

مؤسسات الإمام الصدر
Imam Sadr Foundation
لبنان



SADA AL-MO'ASSASAT
نشرة دورية تصدر عن مؤسسات الإمام الصدر - لبنان

العدد 101
لبنان 2015

سأفاد

وَأَنْزَلَ لَكَ آيَاتٍ خُلِقَ عَظِيمٌ

احتفالات الأعياد و"اليوم العالمي لذوي الحاجات الخاصة"
مجموعتان من النشاطات اجتماعياً في المجمع الثقافي
المشاركة في تحضيرات "القمة الإنسانية العالمية"
جديد المشاريع والبرامج



ساعات

SADA AL-MO'ASSASAT

ك 1 - ك 2 2015 - العدد 101

هاتف: +961 7 741610

+961 3 741610

رمز بريدي: 9923 - 6502 صور ، لبنان

info@imamsadrfoundation.org.lb

imamsadrfoundation.org.lb



القسم

مناسبات

القسم
الرعاي

معهد
التمريض

منجزات

القسم
المهني

مناسبات

الصفحة

العنوان

7

البيئة استثمار تربوي

15

شهادة بتول

19

أخطاء شائعة بحق الأبناء

25

المراتب الأولى مجدداً!

26

مساحات حيوية

28

الشباب في خدمة المسنين

السيد نجاد شرف الدين
مشاركاً في التحضير للقمّة
العالمية الإنسانية
التفاصيل صفحة 6



اختراع الغد

معظم الأوقات أي معظم الحياة، والكثير أغفلوا نوعية الحياة وجودتها، أي ربطها بالمغزى الكلي والغاية الأسمى. معروف أن الإنسان يقضي ثلث عمره الانتاجي في المكتب أو المعمل أو الحقل. ومع انفجار تكنولوجيا التواصل (بكل تحفظ) يتحول الحاسوب والهاتف من مجرد أدوات تخزين واتصال إلى شركاء مضاربين. ويكاد الإنسان أن يقضي سحابة النهار والليل مع هؤلاء الشركاء دون غيرهم، إلخ. في حين يتحول الناس الآخرون، كل الآخرين، إلى أرقام في لوائح المستهلكين أو لوائح الزملاء، أو غيرهم.

أسرة «الأبحاث والتطوير» في مؤسسات الإمام الصدر لن تخترع الضوء. هي تستفيد من وجوده. هي تستخدم اللوائح والأرقام والهاتف والحاسوب والصورة، وهي تهتم بالمأكل والملبس والترفيه. إلا أنها تحرص على أن يضيف وجودها قيمة ما:

نحن نؤمن بأن ما يحدث معنا في قاعة الدرس أو معمل الغذاء أو مستوصف القرية أو مكتب الإدارة يستحق الرصد والتوثيق والحفظ والنشر، وهذا ما نسميه إدارة الموارد المعرفية. ونحن نؤمن أيضا بأن الإدارة الفعالة لتلك الموارد تتيح إنتاج المزيد منها، أي تطويرها لما فيه الصالح العام.

كل ما نحتاجه من الآخرين - منكم: من أعلى الهرم إلى كل مكوناته- هو أن تؤمنوا بأن تجاربكم جديرة بالرصد والتوثيق والحفظ والنشر. وأن تؤمنوا بأن هناك من هم بحاجة لأن يعلموا بتلك القصص والتجارب، وكثيرون بإمكانهم أن يتعلموا منها.

نحتاج إليكم كشركاء لتحويل اليومي إلى معلومة، والمعلومة إلى معرفة، والمعرفة إلى مهارة، والمهارة إلى أسلوب حياة.

أسرة التحرير

يجتهد الناس في تحويل الأشياء وتشكيلها قاصدين تحريك العجلة نحو الأمام (وقد تتحرك معهم نحو الخلف أحيانا). ولو حاولنا التأمل في ماهية الإنسان وما يفعله، فنحن نلاحظ أنه يتواصل ويتعاطف ويتألم ويؤذي ويسامح ويثق ويؤمن ويتعاون ويحب ويقرر ويأمل وينجز، وقيل كل هذا وذلك، الإنسان يتعلم. وعبر قابلية التعلم، يمكن لأحدنا أن يشحن هذه القدرة أو تلك، فيكون إنسانا حالما أو منتجا أو واثقا أو قائدا، إلخ.

- تسمح القدرة على التعلم باكتساب المعرفة Knowledge؛
- انتقال معارفنا من دائرة المجرّد إلى دنيا الواقع هي المهارة Skill؛
- بالنتيجة، الكائن هو صنيع مهاراته ومنجزاته وأفعاله وكل ما تشير إليه باللاتينية لفظة Attitude.

لا ندري منذ كم من آلاف السنين حدثت طفرة تداول المعلومة (التقاطها، تجسيدها، حفظها، استرجاعها، وإتاحتها للآخرين كي يتعلموا منها). هي لحظة عظيمة ولا شك عندما بدأ الحاضر يتعلم من الماضي، عندما استطاع كائن بشري أن يعبر عما حدث معه ليصغي إليه انسان آخر. هكذا نشأ أول اجتماع بين اثنين ... وتستمر الحكاية: حكاية التجمع البشري.

والانعتاق من محددات اللحظة الراهنة باستدعاء خبرات الماضي، أتاح تصوّر خبرات لم تقع، أتاح إنشاء تصورات ذهنية، أي اختراع المستقبل ... في الذهن أولا ثم على أرض الواقع. وكانت لذة الإنجاز. مع ملاحظة أن الإطار الناظم والمؤثر هو إطار متغير لا يشبه ماضيه مستقبلا، إلا أنه لا ينفيه ولا يجافيه بل يبني عليه.

يستغرق الاهتمام بما نستهلكه (مأكل، ملابس، ترفيه...)

من نشاطات الهيئة الإدارية

السيدة رباب الصدر والسيدة مليحة الصدر تستقبلان في بيروت 23 كانون الثاني وفدًا من منظمة مالطا ذات السيادة ضمّ سعادة السفير شارل هنري دارغون، مروان صحنواوي، بول صغبيني، أمية رزق، كما كان في عداد الوفد السيد جاستن سامبسون والسيدة ليزا سمبسون من فرع فلسطين التابع لمنظمة مالطا؛

زار صباح السبت في 24/1/2015 وفد طلابي من مركز "مصان لذوي الإحتياجات الخاصة" المجمع الثقافي لمؤسسات الإمام الصدر. وقاموا بجولة تعرفوا فيها على قسم التربية المختصة وبقية المرافق في المجمع.

