



مارس 2025 - العدد 42

مركز موارد الأسرة في مدينة نيو بريتن



آخر الأخبار والتحديثات



مساعدة المجتمع المحلي للإنقاذ!

بقلم السيدة ميليندا إبيرل

الأطفال يحبون الأبطال الخارقين. أشخاص عاديون لديهم الرغبة في المساعدة، يرتدون زياً خاصاً ويعملون على جعل عالمنا مكاناً أفضل. بالنسبة للأطفال الصغار، يعيش بعض أهم الأبطال الذين سيقابلونهم في مجتمعاتهم المحلية. يُطلق عليهم اسم "مساعدة المجتمع" وهم أشخاص يجعلون حياتنا أسهل، كل يوم من خلال الحفاظ على أحيائنا آمنة ونظيفة ومنظمة. يمكن للأطفال أن يستلهموا من هؤلاء المساعدين الذين يعملون كقدوة يحتذى بها وغالباً ما يراهم الناس الذين يخدمونهم. فيما يلي بعض المساعدين المجتمعيين الذين يمكن أن تجدهم في معظم المجتمعات المحلية...

- المعلمون وموظفو المكتبات الذين يساعدوننا في تعلم أشياء جديدة
 - ضباط الشرطة ورجال الإطفاء وعمال الطوارئ الذين يساعدون في الحفاظ على سلامتنا
 - المزارعون والطهاة الذين يزودوننا بالطعام
 - الأطباء وأطباء الأسنان والممرضات الذين يساعدوننا في الحفاظ على صحتنا
 - عمال النظافة وجامعو القمامة الذين يحافظون على نظافة الأحياء السكنية
 - عمال بناء الطرق وحراس المعابر الذين يساعدوننا في التنقل
 - عمال البناء، والسباكين، وعمال توصيل البريد، وعمال المرافق الذين يساعدون في بناء وصيانة منازلنا وأعمالنا
 - الأطباء البيطريون وحراس الصيد الذين يعتنون بالحيوانات
- بصفتك أحد الوالدين أو مقدمي الرعاية، احرص على الإشارة إلى مساعدي المجتمع عندما تكون أنت وطفلك على اتصال بهم. فهذا يساعد الأطفال على فهم أن هناك أشخاصاً مهمين يساعدون في الحفاظ على سلامة أحيائنا ونظافتها وصيانتها والعناية بها. إن تحديد هذه النماذج قد يشجع طفلك على التفكير فيما قد يرغب في أن يكونه عندما يكبر وكيف يمكنه أن يجعل العالم مكاناً أفضل. يمكن للجميع أن يكون مساعداً! كرم هؤلاء الأبطال الخارقين في المجتمع من خلال التعبير عن امتنانك لكل ما يقومون به ثم استكشف مع طفلك كيف يمكن أن يكون مساعداً في المنزل أيضاً!

فكرة هذا الشهر

بقلم: السيدة نبي سانشير

ما أهمية اللعب بالأصابع للأطفال؟

اللعب بالأصابع هو حركات اليد المنسقة مع أغنية أو مقطع غنائي أو قصة قصيرة في بعض الأحيان. قد تكون الحركات ذات طابع حركي إجمالي، بمعنى أنها تشمل اليد بأكملها في حركة كبيرة مثل التلويح. أو قد تكون دقيقة حيث تتضمن حركات أصغر وأكثر تفصيلاً للأصابع. تساعد أغنية اللعب بالأصابع في تنمية المهارات الحركية الدقيقة وهي مهمة جداً للأطفال لأنها تعزز:

- المهارات اللغوية الشفوية: عند غناء نفس الأغاني والأصوات والكلمات، يقوم طفلك بتوسيع مهاراته اللغوية الشفوية من خلال "تمرين" عضلات فمه.
- الخيال: عندما ينخرط الطفل في اللعب بالأصابع، فإنه يخلق صوراً في ذهنه لمرافقة الأغاني.
- نمو الدماغ: تخبرنا الأبحاث أن حفظ الأغاني والقوافي يعزز نمو الدماغ بشكل صحي.
- المهارات الاجتماعية: عندما يتعلم الطفل اللعب بالأصابع في المنزل، فإنه يكون في وضع جيد للاستمتاع بتلك الأغاني والحركات نفسها في بيئة اجتماعية في الروضة أو الحضانة.
- المشاركة: بالنسبة للأطفال الذين يجدون صعوبة في التفاعل مع الآخرين، فإن اللعب بالأصابع هو وسيلة منخفضة الحدة للتفاعل.
- الفهم: يمكن تقديم مفاهيم جديدة مثل الألوان والأشكال والحركات وغيرها من خلال أغاني اللعب بالأصابع بطريقة ممتعة.

أطفال صغار أصحاء

بقلم: السيدة ليلي أوكاسيو

في شهر مارس، عند التركيز على صحة الطفل الصغير، يجب إعطاء الأولوية لتقديم مجموعة متنوعة من الفواكه والخضروات الطازجة، وضمان اتباع ممارسات النظافة الصحية السليمة مثل غسل اليدين بشكل متكرر، وتعزيز النشاط البدني المنتظم، والحفاظ على جدول نوم ثابت، وإشراك جميع أفراد الأسرة في عادات الأكل الصحية ليكونوا قدوة إيجابية.

النظام الغذائي المتوازن:

تقديم مجموعة كبيرة من الفواكه والخضروات الملونة مع كل وجبة.

ممارسات النظافة:

علم طفلك الصغير غسل يديه جيداً قبل تناول الطعام وبعد استخدام الحمام.

النشاط البدني:

شجعي وقت اللعب النشط في الهواء الطلق، مثل الجري والقفز واللعب بالكرات.

روتين النوم:

أنشئي روتيناً ثابتاً للنوم مع أنشطة هادئة.

المشاركة العائلية:

اجعل أوقات تناول الطعام شأناً عائلياً وتناول الأطعمة الصحية معاً.

الحرف اليدوية والمرح



ركن الموظفين

مركز موارد الأسرة في مدرسة تشامبرلين (CHAMBERLAIN)
120 NEWINGTON AVE. NEW BRITAIN 06051

LILA OCASIO, FSL (860) 832-5691
OCASIO@CSDNB.ORG

NEBBY SÁNCHEZ, FSL 860-860-225-8647
SANCHEZN@CSDNB.ORG

مركز موارد الأسرة في مدرسة جيفرسون (JEFFERSON)
140 HORSEPLAIN RD. NEW BRITAIN 06053

MARSHA MICHAUD, FSL 860-224-3193
MICHAUMA@CSDNB.ORG

NEBBY SÁNCHEZ, FSL 860-225-8647
SANCHEZN@CSDNB.ORG

مركز موارد الأسرة في مدرسة سميث (SMITH)
142 RUTHERFORD ST. NEW BRITAIN 06051

MELINDA EBERLE, FSL 860-223-8819
EBERLE@CSDNB.ORG

NEBBY SÁNCHEZ, FSL 860-225-8647
SANCHEZN@CSDNB.ORG

الأنشطة العائلية لشهر مارس 2025

• ورشة عمل عيد القديس باتريك
انقر هنا لمزيد من المعلومات!

• عالم ديزني الرائع انقر هنا للحصول
على التذاكر!

