

دادعإللةمزالل دراوملا  
بیردتلا تاسلجل

# تاكراش ملى لىل فرعتلى

لمعرب تارسي الم / تابردم الم موقت أن يصوي ،ةلص تاذوة بسانم لمع شرول ريضحت لآ نم  
ءب لة رسي الم / ءبردم لل نمي ،ةي لمع ل هذه لال نم . تاكراشم لم عم بي ردت ل اآاي آل لي لآ  
ةيوسن ل ني ب اآال ل ل لآ ل مفل او ،ي نآ ل ل يوتسم ل ،اعقوت ،اآاي س ل ل فرع ل ل ي  
ل . اعقوت ل ل تاكراشم لل لآولون كآ ل ل

[illegible]

- **يذل .مميصتلاو طيخ تلل فاك تقو كانه :يلاثم البيردتلا تاجايحلا ليحلح**  
 .تاكراشملا ليلا لوصولا يلع ةردقلا ةرسيما /ةبردملا
- **طيخ تلل دودحم تقو ةرسيما /ةبردملا يذل :يعقاولا بيردتلا تاجايحلا ليحلح**  
 .تاكراشملا ليلا لوصولل دودحم ةردق و ،ةبيردتلا لمعلا ةشرو مميصتو
- **وطيخ تلل دودحم تقو كانه :يساسألا يوتسمل بيردت تاجايحلا ليحلح**  
 .تاكراشملا لوصولا يلع ةردقلا ةرسيما /ةبردملا يذل سيل .بيردتلا مميصت

**تاعقوت ال نم دكأت ال** نأ بي ردت ال لب ق تاجايت حال ال لي لحت ب ماي ق ال ين عي ال : **ة ط ح ال م**  
 هذه يل ل م ع ش ر و ي أ ي ق ب ت ن أ ح ص ن ي . أ ي ر و ر ض د ع ي م ل م ع ال ع ش ر و ل ي ل و أ ل ع س ل ج ال ء ا ن ث أ  
 . بي ر د ت ال لب ق ت ا ج ا ي ت ح ال ال ل ي ل ح ت ج ئ ا ت ن ي ل ع د ي ك أ ت ال ة د ا ع إ و د ك أ ت ل ل ع س ل ج ال

# يلاثم البيردت لاجايحت ليلحت

- دحاو رهش نم رثكأ :ريضحت الت قو
- (١ قحلم) لم اشل بي ردت الت اناحي لحت نايت سا
- (٢ قحلم) ةيساس الة لبا قلم ةلئسأ

لمعلا ةشرو ميمصت و طيختلل فاك تقو ةرسيمل / ةبردملا ىدل نوكيس ،ويرانيسل اذه يف فاك تقو مهيدل تاكراشمل ناو ، تاكراشمل عم لصاوتلل تقو كانه نأ ينعي امم ، ةبيردتل مهتابا عم لماعتلل تقو هيدل ةرسيمل / ةبردملا ناو ، ةباجتسالل

وييرانيسيلا يف ةيجهنم قرط ةثالث كانه ،بيردتلا اذه ميمصتو طي طختل فاك تقو دوجول ارظن  
يلاثملا

١ قحلم يرظنا) (ةيزيلاج نإلاب طبارلا) **تاكراشم لل لماشل البيردتلا تاجايحتا لي لحت نايبتسا**  
وايجولونكتلل مهمادختسا لوح تاكراشم لل ةلئسأ كانه ،نايبتسال اذه يف . (نايبتسال  
مئاقلا يقرلا فنعل و ةيوسنلا ةينقتلا ميهافمب مهتفرعمو مهمهف ىلإ ةفاضلإاب ،اهتاودأ  
،نايبتسال اذه مادختساب . ةبيردتلا لمعلل ةشرو نم مهتاعقوت و ،يعامتجالا عونلا ساسأ ىلع  
تاكراشملا عقاوو تاجايحتال لصفأ ةروص ىلع لوصحلا نم ةرسيمل / ةبردملا نكمتتس  
تاعقوتمل .

ةرسيمل / ةبردملا نكمي ،نايبتسال جئاتن ىلع آءانب . **تاكراشملا عم ةعباتملا تالباقم**  
ةنيعلل بجي ال ،يلاثم لكشب . ةلباقملا يف ةكراشملا تاعقوتملا تاكراشملا نم ةنيعل رايخا  
بجي . (تاكراشملا ددع بسح) مهنم ٥٠٪ لقألا ىلع ةلباقم اهيلع نكل ،تاكراشملا لك نمضتت نأ  
يتلا تاكراشملا :يأ) ةدحم ةلئسأل ةداتعم ريغ / ةفلتخم مهتاباجإ تناك يتيلا تاكراشملا ىلع  
ةيوسنلاب ةفرعم لقألاو رثكألا تاكراشملا وأ ،ايجولونكتلاب ةراهمو ةربخ لقألاو رثكألا  
نأ) (ةبيردتلا لمعلل ةشرو نم ةدحملا تاعقوتلا اذ تاكراشملا وأ ،ةينقتلا / ايجولونكتلاو  
ىصقأ دحك ةقيقد ٦٠ تاكراشملا عم تالباقملا قرغتست ام ،ةداع . ةيلمعل اذه نم عذج اونوكي

ةكراشملا نيمظنملا عم ةرسيمل / ةبردملا يقلتت ،ةلحرملا اذه يف . **نيمظنملا عم رواشتلا**  
/ ةبردملا موقت أضيأ انه . ةحرتقملا بيردتلا ميمصتو ةطخو ،تالباقملاو نايبتسال جئاتن  
نيمظنملا ةدنچأو فادهأ عم ناقفاوتي ةطخلاو ميمصتلا نأ نم دكأتلاب ةرسيمل

## ةيعقاولا بيردتلا تاجايحتا لي لحت

- دحاو رهش نم لقأ :ريضحتلا تقو
- تالباقملا ةلئسأ وأ (١ قحلم) لماشل البيردتلا تاجايحتا لي لحت نايبتسا :مادختسا  
(٢ قحلم) ةيساسألا

دحاو رهش نم لقأ ةرسيمل / ةبردملا يدل نوكتي نايلحألا بلغأ يف . عئاشلا وه وييرانيسيلا اذه دعي  
دراوملا ةيدودحم ببسب

،بيردتلا تاجايحتا لي لحت ةيلمع راصتخإ ىلإ ةرسيمل / ةبردملا جاتحتس ،تقولا قيضل ارظن  
تاجايحتا لي لحت نايبتسا ءارجإ نيب ام يراتخإ ،نيمظنملا عم ةيلوألأ ةراشتسال بسحو  
**ةلباقملا ةلئسأل ٢ قحلم** يرظنأ) تاعقوتملا تاكراشملا نم ٥٠٪ ةلباقم وأ ،لماشل البيردتلا  
(**ةيساسألا**).