بعد مرور شهر على زيارة المجموعة الأولى، استضاف المجمع الثقافي، بتاريخ 19 كانون الثاني، مجموعة ثانية من السيدات الناشطات في الشأن التنموي والاجتماعي. إلى جانب رئيسة الجمعية، كان في الاستقبال من الهيئة الإدارية السيدة سعاد الحسيني والسيدة لبنى كالوت وعدد من سيدات الرابطة النسائية في بيروت وصور.



24ك2

مراجعة السياسات الاستراتيجية لـ «المؤسسات» وعلاقتها بمحيطها المحلي كما بالجهات المانحة، كانت موضوع جلسة مطولة نهار السبت 24 كانون الثاني ضمت سعادة الأستاذ رائد شرف الدين ود. كامل عبدالله، وهما عضوان سابقان في الهيئة الإدارية، حيث ناقشا الخيارات المتاحة مع المدير العام وعدد من كبار التنفيذيين في مؤسسات الإمام الصدر؛

24ك2

واستضافت على مائدة الغداء في صور 24 كانون الثاني نائب رئيس الجالية اللبنانية في الجابون الحاج عماد جابر وعقيلته والحاج أدهم جابر وعقيلته. شارك في المأدبة سعادة الأستاذ رائد شرف الدين ود. اسماعيل حاجو، والأستاذ طلال حمادة؛

11ك2

ضمن فعاليات التواصل مع وسائل الإعلام، أجرت السيدة رباب الصدر يوم الخميس 11 كانون الثاني تسجيلًا لمقابلة مع تلفزيون الكوثر، وبتاريخ 27 ك2، أجرت لقاءً مع الصحافية الجزائرية مليكة بو صوف، وبحضور د. لينا حمادة.

وفد مغتربي أبيدجان في ضيافة المؤسسات مع أعضاء في الهيئة الإدارية

31 / 1 / 2015



واستمعوا الى أناشيد ومعزوفات تأدية
طالبات الكورال.

استقبل المجمع الثقافي عددًا من الخيرين
المساهمين في مشاريع مؤسسات الإمام
الصدر وتحديداً مشروع تحديث المطعم
الخيرى. تناول الزائرون طعام الغداء



تحديث المطعم الخيرى

12 / 12 / 2014

وفد من الكتبية الإيطالية في المجمع الثقافي

2014 / 12 / 06

استقبلت السيدة رباب الصدر ومعها
بعض مساعديها، وفداً من الكتبية
الإيطالية العاملة في جنوب لبنان
على رأسه قائدتها الكولونيل أنجيلو
ماليزيا، ويرافقه النقيب سبيزيا مسؤول
التنسيق المدني-العسكري، والدبلوماسي
الإيطالي اليساندرو باتيلوتشي رئيس
بلدية تولفا ومساعدته. تم التحدث في
أهمية الروابط الإنسانية بين الشعوب
وتأثر الجنرال بحرارة الاستقبال الذي
يحظى به ويلمسه منذ بداية مهمته.
ثم وعد بالاهتمام بطلب المؤسسات
الاستفادة من الخبرات الإيطالية في
مجال التدريب المهني والتقني.



السيد نجاد شرف الدين مشاركاً في التحضير للقمّة العالمية الإنسانية



المقدّمات

مؤسّسات الإمام الصدر، وبحكم صفتها الاستشارية لدى المجلس الاقتصادي والاجتماعي التابع للأمم المتحدة، كانت على صلة بالموضوع منذ بداياته الأولى. وقد ناقش سعادة الأستاذ رائد شرف الدين فرص التعاون أثناء زيارته لمكاتب الأمم المتحدة في آذار الماضي. ثم استكملت المباحثات في عدّة اجتماعات في بيروت ضمّت مسؤولي برنامج الأمم المتحدة الإنمائي في لبنان وعددًا من الفعاليات المدنية والاقتصادية والتنمية. ثم تابعت «المؤسّسات» اهتمامها، وشارك السيد محمد بسام في ورشة عمل إستشارية جرت في بيروت في 6 تشرين الثاني في فندق الكومودور.

في مرحلة لاحقة، سيتم تنظيم مؤتمر الإستشارات الإقليمية لمنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا في عمّان في الأردن في آذار/ مارس المقبل. وبدوره سيرفع هذا المؤتمر التوصيات إلى القمّة العالمية الإنسانية التي تعقد للمرة الأولى في اسطنبول في تركيا في العام 2016.

يواجه عالم اليوم تغييرات كثيرة تستدعي مواكبتها في المجال الإنساني. وكانت هيئة الأمم المتحدة سبّاقة في محاولة اجترح الحلول للمعضلات المعاصرة، فعقدت بتاريخ 26 أيلول 2013 اجتماعاً رفيع المستوى بشأن المساعدات الإنسانية. وأثناءه، أعلن السيد بان كي مون عن تنظيم القمّة العالمية للعمل الإنساني، والتي ستعقد في إسطنبول عام 2016. على أن تسبق هذه القمّة عملية تشاورية تجري على مدى سنتين للتوافق على أجندة إنسانية مستقبلية تكون مشتركة وشاملة وخاضعة للمساءلة.

ستضم القمّة كما المشاورات التحضيرية أقطاباً أربعة رئيسيين (حكومات، جمعيات إنسانية، ممثلين عن المجتمعات المحلية المستجيبة، والشركاء الآخرين المعنيين)، وذلك لتحديد التحديات الإنسانية المستقبلية المرتبطة بالأخطار الطبيعية والنزاعات. وستركز القمّة على مجالاتٍ أربعة، وهي:

1. فعالية العمل الإنساني،
2. الحد من مكامن الضعف وإدارة المخاطر
3. التحويل من خلال الابتكار
4. تلبية إحتياجات المجتمعات خلال النزاعات.

شارك السيد نجاد شرف الدين في الاجتماع التنسيقي للجهات الإنسانية والجمعيات الإغاثية الذي انعقد في الرباط، المغرب في الفترة 26 إلى 28 كانون الثاني 2015، وذلك تلبية لدعوة المنتدى الإنساني في المملكة المتحدة، وهي الجهة المكلفة من قبل الأمم المتحدة بتنظيم اللقاءات التشاورية. وفور عودته، عرض أجواء الاجتماع على السيدة رباب الصدر وبعض الأعضاء وأعرب عن ارتياحه الشديد لما لمس من فرص وآفاق يمكن استثمارها في تحسين فاعلية الجمعية وتوسيع شبكة علاقاتها. لا سيّما لناحية الموقع التاريخي الذي شغله الإمام الصدر في انفتاحه على قضايا الناس، والذي سارت عليه «المؤسّسات» فاحتلت مكانتها في الشبكات والمحافل الوطنية والعربية.

