً للنظر إليها.
٢. ناقشي العناصر المختلفة في الماندالا، وحاولي معرفة ما إذا كان بإمكانكن تحديد هذه العناصر.
٣. اصنعي ماندالا خاصة بك، إما بشكل فردي أو ضمن مجموعة. ويمكن أن تكون بتصميم حر، أو يمكنك إنشاء تصميم يمثل رحلتك الخاصة في المرشحات وفتيات الكشف.

إما عن طريق

- باستخدام مواد طبيعية (من دون قطف أو أخذ أي مواد حية من الطبيعة)
- باستخدام مسحوق الرانغولي
- الرسم
- تلوين تصميم مطبوع مسبقاً

أسئلة للتفكير



- هل سبق أن سمعت عن الماندالا؟
- كيف تُستخدم كوسيلة للتأمل والتفكير؟
- ما مدى سهولة أو صعوبة صنع الماندالا الخاصة بك؟ ولماذا؟
- ما الطرق أو الأدوات الأخرى التي يمكن استخدامها للتأمل والتفكير؟
- ما الذي تستخدمينه لمساعدتك على التأمل أو التفكير؟
- ما نوع الفن الشائع في ثقافتك؟





١٦-٩ سنة



٦٠ دقيقة

المهندي



ماذا تحتاجين:

- الحناء (نباتية)
- بعض نماذج التصاميم — توجد العديد من تصاميم الحناء للمبتدئات المتاحة عبر الإنترنت يمكنك تجربة هذه التصاميم.

الهدف

للتعرّف على فنون الرسم على الجسم في الثقافات المختلفة.

طريقة التنفيذ

١. اعلمي في أزواج، وصممي نقوش المهندي على يدي بعضكما البعض.

٢. أثناء تصميم نقوش المهندي لبعضكما البعض، شجعي المشاركات على التحدث ومشاركة تجاربهن حول الصداقات الدولية في المراكز العالمية. واطلبي منهن التفكير والتحدث عن أمور مثل:

- برأيك، كيف ستكون تجربتك في مركز عالمي مثل سانغام؟
- كيف ستكونين صداقات مع أشخاص لا تعرفينهم؟
- ما الأشياء المختلفة التي ستفعلينها لخلق ذكريات جميلة؟

٣. في النهاية، يمكنك التقاط بعض الصور للتصاميم النهائية ومشاركة تصاميمك.

معلومات أساسية

المهندي هو أحد أشكال فنون الرسم على الجسم باستخدام الحناء. تضع النساء الحناء للاحتفال بالمناسبات الخاصة، والتعبير عن الفرح، والعناية بالنفس. ويمكن أن يكون وضع المهندي وقتًا للتقارب والتواصل، حيث تجلس النساء معًا ويصممن النقوش على أيدي بعضهن البعض، ثم ينتظرن حتى تجف الحناء — وكلما كان التصميم أكبر، طال الوقت الذي يجلسن فيه معًا ويتشاركن هذه اللحظات.

بدائل

- إذا لم تتوفر الحناء، اخبزي البسكويت وزينيّه باستخدام أسلوب المهندي.
- ارسمي حول يدك على قطعة من الورق، ثم استخدمي أقلام الفلوماستر لإنشاء تصميم.

أسئلة للتفكير

- هل سبق أن سمعت عن المهندي؟
- هل وجدت استخدامه سهلًا أم صعبًا؟
- كيف كان شعورك تجاهه؟
- ماذا قررت أن تجسدي في تصميم المهندي الخاص بك؟
- ما أشكال فنون الرسم على الجسم الشائعة في ثقافتك؟



١٦-٩ سنة



٦٠ دقيقة

فن الوري



معلومات أساسية

فن الوري هو نوع من الفنون القبلية، وقد نشأ في ولاية ماهاراشترا في الهند، ويعود تاريخه إلى عام ١١٠٠ ميلادي تقريباً. وغالباً ما يصوّر فن الوري موضوعات مثل الاحتفالات، والمهرجانات، ومواسم الحصاد، والحكايات الشعبية. وتتكوّن الأعمال الفنية عادةً من أشكال الدوائر، والمثلثات، والمربعات.

يمكن رؤية فن الوري في العديد من الوسائط والأشكال المختلفة. في الأصل، كان يُنفذ فن الوري على خلفية حمراء، مثل جدران الأكواخ المصنوعة من الطين الأحمر. وكانت الرسومات تُنفذ باستخدام عجينة من الأرز والماء، مع استخدام الخيزران كفرشاة. ولهذا السبب كانت الأعمال الفنية الأصلية باللونين الأحمر والأبيض.

بدائل

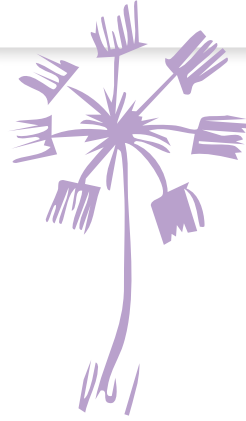
- يمكن تنفيذ هذا النشاط عبر الإنترنت، باستخدام أداة مثل ميرو، أو كانفا، أو بادلت.
- استمعي إلى بعض الموسيقى من الهند، وتناولي بعض الوجبات الخفيفة لتشجيع النقاش.
- استخدمي منصة رسم عبر الإنترنت، مثل ميرو، أو كانفا، أو بادلت.
- ارسمي لوحة جدارية على أحد الجدران، بحيث تساهم كل واحدة منكن بجزئها.

الهدف

للتعرّف على أحد أشكال الفن الثقافي.

ماذا تحتاجين:

- لوحة أو سطح من اختيارك — يمكن أن يكون ورقاً، أو سيراميك، أو خشباً، أو قماشاً، أو أي مادة أخرى ترغبين بها.
- ألوان أو أقلام مناسبة للسطح الذي اخترته.
- ورقة تحتوي على صور لفن الوري (لمساعدة من لم يسبق لهن تنفيذ هذا الفن).



طريقة التنفيذ

١. تدربي على رسم بعض عناصر فن الوري على الورق.
٢. أنشئي عملاً فنياً بأسلوب الوري مستوحى من معنى سانغام «التجمّع معاً».
٣. شجعي النقاش حول مفهوم «التجمّع معاً».

أسئلة للتفكير

- هل سبق أن سمعت عن فن الوري القبلي؟
- هل وجدت إنشاء فن الوري سهلاً أم صعباً؟ ولماذا؟
- كيف قررت تمثيل مفهوم «التجمّع معاً»؟
- ما أشكال الفن المشابهة والشائعة في ثقافتك؟





الهدف

للاستمتاع بالموسيقى والرقص من الهند.



ماذا تحتاجين:

- مساحة كافية للرقص بشكل مريح في دائرة — ويمكن أن يكون ذلك في الخارج.
- عصوان خشبيتان صغيرتان تُسميان «دانديا» لكل مشاركة.
- كبدل، يمكنك استخدام الصحف أو المجلات (تلف بإحكام وتثبت بالشرط اللاصق).
- موسيقى حماسية وإيقاعية يمكنك استخدامها للرقص.

تعليمات توضح الحركات والخطوات

معلومات أساسية

رقصة الدانديا هي رقصة شعبية تقليدية نشأت في ولاية غوجارات بالهند. وتؤدي عادةً خلال مهرجان «نفراتري» الهندوسي، وهو احتفال يستمر تسعة أيام بالإلهة دورغا.

وفي رقصة الدانديا، يستخدم المشاركون عصياً خشبية صغيرة تُسمى «دانديا» (غالباً ما تكون مزينة بأقمشة وأشربة ملونة) للنقر بها بإيقاع على عصي بعضهم البعض في أزواج، في أثناء الرقص في دائرة. وترافق الرقصة موسيقى تقليدية تُعزف على آلات مثل الدهل، والتابلا، والمزمار.

تُعد رقصة الدانديا نمطاً مبهجاً ومفعماً بالحيوية من الرقص، وتحظى بشعبية واسعة ليس في غوجارات فحسب، بل أيضاً في أجزاء أخرى من الهند وفي البلدان التي تضم جاليات هندية كبيرة. وغالباً ما تؤدي في لحظات الزفاف، والفعاليات الثقافية، والمناسبات الاحتفالية الأخرى.

طريقة التنفيذ

١. تعلّمي الحركات والخطوات
٢. قفي في دائرة، وواجهي اتجاه عقارب الساعة. ثم تستدير كل مشاركة ثانية لتواجه المشاركة التي خلفها.
٣. تدريبي على الحركات مع العدّ إلى ثمانية، على سبيل المثال:
 - طرقي عصويك ببعضهما.
 - طرقي عصاك اليمنى بعصا شريكك اليمنى.
 - طرقي عصويك ببعضهما.
 - طرقي عصاك اليسرى بعصا شريكك اليسرى.
 - استديري إلى اليسار وطرقي عصويك ببعضهما.
 - استديري إلى اليمين وطرقي عصويك ببعضهما.
 - التفتي نحو شريكك واطرقي عصويك بكتنا عصوي شريكك.
 - تقدّمي إلى الأمام متجاوزةً شريكك، وانتقلي إلى شريكك الجديدة.
٤. جربيها مع الموسيقى — ابدئي بإيقاع بطيء، ثم زدي السرعة كلما أصبحت أكثر ثقة.

بدائل

- ابتكري تسلسلاً خاصاً بك من الحركات والخطوات.



أسئلة للتفكير

- كيف كان ذلك؟ هل كان سهلاً أم صعباً؟
- هل مارست رقصة مماثلة من قبل؟
- ما هي أشكال الرقص التي تؤديها للاحتفال بالمناسبات السعيدة؟



معلومات أساسية

يحب طاقم المطبخ في سانغام الطبخ، ولا ينقص المقيمين فيه أبداً الطعام اللذيذ.



بدائل

- يمكن للأفراد تنفيذ النشاط بأنفسهم، ثم مشاركة تجربتهم عبر الإنترنت بعد ذلك.

الهدف

حضري وتذوقي شيئاً ستناولينه في سانغام.



ماذا تحتاجين:

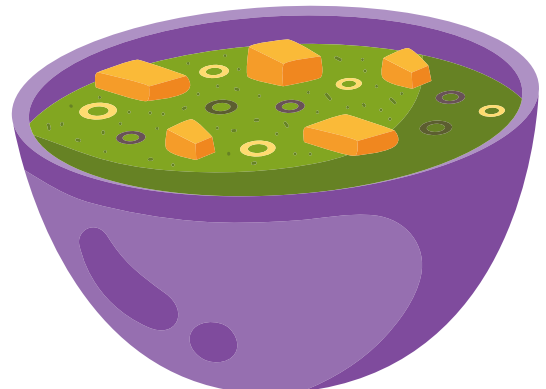
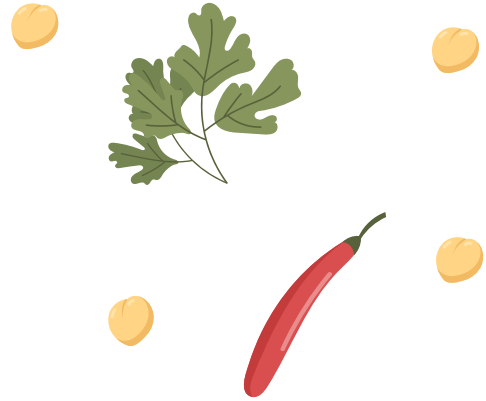
- وصفة التشاباتي والبانير أو البلاك بالفطر من كتاب وصفات سانغام.
- متوفرة في قسم المصادر.
- المكونات
- لمعدات، بما في ذلك وعاء للخلط، ومقلاة تاوا أو مقلاة غير لاصقة.
- إمكانية استخدام موقد غاز أو كهربائي.

طريقة التنفيذ

١. اتبعي الوصفة.
٢. تناولي ما أعددتِه وتأملي في تجربتكِ.

أسئلة للتفكير

- هل توقعت أن يكون مذاق الطعام كما كان؟ وهل سبق أن تذوقتِ طبقاً مشابهاً لهذا؟
- هل استمتعتِ بتناوله؟
- كيف اختلف عن الطعام الذي اعتدتِ عليه، أم كان مشابهاً له؟
- هل وجدتِ تحضيره سهلاً أم صعباً؟ ولماذا؟
- هل ستعدينه مرة أخرى؟
- هل ترغبين في إعدادهِ أو تجربة إعداد طبق آخر من الهند؟
- برأيكِ، ماذا تعني كلمة «ماسالا»؟
- [الإجابة = الماسالا هي خليط من التوابل يُطحن ليصبح مسحوقاً أو معجوناً.]
- برأيكِ، ما أنواع الأنشطة التي قد تقومين بها خلال فعالية «سحر الماسالا» في سانغام؟





معلومات أساسية

الهندية هي إحدى اللغات الرسمية في الهند. وهي رابع أكثر اللغات انتشاراً في العالم، حيث يتحدث بها أكثر من ٢٥٠ مليون شخص كلغتهم الأولى. يمكنك تعلم بعض العبارات التي يمكنك استخدامها مع طاقم العمل المحلي في سانغام، أو أثناء السفر في الهند، أو مع الأشخاص الهنود الذين يعيشون في مجتمعك.



الهدف

تعلمي بعض العبارات باللغة الهندية:
«مرحباً، اسمي XXX وأنا من XXX».



ماذا تحتاجين:

- الكلمات أو العبارات مكتوبة على الورق أو البطاقات (انظري إلى قسم المصادر)
- توجد بعض مقاطع الفيديو الرائعة على وسائل التواصل الاجتماعي الخاصة بسانغام لمساعدتك في ذلك:
على إنستغرام
على فيسبوك

بدائل

- يمكن تنفيذ هذا النشاط عبر الإنترنت.
- جربي لغة هندية أخرى، مثل اللغة الماراثية. تحدث هذه اللغة في ولاية مهاراشترا، حيث يقع سانغام. ما أوجه التشابه والاختلاف بينها وبين اللغة الهندية؟
- تدربي على قول «مرحباً» [ناماستي] و«إلى اللقاء» [فير ميلينغي] باللغة الهندية في بداية الاجتماعات ونهايتها.

طريقة التنفيذ

١. قَدِّمي الكلمات أو العبارات، واطلبي منهن تكرارها بعدك.
٢. تدربن عليهما في أزواج.
٣. اجمعي كل زوجين معاً (مجموعة من أربع مشاركات)، واطلبي منهن التعريف بأنفسهن لبعضهن البعض.

أسئلة للتفكير

- ما اللغات الأخرى التي تُتحدث في الهند؟
- هل وجدت تعلم اللغة صعباً أم سهلاً؟
- هل سبق أن تعلمت لغات أخرى؟
- هل ترغبين في تعلم المزيد من اللغات؟
- ما فوائد معرفة عدة لغات؟

hello

hand



معلومات أساسية

باعتبارها إحدى اللغات الرسمية في الهند، يتحدث باللغة الهندية أكثر من ٢٥٠ مليون شخص، مما يجعلها رابع أكثر اللغات تحدثاً في العالم. ويمكن أن يكون تعلم أسماء الألوان باللغة الهندية طريقة ممتعة وتفاعلية للتعرف على اللغة.

الهدف

تعلّم بعض الألوان باللغة الهندية.

ماذا تحتاجين:

- ٦-٨ أوراق أو بطاقات بألوان مختلفة (يُفضّل أن تكون بحجم A4 أو فولسكاب).
- اكتب اسم اللون باللغة الهندية على أحد الجانبين، مثل كتابة «نيلا» على بطاقة زرقاء.
- مساحة كافية للركض والحركة.

Neela	Laal	Hara	Peela	Bainganee	Gulaabee	Naarangee	Safed	Kaala
أزرق	أحمر	أخضر	أصفر	بنفسجي	وردي	برتقالي	أبيض	أسود
nee-laa	laa-l	ha-raa	pee-laa	baing-nee	gu-laa-bee	naa-ran-gee	sa-feid	kaa-laa

طريقة التنفيذ

١. قَدّمي كل لون من خلال رفع البطاقة وذكر اسم اللون. يمنح هذا المشاركات وقتاً لقراءة البطاقة، ثم اطلبي من الجميع تكرار الكلمة بعدك.

٢. ضعي البطاقات حول مساحة اللعب، وثبّتها على الجدار أو على أشياء أخرى باستخدام الدبابيس أو الشريط اللاصق.

٣. تقف الجميع في المنتصف.

٤. اذكر اسم أحد الألوان باللغة الهندية، واطلبي منهن جميعاً الركض نحو ذلك اللون.

ثم اذكر لوناً آخر، واطلبي منهن الركض نحو ذلك اللون. يمكنك إعادتهن إلى المنتصف قبل ذكر كل لون.

٥. بعد جولة، أخبريهن أن آخر مشاركة تصل إلى اللون يجب أن تبقى هناك حتى يتم ذكر اللون مرة أخرى.

٦. بعد جولة أو جولتين إضافيتين، انقلي البطاقات الملونة إلى أماكن مختلفة دون أن يرينك، واطلبي البطاقات بحيث لا يتمكن من رؤية الكلمات.

٧. ثم واصلي اللعب لجولة أو جولتين إضافيتين، أو حتى يشعرون بالتعب.

٨. في النهاية، اجمعي البطاقات. ارفعي كل بطاقة واحدة تلو الأخرى بحيث لا يتمكن من رؤية الكلمة المكتوبة، واطلبي منهن ذكر اسم اللون باللغة الهندية.

بدائل

- بدلاً من الركض نحو البطاقات، يمكنك أن تطلبي منهن الركض ولمس أي شيء باللون المطلوب.
- يمكنك أن تطلبي منهن لمس أكثر من لون في الوقت نفسه إذا لم تستخدم البطاقات.



أسئلة للتفكير

- ما اللون الذي كان الأسهل في تذكره؟ ولماذا؟
- ما لونك المفضل؟
- هل سبق أن سمعت أسماء الألوان باللغة الهندية؟
- ما الألوان التي تعتقدين أننا سنجدتها في سانغام؟
- ما اللون الذي تعتقدين أنه المفضل لدى سانغام؟



سنة ١٦-٩



٣٠ دقيقة

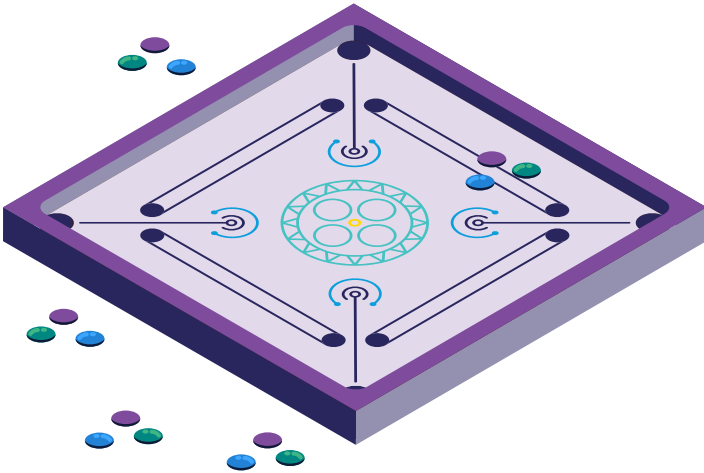
لعبة الكاروم



معلومات أساسية

الكاروم هي لعبة لوحية تُلعب على طاولة داخلية، نشأت في الهند (منذ القرن الثامن عشر تقريباً). وهي لعبة تعتمد على الاستراتيجية وتتطلب مهارة أيضاً.

تُلعب عادةً بين لاعبتين، أو يمكن أن تلعب أربع مشاركات ضمن فريقين. تقوم اللاعبات بنقر الأقراص بأصابعهن بهدف إدخال قطع الكاروم في زوايا اللوح. وهي لعبة تشبه لعبة البلياردو.



الهدف

تعلّم لعبة جديدة والتعرّف على الألعاب في ثقافات مختلفة.



ماذا تحتاجين:

- لوحة لعب — قد تكون لديك واحدة، أو يمكنكِ استعارتها، أو يمكنكِ صنع لوحتك الخاصة.
- لصنع لوحتك الخاصة، ستحتاجين إلى:
 - أربعة أكواب ورقية
 - لوحة لعب مربعة ومسطحة بحجم يقارب ٧٥ سم (٢٩,٥٢ بوصة)، ويمكنك الرسم عليها. ويمكن أن تكون قطعة من الكرتون، أو الخشب الرقائقي، أو لوحاً أبيض.
 - قلم
 - مقص
 - صمغ أو بلو تاك
 - شيء لاستخدامه كإطار، مثل قطع من الخشب، أو الكرتون، أو قطع الليغو.
- قطع الكاروم — يمكنكِ استخدام الأزرار، أو قطع الألعاب (مثل الداما أو قطع ٤×٤)، أو القطع الدائرية.
- يبلغ قطرها عادةً حوالي ٣ سم (١,١٨ بوصة).
- ستحتاجين في المجموع إلى ١٩ قطعة بالحجم والوزن نفسيهما.
- ٩ من لون واحد
- ٩ من لون مختلف
- ١ بلون مميز (مختلف عن اللونين الآخرين) — وتُسمّى هذه القطعة الملكة.
- المضرب — واحد لكل مشاركة أو فريق.
- يكون عادةً أكبر حجماً (بقطر ٤ سم / ١,٥٧ بوصة)، وأثقل قليلاً من قطع الكاروم.





طريقة التنفيذ

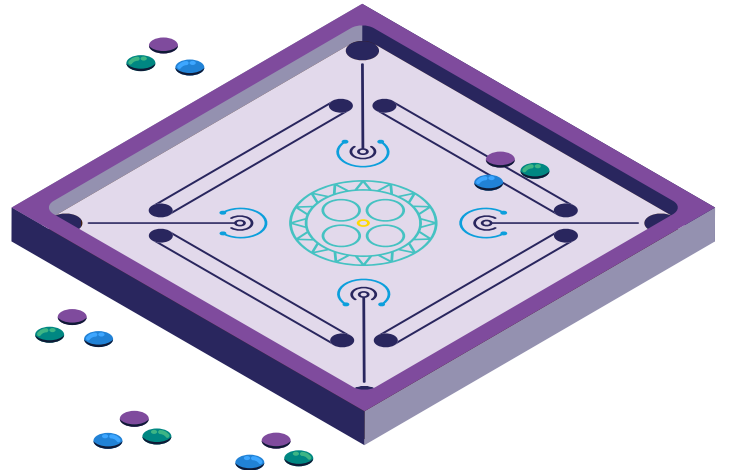
- ١. أولاً، رُكبي لوحة اللعب.
- اقطعي فتحة كبيرة في الجزء العلوي من الأكواب الورقية (ستُستخدم هذه الفتحات كجيوب).
- ثبتي الأكواب في الزوايا الأربع للوحة اللعب، بحيث تكون الفتحات باتجاه المنتصف.
- ارسمي مستطيلاً في المنتصف، بحيث يبعد كل جانب منه حوالي ١٣ سم (٥ بوصات) عن الحافة.
- اصنعي إطاراً حول لوحة اللعب بحيث تتمكن الأزرار (المعروفة أيضاً باسم قطع الكاروم) من الارتداد عنه.
- ٢. استعدي للعب (ضمن أزواج أو فريقين يتكوّن كل منهما من مشاركتين).
- الكل مشاركة أو فريق تسع قطع كاروم من اللون نفسه.
- ضعي قطعة الملكة في المنتصف.
- رتبي قطع الكاروم في وسط اللوحة على شكل دائرة حول الملكة.
- تجلس مشاركتان متقابلتين. وإذا كانت اللعبة تضم أربع مشاركات (فريقين، كل فريق مكوّن من مشاركتين)، تجلس أعضاء الفريق الواحد متقابلات.
- ٣. كيفية اللعب
- تأخذ كل مشاركة دورها لإدخال قطعة كاروم في الجيب، وذلك باستخدام إصبعها لدفع المضرب.
- الهدف هو إدخال قطع الكاروم الخاصة بك في أيٍّ من الجيوب.
- يجب دائماً دفع المضرب من خارج المستطيل.

أسئلة للتفكير

- هل سبق أن لعبت لعبة مشابهة؟
- ما بعض ألعابك المفضلة؟
- هل وجدت اللعبة سهلة أم صعبة؟
- كيف كان شعورك عند الفوز أو الخسارة أو التعادل؟
- ما الذي يجعل الفائزة أو الخاسرة جيدة؟ وكيف يمكنك أن تكوني صديقة أفضل أثناء اللعب؟
- كيف كان شعورك عند تعلّم قواعد جديدة؟ وما الذي جعل تعلّمها أسهل؟

بدائل

- بدلاً من احتساب النقاط، تنتهي اللعبة عندما ينجح أحد الفريقين في إدخال جميع قطع الكاروم الخاصة به، بالإضافة إلى إدخال الملكة.





