

# طياراة ورقة

اصدار خاص رقم ١



٩ البحث عن العائلة  
١٦ القنابل العنقودية  
٢٤ حماية الطفل من الضياع



[info@tayarawarak.com](mailto:info@tayarawarak.com)  
[www.tayarawarak.com](http://www.tayarawarak.com)



## المقدمة

### أحباءنا

يسر مجلة طيارة ورق أن تقدم لكم عدداً خاصاً ، يطرح مواضيع تهتم بالصحة والحماية والانتباه من كل ما قد يسبب الأذى .

أثناء الحروب والصراعات تكثر الأمراض وتنتشر ، فعليها أن نتعلم الحافظة على صحتنا والاهتمام بالنظافة أكثر . وأيضاً علينا الانتباه عند التنقل والسفر مع العائلة للبقاء معاً ، واتخاذ الخطوات المناسبة لتجنب الضياع والابتعاد عنهم .

ولا ننس تجنب جميع أشكال الأجسام الغريبة الموجودة على الأرض والتي تسمى مخلفات الحرب ، ونتعلم كيفية حماية أنفسنا من الشظايا المتساقطة . معلومات بسيطة لكنها مفيدة ، وعلى الجميع أن يتعلمها .

# أيادٍ نظيفة هي أيادٍ سعيدة

هيا نغسل  
أيدينا:



جفف  
يديك

افرْكُهَا الآن مدة 20 ثانية أو قم  
بالعده حتى 15

ضج الصابون  
عليها

بدل  
يديك

تذَكَّر دائِهَا ..  
اغسل يديك:



- بعد الخروج من الحمام



- قبل الطعام وبعد



- بعد أن ترمي القمامة

- كلها اتسخنا

طياره  
3

# صحتي

هل تعلم أن السبب في حدوث أكثر من نصف الأمراض التي تصيب الأطفال هي الجراثيم التي تدخل الفم عبر الطعام والمياه؟

كيف تكون حالتك عندما تمرض؟

جالس في المنزل، لا ترى أحداً من أصدقائك، ولا تستطيع اللعب، يسبقك أصدقاؤك في تعلم الدروس بينما أنت لا قوة لديك لتفعل شيئاً! مؤكد لم تعجبك هذه الحالة!

سأخبرك ما يمكنك أن تفعله كي تهتم بنفسك وتظل بصحة وقوية كل يوم...

الحرص على تنظيف الأسنان كل صباح ومساء، للحفاظ على أسنان جميلة وسليمة. ولا تنس الزيارات الدورية لطبيب الأسنان.



النوم مبكراً يجعلك تستيقظ مبكراً، والنوم بشكل كاف وفي الوقت المناسب يساعدك على التركيز أكثر.

مارس الرياضة واللعب في الهواء  
طلق قدر الامكان ، لا تجلس طويلاً  
 أمام التلفاز ، أو تلعب بالجوال  
 أو الحاسوب



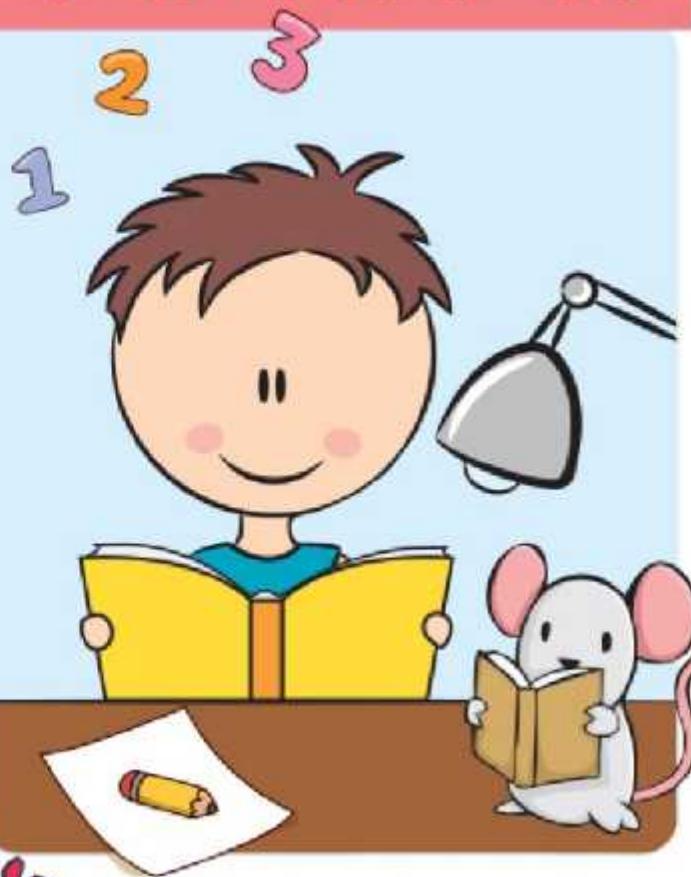
من المهم أن يكون الغذاء اليومي صحيحاً  
 ومتوازناً، وتناول الوجبات الخفيفة مثل  
 الفواكه وقلل من الحلويات، واشرب  
 السوائل الطبيعية بكثرة وأهمها الماء.