شارك في لقاء الرباط ماينوف عن 60 مشاركاً من البلاد العربية، وهدف إلى ترسيخ النتائج التي صدرت عن ورش العمل الوطنية، طرح التوصيات لاجتماع عمّان في شهر آذار القادم، التشبيك بين المنظمات الشريكة، والعمل على تغيير العقلية السائدة أحادية الاتجاه وعلى احترام تعددية الثقافات والدوافع في العمل الخيري الإنساني.

...جانب من المشاركين في المؤتمر التحضيري



...مع الوفد اللبناني



«استثمارنا في البيئة غرس تربوي أيضًا»



والتربوية لا تقل أهمية. «فالأطفال الذين ينمون في وسط صحي وسليم ويتشربون الممارسات الصديقة بالبيئة، سوف تكبر معهم هذه الممارسات والمبادئ». وأضاف بأن «ما نتوخاه من الاستثمار في البيئة والإنسان هو إرساء ثقافة متكاملة نجد بذورها ومعالمها في سيرة الإمام الصدر».

التقى المدير العام لمؤسسات الإمام الصدر السيد نجاد شرف بأفراد الهيئة التعليمية للمرحلة الأساسية بحضور المشرف التربوي د. حسن جمعة ومدير الأبحاث والتطوير أ. محمد بسام والسيدة فاطمة حب الله مديرة مدرسة رحاب الزهراء (ع). كما التقى في اجتماع آخر بالمشرفات الرعائيات ومديرة القسم السيدة وفاء قصير، وتطرق في حديثه إلى جملة أمور أهمها علاقة المحبة بين التلميذ والمعلم كمنصة انطلاق أو شرط مسبق لعملية تعلم ناجحة، كونها تشعر الطفل بالحماية والأمان. كما أشار إلى أن المبادرات البيئية التي تقوم بها الجمعية مثل تسخين المياه بالطاقة الشمسية وإعادة تدوير الورق المستعمل وفرز النفايات، وإبدال مصابيح الإنارة لتعمل بتقنية الـ LED؛ هي بالإجمال مشاريع تحمي البيئة وتخفض تكاليف التشغيل، إلا أن غاياتها الثقافية





بالورود نحترف



تزيين الشموع



مخيم كفرذبيان

تجسيداً لقيم المحبة، الاحترام، التسامح والغفران التي تجمع مؤسسات الإمام الصدر ومنظمة مالطا ذات السيادة... أقام قسم الشباب المتطوعين التابع لمنظمة مالطا مخيماً خاصاً بالميلاد ضم 21 طفلاً من بلدة الذوق ومن بلدة صديقين من عمر 7 حتى 11 سنة. وكان ذلك في بلدة كفرذبيان يومي السبت والاحد 18-19 كانون الثاني 2015، برفقة السيدة إلهام صفى الدين ممرضة الصحة النفسية في مركز صديقين. تضمن المخيم ألعاباً فكرية، مسرحية، رياضية، وأنشطة مسلية من ضمنه الكرمس. وكان ختامه توزيع هدايا قيمة قدمها بابا نويل.

الميلاد المجيد

أطفال دار الحضانة في إحياء الميلاد المجيد: يحضرون بطاقات معايدة ويثبتونها على أبواب حارة صور.



فتيات الرعائي في احتفال MTV و One Lebanon الميلادي- استراحة صور السياحية



الميلاد مع أطفال التربية المختصة



صليتنا معاً لأجل لبنان



شاركت فرقة كورال مؤسسات الإمام الصدر 22/12/2014 باحتفال بمناسبة الميلاد المجيد ورأس السنة في مدرسة راهبات صور من تنظيم جمعية تراث صور ومعهد حلیم الرومي بالتعاون مع جمعية أليسار الشبابية.

ولادة النبي عيسى عليه السلام

كان برنامج الزيارة حافلاً حيث عرّفت التلميذات عن هدف الزيارة وأنشدن نشيد ليلة الميلاد ثم كانت كلمة الأب د. جان يونس. وفي نهاية النشاط تم تبادل الهدايا التذكارية وإرسال هدية الميلاد من الأب الدكتور جان يونس للسيدة رباب الصدر شرف الدين.

ضمن محور « حياة الأنبياء » في مادة التربية الدينية وتحديداً درس حياة النبي عيسى (ع)، زارت تلميذات الصف الثالث الأساسي برفقة المعلمات مدرسة قدموس للتهنئة بعيد الميلاد حيث كان في استقبالهن مدير المدرسة الأب د. جان يونس والهيئة التعليمية والتلاميذ.



زيارة آثار البرية



بمناسبة اليوم العالمي للغة العربية والمخصص هذا العام «للخط العربي»، خطت كل تلميذة من الصف الرابع الأساسي حرفاً من الأحرف الأبجدية على لوحة كتب عليها «لغتي ... هويتي» وقدمتها لمدير عام المؤسسات السيد نجاد شرف الدين.



التعليم فنّ التواصل

هنا تبدأ قصة الحب ويبدأ التلميذ بلعب دور العاشق المتيّم الذي يكون مبتغاه ارضاءً حبيبه ألا وهو المعلم، ينتظره كل صباح عند مدخل المدرسة كيّ يقدم له تلك الوردة للالتقاء غير مكترث لبرد قارص ولا لوقت باكر بل واضعاً نصب عينيه ابتسامة معلمه وهو يتسلم تلك الوردة التي اعتنى بها جيداً قبل تقديمها إليه واقتلح عنها الشوك بأنامل صغيرة لا تعرف سوى الحب.

وكما قال الفيلسوف الألماني ايمانويل كانط: "لكي تغيّروا المجتمع ينبغي أولاً أن تغيّروا العقليات السائدة فيه عن طريق التعليم...." فلنتقن التعليم كفنّ من فنون التواصل الذي يساعد على بناء مجتمعات متماسكة متكاملة مرتبطة متعاونة ومجتمعات غير متنافرة تعرف كيف تتواصل.

سارة السلما ن
معلمة مادة الرياضيات

يحتاج المعلم في كثير من الأحيان إلى تغيير نبرة الصوت فيؤرّجها لترجم المشاعر فيعكس بصوته انساناً متفاجئاً أو فرحاً أو متحمّساً أو... كثيرة هي الأساسيات التي يمكن لهذا الفنان أن ينقلها إلى تلميذه.

يختلف الفنانون باختلاف المواد التي يُعنى بها فنهم. فالمادة التي يُعنى بها الرّسام هي رسوماته، والشاعر قصيدته، والكاتب نصّه الأدبيّ، أمّا المعلم فالمادة التي يُعنى بها فنّه هي التلامذة، والفرق بين مادة فن التعليم وسائر الفنون الأخرى أنها مادة حيّة تتأثر بالمشاعر وتُحاكي الروح.

