

# دادعإللة مزاللا دراوملا ببیردتلا تاسلجل

## تاکراشملا یلع فرعتلا

لمعب تارسیملا /تابردملا موقت نأب یصوی، ةلص تاذه ةبسانم لمع شرول ریححتلا لجأ نم  
ءدبلا ةرسیملا /ةبردملا نكمی، ةیلمعلا هذه لالخ نم. تاكراشملا عم ببیردتلا تاجایحتلا لیلت  
ةیسننلا نبب تاقالعل للاحلا مهفلاو، ینقتلا یوتسملا، تاعقوت، تاقایس یلع فرعتلا یف  
تاعقوتملا تاكراشملا ایجولونكتلاو.

لوصولا یلع ةردقلا، حاتملا تقولا بسح، ةیلمعلا هذه ما یقلل قرطلا نم دیدعلا دجوت  
تاجایحتلا لیلت نم ةفلتخم عاونأ ةثالث تاداشرا انه مدقن. ةحاتملا دراوملاو، تاكراشملا  
ببیردتلا:

- یدل. میمصتلاو طیطختلا فاك تقو كانه: **یللثملا ببیردتلا تاجایحتلا لیلت**
- تاكراشملا یلإ لوصولا یلع ةردقلا ةرسیملا /ةبردملا
- طیطختلا دودحم تقو ةرسیملا /ةبردملا یدل: **یعقاولا ببیردتلا تاجایحتلا لیلت**
- تاكراشملا یلإ لوصولل ةدودحم ةردق و، ةیببیردتلا لمعلا ةشرو میمصتو
- و طیطختلا دودحم تقو كانه: **یساسألا یوتسملا ببیردت تاجایحتلا لیلت**
- تاكراشملا لوصولا یلع ةردقلا ةرسیملا /ةبردملا یدل سیل. ببیردتلا میمصت

**تاعقوتلا نم دكأتلا** نأ ببیردتلا لببق تاجایحتالا لیلتلحتب ما یقلل ینعی ال: **ةطحالم**  
هذه یلع لمع شرو یا یقبُت نأ حصنُی. آیوررض دعی مل لمعلا ةشرو یلوالا ةسلجلا ءانثأ  
ببیردتلا لببق تاجایحتالا لیلتلحت جئاتن یلع دكأتلا ةداعإ و دكأتلا ةسلجلا

## یللثملا ببیردتلا تاجایحتلا لیلت

- دحاو رهش نم رثكأ: ریححتلا تقو
- (١ قحلم) لماشلل ببیردتلا تاجایحتلا لیلتلحت نا یبتسا
- (٢ قحلم) ةیساسألا ةلباقملا ةلئسأ

لمعلا ةشرو میمصت و طیطختلا فاك تقو ةرسیملا /ةبردملا یدل نوکیس، ویرانیسل اذه یف  
فاك تقو مهیدل تاكراشملا ناو، تاكراشملا عم لصاوتلل تقو كانه نأ ینعی امم، ةیببیردتلا  
مهتاباج عم لماعتلل تقو مهیدل ةرسیملا /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 تاجايح ليلحت 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 تاجايح لالضفأ ةروص ىلع لوصحلا نم ةرسيمل / ةبردملا نكمتتس  
تاعقوتلا .

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) ةدحمة ةلئسأل ةداتعم ريغ / ةفلتخم مهتاباج تئانك يتلا تاكراشملا ىلع  
ةيوسنلاب ةفرعم لقألاو رثكألا تاكراشملا وأ ،ايجولونكتلاب ةراهمو ةربخ لقألاو رثكألا  
نأ) (ةبيردتلا لمعلل ةشرو نم ةدحمة تاعقوتلا تاذ تاكراشملا وأ ،ةينقتلا / ايجولونكتلاو  
ىصقأ دحك ةقيقد ٦٠ تاكراشملا عم تالباقملا قرغتست ام ،ةداع . ةيلمعل اذه نم عئج 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 تاجايح ليلحت

- دحاو رهش نم لقأ :ريضحتلا تقو
- تالباقملا ةلئسأ وأ (١ قحلم) لماشل البيردتلا تاجايح ليلحت 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 تاجايح ليلحت ةيلمع راصتخإ ىلإ ةرسيمل / ةبردملا جاتحتس ،تقولا قيضل ارظن  
تاجايح ليلحت 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 تاجايح ليلحت يساسألا

- نيعوبسأ نم لقأ :ريضحتلا تقو
- (٣ قحلم) بيردتلا تاجايح 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 داكلا اب 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 مايقلل وأ ، تاعقوتلا (صحف) دكأتلا - اهسفن لمعل ةشرو لال  
يصون لازن ال 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

## ةيساسالا ةلباقملا ةلئسأ :٢ قحلم

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

١. اهعم ني لمعت ي تلامعتجملا يه نم ؟ ني ميقت نيأ . اهب كرود ، كتمطنم . كسفن نع ي نيثدح ١٠