٩-٥ سنوات



١٠ دقائق

نادي بارفات



معلومات أساسية

تُسمى هذه اللعبة «النهر أو الجبل»، وتُعرف باللغة المهاراتية باسم «نادي بارفات».

واللغة المهاراتية هي لغة ولاية ماهاراشترا، وهي الولاية التي يقع فيها مركز «سانغام» العالمي في الهند.

الهدف

لعبة جري ممتعة تُستخدم فيها كلمات باللغة المهاراتية.



ماذا تحتاجين:

- مساحة واسعة كافية للجري.
- أدوات لتحديد المناطق المختلفة في اللعبة (مثل: الطباشير، الشريط اللاصق).

بدائل

- اللعب على أرض رملية والرسم على الرمل.



أسئلة للتفكير

- ما الذي أعجبك في ممارسة هذه اللعبة؟
- هل ذكرتِ هذه اللعبة بلعبة أخرى مارستها من قبل؟
- هل ترغبين في لعبها مرة أخرى؟

طريقة التنفيذ

١. تحديد منطقة اللعب: حددي مساحة اللعب (يمكن أن تكون مربعاً، أو مستطيلاً، أو دائرة)، ويجب أن تكون واسعة بما يكفي لوقوف جميع المشاركات داخل نصف واحد منها.
٢. تقسيم المنطقة: قسّمي منطقة اللعب إلى نصفين؛ يُسمى النصف الأول "نادي" (أي النهر)، ويُسمى النصف الثاني "بارفات" (أي الجبل).
٣. اختيار المطاردة: اختاري إحدى اللاعبات لتكون المطاردة، وتقف عند الخط الفاصل في المنتصف.
٤. اصطافاف اللاعبات: تقف بقية اللاعبات عند أحد أطراف منطقة اللعب.
٥. بدء النداء: تنادي المطاردة بكلمة "باهاد" أو "بارفات" (الجبل) أو "نادي" (النهر)، وعلى اللاعبات المسارعة بالانتقال إلى المنطقة المحددة.
٦. المطاردة: أثناء محاولة اللاعبات الانتقال للجهة المطلوبة، تحاول المطاردة الإمساك بهن.
٧. الخروج أو الانضمام: إذا تم الإمساك بأي لاعبة، تخرج من اللعبة أو تنضم إلى المطاردة للمساعدة في الإمساك بقية المشاركات.
٨. تحديد الفائزة: اللاعبة الأخيرة التي يتم الإمساك بها هي الفائزة.



طريقة التنفيذ

١. تحديد المطاردة: يتم اختيار لاعبة واحدة لتكون المطاردة.
٢. بدء الجري: عندما تنادي القائدة بكلمة «انطلقن»، تبدأ جميع اللاعبات بالفرار والابتعاد عن المطاردة، بينما تحاول هي الإمساك بهن.
٣. تشكيل السلسلة: إذا أمسكت المطاردة بإحدى اللاعبات، تشابك اللاعبات يدها مع يد المطاردة وتستكملان اللعب معاً بنفس الطريقة.
٤. اتساع السلسلة: كلما تم الإمساك بمزيد من اللاعبات، ينضممن للمجموعة لتتشكل سلسلة بشرية يزداد طولها شيئاً فشيئاً.
٥. نهاية اللعبة: تنتهي اللعبة عندما ينضم جميع المشاركات إلى سلسلة واحدة متصلة.

الهدف

طريقة ممتعة لتعزيز الشمولية والعمل الجماعي.



ماذا تحتاجين:

- مساحة واسعة للجري

معلومات أساسية

نشاط مفعم بالحيوية يُعزز التنسيق والتواصل بين أعضاء الفريق، ويمنح طريقة ممتعة لتحريك المجموعة بأكملها.

بدائل

- للمجموعات الكبيرة: ابدئي بلاعبتين (أو أكثر) كمطاردات.

أسئلة للتفكير

- ما الذي أعجبك في ممارسة هذه اللعبة؟
- كيف كان شعورك عندما تم الإمساك بك؟
- هل ذكرك هذه اللعبة بلعبة أخرى مارستها من قبل؟
- هل ترغبين في لعبها مرة أخرى؟





رومال تشور (باللغة الماراتية)

رومال جيروا (باللغة الهندية)



كل الأعمار



١٠ دقائق



ماذا تحتاجين:

- منديل، أو منديل كشفي، أو قطعة قماش.
- مساحة واسعة كافية لتشكيل دائرة والجري حول إطارها الخارجي.



الهدف

الهدف من لعبة «رومال تشور» (بالمهاراتية) / «رومال جيروا» (بالهندية):

تعزيز النشاط البدني، والتفاعل الاجتماعي، وتبادل الأدوار، واتخاذ القرارات، والنمو العاطفي والوجداني من خلال أسلوب لعب ممتع ومسل.



أسئلة للتفكير

- ما الذي أعجبك في اللعبة؟
- كيف شعرت عندما أصبحت الباحثة؟
- هل ذكرتك بلعبة أخرى؟
- هل ترغبين في لعبها مرة أخرى؟

معلومات أساسية

يمارس الأطفال في جميع أنحاء العالم هذه اللعبة بأسماء مختلفة، وتُعرف في الهند باسم «رومال تشور» (باللغة الماراتية) أو «رومال جيروا» (باللغة الهندية).

بدائل

- عكس اتجاه اللعب
- القفز أو المشي بدل الجري
- وجود أكثر من لاعبة تضع المنديل في نفس الوقت

طريقة التنفيذ

١. اختاري لاعبة لتكون الباحثة
٢. تجلس باقي المشاركات في دائرة مواجهة للداخل
٣. تبدأ الباحثة بالجري حول الدائرة وهي تحمل المنديل، وتضعه خلف إحدى اللاعبات دون أن تنتبه
٤. عندما تلاحظ اللاعبة المنديل خلفها، تقف وتأخذه وتبدأ بمطاردة الباحثة، وتحاول الوصول إلى مكانها قبل أن تأخذ الباحثة مكانها
٥. اللاعبة التي تبقى دون مكان تصبح الباحثة الجديدة

GO

YAY!



طريقة التنفيذ

١. تحديد منطقة اللعب: حددي منطقة لعب مستطيلة وارسمي خطاً في المنتصف لتشكيل مربعين متجاورين.
٢. تقسيم الفرق: قسّمي المجموعة إلى فريقين متساويين.
٣. ترقيم اللاعبين: أعيني رقماً لكل لاعبة، وتأكدي من تطابق الأرقام بين الفريقين (بحيث تحمل لاعبة من كل فريق نفس الرقم).
٤. وضع الأدوات: ضعي الكرة (أو كيس الحبوب) على خط المنتصف تماماً.
٥. اصطافاف الفرق: يتجه كل فريق إلى الطرف المقابل لخط المنتصف مواجهين للكرة.
٦. النداء والمنافسة: تنادي القائدة برقماً معيناً، فتسارع اللاعبتان اللتان تحملان هذا الرقم بالجري نحو الكرة؛ تحاول إحداهما التقاط الكرة والعودة بها إلى خط فريقها، بينما تحاول الأخرى لمسها والإمساك بها قبل الوصول. (ملاحظة: لا يجوز لمس اللاعبة إلا بعد التقاطها للكرة).
٧. احتساب النقاط: إذا نجحت اللاعبة في الوصول بالكرة إلى خط فريقها، يحصل فريقها على نقطة. أما إذا تمكنت المنافسة من لمسها أثناء حمل الكرة، فيحصل الفريق المنافس على النقطة.
٨. تنوع اللعب: مع إتقان اللعبة، يمكن للقائدة النداء بأكثر من رقم في الوقت نفسه. يمكن للقائدة أيضاً النداء بكلمة «الجميع»، لتسارع جميع اللاعبات في وقت واحد لالتقاط الكرة.

بدائل

- مكان اللعب: يمكن ممارسة اللعبة في الأماكن المغلقة أو في الهواء الطلق.
- تنوع اللعب: في حال استخدام كرة قدم، يمكن ركل الكرة بالقدم بدلاً من التقاطها باليدين.
- البعد الثقافي: استخدام الأرقام باللغة الهندية عند النداء باللاعبات لإضفاء لمسة ثقافية ممتعة.



الهدف

الهدف من اللعبة: تعزيز العمل الجماعي، والرشاقة، وسرعة البديهة.



ماذا تحتاجين:

- مساحة واسعة للجري.
- أدوات لتحديد منطقة اللعب.
- كرة (أو كيس حبوب، أو أي غرض طري يسهل التقاطه).
- وسيلة لتمييز الفريقين عن بعضهما (مثل الشارات أو الأربطة الملونة).

معلومات أساسية

لعبة شعبية تقليدية: تُمارس على نطاق واسع في العديد من مناطق جنوب آسيا، وبخاصة في الهند وباكستان، ويستمتع بها الأطفال في المجتمعات الريفية والحضرية على حدٍ سواء.

الأهمية الثقافية: تشكل اللعبة جزءاً أصيلاً من النسيج الثقافي عبر الأجيال، حيث تعزز روح الترابط المجتمعي، واللياقة البدنية، والمنافسة الودية.



أسئلة للتفكير

- ما الذي أعجبك في ممارسة هذه اللعبة؟
- كيف كان شعورك عندما تم لمسك؟
- هل ذكّرتك هذه اللعبة بلعبة أخرى مارستها من قبل؟
- هل ترغبين في لعبها مرة أخرى؟



قصص المهرجانات

كل الأعمار

٣٠-٢٠ دقيقة



معلومات أساسية

لكل ثقافة تقاليدها وقصصها واحتفالاتها الخاصة. والآن ستتعرفين على بعض الاحتفالات في الهند!

الهولي هو احتفال مهم بالحياة في الديانة الهندوسية، ويُحتفل به في فصل الربيع، ويتمحور حول الألوان والفرح والتجمع.

ديوالي، المعروف أيضًا بمهرجان الأضواء، هو احتفال يستمر خمسة أيام لدى العديد من الهندوس والسيخ والجانيين. ويرمز إلى انتصار الخير على الشر، والنور على الظلام، والمعرفة على الجهل.

غانيش تشاتورثي هو مهرجان هندوسي يستمر عشرة أيام للاحتفال بميلاد الإله غانيش، ذو رأس الفيل، المعروف بإزالة العقبات وجلب الحظ الجيد. وهو وقت للعبادة والاحتفال والتجمعات المجتمعية.

عند التحدث عن الثقافات والأديان المختلفة واحتفالاتها، من المهم فهم الفرق بين التقدير الثقافي والاستيلاء الثقافي.



الهدف

التعرّف على القصص وراء الاحتفال بالمهرجانات المختلفة.



ماذا تحتاجين:

- قصة عن أحد المهرجانات (من قسم المصادر) - اختاري ما يناسب الوقت من السنة
- مثل: الهولي (مارس)، غانيش (أغسطس/سبتمبر)، ديوالي (أكتوبر/نوفمبر)
- أقلام وورق



طريقة التنفيذ

١. حضّري لقراءة القصة من خلال مناقشة التقدير الثقافي والاستيلاء الثقافي
 - ما أمثلة كل منهما؟
 - كيف يمكن تجنب الاستيلاء الثقافي؟
٢. ابدئي بقراءة القصة، وتوقفي في المنتصف
٣. أعطي كل مشاركة ورقة واطلبي منها رسم شيء متعلق بالقصة
٤. واصلِي قراءة القصة حتى النهاية
٥. اطلبي منهن رسم شيء آخر عن القصة (إضافة أو فكرة جديدة)
٦. شاركن الرسومات مع بعضكن وتأمّلن سبب اختيار هذا الرسم

أسئلة للتفكير



- ما أكثر شيء لفت انتباهك في القصة؟
- ما الدرس أو المعنى منها؟
- كيف ترتبط الاحتفالات بهذه القصة؟
- ما الأعياد أو المهرجانات التي تحتفلين بها؟ وهل لها قصة؟
- ماذا تعلّمت من هذا النشاط؟
- أي مهرجان هندي ترغبين في الاحتفال به في سانجام؟
- ما الجزء الذي ألهمك للرسم؟

بدائل

- يمكن تنفيذ النشاط في الخارج باستخدام الطباشير للرسم على الأرض



طريقة التنفيذ

١. تأكدي من أن المكان آمن ومريح للجميع
٢. تقف كل مشاركة على سجادة مع مساحة كافية للحركة
٣. تقوم إحدى المشاركات بإعطاء التعليمات بوضوح
٤. شجّعي الجميع على التجربة وفق ما يشعرون بالراحة فيه

الهدف

التعرّف على اليوغا وتجربة بعض الحركات المناسبة للمبتدئات.



ماذا تحتاجين:

- سجادات يوغا أو سجادات رياضية أو بطانيات أو مناشف
- تعليمات للحركات (من قسم المصادر)

بدائل

- يمكن ممارسة اليوغا على العشب أو في مكان مفروش بالسجاد
- يمكن متابعة فيديو يوغا للمبتدئات عبر الإنترنت

معلومات أساسية

كلمة "يوغا" تعني الاتحاد، أي اتحاد الجسد والعقل والروح. نشأت اليوغا في الهند منذ أكثر من ٥٠٠٠ عام، وتستخدم كوسيلة للتأمل. وخلال الفعاليات في سانجام، يبدأ كل صباح بممارسة اليوغا.

أسئلة للتفكير

- هل سبق لك تجربة اليوغا؟
- كيف شعرت أثناء أداء الحركات؟
- كيف شعرت بعدها؟
- هل ترغبين في تجربتها مرة أخرى؟
- ما الطرق الأخرى التي تساعدك على التأمل أو العناية بالجسد والعقل والروح؟



د



التواصل مع

سانجام



دعم سانجام

الشابات

هناك العديد من الفرص لدعم وتجربة أحد المراكز العالمية. يبحث سانجام دائماً عن أشخاص موهوبات ومتمحمسات للانضمام إلى الفريق، حيث تساهم كل إضافة في إحداث فرق في حياة الفتيات والشابات.

يمكنك الاطلاع على الفرص المتاحة في موقع سانجام لمعرفة البرامج الحالية، بما في ذلك برامج تطوير القيادة التطوعية وفرص التطوع قصيرة المدى.

فيما يلي بعض الفرص المختلفة المتاحة في سانجام والمراكز العالمية الأخرى:



المنح الدراسية

ابحثي عن فرص المنح للتطوع أو حضور الفعاليات، عبر موقع سانجام أو بالتواصل معهم



التطوع

انضمي إلى قائمة المتطوعات التابعة للجمعية العالمية، حيث يتم الإعلان عن الفرص ويمكنك التقديم



سنة استراحة

خيار مميز يمكنك القيام به أثناء التفكير في مستقبلك؛ فقد تجدين من خلاله مهنتك المثالية!

الزيارة

هل ستسافرين للهند
لماذا لا تزورين بونا
يمكنك زيارة المكان ليوم واحد فقط أو لفترة أطول.

برنامج مجتمع سانجام

يوفر تجربة تطوعية مميزة وعالية الجودة، وتسمى المشاركات فيه "تاريز"، وتعني "نجمة" باللغة الهندية يمكنك معرفة المزيد عن هذه الفرص عبر هنا



سواء زرت سانجام أم لا، يمكنك الترويج للمركز العالمي للآخرين وتشجيعهم على زيارته ومشاركة تجاربهم.



دعم سانغام

للكبار

سواء سبق لك زيارة «سانغام» أم لا، يمكنك التعريف بالمركز العالمي للآخرين وتشجيعهم على زيارته ومشاركة تجاربهم.

قدّمي تبرّعاً،

أو انضمّي ك صديقة.

- أصدقاء المراكز العالمية - فيسبوك
- أصدقاء سانغام
- تبرّعي لدعم سانغام
- طرق أخرى لدعم سانغام
- تبرّعي بالمواد اللازمة للبرامج والعمليات، حيث يمكنك طلب المواد من قائمة أمنيات سانغام على أمازون وشحنها مباشرة إلى سانغام، أو اصطحابها معك شخصياً.

الفعاليات المحلية

- خطّطي ونفّذي بعض الفعاليات في بلدك للتعريف بـ«سانغام» وزيادة الوعي به، مثل:
 - عشاء في مطعم هندي محلي.
 - وجبة جماعية من المأكولات الهندية.
 - ليلة لمشاهدة أفلام بوليوود (تذكّري التأكد من أن الفيلم المختار يحتوي على ترجمة).
 - فعالية للطهي.
 - فعالية للأعمال والحرف اليدوية.
 - فعاليات أخرى، مثل اليوغا أو الرقص.

احضري فعالية افتراضية

• احضري إحدى فعالياتنا الافتراضية

- إذا لم يكن هناك موعد يناسب جدولك، فيمكنك طلب تنظيم فعالية افتراضية خاصة لمجموعتك.
- استكشفي عالم الطهي والثقافة، وخوضي جولة افتراضية في المراكز العالمية، واطرحي جميع الأسئلة التي ترغبين بها.



خطّطي لرحلة

- أفضل طريقة لدعم «سانغام» هي أن تذهبي إليه بنفسك!!
- احضري إحدى الفعاليات، أو احجزي إقامة في «سانغام» كمحطة في طريقك إلى وجهة أخرى.
- ادعي صديقاتك واذهبن معاً كمجموعة.
- إذا لم يناسبك أو يناسب مجموعتك جدول الفعاليات المتاحة، فاطلبي تنظيم فعالية خاصة لك أو لمجموعتك.
- أقيمي كضييفة مستقلة.
- ساعدي الآخرين في التخطيط لرحلتهم، حتى لو لم تتمكني من الذهاب بنفسك.

استخدمي وسائل التواصل الاجتماعي للمشاركة والترويج.

استعملي هاشتاق #SangamWeBelong و ComingTogether

إنستغرام - @sangamworldcentre

فيسبوك - @sangamworldcentre

يوتيوب - @sangamworldcentre



• شاركي الذكريات

• شاركي صوراً من الفعاليات المحلية الأخيرة.



الموارد

يتضمن هذا القسم الموارد المطلوبة للأنشطة الواردة في هذه الحزمة، مثل القوالب، والبطاقات، والقصص.

الروابط



بعض الروابط المفيدة للتواصل مع سانجام :

[الموقع الإلكتروني](#)

[نموذج التواصل](#)

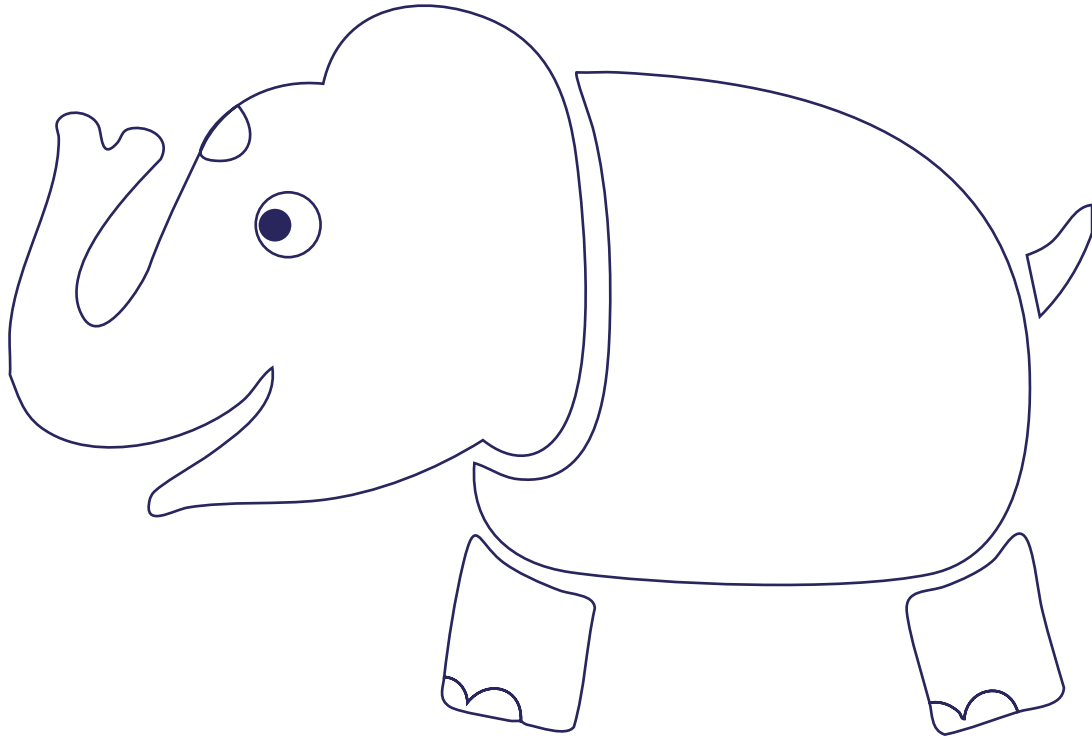
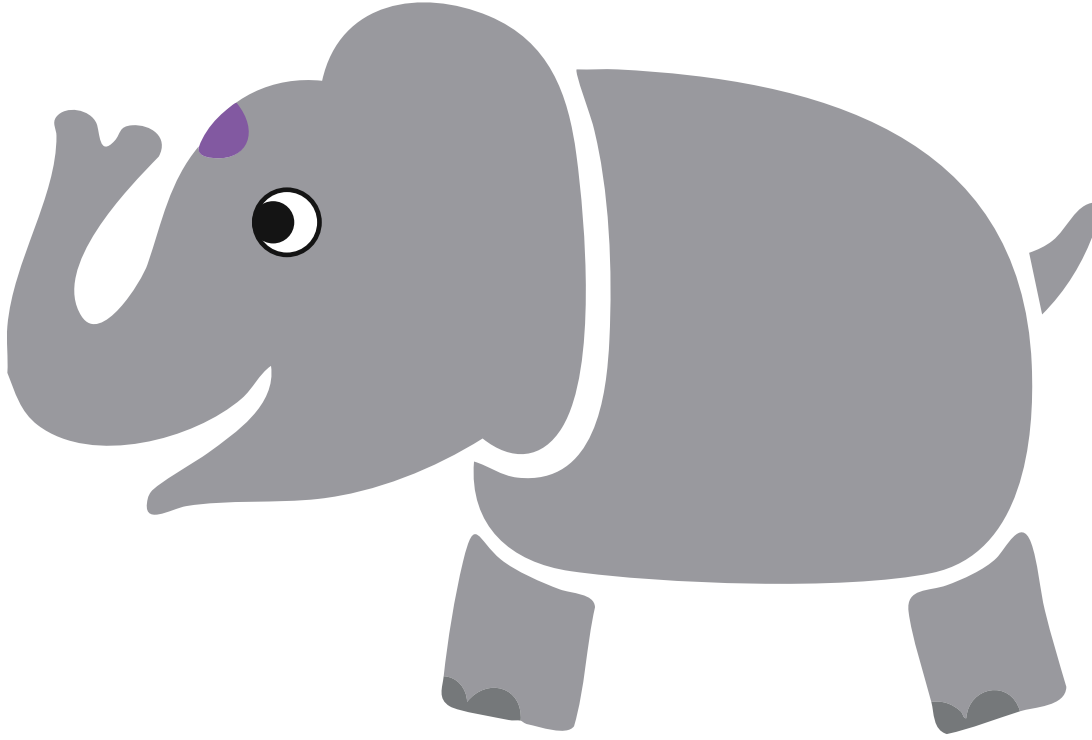
[الاشتراك في النشرة الإخبارية](#)

[المراكز العالمية الأخرى](#)

[المراكز العالمية على منصة «كامب فاير»](#)

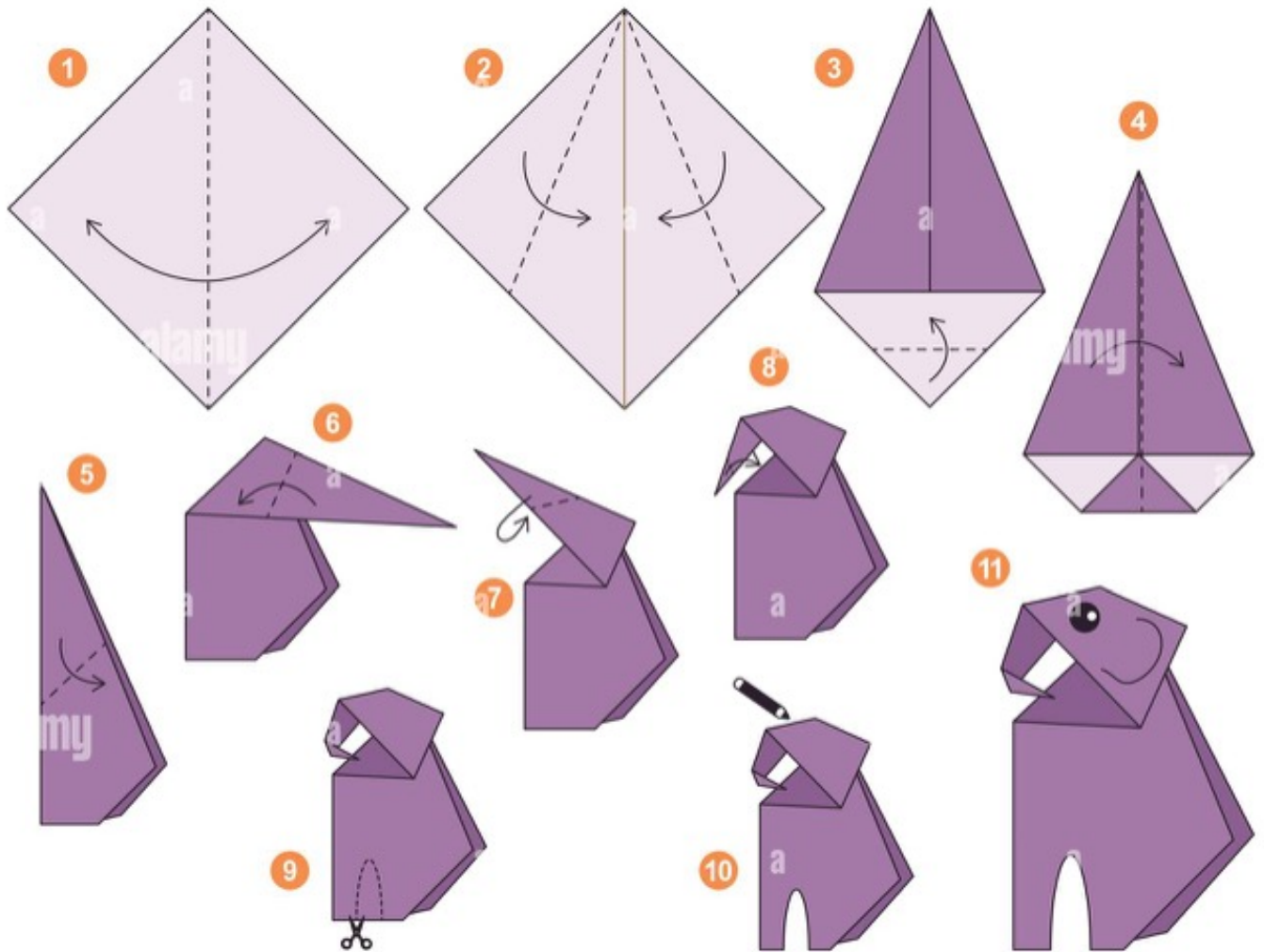


نسخة قابلة للطباعة من سانجيلي، لاستخدامها كمصدر إلهام لإنشاء نسختهم الخاصة، أو ليقوم الأعضاء الأصغر سنًا بتلوينها.