ماذا عن فن التواصل العاطفي الذي على المعلم امتلاكه وتقديمه؟

يستطيع المعلم أن يخلق مناخاً عاطفياً واجتماعياً يجذب به تلامذته إليه، مناخاً إنسانياً يسوده الاحترام يبدأ عند المعلم الذي يعكس احترامه إلى تلامذته باحترامهم له. هذا الجوّ مفتاحه وسرّه هو أن يتميّز المعلم بالتسامح تجاه سلوك تلامذته ودوافعهم وبإظهار المشاعر الودية حيالهم وبتقبل أفكارهم وبتشجيعهم على المساهمة في النشاطات الصفية المختلفة.

التعليم فن من فنون التواصل والمعلم الذي يتقن هذا الفن هو المعلم الناجح الذي يترك بصمة في شخصية تلميذه، بصمة لا تشبه أحدًا ولا تمحى مع مرور الزمن بل هي خالدة صانعة وبناءة.

المعلم الذي يجيد فنّ التواصل هو المعلم الذي تجتمع لديه عدة مواهب. المعلم الفنان هو المعلم الذي يتقن فن التمثيل فيرسم ابتسامة يعيشها داخل صفه، يلعب أدواراً عديدة فيكون راوياً أو خطيباً أو أباً أو رفيقاً أو مهرجاً أو طفلاً يبحث عن الحقيقة.

موهبة التمثيل هنا لا تعني عدم الصدق أو البعد عن الشفافية خلال عملية التعليم، بل تعني كل الحقيقة ببلوغ المعلم أقرب درجات التواصل الفعّال التي تلامس أعماق شخصية تلميذه وتأخذ به إلى أبعد الحدود تجعله يحرّر أفكاره العلمية ويطوّر قدراته المعرفية.

المعلم الفنان هو المعلم الذي يجعل من حنجرته آلة يتواصل بها مع تلامذته بأرواحهم وعقولهم. فهو قادرٌ على جذب انتباههم إذا ما تحكّم بصوته كأنه يغيّر الحنجرة، كأنه يستالف حنجرة شخص آخر.

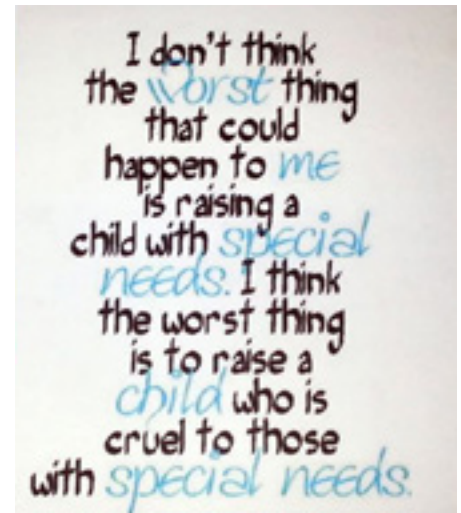
اليوم العالمي لذوي الاحتياجات الخاصة



بمناسبة اليوم العالمي لذوي الاحتياجات الخاصة 3 كانون أول، قامت مدرسة رحاب الزهراء (ع) بنشاط هادف ومشارك بين الصفين الثالث والثاني من قسم التربية المختصة والصف الثالث من ثانوية أجيال المستقبل. حيث قام الطلاب والطالبات بإعداد رسوم وأشكال تعكس طبيعة المناسبة.



تعلمنا العد بطرق مختلفة



مسرحية حول اليوم العالمي لغسل اليدين

مشاركة الأهل في العملية التربوية عبء أم ثروة؟



هذه البرامج والأنشطة تُسهم في تقديم الاقتراحات والإجابات بهدف تحسين المستويات التعليمية، السلوكية، الاجتماعية... للتلامذة وتحسين مهاراتهم الفكرية ودافعيتهم للتعلّم، وصورة الذات، والتي من شأنها أن تؤدي إلى انخفاض كبير في المشاكل السلوكية.

من هنا لا نستطيع أن ننظر إلى القسم والبيت كوحدين منفصلين، بل ننظر إلى عمق الشراكة التي يجب قيامها بينهما وتعزيزها. فالتعاون بين الأهل والقسم يمكنه تربية أجيال منتجة ومندمجة في المجتمع، وعملية إشراك الأهل في العملية التربوية بشكل عام هي مسألة فعالة وإيجابية وذلك بحسب حماس الأهل وفعالية مشاركتهم، والتي بدورها ممكن أن تعرقل عجلات تقدم الشراكة أو تحركها نحو الأحسن، لذلك لا يمكننا تجاهل هذه العلاقة بل الحرص على بناء علاقة جيدة ومتينة معهم.

كاتيا سرور
منسقة اللغة العربية

تساؤلات عديدة يطرحها الأهل حول سلوكيات أولادهم وأوضاعهم التربوية، وكيفية متابعتها مع المعنيين للوصول إلى ما هو أفضل لهم. فالأهل وبغض النظر عن مكانتهم الاجتماعية ومدى ثقافتهم يبقون المصدر الأساسي لتنمية أولادهم.

تساؤلات وإجابات تأخذ حيزاً مهماً في قسم التربية المختصة الذي يُقدّم خدمات تربوية-علاجية ويشارك الأهل في تربية أولادهم، وفي الوقت نفسه يعمل عملاً شاملاً يطال نموهم المتكامل: اللغوي، الاجتماعي، النفسي والجسدي... إلى جانب توفير أفضل فرص التعلّم الأكاديمي لهم، لذا يتم وضع برامج وأنشطة عديدة يُشارك بها الأهل منها: الاجتماعات واللقاءات الدورية التي تُخصّص لمناقشة الأوضاع التربوية والتعليمية للأولاد، تنظيم أنشطة يشارك بها الأهل والتلامذة معاً، اجتماعات مع الأخصائيين، ورش عمل خاصة للأهل، حضور حصّة داخل الصفّ مرّة كل شهر، زيارات منزلية للأهل، ملء استمارة شاملة عن حياة الطفل.

«التعاون بين
الأهل والقسم
يمكنه تربية أجيال
منتجة ومندمجة
في المجتمع»

«شهادة بتول...»

شؤوني. هي كفجر بزغ في سماء
المستضعفين واليتامى.
تلك هي تجربتي المختصرة،
ولكن لو كتبت ديواناً فما يكفي
شكري وامتناني لهذه المؤسسة
ونشاطها الدائم. لي أمنية يتمناها
الجميع تتحقق بعودة الإمام
السيد موسى الصدر سالماً ليمسح
على رأسي ورؤوس زميلاتي.