٢. سففن يه تاي دحتلا هذله ؟ تنرتنإلا مادختسالا دنع لمعللا يف كهجاوت ي تلتا تاي دحتلا يه ام .  
ءاضعأ موقي وأ ي موقت فيك ؟ اهعم ي لمعت ي تلتا رئاودلا / تاعمتجملا اهجاوت ي تلتا تاي دحتلا  
؟ تاي دحتلا هذله م لماعتلاب كعمتجم

٣. وأ لمعلال لجأ نم اهي مدختست له ؟ تقولام طعم اهن ي مدختست ي تلتا تنرتنإلا تاقيبطت يه ام .  
ةي صخشلا ةايحل

٤. لي غشتلا ماظن وهام ؟ ةزهجال هذله عونام ؟ اهمادختساب بلغاللا يف ي موقت ي تلتا ةزهجال يه ام .  
؟ اهليلع اهلي غشتب ي موقت ي تلتا

٥. نأ نيرعشت له ؟ اهي مدختست ي تلتا تاقيبطتلاو تنرتنإلا عم لماعتلا دنع كفواخم ربكأ يه ام .  
؟ نمأ تاقيبطتلا هذله

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

## بي ردتلا تاجايتحا ليحتلا ةلئسأ :١٠ :٣ قحلم

. هب ني موقت ي ذلا لمعلل فصوو ، ةمطنملا ، مسالا ١٠

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

٣. تنرتنإل نيمدختسترتنأو ىتم ذنم ٣.

٤. تقولابلغأ هلامعتساب يموقت يذلا ليغشتلماطن وهام ٤.

٥. هنيكللمت يذلا لومحمال فتاهال عونام ٥.

٦. تقولامطعم اهلامعتساب يموقت يتل تاقيبطتل يهام ٦.

٧. تنرتنإلاو ةينقتل /ايحولونكتل مادختساب ةقلعتم كيذل فواخم ةثالث مهأ يهام ٧.

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

٩. ايجولونكتلاو ةيوسنللاوح تالكشم ثالث مهأ يهام ٩.

١٠. بيردتل اذه يف هملعت نيديرت يذلاام ١٠.

image.png and or type unknown

# مبيقت تاودأ: بيردتلل كمبيقت بيردتل

## مبيقتل فادهأ يهام

- ةمداقلا ةرمل يف لصفأ لكشب بيردتللاب مايقلل.
- ةشرولل ةيميلعتل فادهألا عم قفتي امب ني/تاكراشمال ةعباتمل معد ماظن ميمصت.

## مبيقتل ةيلمع:

مايألا تاذشرولا يف . نهتااعابطن تاكراشُملاو تابردُملا ةكراشملةطي سبةقيرط يه اتلد/ +  
ةياهن يف هلمع حرتقن ، دحاولا مويلا شروام . موي لك ةياهن يف طاشنلا لمع حرتقن ، ةددعتمل  
ةياهن عمف ، شرولا ةياهن يف تاقيلعتل ةكراشملةطي سبلئاسو مادختسا ىلع عجشن . ةشرولا  
ةلثاممل لئاسولا زاتم . هابتنالا تُتشتو بعتلاب عيجمل رعي شي امأ بلاغ بيردتلل ةرتف  
نهتاليضفت ىلعأ انب ليصافتل ةكراشم تابردتمل راتخت ثيح ةعرسللاب .

اهريغت بجي يتل ايشألاو ةئيسلاو ةديجلل بانوجلل ةكراشمو لُمأت تابردتمل نم بيلطا .

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

ةرسيم لاهقثوت امنيب ،تابردتم ل

ةكراشم ل،اعم تارسيم ل و تابردم ل سلجت ،نهتاقيلعتل تاكراشم ل عيمج ةكراشم دعب  
سفنن تابردتم ل لوح نهتاقيلعت ةكراشم و اتلد/+- ةقيرطب ريسي تال نعن نهنعابطن  
لئاسول هذو نم ضعب مادختساضيا كنكمي ةقيرطل

- تارسيم ل و تابردم ل عم اهتاكراشم و ةدافتسم ل سوردل اب ةمئاق لمع .
- ةيلبقتسُم ل ىرخأل و شرول هذو تاليدعت لمع .
- ببردت ل ي ف تاكراشم ل عم ةعباتم ل ماظن ميمصت .