إلهام لصنع سانجيلي عن طريق طي الورق

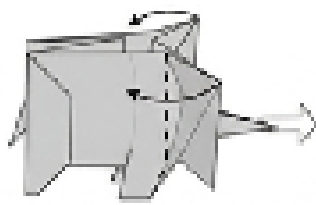


alamy

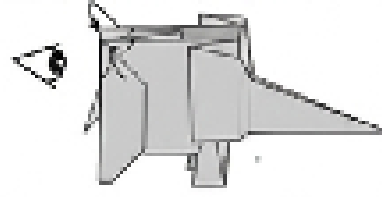
Image ID: 2M00GRR
www.alamy.com



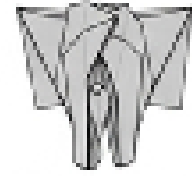
إلهام لصنع "سانجيلي" عن طريق طي الورق.



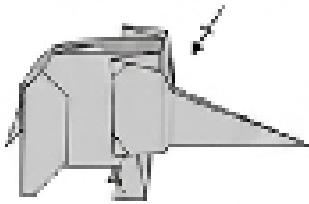
35. اسحبني الخرطوم قليلاً وأرجعي الأذنين للخلف.



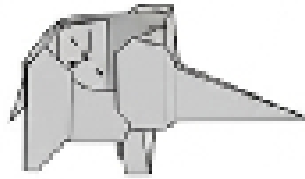
36.



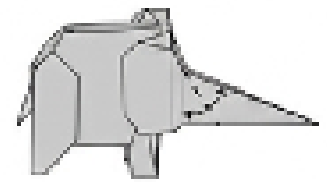
36a. منظر خلفي - الطبقات تتداخل.



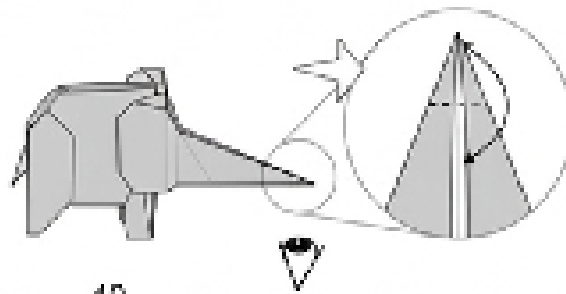
37. شكلي الساقين والأذنين. كزري ذلك في الجهة الخلفية.



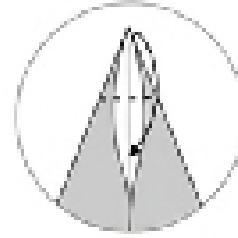
38. منظر مقطعي. أطوي لثقل الطبقات معا.



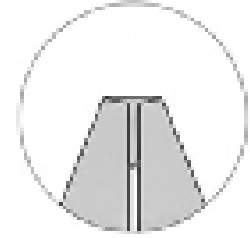
39.



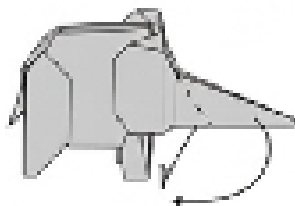
40.



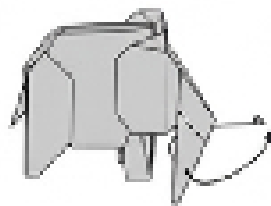
41. أدخلي للداخل.



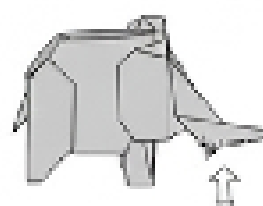
بهذا الشكل. إذا كنت تحبين التفاصيل جزئي التشكيل لعمل منحوتين.



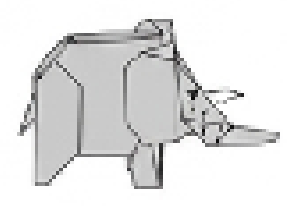
42.



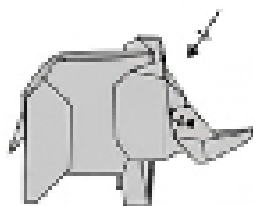
43.



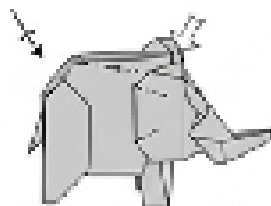
44. غطسية مغلقة. لتضييق الخرطوم.



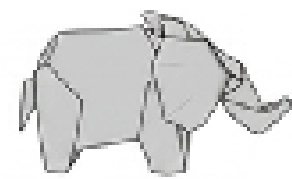
45. تجميعه.



46. شكلي العين. كزري ذلك في الجهة الخلفية.



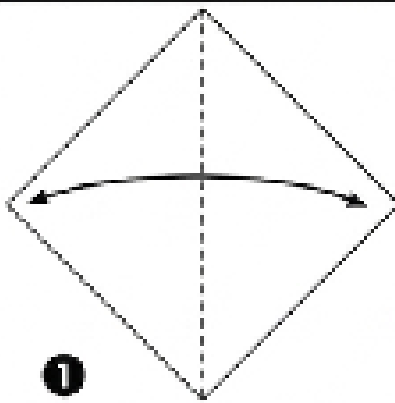
47. شكلي الجوانب والأذنين العين والأذنين وأعلى الرأس. اضيفي أي تشكيل آخر تفضليه لإنهاء العمل.



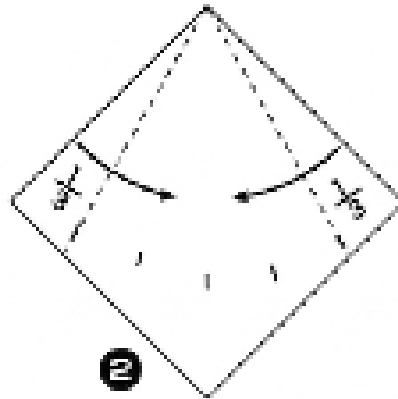
48. الفيل المكتمل.



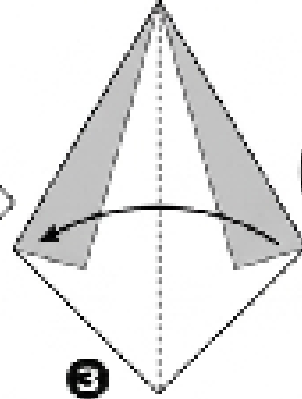
إلهام لصنع "سانجيلي" عن طريق طي الورق.



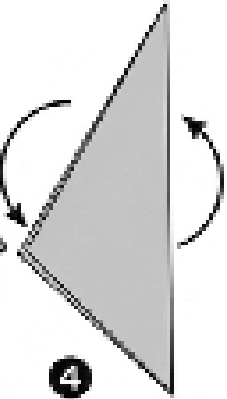
1 اطوي في المنتصف
لصنع ثنية، ثم افتحها



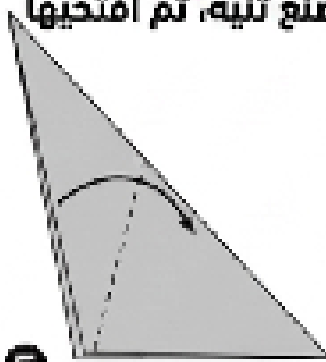
2 اطوي للأمام عند
الخطوط المنقطة



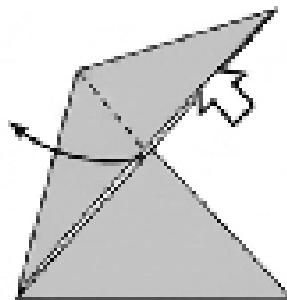
3 اطوي في المنتصف



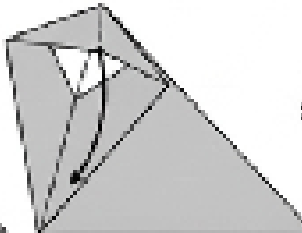
4



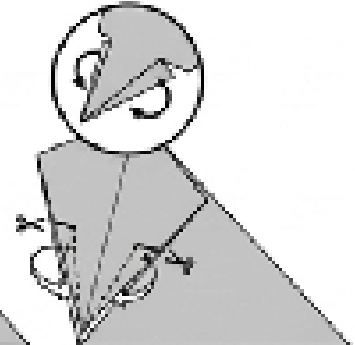
5



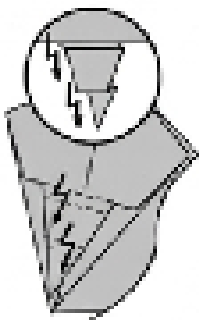
6 اطوي عند الخط المنقط



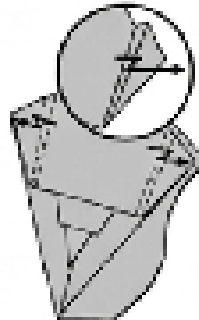
7 افتحي من عند



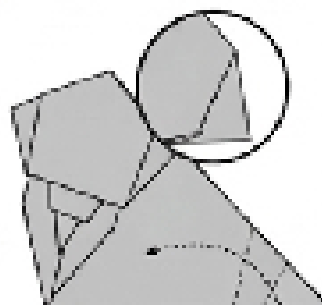
8 قصي بمقص
واطوي للداخل



9 طية مرطية
(ثنية الخطوة)



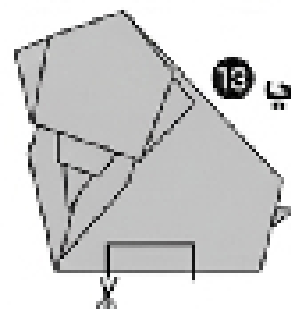
10 طية مرطية
(ثنية الخطوة)



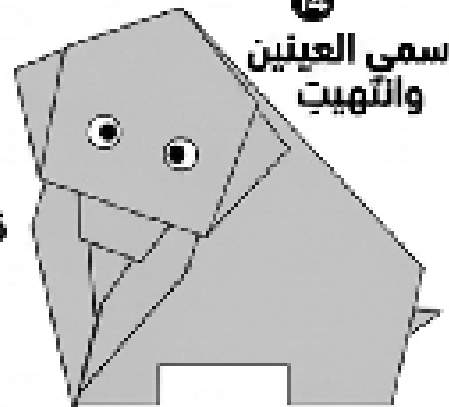
11 طية الجيب



12 طية الجيب
واسحبي
الحافة



13 قصي



14 ارسمي العينين
والأنف

الفيل



هذه هي ماندالا الذكرى الستين لتأسيس سانجام، والتي استُخدمت للاحتفال في عام ٢٠٢٦

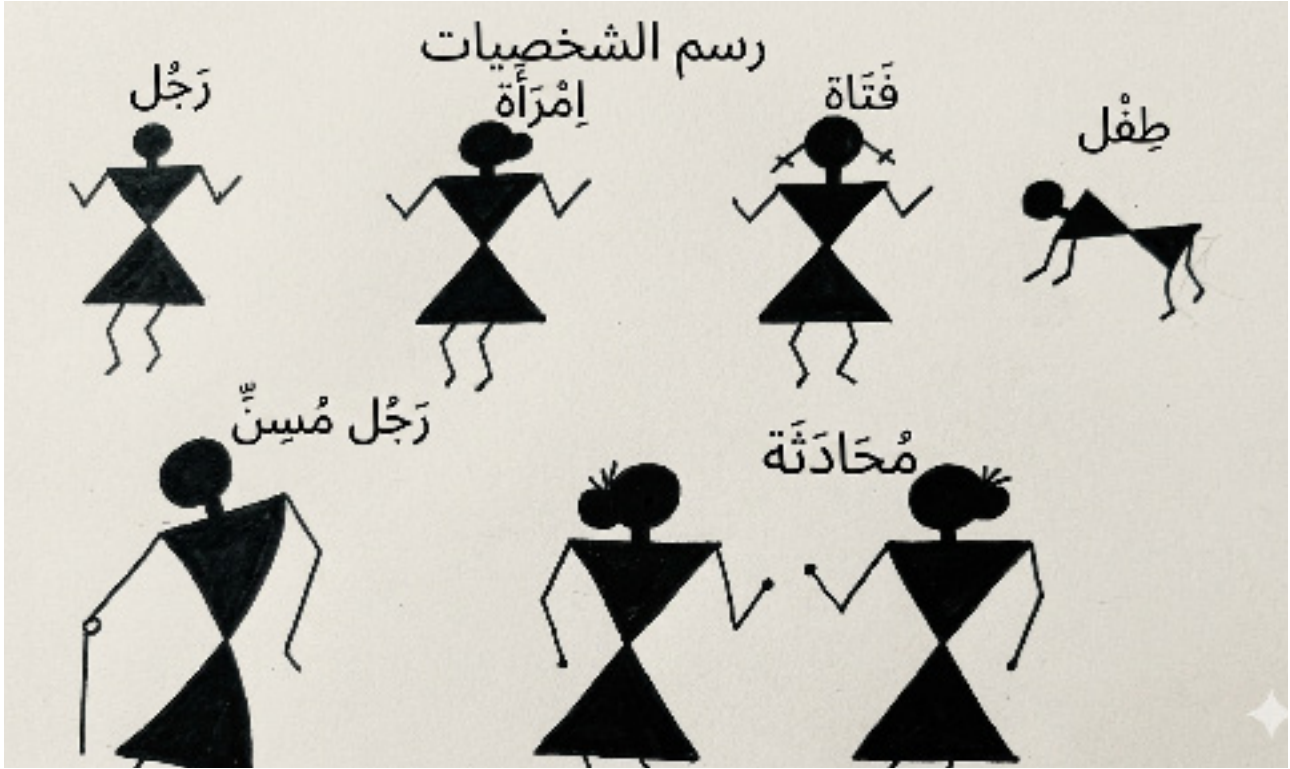


هناك عناصر مختلفة في الماندالا، ماذا يمكنك أن تلاحظي؟

- الأقواس - تمثل تجربتنا الجسدية في سانجام، مثل الأبواب الأمامية أو المدخل إلى قاعة ليدي راتان تاتا.
- شعار الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة - يجعلك تشعرين بأنك جزء من الحركة العالمية.
- الزهرة الخمسون - تمثل جميع الأوقات التي احتفلنا بها وسنحتفل بها في المستقبل.
- ما هي ذكرياتك عن احتفالات في حركة المرشدات وفتيات الكشافة؟ وماذا تتطلعين إليه في المستقبل؟
- سانجيلي - تمثل كل ما تعلمناه وسنتعلمه عن قيادتنا.
- الفيلة ترمز إلى القوة والقدرة، وفي هذا السياق نذكرنا سانجيلي برحلة قيادتنا وكيف يمكننا أن نكون جزءًا من القيادة من أجل التغيير.
- ماذا علمك حركة المرشدات أو فتيات الكشافة عن أن تكوني قائدة؟
- النساء الهنديات - يمثلن كل ما تعلمناه من الثقافات المختلفة خلال رحلتك في حركة المرشدات وفتيات الكشافة.
- ما هي الطرق المختلفة التي أتاح لك في الحركة الإرشادية وفتيات الكشافة تقدير ثقافات لم تكوني قد اختبرتها من قبل؟
- نساء وارلي - يمثلن عمق الصداقة الدولية التي تتكوّن من خلال المرشدات وفتيات الكشافة.
- هل التقيت بشخص جديد في عالم المرشدات أو فتيات الكشافة وأصبحتما صديقتين مدى الحياة؟
- هل صنعتما ذكريات معًا في مركز عالمي أو فعالية دولية للمرشدات أو فتيات الكشافة؟ وما هي هذه الذكريات؟
- الحناء - تمثل مجتمعنا وما يقدمه ويستمر في ترسيخه في حياتنا.
- هل كونت صداقات مع أشخاص التقيت بهم من خلال المرشدات وفتيات الكشافة أو من خلال مجتمع عملت معه؟ وما الأثر الذي تركته هذه التجربة في حياتك؟
- اليوغيني - تمثل رحلتنا الداخلية في التحول من خلال المرشدات وفتيات الكشافة.
- هل جربت اليوغا أو يوغا الضحك من قبل؟ وهل استمتعت بها؟
- فن وارلي
- (بعض نماذج أشكال فن وارلي، مناسبة لجميع الأعمار)



[بعض نماذج أشكال فن الوري، مناسبة لجميع الأعمار.]





التشاباتي هو نوع من الخبز الهندي، وغالبًا ما يُقدَّم مع أطباق وأطعمة مختلفة. هذه الوصفة مأخوذة من كتاب الطبخ الخاص بسانجام، «وصفات من مطبخ سانجام». نصيحة للطهي من شوبا (مشرفة المنزل والمطبخ): «مهما كان ما تطهينه، احرص على أن تطهيه من قلبك، وركّزي أثناء الطهي، واستخدمي مكونات طازجة.» إليك الوصفة التي يمكنك تجربتها، لتتذوقي نكهة سانجام.

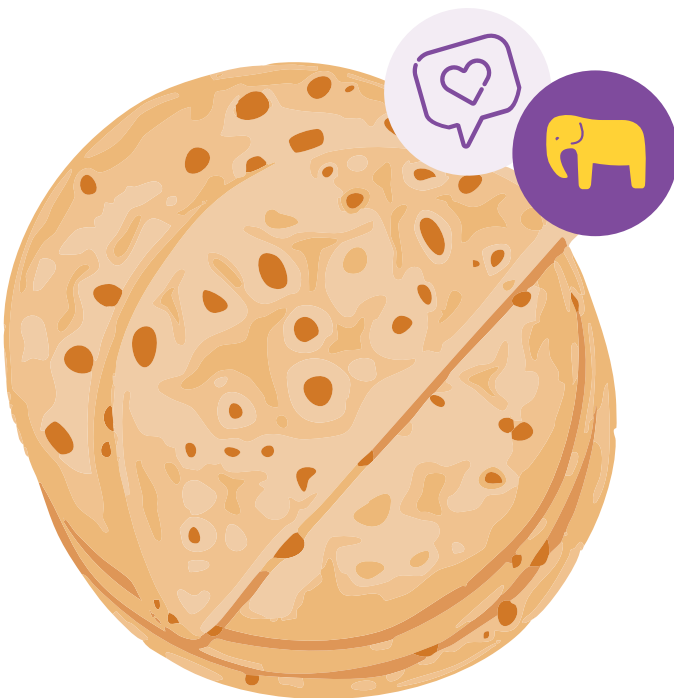
الإرشادات

ماذا تحتاجين:

١. اخلطي الدقيق والزيت والملح. أضيفي كمية كافية من الماء لتحصيلي على عجينة طرية.
٢. اعجني العجينة لمدة ٥ دقائق.
٣. شكلي كرة بحجم ٣-٤ سم، ثم افريديها بيدك باستخدام القليل من الزيت. افريدي كرات العجين حتى تصبح مسطحة، واستخدمي قليلًا من الدقيق الجاف أثناء الفرد. إذا التصقت عجينة التشاباتي بسطح العمل أثناء فردها، ارفعيها بحذر.
٤. لطهي التشاباتي، سخني مسبقًا صاجًا أو مقلاة غير لاصقة لتجنب أن يصبح التشاباتي قاسيًا أو هشًا. ضعي التشاباتي في المقلاة وحمصيه جافًا حتى تظهر فقاعات وبقع بنية على سطحه، مع تقلبيه من حين لآخر.
٥. ضعي قليلًا من السمن أو الزبدة على التشاباتي. يجب أن يكون التشاباتي المطهو جيدًا خفيفًا وهشًا. يمكنك وضع قطع التشاباتي المطهية فوق بعضها، ثم تغطيتها بمنديل.

- وعاء للخلط.
- مقلاة صاج أو مقلاة غير لاصقة.
- موقد غاز أو كهربائي.
- المكونات:
- ٢٥٠ غرامًا من دقيق القمح.
- ملعقتان كبيرتان من الزيت.
- نصف ملعقة صغيرة من الملح.
- ماء للعجن.

ما هي الوصفة





طبق البالاك من الأطباق المشهورة في سانجام، وهو بالتأكيد من الأطباق المفضلة لدى الموظفين. هذه الوصفة مأخوذة من كتاب الطبخ الخاص بسانجام، «وصفات من مطبخ سانجام». نصيحة للطهي من أوجوالا (من فريق المطبخ): احرص دائماً على تقديم جميع الأطباق طازجة ودافئة. إليك الوصفة التي يمكنك تجربتها، لتتذوقي نكهة سانغام.

ماذا تحتاجين:

- قدران أو مقلتان للطهي.
- موقد غاز أو كهربائي.

المكونات

- ٥١٠ غرام من السبانخ.
- ٢٣٥ مل من الماء.
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة.
- بصلتان مفرومتان.
- ٣ ملاعق كبيرة من معجون الطماطم.
- ملعقة كبيرة من معجون الزنجبيل والثوم.
- ملعقتان كبيرتان من زيت الطهي.
- نصف ملعقة صغيرة من الملح.
- ١٢٥ غراماً من جبن بانير مقطع إلى مكعبات (أو جبن قريش متماسك)، أو ١٢٥ غراماً من الفطر المقطع.
- نصف ملعقة صغيرة من مسحوق الكزبرة.
- نصف ملعقة صغيرة من مسحوق بذور الكمون.
- نصف ملعقة صغيرة من مسحوق الفلفل الحار.
- نصف ملعقة صغيرة من بيكربونات الصوديوم.