اهتم بنظافتكم الشخصية، اغسل يديك بعد  
 دخول الحمام وقبل تناول الطعام. وقم  
 بالاستحمام الدوري وتغيير الملابس الداخلية،  
 مشط شعرك وشذبه كل فترة، قص أظافرك  
 أسبوعياً لتبقى نظيفة وقصيرة.



التعلم هو أمان مستقبلك، لذا اهتم  
 بدورسك واكتب واجباتك قبل اللعب.



# تجنب انتشار عدوى الانفلونزا

تجنب الاقتراب من الآخرين،  
وترك مسافة بينك وبينهم.



أخذ قسط من الراحة وتخفيض  
أدوات لاستعمالك الشخصي.



تغطية الفم والأذن عند السعال  
أو العطاس بمنديل نظيف



غسل اليدين عدة مرات في  
اليوم لمدة 20 ثانية.



# ضربة الشمس

تحدث ضربة الشمس عند تعرض الطفل لدرجة حرارة مرتفعة تحت أشعة الشمس، وحتى أحياناً داخل المنزل خلال موجات الحر الشديد إذا كان الطفل في غرفة غير مهواة بشكل جيد. والسبب هو عدم قدرة الجسم على التخلص من الحرارة الزائدة بشكل سريع مما قد يسبب خللاً مؤقتاً أو دائماً في عمل أجهزة الجسم كالقلب والدماغ والرئتين.



## الأعراض والعلامات

- الشعور بالدوار والتعب والضعف العام.
- الإصابة بالهذيان وارتفاع شديد بدرجة الحرارة دون تعرق.
- آلام العضلات وتشوش النظر.
- فقد الوعي عند محاولة النهوض.
- غثيان وإقياء.
- تسرع ضربات القلب.
- يصبح الجلد حاراً ومحمراً وجافاً.



## العلاج الإسعافي:

- طلب المساعدة الطبية مباشرة لنقل الطفل إلى المشفى (إن أمكن)
- تبريد الجسم من خلال وضع كمادات باردة، أو تغطيس جسم الطفل في حوض ماء عادي.
- وضع مصدر للهواء بجانب الطفل (مروحة).



## الوقاية:

- الاستحمام بماء بارد يومياً إن أمكن.
- ارتداء ملابس خفيفة فاتحة اللون.
- عدم البقاء تحت أشعة الشمس مدة طويلة.
- شرب الماء بكثرة.



# القمل



هي حشرة صغيرة لا أجنحة لها ، تعيش على فروة الرأس وتضع بيوضاً تلتصق بالشعرات .

1

عند إصابتك بالقمل فقد لا تستطيع رؤيتها ، لكن ستشعر بها . هذه الحشرات الصغيرة ستجعلك تشعر بحكة مزعجة في رأسك .

2

يصاب العديد من الأطفال بالقمل ، وينتشر بسهولة على الرغم من أن الحشرة لا تقفز ولا تطير .

3

لا تجرب وضع قبعة زميلك في المدرسة على رأسك ، ولا تستخدم فرشاة شعر الآخرين .