تابردتم ل و ببردت ل تافيضتسُم عم لصاوتل يعبات ببردت ل نم عوبسأ دعب ةعباتم ل  
،يوتحمل ل تاصلل و حرش تافل و ريسي تال ةلدأ) تاببردت ل اب ةصاخ ةفلتخم دراوم ةكراشم ل  
،ةمداقل تاوطل و ةشرول نعن كي دل ىرخأ تالمأت ي أو (خل

تابردتم ل و ببردت ل تافيضتسُم عم لصاوتل يعبات رهشأ ةثال ةعباتم  
نم ي أ نهذيفنت نعن عيمج ل لاؤسل ل ةبسانم ةصرف هذو .ةشرول ريثأت ةفرعم ل  
.كببردت ل ةجيتننك خلإ ،نهلمع تايجيتارتسال نهتجاجرم و أ تاكيتكتل و تاودأل

image.png and or type unknown

# نيمضت ل و ةي عطاقت ل

” درول يردو - ”

## ةي عطاقت ل يه ام

يت ل و ،(ردنجل و ةقبطل و قرع ل لثم) ةي و هلل ةددعتم ل بئاوجل نيب زي مُي راطل يه ةي عطاقت ل  
شيمهت ل و عمقل دي قعت و مقافت ل ي دؤت دق و انتاربخ و انتايج ي رثُت

فنل ل لئاسنل نم 50% و 25% نيب ام ضرعتت :دخُم قايس ي ف ةي عطاقت ل مهفل لاثم يلي امي ف  
اهل ل ل نم فعاضُي يتل قرطل ي فخي يلامجل ددع ل اذهُ نأ ل ؛نهتايح لال خ ردنجل لىل ع مئاق ل  
فنل ل ل ةنولم ل ةرشب ل تاو ذئاسنل ضرعتت نأ حج رمل نم . فنل ل نم طمنل اذو ددعتم ل عمقل  
ي ف تاورثل لئال تما زاي تما دعاسي نأ نكمي امك ،تاواضي ب لئاسنل نم رثكأ ردنجل لىل ع مئاق ل  
يسنجل ل ليم ل تاجو دزم لئاسنل ضرعت ةي لامتحا دادرتو . فنل ل لاكشأ ضعب نعن لئاسنل ضعب لزع  
ةضرع رثكأ مهأي سنن ةرباعل صاخشأل نأ امك . تايرخال لئاسنل نم رثكأ يسنجل ل فنل ل  
لئاسنل عيمج ضرعتت دق ،راصتخاب .مهسنج عم ني قفاوتم ل صاخشأل نم ةي هارك ل فنل ل ةبرجت ل

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 نهس نجن عم تاقباطملاو ايسنن تارياعملاو ءاضبلا قرشبلا مهملا نم ،يلاتلابو .ان تيسون يف آداهطضا رثكألا صاخشألا نيمضت يف ةبوعص (ةيدسجللا 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. **يلاوت يف ةيعطاقاتلا ةيوسنللا حاتفم نمكي :كتازايتملا كاردإو ياتاذلا لمأتللا** ىلع فرعتلا ةبغر زيفحتو انلخادب رظنلاف ؛ةيأتاذلا انتازايتملا فاشكتسا مهم كالتما .ةديجللا ةيوسنللا تاسرامملا نم ايصخش انيلع رثؤت ال ياتلا تايوهلاو اياضقلا دوجو ينعى لب ،رخآ عم تجم داهطضا ىلع لمعى اندوجو أن ةرورضللاب ينعى ال تازايتملا .انت يوه ببسب اهب رمن أن انيلع نيئعتي ال ةنيعم براجت

2. **ءاهن نم دعبأ وه امب ةنيعم ةيوسنللا نم ءاهم مهملا نم :كرظن ءهجو ةيروحم رغلأ** رثؤت ياتلا ةلخادتملا داهطضالا ةمظنأ عيمج ءاهنإب اضا ءنيعم يهف ،يسننجللا 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 ةيوسنللا زكرم تبنجتلا ءهجو يلدبلا اذل .ةيرصنعلا اياضقلا لوح ءاسنللا عيمج براجت ىلإ عامتساللا مهملا نم :**ضعببلا نكضعببل نعمتسا** 3. نيري ال ياتاوللا ءاسنللا كلذيف امب ،تازايتمالا ضعب اهيف كل من دق ياتلا ةيوسنللا ؛تاي رخلأا براجتب انررم ان أن رابتعا اننكمي ال .ةنيئمضت رثكأ ةسدع لالخن نم ملالعا قرشبلا باحصأ ننع ءباي نلاب ثدحتلا مدغل يهبتناف ،ءاضيب ةيوسنللا تنك اذاف .ةنولملا