الإرشادات

١. اغسلي أوراق السبانخ وضعيها في أحد القدر. أضيفي بيكربونات الصوديوم وامزجي جيداً.
٢. اطيها لمدة 5 دقائق. لا تضيفي الماء. ثم اطيها حتى تحصلي على معجون.
٣. سخني القدر الآخر، وأضيفي الزيت ومعجون الزنجبيل والثوم والبصل. قلّبي حتى يصبح البصل ذهبي اللون.
٤. أضيفي معجون الطماطم ومعجون السبانخ. امزجي جيداً.
٥. أضيفي مسحوق الكزبرة ومسحوق بذور الكمون ومسحوق الفلفل الحار. امزجي جيداً.
٦. أضيفي الزبدة والملح. اتركي الخليط يغلي لمدة 5 دقائق.
٧. أضيفي جبن البانير المقطع إلى مكعبات أو جبن القريش المتماسك، أو الفطر. امزجي جيداً.
٨. غطي القدر بالغطاء لمدة دقيقتين.
٩. قدّمي الطبق ساخناً.





	Namaste	مرحباً / أهلاً / تحياتي
XXX	Mera naam XXX hai	اسمي ...
XXX	Main XXX se hui	أنا من ...
	Dhanyavad	شكراً لك
?	?Aapka naam kya hai	ما اسمك؟
	Phir milenge	إلى اللقاء، سنلتقي مجدداً
	Dosti	صداقة
	Krupya	رجاءاً
	Han	نعم
	Nahi	لا
	Chalo	هيا بنا
	!Bas	كفى
?	?Kitne ka hai	كم (من المال)؟
	Paise	المال
	Didi	أختي الكبرى
	Mobarak Ho	تهانينا
	Pani	ماء
	Garm	ساخن
	Janmdin Mubarak Ho	عيد ميلاد سعيد
	Chai	شاي
	Mandir	معبد
	Acha hai	انه جيد
	Thik hai	تمام

توجد مقاطع فيديو رائعة على حسابات التواصل الاجتماعي لمركز "سانغام" لمساعدتك في إتقان النطق الصحيح.

انستغرام - sangamworldcentre@



يوتيوب - sangamworldcentre@





يمكنك استخدام إحدى هذه القصص الثلاث، أو البحث عن قصة أخرى تناسب فئتك العمرية ومستوى فهم المجموعة.

قصة هوليكا وبراها (مهرجان هولي)

منذ زمن بعيد، كان هناك ملك يُدعى "هيرانياكاشيو". كان يعتقد أنه الملك الأكثر قوة على وجه الأرض، وأراد من الجميع أن يعبدوه كإله. لكن ابنه "براها" لم يوافق الرأي، واستمر في عبادة الإله "فيشنو"، مما أثار غضب الملك شديداً.

كان للملك أخت شريفة تُدعى "هوليكا"، وكانت تمتلك عبادة سحرية تحميها من النيران.

تأمر الملك مع أخته للتخلص من ابنه ووضع خطة لذلك؛ حيث طلب من "براها" الجلوس في أحضان "هوليكا" وسط نار مشتعلة بالحطب، معتقداً أن العبادة ستحمي أخته وحدها.

لكن العبادة لم تحم "هوليكا"، بل تطايرت في الهواء لتغطي "براها" وتنقذه. وهكذا نجا "براها" دون أن يمسه أذى، بينما لقيت "هوليكا" حتفها لأنها استخدمت قواها في الشر.

ومنذ ذلك الحين، يوقد الناس النيران في اليوم الذي يسبق مهرجان "هولي" كجزء من الاحتفال، رمزاً لانتصار الخير على الشر.

قصة كريشنا وراها (مهرجان هولي)

يُعدّ "كريشنا" إله الرحمة والحب في الميثولوجيا الهندوسية. عندما كان طفلاً، حاولت إحدى الشياطين قتله عن طريق تسميم حليبه، إلا أن ذلك الحليب لم يقتله، بل تسبب في تحول بشرته بشكل غير متوقع إلى اللون الأزرق الداكن الشهير.

كان الفتى "كريشنا" يشعر بالحرج من لون بشرته الأزرق الداكن، وفي الوقت نفسه كان يفيض حباً للإلهة "راها". وفي لحظة يأس، استشار والده "يشودا" التي اقترحت عليه ببساطة أن يلون بشرته "راها" بأي لون يشاء. أخذ "كريشنا" بنصيحتها بشكل حريفي، وتعبيراً عن حبه لـ "راها"، قام بدافع المرح بتلوين بشرته لتصبح مثل بشرته، ولتقع "راها" في حب "كريشنا" لشدة جاذبيته ولطفه.

وتخليداً لقصة الحب هذه بين "كريشنا" و"راها"، يرش الناس المساحيق الملونة على بعضهم البعض في كل ربيع، محاكاةً لما فعله "كريشنا" عندما لون بشرته "راها"، وهو ما أصبح تقليداً مستمراً حتى اليوم في مهرجان "هولي".

قصة كاماديفا (مهرجان هولي)

تقول القصة إن الإله "شيفا" كان يحس بحزن شديد بعد فقدان زوجته "ساتي"، ولجأ إلى التأمل العميق طلباً للسكينة. وكان استغراقه في التأمل كبيراً لدرجة أنه لم يكن بالإمكان إيقاظه ليتعامل مع شؤون العالم، وبسبب غيابه تضرر العالم وألقى ذلك بظلاله على الجميع.

ولحل هذه المشكلة، ولدت "ساتي" من جديد باسم "بارفاتي"، وكان عليها أن تفوز بحب "شيفا" لإعادة الأمور إلى نصابها الطبيعي في العالم. وعندما استنفدت كل وسائلها الأنثوية، طلبت المساعدة من "كاماديفا" (إله الحب في الثقافة الهندية).

ورغم معرفة "كاماديفا" التامة بالعواقب المحتملة، إلا أنه أطلق سهم الحب نحو قلب "شيفا"، الذي استيقظ من تأمله غاضباً وفتح عينه الثالثة، ليتسبب في إحراق "كاماديفا" على الفور. ومع ذلك، كان سهم الحب قد أصاب هدفه بدقة، فعاد "شيفا" إلى الاهتمام بشؤون العالم وتزوج من "بارفاتي".

بعد ذلك، التمس "راتي" -زوجة كاماديفا- من "شيفا" العفو، موضحة أن ما حدث كان تدبيراً من الآلهة وأن "كاماديفا" هو تجسيد للحب. وافق "شيفا" وسعد بإعادة "كاماديفا" إلى الحياة.

ويعتقد أن الإله "شيفا" قد أحرق "كاماديفا" في يوم مهرجان "هولي"، ولهذا يقدم الناس في جنوب الهند الإجلال لـ "كاماديفا" في هذا اليوم تضحيةً منه. ويُصور "كاماديفا" وهو يحمل قوساً من قصب السكر، وترّاً من نخل العسل، وأسهماً مزينة بالزهور العطرة. كما تُقدم لتمائله أزهار المانجو التي يُقال إنه يحبها، ويضع الناس معجون صندل الخشب على جباه تمائله في يوم "هولي" لتخفيف آثار الحروق التي أصابته.



يمكنك استخدام إحدى هذه القصص، أو البحث عن قصة أخرى مناسبة لمجموعتك.

قصة الديوالي (مهرجان الأصواء)

هذه الرواية لقصة ديوالي بسيطة، لكنها تُجسد جوهر المهرجان بطريقة يفهمها الأطفال.

في قديم الزمان، في مملكة أيوديا الجميلة، كان هناك أمير شجاع وطيب القلب يُدعى راما. كانت له زوجة جميلة تُدعى سيتا، وأخ وفي يُدعى لاكشمانا. في أحد الأيام، قرر والد راما، الملك داشاراثا، إرسال راما إلى الغابة لمدة أربعة عشر عامًا وفاءً بوعده قطعه لزوجته. دون تدمر، غادر راما وسيتا ولاكشمانا القصر وذهبوا للعيش في الغابة.

في الغابة، سمع ملك شيطاني شرير يُدعى رافانا بجمال سيتا وطيبته. أراد أن يجعلها ملكته. لذلك، جاء رافانا متنكرًا واختطف سيتا، واقتادها إلى مملكته الجزيرة، لانكا.

انكسر قلب راما، لكنه لم يستسلم. بمساعدة أخيه لاكشمانا وجيش من القردة بقيادة ملكهم الذي هانومان، انطلق راما لإنقاذ سيتا. بعد معركة طويلة وشرسة، هزم راما رافانا وأنقذ زوجته الحبيبة.

عندما انتهى منفاهم أخيرًا، عاد راما وسيتا ولاكشمانا إلى مملكتهم أيوديا. فرح أهل أيوديا بعودة أميرهم فرحًا عظيمًا، فأضاءوا صفوفًا من المصابيح الزيتية، المعروفة باسم "دياس"، ترحيبًا به. أضاءت المدينة بأكملها، واحتفل الجميع بفرح وسرور، وتناولوا الحلويات، وأطلقوا الألعاب النارية.

لهذا السبب نحتفل بعيد ديوالي، عيد الأنوار. فهو يرمز إلى انتصار الخير على الشر والنور على الظلام. في هذا اليوم، ينظف الناس منازلهم، ويزينونها بالدياس والرانجولي، ويرتدون ملابس جديدة، ويتبادلون الحلويات مع العائلة والأصدقاء.

وهكذا، في كل عام، نذكرنا قصة راما وسيتا ولاكشمانا بأهمية الشجاعة والطف والإحسان للآخرين.

قصة قصيرة عن غانيش

تفصل عدة أساطير ولادة غانيش وحصوله على رأس الفيل، وتختلف هذه الأساطير باختلاف المناطق والتقاليد والطوائف.

تبدأ إحدى القصص الشائعة عن ولادة غانيش بالإلهة بارفاتي، التي كانت تشعر بالوحدة وتتوق للمحبة؛ لذا خلقت ابنًا من الطين والسمن الحيواني ونفخت فيه الحياة بينما كان شريكها شيفا يتأمل على جبل كايلاش.

في أحد الأيام، ذهبت بارفاتي لتستحم، وطلبت من ابنها أن يقف حارسًا. وبينما كانت تستحم، عاد شيفا ليجد الابن الشاب الذي لم يلتق به من قبل يمنع من الدخول. فغضب وقطع رأسه وذهب للبحث عن بارفاتي.

وسرعان ما أدرك شيفا ما فعله، فبحث عن أول كائن يستطيع العثور عليه وكان فيلاً، ووضع رأسه على جسد الصبي، وأطلق عليه اسم "غانيش" أي "سيد الفيلة". ثم أعلن أنه سيكون مُزيل العقبات، ويُجلب دائمًا في مقدمة أي طقوس.

كما يُنظر إلى غانيش باعتباره حامى الفنون وراعيها.



يمكنك استخدام إحدى هذه القصص، أو البحث عن قصة أخرى مناسبة لمجموعتك.

قصة بديلة عن غانيش

منذ زمن بعيد، عاش الإله شيفا وزوجته الإلهة بارفاتي في سعادة على قمة جبل كايلاش العالي في جبال الهمالايا. في أحد الأيام، اضطر شيفا للسفر في رحلة طويلة، مخلفاً بارفاتي وحدها. ازداد شعور بارفاتي بالوحدة شيئاً فشيئاً، وتمنت لو كان لديها طفل يلعب معها ويؤنس وحدتها. وباستخدام قواها الإلهية، صنعت بعناية تمثالاً لولد صغير من التربة والطين، وكان النحت لطيفاً بخدين ممتلئين، وأطلقت عليه اسم "غانيش". ثم نفخت فيه الحياة بصر مياه نهر الغانج المقدسة عليه، وغمرتها الفرحة بابنها الجميل.

ولأن بارفاتي اتسخت أثناء صنع غانيش من التراب والطين، قررت أن تستحم. فطلبت من غانيش أن يحرس باب المنزل، وأوصته ألا يسمح لأي شخص بالمرور مهما كان. وبينما كان غانيش يقف حارساً عند الباب، عاد شيفا من رحلته الطويلة؛ رجل أزرق ضخم البنية. تفاجأ شيفا برؤية شخص يقف عند باب بيته، فأمره قائلاً: "دعني أمر"، لكن غانيش رفض، وأخبره أن أحداً لن يدخل دون إذن أمه. غضب شيفا، وهو إله سريع الانفعال، من هذا الولد الصغير الذي يمنعه من دخول بيته، فلوح برمحه الثلاثي القوي وقطع رأس غانيش.

وعند سماع الضجة، هربت بارفاتي إلى الخارج، وأطلقت صرخة مدوية عندما رأت جثة ابنها ملقاة على الأرض. وبدموع غزيرة، أخبرت شيفا أنه قتل للتو ابنهما الوحيد الذي صنعهته محبة، وأمرته بأن يعيد إليه الحياة. شعر شيفا بالندم الشديد على ما فعله، ووعدتها بإعادة ابنهما إلى الحياة.

توجه شيفا إلى عمق الغابة، وبعد فترة سمع خطوات ثقيلة وبطيئة خلفه. ظهر فيل من بين الأشجار وكان مصاباً ويحتضر. تذكر شيفا وعده لبارفاتي، فاستل سيفه وقطع رأس الفيل بسرعة، آكلاً أن ينقذه أيضاً من آلامه. كان شيفا قوياً بما يكفي ليحمل الرأس الكبير والثقيل، فعاد به إلى المنزل وربطه بجسد ابنهما. وإعادة الحياة إليه مرة أخرى، استيقظ الولد، ولكن هذه المرة بجسد صبي ورأس فيل. غمرت الفرحة بارفاتي، ورغم أن هذا الوجه كان مختلفاً عما توقعته، إلا أنها أحبته كما تحب أي أم طفلها تماماً.

بآرك شيفا غانيش بالازدهار والذكاء. ولإرضاء زوجته أكثر، وإعراياً عن احترامه لابنه على الولاء والشجاعة اللذين أبداهما لحماية أمه، أعلن شيفا أن غانيش سيُجلب أولاً قبل أي إله آخر، ولهذا السبب يصلي الهندوس دائماً لغانيش أولاً؛ باعتباره مُزيل العقبات.



بعض الحركات المبسطة التي يقدمها عائلة "سانجام":
 شاطري عائلتك هذه التجربة الممتعة وتابعي الخطوات التالية:
 شاهدت الفيديو والتعرف على الوضعيات: شاهدي المقطع أولاً لتعرف على الوضعيات المختلفة، ولا تنسي تشغيل الصوت!
 التوقف والتجربة: أثناء إعادة التشغيل، أوقفي الفيديو مؤقتاً وحاولي تطبيق الوضعية.
 المتابعة والتحدي: عندما تكونين مستعدة، اضغطي على زر التشغيل، ثم أوقفي المقطع مجدداً لتجربة الوضعية التالية. اكتشفي كم حركة يمكنك إتقانها!
 أنشطة إضافية: تتوفر أيضاً بعض حركات اليوجا المناسبة للمبتدئات مثل حركات "تحية الشمس" لتجربتها.







عند تفاعلك مع ثقافات أخرى، من المهم أن تفهمي الفرق بين التقدير الثقافي والاستيلاء الثقافي:

التقدير الثقافي

هو سعيك الصادق للتعرف على ثقافة ما وفهمها بهدف توسيع آفاقك وبناء علاقات إنسانية أعمق. ويتضمن ذلك احترام التقاليد والممارسات ومعرفة معانيها وقيمتها ضمن سياقها الثقافي.

الاستيلاء الثقافي

يحدث عندما يتم استخدام عناصر من ثقافة معينة دون فهم أو احترام، مما يؤدي إلى تجريدها من معناها وسياقها. وقد يكون ذلك أحياناً بهدف الموضة أو المكاسب الشخصية دون تقدير خلفيتها الثقافية.



مثال على الاستيلاء الثقافي:

قد يكون ارتداء الضفائر أو ضفائر «الكورنرو» دون فهم الأهمية التاريخية والثقافية الكامنة وراثتها، ولا سيما في المجتمعات الأفريقية والأفريقية الأمريكية، مثالاً على الاستيلاء الثقافي. فقد كان تضفير الشعر تقليداً ممتداً لقرون طويلة، وغالباً ما يحمل معاني عميقة تتعلق بالهوية، والمكانة الاجتماعية، والتراث الثقافي. وعندما يرتدي أفراد من خارج هذه المجتمعات الضفائر لمجرد اتباع صيحة أو موضة، دون الاعتراف بالتاريخ الثقافي أو احترامه، يمكن اعتبار ذلك استيلاءً ثقافياً.



مثال على التقدير الثقافي:

في السياق الأفريقي، يُعد ارتداء الملابس التقليدية مثل قماش «كينتي» المصنوع ببراعة من غانا، بعد التعرف على أهميته التاريخية، مثالاً على التقدير الثقافي. فقماس «كينتي» ليس مجرد قطعة قماش، بل هو تجسيد لعائلة مرتديها، وتراثه، والقصص التي تناقلتها الأجيال. وإذا ارتدبت قماش «كينتي» مع فهم معناه وتاريخه، والاعتراف بالثقافة التي ينتمي إليها، فإن ذلك يظهر الاحترام والتقدير للتقاليد الأفريقية.

كيف يمكنك تقدير الثقافة؟

لتقدير ثقافة المراكز العالمية والدول التي تقع فيها بشكل حقيقي، احرصي على أن:

١. تتعلمي المعاني الكامنة وراء الممارسات، أو الأزياء، أو الأنشطة التي تشاركن فيها.
٢. تتفاعلي مع المجتمعات المحلية للاستماع إلى قصصهم وتقاليدهم وتاريخهم.
٣. تحترمي الرموز الثقافية من خلال فهم أهميتها واستخدامها بطريقة مناسبة.

من خلال تعزيز التقدير الثقافي، يمكنك الاحتفاء بتنوع العالم وبناء علاقات إنسانية قائمة على الاحترام والتفاهم المتبادل.



مقدمة عن

المركز العالمي كوسافيري



كيف بدأ كل شيء



تأسس "كوسافيري"، وهو المركز العالمي الخامس والأحدث، من قِبَل الجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (الواقز) في ١١ يوليو ٢٠١١، ويقع في الإقليم الأفريقي. ويختلف هذا المركز عن المراكز العالمية الأخرى في أنه لم يمتلك في البداية منشأة ثابتة من "الحجر والملاط". وبدلاً من ذلك، استغل "كوسافيري" المرافق المتاحة في جميع أنحاء أفريقيا، منتقلاً من دولة إلى أخرى مع إقامة الفعاليات المختلفة. وأتاح هذا النموذج للفتيات والشابات من جميع أنحاء الإقليم ومن مختلف دول العالم المشاركة في تجارب دولية تغيّر مجرى الحياة في مواقع متعددة تحت راية "كوسافيري".

في أكتوبر ٢٠١٥، أُطلق على المركز العالمي الخامس اسمه الرسمي: "مركز كوسافيري العالمي". وتكفي كلمة "كوسافيري" بمعنى "أن ترتحل" أو "أن تخوض رحلة" بلغة السواحيلي.

وفي عام ٢٠٢٣، خلال المؤتمر العالمي الثامن والثلاثين الذي عُقد في قبرص، تَفَرَّرَ تجربة استضافة "كوسافيري" في موقع ثابت في غانا. ومن عام ٢٠٢٤ حتى نهاية عام ٢٠٢٦، تستضيف جمعية مرشدات غانا مركز "كوسافيري". تابعي وسائل التواصل الاجتماعي الخاصة بـ "كوسافيري" لمعرفة الوجهة القادمة التي سيرتحل إليها.



يعمل "كوسافيري" على إشراك الشابات وفتيات الكشافة، وتمكينهن، ودعمهن؛

حتى يتمكنّ من إحداث تأثير وإحداث فارق إيجابي في مجتمعاتهن.





ما الذي يجعل «كوسافيري» مميزاً؟

قبل قرار عام ٢٠٢٣ باستضافة «كوسافيري» في غانا، أُقيمت فعاليات مختلفة في تسع دول (غانا، جنوب إفريقيا، كينيا، رواندا، نيجيريا، بنين، مدغشقر، أوغندا، وتنزانيا). واستضافت بعض الدول أكثر من فعالية واحدة.

يمكنك قراءة المزيد عن هذه التجارب هنا:

نبذة عن مركز كوسافيري العالمي

كانت لبعض الفعاليات أهمية خاصة بها..

- الكركي المتوج — أوغندا
- الليمور — مدغشقر
- الزرافة — تنزانيا
- النسر — غانا

تتيح كوسافيري تقليدياً يتمثل في وجود دبوس خاص بها، تحصلين عليه بعد مشاركتك في إحدى التجارب في كوسافيري، بالإضافة إلى شعار خاص بها وأغنية.

أغنية كوسافيري - أهلاً بك في كوسافيري

في ١٥ يوليو ٢٠٢١، أُنمَّ مركز «كوسافيري» العالمي عامه العاشر. وللاحتفال بعيد ميلاده العاشر، قرر المركز أنه بحاجة إلى نشيد رسمي خاص به. كُتب هذا النشيد بواسطة ١٧ مرشدة وفتات كشافة ممن خضن تجربة في كوسافيري، وقام بإنتاجه بودو رازافيندرازاكا، وهو صديق مقرب لمركز كوسافيري من مدغشقر.

وما يجعل النشيد مميزاً هو أنه يحتوي على مقاطع باللغتين الإنجليزية والفرنسية، وهما اللغتان الرئيسيتان اللتان تحدث بهما المرشدات وفتيات الكشافة في إقليم إفريقيا.

يمكنك الاستماع إلى النشيد والعتور على نسختي الغناء والرقص التفاعليتين على يوتيوب. [هنا](#).

يمكنك العتور على الكلمات والنوتة الموسيقية. [هنا](#).
المقطع الأول ١:

أذكر اليوم الذي التقيتك فيه.
رأيتُ فيك أختاً، وصديقةً أيضاً.
بنينا عالماً من السلام والسعادة.
وقلتُ لي تعالي واتبعني خطاي، اتبعني خطاي.
القرار:

لست وحدك
صفقي بيدك وهيا بنا
اجعلي «كوسافيري» فلسفتك
ومعاً وللأبد، نحن أخوات.
المقطع الثاني:

لا تخافي وحاولي أن تملئي العالم بضياء الشمس ونهرٍ من الحب.
رغم اختلافنا الشديد، إلا أنه لا شك إطلاقاً
في أننا نخوض الرحلة ذاتها.
اللازمة:

سنغيّر العالم إيوووو
عالمٌ تشعرين فيه بالروعة والحرية لتكوني ذاتك.
نشُد أغنية المحاربين الشجعان.
وقلوبنا تنبض من أجل إفريقيا!



الكورس:

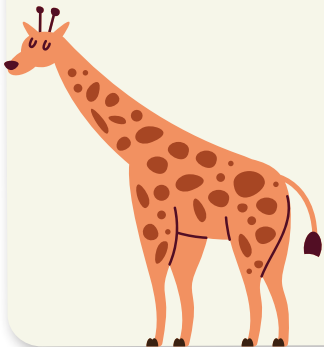
أنت لست وحدك
صفقي بيدك، هيا!
اجعلي كوسافيري فلسفتك
ومعاً وإلى الأبد، نحن أخوات.
لا، لست وحدك
تعالي ارقصي مثلي
اجعلي كوسافيري فلسفتك
وهكذا أنا وأنت، وهكذا أنا وأنت،
نحن أخوات.

الجسر:

كوسافيري! كاريبو!
كوسافيري! كاريبو!
كوسافيري! كاريبو!
كوسافيري!
اللازمة:
سنغيّر العالم، إيوووو!
عالمٌ نشعر فيه بالراحة، ونكون فيه على طبيعتنا
نغني أغنية المحاربين الطيبات
وقلوبنا تنبض من أجل أفريقيا!

الكورس:

أنت لست وحدك
صفقي بيدك، هيا!
اجعلي كوسافيري فلسفتك
ومعاً وإلى الأبد، نحن أخوات.
لا، لست وحدك
تعالي ارقصي مثلي
اجعلي كوسافيري فلسفتك
وهكذا أنا وأنت، وهكذا أنا وأنت،
نحن أخوات.