4

إذا شعرت بحكة أو كأن شيئاً يمشي بين شعرك خاصة في المنطقة خلف الأذن أو مؤخرة العنق عند خط الشعر ، أخبر والدتك أو معلمتك بذلك .

5

سيصف لك الطبيب نوعاً خاصاً من الشامبو لغسل الرأس ، ثم تمشط والدتك شعرك بمشط دقيق خاص لإزالة البيوض .

6



سيغسل والداك أيضاً ملابسك وأغطية السرير والوسائد .

7

كما يمكن رش بخاخ خاص مضاد للقمل على السجاد وأثاث المنزل أو تطهيرها بالعرض لأشعة الشمس .

حسناً...

ها قد أصبح رأسك نظيفاً  
ولن تحكه بعد اليوم .

وتدكر! درهم وقاية خير من قنطر علاج ،  
والنظافة من الإيمان .

# البحث عن العائلة

# كن حذراً

حملة معلومات حماية الطفل



في حالات الطوارئ والنزوح قد تنفصل عن عائلتك ، حاول أن تبقى إلى جانبهم دائمًا .

لون واستمع ، بعد أن تقرأ  
تعليمات الحماية جيداً

لون

كن حذراً  
من الأشخاص الذين  
يعرضون عليك الرعاية  
وتقدم الطعام أو السكن  
أو العلاج أو المال ، هؤلاء  
قد لا يكونون أشخاصاً  
جيدين وقد يقومون  
بإذائك .



كن حذراً من  
المساعدات الإنسانية  
فعليك أن تعلم أنها  
مجانية دائماً ، ولا تقبل  
أن يلمسك أحد أو يتفضل عليك مقابل تقديم الطعام والمساعدة لك .

لون

## تذكرة! تجنب الإنفصال

لون

لون واستمتع ، بعد أن تقرأ  
تعليمات الحماية جيداً

وأخبر  
والديك دائمًا  
عن المكان  
الذي  
ستذهب  
إليه .

تذكرة اسمك  
الكامل وأين  
هي عائلتك  
إن لم تكونوا  
معًا



لا تنس أن تلبس السوار  
الذي يظهر اسمك ،  
ووجهتك النهائية ، وأسماء  
عائلتك ، ومعلومات  
التواصل معهم .



ابق قريباً من  
عائلتك أثناء  
السفر والتنقل  
دائماً .



## في حال فقدان أحد أفراد العائلة

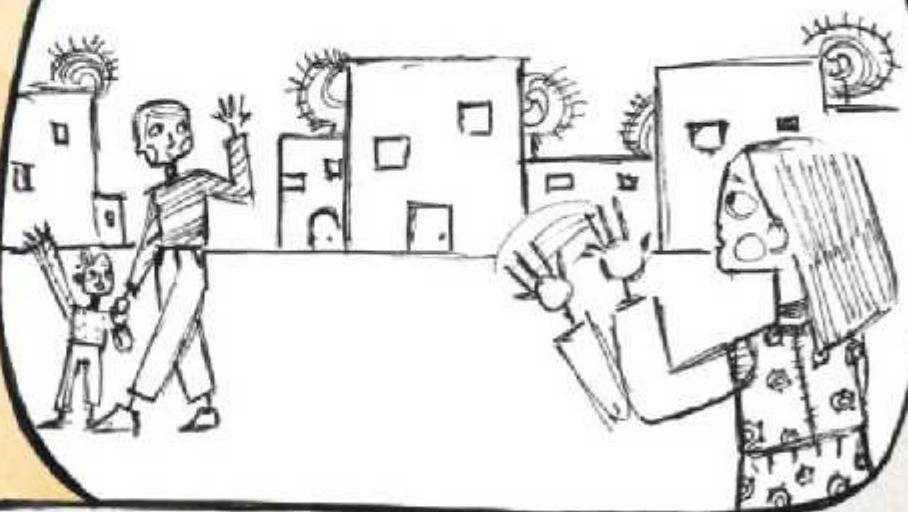
لون

لون واستمتع ، بعد أن تقرأ  
تعليمات الحماية جيداً



حافظ على  
هدوئك وحاول  
أن تتذكر آخر  
مكان رأيتم فيه .