4. **لثم ءيشأ لوق نم يرذخاف ،ةملمسم ريغ ةيوسنللا تنك اذإ :ةمدختسملا رغللا يلمأت** يدؤي أن نكمي مك .ةبججم ءأرمال "باججل ببسب جراخلال يف رحلاب نيرعشت ديكأتلاب" تارباعلا ءاسنللا روعش ىلإ #PussyPower "لبهملل ءوقلا" لثم تاريبعت مادختسا قرطلا ىلع نالاثم ناده .ةلزللاب مسجللا نم ءازجالا هذو نكلمت ال دق ياتلا لايسنن ةرمتسملا ءعجارملاف ؛تاي رخلأا ءاسنللا ذبن اهمدختسن ياتلا رغلل نكمي ياتلا ءديعلا تاويح نشعي ياتلا وأ اننه بشي ال ياتاوللا ءاسنللا ننع انثيدح ءيفيكنو انسفنأل .ةديجللا تاسرامملا نم انتايح ننع ءفلتخم

5. **يعطاقات لمع راطإ دامتعا نإ :اهحيصتو ءاطخالا باكترال دادعتسا ىلع ينوك** نوكن أن يف اندهجو راصق لذبن نم مغللاب ،نايحلأا ضعب يف ،كلذل .ةلهس ءيلمع تسيل أن كرتت أن بجي .اهدص آفقوم تاي رخلأا ذختت دق ءاطخا فرتقن دق ان أن ال ،نبيئيمضت ليدعتو راذتعالا كنكمي هأو ،صخشك كتميقب آقح قلعتي ال أطلخال حيحصتلل كتوعد .اي عافدآف قوم اني نبت نم ءالدب ،أطلخال سفن راركت بنجتلل ككولس

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

image not found or type unknown

(ۛی زی لجن ایل اب طب اورل)

دادعإب فنن علاو زيمتلا عوضوم هاجت ةيساسح نهيدل نمل ،يوتحم لاب ةصاخلا تاريذحتلا حمست رصنن علا نأ نركذت .لصفأ لكشب نهلاعفأ دودر ةرادإ نم اننكمت يلاتلابو ،شاقنلل نهسفنأ ةجردب ددحملا ريغ ريذحتلا ليحي دق ؛هاتقد يف نمكت ةلاعفلا يوتحملا تاريذحتلا يسيئرلا عم تاريذحتلا لمع ديجلا نم ،يلاتلابو .رمنتلا ىلإ لكألا تابرطضا نم ءيشأ ىلإ ةيفاك فنن ةبرجت ةسارد ةشقانم ءانثأ ،لاثملا ليبس ىلع .ههإ راشملا يوتحملل ةددم مئاوق

هذه يوتحت :عيرس هيبننت " ةباتكب يوتحملل أقبسّم ةراشلإ نكنكمي ،مميحلا كيرشلا  
ملعلأءاجر ،جاعزنالاب ترعش اذا .مميحلا كيرشلا فنعو كاهتنابا صتغالا ح يلع ةشقانملا  
دعاسي امك ،شاقنلل ريذحت يلى إ نجتحي نم دادعتسا يلع كلذ دعاسي . "كئدعاسملا دراوم دوجوب  
ةبعص ةشقانملا نربتعي دق نهلوح صاخشأ دوجو ةقيقح نهكاردا ي ف تايرخألا .

### هبراجت ةكراشم يلعأ ادحأ يربجت ال ٣.

رعاشملا لكو ةبرجتلا ليصافت يلى إ صخشلا ديعي ،ساسح ثدح ةكراشم يلع ام صخش رابج إ نإ  
تايركذلا قودنص حتفل ةدعتسم ريغ صاخشألا ضعب نوكت دق .اهبحاصت يئلا ةيبلسل  
ةكراشملا نه دادعتسا تقوو ةمدصللا فاشكتسال ةحاسم صاخشألا يحي نم ،كلذ نمألدب .ةملؤملا

# جاعزنالاب رعشيأ صخش ني دعاست فيك ؟يوتحمل نم

image1605452012061.png

ام ةداع تازفحمل نأل كلذو ،نايحلأا ضعب ي ف تاطايتحالا لمعت ال ،تادادعتسالال لصفأ عم يوتح  
رعشي صخش ةدعاسملا اذاختا كنكمي يئلا تاوطخلل ضعب يئلي امي ف .يدرف لكشب ةدحم نوكت  
ةثداحملا ءارج ةمدصللا وأ رثأتلاب .

## ١. مهفل

رخآ صخش كب صاخلا يوتحمل ةيذا ةيناكم إ كاردا .

## ٢. راذتعال

قلعتي راذتعال نأ يركذتو ةررضتملل ةيذا ي ف ببست ءيش يلى إ ترشأ ةلاح ي ف يرذتعا  
ةقداص يئنوكو اهنع عافدلا وأ كئلاعفأ وأ كئاملك ريربت يئبجت .كب سيلولو ررضتملا صخشلاب  
ةي صخش 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 يلى إ لئاعفلا عامتسال .