في مركز "كوسافيري" تُقدّم البرامج حضورياً وعبر الإنترنت؛ حيث يُتاح للفتيات والشابات فرصة استكشاف الثقافات العالمية، والمشاركة في الفعاليات والبرامج التي تُنمّي المهارات الأساسية، والعمل مع الشركاء لمساعدة التغيير المجتمعي واقعاً ملموساً، فضلاً عن بناء علاقات مع الآخرين تجعل منها تجارب ملهمة تُغيّر مجرى الحياة.

ويركز المركز بشكل خاص على بناء مهارات القيادة باستخدام نموذج القيادة الخاص بالجمعية العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (الواقز)، واستكشاف برامج الجمعية الأخرى. وغالباً ما تُقدّم هذه البرامج باللغتين الفرنسية والإنجليزية لتلبية احتياجات منطقة إفريقيا.



هل ترغبين في معرفة ما هو معروض الآن؟

انقري هنا!

مقدمة عن المركز العالمي كوسافيري

التقاليد والطهي



يتكون الطعام الغاني من العديد من أنواع الحساء واليخنات الحارة المصنوعة من الطماطم، والبصل، والفلفل، والزنجبيل، ومجموعة متنوعة من التوابل المحلية. وتتميز هذه اليخنات بقوامها السميك، وعادة ما تُقدّم مع الدرنات النشوية مثل اليم (الب) الغرب إفريقي أو الموز الأخضر (البانتين). بينما يكون الحساء خفيفاً ويُقدّم مع مجموعة متنوعة من أطباق "العصائد/السوالو" المصنوعة من الدرنات مثل الكسافا، أو القلقاس الإفريقي (كوكويام)، أو اليم، بالإضافة إلى البانتين أو الذرة.



الملف التعريفي للدولة



تقع غانا في غرب إفريقيا، وتُعد واحدة من الدول الرائدة في القارة الإفريقية؛ وذلك بفضل ثرواتها الطبيعية الهائلة من جهة، ولكونها أول دولة إفريقية جنوب الصحراء الكبرى تحصل على استقلالها من الحكم الاستعماري من جهة أخرى.

بالإضافة إلى ذلك، تشتهر غانا بغاباتها الخضراء غناء الطبيعة، وحياتها البرية المتنوعة، وشواطئها الرملية الممتدة لعدة أميال على طول ساحل خلاب. وتُعرف غانا بتاريخها الغني وبكونها مستودعاً ساحراً للتراث الثقافي الذي يُحتفى به على مدار العام من خلال المهرجانات الحيوية التي تعكس تقاليد البلاد، وعقائدها، وتاريخها.

ومن الاستعراضات الملونة إلى قرع الطبول المفعم بالحيوية والرقصات الشعبية، تقدم هذه المهرجانات نظرة فريدة ومميزة على الثقافة الغانية.



يتكون علم غانا من أشرطة أفقية بألوان الأحمر، والذهبي، والأخضر، وتتوسط الشريط الذهبي نجمة سوداء خماسية الأبعاد.

اللغة



غانا بلد متعدد اللغات يتحدث سكانه نحو ثمانين لغة. ومن بين هذه اللغات، تُعد اللغة الإنجليزية -التي ورثت من الحقبة الاستعمارية- هي اللغة الرسمية الأكثر انتشاراً في جميع أنحاء البلاد. أما بالنسبة للغات المحلية في غانا، تُعتبر لغة "الأكان" الأكثر تحدثاً في الجنوب، بينما تُعد لغات "الداغباني"، و"الداغاري"، و"السيصالة"، و"الوالي"، و"الجونجا" من بين أكثر اللغات انتشاراً في الجزء الشمالي من البلاد.

ج

أنشطة الوحدة / الفرقة /

المجموعة



كيفية استعمال هذا القسم



في هذا القسم، ستجدين مجموعة من الأنشطة التي يمكنك استخدامها مع مجموعتك. يمكنك تطبيق الأنشطة كما هي موصوفة، أو استلهم أفكار منها لأنشطة وتعديلات أخرى. تذكر استخدام عناصر التأمل للتفكير في تنوع حركة المرشحات وفتيات الكشف والاحتفاء به. عند الانتهاء من أي نشاط، شاركينا أفكارك وأنشطتك عبر وسائل التواصل الاجتماعي باستخدام الهاشتاجات الخاصة بـ "كوسافيري": (#tojourney و #kusafiriworldcentre).

توجد خمسة أنواع من الأنشطة:



الثقافة

استكشاف اللغة، التقاليد، الروتين اليومي، الملابس، والمناسبات الدينية.



الفنون والحرف

صنع حرفة تقليدية، أو القيام بأنشطة الرسم والإبداع.



الموسيقى والرقص

التعرف على موسيقى كوسافيري، صناعة أو تجربة العزف على آلات موسيقية، وتعلم حركات رقص جديدة.



الألعاب

لعب لعبة تقليدية، أو تجربة ألعاب يحبها الأطفال.



الأكل

تذوق نكهات كوسافيري، التعرف على مصادر الطعام، وتجربة إعداد وصفة أو أكثر.



كيفية استعمال هذا القسم



استخدمي الجدول لمساعدتكِ في اختيار النشاط الذي ترغبين في تجربته، أو يمكنكِ تجربتها جميعاً!

النوع	اسم النشاط	الفئة العمرية	المدة	التحضير	الصفحة
لعبة	كودودا	من ٨ إلى ١٨ سنة	١٥ دقيقة	الكرات الزجاجية/الحصى ووعاء	٢٠٨
لعبة	اكتشفي الأسد	من ٥ إلى ١٥ سنة	١٥ دقيقة	قطع صغيرة من الورق وشريط لاصق	٢٠٩
لعبة	تمساح ماي، هل أستطيع عبور النهر؟	من ٥ إلى ١٥ سنة	١٥ دقيقة	شيء لرسم خط على الأرض أو على أرضية المكان	٢١٠
لعبة	منزل العملاق	من ٨ إلى ١٨ سنة	٣٠ دقيقة	لا توجد حاجة إلى أي أدوات	٢١٣
الفنون والأشغال اليدوية	الخرز الورقي	١٠ سنوات فأكثر	ساعة واحدة	هناك الكثير من الأدوات التي يجب تجهيزها لهذا النشاط. يرجى الاطلاع على القائمة في وصف النشاط.	٢١٤
الفنون والأشغال اليدوية	صناعة آلة الدجمني (الطبل)	٨ سنوات فأكثر	ساعة واحدة	هناك الكثير من الأدوات التي يجب تجهيزها لهذا النشاط. يرجى الاطلاع على القائمة في وصف النشاط.	٢١٥
الفنون والأشغال اليدوية	صناعة الأقنعة	٦ سنوات فأكثر	ساعة واحدة	طبق ورقي (٨/١٠ أو ٢٠ بوصات — ٢٥ سم)، ألوان تمهرا أو ألوان ملصقات، فرشاة رسم، مقص، جرائد، غراء أبيض، ورق كريبي.	٢١٧
الفنون والأشغال اليدوية	قلادة الماساي	من ٦ إلى ١٤ سنة	ساعة واحدة	عدة ألوان من ورق الأشغال اليدوية أو الورق المقوى، مقص، قلم غراء، أقلام تحديد سوداء، خيوط/صوف، إبرة للخياطة/الصوف.	٢١٩
الفنون والأشغال اليدوية	قمماش كينتي (النسيج)	من ٨ إلى ١٦ سنة	ساعة واحدة	عدة ألوان من ورق الأشغال اليدوية أو الورق المقوى، مقص، قلم غراء، أقلام تحديد سوداء، خيوط/صوف، إبرة للخياطة/الصوف.	٢٢١
الثقافة	أناسي ووعاء الحكمة — حكاية شعبية	٦ سنوات فأكثر	١٥ دقيقة	القصة (أدناه)	٢٢٤
الثقافة	الأسطورة المتعلقة بأصل النار	٦ سنوات فأكثر	١٥ دقيقة	القصة (أدناه)	٢٢٥
الثقافة	اللغة السواحيلية	٨ سنوات فأكثر	٣٠ دقيقة	الكلمات والعبارات والأرقام (أدناه)	٢٢٦
الثقافة	اللغة الفرنسية	٨ سنوات فأكثر	٣٠ دقيقة	الكلمات والعبارات والأرقام (أدناه)	٢٢٨
الثقافة	مسابقة كوسافيري	٨ سنوات فأكثر	١٥ دقيقة	أسئلة وإجابات المسابقة (أدناه)	٢٣٠
لعبة	رقصة دائرة أعياد الميلاد	٥ سنوات فأكثر	١٠ دقائق	وسيلة لتشغيل الموسيقى وبعض المقاطع الموسيقية	٢٣١
الموسيقى والرقص	مرّري كلمات الأغنية	٨ سنوات فأكثر	١٠ دقائق	لا توجد حاجة إلى أدوات	٢٣٢
الفنون والأشغال اليدوية	رقصة كوسافيري	٨ سنوات فأكثر	٢٠ دقيقة	وسيلة لمشاهدة والاستماع إلى حركات رقصة كوسافيري من خلال فيديو عبر الإنترنت	٢٣٣
الموسيقى والرقص	تمثيل المطبخ بالإشارات	٨ سنوات فأكثر	١٥ دقيقة	كلمات مكتوبة على قطع من الورق (أدناه)	٢٣٤
لعبة	طبخ الطاجين	١٢ سنة فأكثر	ساعة واحدة	شيء لحفظ الأوراق بداخله	٢٣٥
لعبة	طبخ كعكة نكاتي	١٠ سنوات فأكثر	١٥ دقيقة	جهاز للبحث في الإنترنت عند الحاجة	٢٣٦
لعبة	طبخ أرز جولوف	١٠ سنوات فأكثر	ساعة واحدة	الوصفة (أدناه)، المكونات، شيء لطبخ فيه وعليه	٢٣٧



١٨-٨ سنة



١٥ دقيقة

كودودا



معلومات أساسية

تتطلب لعبة تُدعى «كودودا»، من زيمبابوي، السرعة وسرعة رد الفعل وخفة الأصابع.

بدائل

- اجعلي اللعبة أكثر صعوبة من خلال وجوب الإمساك بالكُرَيَّة الزجاجية المرمية في الهواء بدلاً من السماح لها بالسقوط.
- إذا لم تتوفر لديك كُرَيَّات زجاجية أو حصى، يمكنك استخدام قطع بديلة أخرى. كما يمكنك استخدام مؤقت أو ساعة إيقاف (لمدة 5 ثوانٍ) بدلاً من رمي الكُرَيَّة الزجاجية.



الهدف

أن تكون الشخص الذي يجمع أكبر عدد من الكريات الزجاجية من الوعاء.



ماذا تحتاجين:

- وعاء مملوء بالكرات الزجاجية أو الحصى.

طريقة التنفيذ

١. تجلس مجموعة حول وعاء. تأخذ اللاعبة الأولى كُرَيَّة زجاجية وترميها في الهواء؛ وقبل أن تسقط، تحاول جمع أكبر عدد ممكن من الكريات الزجاجية من الوعاء باستخدام يد واحدة فقط.
٢. واللاعبة التي تجمع أكبر عدد من الكريات الزجاجية في نهاية اللعبة هي الفائزة.

أسئلة للتفكير

- كم كُرَيَّة زجاجية توقعن أن تستطيعي التقاطها؟
- هل كان هناك أي شيء فاجأك أثناء لعب هذه اللعبة؟





١٥-٥ سنة



١٥ دقيقة

اكتشف الأسد



الهدف

التعلم وتطوير المعرفة بالحيوانات التي تعيش في إفريقيا من خلال لعبة تفاعلية.



ماذا تحتاجين:

- قطعة صغيرة من الشريط اللاصق الورقي أو الشريط اللاصق.

بدائل

- يمكنك لعب اللعبة باستخدام حيوانات إفريقية أخرى (مثل: الفيل، الغوريلا، وغيرها).

طريقة التنفيذ

١. تُشكّل فرق تتكون كل منها من 5 إلى 8 لاعبات، وتُخصّص لكل فريق زاوية أو منطقة محددة.
٢. عند إعطاء الإشارة، تتفرق اللاعبات ويقفن وأعينهن مغمضة.
٣. تركض قائدة اللعبة بينهن وتربّت بخفة على ظهر كل فتاة، وفي الوقت نفسه تضع قطعة شريط لاصق على ظهر إحدى الفتيات دون علمها، لتصبح هي «الأسد».
٤. بعد التريبت على جميع الفتيات، تصرخ القائدة: «الأسد طليق!».
٥. تفتح الفتيات أعينهن ويركضن محاولات اكتشاف من هي «الأسد». وحين تلاحظ فتاة الأسد، تسارع بالعودة إلى زاوية فريقها محاولة عدم إثارة شكوكه.
٦. إذا شكت فتاة في أنها هي «الأسد» (لا يُسمح لأي فتاة بلمس ظهرها لمعرفة ما إذا كانت هي الأسد أم لا)، تتجه إلى منتصف الغرفة وتزأر بصوت عال. وعند حدوث ذلك، يجب على جميع اللاعبات الثبات والتجمد في أماكنهن.
٧. إذا كانت الفتاة التي زأرت هي «الأسد» بالفعل، تنتهي اللعبة.
٨. إذا لم تكن هي «الأسد»، تستمر اللعبة لمدة دقيقة واحدة إضافية قبل إعلان نهاية الوقت.
٩. الفريق الفائز هو الذي يتواجد أكبر عدد من لاعباته في زاويته المحددة عند انتهاء اللعبة.

أسئلة للتفكير

- ما هو حيوانك المفضل الذي يعيش في إفريقيا؟
- هل هناك أي حيوانات إفريقية مهددة بالانقراض؟
- هل هناك أي شيء يمكننا القيام به للمساعدة في اتخاذ إجراءات ودعم حماية هذه الحيوانات المهددة بالانقراض؟





معلومات ممتعة عن الأسود الأفريقية



١

الأسود هي القطط الكبيرة الوحيدة التي تعيش في مجموعات:

على عكس النمر والفهد وغيرها من القطط الكبيرة التي تفضل العيش بمفردها، تعيش الأسود في مجموعات تُسمى «الزُمر». تضم الزمرة عادة ما يقارب ١٠ إلى ١٥ أسداً، ولكن قد تكون أكبر أو أصغر من ذلك!

٦

الأسود تزار بصوت عالٍ:

زئير الأسد مرتفع بشكل مذهل، ويمكن سماعه من مسافة تصل إلى 5 أميال! تستخدم الأسود الزئير للتواصل مع الأسود الأخرى، وتحديد أراضيها، أو لتحذير الحيوانات الأخرى من الاقتراب.

٢

الأسود هي ثاني أكبر القطط الكبيرة:

بعد النمر، تُعدّ الأسود ثاني أكبر القطط الكبيرة في العالم! يمكن أن يصل وزن ذكر الأسد إلى ٢٥٠ رطلاً (١١٣ كغ)، بينما تكون الإناث أصغر قليلاً، لكنها لا تزال قوية جداً.

٧

صغار الأسود تُسمى الأشبال:

تماماً مثل النمر، تُسمى صغار الأسود أشبالاً. تولد أشبال الأسود عمياء وعاجزة، لكنها تنمو بسرعة! وتبدأ في تعلّم كيفية الصيد عندما يكون عمرها حوالي سنة واحدة.

٣

عرف الأسد يجعل ذكر الأسد مميراً:

فقط ذكور الأسود لديها أعراف، وهي الشعر الكثيف والمنفوش الذي يحيط برقبتها. يساعد العرف على حماية رقبة الأسد أثناء القتال، ويجعله يبدو أكبر حجماً وأكثر قوة. إنه مثل «عباءة البطل الخارق» الخاصة به!

٨

يمكن للأسود الركض بسرعة كبيرة، ولكن ليس لفترة طويلة:

يمكن للأسود الركض بسرعة تصل إلى ٣٥ ميلاً في الساعة (٥٦ كم/ساعة)، ولكن لمسافات قصيرة فقط. تستخدم الأسود سرعتها لمطاردة فرائسها، لكنها تفضل التسلل والاقتراب من الحيوانات خلسةً، واستخدام العمل الجماعي للإمساك بها.

٤

يمكن للأسود أن تنام لمدة تصل إلى ٢٠ ساعة في اليوم:

الأسود من الحيوانات التي تنام كثيراً! يمكنها أن تستريح لمدة تتراوح بين ١٦ و ٢٠ ساعة في اليوم، وخاصة عندما يكون الطقس حاراً في الخارج. تنام الأسود في الغالب خلال النهار، وتقوم بمعظم عمليات الصيد ليلاً.

٩

توجد الأسود في أفريقيا وبعض أجزاء آسيا:

بينما تعيش معظم الأسود في أفريقيا جنوب الصحراء الكبرى، توجد مجموعة صغيرة من الأسود الآسيوية التي تعيش في منطقة خاصة في الهند.

٥

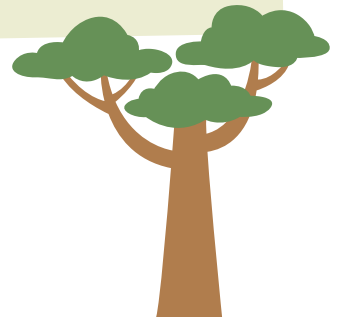
الأسود صيادون ماهرون، لكنهم لا يصطادون بمفردهم:

بينما تقوم إناث الأسود (الليوبات) بمعظم عمليات الصيد، فإنها تعمل معاً في مجموعات للإمساك بفرائسها، مثل الحمار الوحشي أو الظباء. ويساعد الذكور في حماية الزمرة، وخاصة من الحيوانات المفترسة الأخرى.

١٠

الأسود لديها شهية كبيرة:

يمكن للأسود أن تأكل ما يصل إلى ١٥ رطلاً (٧ كغ) من اللحم في وجبة واحدة! وهذا يشبه تناول ٥ شطائر همبرغر كبيرة في جلسة واحدة!





معلومات أساسية

هذه اللعبة من زامبيا، ويمكن لعبها في الأماكن المغلقة أو في الهواء الطلق.

بدائل

- بدلاً من التقاط الأشياء، يمكن السماح لك بعبور النهر إذا كنت ترتدين لوناً محدداً.
- يمكنك اللعب باستخدام حيوانات إفريقية أخرى، مثل: الليمور، أو الزرافة.



أسئلة للتفكير

- في أي دول في العالم تعيش التماسيح؟
- ماذا تأكل التماسيح؟



الهدف

للمرح والتعرف أكثر على التماسيح ومواطن عيشها وما تحب تناوله.



ماذا تحتاجين:

- للبطلة تصميم فريد يمنحها صوتها المميز، إذ يتكون جسمها من شكل كأسية منحوت ومفرغ من قطعة واحدة من جذع الشجرة، وتستخدم الأحبال لضبط صوتها (دوزنتها).

طريقة التنفيذ

١. تُختار إحدى المشاركات لتلعب دور «التماسيح».
٢. تقف «التماسيح» على أحد جانبي الخط، وتقف بقية المشاركات على الجانب الآخر.
٣. تتقدم المجموعة نحو ضفة النهر وهنّ يرددن: «أيها التماسيح، هل يمكنني عبور النهر؟».
٤. تجيب «التماسيح»: «لا!».
٥. ويتكرر ذلك حتى تقول «التماسيح»: «نعم، إذا أعطيتني... (زهرة صفراء، أو دبوس أمان، أو حجراً، أو أي شيء متوفر في المكان وحوله)».
٦. يُسمح لأول لاعبة تجد الشيء المطلوب وتحضره إلى «التماسيح» بعبور النهر.
٧. ويستمر اللعب بهذه الطريقة حتى تعبر جميع المشاركات النهر.



حقائق ممتعة

عن التماسيح الأفريقي



١

تماسيح موجودة منذ زمن طويل:

التماسيح مخلوقات قديمة! لقد وُجدت على الأرض لأكثر من ٢٠٠ مليون سنة، حتى قبل أن تجوب الديناصورات الكوكب!



٢

هي سباحات ماهرات جدًا:

التماسيح سباحات قوية جدًا. ويمكنها التحرك في الماء بسرعة كبيرة باستخدام ذيولها الطويلة لدفع نفسها إلى الأمام. كما يمكنها حبس أنفاسها تحت الماء لمدة تصل إلى ساعة واحدة!

٣

يمكن للتماسيح أن تعيش لفترة طويلة:

يمكن لبعض التماسيح الأفريقية أن تعيش حتى ٧٠ إلى ١٠٠ عام! وهذا يعني الكثير من أعياد الميلاد للاحتفال بها.

٤

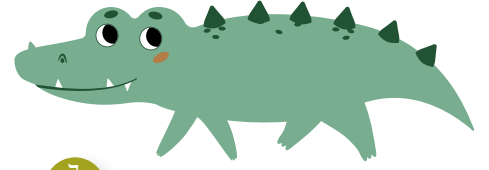
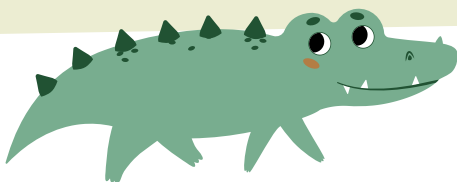
لديها أسنان حادة جدًا:

تُعدّ أسنان التماسيح مثالية للإمساك بفريسته والتشبث بها. أسنانها حادة جدًا، وتستمر في النمو طوال حياتها! وقد تفقد التماسيح آلاف الأسنان وتستبدلها بأسنان جديدة خلال حياتها.

٥

يمكن للتماسيح الركض بسرعة على اليابسة:

رغم أن التماسيح مذهلة في الماء، فإنها تستطيع أيضًا الركض على اليابسة بسرعة تصل إلى ١٢ ميلًا في الساعة (١٩ كم/ساعة) لفترات قصيرة، وخاصةً عندما تطارد فريستها.



٦

التماسيح بارعة جدًا في التمويه:

بفضل جلدها الأخضر المائل إلى البني أو البني، تتميز التماسيح بقدرتها الكبيرة على الاندماج مع البيئة المحيطة بها. ويمكنها الاختباء في الماء أو على ضفة النهر دون أن تلاحظها الحيوانات الأخرى.

٧

التماسيح تمتلك عضة قوية:

تُعدّ عضة التماسيح واحدة من أقوى العضات في مملكة الحيوانات! إذ يمكن لفكيها أن يُحدثا قوة تصل إلى ٣,٧٠٠ رطل لكل بوصة مربعة (PSI)، وهي قوة تفوق أي حيوان آخر!

٨

هي من ذوات الدم البارد:

تُعدّ التماسيح من الحيوانات ذوات الدم البارد، وهذا يعني أنها لا تستطيع التحكم في درجة حرارة جسمها. وهي تحتاج إلى أشعة الشمس لتدفئة جسمها، لذلك غالبًا ما ترينها مستلقية تحت أشعة الشمس لامتصاص الحرارة.

٩

أمهات التماسيح تحمي صغارها:

على عكس العديد من الحيوانات، تكون أمهات التماسيح شديدة الحماية لصغارها. بعد أن تضع الأم بيضها، تحرسه وتحميه. وعندما تفقس صغار التماسيح، تحملها في فمها إلى الماء لحمايتها!

١٠

يمكن العثور على التماسيح في الأنهار والبحيرات:

في أفريقيا، يمكنك العثور على التماسيح في الأنهار والبحيرات والمستنقعات، وخاصةً في أماكن مثل نهر النيل. ويُعدّ تمساح النيل أشهر أنواع التماسيح الأفريقية.



معلومات أساسية

لعبة «منزل العملاق» هي لعبة تقليدية من تنزانيا، غالباً ما يلعبها الأطفال في المناطق الريفية، وتضرب هذه اللعبة بجذورها في الثقافة التنزانية، وهي نشاط ممتع ومفعم بالحيوية يجمع بين العمل الجماعي، والحركة البدنية، والتخيل.

ورغم أنه قد لا يكون لها تاريخ مدوّن أو موثّق بالتفصيل، فقد توارثتها الأجيال وارتبطت بالتجمعات المجتمعية واللعب في الهواء الطلق.



الهدف

للاستمتاع وصنع أشكال بجسمك



ماذا تحتاجين:

• لا حاجة إلى أي معدات

بدائل

- يمكنك لعب هذه اللعبة ضمن مجموعات صغيرة أو كبيرة.
- تحدّي المجموعة لصنع الأشكال دون أن تتحدثن مع بعضكن.