الطالبة بتول علي بركات
الصف الأول الثانوي

أجمل يتجسد بالمعلمين والمعلمات
والإداريين والإداريات والمشرفات
والممرضات والطباخين والعاملات
والعمال الطيبين الذين عملوا على
تأمين متطلباتي ومتطلبات زميلاتي.
من هنا أشكرهم جميعاً، أشكر قلب
المؤسسة النابض السيدة رباب الصدر
التي اكتسبت منها مبادئ وقيماً
وأخلاقاً حميدة ساعدتني في بناء
شخصيتي أكثر. لذلك تقدس قرعي
فيها لأجراس السعادة.

وخلال وجودي في المؤسسة نعوا
لي وفاة أمي فتقطعت أوصال
قلبي. ولكن أبي والمؤسسة قاموا
بتضميدها فكانا معينين عباً من
نبح الحنان لينزلاه علي كالنواهل،
فخف افتقادي لأمي.

ومنذ ثماني سنوات وحتى الآن
حتى أصبحت في ربيع العمر
والمؤسسة تؤمن لي علمي، وترعى

من أين أبدأ وكيف؟ متى
بدأت قصتي مع المؤسسة ومتى
ستنتهي؟ انتسبت الى مؤسسات
الإمام الصدر بعد أن حطت علي
سحابة الحرب القاتمة وعكّرت
صفاء حياتي فوجدت الأمان
الذي أفقدني إياه ذلك الوحش
المرعب فكانت بالنسبة لي هذه
المؤسسة صفحة بيضاء تتوهج
نوراً في ذلك العالم المظلم.

عندما دخلت الى المؤسسة لأول
مرة نظرت الى بنائها فقلت
في نفسي وأنا صغيرة في
الثامنة من العمر «يا الله ما
أجمل هذه المدرسة حقاً هي
كما وصفوها لي!» خلال جلوسي
على مقاعدها وتناول طعامها
والاستفادة من خدماتها الهائلة
اكتشفت أن المؤسسة لها هيكل
خارجي جميل وهيكل داخلي



ذكرى وفاة الرسول (ص)



في ذكرى وفاة رسول الله النبي محمد (ص)، حاضر الشيخ أحمد طالب في حشد غفير من الطالبات وأفراد الهيئات التعليمية والرعاية والإدارية؛ وذلك في قاعة المطعم الخيري في 22/12/2014. عرض المحاضر للظروف التي كانت سائدة في الجزيرة العربية أيام نزول الوحي؛ وأن عظمة ما أحدثه الاسلام بنقله العرب من مجموعات متنافرة إلى أمة واحدة. ثم ذكر لعدة قصص ومآثر من حياة الرسول وسلوكه.

التلميذات في معرض الكتاب



استعداداً للإنتلاق نحو أهداف تعليمية وتربوية جديدة للصف السادس الأساسي ضمن محور «الحكاية» في مادة اللغة العربية، زارت تلميذات المبرة برفقة معلماتهن معرض الكتاب الدولي الذي يُقام في قاعة البيال في بيروت لانتقاء قصصهن التي سيستثمرنها خلال الفصل الثاني.

بدورهن، طالبات معهد الآفاق للتنمية التابع لمؤسسات الإمام الصدر زرن معرض الكتاب العربي في البيال-بيروت، 11/12/2015 حيث جالت الطالبات على الزوايا المختلفة الخاصة باختصاصتهن. وذلك بمرافقة الأخوات لبنى ناصر الدين وأهيلا مرتضى.



الطفل والحاسوب: الحسنات والسيئات

إن استخدام لوحة مفاتيح الحاسوب أو الفأرة أمر معقد بالنسبة إلى طفل صغير و يتطلب بالتالي قدرًا كبيراً من التركيز. قد يكون استخدام الحاسوب أمراً يفوق قدراته الأمر الذي يشعره بالفشل والإحباط.

لذا حاولي، بالتعاون معه، الحد من الوقت الذي يمضيه في استخدام الحاسوب لأن إجادته استخدامه قد يكون مصدر تثقيف ولحظات ممتعة معه.

في النهاية، وما يهم قبل سن الثالثة هو التطور الحركي. لذا يستحسن اللعب في الخارج مع الطفل البالغ سنة ونصف من العمر بدلاً من تركه أمام شاشة الحاسوب.

تشكل تجارب الألعاب الملموسة خطوة أولى تمهد لدخول الطفل لاحقاً في عالم افتراضي.

كيف ترافقيه كما يجب؟

- بداية، لوحة مفاتيح بأزرار كبيرة ترفق بلوحة مفاتيح حاسوبك.

- ضعي طفلك على مسافة

50سم كحد أدنى من الحاسوب

ولتكن مدة كل جلسة 10 دقائق لا

أكثر.

- خلال الجلسة القصيرة، ضعي

طفلك في حضنك ولازميه

لتشجيعه ولشرح ما عليه فعله.

- اختاري ألعاباً تشجع الطفل على

الإصغاء والمراقبة والإبداع.

- تقيدي بالفئة العمرية التي

ينصح بها في بداية كل لعبة

وكوني صبورة في تعليمه.

المرمضة نعيمة محيدلي

مركز عنقون الصحي الاجتماعي



الطفل والحاسوب

الحاسوب اليوم يشكل جزءاً من عالم جميع الصغار الذين سرعان ما يحسنون استخدامه ويتعلقون به. اعتباراً من سن الـ 12 شهراً إلى 18 شهراً، يتعلق الأطفال بالحاسوب أو التلفزيون لا سيما عندما يرون الكبار منجذبين إليهم. إليك هذا المقال الذي سيرشدك حول قدرات طفلك فضلاً عن التصرف الذي عليك اعتماده لمرافقته كما يجب أن نسعى من خلال هذا المقال إلى توضيح الخطوات العملية التي تساعدنا على ضبط علاقة الطفل بالحاسوب وجعلها علاقة إيجابية مفيدة.

- في سن التسعة أشهر، يستطيع

الأهل التحكم بكل شيء.

والحاسوب بالنسبة إلى الطفل

مجرد شاشة تلفزيون

- عند بلوغه السنة والنصف

من العمر يبدأ الطفل بالتفاعل

مع الحاسوب ومعطياته، وعند

السنين تتطور لديه القدرة

على استخدام الفأرة تدريجياً.

- وعند بلوغه الثالثة، يتبع الطفل

التعليمات ويبدأ بتدبر أموره

بنفسه

- أما في سن الرابعة، فيصبح الحاسوب

جزءاً من حياته اليومية.

حقوقهم... واجبٌ علينا



اللّعب



الصحة الجيدة



التعليم



التعبير عن الرأي



العائلة والبيت

في سعينا لإتاحة الفرص الملائمة أمام أطفالنا للعب و التعلم بغية تحقيق الانسجام والتعاون من خلال مساعدتهم على النضج بتوسيع مداركهم ودائرة خبراتهم، إرتأينا أن نعرّف أطفالنا إلى حقوقهم من خلال «برنامج حقوقنا».