## ٤. فقوملا ةجلاعم

ربُع يئلا لعفللا دودر نأ يركذت .جعزمللا يوتحمل راركئ بئجت عم ،شاقنلل ريسيت يلمكتسا  
وأ نهتبغر نع رطنللا ضغب ،تقؤم لكشب زيكرتلا يلع تارداق ريغ تاكراشملا لعجت نأ كنكمي اهنع



نم يدكأت. جايترالال مدعب نرعش ةلاح يف تاكراشملا ةرداغم يل بقت. كلذىل نهم يمصت  
 ةيسفنل ةحصلال يف ةصصختم دوجو لصفُي. اهل نجتاح لاج يف ةدعاسم لل لوصولل نهتاي ناكمإ  
 ةئرطلل تالاحلل هذه لثم يف معدلل مبدقتل.

**ةغللاب) ةيلاتل دراومل اضعبـكـيإل، بـيردتل ي ف ةرضاح ةصصختم كانه نكي مل اذإ  
 :ساسحلل يوتحمل نم جعزنل صخشل معدل مي دقتل 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 لاول يدقن لاروطنم ل ن م لك ؤّجولونك تال اتاساي سلاو ؤّوسن ل اتاسرامم ل دسجت عم ، ةيوسن ل رطن ل اتهجو نم ةينقتلاب ةقلعتم ل تالكشم ل فرعتو ةلئسا حرطتو . ةينقتلل في ءاسن ل ءكراشم ، ايجولونكت ل عم ءاسن ل اتاقلعو ، عونتم ل ءاسن ل عقاو رابتعالا في ذخال تاريثأتل يوسن ل ليحلل و ةينقتل في فوقل ني زاوم ، اتاسايس ل عنصو ةينقتل ريوطت ةيعامتجالا ةينقتل

مقيال فرغتو. بېردتل اذه في انجهن ايجولونكتل ةسايس و ةيوسننل تاسراممل فرغت ءاسنل براجتو تاربخ ىل ةمءائلالو. ةينقنل ءيوسننل بېردتل اهنم نوكتي تيئل ةساسأل ءينقنل بېردتل عم و في تايوسننللو.

ىلإ نكمي اهيفيرعت ةيفيكيو . ةيمانتم ةركف يه ايجولونكتل ةسايس و ةيوسنل تاسراممل  
و ةسايسل ببسبو ، ةربخالو باطخال ، ةسراممل لالخنم ريبك لكشب لوحتي و ريغتي  
ةريغتمل تاقايسل.

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

،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  
روطت يلع ريثأتل ءاسنل عقاول هب نكمي تيلا ةيفيكل صحولو ،ءاسنل اياضق ةديج

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

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

ةلئسلأ ضعب نمضتت

- ؟امالعال لئاسو يف ءاسنللال ليثمت نم نومدختسملأ ءعمج يذلأ يوتحملأ ريغ فيكل
- ؟تنرتنلإل عل ءاسنلل اهميمصت متي يتل ةديجل تاحاسملاو قرطال يه ام
- ؟ل كشب ةينقتل عل ةدمتعمل انتفاقتل ءجيتنك ءاسنللال اضق تريغت فيكل ؟ديازتم
- ؟ءاسنلل ءمأ تنرتنلإل قيرط نع ةيمقرل تالاصتال له
- ؟اي جولونكتال /ةينقتل يف مكحتي يذلأ نم
- ؟ةديجل تاي نقتل نم ةدافتسالا ءاسنللال قوق تاطشانل نكمي فيكل
- ؟"اي جولونكتال /ةينقتل عل ءرطي سلأ" هيني اذام

فرعت ةيساسأ ميقي اي جولونكتال ءسايس و ةيوسنل تاسرامملأ يذلأ إف ،بيردتلل ةيجهنمك ءيوسنل ءينقتل تالراشملأ تابردم تاربخو براجت نم عبتت يهو . "يوسنل ءينقتل بيردت" قبس يتل ميقلل سكعي تابي ردتل هذه مطعم .ينقتل بيردتل يف تارسيم و تالراشمك ءلص تاذ دحم لكشب ميقلل هذه نأ وه فالخالإل . "يوسنل بيردتل" لعل فالاب اهدي دحتو اهف يرتع .ينقتل بيردتل تاقايب

يتلالت ةيساسأل ميقلل نمضتت

## نيمضتال /ةيكلراشتال

يذلأ تقولأ سفن يف تابردتمل نم ءملعتتل ريثكلل اهدل ءبردمل نأ يوسنل بيردتلل كردي ءقيرطب بيردتلل ميمصت متيس ،لاثملل لبس عل .تايخالأ تاملعملل نمو اهنم مه نوملعتي شاقنلأو تاربخالل لدابت رييسيئ عل لمعت

ةفلتخم ملعت طامنأ باعيتسال لصاوتلأو ملعتل نم ةدعتم قرطب يوسنل بيردتلل حمسي

اواج تالراشملل لك نأ ضرئفيلو .تاقايسلأ و ءارألأ يف فالخالأب يوسنل بيردتلل حمسي .تافالخالأب باعيتسال ءيافكلل هي امب أنرم نوكل نأ بيردتلل علعو ،ةيفلخالل سفن نم