طريقة التنفيذ

١. تُقسّم المشاركات إلى ٤ فرق، يتكون كل منها من ٤ إلى ٥ لاعبات.
٢. تختار كل فرقة جزءاً من القاعة/الملعب ليكون «ركن الفريق» الخاص بها.
٣. تختار إحدى المشاركات لتكون قائدة اللعبة وتقف في المنتصف.
٤. تشكّل جميع المشاركات دائرة، ويمسكن بأيدي بعضهن البعض ويقفن في حلقة وهنّ يرددن: «تعالوا إلى منزل العملاق وقولوا ماذا ترون!».
٥. تقول قائدة اللعبة في مركز الدائرة: «أوه! أرى ثعباناً» — أو أي شيء آخر (كرسي، كرة، عنكبوت... إلخ).
٦. تركز الفرق إلى أركانها لتشكيل أنفسهن على شكل الثعبان أو الشيء المذكور. يحصل الفريق الذي يشكّل أفضل شكل على نقطة. وتستمر اللعبة بالطريقة نفسها طالما رغب المشاركات!

إذا لم ترغب الفرق في احتساب النقاط، فيُصفّق بحرارة للفريق الذي يقدّم أفضل شكل في كل جولة.

أسئلة للتفكير

- كيف كان شعورك وأنت تعملن معاً لتشكيل الأشكال؟
- ما هو العملاق؟
- هل يوجد عمالقة في تنزانيا؟





معلومات أساسية

تصنع نساء القرى عادةً الخرز الورقي من المجلات القديمة. ويُعد الخرز الورقي خياراً مستداماً وقائماً على التجارة العادلة، كونه يُصنع من مواد معاد تدويرها ويسهم غالباً في دعم المجتمعات المحلية. كما تدعم العديد من المنظمات القرى وتمكنها من خلال شراء هذه الإبداعات الجميلة من الخرز الورقي والترويج لها.

طريقة التنفيذ

١. خذي قطعة ورق مستطيلة بأبعاد ١٠ × ١٢ بوصة (من ٢٥ إلى ٣٠ سم).
٢. على طول الحافة القصيرة للورقة، ضعي علامة كل بوصة ونصف (٤ سم).
٣. على طول الحافة القصيرة المقابلة، ضعي العلامة الأولى على بُعد ثلاث أرباع بوصة (٢ سم) من الحافة، ثم ضعي بقية العلامات لبوصة ونصف (٤ سم).
٤. باستخدام المسطرة وقلم الرصاص، أرسمي خطاً من زاوية الورقة إلى العلامة الأولى على الجانب المقابل، ثم خطاً آخر ينزل إلى العلامة الأولى في الجانب الأول لتشكيل مثلث. استمري عبر الحافة بالطريقة نفسها لتتكون لديك سلسلة من المثلثات.
٥. قصي المثلثات.
٦. خذي أحد المثلثات وضعي أداة اللف عند قاعدة الورقة بحيث يكون الجانب الملون متجهاً للأسفل (بعيداً عن الأداة)، ثم لفي الورقة حول الأداة بدءاً من القاعدة العريضة للمثلث.
٧. ضعي الغراء على طرف الورقة لثبيتها حتى لا تنفك الخرز.
٨. استخدمي طلاء الأظافر الشفاف لحماية الخرز وتثبيتها، ثم اتركها لتجف.
٩. اسحبي أداة اللف من داخل الخرز.
١٠. اصنعي العدد الذي تفضليه من الخرز، ومرري الخرزات عبر خيط أو قطعة من الصوف لصنع السوار أو القلادة.

الهدف

للتعرّف على الخرز الورقي وصنعه (والذي يُعد من أقدم الحرف اليدوية الممارسة في العديد من الدول الإفريقية).

ماذا تحتاجين:

- قلم رصاص وقلم حبر
- ورق ملون (مجلات، أو ورق تغليف هدايا، أو أي ورق آخر) بأبعاد لا تقل عن ١٠ × ١٢ بوصة (من ٢٥ إلى ٣٠ سم)
- قالب مثلث (انظري إلى المصادر)
- مقص أو لوحة تقطيع الورق
- مسطرة
- أي نوع من الغراء (مثل أصابع الغراء الجاف أو الغراء السائل)
- أداة للف الورق — أعواد تحريك القهوة، أو القشاش الورقية الرفيعة، أو أعواد الأسنان، أو أعواد القطن (تُستخدم للف الورق حولها، ويعتمد اختيارك للأداة على حجم ثقب الخرز الذي ترغبين فيه)
- طلاء أظافر شفاف أو بلمعة (جليتر)
- فرشاة لتوزيع الغراء
- خيط أو صوف

بدائل

- اصنعي خرزات بأحجام أكبر أو أصغر.
- ابتكري تشكيلات مختلفة من الخرز — مثل الأساور، والقلائد، والخلاخل، وغيرها.



أسئلة للتفكير

- ما المهارات العملية التي احتجت إليها لتنفيذ هذا النشاط؟
- هل كان صنع الخرز سهلاً أم صعباً بالنسبة لك؟
- هل تطلب منك هذا النشاط أن تكوني صبورة؟ وكيف كان شعورك تجاه ذلك؟
- متى اضطررت إلى «الارتجال» أو الابتكار بسبب عدم توفر المواد أو ارتفاع سعرها؟
- ما الذي تفضله أو تصنعه أو تبتكرينه ويسهم في تحقيق الاستدامة؟



٨ سنوات وأكبر



ساعة

صناعة آلة الدجيمبي (الطبل الأفريقي)



الهدف

لصنع طبله «الجمبي» الخاصة بك والعزف عليها.



ماذا تحتاجين:

- مساحة مفتوحة ذات سطح مستو، ويُفضل توفر حصائر ناعمة أو وسائد حماية، أو على العشب.

معلومات أساسية

تُلعب الطبول دوراً كبيراً في العديد من الثقافات الإفريقية. وتُعد طبله «الجمبي» واحدة من أكثر الآلات الإيقاعية تنوعاً وانتشاراً في العالم، حيث تُصدر أصواتاً مختلفة بالضرب على أجزاء متعددة منها.

ويُقال إنها أبتكرت في غرب إفريقيا (مالي)، وظلت جزءاً مهماً من الحياة الروحية والطقوس عبر العديد من الأجيال. وتُستخدم تقليدياً في السرد القصصي لنقل المعارف التاريخية والدينية والثقافية، كما ترتبط بالغناء والرقص في المناسبات المهمة مثل:

• مهرجانات طلب المطر والحصاد الجيد

المراسم والطقوس التي تشمل الولادات، وحفلات الزفاف، والجنازات لاحتفالات



للطبله تصميم فريد يمنحها صوتها المميز، إذ يتكون جسمها من شكل كأس منحوت ومفرغ من قطعة واحدة من جذع الشجرة، وتُستخدم الأحيال لضبط صوتها (دوزنتها).

طريقة التنفيذ

١. اقطعي ثقباً في قاع كل كوب — يتيح ذلك للصوت الانتقال عبر امتداد الطبله بعد اكتمالها.
٢. ألصقي قاعَي الكوبين معاً باستخدام الغراء.
٣. لزيادة متانة الطبله، ضعي شريطاً لاصقاً من الخارج حول موضع التقاء الكوبين للحصول على سطح أملس.
٤. باستخدام قطع من الشريط اللاصق بطول 10 إلى 12 سم (4 إلى 5 بوصات)، واصلي تغطية الجزء الخارجي للكوبين بالكامل.
٥. اطي الطبله بالكامل باستخدام لون الدهان المفضل لديك.
٦. يمكن ترك الطبله بلون واحد — أو إضافة تصاميم هندسية باستخدام أقلام التخطيط الدائمة.
٧. قصي طرف البالون — ليكون هو غشاء الطبله.
٨. مدي البالون فوق الفتحة العلوية لأحد الكوبين، وثبتيه حول الطرف باستخدام رباط مطاطي. اسحب به برفق ليكون مشدوداً قدر الإمكان حتى يصدر صوتاً عند النقر عليه.
٩. ثبتي البالون في مكانه بالرباط المطاطي واحرصي على تسوية أي تجاعيد.
١٠. كرري الخطوات السابقة لإعداد الطرف المقابل من الطبله.
١١. باستخدام قطعة من الخيط أو القنب بطول كافٍ ليلتف حول الجزء الأوسط من الطبله (مكان التثبيت) مع ترك زوائد بسيطة، اربطي الخيط برفق باستخدام عقدة مربعة.
١٢. كرري العملية نفسها بربط خيط حول الجزء العلوي، ومجدداً حول الجزء السفلي فوق الأربطة المطاطية.



بدائل

- تعرفن على طرقٍ مختلفةٍ للعزف على طبلتكن. **هنا**
- فكن في استخدام الورق أو المواد المعاد تدويرها الأخرى بدلاً من البالون لصنع غشاء الطبل، لتكون أكثر صداقةً للبيئة.



أسئلة للتفكير

- لماذا استخدم الناس الطبول للتواصل؟
- ما الذي يمكنك إبلاغه أو التعبير عنه باستخدام طبلتك؟
- ما شعورك عند عزف إيقاع على طبلتك؟



١٣. باستخدام قطعة من الخيط لا يقل طولها عن 4 أقدام (1.2 متر).
I. خذي أحد طرفي الخيط واربطيه بأطراف الخيط الموجودة في أعلى الطبل.

II. تأكدي من تثبيته بإحكام.

III. باستخدام الطرف الآخر من الخيط، انتقلي إلى منتصف الطبل حيث تُبَت الخيط، واسحبيه من خلاله.

IV. لُفّيه حوله مرة أخرى.

V. عودي إلى أعلى الطبل، وانتقلي قليلاً إلى اليمين، ثم لُفّيه حول الخيط ورباط المطاط معاً لتشكيل حلقة تُثَبِّت الخيط في مكانه.

VI. اصنعي حلقة ثانية.

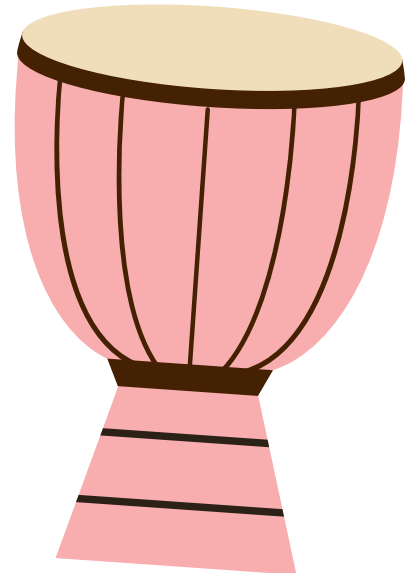
VII. عودي إلى المنتصف، وانتقلي إلى اليمين بالمسافة نفسها التي انتقلت بها عند عمل الحلقتين.

VIII. استمري بهذه الطريقة حول الكوب بالكامل، وانتهي عند أعلى الكوب.

IX. خذي طرف الخيط واربطي عقدة أخرى باستخدام أطراف الخيوط التي بدأت منها.

X. قصّي الخيط الزائد لترتيبه وتنسيقه.

١٤. أصبحت طبله الدجيمبي الخاصة بك جاهزة الآن للاستخدام. لاحظي أنه عند الطرق على منطقة مختلفة من الطبل، ستصدر نغمة مختلفة.





٦ سنوات وأكبر



ساعة

صنع قناع



تذكّر هنا بما ذكرناه في بداية هذه الحزمة (الصفحة ٢٤٨) حول الاستحواذ الثقافي والتقدير الثقافي. لا تنسوا الحفاظ على بيئة آمنة وشجاعة والالتزام والاحترام عند تنفيذ هذه الأنشطة.

معلومات أساسية

ارتدى الناس الأقنعة منذ فجر التاريخ. فكانت تُرتدى للحماية، أو التخفي، أو الأداء التمثيلي، أو حتى لمجرد التسلية والمرح. يرتدي الرواة والممثلون الأقنعة لتجسيد الشخصيات وجعل قصصهم أكثر تشويقاً. وتملك كل ثقافة شكلاً من أشكال فن الأقنعة، حيث تأتي بعض أجمل الأقنعة في العالم من أفريقيا.

غالباً ما تُطلى الأقنعة بألوان متباينة على خلفية بيضاء، وعادة ما تحمل هذه الألوان معاني رمزية وقوة:

الأحمر: الحياة والدم

الأبيض: عالم أرواح الأجداد

الذهبي: الثروة والتحضر

الأزرق: البراءة

الأسود: وحدة شعب أفريقيا

الأخضر: الأرض وأفريقيا كوطن أم

الأرجواني: لون الملكية والكرامة، والقوة، والثروة، والرفاهية



الهدف

تعرّف على المعنى الرمزي وراء الأقنعة وأطلق العنان لإبداعك في صنع قناع.



ماذا تحتاجين:

- صحن ورقي (٨.٥ أو ١٠ بوصات - ٢٠ سم أو ٢٥ سم)
- ألوان تمبرا أو ألوان بوستر
- فرشاة تلوين
- مقص
- جرائد
- غراء أبيض
- ورق كريب (ورق كرتون مجعد)





بدائل

- استخدم من صندوقاً أو أي ورقٍ مقوى متاحٍ لديك بدلاً من طبقٍ ورقيٍّ.
- يمكنك صنع أقنعة من عجينة الورق إذا أردت تجربة أكثر تعقيداً.

طريقة التنفيذ

١. ابدأ بطبقٍ ورقيٍّ. ارسمن وقصصن ثقبين للعينين.
٢. خذ من بعض شرائح الصحف. ألوينها وشكلنها على شكل فمٍ وأنفٍ. ألصقنها على الطبق.
٣. اطلين قناعك بلونٍ أساسي، ويكون عادةً البني أو الأسود أو الأبيض. استخدمن طلاءً مائياً مثل طلاء البوستر. اتركن الطلاء يجف تماماً.
٤. ارسمن نقاطاً وخطوطاً وأشكالاً متعرجةً وحلزونيةً لصنع مُطٍ هندسي. يمكنك اختيار لونٍ واحدٍ مثل الأبيض أو جعل القناع ملوناً كما تحب. كن مبدعاتٍ أو بسيطاتٍ كما ترغبين.
٥. تحتوي بعض الأقنعة القبائلية على شعرٍ. يمكن استخدام ورق الكريب أو الرافيا أو الخيوط أو الريش. ألصقن ما تحب على حافة الطبق.
٦. شاركن قناعك مع باقي مجموعتك وحدثكن، ووضحن سبب اختياركن للتصميم الذي اخترته.

أسئلة للتفكير

- هل يمكنك التذكر بارتداء قناع؟
- لماذا يرتدي الناس أقنعة؟
- كيف يكون الشعور عند ارتداء قناع؟
- ماذا يعني عندما يقول شخصٌ ما "الناس يرتدون أقنعة" ولكنه لا يتحدث عن ارتداء قناعٍ حقيقيٍّ؟





الهدف

لصنع قلادتك الخاصة على طريقة شعب الماساي، ولتعرفي أكثر على أهمية ارتداء هذه القلادة بالنسبة لهم.



ماذا تحتاجين:

- صحن ورقية — صحن بمقاس 8 بوصات أو 10 بوصات (20 سم أو 25 سم) حسب حجم الشخص الذي يصنع القلادة.
- بالنسبة للأطفال الأصغر سناً، يمكن بدء النشاط باستخدام صحن ملون لتجنب القيام بالكثير من التلوين.
- ألوان متنوعة من الدهان، أو أقلام التلوين الشمعية، أو أقلام التلوين (المركز)
- فرش تلوين في حال استخدام الدهان
- عناصر لتزيين القلادة — خرز، معكرونة
- خيط
- غراء
- مقص

معلومات أساسية

قلادة الماساي هي قلادة تقليدية من شرق أفريقيا، يرتديها شعب الماساي في كينيا وتنزانيا. وهي النوع الأكثر شيوعاً من القلائد الأفريقية، وتُرتدى عادةً مع زي الماساي التقليدي مثل الفساتين المزخرفة، والأساور والأقراط الخرزية، والصناديل المزخرفة.

تُصنع القلائد من مجموعة متنوعة من المواد، بما في ذلك الخرز، والأصداف، والمعادن. وتُرتدى غالباً كنوع من الحماية أو للدلالة على المكانة والثروة.

ألوان القلادة لها معانٍ رمزية:

الأحمر: الشجاعة، والوحدة، والدم.

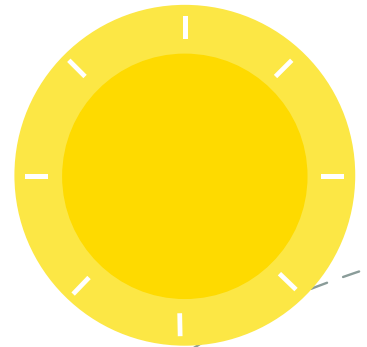
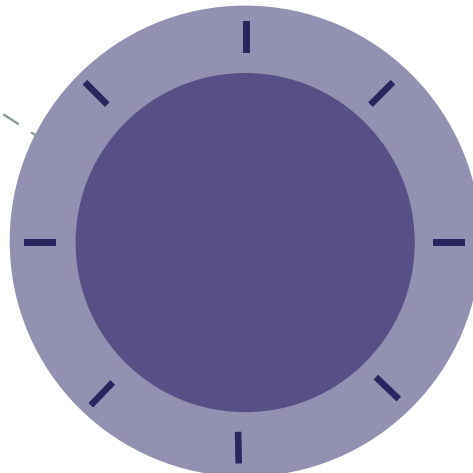
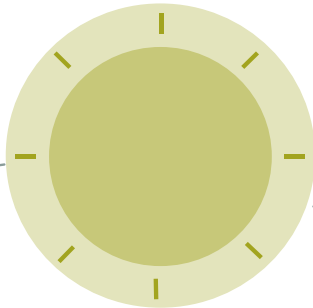
الأبيض: السلام، والنقاء، والصحة.

الأزرق: الطاقة والسماء (وكذلك المطر).

البرتقالي والأصفر: الضيافة وحسن الاستقبال.

الأخضر: الصحة والأرض (يمثل العشب الأخضر).

الأسود: الشعب والأوقات العصيبة التي يتعين عليهم المرور بها.





طريقة التنفيذ

تصنع القلائد باستخدام الحافة الخارجية لطبقي ورقين.

١. اقصصن حافة الطبقي، وأحدثن شقاً إلى النقطة التي تلتقي فيها الحافة الخارجية ببداية الجزء المسطح من الطبقي. يجب أن يكون هذا الشق بعمق ١ إلى ٢ بوصة أو ٢.٥ إلى ٥ سنتيمترات.

٢. قصصن على طول محيط الطبقي بالكامل بتلك المسافة.

٣. يمكن رسم التصميم على الطبقي قبل طلاؤها أو تلوينها. هذا أمر اختياري.

٤. اطين الطبقي أو لونه باستخدام ألوان الشمع بألوان وتصاميم زاهية وممتعة.

٥. اجعلن القلادة مزخرفة كما تحبن. يمكنكن حتى إضافة خرز أو معكرونة.

٦. ارتدين القلادة بكل فخر! يمكنكن حتى ارتداؤها عند الرقص على أغنية كوسافيري أو غيرها من الموسيقى من أفريقيا.



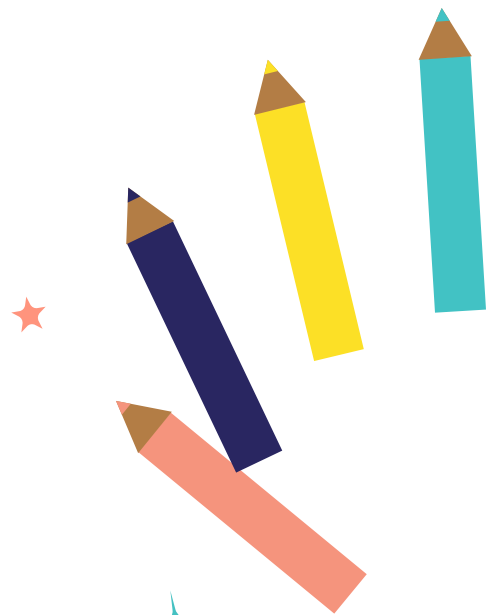
بدائل

- استخدمن صندوقاً أو أي ورق مقوى متاح لديكن بدلاً من طبقي ورقين.



أسئلة للتفكير

- ماذا تعرفن عن شعب الماساي؟
- لماذا هم مشهورون؟
- ما هي القبيلة؟
- ما القبائل الأخرى التي تعرفنها من أفريقيا؟
- هل تنتمين إلى قبيلة؟





قماش الكينتي (النسيج)

١٦-٨ سنة

ساعة



الهدف

للتعرّف على قماش الكينتي والتدرّب على النسيج.



ماذا تحتاجين:

- عدة ألوان من ورق الأشغال اليدوية أو الورق المقوّى
- مقص
- قلم غراء
- أقلام تحديد سوداء
- خيوط صوفية
- إبرة خياطة الخيوط الصوفية

معلومات أساسية

قماش الكينتي هو قماش جميل زاهي الألوان، منسوج بأعماط هندسية. وتحمل ألوان قماش الكينتي معاني خاصة:

١. الأصفر (الذهبي)

- المعنى: الثروة، والملكية، والنقاء الروحي.
- الرمزية: يرتبط اللون الأصفر بالذهب، الذي يحظى بقيمة كبيرة في الثقافات الأفريقية، وخاصة في غانا، التي كانت تُعرف باسم ساحل الذهب، ولها تاريخ غني في تعدين الذهب. كما يرمز الأصفر إلى الحيوية والطاقة والشمس.

٢. الأخضر

- المعنى: النمو، والخصوبة، والتجدد.
- الرمزية: يمثل الأخضر الأرض والزراعة والطبيعة. وهو لون يرمز إلى الازدهار والأمل في المستقبل، كما يمكن أن يمثل النمو الروحي وتجدد الحياة.

٣. الأحمر

- المعنى: الشغف، والقوة، والشجاعة.
- الرمزية: يرمز الأحمر غالباً إلى الدماء التي سُفكت والصراعات التي خيشت من أجل الحرية والاستقلال. كما يرتبط بالقيادة والقوة والبسالة.

٤. الأزرق

- المعنى: السلام، والحب، والوئام.
- الرمزية: يرمز اللون الأزرق إلى الهدوء، والوئام، وسكينة السماء والمحيط. كما يمكن أن يدل على الصحة الجيدة والأمل، وغالباً ما يُنظر إليه كرمز للروح.

٥. أبيض

- المعنى: النقاء، والنظافة، والصحة الروحية.
- الرمزية: يرتبط اللون الأبيض بالنقاء، والضوء، والبراءة. كما إنه يمثّل إنها تمثّل صفحة بيضاء، وبدايات جديدة، والحكمة. وفي العديد من الثقافات الأفريقية، يُرتدى اللون الأبيض خلال الاحتفالات أو الطقوس الدينية.

٦. الأسود

- المعنى: النضج، والقوة الروحية، والحياة.
- الرمزية: يرمز الأسود إلى قوة الشعوب، وجمال الأرض، والتواصل مع الأسلاف. كما يرتبط بالسمود، والسلطة، والارتباط الروحي العميق.

٧. البنفسجي

- المعنى: الثروة، والكرامة، والنمو الروحي.
- الرمزية: يُعدّ البنفسجي لوناً نادراً في قماش الكينتي، وغالباً ما يرتبط بالنبل والكرامة. كما يمكن أن يرمز إلى البصيرة الروحية، والغموض، والارتباط العميق بالحكمة.

٨. الوردي

- المعنى: الأنوثة، والحب، واللطف.
- الرمزية: يُعدّ الوردي لوناً أكثر نعومة، ويرمز إلى الحب، والمودة، والتعاطف. وغالباً ما يُستخدم للتعبير عن مشاعر الحنان والفرح.

٩. البني

- المعنى: الأرض، والحصاد، والمجتمع.
- الرمزية: يرمز البني إلى الأرض والارتباط بها. كما يرمز إلى أهمية الأسرة، والمجتمع، والحصاد، وما يمثله من مصدر للغذاء والبقاء.

١٠. البرتقالي

- المعنى: الطاقة، والحيوية، والوفرة.
- الرمزية: يرمز البرتقالي إلى الحماس، والحيوية، والإثارة. ويرتبط بالإبداع وطاقة الشمس، بالإضافة إلى الحصاد والوفرة.