انظر حولك قد  
تشاهد آباء وأطفال  
آخرين تعرفهم ،  
أخبرهم بأنك أضعت  
عائلتك . وإن لم  
تعرف أي أحد  
فابحث عن شخص  
تشق به .



تأكد من  
أن الآخرين من  
حولك على  
درایة بأنك  
فقدت أفراد  
عائلتك ، وأنهم  
سيبحثون معك  
عن عائلتك .



قف قليلاً وفكّر ماذا كنت تفعل  
مع عائلتك في الساعة الأخيرة  
التي كنت فيها معاً وأين كنت .

يمكنك الحصول على معلومات  
إضافية حول برنامج لم الشمل  
من قبل منظمات حماية الأطفال  
أو السلطات المحلية ضمن  
مجتمعك .

# مع كابتن سوريا

نص: طالب غنوم / رسوم: مودة

انتبه!

أريد أن تلعب بالكرة يا يزن؟

نعم، لكن أمي تنهي  
الآن في العودة.

لن نتأخر... هيا.



انظر يا رامي ماذا... من هناك؟!!

انتظر يا رامي  
لا تدخل إلى المنزل.



كيف حالكم يا صغار؟  
سأجلب لكم الكرة من المنزل.



رائع... هل نستطيع مساعدة الناس أيضاً؟

نعم... لكن لكي تستطعوا  
مساعدة الناس عليكم أن  
تحميا نفسكم من الخطر أولاً.  
عليكم أن تتجنبوا اللعب  
بعيداً عن المنزل أو في  
الاماكن المدمرة.



إنه كابتن سوريا!!



ماذا تفعل هنا يا كابتن؟

أتواجد حيثما يوجد خطر  
الحرب، لأساعد الناس  
على تجنبها.



ما هذا؟

هذه صور لأماكن وأشياء خطيرة  
عليكم الابتعاد عنها. انظروا !!

نساعدهم عندما نحذرهم من الخطر ونطلب منهم عدم الاقتراب منه، فهناك أشخاص مختصون يمكنهم الأدوات المناسبة لإزالة هذه المخاطر.

الآن يجب أن نبعد هذه الأشياء عن الناس أو الطريق؟

بالطبع لا يا يزن...  
فهذا خطير.

إذاً كيف نساعدهم؟

حسناً... سنعدك بعدم الاقتراب من هذه الأشياء الخطيرة وأن تُحذر الناس منها.

أنتم فعلاً أبطال يا صغار... أريد منكم الآن الذهاب إلى المنزل مباشرةً. عليّ أن أذهب الآن لأساعد بعض الأشخاص.

كما سنخبر والدينا إن رأينا هذه الأشياء فوراً.

هيا، فلنعود إلى المنزل، يجب أن أعتذر عن تأخري.

وأنا على الاعتذار أيضاً.  
ولا ننس أن نحذر أصدقائنا ونبههم إلى المخاطر.

إلى اللقاء كابتن سوريا... شكرًا لتصاححك.

تراجع إلى الوراء متبعا نفس  
الخطوات!

إذا صادفت لغما توقف!

2



1



3

نادي الأهل أو الأكبر سناً،  
ليضعوا علامة خطر في أقرب  
مسافة آمنة من اللغم.



5



أعلم الناس في المنطقة المحيطة  
بضرورة الابتعاد عن مكان الخطر.

يجب وضع علامات في  
أقرب مسافة آمنة من اللغم،  
كالأحجار، أو علامة خطر، أو  
باستخدام عبوات رش ألوان.



4

رسوم : سهير

# انتبه خطر!

1

ابعد عن الأماكن الخطرة.



2

ابعد عن الأجسام الغريبة، وإذا صادفت جسمًا غريباً تجنبه واستدر من حوله.