## نامألا

ءانثأ يف :نيتقيرطب نامألأب روعشلل تالراشملل نكمي ثيح ءحاسم وه يوسنل بيردتلل وأ ،ءائاصلأ متي نل يتل تامولعملأب حوبلل ،تاعوضوملأ ءراثلأ ،ةلئسالأ حرط مك نكمي - مهملعت يعو عل اونوكي نأ - ةينقتلل مهملل لالخنم مهتقواوم نود ءائاشفإ مت و اهنأش نم ليلقتل نامألأ ،ةيعامتجالأ تالشبشلال عقاوم عل ءصوصخالأ :يا) ءينيغم تاي نقتل (ةلمتحملأ) رطاخملأب (اهريغو ،ليدب يوتحمل رشنل تنرتنلإل مادختسا يف

## ءاسنللقا و ليصأت

يتل تاي نقتل نأ ،ينعي اذه .تاكراشم لاقاوو تاجاي تحا ىل عيوسننل بي ردتل دمتعي نأ بجي لوح تاشاقننل 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 ءاهتنإ دعب مهلمعل ةمئالم نوكتو اهمادختساو تاكراشم ل ناكمإب ناك اذا طقف نكل ،ةيولوالا ءواطعا 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 مهتدنجا مهيدل نأ بي عو ىل عيوسننل تابردم ل نبي تاعقوتل ىل عي قافتال او شاقنل اهي ف متي تامئامب مايقل ينعى اذه .تاكراشم لل تابردم ل و تاكراشم ل

## يجي تارتسا /يعادبإ

ةمئالم اهل عجل يعادبإ و يجي تارتسا لكشب تاي نقتل ىلإ رظنل ءصرف يوسننل بي ردتل دعي .تاكراشم ل تاقايسب ةطبترم و

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

تاسايسل انص ،مادختسا ،ريوطت ي ف ءاسنل تاكراشم ىل عي ءوضل يوسننل بي ردتل طلسي ةينقتل ي ف ءزيمتم تاكراشم مهيدل اهرىغ تاي رآ و سيل فول اءآك ءاسن .ةينقتل ي ف ايجولونكتل /ةينقتل اءجت 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 كأتل

ريوطتال ي ف ) تاي نقتل اب ةطبترم ل قمءال بانوجل ي ف ضوخل نم يوسننل بي ردتل ي شخي ال و ) تاي نقتل لمع ةيفيكل لماكل مهفل و "مكتل" ءرورض ىل عي كأتل و (تاسايسل انص و (اهمادختسا طقف سيل

## !image-1605452080596.pngعاتمتسال

تيتفتل ةينقتل اب عاتمتسال نأ اهي ف ءاسنل نكمي ءاسم يوسننل بي ردتل نوكي نأ بجي .تاي نقتل ىل عي ءرطيسل و ءاسنل تاقال عي ل رثؤت يتل زاجول

# 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 ،عونتلا ئدابمب كسملتلاو زيزعت لىلإ ةفاضلإاب عيجمجلل ةجهبلا يدسجلال انعقاول اليمج آعونت دسجنو ةددعتم تادقتعمو تافاقثو تاعمتجم نم انيتأ دقل موقن نحن ،دارفألاب ةينتعم و ةجهبم ،ةنمآ تاحاسم قلخ لالخنم .يسفنللاو يعامتجالاو و ةبيجتسم ،ةلاعف تاكرح ةيمنت ةيناكمإو قمعتملا ملعتلا ،ةلاعفلا ةكراشم لل نيكممتلاب ةينتعم .

كراشن يتلا تايلاغللاو تاحاسملا يف اهقيبطت موقن و اهب اهردقن يتلا ئدابملا راطإ وه اذه اهنوكت يف .

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

## ئدابملا ليعفت

signing\_EN.png

## تاكراشملا لكل ةنمآ تاحاسم قلخ

فرعتلاب يموق ،تنرتنإلابا قيرط نع يقررلا نايتسالا لالخل لاثملا ليلبس لىل ،ناكمإلاب ردقب ةردقلا لثم اهليلإا عجاب اونوكي دق يتلا ةصاخلا تاجايتحالا نعل لىلأسا .أقبسم تاكراشملا لىل نم دعي .نامأ تابلطتم وأ رفسلا نم ةنيعم فواخم ،ةيئاذغلا تابلطتملا آيدسج لوصولل لىل نم تالطتلاو ةبقارملا نمليللاو ءاده ،ةيفاك ةيوهتو ةءاضإب عتمتت ناكم ريفوت يلاثملا هاجت تاحتفنم اونوكي نأ لىل فطلب تاكراشملا يعجش ،ةيلاعفلا لالخنم .تاكراشملا ريغ اورعش اذإ تارسيملا هيبننت ةيلوؤسم اولمحتت نأ ومهل رتوت ببست نأ نكمي يتلا تاعوضوملا ةحارلا مدعب .