تحكي أسطورة شائعة لدى شعب «الأشانتي» (أو أسانتي) في غانا بغرب إفريقيا، كيف تعلم شابان هما «أوتا كارابان» وصديقه «كواكو أمياو» فن النسيج من خلال مراقبة عنكبوت ينثر خيوط شبكته.

في إحدى الليالي، خرج الاثنان إلى الغابة للتحقق من فخاخهما، وذهلا بشبكة عنكبوت جميلة تتلألأ بتصاميمها الفريدة تحت ضوء القمر. عرض العنكبوت، وكان اسمه «أنانسي»، أن يعلم الرجلين كيفية نسيج مثل هذه التصاميم مقابل بضع خدمات. وبعد أداء الخدمات وتعلم كيفية نسيج التصاميم بخيوط واحد، عاد الرجلان إلى موطنهما «بونوير»، وسرعان ما أبلغ حاكم مملكة الأشانتي الأول «أسانتيهيني أوسي توتو» باكتشافهما. اعتمد الحاكم ابتكارهما، والذي سُمي قماش «الكينتي»، قماش ملكي مخصص للمناسبات الخاصة، وأصبحت «بونوير» المركز الرئيسي لنسيج الكينتي للحاكم وبلاطه الملكي.

في الأصل، كان قماش «الكينتي» يرتديه الملوك والأثرياء والأشخاص ذوو المكانة المرموقة فقط، أما اليوم فيرتديه الجميع، ولا سيما في المناسبات الخاصة. وفي المتوسط، يتكون القماش المخصص للرجال من ٢٤ شريطاً، مما يجعله بعرض ٨ أقدام تقريباً (٢,٤ متر) وطول ١٢ قدماً (٣,٦ متر). أما النساء فيمكنهن ارتداء قطعة واحدة كبيرة أو مزيج من قطعتين أو ثلاث بمقاسات تتراوح بين ٥ إلى ١٢ شريطاً، بمتوسط طول يبلغ ٦ أقدام (١,٨ متر).



بدائل

- يمكن إضافة لمساتٍ باستخدام قلم تحديدٍ أسود.
- يمكن إضافة خيوط الصوف إلى الشرائح الأفقية لإضافة ملمسٍ.
- استخدمن القماش بدلاً من الورق وثبتها بغرزةٍ.



أسئلة للتفكير

- يمكن إضافة لمساتٍ باستخدام قلم تحديدٍ أسود.
- يمكن إضافة خيوطٍ أو صوفٍ إلى الشرائح الأفقية لإضافة ملمسٍ.
- استخدمن القماش بدلاً من الورق وثبتها بغرزةٍ.

طريقة التنفيذ

١. اقصن لونين مرغوبين من الورق إلى شرائح أفقية بعرض ثلاثة أرباع البوصة (٢ سم)، أو قطع رأسية، واصنعن نحو ثماني شرائح.
٢. اقصن لونين أو ثلاثة ألوان مرغوبة من الورق أفقياً إلى شرائح بعرض ثلاثة أرباع البوصة (٢ سم). بالنسبة لقطع النسيج الأفقية، ينبغي لكن صنع نحو ٣ قطع من كل لونٍ.
٣. يمكن تزيين كل شريطٍ ملونٍ بتصميمٍ هندسيٍّ أو يمكن تزيين الشرائح بعد نسجها.
٤. ضعن الشرائح الرأسية الثماني جنباً إلى جنبٍ متقاربةً بطولها في نمطٍ متناوبٍ مع التأكد من محاذاة الأطراف العلوية.
٥. خذن شريطاً أفقياً واحداً، وبواسطة قلم الصمغ، ألصقن الشريط على الشرائح الرأسية مع محاذاة الحافة العلوية للشرائح الرأسية وتوسطه.
٦. اخترن المزيد من شرائح النسيج. انسجن هذه الشرائح أفقياً عبر الشرائح الرأسية بدءاً من الأعلى مع التأكد من وضعها بشكلٍ متقاربٍ جداً من بعضها البعض.
٧. لتثبيت شرائح النسيج، يمكن لصق كل شريطٍ ثالثٍ.
٨. عند الانتهاء من الشرائح الأفقية، قصن القطع الزائدة.





٦ سنوات وأكبر



١٥ دقيقة

أنانسي وإناء الحكمة - حكاية شعبية



معلومات أساسية

الحكاية الشعبية الأفريقية هي قصة مجهولة المؤلف وخالدة، تُداول شفهاً بين الشعوب الأفريقية وتهدف إلى نقل المعرفة والحكمة من جيل إلى جيل.

هذه الحكاية الشعبية من غانا في غرب أفريقيا.



الهدف

لستمعي إلى حكاية شعبية غنية وتفهمي الحكمة من ورائها. قد تتعرفن على هذا العنكبوت من النشاط أعلاه، وكيف تعلم الناس في غانا النسيج من العنكبوت.



ماذا تحتاجين:

- القصة (أدناه)

طريقة التنفيذ

اقرأ القصة لمجموعتك أو شاركها مع مجموعتك بأي طريقة ترغبين بها:

منذ زمن بعيد، كان الناس يعرفون القليل جداً عن الزراعة، والأدوات، أو كيفية نسج الأقمشة. احتفظ نيامي، إله السماء، بجميع الحكمة محفوظة في إناء فخاري. وفي يوم من الأيام، أعطى نيامي العنكبوت أنانسي هدية خاصة: الإناء الذي يحتوي على الحكمة كلها. وكان أنانسي متحمساً جداً، ولم يرد مشاركتها مع أي شخص آخر! قرر أنانسي إبقاء الإناء بعيداً عن العالم. فربط حبلاً حول إناء الحكمة حتى يتدلى أمامه، ليتسنى له تسلق شجرة. وجد أنانسي صعوبة في تسلق الشجرة، وبدأ يفقد صبره، وأصيب برضوض وتعيب. وكان ابن أنانسي الصغير واقفاً عند أسفل الشجرة يراقب. وفجأة قال: "ولكن يا أبي، ألن يكون التسلق أسهل إذا ربطت الإناء على ظهرك بدلاً من ذلك؟" جرب أنانسي ربط الإناء الفخاري المليء بالحكمة على ظهره، وكان الأمر بالفعل أسهل بكثير. ولكن بعد ذلك، توقف وفكر: "من المفترض أن أكون أنا صاحب الحكمة كلها، وها هو هذا الطفل الصغير أذكى مني." غضب أنانسي جداً من ذلك، لدرجة أنه ألقي الإناء الفخاري إلى الأسفل وخارج الشجرة، فتحطم إلى قطع على الأرض. وبالطبع، خرجت الحكمة كلها وطارت في جميع أنحاء العالم. وهكذا تعلم الناس الزراعة، وكيفية صنع الملابس، وتشكيل الحديد، إلى جانب جميع المعارف الأخرى التي مكنت الناس من فهم كيفية القيام بمعظم الأشياء.

بدائل

- يمكنكن مشاركة القصة حول نار المخيم.

- يمكنكن طلب بعض المتطوعات لتمثيل القصة بينما تقرأنها بصوت عالٍ. ستحتاجين إلى شخص ليكون: نيامي، العنكبوت أنانسي، ابن أنانسي، وشعوب العالم.



أسئلة للتفكير

- ما هي الدروس من هذه الحكاية الشعبية؟
- ما القصص التي تُحكى في ثقافتك وتحمّل درساً؟



معلومات أساسية

الحكاية الشعبية الأفريقية هي قصة مجهولة المؤلف وخالدة، تُداول شفهيًا بين الشعوب الأفريقية وتهدف إلى نقل المعرفة والحكمة من جيل إلى جيل.

هذه الحكاية الشعبية من غانا في غرب أفريقيا.

الهدف

لستمعي إلى حكاية شعبية أفريقية كينية وتفهمي الحكمة من ورائها.

ماذا تحتاجين:

- القصة (أدناه)

طريقة التنفيذ

اقرأ القصة:

منذ زمن بعيد، استعار رجل رمحاً، يُدعى "كاتيمو"، من جارٍ له ليقفل شيهماً (نيساً) كان يدمر محاصيله. انتظر في الحقل وطعن أحدهما في النهاية، ولكنه أصيب فقط وفرّ والرمح في جسده واختفى داخل جحر.

ذهب إلى صاحب الرمح وأخبره أن الرمح قد ضاع، لكن صاحب الرمح أصرّ على استعادته. اشترى الرجل رمحاً جديداً وعرضه على صاحب بدلاً من السلاح المفقود، لكن صاحب الرمح رفض وأصرّ مجدداً على إعادة الرمح الأصلي.

شرع الرجل حينها في الزحف داخل جحر الشيهم، وبعد أن زحف مسافةً طويلةً وجد نفسه في النهاية، ولمفاجأته، في مكان يجلس فيه العديد من الناس يطبخون الطعام على النار. سألوه عما يريد فأخبرهم بمهمته. دعوه للبقاء والأكل معهم، لكنه كان خائفاً وقال إنه لا يستطيع البقاء إذ يتعين عليه العودة بالرمح الذي رآه ملقىً هناك.

لم يبدلوا أي جهد لإبقائه، بل أخبروه أن يتسلق جذور شجرة "موغومو"، التي اخترقت الكهف للأسفل، وقالوا إن سرعان ما سيكون في الخارج مجدداً. أعطوه بعض النار ليأخذها معه، فأخذ الرمح والنار، ثم تسلق للخارج كما قيل له. ويُقال إن هذه هي الطريقة التي وصلت بها النار إلى البشر، إذ كان الناس قبل ذلك يأكلون طعامهم نيئاً.

عندما وصل الرجل إلى أصدقائه، أعاد الرمح وقال لصاحبه: "لقد تسببت لي بالكثير من المتاعب لأستعيد رمحك، وإذا كنت تريد بعضاً من هذه النار التي تراها تتسامى في الدخان، فسيتعين عليك صعود الدخان واستعادتها لي."

حاول صاحب الرمح مراراً وتكراراً صعود الدخان ولكنه لم يستطع، ثم جاء الشيوخ وتدخلوا وقالوا: "سنضع الترتيب التالي؛ تكون النار لاستخدام الجميع، وبما أنك من أحضرها فستكون زعيمنا."



أسئلة للتفكير

- ما هي الدروس من هذه الحكاية الشعبية؟
- ما القصص التي تحكي في ثقافتك وتحمل درساً؟

بدائل

- يمكنك مشاركة القصة حول نار المخيم.
- يمكنك طلب بعض المتطوعات لتمثيل القصة بينما تقرئينها بصوت عالٍ. ستحتاجين إلى شخص ليكون: الشيهم، الرجل، صاحب الرمح، الناس في الكهف، والشيوخ.





٨ سنوات وأكبر



٣٠ دقيقة

اللغة السواحيلية



معلومات أساسية

اللغة هي أحد أهم أجزاء أي ثقافة. وهي الطريقة التي يتواصل بها الناس مع بعضهم البعض، وبينون العلاقات، ويخلقون شعوراً بالمجتمع.

تعتبر السواحيلية لغة رسمية إلى جانب الإنجليزية في كينيا وتنزانيا، وعادة ما يُدرس أطفال المدارس الابتدائية بالسواحيلية. ويفهم العديد من الأوغنديين بعض السواحيلية، على الرغم من أنه نادراً ما يتحدث بها الناس خارج العاصمة كامبالا. كما تُتحدث السواحيلية أيضاً في أجزاء من ملاوي، زامبيا، جمهورية الكونغو الديمقراطية، الصومال، وموزمبيق.

يتحدث بها أكثر من ٨٢ مليون شخص كلفة ثانية، مما يجعل السواحيلية في المرتبة الـ ١٤ بين اللغات الأكثر انتشاراً في العالم.

الهدف

لتتعلمي بعض السواحيلية (اللغة الأكثر انتشاراً في أفريقيا جنوب الصحراء الكبرى واللغة المشتركة لمعظم سكان شرق أفريقيا).



ماذا تحتاجين:

كلمات وعبارات باللغة السواحيلية:

Kusafiri — السفر / الرحلة — كو-سا-في-ري

Jambo — مرحباً — جام-بو

Kwa heri — إلى اللقاء / وداعاً — كوا-هري

Tafadhali — من فضلك — تا-فا-ذا-لي

Asante — شكراً — أسا-نتي

Asante sana — شكراً جزيلاً — أسا-نتي سا-نا

Karibu — على الرحب والسعة — كا-ري-بو

Ninaitwa — اسمي هو — ني-نا-إي-توا

Hakuna Matata — لا توجد مشاكل / لا تقلق — ها-كو-نا-ما-تا

Hakuna Matata أو "لا تقلق" هي عبارة سواحيلية اشتهرت من خلال فيلم الأسد الملك.

أرقام اللغة السواحيلية على شكل بطاقات (كما هو موضح أدناه):

١. Moja — واحد — مو-جا

٢. Mbili — اثنان — م-بي-لي

٣. Tatu — ثلاثة — تا-تو

٤. Nne — أربعة — ن-ناي

٥. Tano — خمسة — تا-نو

٦. Sita — ستة — سي-تا

٧. Saba — سبعة — سا-با

٨. Nane — ثمانية — نا-ناي

٩. Tisa — تسعة — تي-سا

١٠. Kumi — عشرة — كو-مي

٤



nne

jambo

sita

karibu

g

o

tano

ASANTE SANA



طريقة التنفيذ

المتطابق في قلب بطاقتين إضافيتين ومحاولة إيجاد زوج آخر، حتى يقلب بطاقتين غير متطابقتين.

د. يأتي دور اللاعب التالي، ويقوم بالأمر نفسه حتى لا يتبقى أي زوج متطابق.

ه. الفائز هو اللاعب الذي يجمع أكبر عدد من الأزواج.

1. يمكن أن تكون إحدى الطرق الممتعة لتعلّم واستخدام كلمات أو عبارات سواحيلية بسيطة هي عندما تجتمع مجموعة لتناول وجبة خفيفة
 - قد يقول الشخص الذي يوزّع الحلوى: «Jambo» [مرحباً].
 - وبعد أن يستلم الشخص الحلوى، قد يقول: «Asante» [شكراً].
 - أو في نهاية الاجتماع، يمكن للجميع توديع بعضهم باللغة السواحيلية بقول: «Kwa heri» [إلى اللقاء].

2. لعبة التركيز هي لعبة بطاقات لشخص واحد أو شخصين أو أكثر، تساعد على تعلّم الأرقام باللغة السواحيلية.

kwa heri

أ. إعداد مجموعة البطاقات

قصّي الورق المقوّى إلى ٢٠ بطاقة، مقاس كل منها ٣ × ٥ بوصات (٧ × ١٢ سم).

على وجه بطاقتين، اكتب في منتصف كل بطاقة: ١ — moja.

على البطاقتين التاليتين، اكتب: ٢ — mbili.

استمري بالطريقة نفسها حتى تكلمي الأرقام العشرة جميعها.

ب. لعب اللعبة، تُخلط البطاقات وتُرتّب مقلوبة على سطح مستوٍ في صفوف وأعمدة منتظمة. ويمكن أن تكون البطاقات مبنية على موضوع معيّن. ويجب أن تكون جميع البطاقات على شكل أزواج متطابقة.

ج. يقلب اللاعب الأول بطاقتين. إذا لم تتطابق البطاقتان، تُعاد كلتاها إلى وضعهما المقلوب. وإذا تطابقتا، تُزال البطاقتان من المجموعة وتوضع أمام اللاعب الذي وجد الزوج المتطابق. يستمر اللاعب الذي وجد الزوج المتطابق.

بدائل

- فكري في مواقف أخرى يمكن فيها استخدام هذه العبارات السواحيلية ومارسها.

- فكري في طرق أخرى للعب ببطاقات الأرقام السواحيلية. على سبيل المثال، اجعلي الجميع متفرقات في الغرفة، وعند إشارتك بالبدء ينبغي للمشاركة أن يتراكن. وعندما تهتفين «كوسافيري» يتوجب عليهن التجمد، ثم تسجين بطاقة وعليهن تشكيل مجموعات بهذا الرقم.

أسئلة للتفكير

- كم كان صعباً عليك نطق الكلمات والأرقام السواحيلية؟
- هل يمكنك التحدث بأكثر من لغة؟
- ما هي اللغة الأكثر انتشاراً في العالم؟

g

tano

ASANTE SANA



معلومات أساسية

تُعد إفريقيا أكثر قارات العالم تنوعاً، إذ تُعد موطناً لنحو ٢٠٠٠ لغة، وتعتبر اللغة الفرنسية إحدى أكثر اللغات انتشاراً فيها إلى جانب الإنجليزية والسواحلية وغيرها.

تُعد الفرنسية اللغة الرسمية في أكثر من 20 دولة، أُقيمت في العديد منها فعاليات مركز «كوسافيري». ولهذا السبب، تُقام العديد من فعاليات «كوسافيري» باللغتين الفرنسية والإنجليزية، نظراً لأن الكثير من الدول التابعة لمنظمة «واغز» عبر الإقليم الإفريقي تستخدم هاتين اللغتين.

الهدف

لتعلم بعض الكلمات الفرنسية — وهي اللغة التي نتحدث بها العديد من المنظمات الأعضاء في منظمة «واقز» في الإقليم الإفريقي.



ماذا تحتاجين:

هذه الكلمات والعبارات باللغة الفرنسية::

- Oui - نعم - wee
- Non - لا - noh
- S'il-vous-plait - من فضلك - seel voo pleh
- Merci - شكراً - mehr-see
- Non, merci - لا، شكراً - noh mehr-see
- De rien - عفواً - duh ree-ahn
- Pardon - معذرة - par-dohn
- Bonjour - مرحباً / صباح الخير - bohn-zhoor
- Salut - أهلاً / وداعاً - sa-loo
- Au revoir - إلى اللقاء - oh ruh-vwar
- Bonsoir - مساء الخير - bohn-swahr
- Bonne nuit - ليلة سعيدة - buhn nwee

الأعداد من 1 إلى 10 بالفرنسية

- Un - واحد - uhn
- Deux - اثنان - duh
- Trois - ثلاثة - twah
- Quatre - أربعة - katr
- Cinq - خمسة - sank
- Six - ستة - sees
- Sept - سبعة - set
- Huit - ثمانية - weet
- Neuf - تسعة - nuhf
- Dix - عشرة - dees

oui

٣

trois

a

salut

e

cinq

bonjour

merci

de rien



طريقة التنفيذ

١. يمكن أن تكون إحدى الطرق الممتعة لتعلّم واستخدام الكلمات أو العبارات الفرنسية هي عندما تجتمع مجموعة من الأشخاص لتناول وجبة خفيفة.
 - قد تقول الشخصّة التي تقوم بتوزيع المأكولات الخفيفة: «Bonjour» [مرحباً].
 - وقد تقول الشخصّة بعد أن تستلم الوجبة الخفيفة: «Merci» [شكراً].
 - أو في نهاية الاجتماع، يمكن للجميع أن يودّعوا بعضهم باللغة الفرنسية بقول: «Au revoir» [إلى اللقاء]، أو «Bonsoir» [مساء الخير]، أو «Bonne nuit» [تصبحين على خير].
٢. لعبة التركيز هي لعبة بطاقات لشخص واحد، أو لشخصين، أو لأكثر من شخص، تساعدك على تعلّم الأرقام باللغة الفرنسية.
 - أ. حضري مجموعة من البطاقات:
 - قصّي ورقاً مقوّى إلى ٢٠ بطاقة، بحيث يكون مقاس كل بطاقة ٣ × ٥ بوصات (٧ إلى ١٢ سم).
 - على أحد وجهي بطاقتين، اكتبي في منتصف البطاقة: «١ - un».
 - وعلى البطاقتين التاليتين، اكتبي: «٢ - deux».
 - واستمري بالطريقة نفسها حتى تكتمل جميع الأرقام العشرة.
 - ب. لبدء اللعبة، اخلطي البطاقات وضعيها مقلوبة على سطح مستو، بحيث تكون مرتبة في صفوف وأعمدة. ويمكن أن تكون البطاقات مبنية على موضوع معيّن. يجب أن تكون جميع البطاقات على شكل أزواج متطابقة.
- ج. تقلب اللاعب الأولى بطاقتين. إذا لم تكن البطاقتان متطابقتين، تعيد قلبهما وتضعهما مقلوبتين مرة أخرى. أما إذا كانت البطاقتان متطابقتين، فتُخرجان من مجموعة البطاقات وتضعهما أمام اللاعب التي تمكنت من إيجاد الزوج المتطابق.
- د. تستمر اللعبة التي تمكنت من إيجاد الزوج المتطابق في قلب بطاقتين إضافيتين، محاولة إيجاد زوج متطابق آخر، إلى أن تقلب بطاقتين غير متطابقتين.
- هـ. بعد ذلك، يأتي دور اللاعب التالية، وتقوم بالشيء نفسه، وتستمر اللعبة حتى لا يتبقى أي زوج متطابق.
- و. الفائزة هي اللاعب التي تجمع أكبر عدد من الأزواج المتطابقة.

بدائل

- فكري في مواقف أخرى يمكن فيها استخدام هذه العبارات الفرنسية ومارسيها.
- فكري في طرق أخرى للعب ببطاقات الأرقام الفرنسية. على سبيل المثال، إذا كانت لديك عدة مجموعات من البطاقات، يمكنك لعب لعبة «سناّب»، وبدلاً من قول «سناّب» يمكنك قول «كوسافيري». تُخلط البطاقات وتوزع على اللاعبين حتى لا تبقى أي بطاقة. تتناوب كل واحدة على قلب بطاقة ووضعها ووجهها للأعلى في المنتصف. وإذا تطابقت بطاقتان، تحاول كل واحدة وضع يدها على كومة البطاقات مع قول «كوسافيري». وإذا كنت الأولى في قول الكلمة ووضع يدك على الكومة، تصبح كومة البطاقات لك. وتكون الفائزة هي من تمتلك جميع البطاقات في نهاية اللعبة.



أسئلة للتفكير

- كم كان صعباً عليك نطق الكلمات والأرقام الفرنسية؟
- هل يمكنك التحدث بأكثر من لغة؟
- كم عدد الأشخاص الذين يتحدثون الفرنسية في العالم؟



معلومات أساسية

«كوسافيري» هو أحدث المراكز العالمية لمنظمة «واقز». نشجعك على إكمال الأنشطة الأخرى قبل المشاركة في الاختبار، حيث إن المعارف المكتسبة من تلك الأنشطة ستجعل الإجابة عن الأسئلة أكثر سهولة.

الهدف

للتعرف أكثر على مركز «كوسافيري» العالمي من خلال اختبار ممتع.

ماذا تحتاجين:

أسئلة وأجوبة الاختبار (أدناه)

الأسئلة:

١. ما اللغتان الممثلتان في أغنية كوسافيري — «كاريبو كوسافيري»؟
٢. هل يمكنك ذكر أحد برامج منظمة «واغز» التي قُدمت للفتيات والشابات اللاتي حضرن فعاليات «كوسافيري»؟
٣. توجد ٥ أقاليم لمنظمة «واغز»، ففي أي إقليم يقع مركز «كوسافيري» العالمي؟
٤. ماذا تعني كلمة «كوسافيري»؟
٥. ما هي اللغات الرسمية الأربع لمنظمة «واغز»؟
٦. في أي عام اختارت منظمة «واغز» اسم «كوسافيري» للمركز العالمي الخامس؟
٧. ما هو قماش «كينتي»؟
٨. هل يمكن لأي شخص زيارة «كوسافيري»؟
٩. تُعد الطبلبة الرمز المرتبط بمركز «كوسافيري»، فما اسم هذا النوع من الطبول؟
١٠. ما الذي جعل «كوسافيري» فريداً مقارنة بالمراكز العالمية الأخرى في سنواته الأولى من استضافة الجلسات؟

الأجوبة:

١. الفرنسية والإنجليزية
٢. برنامج «حرة بأن أكون أنا»، برنامج «أوقفوا العنف»، ندوة جولييت لو، برنامج «الفنون من أجل التغيير»، برنامج «استعدي للتعلم»، برنامج «استعدي للقيادة»
٣. الإقليم الإفريقي
٤. مصطلح باللغة السواحلية يعني «أن تقوم برحلة»
٥. الإنكليزية، الإسبانية، الفرنسية، العربية
٦. اختير اسم «كوسافيري» في عام ٢٠١٥.
٧. قماش «كينتي» هو قماش ملون ومزخرف يُنسج يدوياً بشكل تقليدي في غانا.
٨. يستقبل مركز «كوسافيري» الحجوزات للزوار اليوميين، والضيوف المستقلين، وضيوف الفعاليات. لا يشترط أن تكوني مرشدة أو كشافاً لزيارته، ولكن إن كنت كذلك، فستزعين في زيارته قريباً!
٩. طبلبة «الدجمبي»
١٠. كان «كوسافيري» مركزاً عالمياً متنقلاً يغير موقعه عبر دول مختلفة في الإقليم الإفريقي، مما جعله أكثر وصولاً للفتيات للحضور والاستفادة من برامج منظمة «واقز» وفعاليتها المختلفة.