3

ولا تنسى اتباع التعليمات المشار إليها في الرسومات من رقم 3 إلى 5

4

3

5

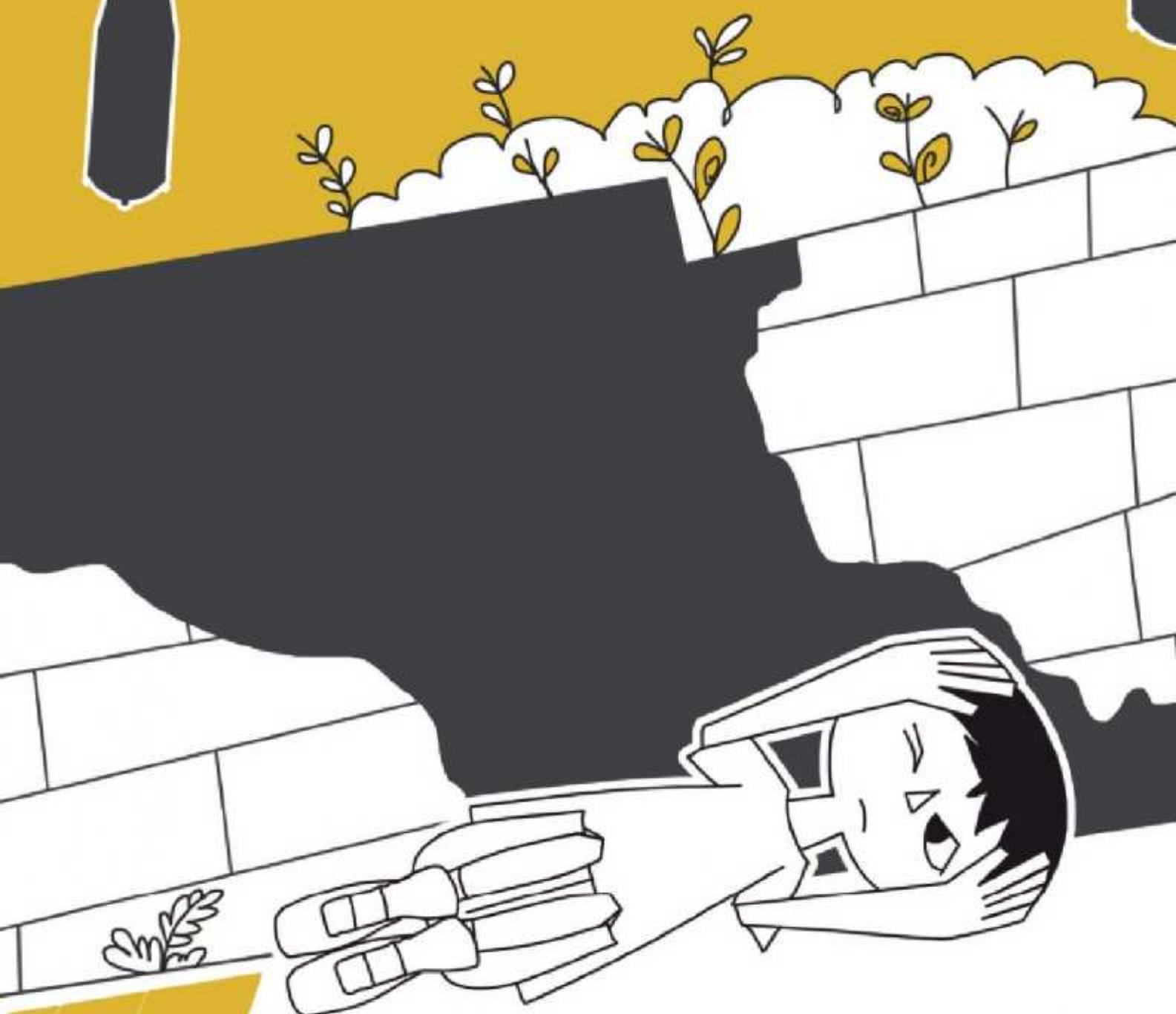
ماذا تفعل لتحمي  
نفسك من اللشظايا  
الهتساقطة؟

إذا كنت في المدرسة:

- انبطح فوراً على الأرض  
أو تحت المبعد.
- قم بتنغطية رأسك ورقبتك بيديك.
- حاول أن تخبئ دون أن ترفع  
رأسك أو جسمك.
- انتظر تعليمات المدرس بالإخلاء.