## يوتسملا بيردت تاجايحتا لي لحت يساسألا

- نيعوبسأ نم لقأ :ريضحتلا تقو
- (٣ قحلم) بيردتلا تاجايحتا نايبتسال ةلئسأ ١٠ :مادختسا

ةشرو ميمصتو طي طختل ني عوبسأ نم لقأ ةرسيما / ةبردملا يدل نوكي ،ويراني سلا اذه يف  
لبق تاكراشملا ىلع فرعتلل تقو ةرسيما / ةبردملا يدل نوكي داكلاب انه . ةيبي ردتلا لمعل  
لوخد دنع وأ لمعل ةشرو ةيادب يف نايبب سالا عيزوت نكمملا نمو ةيبي ردتلا لمعل ةشرو  
بي ردتلا لبقتاجايتحلال ليحت دوجو مدع ضيعوتل قرط ةدع كانه نأ الا . لمعل ةشرو تاكراشملا  
مادختسا تايوتسم بي ردتب مايقلأ وأ ، تاعقوتلا (صحف) دكأتلا - اهسفن لمعل ةشرو لال  
يصون لازن الا نحن ، ايجولونكتلا مادختسا تايادبل ءاسنلا طئاح وأ ، ةينقتلا / ايجولونكتلا  
**يرطنا) بي ردتلا تاجايتحا نايبب سالا ةلئسأ ١٠ ىلع تاباجتسالا مادختسا ةلواح م  
(٣ قحلم**

# دراوملا

## لماشلا بي ردتلا تاجايتحا ليحت نايبب سالا :١ قحلم تاكراشملا

(ةيزيلجنإلاب طبارلا) .odt **فلم انه طبارلا**

## ةيساسألا ةلباقملا ةلئسأ :٢ قحلم

. تاكراشملا لماشلا بي ردتلا تاجايتحا ليحت نايبب سالا راصتخا وه تالباقملا نم ضرغل  
نم . لقأ ليصفتب نكل ، نايبب سالا اهلوانت يثلا ةماعلا تاعوضوملا ةي طغت موقيسو  
ىلع قرغتست نأ نكمي ةلئسألا نم ةعومجم لك . ةقيقد ٦٠ قرغتست نأ تالباقملا هذهل ضرثفملا  
قئاقد ١٠ لقألا

١. اهعم ني لمعت يثلا تاعمتجملا يه نم ؟ ني مقيقت نيأ . اهب كرود ، كتمظنم . كسفن نغ ينيثدح ١٠

٢. سفن يه تايثحتلا هذله ؟ تنرتنإلا مادختسالا دنع لمعللا يف كهجاوت يثلا تايثحتلا يه ام ٢٠  
ءاضعأ موقي وأ يموقت فيك ؟ اهعم يملعت يثلا رئاودلا / تاعمتجملا اهجاوت يثلا تايثحتلا  
؟ تايثحتلا هذله م لماعتلاب كعمتجم

٣. وأ لمعلال لجأ نم اهي مدختست له ؟ تقولا مطعم اهن يمدختست يثلا تنرتنإلا تاقيبطت يه ام ٣٠  
؟ ةي صخشلا ةايحل

٤. ليغشتلا ماظن وهام ؟ ةزهجالا هذله عونام ؟ اهمادختساب بلغاللا يف يموقت يثلا ةزهجالا يه ام ٤٠  
؟ اهليلع اهليغشتب يموقت يثلا

٥. أن يريغشت له ؟ اهي مدختست يثلا تاقيبطتلاو تنرتنإلا عم لماعتلا دنع كفواخم ربكأ يه ام ٥٠  
؟ ةنمآ تاقيبطتلا هذله

٦. ةيبي ردتلا لمعل ةشرو لوح لوالا ةثالثل ك تاعقوتب يرابخإ كنكمي له ٦٠

## بي ردتلا تاجايتحا ليحتلا ةلئسأ :١٠ ٣ قحلم

. هب ني موقت يذل لمعلل فصوو ، ةمظنملا ، مسألا ١٠

٢. ةيساسأل مهتالكشم يهامو ،اهعم نيلمعت يتل تاومتحمال عونام ٢.

٣. تنرتنإل نيمدختسترتنأو ىتم ذنم ٣.

٤. تقولال بلغأ هلامعتساب يموقت يذلا ليغشتال ماظن وهام ٤.

٥. هنيكللمت يذلا لومحمال فتاهال عونام ٥.

٦. تقولال مطعم اهلامعتساب يموقت يتل تاقيبطتال يهام ٦.

٧. تنرتنإل او ةينقتال /ايحولونكتال مادختساب ةقلعتم كيذل فواخم ةثالث مهأ يهام ٧.

٨. اهامدختساب يموقت ططخ /تاسرامم /نامأ تاودأ ةثالث مهأ يهام ٨.

٩. ايجولونكتال او ةيوسنل لواح تالكشم ثالث مهأ يهام ٩.

١٠. بيترتال اذه يف هملعت نيديرت يذلاام ١٠.

image.png and or type unknown

# مبيقت تاودأ :بيردتلل كمييقت بيردتل

## مبيقتال فادهأ يهام

- ةمداقلا ةرملال يف لصفأ لكشب بيردتللاب مايقلال .
- ةشرولل ةيميلعتال فادهأال عم قفتي امب ني/تاكراشمال ةعباتمل معد ماظن ميمصت .

## مبيقتال ةيلمع

مايال تاذشرولا يف .نهتاعابطنالكراشُملاو تابِرْدُمْلَةكراشمْلَةطيسب ةقيرط يهاتلد/+-  
ةياهن يف هلمع حرتقن ،دحاولا مويال شروام .موي لك ةياهن يف طاشنلال لمع حرتقن ،ةددعتمال  
ةياهن عمف ،شرولا ةياهن يف تاقيلعتال ةكراشمْلَةطيسب لئاسو مادختسا ىلع عجشن .ةشرولا  
ةلثاممال لئاسولا زاتم .هاتنالا تُتشتو بعتلال بعيجال رعشي امأ بلاغ بيردتلال ةرتف  
نهتاليفضفت ىلعأً انب ليصافتال ةكراشم تابردتال راتخت ثيح ةعرسلاب

اهريغت بجي يتل ايشألاو ةئيسلاو ةديجلال بانوجلال ةكراشمو لُمأت تابردتال نم بيلطا

اهميسلستو ةقرو ىلع نهتاباجإ ةباتك تاكراشملل نكمي ،كل ةحاتُمال دراوملاو تقولا ىلعأً انب  
ةيقب نم عمسم ىلع اهتاباجإ ةبردتم لك كراشتف ،ةرئاد يف راوخل ريسي نكمي وأ ،ةرسيملل

ةرسيملا اهقثوت امنيب ،تابردتملا

ةكراشملا ،اعم تارسيملاو تابردملا سلجت ،نهتاقيلعتل تاكراشملا عيمج ةكراشم دعب  
سفنن تابردتملا لوح نهتاقيلعت ةكراشم و اتلد/ -/+ ةقيرطب ريسيئلا نعن نهنعابطن  
لئاسولا هذه نم ضعب مادختساضيا كنكمي ةقيرطل

- تارسيملاو تابردملا عم اهتاكراشم و ةدافتسملا سوردللاب ةمئاق لمع .
- ةيلبقتسُملا ىرخأل او شرولا هذهل تاليدعت لمع .
- ببيردتللا يف تاكراشملا عم ةعباتملا ماظن ميمصت .

تابردتملاو ببيردتللا تافيضتسُم عم لصاوتلا يعبات ببيردتللا نم عوبسأ دعب ةعباتملا  
،يوتحملل تاصلخلُمو حرش تافلومو ريسيئلا ةلدأ) تاببيردتللاب ةصاخ ةفلتخم دراوم ةكراشملا  
،ةمداقلا تاوطخل او ةشرولا نعن كيذل ىرخأ تالمأت يأو (خلإ

تابردتملاو ببيردتللا تافيضتسُم عم لصاوتلا يعبات رهشأ ةثالثلا ةعباتم  
نم يأ نهذيفنت نعن عيمجللا لاؤسلل ةبسانم ةصرف هذه .ةشرولا ريثأت ةفرعمل  
.كببيردتللا ةجيتنك خلإ ،نهلمع تايجيتارتسال نهتجاجرم وأ تاكيتكتلاو تاودأل

image.png and or type unknown

# نيمضتلاو ةيعةطاقتلا

” درول يردوأ - ”

## ةيعةطاقتلا يه ام

يتلاو ،(ردنجلالو ةقبطلالو قرعلا لثم) ةيوهلل ةددعتملا بئاوجل نيب زيْمِي راطلإ يه ةيعةطاقتلا  
شيمهتلاو عمقللا ديقتو مقافت ىلإ يدؤت دقو انتاربخو انتايحي رثُت