نعمل في هذا البرنامج على تعريف الطفل إلى مجموعة من الحقوق الأساسية وفتح المجال أمامه لممارستها والحفاظ عليها بل والمطالبة بها. وذلك من خلال:

- دمج هذه الحقوق في المحاور والوحدات التدريسية في المنهج التربوي المعتمد،
 - تعريف الأطفال بحقوقهم من خلال سرد القصص والمناقشة واللعب،
 - القيام بمشاريع حول الحقوق المحددة،
 - وضع الأطفال بوضعيات حقيقية لممارسة هذه الحقوق.
- أطفالنا هم فلذات أكبادنا، ومن حقهم علينا أن نبرّ بحقوقهم.

أميرة أبو جهجه
معلمة لغة عربية



أخطاء شائعة بحق الأبناء

•**الغضب:** في كثير من الأحيان نغضب على أبنائنا الأمر لا يستحق الغضب، ويكون سبب غضبنا كثرة ضغوط الحياة علينا، وينبغي أن نفرق بين ضغط الحياة علينا وضغطنا على أبنائنا، فلا يكون أبنائنا متنفساً لنا من ضغط الحياة.

•**الاستهتار:** يستهتر بعض الآباء بمشاعر الأبناء أمام الأصدقاء والأهل، كأن يتحدث الوالدان عن تبول الابن بفراشه، أو أنه يعاني من التأتأة في النطق، وهذا يترك أثراً سلبياً على نفسية الطفل وقد تزداد حالته أو يعاند منتقماً من الفضيحة.

•**التجسس:** لا ينبغي أن نفتش في ملابس أبنائنا أو حقائبهم، والأفضل أن نستأذنهم قبل التفتيش ولا نلجأ للتجسس عليهم، فإن ذلك يدمر العلاقة الأبوية ويعدم الثقة.

•**المراقبة:** إننا نراقب أبنائنا كمراقبة الكاميرات 24 ساعة، ثم نشتكى من ضعف شخصيتهم أو أنهم لا يسمعون كلامنا، والصواب أن نعطيهم حرية ومساحة يتحركون بها، بعيداً عن إشراف الوالدين ومراقبتهم ليكونوا واثقين من أنفسهم.

•**التدخل:** التدخل الدائم في كل تفاصيل حياة أبنائنا، كالتدخل في لباسهم وطعامهم ولعبهم، فإن ذلك يؤدي لطفل ضعيف الشخصية مهزوز الثقة بالنفس، والصواب أن نعطيهم مساحة للحركة واتخاذ القرار مع الإشراف والتوجيه عن بعد.

•**المبالغة بالاهتمام:** أن نعطي لطفلنا الوحيد أو المصاب بمرض مزمن اهتماماً مبالغاً فيه، فإن ذلك يؤدي إلى تمرد الطفل على والديه، حتى يصبح الطفل هو المتحكم بالديه.

•**التعويض:** بعض الآباء يريد أن يحقق في ابنه ما عجز عن تحقيقه في صغره، ولو كان خلاف رغبة الابن وقدراته.

•**الحماية:** الحماية الزائدة للأبناء تنتج عنها شخصية خائفة غير ناضجة وليس لديها طموح وترفض تحمل المسؤولية، وتكون سهلة الانحراف للسلوك السيئ، والصواب أن نكون متوازنين ونحن نتعامل مع أبنائنا.

•**الالتهام:** إننا نوجه أصابع الاتهام لأبنائنا من غير دليل واضح، معتمدين على إحساسنا ومشاعرنا، فيشعر الطفل بكراهيتنا وفقد الثقة بمصداقيتنا، ويتحول لمشروع انتقام لوالديه ولو بعد زمن.

•**فوضى اللعب:** أن نترك أبنائنا يلعبون بالأجهزة الإلكترونية من غير ضابط أو نظام يضبط لعبهم، والصواب أن نحدد لهم توقيتاً للعب ونتعرف على نوعية ألعابهم من خلال مشاركتهم باللعب.

•**إستهزاء الأصدقاء:** أن نستهزئ بصدقات أبنائنا من عمر 10-14 سنة؛ لأنهم في هذه المرحلة يتعلقون بأصدقائهم أكثر من والديهم، والصواب أن نتعرف إلى أصدقائهم ونبني علاقة معهم.

•**التبرع بالطول:** أن نقدم الحلول الجاهزة لكل مشكلة تواجه أبنائنا، فنفكر عنهم ونلغي تفكيرهم، فيصبحوا شخصية سلبية اتكالية معتمدة على الآخرين في إدارة الحياة.

•**إنعدام القانون:** إن عدم وضع نظام أو قانون في البيت (للطعام والأجهزة واللباس والعلاقة بالأصدقاء) يؤدي إلى تربية أبنائنا على الفوضى فيصبحون هم من يديروننا.

•**كلمات جارحة:** أكسر رأسك، أذبحك، أكرهك، أموتك... هذه العبارات عندما نقولها وقت الغضب فإننا نربي أبنائنا على كراهيتنا ونحولهم إلى عدوانيين يحبون الانتقام.

•**التناقض:** إذا شتم الطفل والديه أو ضربهما نضحك له، ولو شتم الضيوف نغضب عليه، فنربيه في هذه الحالة على المزاجية ويكون متناقضاً ومتقلب الشخصية.

•**إنشغال الوالدين:** أن ينشغل الوالدان عن ابنهما طوال اليوم، ويطمحان أن يكون متميزاً ومبدعاً ومتفوقاً ومهدباً، فهذه معجزة.

أعطه من وقتك يعطك التميز.

مدرسة التمرريض

<http://wfsp.org/raising-children>

صحتي سلامتي



ضمن الأنشطة اللاصفيّة، نظم قسم التربية المختصة نشاطاً تربوياً تحت عنوان "صحتي سلامتي"، حضره أهالي التلامذة الذين شاركوا أولادهم بالألعاب والفقرات التي تمحورت حول أهمية الغذاء الصحي. بعد انتهاء الألعاب، تناول الجميع الأطباق الصحية التي أحضرها الأهالي معهم. وعبروا عن فرحتهم بالمشاركة، وتجلس ذلك بتفاعلهم وحماسهم.