## مارتحالإا ءادبإ

و مارتحالإاب مستت ةئيبل لىلإ ةجالحا لوح ةيلاعفلا ةيادب ذنم تاكراشملا عم شاقن يحتفا رارقإلاب يموق .ضعبلا انضعبل هابتنالا لماك اعاطع لىلنعمب - قمعتملا عامتسالا يعجش .ةاعارملا ليلبس لىل - هب ملسم ةيشك اهذخأب انتزايتمإا هب انل حمست يتلا 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 تاكراشملا بئاج نم 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 إله ءفاضإلاب ءفرغلا يف تازايتمالا نم ءفلتخم تايوتسم دوجوب يفرتعأ يلع مهيعجش سكعالب "نيلفلتخم" و ءاصقإلاب نورعشي دارفأل لعجت نل ةيعطاقاتلا نأ يدكأت يدعاس . ءحاسملا ءارثإو لدابتلاو ،ملعتلل ءصرفك تاربخل و تايوهلا عونت نم ءدافتسالا صاخشأل ءوررضلاب فدهتسي ال ةيرصنعلا وأ ءردقلا لوح شاقنلا نأ زيميملت يلع تاكراشملا نيسرامم وأ ءانج مهربتعي وأ ءفرغلا يف ءاضيبل عرشبل و ذ دارفأل وأ آيندب نورداقلا .جهنممل يرصنعلا زيميملتلا فاشكتساو ريكفتلا ،عامتسالا يلع دارفأل يعجشو ةيرصنعلل

## تاكراشملا ةيصوصخ مارتحإ

.قيثوتلل مهيلإ ءراشإلا وأ /رشابملا سابقتالا و ريوصتلا دنع تاكراشملا ءقفاوم 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 ءداعم وا ،نيللثمل ةيهارك ،ةيرصنعلا ،يعامتجالا عونلا ساسأ يلع مئاقلا مهيعفدت ال .تاعوضوملا هذه نع ثدحتلا يف نوبغري ال دق تاكراشملا ضعب نأ إله يهبتنا صخش كانه نأ نم آمائا يدكأت .مهرتوت يف كلذب بست اذا ةيصخشلا تاربخل ءشقانملا .ةمدصل نم يناعت يتلا تاكراشملا مزاللا معدلا ميدقتل حاتم صصختم .

## يوغللا عونتلا مارتحا و ءغللا مادختساب يعول

ةمجرت /ةيروف ءمجرت ميدقت يلواح ناكمإلا ردقب و تاكراشملا لك تاغل يلع فرعتلاب يموق لاؤسلا يف ءارلاب اورعشي نأ ،ءطببوحوضوب ثيدحلاب درف لك موقي نأ ءدعاق يعض .ةيباتك ءغللا يف ريكفتلا تاكراشملا نم يبلطا .ةموهفم ريغللا تاحلطصملا وأ تاراصتخالا نع نم يبلطا .نيرخآلل ءئيسم وأ ءفينع نوكت نأ نكمي تاحلطصم لامعتسا مدعو ءمدختسملا نمضتي دق .ةيميلعت صرفك كلذ يلعغتساو ءاسإلاب اورعش اذا تاحتفنم اونوكي نأ تاكراشملا ضعب يلع ءديج نوكت دق يتلا و ءيميذاكأ ربتعت ءغل وأ ءينقت تاحلطصم يوتحملا يدكأ و فغشلل آريثم و موهفم يوتحم يعنصاو !ةينقتلا تاحلطصملا نايعط يدحت .تاكراشملا .تاينقتلا لمع ءيفيكل لماك مهف ءيمنتو يلع ءرطيسلا ءيمهأ يلع

## ءانب لكشب فالخال عم لماعتلا

ذخأ و ضعبلا مهضعب عم فطاعتلا يلع يعجش .تاكراشملا عم ءين نسحو قدصو ءهازنب يفرصت يقللخا .ثدحي نأ نكمملا نم يذؤم كولس وأ ءحيرم ريغ تاملك وأ ،فالخي أ ءيفصتلا 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 دمعتت و صاخشأل فال تخإب فلتخت سفنلاب ةیتاذلل ةیانعلل نأ رارقإلاب یقوق  
ةیعامجلل سفنلل ةیتاذلل ةیانعلل نكمی .انب صاخلا قایسلل و ةایحلل یف انعقول و انسفنأل  
دسجلل عم لصاوتلل و ،سفنلل تقو صیصختب یقوق كذل .ضعبل مهضعب یلع رثؤت نأ  
نع ءلوسم و ءرسیمك .قلق و رتوت یأ غیرفت لجأ ن م ،ةیندب تاسرامم و أسوق طلالخ ن م ،بلقلل و  
تاكراشملل نكمی یتح ءفرغلل یف رتوت یأ ن م ءوجل ءیقنن یلواحو ءیارد یلع ینوك ،ءحاسملل  
ةیانعلل تاسرامم حارتقا تاكراشملل ن م یبلطا .لمك لكشب ءكراشملل و ءومجلل یف روهطلل  
تاذلاب .