فنعلل ءاسنلا نم 50% و 25% نيب ام ضرعتت :دخُم قاي س يف ةيعةطاقتلا مهفل لاثم يلي اميف  
اهلالخ نم فعاضِي يتلا قرطلا يفخي يلامجلإا ددعلا اذه نأ إل ؛نهتايح لالخر دنجلال ىلع مئاقلا  
فنعلل ةنولملا ةرشبلا تاوذا ءاسنلا ضرعتت نأ حج رمل نم .فنعلال نم طمنلا اذه ددعتملا عمقللا  
يف تاورثلا كئالما زايئما دعاسي نأ نكمي امك ،تاواضيبل ءاسنلا نم رثكأ ردنجلال ىلع مئاقلا  
يسنجلال ليمل تاجودزم ءاسنلا ضرعت ةيلامتحا دادرتو .فنعلال لاكشأ ضعب نعن ءاسنلا ضعب لزع  
ةضرع رثكأ مهآيسنج ةرباعلا صاخشأل نأ امك .تايرخال ءاسنلا نم رثكأ يسنجلال فنعلل  
ءاسنلا عيمج ضرعتت دق ،راصتخاب .مهسنج عم نيقيفاوتملا صاخشأل نم ةيهاركلا فنن ةبرجتلا

رطخل لل ةضرع رثكأ يلاتلابو ،شه نهعضومت ءاسنللا ضعب نكل ،ردنجللا ىلع مئاقلا فننل رطخل

image.png and or type unknown

# تاتاداحملا يف ةيعطاقاتلا سرامأ فيك

تاوذ :لاثملا لىبس ىلع) ةيوهلاب ةطبترم ةنيعم تازايتماب تاعتمتملا ءاسنللا نحن هجاون دق تاردقلا تاوذو ةدالولا دنن نهسنج عم تاقباطملاو ايسنج تارياعملاو ءاضبلا قرشبلا مهملا نم ،يلاتلابو .انتيوسن يف آداهطضا رثكألا صاخشألا نيمضت يف ةبوعص (ةيدسجلا ءاسنللا عيمجل ةيشيعملا براجتلا ةميق ردقأ ،ةيعارمو ةنيئمضت تاحاسم ءاشن ىلع زيكرتلا تاتاداحم قلخل رابتعالا يف اهعضو كنكمي ةعيرس تارشؤم سمخ يلى اميف .اهمهف ىلع لمعتو ةنيئمضتو ةيعطاقات :

1. **يلوت يف ةيعطاقاتلا ةيوسنلا حاتفم نمكي :كتازايتملا كاردإو ياتاذلا لمأتلا** ىلع فرعتلا ةبغر زيفحتو انلخادب رظنلاف ؛ةيأتاذلا انتازايتملا فاشكتسا مهم كالتما .ةديجلا ةيوسنلا تاسرامملا نم ايصخش انيلع رثؤت ال ياتلا تايوهلاو اياضقلا دوجو ينعى لب ،رخآ عم تجم داهطضا ىلع لمعى اندوجو أن ةرورضللاب ينعى ال تازايتملا .انتويوه ببسب اهب رمن أن انيلع نيئعتي ال ةنيعم براجت

2. **ءاهن نم دعبأ وه امب ةنيعم ةيوسنلا نم مهف مهملا نم :كرظن ةهجو ةيروحم غلأ** رثؤت ياتلا ةلخادتملا داهطضالا ةمظنأ عيمج ءاهنإب اضا ةنيعم يهف ،يسنجللا زيمتملا رومأك ءيشألا ضعب ذخأب انتازايتملا انل حمست .ةفلتخم قرطب ءاسنللا فلتخم ىلع ضيبلا طحالي الو ،ةردقلا لماع ىلإ ايدسج ةرداقلا صاخشألا هبتني ال ةداعف - اهب ملسم تازايتمالا باحصأ لوح وأ كلوح ةيوسنلا زكرم تبنجتلا آدهج يلدبلا اذل .ةيرصنعلا اياضقلا لوح ءاسنللا عيمج براجت ىلإ عامتسالا مهملا نم :**ضعببلا نكضعببل نعمتسا** 3. نيئري ال ياتاوللا ءاسنللا كلذيف امب ،تازايتمالا ضعب اهيف كل من دق ياتلا ةيوسنلا ؛تايخألا براجتب انررم ان أن رابتعا اننكمي ال .ةنيئمضت رثكأ ةسدد لالخن نم ملالعا قرشبلا باحصأ ننع ةبايلا ب تاحتلا مدغل يهبتناف ،ءاضيب ةيوسن تنك اذاف .ةنولملا

4. **لثم ءيشأ لوق نم يرذخاف ،ةملمسم ريغ ةيوسن تنك اذإ :ةمدختسملا ةغلللا يلمأت** يديؤي أن نكمي مك .ةبججم ءأرمال "باججل ببسب جراخل يف رحلاب نيرعشت ديكأتلاب" تارباعلا ءاسنللا روعش ىلإ #PussyPower "لبهملل ءوقلا" لثم تاريبع تادختسا قرطلا ىلع نالاثم ناده .ةلزلعلاب مسجللا نم ءازجالا هذو نكلمت ال دق ياتلالا ايسنج ةرمتسمللا ءعجارملاف ؛تايخألا ءاسنللا ذبن اهمدختسن ياتلا ءغلل نكمي ياتلا ءديعلا تاويح نشعي ياتلالا وأ اننهبشي ال ياتاوللا ءاسنللا ننع انثيدح ءيفيكنو انسفنأل .ةديجلا تاسرامملا نم انتايح ننع ءفلتخم

5. **يعطاقات لمع راطإ دامتعا نإ :اهحيصتو ءاطخألا باكترال دادعتسا ىلع ينوك** نوكن أن يف اندهج يراضق لذبن نم مغرلاب ،نايخألا ضعب يف ،كلذل .ةلهس ءيلمع تسيل أن كرتت أن بجي .اهدص آفقوم تايخألا ذختت دق ءاطخأا فرتقن دق ان أن ال ،ننيئمضت ليديعتو رادتعالا كنكمي هنأو ،صخشك كتميقب آقح قلعتي ال أطلخل يحيصتل كتوعد .ايغاف آفقوم انينبت نم آلدب ،أطلخل سفن راركت بنجتل ككولس

6. **ىلع صخش لك ءردقل انكاردا لمعي :اهنكراشيل ءفرعم نهيدل عيمجللا أن يكردا** ضعببلا كالتما ءركف يديحتو اننيب ءفاسملا ليلقت ىلع ،شاقنلا ىلإ ام ءفرعم ءافاضا .انريغ نم رثكأ ءيشألا ضعب انم لك فرعي ،رمألا ءقيقح يف ؛مهريغ نم رثكأ ءفرعم

هذه هي فطش نألا تم مُص ام لثم ) ضعب لال انضعب نم ملعل لال في يعامجلال لمعلال دعالل  
ةبرجلال هذه نم ربكألا ةدافلسالال لعل (كلذل قلقحتل تادحول

image1605452280683.png

## ةيفاضل دراوم

(ةيزلجلال اب طباورلا)

- <https://everydayfeminism.com/2015/01/why-our-feminism-must-be-intersectional/>
- <https://www.bustle.com/articles/117968-5-reasons-intersectionality-matters-because-feminism-cannot-be-inclusive-without-it>
- <https://www.elitedaily.com/women/feminism-inclusive-women/1507285>