إذا كنت في الشارع فادخل إلى أقرب مبني  
أو استلقي بجانب ساتر « شجرة، حائط »



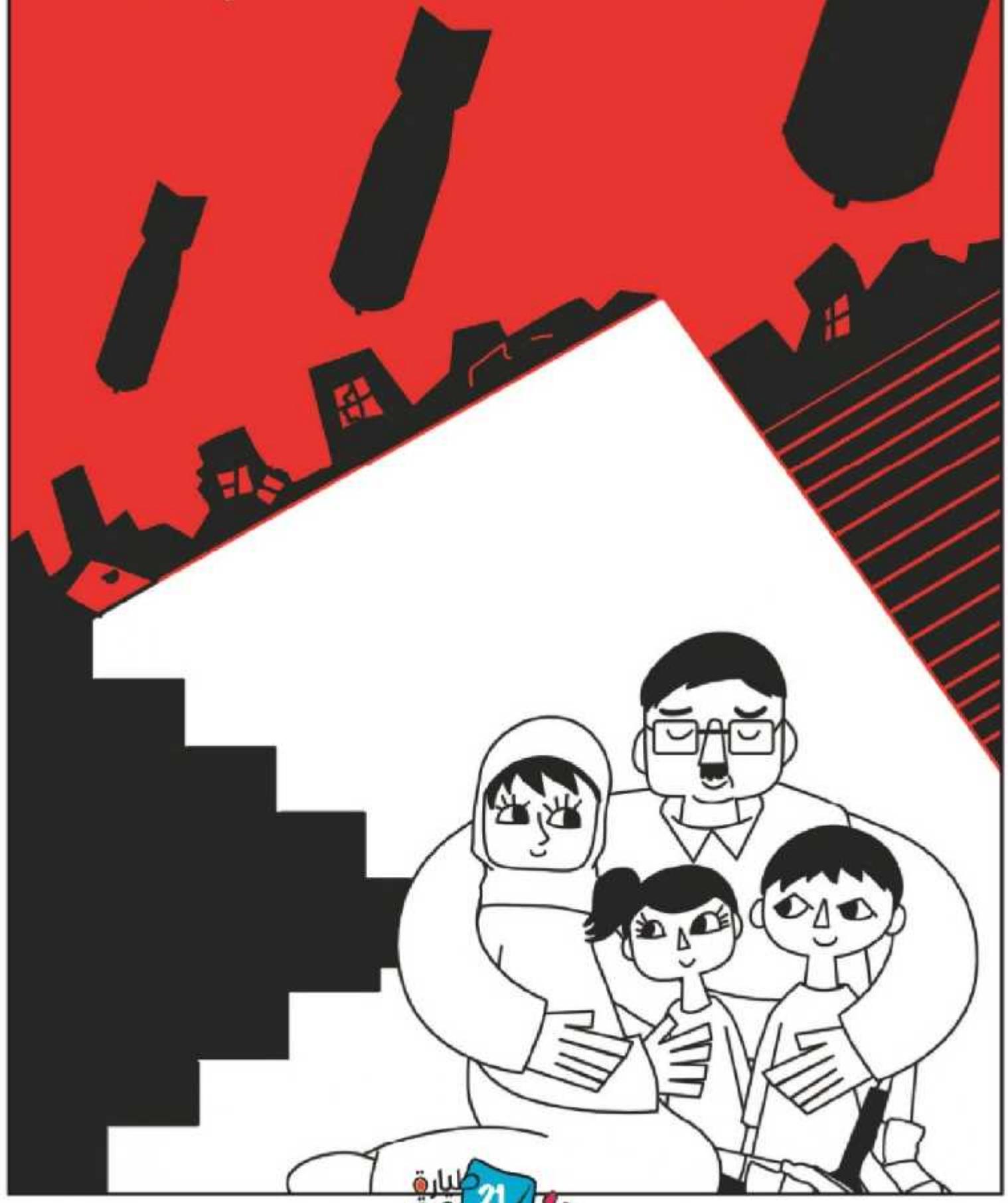
اخبئ مع والديك في الطوابق السفلية أو في القبو  
إن أمكن لحماية نفسك من الشظايا المتساقطة.

ويعتبر الاختباء تحت الدرج بجانب  
الأعمدة هو الأكثر أماناً.