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

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

## تایلل ءلل و ءطشنألل ماعلل میمصتلل

### ءاقعنال ءادهأ

- ةیتاذلل ةیانعلل ءیمقرلل ءمالسلل یلع تالماعلل تابردملل و تاكراشملل تایوسنلل عمج  
یمقرلل نامأل جهنم قیمعتت و فیفیکت ،ینبت ،قیببطت ،مهف ،فاشكتسلل لجأ ن م  
هریوطتب موقی یذل و نامأل لیعت ءداعإل ءیسوسنلل ءینقتل تاكراشملل تایوسنلل  
ءمدقتمل تالاصتال ءیعمجب ءاسملل قوقح جمانب  
• انبل سیردتل لوصأ و تاءارجل و تاءجهنم لوح ءفرعملل و تاراهمل ءكراشملل ءحاسم قلخ  
قوقح یف تاطشانلل ءطساوب لاجمل اءه یف باعیتسالل و ءفرعملل ءیمنت و ءقتل  
ءفلتخملل تاكرحلل یف تایوسنلل و ءاسنلل  
• زیزعت و یمقرلل نامأل لاجم یف ءهافرلل ءسانسلل تاسایسب صاخلل یوسنلل لمعلل جمء  
ةیسوسنلل ءسرامملاب صاخلل مهفلل قیمعت و نماضتلل و ،فطاعتل ءسایس معدو  
ةینقتلل  
• ینواعتلل لمعلل لجأ ن م تایوسنلل تارسیملل و تابردملل نم ءقت تاكبش ءانب ریسیت  
لاجمل اءه یف طشنلل نماضتلل و رمتسملل لدابلل 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 هيف شيعن 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 ي ف تاكراشملا
- ( .ةيوسنلا ةينقتلا تاكراشُملا ءاسم ي ف ىرخأ ءرم و ،ةينقتلا
- ةينقتلا ةداعتسلا عامتجا عم هجمد متيس راهنلا نم ءزج
- اردناس ةسلجلا ميقدتب موقيس ) [ناونعلا راطتنا ي ف ] لماش 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 ريسيتب مايقلل لوح يئانثلا مويلا مطعم نوكتيس لكشب تاحارتقالا هذو .هب موقن يذلا بيبردتلا لمعلااب مايقلل ي ف ةفلتخملا قرطالا و ،تابردمك اننكمي . تاكراشملا ىلإ هلاسرب انمق يذلا نايبببسالاب ةصاخلا تاباجتساللا ىلع ةمئاق عسوم مويلا اذه ي ف ةسلج ١,٥ ىلإ ٥ نم يلاوح باعيتسا

- )ايثناس و اردناس بيبردتلا اذه دوقي) لمعللا ي ف ةهافرلا و تاذالاب ةيانعلا جمد
- (ةسلجلا هذو ميقدتل اخاشيب تعوطت) ةيساسألا دعاوقلا يوتسم ىلع يمقرلا نامألا
- )اتي و سكيب ةطساوب كرتشم ريسيت) يميظنتلا نامألا
- عم لخادتلاب) رطاخملا ميققت لوح كمسللا ضوح ةسلج [ةريهظلا نم رخأتم تقو ي ف ]
- (ةينقتلا ةداعتسلا عامتجا

ةلمتحم ىرخأ تاعوضوم

- طيطختلا بنجت ،نفللا مادختسا ،يكحلا تاسلج ) بيبردتلاب موقت فيك ليخت ةداعإ
- )اهرغو ،ةيركسع تاحلطصم 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 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 ل 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 ن 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 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 ل 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 ض 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 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 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 a ف ر ل ل ع م ل ل ص ا و ت ل ل ا ب أ ض ي أ موي ل ا 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 نييجزومنللا صاخشأللا نم نينثأ نم ةدحاو مسرب مايقللا تاكراشملا نم بلطن :انه  
:ةيلاتلا ءازجاللا ىلع زيكرتلا عم ،بيردتلا يف مهعم

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

.ةريغص شاقن تاغومجم يف متيس شاقنلا نكل ،يتاذلا ريكتلل تقولا طاشنلا اذه حيتي  
تاكراشملا موقتس يتلا دارفألا تاقايسو عقاو يف لمعلل سيسيأتلا 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 تاغومجم يف

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

# تامولعمللا صالختسا

رغصألا تاغومجملا تماق ام لوح شاقنن مايقللا و ةريكبلا ةغومجملا 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