# شاقن ةحاسم ريسيتل تاظحال م ةميس

ءانب ،ةفلل تخم صاخشأ نم ةنيابت ملعل دودر رذللال لعل مئاقلال فنللال لول شاقنلال ريثي دق  
ءانثأ رابلللال في اهلصول تارشؤملال ضعب ليل امي ف .ةيصلشلال مةتازايتماو مةبرجلال لعل  
ةساسللال اياضلللال هذه نل ثيذللال

## ١. نم يوتسملال سفنب تاكراشملال عيمل عتملت ال تازايتمالال

اهلعل ال تاشاقنلال نم ريثكلال نأال ،دراوملال و طشنألال نم ديللال لعل لعل نملال تادحول لمشت امنيل  
وأ زيلملتلال نلجاولي تاوللال ءاسنلال ضعب لماعل لمحملال نم ف - طقف ةيركل في رامل عيمللال  
ةيسفنلال ءصللاب قلعلل لكاشم عم فنللال نضرللي

## ٢. ساسللال يوتحملال تاريذلل ةيمهأ

دادلابل فنللال و زيلملتلال عوضوم ءاكت ةيساسللال نلذل نمل ،يوتحملال ءصالل تاريذلل ءمست  
رلنللال نأ نركذل .لضفأ لكشب نللال ءأ دودر ءرادل نم اننكلل يلالللابو ،شاقنلال نللسفنأ  
ءرلبل دحملال ريل ريلذللال ليل دق ؛اهلقل في نمكلل ءلالللال يوتحملال تاريذلل ليل ليللال  
عم تاريذلللال لمع ديللال نم ،يلالللابو .رملنلال للال لكألال تابلارطضا نم ءيشي ألال ءيلاك  
فنل ءبرجلل ءسارل ءشقانم ءانثأ ،لالللال ليل لعل .هليل راشملال يوتحملال ءدحمل مئاول

هذه يوتحت :عيرس هي بننت " ةباتك ب يوتحملل أقبس م ةراشإل نكنكمي ،مميحلا كيرشلا ملعلأءاجر ،جاعزنالاب ترعش اذإ .مميحلا كيرشلا فنعو كاهتن او باصتغا تالاح ىلع ةشقانملا دعاسي امك ،شاقنلل ريذحت ىلإ نجحتي نم دادعتسا ىلع كلذ دعاسي . "كئدعاسمل دراوم دوجوب ةبعص ةشقانملا نربتعي دق نهلوح صاخشأ دوجو ةقيقح نهكاردا ي ف تايخالأ

### هبراجت ةكراشم ىلعلأءا يربجت ال ٣.

رعاشملا لك و ةبرجتلا ليصافت ىلإ صخشلا ديعي ،ساسح ثدح ةكراشم ىلع ام صخش رابجإ نإ تايركذلا قودنص حتفل ةدعتسم ريغ صاخشألأ ضعب نوكت دق .اهبصاصت يئلا ةيبلسل ةكراشملا نه دادعتسا تقوو ةمدصللا فاشكتسال ةحاسم صاخشألأ يحي نم ،كلذ نم ءالدب . ةملؤملا

## جاعزنالاب رعشيأ صخش ني دعاست فيك ؟ يوتحمل نم

image1605452012061.png

ام ةداع تازفحمل نأل كلذو ،نايحلأا ضعب ي ف تاطايحتال لمعت ال ،تادادعتسال لصفأ عم ىتح رعشي صخش ةدعاسمل اءاختا كنكمي يئلا تاوطخل ضعب يئلي امي ف .يئرف لكشب ةدحم نوكت . ةئداحملا ءارج ةمدصللا وأ رثأتلاب

### ١. مهفل

رخآ صخش كب صاخلا يوتحمل ةيذا ةيناكمإ كاردا .

### ٢. راذتعال

قلعتي راذتعال نأ يركذتو ةررضتملل ةيذا ي ف ببست ءيش ىلإ ترشأ ةلاح ي ف يرذتعا ةقداص يئنوكو اهنع عافدلا وأ كئلاعفأ وأ كئاملك ريربت يئبجت .كب سيلولو ررضتملا صخشلاب . ةيصوصخش تسيل ةلأسملا ؛كراذتعا ي ف

### ٣. فطاعتال

لالخ نم كلذب مايقلال كنكمي .يذألاب اهروعش ببس مهف ةلواحم لالخ نم كفطاعت نع يربع ةمدصللاب وأ جاعزنالاب رعشت نم ىلإ لئاعفلا عامتسال

### ٤. فقوملا ةجلاعم

ربُع يئلا لعفللا دور نأ يركذت .جعزمل يوتحمل راركئ بئجت عم ،شاقنلل ريسيت يئلمكتسا وأ نهتبغر نع رطنللا ضغب ،تقؤم لكشب زيكرتلا ىلع تارداق ريغ تاكراشملا لعجت نأ كنكمي اهنع



نم يدكأت. جايترالال مدعب نرعش ةلاح يف تاكراشملا ةرداغم يل بقت. كلذىل نهم يمصت  
 ةيسفنلا ةحصلال يف ةصصختم دوجو لصفُي. اهل نجتاح لاج يف ةدعاسم لل لوصولل نهتاي ناكمإ  
 ةئراطلل تالاحال هذه لثم يف معدللا مبدقتل.

**ةغللاب) ةيلاتل دراومل اضعبـكـيإ، بـيردتل ي ف ةرضاح ةصصختم كانه نكي مل اذإ  
 :ساسحلل يوتحمل نم جعزنل صخشل معدل مـيدقتل كدعاست دق يثل (ةيزيلجلإل**

(ۋېزىلچى ئالاب طباۋرلا)

- <https://www.bustle.com/articles/87947-11-ways-to-help-a-friend-whos-been-triggered-because-it-is-most-definitely-a-real>
- <https://www.rainn.org/articles/flashbacks>

تاساي سلاو ءيوسن لا تاسرامم لا  
ءيجولونك لا

يُحلّل حلّح لّاو يدقن لّ روظنم لّ نم لك ؤّيج و لّونك تّ لّ تّاساي س لّ لّاو ؤّيوسن لّ تّاس رامم لّ دسج تّ عم ، ؤّيوسن لّ رطن لّ تّاهج و نم ؤّينق تّ لّاب ؤّقلع تّ م لّ تّال ك ش م لّ فرعت و ؤّلئ س أ حرطت و . ؤّينق تّ لّ لّ ي ف ؤّاسن لّ ؤّكراشم ، اي ج و لّونك تّ لّ عم ؤّاسن لّ تّاقا لّ ع و ، ع و ن تّ م لّ ؤّاسن لّ ع ق و ا و راب تّ ع ا لّ ي ف ذ خ أ لّ تّ اري ث أ تّ لّ ي و س ن لّ لّ حلّح لّ و ؤّينق تّ لّ ي ف ي و ق لّ ن ي ز ا و م ، تّاساي س لّ ع ن ص و ؤّينق تّ لّ ر ي و ط تّ ؤّيعام تّ ج ا لّ ؤّينق تّ لّ

مقيال فرغتو، بېردتلا اذه في انجهن ايجولونكتلا ةسايس و ةيوسننلا تاسرامملا فرغت  
ءاسننلا براجتو تاربخ ىل ةمءاقلالو، ةينقنلل ةيوسننلا بېردتلا انه منوكتي تيلا ةيساسلا  
ينقنلا بېردتلا عم و في تايوسننلاو.

ىلإ نكمي اهيفي رعت ةيفيكيو . ةيمانتم ةركف يه ايجولونكتل ةسايس و ةيوسنل تاسرامملا و ةسايسل ببسبو ، ةربخل او باطخل ، ةسرامملا لالخنم ريبك لكشب لوحتي و ريغتي ةريغتملا تاقايسلا .