فعاليات شهري ك1 - ك2

| الدورة | الزمان | المدرّب | الفئة المستهدفة |
|---|------------|----------------------------|---|
| أساليب الرقابة المالية | 12-12-2014 | فؤاد نجم | مختلف الدوائر والأقسام |
| إدارة السلوك في الصف | 12-12-2014 | د. غادة جوني | التربية المختصة |
| مدلول الرسم عند الأطفال | 29-12-2014 | كلود الهاشم | مبرة رحاب الزهراء "ع" والتربية المختصة ودار الحضانة |
| حل النزاعات | 5-1-2015 | وسيم الزين | المهني |
| سلامة الغذاء | 6-1-2015 | مايا غريب | العاملين في المطعم الخيري والباتيسري |
| إدارة وقتي بين بيتي وعملي | 19-1-2015 | إكرام الراعي | التعليم الأساسي |
| برنامج التعامل مع إضطرابات التواصل لدى الأطفال | 23-1-2015 | ديانا الصياح ومروة قطيش | التربية المختصة |
| إدارة المشتريات والمخزون | 30-1-2015 | فؤاد نجم | مختلف الأقسام والدوائر |



ولادة الرسول الأكرم (ص)



لمناسبة ذكرى المولد النبي الشريف، أقامت مؤسسات الإمام الصدر عصر الجمعة الموافق فيه 16 كانون الثاني 2015، حفلاً ضمّ المئات من أبناء المنطقة وفعالياتها الدينية والثقافية والاجتماعية. من الحضور الشيخ عبد المنعم قبيسي، المطران ميخائيل أبرص، ممثل المطران شكر الله، الأستاذ صلاح صبراوي نائب رئيس بلدية صور، الحاج حاتم عكوش رئيس بلدية الخرايب، الدكتورة رفاه شحادة، السيدة فاطمة محمد غدار، د. أنور ترحيني، الأب جان يونس، السيد عباس شرف الدين، السيد علوان شرف الدين وغيرهم، وكان في استقبالهم السيدة رباب الصدر شرف الدين رئيسة المؤسسات وعدد من أعضائها في الهيئتين الإدارية والعامّة وأعضاء الرابطة النسائية في صور. تحلق المدعوون في قاعة المطعم الخيري في المجمع الثقافي حول مأدبة "العصرونية" وأصغوا لتواشيح من وحي المناسبة أنشدتها فرقة حسين زعيتر. وكانت البداية مع القرآن الكريم تلاوة الطالبة زينب غزالة، النشيد الوطني اللبناني، ثم قدمت الطالبة إيناس فرحات تجربتها الخاصة في مؤسسات الإمام الصدر عبر كلمة مختصرة. وعرّف للحفل الطالبة حوراء عواضة.



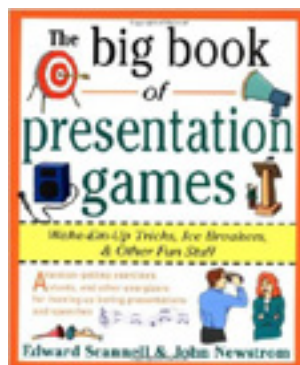


الى الكتاب دُر...

في إطار تعزيز حسّ المطالعة لدى فتيات مبرة ومدرسة رحاب الزهراء(ع)، تمّ البدء بتنفيذ برنامج زيارة التلميذات إلى المكتبة والتعرف على محتوياتها، وقد تمّ اختيار مجموعة من القصص لقراءتها ومناقشتها.



جديد المكتبة



تحوي القائمة الآتية جانباً من الفعاليات التي شاركت بها مؤسسات الإمام الصدر

| المشاركة | المكان | الزمان | الجهة المنظمة | الموضوع |
|--|-----------------------------|------------|--|---|
| د. مهى أبو خليل | مسرح باسل الأسد الثقافي | 01/12/2014 | جمعية شؤون المرأة اللبنانية | اللقاء السنوي حول : " دور المرأة في حل النزاعات وبناء السلام" |
| لبنى كالوت | فندق كراون بلازا | 04/12/2014 | رابطة أصدقاء كمال جنبلاط | المؤتمر السنوي 2014 "النزوح من سوريا والعراق: الأسباب والتداعيات" |
| د. مهى أبو خليل | بيت المدينة - صور | 05/12/2014 | التبادل الثقافي بين دول البحر المتوسط وبلدية صور | حفلة افتتاح معرض للصور الفوتوغرافية |
| د. مهى ابو خليل | صوت الفرخ | 07/12/2014 | جمعية الفرخ الاعلامية | احتفال بمناسبة مرور خمس وعشرين عاماً على انطلاقة صوت الفرخ من صور |
| لبنى كالوت | فندق هوليدي ان ديونز- فردان | 09/12/2014 | مؤسسة أبعاد ومنظمة الصحة | "الزواج مش لعبة" |
| هيفاء مرتضى وفاطمة قرعوني وفاطمة سبليني و 6 طالبات | مجمع باسل الأسد الثقافي | 13/12/2014 | مدرسة قدموس | ليلة الميلاد |
| سلمى فارس- جمانة درميس | مدرسة دير المخلص | 20/12/2014 | دير المخلص | لقاء ميلادي بعنوان : "أنت مهم بالنسبة لي" |
| لبنى كالوت | مسرح راهبات مار يوسف الظهور | 22/12/2014 | جمعية تجار صور - بلدية صور | حفلة عيد الميلاد المجيد 2014 |
| سلمى فارس- ديانا مصطفى | مسجد صور القديم | 29/12/2014 | دائرة الأوقاف صور | احتفال بمناسبة ذكرى المولد النبوي الشريف |
| د.مهى أبو خليل | مدرسة الإمام علي(ع) | 10/01/2015 | جمعية المبرات الخيرية | ندوة فكرية في أجواء ولادة الرسول الأكرم(ص) والنبى عيسى (ع) |
| القسم الرعائي | مبرة السيدة خديجة | 18/01/2015 | جمعية المبرات الخيرية | الحفل السنوي بمناسبة ولادة الرسول الأكرم (ص) |

المراتب الأولى مجدداً



في يوم مشرق بأنوار الرسالة المحمدية، شاركت تلميذات مدرسة رحاب الزهراء(ع) قسم التعليم الأساسي في مسابقة «الرسول القدوة» التي نظمتها ثانوية الإمام علي «ع» معروب 18/1/2015. نالت تلميذات المدرسة المراتب التالية:

- المرتبة الأولى في الرسم: حازت عليها التلميذتان نور ياسين وزهراء محمد.

- المرتبة الثانية في إلقاء خطبة الرسول «ص»: حازت عليها التلميذة لميس أبو خليل.

حملة الوقاية من السكري في صديقين



بمناسبة اليوم العالمي للوقاية من أمراض السكري، 14 تشرين الثاني، أقام مركز صديقين الصحي-الاجتماعي بالتعاون مع شركة GMG Diagnostics Ltd حملة مجانية لمعاينة مرضى السكري.