طريقة التنفيذ

يمكنك استخدام أسئلة هذا الاختبار بالطريقة التي تفضلينها؛

سواءً على هيئة سؤال وجواب بسيط، أو بطاقات تفاعلية، أو أي أسلوب ترين أنه يناسب مجموعتك.

بدائل

- شاركي مع الآخرين كيف صممت اختبارك!
- استخدم المعلومات الموجودة في بداية هذه الحقبة أو على الموقع الإلكتروني. [موقع كوسافيري](#) لإنشاء المزيد من الأسئلة.

أسئلة للتفكير

- ماذا كنت تعرفين من قبل عن «كوسافيري»؟
- ماذا تعلمت عن «كوسافيري» من خلال هذا الاختبار؟
- ما الذي تودين معرفته أيضاً عن «كوسافيري»؟



٥ سنوات وأكبر



١٠ دقائق

رقصة دائرة أعياد الميلاد



معلومات أساسية

هذه لعبة غانية تُلعب بانتظام في اجتماعات المرشحات لمساعدة المجموعة على التعرف على بعضهم البعض مع الاستمتاع ببعض المرح من خلال الرقص.

الهدف

تعرفي على عضوات مجموعتك ودعي إبداعك يتألق.

ماذا تحتاجين:

- وسيلة لتشغيل الموسيقى وبعض الموسيقى.

بدائل

- لا يتعين عليك استخدام أيام الأسبوع فقط. يمكنك استخدام أشياء أخرى لدعوة المشاركات إلى الدائرة، مثل: أشهر الميلاد، أو ارتداء لون معين، أو حرف من الاسم، وما إلى ذلك.

طريقة التنفيذ

أ. تُعزف الموسيقى وتشكل المجموعة دائرة.

ب. يمكنك إنشاء قائمتك الخاصة أو استخدام قائمة تشغيل عبر الإنترنت مثل هذه:

[قائمة تشغيل موسيقية.](#)

ج. يهتف الجميع: «من وُلد في يوم الإثنين يدخلن ليرقصن، ومن وُلد في يوم الثلاثاء يدخلن ليرقصن... إلخ». وتدخل المشاركات إلى الدائرة للرقص عندما يشير الهاتف إليهن.

د. استمري حتى تتاح الفرصة للجميع للرقص.

أسئلة للتفكير

- هل تعتقدين أن رقصتك تتوافق مع شخصيتك؟
- هل تعلمت شيئاً جديداً عن عضوات مجموعتك؟
- ما هي الرقصات الأخرى التي أعجبتك أكثر؟



٨ سنوات وأكبر



١٠ دقائق

مرري كلمات الأغنية



معلومات أساسية

لعبة التواصل الموسيقية هذه هي نسخة معدلة من لعبة الهاتف الشهيرة.

بدائل

- اختاري عشوائياً ثلاث أغاني أفريقية مختلفة وتعلمي كلماتها. بعد ذلك، تختار إحدى المشاركات إحدى الأغاني، وتكون هي الأغنية التي ستستخدم للعب اللعبة.



الهدف

للتحقق من مدى انتباه الناس للمعلومات التي تقدم لهم من خلال الأغاني المشهورة.



ماذا تحتاجين:

- لا تلزم أي أدوات.

طريقة التنفيذ

١. تبدأ إحدى المشاركات في المجموعة بقول كلمة أو جملة من أغنية مشهورة أو أغنية مرشدة.
٢. تُتحدى المشاركة التالية لقول السطر التالي من الأغنية.
٣. تستمر المجموعة في ترديد كلمات الأغنية حتى يتعذر تذكر المزيد من الأسطر أو تصلن إلى نهاية الأغنية.
٤. ابدئي من جديد بأغنية أخرى واستمري حتى تلعب جميع المشاركات بما فيه الكفاية.

٦



?



?

?

أسئلة للتفكير

- كيف تتأكدين من أنك تستمعين بفاعلية للآخرين؟
- ما هو السطر المفضل لديك من كلمات الأغنية؟



٥ سنوات وأكبر



١٠ دقائق

رقصة كوسافيري



معلومات أساسية

بلغت «كوسافيري» عامها العاشر في عام ٢٠٢١، وكتبت المرشدات وفتيات الكشافة اللاتي خضن تجربة غيّرت حياتهن في «كوسافيري» أغنية «كوسافيري» للاحتفال. تم تسجيل الأغنية وإنتاجها بواسطة المذهلة بودو رازافيندرازافا، وهي مغنية ومنتجة فيديو موسيقية رائعة من مدغشقر.



الهدف

لتعلم الحركات الراقصة المعروضة في أغنية «كوسافيري».



ماذا تحتاجين:

- وسيلة لتشغيل المقطع ومساحة للرقص.

بدائل

- ابتكري حركاتك الخاصة لأغنية «كوسافيري» وشاركها مع الآخرين.

طريقة التنفيذ

١. شاهدي نسخة «ارقصي معنا» من أغنية «كوسافيري» هنا: ارقصي معنا

٢. تعلمي الحركات عن طريق إيقاف المقطع مؤقتاً حتى تشعرين أنك تعلمت جميع الحركات.

٣. أدي الرقصة كاملة عندما تكونين مستعدة!



أسئلة للتفكير

- ما هي حركاتك الراقصة المفضلة في الأغنية؟
- لو أردت إضافة سطر وحركة راقصة إلى الأغنية، فماذا ستكونان؟





معلومات أساسية

لعبة التواصل هذه طريقة ممتعة للتعرف على العناصر المختلفة التي قد تجدينها في المطبخ الأفريقي. بعض هذه العناصر أدوات تستخدمها للطهي، وبعضها المكونات، وبعضها أطباق أفريقية!



الهدف

للتعرف على الطهي والأطباق والمكونات الأفريقية، مع ممارسة مهارات التواصل غير اللفظي.



ماذا تحتاجين:

- كل كلمة من الكلمات أدناه على قصاصة ورق مطوية. الكلمات المستخدمة:
- المستوى المبتدئ: ملح، سكر، حليب، دجاج، شوبك (نشابة العجين)، ملعقة، كوب.
- المستوى المتوسط: تشاباتي، توفو.
- المستوى المتقدم: جُولُوف، أوجالي.
- شيء لحفظ قصاصات الورق فيه.
- وسيلة للبحث عبر الإنترنت عن المعلومات إذا كنت لا تعرفين أي عنصر من القائمة.

بدائل

- يمكنك استخدام مزيج من كلمات المستوى المبتدئ والمتوسط والمتقدم اعتماداً على مدى معرفة مجموعتك بهذه العناصر مسبقاً أو حسب الفئة العمرية للمجموعة.



أسئلة للتفكير

- كم عدد الأطعمة الأفريقية التي تعرفينها حتى الآن؟
- هل كانت هناك أطعمة ظهرت في اللعبة لم تكوني تعرفينها؟
- هل هناك أي وجبات لم تكوني تعرفينها من قبل ويمكنك تجربة طهيها بعد هذه اللعبة؟

طريقة التنفيذ

١. تتناوب المشاركات في المجموعة على تمثيل أحد عناصر المطبخ المدونة على قصاصات الورق دون قول أي شيء بصوت عالٍ. وهذا يعني استخدام الحركات لمساعدة الجمهور على فهم ما تحاولين إيصاله!
٢. الفريق أو الشخص الذي يحزر بنجاح ما تمثله يفوز بالنقطة!
٣. استمررن في اللعب حتى تُستخدم جميع الكلمات.





١٢ سنة وأكبر



ساعة

طهو الطاجين



معلومات أساسية

الطاجين هو طبق شائع في دول شمال أفريقيا بما في ذلك المغرب والجزائر وتونس. ويشير "الطاجين" إلى اسم الطبق والإناء الذي يُطهى فيه على حد سواء.

يتسم إناء الطاجين بسهولة حمله ونقله ليتيح طهي الوجبة في أماكن مختلفة، ويتميز بشكله المخروطي الذي يضمن احتباس التكثيف أثناء عملية الطهي؛ مما يمنع فقدان الماء، وهو أمر بالغ الأهمية في المناطق التي تتسم بموارد مياه محدودة.

هذه الوصفة مأخوذة من موقع «بي بي سي غود فود»

الهدف

تذوقي نكهة ثقافة شمال إفريقيا من خلال تجربة هذه اليخنة المطهوه بطيئاً.

ماذا تحتاجين:

- الأدوات تتطلب هذه الوصفة جهاز الطهي البطيء بدلاً من الطاجين، ولكن استخدم الطاجين إذا كان لديك واحد.

المكونات

- ٩٠٠ غرام لحم ضأن (من الكتف أو الرقبة أو الفخذ)، مقطع إلى قطع كبيرة
- ملعقة كبيرة زيت زيتون
- بصلة مفرومة
- ٣ جزرات مقطعة إلى قطع كبيرة
- ملعقتين صغيرتين رأس الحانوت
- ملعقة صغيرة كمون مطحون
- ملعقة كبيرة معجون طماطم
- مكعب مرقة دجاج أو ضأن
- حبة بطاطا حلوة مقطعة إلى قطع كبيرة
- ٣٠ غرام كرز مجفف
- نصف ملعقة صغيرة عسل
- نصف حزمة كزبرة مفرومة
- كسكس للتقديم

طريقة التنفيذ

١. اقلي لحم الضأن في الزيت على دفعات وانقله إلى طبخ الطهي البطيء.
٢. اقلي البصل في المقلاة نفسها لمدة ٥ دقائق أو حتى يذبل قليلاً.
٣. أضيفي الجزر والتوابل واخلطي المكونات معاً، ثم أضيفي معجون الطماطم والمرق و٢٥٠ مل من الماء وحركي المزيج في المقلاة.
٤. اسكي المزيج في طبخ الطهي البطيء.
٥. أضيفي البطاطا الحلوة، والكرز المجفف، والعسل، و٥٠٠ مل أخرى من الماء.
٦. اطي على حرارة منخفضة لمدة ٨ ساعات أو على حرارة عالية لمدة ٤ ساعات.
٧. أضيفي الكزبرة واخلطيها، ثم قدمي الطبق مع الكسكسي.
٨. اتركي الطبق ليبرد قبل تجميده.

بدائل

يمكن استخدام مجموعة متنوعة من المكونات لإعداد الطاجين، لذا يمكنك إضافة نوع مختلف من اللحم أو السمك إذا أردت، أو الاستغناء عن اللحوم تماماً لجعله طبقاً نباتياً.

الطاجين المغربي

إليك رابط لوصفة نباتية:

أسئلة للتفكير

- ما هي الأطعمة الأفريقية الأخرى التي يمكنك إعدادها؟
- ما الذي أحببتَه في عملية التحضير بأكملها؟



سنوات

١٠



١٥ دقيقة

طهي كعكة إنكاتي



معلومات أساسية

تُعد هذه الوجبة الخفيفة الحلوة، والمعروفة أيضاً باللغة الإنجليزية باسم (حلوى الفول السوداني الهشة)، شعبية جداً في غانا ومفضلة لدى العديد من الضيوف في «كوسافيري».

طريقة التنفيذ

١. اطحنى الفول السوداني. يمكن القيام بذلك باستخدام محضرة الطعام أو بوضعه في كيس قابل للإغلاق والدق عليه بشوك العجين. يعود الأمر لك في تحديد درجة الخشونة أو النعومة بناءً على تفضيلك للنتيجة النهائية. انقلي الفول السوداني المجروش إلى وعاء واتركيه جانباً لاحقاً.
٢. ضعي قطعتين من ورق الزبدة جانباً - افعلي ذلك الآن لتوفير الوقت للعمل بسرعة لاحقاً.
٣. اسكبي السكر في القدر وشغلي النار على حرارة منخفضة لصنع الكراميل. حرّكي السكر باستمرار حتى يذوب. قد يستغرق هذا بعض الوقت.
٤. بمجرد ذوبان السكر، أضيفي الفول السوداني المجروش إلى السكر لدمج المكونات حتى يغطي الفول السوداني جيداً. خففي النار واخلطي بسرعة حتى لا يتصلب المزيج.
٥. انقلي الخليط على ورق الزبدة. احذري من أن تحترقي لأن المزيج سيكون ساخناً. ضعي قطعة ورق الزبدة الثانية في الأعلى وافرديه للوصول إلى السمك المطلوب. عادة ما يكون هذا بين ١-٢ سم.
٦. قطعي الخليط وشكليّه حسب الرغبة. يمكن أن يكون شكل معين أو أي شكل تحبينه!
٧. اتركيه ليبرد تماماً واحفظيه في علبة محكمة الإغلاق. بمجرد أن يتصلب سيتكسر بسهولة. استمتعي!



الهدف

جربي طهي وصفة غانية تقليدية تستخدم مكونين اثنين فقط!



ماذا تحتاجين:

الأدوات

- محضرة طعام أو كيس قابل للإغلاق
- شوك العجين (نشابة)
- قدر غير لاصق
- ورقتان من ورق الزبدة
- ملعقة

المكونات

- ٥٠٠ غرام فول سوداني محمص غير مملح
- ٥٠٠ غرام سكر حبيبات

بدائل

- يمكنك إعداد هذا الطبق بكميات أصغر أو أكبر، فقط تأكدي من إبقاء المكونات متساويين.
- كما يمكنك تجربة أشكال مختلفة لمزيجك قبل أن يبرد!



أسئلة للتفكير

- لماذا تعتقدين أن الناس في «كوسافيري» يحبون هذه الحلوى كثيراً؟
- ماهي الحلويات التي تحبينها؟



طريقة التنفيذ

1. خلط مزيج القاعدة: اجمع البصل المفروم، والفلفل، والطماطم (في حال استخدامها) في الخلاط الكهربائي أو محضرة الطعام. اخفقي المكونات حتى تصبح ناعمة لتشكيل قاعدة من الفلفل والطماطم.
2. تشويح المنكهات: سخني الزيت النباتي في قدر كبير على نار متوسطة. أضيفي معجون الطماطم وشوحيه لمدة 2-3 دقائق مع التحريك المستمر لمنع احتراقه؛ حيث يساعد ذلك على تعزيز نكهة معجون الطماطم وإبرازها.
3. إضافة المزيج المخلوط والبهارات: اسكبي خليط الفلفل والطماطم المخلوط في القدر. أضيفي الزنجبيل المطحون، ومسحوق الثوم، ومسحوق الكاري، والزعر (التايم)، والبابريكا المدخنة (في حال استخدامها)، والملح. حرّكي المزيج جيداً لدمج جميع التوابل.
4. طهي الأرز: أضيفي الأرز المغسول إلى القدر مع التأكد من توزيعه بالتساوي. اسكبي مرق الدجاج أو الخضار (أو الماء)، بحيث يكون السائل أعلى من الأرز بمسافة بوصة واحدة (حوالي 2.5 سم). دعي المزيج يغلي، ثم خففي النار، وغطي القدر بإحكام، واتركيه يطهى على نار هادئة لمدة 15-20 دقيقة أو حتى يمتص السائل وينضج الأرز تماماً.
5. التبخير والتقليب: بمجرد امتصاص السائل، ارفعي القدر عن النار واتركيه جانباً (وهو مغطى) لمدة 5-10 دقائق أخرى؛ حيث يتيح ذلك للأرز أن ينضج على البخار ويضمن الحصول على قوام هش ومفكك. أخيراً، استخدم شوكة لتقليب الأرز وتفكيك حباته برفق.
6. قدميه ساخناً واستمتعي بأرز الجولوف المنزلي اللذيذ!



الهدف

جربي طهي طبق شهير من غرب أفريقيا يجمع بين مزيج غني بالنكهات من الأرز والطماطم والفلفل والتوابل. تركز هذه الوصفة على أرز الجولوف على الطريقة الغانية.



ماذا تحتاجين:

- الأدوات
- قدر كبير ذو غطاء محكم الإغلاق
 - خلاط أو محضرة طعام
 - ملعقة خشبية أو سباتولا للتحريك
 - أكواب وملعق قياس
- المكونات
- 2 كوب أرز طويل الحبة، مغسول
 - 1 بصلة كبيرة مفرومة
 - فلفل
 - 4 حبات طماطم كبيرة ناضجة، مفرومة
 - ¼ كوب زيت نباتي
 - 2 ملعقة كبيرة معجون طماطم
 - 1 ملعقة صغيرة زنجبيل مطحون
 - 1 ملعقة صغيرة ثوم بودرة
 - 1 ملعقة صغيرة مسحوق الكاري
 - ½ ملعقة صغيرة زعر مجفف
 - ½ ملعقة صغيرة بابريكا مدخنة (اختياري، لنكهة أغنى)
 - ملح حسب الرغبة
 - 4 أكواب مرق دجاج أو خضار (أو ماء)

معلومات أساسية

هذا الطبق الشهير، المُعدّ من الأرز والطماطم ومزيج من التوابل، هو طبق أساسي في جميع أنحاء غرب أفريقيا، حيث تفخر كل دولة (وحتى المناطق داخل البلد الواحد) بأسلوبها الفريد في تحضيره.

ويحظى بشعبية خاصة في غانا ونيجيريا، حيث تسود بينهما منافسة ودية حول أيهما يقدم النسخة الأفضل والألذ!



سنوات

١٠



ساعة

طهي أرز الجولوف



بدائل

- يمكنك إعداد هذا الطبق بكميات صغيرة أو كبيرة، ويمكنك إضافة ما تشائين من البروتين أو الخضروات.
- هذه عينة من الوصفة من صفحة سويت أديلي على يوتيوب.

أرز الجولوف



أسئلة للتفكير

- لماذا تعتقد أن الأرز طعام يحظى بهذه الشعبية الكبيرة في العديد من البلدان؟
- هل لديك طبق أرز مفضل؟



د

التواصل مع

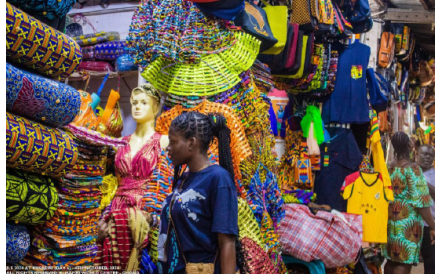
كوسافيري



لدعم كوسافيري

الشابات

هناك العديد من الفرص المتاحة لك كشابة لدعم أحد المراكز العالمية واكتساب الخبرة فيها. إليك بعضاً من الفرص المتنوعة المتاحة في كوسافيري والمراكز العالمية الأخرى:



المنح

ترقّبي فرص المنح المتاحة للتطوع أو حضور إحدى الفعاليات.

التدريب العملي

فرصة لممارسة المهارات وتطويرها، مثل الضيافة، والإعلام، والتسويق.

سنة استراحة

خيار مميز يمكنك القيام به أثناء التفكير في مستقبلك؛ فقد تجددين من خلاله مهنتك المثالية!



التطوع

انضمي إلى قاعدة متطوعات الجمعية العالمية (الواقز)؛ وعند توفر فرص للتطوع، سيتم الإعلان عنها للمجموعة ويمكنك التقديم عليها.

لمزيد من المعلومات حول الفرص المتاحة [تواصلني مع كوسافيري..](#)





لدعم كوسافيري

للكبار

سواء كنت قد زرت كوسافيري أم لا، يمكنك الترويج للمركز العالمي للآخرين وتشجيعهم على زيارته ومشاركة تجاربهم.

قدّمي تبرعًا، أو انضمي كصديقة.

- صدقاء المراكز العالمية على - [الفيسبوك](#)
- [أصدقاء كوسافيري](#)
- [التبرع لكوسافيري](#)



الفعاليات المحلية

- خططي ونظّمي بعض الفعاليات في بلدك للتوعية بكوسافيري
- عشاء في مطعم أفريقي محلي
- وجبة جماعية من المأكولات الأفريقية
- فعالية للطهي
- فعالية للحرف اليدوية
- فعاليات أخرى، مثل العزف على الطبول، وصناعة الخزف، والرقص



خططي لرحلة

- أفضل طريقة لدعم كوسافيري هي زيارتها!
- شاري في إحدى الفعاليات، أو احجزي إقامة فيها أثناء توجهك إلى وجهة أخرى.
- تطوعي وانضمي إلى [شبكة متطوعي الواقف](#)
- ادعي صديقاتك واذهبن معًا كمجموعة.
- ساعدي الآخرين في التخطيط لرحلتهم، حتى لو لم تتمكني من الذهاب بنفسك.



استخدمي وسائل التواصل الاجتماعي للمشاركة والترويج.



استخدمي هاشتاق #tojourney# kusafiriworldcentre

• [الإنستغرام](#) - kusafiriworldcentre@

• [الفيسبوك](#) - kusafiriworldcentre@

• [اليوتيوب](#) - kusafiriworldcentre@

• شاري ذكرياتك

• شاري صورًا من الفعاليات المحلية الأخيرة.



الموارد

يتضمن هذا القسم الموارد المطلوبة للأنشطة الواردة في هذه الحزمة، مثل القوالب، والبطاقات، والقصص.

الروابط



بعض الروابط المفيدة للتواصل مع كوسافيري :

[الموقع الإلكتروني](#)

[نموذج التواصل](#)

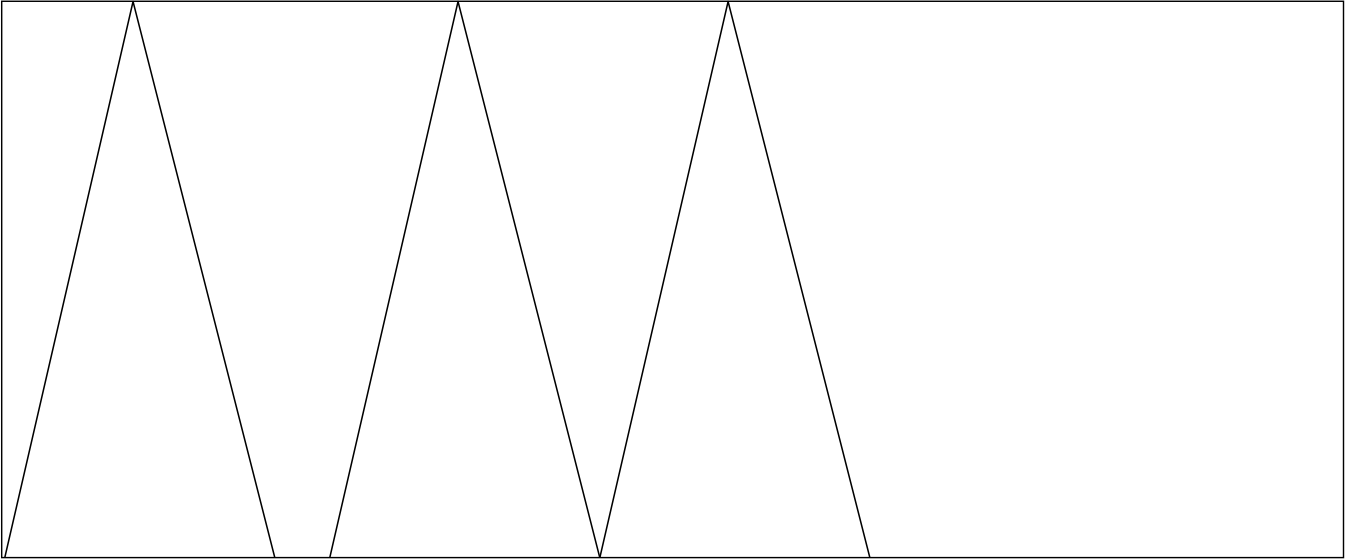
[الاشتراك في النشرة الإخبارية](#)

[المراكز العالمية الأخرى](#)

[المراكز العالمية على منصة «كامب فاير»](#)



قالب خرز ورقي





www.worldcentres.waggs.org