ةيوسننلا تاسرامملا نأ ةركف رصانتو فترتعت ايجولونكتلا ةسايس و ةيوسننلا تاسرامملا  
ةينقتلا تاسايسلا ليلحتو يوسن روظنم نم ولخت نأ اهنكمي ال ةينقتلل

،ةاحانم :نيتقيرطب تانقنالت ايجولونكتل ةسايس و ةيوسنل تاسرامم لضرعتست  
ةيحلنل نمو ،ءاسنل اياضق ي ةديج تاريغت و ءاسنل ةفل تخم اياضق ايجولونكتل تجنأ  
تانقنل تسسأ ثيح .ءاسنل اياضق ةجل عمل ةديج تايجهنم و لولح ايجولونكتل ترفو ريأل  
روط يلل ةرثأتل ءاسنل اعقول اهنكم ي تلل ةيفيكل صحللو ،ءاسنل اياضق ةديج

اهب تريغ يتل ةيفيكلال إلفاض إلاب اهنم ةدافتسالاو اهي صيخت ،اهم ادختسا ،اي جلولونكتال مييقتل ،ةيعادبا و ةيجيتارتسا ةرطنب اي جلولونكتال إلفرطنت امك .ءاسنللقاو اي جلولونكتال ءاسنللقوق ةدنجأ رييسيئو معدلجأ نم تقو صيخت و اهريوطت يف ةدعاسملا ةيفيكل

و ةلئسأ حرطت اهنإف ،كلذ نم ألدب .تال كشملل وأ جئاتنللا ةيهام دي دحتب موقت ال اهنإف ،روطنمك ةيوسن رطن تاهجو نم ةينقتل صحت و فاشكتسا إلفدوقت تاعوضوم

ةلئسلال ضعب نمضتت

- ؟مالعإل لئاسو يف ءاسنللا ليثمت نم نومدختسملل ءعمج يذلأ يوتحملل ريغ فيكل
- ؟تنرتنلإل عل ءاسنلل اهميمصت متي يتل ةديجل تاحاسملاو قرطال يه ام
- ؟كشب ةينقتل عل ةدمتعملل انتفاقتل ءجيتنك ءاسنللا اياضق تريغت فيكل
- ؟ديازتم
- ؟ءاسنلل ءمآن تنرتنلإل قيرط نع ةيمقرلل تالاصتال له
- ؟اي جلولونكتال /ةينقتل يف مكحتي يذلأ نم
- ؟ةديجل تاي نقتل نم ةدافتسالا ءاسنللا قوقح تاطشانل نكمي فيكل
- ؟"اي جلولونكتال /ةينقتل عل ءرطي سلل" هيني اذام

فرعت ةيساسأ ميقي اي جلولونكتال ءسايس و ةيوسنللا تاسرامملل يدل إف ،بيردتلل ةيجهنمك ءيوسنللا ءينقتل تالراشملل تابردم تاربخو براجت نم عبتت يهو . "يوسنللا ةينقتل بيردت" قبس يتل ميقلل سكعي تابي ردتل هذه مطعم .ينقتل بيردتلل يف تارسيم و تالراشمك ءلص تاذ دحم لكشب ميقلل هذه نأ وه فالخالل . "يوسنللا بيردتلل " لعلل اب اهدي دحتو اهف يرتع .ينقتل بيردتلل تاقايب

يتلالتل ةيساسألل ميقلل نمضتت

## نيمضتال /ةيكلراشتال

يذلأ تقولل سفن يف تابردتمل نم ءملعتتل ريثكلل اهدل ءبردمل نأ يوسنللا بيردتلل كردي ءقيرطب بيردتلل ميمصت متيس ،لالثملل لبس عل .تايخالل تاملعملل نمو اهنم مه نوملعتي شاقنللو تاربخلل لدابت رييسيئ عل لمعت

ةفلتخم ملعت طامنأ باعيتسال لصاوتللو ملعتل نم ةدعتم قرطب يوسنللا بيردتلل حمسي

اواج تالراشملا لك نأ ضرئفيلو .تاقايسلا و ءارألل يف فالخالل اب يوسنللا بيردتلل حمسي .تافالخالل اباعيتسال ءافكلل هيف امب أنرم نوكل نأ بيردتلل علعو ،ةيفللل سفن نم

## نامألا

ءانثأ يف :نيتقيرطب نامألاب روعشلل تالراشملل نكمي ثيح ءحاسم وه يوسنللا بيردتلل وأ ،ءائاصلل متي نل يتل تامولعملل اب حوبلل ،تاعوضوملا ءراثل ،ةلئسالل حرط مك نكمي - مهملعت يعو عل اونوكي نأ - ةينقتلل مهمهف لالخنم مهتقفاوم نود ءائاشفإ مت و اهنأش نم ليلقتل نامأل ،ةيعامتجالل تالشبشلال عفاوم عل ءصوصخلل :يا) ءيني عم تاي نقتل (ةلمتحملل) رطاخملل اب (اهريغو ،ليدب يوتحملل رشنل تنرتنلإل مادختسا يف

## ءاسنللقاويلصأت

يتل تاي نقتل نأ ،ينعي اذه .تاكراشم لاقاوو تاجاي تحا ىل عيوسننل بي ردتل دمتعي نأ بجي لوح تاشاقنل نأ ينعى اضا اذه .تاكراشم لاب ةلص تاذ و ةبسانم نوكت نأ بجي اهلوانت متيس تاكراشم لقايس رابتعالا ي ف ذخأت نأ بجي ايجولونكتل /ةينقتل

## ةمادتسم /ةبسانم تاي نقت

،اهقبي بطت تاكراشم لل نكمي يتل تاي نقتل ةيولوالا ءاطع يوسننل بي ردتل ىل عي بجي .بي ردتل ءاهتن دعب مهلمعل ةمئالم نوكتو اهمادختساو تاكراشم ل ناكم اب ناك اذا طقف نكل ،ةيولوالا هؤاطعا متيس رصم ل ءحوتفمو ءرحل تاي جمربل بي ردتل دعب اهمادختسا ي ف رارمتسال

## حوتفم /فافش

ءحضاو مهفاده ل عجمه يلع و بي ردتل اب ءصاخ ل مهتدنحأ مهيدل نأ ب يعو ىل عيوسننل تابردم ل نبي تاعقوتل ىل عي قافقالا وشاقنل اهيف متي تامئامب مايقلل ينعى اذه .تاكراشم لل تابردم ل و تاكراشم ل

## يجي تارتسا /يعادب

ةمئالم اهل عجل يعادب و يجي تارتسا لكشب تاي نقتل ىل رظنل ءصرف يوسننل بي ردتل دعي .تاكراشم ل تاقايسب ءطبترم و

## ايجولونكتل /ةينقتل ي ف ءاسنل رود ىل عي ديكأتل

تاسايسل عنص ،مادختسا ،ريوطت ي ف ءاسنل تاكراشم ىل عي ءوضل يوسننل بي ردتل طلسي ةينقتل ي ف ءزيمتم تاكراشم مهيدل اهريغ تاي رخأ و سيل فول ادأ لك ءاسن .ةينقتل ي ف ايجولونكتل /ةينقتل هاجت فواخم مهيدل يتل تاملعلتم لل ءصاخ ،ءودقو ىل عي ألثم نربتعي /ةينقتل خيرات ي ف ءاسنل لئطاخال او طولغم ل ليثمتل حيحصت ي ف اذه كراشي ،يلتالابو ايجولونكتل

## ايجولونكتل /ةينقتل ىل عي ءاسنل ءرطيس ىل عي ديكأتل

ريوطتل ي ف ) تاي نقتل اب ءطبترم ل قمعالا بناوجل ي ف ضوخل نم يوسننل بي ردتل ي شخي ال و ) تاي نقتل لمع ءيفيكل لمالكل مهفل و "مكتل" ءرورض ىل عي ديكأتل و (تاسايسل عنص و (اهمادختسا طقف سيل