حاول

أن تبقى مع العائلة داخل البيت أو في الملجأ.



توقف يا ليلي! ما هذا الجسم الغريب؟ علينا عدم الاقتراب منه.

ماذا علينا أن نفعل يا أخي؟!

لنعد أدراجنا متبعين

نفس خطواتنا ولنكن حريصين.

حسناً ..

حسناً، دعنا نخبر أبي بوجود  
هذا الجسم الغريب.

أبي هناك جسم غريب،  
يبدو أنه من مخلفات الحرب  
في ذلك المكان.

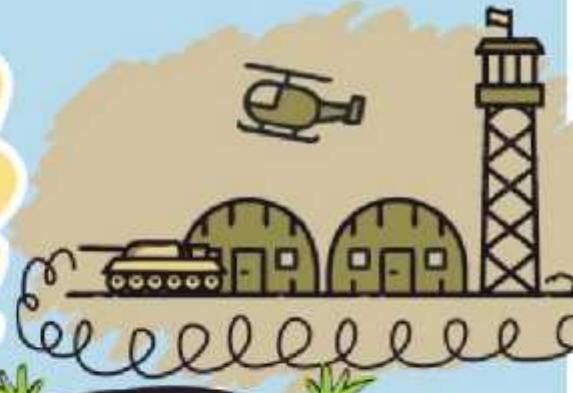
حسناً يا أبنائي، حاولا تجنب  
الطرق المهجورة، وسيرا  
دائماً في الشوارع المأهولة.

وأنا سأذهب لوضع علامة  
بالقرب من مكان الجسم  
الخطير، وسأخبر المختصين.

# متاهة



ساعد ليلي وأخيها في  
الوصول إلى مكان آمن  
وتتجنب المرور من أماكن  
التواجد العسكري وعدم  
اللعب بالأجسام الغريبة.



## البحث عن العائلة

(موجهة للأهل)

### من المهم أن تعلم

- أن خطر انفصال الأولاد عن أهله يزداد خلال النزوح وحالات الطوارئ .
- إذا رأيت طفلاً ضائعاً ، اسأله الناس من حولك إن شاهدوه مع شخص كبير مؤخراً .
- لا تغير الموقع الذي وجدت فيه الطفل ، حتى تتأكد من عدم وجود أهله وأنه ضائع .
- في حال وجدت طفلاً ضائعاً أخبر مباشرةً منظمات حماية الطفل أو السلطات المحلية الموجودة في المنطقة .



## تذكرة! تجنب الانفصال



- كن متأكد دوماً من أن كل طفل من أولادك يعرف اسمه ، واسم والده وأسماء إخوته ، ورقم هواتف المسؤول عنه .
- استخدم قطعة قماشية كعلامة تربط بحبل حول معصم الطفل ، مكتوب عليها اسم الطفل ، والوجهة النهائية ، وأسماء الآبوبين أو أولياء الأمر ، إضافة إلى ذلك ذكر معلومات تواصل مع العائلة إن توفرت .
- ابقوا جنباً إلى جنب أثناء السفر ، وحافظوا على الأطفال على مسافة قريبة منكم ، وتأكدوا من الأولاد الكبار على دراية بمسؤولياتهم وأن يمسكوا بأيدي الأولاد الصغار ، وخاصة في المناطق المزدحمة .

## في حال فقدان أحد أفراد العائلة:

- ابق هادئ وحاول أن تتذكر آخر مكان رأيته فيه . حافظ على أفراد العائلة الموجودة مع بعضهم ، لتجنب الانفصال والتشتت .
- عد لتعقب خطواتك الأخيرة .
- اسأل الناس من حولك إن كانوا قد رأوا طفلاً لوحده ..
- تأكد من أن الآخرين على دراية بالوضع ، وأنهم سيبحثون معك عن الطفل .

رسوم : سماح

يمكنك الحصول على معلومات إضافية حول برنامج لم الشمل من قبل منظمات حماية الأطفال والسلطات المحلية ضمن مجتمعك .



**لُونْ وَاسْتَمْتَعْ**

شكراً لـ كل من ساهم في إنتاج هذا العدد