وصل عدد المستفيدين إلى 107 أشخاص. وتضمنت الحملة معاينة من طبيب الغدد والسكري، الدكتور عبد الأمير خليفة، والفحوصات الخاصة بالسكري، وفحص للعيون (فحص وقائي لتجنب المضاعفات). إضافة إلى متابعة صحية للمرضى بعد الفحص. وتألف الطاقم التمريضي المساند من ممرضات المركز وفني مخبري.

تدريب حول العناية بإصابات النخاع الشوكي

المحتوى المتكامل لبرنامج التدريب». الأطباء بدورهم أكدوا على تكامل الفريق متعدد التخصصات (طبيب، ممرض، ومستشار يحمل إصابة مماثلة).

هذا، وتباحث الفريق في احتمال السفر إلى النروج للتدريب في المستشفى هناك.

المتابعة والحالات المتوقعة. يأتي الوفد النروجي المكوّن من طبيبين وممرضة بزيارة دورية- كل 3 أشهر- ويقومون بتدريب الفريق لمدة 3 أيام مع مراقبة كيفية العناية بالمرضى ومتابعتهم (case management). ممّا قالت المدربة المشرفة: «أصبح لديكم فريق عالي المهارة متخصص متابعة المصابين في النخاع الشوكي. لقد اكتسب الفريق الثقة بفضل

أقام مركز درديغا الصحي-الاجتماعي بتدريب الطاقم العامل فيه. وتضمن التدريب:

- تدريب الممرضات على القيام بالتصوير الصوتي (Echography)

- دراسة الحالات الموجودة من قبل كل الفريق ووضع خطة لكل حالة- Individualized caring plan

- شرح عن الشلل الدماغى: كيفية

مساحات حيوية



ومن الأنشطة الجديدة التي عملنا من خلالها على بث روح التعاون والإبداع واكتساب المعلومات هي الأنشطة التي حوّلنا من خلالها جداريات الصف وأبوابه إلى مساحات تعليمية وثقافية هادفة.

- إذاعة ع الحيط
- شخصيات وضيع ع الحيط
- درجنا... معا لتغيير.
- سيلويت (رسم الجسد)

النشاط المدرسي يعتبر المرحلة الأولى لاكتشاف المواهب وتنميتها وتعزيز مدارك الطلاب وشغل أوقات فراغهم بما يعود عليهم وعلى مجتمعهم بالفائدة.

ولو تم اعطاء هذا الجانب اهتماما كبيرا لاستطعنا أن نخرج مبدعين في جميع المجالات سواء الرياضية أو العلمية أو الأدبية والتنشيطية وغيرها.



«التعايش الإسلامي المسيحي...»



طالبات التنشيط BT2 حيث جالت الطالبات في المدينة القديمة وأجرين العديد من المقابلات مع السكان عن أهمية التعايش في المدينة. كما زرن الحارة المسيحية، الكنيسة، فندق صالحة...

قول الإمام الصدر تتأكد أهميته يوماً بعد يوم: في جو تربوي ناشط سادته روح المحبة والتعايش الأخوي الإسلامي المسيحي، تمّ تنفيذ نشاط استكشافي في مدينة صور بعنوان «لبنان التعايش» بمشاركة

ثروة يجب التمسك بها»

«التدوير المنزلي»

مع المدربة بدرية الأسطى (أخصائية بفنون تدوير المخلفات المنزلية) وحضور الأخت سلوى القرا والأخوات الممرضات.

انطلقت الدورة التدريبية الأولى في الأشغال اليدوية تحت عنوان «التدوير المنزلي» في مركز عيتا الشعب الصحي- الاجتماعي

عملاً بالمشروع الإستراتيجي الخاص بالدورات المهنية المعجلة في المراكز الصحية الاجتماعية وفقاً لحاجات المجتمع.



الشباب في خدمة المسنين

أقيم في ثانوية عيتا الشعب الرسمية حفل توزيع الإفادات على الطلبة الذين شاركوا في برنامج خدمة المسنين على مدى عدّة أسابيع، وذلك بتأهيل ومواكبة من مركز عيتا الشعب الصحي الاجتماعي الذي تولى التدريب النظري وواكب الخدمة المنزلية.

تحدث في الحفل الأستاذ محمد دروبي مدير الثانوية، والممرضة رلا طيبة، الطالب مصطفى كريك، والسيد نجاد شرف الدين، الذي نوّه بالمبادرة والقائمين بها لافتاً إلى أن خدمة الإنسان تتصل أولاً وأخيراً بالدين الحق الذي أنزله الله وأوصانا به رسوله والأئمة.

أما خدمة المجتمع فهي خدمة الإنسان في إطار مؤسسي يشجع الناس على العمل معاً لما فيه خدمة الناس ماضياً ومستقبلاً. وأكد موجهها الحديث إلى الطلبة "إن مبادرتكم هي باكورة تشجع من يأتي بعدكم على سلوك الدرب الذي فتحتم". وختتم متمنياً أن يتحوّل إكرام الكبار إلى ثقافة تتناقلها الأجيال وشكر إدارة المدرسة والممرضات. وفي الختام تمّ توزيع الإفادات على الطلاب.



4 نصائح لاستعادة الطاقة وزيادة الإنتاجية

تحرك

ولو لمدة عشرة دقائق
أثناء النهار.



استرح

استراحة قصيرة خلال يوم
العمل يحسّن الإنتاجية.



زوّد جسمك

إشرب كوبًا من الماء، الجفاف
يسبب فقدان الطاقة والتركيز.
تناول وجبة خفيفة.



خذ مشروب طاقة طبيعي

يمكن لكوب من الكاكاو العضوي
الخالي من السكر المضاف
أن يمنحك الطاقة التي تحتاجها.



في الحياة..



الحياة مثل ركوب الدراجة
لكي تظل متوازنًا يجب أن
تتحرك باستمرار



ألبرت آينشتاين

في عام
2015
سوف

أكون

أحاول

لن

أنسى

عام 2014 في كلمة

نواكبكم أثناء تجوالكم في الجنوب!





تعرفوا على المجمع الثقافي في جولة فيديو



مؤسسات الإمام الصدر
Imam Sadr Foundation
لبنان

هاتف: +961 7 741610

+961 3 741610

رمز بريدي: 9923 - 6502 صور ، لبنان

info@imamsadrfoundation.org.lb

imamsadrfoundation.org.lb



”كونوا في خدمة الإنسان
تكونوا في خدمة الله
ومحمد صلى الله عليه وآله والمسيح عليه السلام“.

الإمام السيد موسى الصدر



مؤسسات الإمام الصدر
Imam Sadr Foundation
لبنان