## !image-1605452080596.pngعاتمتسال

تيتفتل ةينقتل اب عاتمتسال نأ اهيف ءاسنل نكمي ءاسم يوسننل بي ردتل نوكي نأ بجي .تاي نقتل ىل عي ءرطيسل و ءاسنل تاقالال ىل عي رثؤت يتل زاجوال

# ةكراشم لل ةيوسنل انئدابم

ريغ ةيقرر تاحاسم قلخ عيجشتل ةكرتشملا ةيكللما و نواعتلا نم حورب اذه جاتنإب انمق دقل و ةمالسلال ريسيئل و ةيوسن تاحاسمك تلكشت يتللاو ،ضرألل علل و تنرتنإلاب ةلصتم ةداعسلال و نيمصتلا ،عادلإا ،عونتلل ئدابمب كسملتلاو زيزعت لىلإ ةفاضلإاب عيجمجلل ةجهبلا يدسجلال انعقاول اليمج آعونت دسجنو ةددعتم تادقتعمو تافاقتو تاعمتجم نم انيتأ دقل موقن نحن ،دارفألاب ةيننعم و ةجهبم ،ةنمآ تاحاسم قلخل لالخنم .يسفنللاو يعامتجالاو و ةبيجتسم ،ةلاعف تاكرح ةيمنتل ةيناكملإو قمعتملا ملعتلا ،ةلاعفل ةكراشم لل نيكممتلاب ةيننعم .

كراشن يتللا تايلاغللاو تاحاسملا يف اهقيبطت موقن و اهب اهردقن يتللا ئدابملا راطلإ وه اذه اهنوكت يف .

- تاكراشملا لكل ةنمآ ةحاسم قلخ .
- مارتحالإا ءادبإ
- ةيكراشتلاو ةينواعتلا
- عونتلل ريدقت و زيمت
- تاكراشملا ةيصوصخ مارتحالإا
- تاغلللا عونتب يعولا
- ءانب لكشب فالخلال عم لماعتلا
- ةيعامجللاو ةيتاذلا ةيناعلا تاسراممو تاسايس يسرغا

## ئدابملا ليعفت

signing\_EN.png

## تاكراشملا لكل ةنمآ تاحاسم قلخ

فرعتلاب يموق ،تنرتنإلاب قيروط نع يمقرلا نايبتسالال لالخل لاثملا ليلبس لىل ،ناكملإا ردقب ةردقلا لثم اهليلإا ةجاحب اونوكي دق يتللا ةصاخلا تاجايتحالال نعل لىلأسا .أقبسم تاكراشملا لىل نم دعي .نامأ تابلطتم وأ رفسلا نم ةنيعم فواخم ،ةيئاذغلا تابلطتملا آيدسج لوصولل لىل نم تالطتلاو ةبقارملا نم يلاخو ئداه ،ةيفاك ةيوهتو ةءاضإب عتمتت ناكم ري فوت يلاثملا هاجت تاحتفنم اونوكي ن نأ لىل فطلب تاكراشملا يعجش ،ةيلاعفلال لالخنم .تاكراشملا ريغ اورعش اذإ تارسيملا هيبنت ةيلوؤسم اولمحتت نأ أو مهل رتوت ببست نأ نكمي يتللا تاعوضوملا ةحارللا مدعب .

## مارتحالإا ءادبإ

و مارتحالإاب مستت ةئيبل لىلإ ةجالحا لوح ةيلاعفلل ةيادب ذنم تاكراشملا عم شاقن يحتفا رارقإلاب يموق .ضعبلا انضعبل هابتنالال لماك اعاطعلل ينعمب - قمعتملا عامتسالال يعجش .ةاعارملا ليلبس لىل - هب ملسم ةيشك اهذخأب انتزايتملإا هب انل حمست يتللا ءايشالا ضعب كانه نأب

عرشبل و ذ دارفأل طحال ي ال ،ردقلا هذه ةيندبلا ةردقلا باحصأ صاخشأل طحال ي ال ام ةداع ،لاثملا ةيرصنعلا ءاضيبل

ةيكراشتلا و ةينواعتلا

صاخلا ةدنجأل اب تايغاوو تاحتفنم ،أديج تادعتسم اونوكت نأ تارسيم /تابردمك مكيلع بجي تاعقوتلا ةشقانم اهيف نكمي ةيلمعب يموق . تاكراشم لل ءحضاو فادهأل هذه اولعجا و ةيلعالب ةريغص تاعومجم لمعب يموق ،لاثملا لبس يلع - اهيلع قافتإلاو تابردملاو تاكراشم لابنجم ملعتلل يسسأ . اهلك ةعومجملل ثدحتلا دنع ءارلاب اورعشي ال دارفأل ضعب كانه نأ يترعش اذا .مهبراجتو تاكراشملا تاوصلأل ةيولوالا يطعت ةيجهنم قرط يمدختساو ءاسنلا ةايح عقاو يلع ءانب .ملعتلاب دارفأل موقي نأ يلع يصرح .

عونتلا ريذقت و زيمت

.ةعونتملا تايوهلا إلإ ةفاضلإاب ةفرغلا يف تازايتمالا نم ةفلتخم تايوتسم دوجوب يفرتعأ يلع مهيعجش سكعلاب "نيلفلتخم" و ءاصقلإاب نورعشي دارفأل لعجت نل ةيعطاقاتلا نأ يدكأت يدعاس . ءحاسملا ءارثإو لدابتلاو ،ملعتلل ةصرفك تاربخل و تايوهلا عونتم نم ةدافتسالا صاخشأل ءوررضلاب فدهتسي ال ةيرصنعلا وأ ةردقلا لوح شاقنلا نأ زيميملت يلع تاكراشملا نيسرامم وأ ءانج مهربتعي وأ ةفرغلا يف ءاضيبل عرشبل و ذ دارفأل وأ آيندب نورداقلا .جهنممل يرصنعلا زيميملتلا فاشكتساو ريكتفتلا ،عامتسالا يلع دارفأل يعجشو ةيرصنعلل

تاكراشملا ةيصوصخ مارتحإ

.قيثوتلل مهيلإ ءراشلإا وأ /رشابملا سابقتالا و ريوصتلا دنع تاكراشملا ةقفاوم يلع يلصحا يكراشت لكشب اوموق .يعامتجالا لصاوتلا لئاسو (مادختسا مدع وأ) مادختسا يلع اوقفتا فنعلاك ةيساسحلا تاذ تاعوضوملل تاشاقنلا ءلاحي . ةيلعافلل ةيصوصخ ةيقافاتا ريوطتب ،آيسنج نيرباعلا ةداعم وا ،نييلثمل ةيهارك ،ةيرصنعلا ،يعامتجالا عونلا ساسأ يلع مئاقلا مهيعفدت ال .تاعوضوملا هذه نع ثدحتلا يف نوبغري ال دق تاكراشملا ضعب نأ إلإ يهبتنا صخش كانه نأ نم آمائا يدكأت .مهرتوت يف كلذب بست اذا ةيصخشلا تاربخل ءشقانملا .ةمدصللا نم يناعت يتلا تاكراشملا مزاللا معدلا ميدقتل حاتم صصختم

يوغللا عونتلا مارتحا و ءغللا مادختساب يعول

ةمجرت /ةيروف ةمجرت ميدقت يلواح ناكمإلا ردقب و تاكراشملا لك تاغل يلع فرعتلاب يموق لاؤسلا يف ءارلاب اورعشي نأو ،ءطببوحوضوب ثيدحلاب درف لك موقي نأ ةدعاق يعض .ةيباتك ءغللا يف ريكتفتلا تاكراشملا نم يبلطا .ةموهفم ريغللا تاحلطصملا وأ تاراصتخالا نع نم يبلطا .نيرخآلل ةئيسم وأ ةفينع نوكت نأ نكمي تاحلطصم لامعتسا مدعو ةمدختسملا نمضتي دق .ةيميلعت صرفك كلذل يلغتساو ءاسلإاب اورعش اذا تاحتفنم اونوكي نأ تاكراشملا ضعب يلع ةديج نوكت دق يتلا و ةيميذاكأ ربتعت ءغل وأ ةينقت تاحلطصم يوتحملا يدكأ و فغشلل آريثم و موهفم يوتحم يعنصاو !ةينقتلا تاحلطصملا نايعط يدحت .تاكراشملا .تاينقتلا لمع ةيفيكل لماك مهف ةيمنتو يلع ءرطيسلا ةيمهأ يلع

ءانب لكشب فالخل عم لماعتلا

ذخأ و ضعبلا مهضعب عم فطاعتلا يلع يعجش .تاكراشملا عم ةين نسحو قدصو ءهازنب يفرصت يقللخا .ثدحي نأ نكمملا نم يذؤم كولس وأ ءحيرم ريغ تاملك وأ ،فالخي أ ةيفصلت يفاكلا تقولا

رمأل مزل اذإ حرشلل وأ /و راذتعللل ءحاسم یرفو وحاتفنال ن م و

## ةیعامجلل و ةیتاذلل ةیانعلل تاسرامم و تاسایس یسرغا

انفیرت یلع دمتعتو صاخشأل فالخإب فلتخت سفنلاب ةیتاذلل ةیانعلل نأ رارقإلاب یقوق  
ةیعامجلل سفنلل ةیتاذلل ةیانعلل نكمی .انب صاخلا قایسلل و ةایحلل یف انعقولم و انسفنأل  
دسجلل عم لصاوتللل و ،سفنللل تقو صیصختب یقوق كذل .ضعبلل مهضعب یلع رثؤت نأ  
نع ءلوسم و ءرسیمك .قلق وأ رتوت یأ غیرفت لجأ ن م ،ةیندب تاسرامم وأ سوقط لالخن م ،بلقلل و  
تاكراشملل نكمی یتح ءفرغلل یف رتوت یأ ن م ءاوجلل ةیقنن یلواحو ءیارد یلع ینوك ،ءحاسملل  
ةیانعلل تاسرامم حارتقا تاكراشملل ن م یبلطا .لمك لكشب ءكراشملل و ءومجلل یف روهظلل  
تاذلاب .

نأ نكمی یتلل و ءمدقتمل تالاصتال ةیعمجل یسنجلل شرحتل ءسایس ءارق یلع دارفأل عچشن  
[APC\\_Sexual\\_Harassment\\_Policy\\_v5.1\\_June\\_2016.pdf](#):ةیزیلجلل ءللاب انه اءوحت

# ٢٠١٨ لامعأ لودج ءدوسم ءسلج ةیسوسنلل ءینقتل تاكراشملل نامأل لیعت ءءاعإل

## تایلل ءلل و ءطشنألل ماعلل میمصتلل

### ءاقعنال ءاءهأ

- ةیتاذلل ةیانعلل ءیمقرلل ءمالسلل یلع تالماعلل تابردملل و تاكراشملل تایوسنلل عمچ  
یمقرلل نامأل جهنم قیمعتو فیفیکت ،ینبت ،قیببطت ،مهف ،فاشكتسلل لجأ ن م  
هریوطتب موقی یذل و نامأل لیعت ءءاعإل ءیسوسنلل ءینقتل تاكراشملل تایوسنلل  
ءمدقتمل تالاصتال ءیعمجلل ءاسملل قوقح چمانرب
- انبل سیردتل لوصأ و تاءارجل و تاءجهنم لوح ءفرعملل و تاراهمل ءكراشملل ءحاسم قلخ  
قوقح یف تاطشانلل ءطساوب لاجملل اءه یف باعیتسالل و ءفرعملل ءینتو ءقتلل  
ءفلتخملل تاكرحلل یف تایوسنلل و ءاسنلل
- زیزعت و یمقرلل نملل لاجم یف ءهافرلل ءاسایسلل صاخلل یوسنلل لمعلل جمء  
ةیسوسنلل ءسرامملل صاخلل مهفلل قیمعت و نماضتلل و ،فطاعتل ءسایسلل معءو  
ةینقتلل
- ینواعتلل لمعلل لجأ ن م تایوسنلل تارسیملل و تابردملل نم ءقت تاكبش ءانب ریسیت  
لاجملل اءه یف طشنلل نماضتلل و رمتسملل لءابتلل و ،كرتشملل

# انللمعو انسفنأ سيسيأت :١ مويلا

تايوتسم ةثالث ىلع عمجتلا لوصأ نع ثيدحلا لوح لوألا مويلا روديس

- ةينقتلا تاكراشُملا ،ءاسنلا قوقح جم انرب لمع :ضعبلا انضعب عم انعمجي يذلا قايسلا
- اهرغو ،يوسنلا عاشملا ططخو ،نامألا ليعفت ةداعإل ةيوسنلا
- يتلا تالكشملا لوح شاقن :لماشلا نيأمتلا لمعب مايقلل و هيئ شيغن يذلا ملالعا
- تاكراشملا اهجاتوت يتلا و ،اهجاتوت
- ةيوسن ةبردم ينوكت نأ هينعي يذلا ام

## ةحرتقم ةطشنأ

- عم لوألا :نبيوتسم ىلع متي نأ اذهل نكمملا نم ) لامعألا لودجو نيكراشملا تامدقم دادعإ
- ةداعتسال يملالعا عامتجالا و ةيوسنلا ةينقتلا تاكراشُملا ةسلج يي تاكراشملا
- ( .ةيوسنلا ةينقتلا تاكراشُملا ءاسم يي رخأ ءرم و ،ةينقتلا
- ةينقتلا ةداعتسلا عامتجا عم هجمد متيس راهنلا نم ءزج
- اردناس ةسلجلا ميقدتب موقيسي ) [ناونعلا راطتنا يي ] لاماش لكشب انسفنأ سيسيأت (
- )ايثناس و
- تابردمك نوكن نم و مهعم لمعن يذلا نم ،لمعن نيأ روصت
- متي ) يعامتجالا عونلا ساسأ ىلع مئاقلا يمقرلا فنعللا هب عقي يذلا ملالعا لوح ةسلج
- (ةينقتلا ةداعتسلا نم قافرلا عم هجمد

# انسفنأ يدحت :٢ مويلا

اهجاتون يتلا تايديحتلاب ةصاخلا تاسلجلا ريسيئب مايقلل لوح يئانثلا مويلا مطعم نوكييس لكشب تاحارتقالا هذو .هب موقن يذلا بيبيردتلا لمعلااب مايقلل يي ةفلتخملا قرطالا و ،تابردمك اننكمي . تاكراشملا ىلإ هلاسرب انمق يذلا نايببئسالااب ةصاخلا تاباجئسالا ىلع ةمئاق ءسوم مويلا اذه يي ةسلج ١,٥ ىلإ ٥ نم يلاوح باعئيسلا

- )ايثناس و اردناس بيبيردتلا اذه دوقي) لمعللا يي ةهافرلا و تاذالاب ةيئانعللا جم د
- (ةسلجلا هذو ميقدتل اخاشيب تعوطت) ةيساسألا دءاوقلا يوتسم ىلع يمقرلا نامألا
- )اتيئ و سكيبي ةطساوب كرتشم ريسيئ) يميظنتلا نامألا
- عم لءاذاطلاب) رطاخملا ميققت لوح كمسللا ضوح ةسلج [ءريهظالا نم رخأتم تقو يي ]
- (ةينقتلا ةداعتسلا عامتجا

ةلمتحم رخأ تاءوضوم

- طييطختلا بنجت ،نفللا مادختسا ،يئحلا تاسلج ) بيبيردتلاب موقت فيك ليخت ةداعإ
- )اهرغو ،ةيركسع تاحلطم مادختسا مدع ،فوخللا ىلع مئاقلا
- رطاخملا ميققت ليخت ةداعإ
- يعامتجالا عونلا ساسأ ىلع مئاقلا يمقرلا فنعللا ءحفاكم

# أم دق ي ضم ل ل قرط فاشك تس ا : ٣ موي ل ا

ي ن ا ل ل موي ل ا ة ي ا ه ن ي ف . ة ي و س ن ل ل ة ي ن ق ت ل ل ت ا ك ر ا ش م ل ل ت ا د ح و ي ل ع ز ي ك ر ت ل ا ب موي ل ا ا ذ ه موي ل ا س  
ة ي و س ن ل ل ة ي ن ق ت ل ل ت ا ك ر ا ش م ل ل ا ز ا ح أ ي ف ر ط ن ل ل ا ب د ا ر ف أ ل ا ن م ت ا ع و م ح م موي ل ا ن ا د ي ج ل ل ن م ن و ك ي س  
ا ه ي ل ل ع ز ي ك ر ت ل ل ن و د ي ر ي ي ت ل ل ا م أ ل ل ل ي ع ف ت ة د ا ع ل ل

ة ي ل ل ا ل ل ة ل ئ س أ ل ل ي ف ر ي ك ف ت ل ل و ا ز ا ح أ ل ل ي ف ر ط ن ل ل ت ق و ل ا م ه ئ ا ط ع ل ل ا ب موي ل ا ن س ، ٣ موي ل ا ي ف

- ا م ؟ ا ه ر ي ي غ ت ب ا و موي ل ا س ف ي ك ؟ م ك ب ص ا خ ل ا ق ا ي س ل ل ي ف ة د ي ف م ة د ح و ل ا ه ذ ه ن و ك ت س ف ي ك ؟  
ه ت ف ا ض ا ب ا و موي ل ا س ي ذ ل ا
- ف ي ك و ؟ ت ا ك ر ا ش م ل ل ر ت و ت ل ل ب ب س ت ن ا ن ك م ي ي ت ل ل و ا د ح و ل ا ه ذ ه ي ف ة د و ج و م ل ل ط ا ق ن ل ل ي ه ا م ؟  
ك ل ذ ة ج ل ا ع م ب ا و موي ل ا س
- ت ا ر ا ه م ل ل ؟ ة د ح و ل ا ه ذ ه ق ي ب ط ت ن م ا و ن ك م ت ت ل ت ا ر س ي م - ت ا ب ر د م ك ه ن و ج ا ت ح ت ي ذ ل ا ا م ؟  
ي ر ي ص ح ت ل ل ل م ع ل ل ، ة ر ب خ ل ل ، ة ف ر ع م ل ل

ة ح ر ت ق م ل ل ت ا ن ي س ح ت ل ل و ت ا ح ا ر ت ق ا ل ا ة ش ق ا ن م ، م ه ق ر ف ل خ ا د م ه ن ك م ي و

ن ك م م ل ل ن م و ، ض ع ب ل ل م ه ض ع ب ع م ة ط ش ن أ ل ل ا ب م ا ي ق ل ل ة ب ر ج ت ل ت ق و ي ل ع ق ا ف ر ل ل ل و ص ح ي ف آ ق ح ب غ ر أ )  
م ا ي ق ل ل ة ي ف ي ك ل و ح ر ا ك ف أ ي أ ك ل ذ ل . ا ت ق و ق ر غ ت س ي س ا ذ ه ن ك ل . ة ي ن ق ت ل ل ة د ا ع ت س ا ي ف ق ا ف ر ل ل ع م  
(ا ه ب ب ح ر م ك ل ذ ب )

## أ ع م ل م ع ل ل ا : ٤ موي ل ا

ل و ح ت ي د ح ل ل ، أ ض ي أ ن ك ل . ٣ موي ل ا ن م ي ق ب ت م ل ل ل م ع ل ل ا م ا م ت ل ، موي ل ا ا ذ ه ل ج أ ن م

- ت ا ب ر د م ك ا ن ل م ع ة م ا د ت س ا
- ي و س ن ل ل ع ا ش م ل ا
- ن و ا ع ت ل ل ص ر ف ، ل ب ق ت س م ل ل ي ف أ ي و س ل م ع ن ف ي ك
- ة ي و س ن ل ل ة ي ن ق ت ل ل ت ا ك ر ا ش م ل ل ت ا د ح و ل ت د ح ي ا ذ ا م

م ا ت خ ل ل ن م ب ا ر ت ق ا ل ا د ن ع ة ي ن ق ت ل ل ة د ا ع ت س ا ي ف ق ا ف ر ل ل ع م ل ص ا و ت ل ل ا ب أ ض ي أ موي ل ا ن س

image.png and or type unknown

موي ل ا ن ي ذ ل ا ن م ، ل م ع ن ن ي أ ر و ص ت  
ت ا ب ر د م ك ن ح ن ن م و ، ه ع م ل م ع ل ل ا ب



# ١ طاشن

نولمعي نيدلا نييجزومنلا صاخشألأ نم نينثأ نم ةدحاو مسرب مايقللا تاكراشملا نم بلطن :انه  
:ةيلاتلا ءازجالأ ىلع زيكرتلا عم ،بيردتلا يف مهعم

- اهعم نوكتبشي يتلا تاعوضوملا يه ام ،هنوفرعي يذلام :سأرلا
- مهفواخم يه ام ،هب نونمؤي يذلا ام ،مهميقي يه ام ، مهل ةماهلا ءايشألأ يه ام :بلقلا
- بيردتلا ىلإ هتفاضإب نوموقي يذلا ام ،اهنوكلمي يتلا تاراهملا يه ام :يديألا
- هيف نوشيعي يذلا قايسلا وه ام ؟مه نيأ :مادقالا

.ةريغص شاقن تاعومجم يف متيس شاقنلا نكل ،يتاذلا ريكتلل تقولا طاشنلا اذه حيتي  
تاكراشملا موقتس يتلا دارفألا تاقايسو عقاو يف لمعلل سيئسأتلا يف ءدبلا ىلإ فدهن ،انه  
مهعم لمعلاب .

# ٢ طاشن

.مهسفنأ مسرر تاكراشملا نم يبلطا ،يلعألاب ةقيرطلا سفن مادختساب

.هذيفنتب اوماق يذلا مسررلا يف ريكتلل تقولا مهئاطعإب يموق

# ٣ طاشن

:ةيلاتلا ةلئسألا ةشقانمب يموق ،ةريغص تاعومجم يف

- ؟تريغت فيك ؟انتاعمتجم اههجاوت يتلا تاديدهتلا يه ام
- يف مهاسي نأ تابردمك انلمعل نكمي فيك ،ةيعامتجالا تاكرحلا نم عزك و تاطشانك ؟  
ةيضقلا
- انيلع بجي تاردقلا ةيمنتل ىرخأ قرط كانه له ؟طيسوك بيردتلا دودح يه ام ؟  
اهفاشتكا
- ؟مهعم لمعلاب موقن نيدلا صاخشألأو تابردمك هنوكن ام نيب تاوجفلا يه ام ؟  
• ؟يوسن ةبردم ينوكت نأ هينعي يذلام ،ةطشنألأ ءوض يف

# تامولعملالصالختسا

رغصألا تاعومجملا تماق ام لوح شاقنن مايقللا و ةريكبلا ةعومجملا ىلإ ءدوعلاب موقنس ،اريخأ  
هلوحتي دحلاب .

Revision #5

Created 21 June 2023 05:46:38 by Kira

Updated 28 July 2023 15:02:51 by Kira