

من جد وجد ومن زرع حصد

أغسطس 2015

فم للمعلم وفه التبجيلا كاد المعلم ان يكون رسولا

كل عام وأنتم بألف خير



تواريخ هامة

اليوم المفتوح:

سبتمبر / 5 / 2015

أول يوم دراسي:

سبتمبر / 12 / 2015

عطلة عيد الأضحى:

سبتمبر / 26 / 2015

عطلة:

نوفمبر / 28 / 2015

عطلة الشتاء:

ديسمبر / 26 / 2015

نهاية الفصل الأول:

يناير / 16 / 2016

هيئة التحرير

هبة النتشة

ندى الخطيب

بسم الله الرحمن الرحيم

بداية مشرقة

أهلينا الأعزاء في مدرسة التواصل :

نبدأ عامنا الثاني عشر بحمد الله تعالى حمداً كثيراً طيباً مباركاً فيه على جليل نعمه حيث يسر لنا ولأبنائنا هذا المكان المبارك لننهل فيه من ينباع الصافية للمعرفة وننعم فيه بظلال القرآن الكريم ومعانيه العظيمة ونسير بصحبة أبنائنا وبناتنا دروباً مضبوطة بتعاليم ديننا الحنيف باذلين أقصى جهدنا بحول الله لتطبيق هذه التعاليم لنكون مثلاً يحتذى به علماً وديناً وخلقاً .

وإننا في كل بداية نذكر طلابنا وطالباتنا الأعزاء أن يشحذوا الهمم وأن يجددوا العزم على المضي قدماً في طريق الاجتهاد والتفوق بإذن الله ، كما نهيب بأبنائنا وأمهاتنا أن يأخذوا بأيدي أبنائهم أثناء السير في هذا الطريق وأن يجعلوا دينهم العمل الجاد والهمة العالية والمثابرة والتميز وأن يستحضروا شرف دراسة القرآن الكريم وعلومه ولغته .

معلمينا ومعلماتنا الأعزاء في مدرسة التواصل :

هنئياً لكم هذا الفضل وهذا الشرف الذي خصكم الله تعالى به ، فأنتم من تعلمون الناس الخير وأنتم من تستغفر لكم الملائكة وحتى الحيتان في البحر . تذكروا أنكم على ثغر من ثغور الإسلام فلا يوتى الإسلام من قبلكم فكونوا قدوة صالحة في مظهركم وقولكم وأفعالكم . نسأل الله أن يعيننا وإياكم على حمل هذه الأمانة التي سنسأل عنها يوم القيامة .

طلابنا وطالباتنا الأعزاء في مدرسة التواصل :

سنة دراسية جديدة وهمّة جديدة ، كونوا مثلاً يحتذى به في الاجتهاد والعلم والأدب ، لا يثنيكم عائق عن المضي قدماً في تحقيق أهدافكم السامية بالتفوق والنجاح حتى تكونوا خير جيل يحمل قرآنه في قلبه ويعمل بتعاليم دينه ويعتز بهويته باعتزاه بلغته الأم .

نتمنى لأسرة التواصل عاماً زاخراً ونفوساً طيبة مقبلة على العلم ، حفظكم الله ورعاكم، وكل عام وأنتم إلى الله أقرب.

واحذر يفوتك فخر ذاك المغرس

العلم مغرس كل فخر فافتخر

سوسن أبوسيف



المعمول

إعداد / هبة النتشة



في هذا العدد سوف نقدم لكم طريقة صنع المعمول.

المقادير:

خمس أكواب سميد ناعم ، كوب طحين، ٤ أصابع زبدة حلوة (ذائبة)، نصف كوب سكر،
علبتين قشطة (table cream 7.6 oz each)، ملعقة صغيرة يانسون مطحون، رشة
محب ، نصف ملعقة صغيرة شومر مطحون، ملعقة صغيرة باكنج باودر.

الطريقة :

نمزج جميع المواد الجافة مع بعض (يمكن اختيار المطيبات حسب الرغبة) ثم نفرك المواد باليد مع الزبدة ومن ثم نضيف القشطة ، ونقوم بعجنها مع بعض. ننتظر من عشرين دقيقة وحتى ساعة ومن ثم نبدأ بالعمل .
يمكن اختيار الحشوة حسب الرغبة (التمر ، الجوز أو الفستق) ، تخبز على حرارة ٣٧٥ حتى تتحمر من الاسفل
ثم نحمرها من الأعلى

صحة وهنا

السّمك

إعداد / هبة النتشة

لحم البحر الطري أعظم اللحوم وأكثرها فائدة في دراسة علمية نشرت في المجلة الأمريكية لعلم وظائف الأعضاء أظهرت أن تناول السمك وزيت السمك يساهم في معاكسة تأثير الشدة النفسية العقلية على قلب الإنسان والضغط النفسي كذلك ويقويه من تصلب الشرايين ومن الوفاة المفاجئة بالسكتة القلبية، أما الدراسة التي أجريت في مجلة الأمراض الرئوية فوجدت أن تناول حصة واحدة من السمك أسبوعياً تقلل نسبة الإصابة بالتهاب المفاصل الرثياني بنسبة 50 % ولذلك كنا ننصح مرضى التهاب المفاصل أو المؤهبين له بجعل السمك أكثر اللحم الذي يتناولونه، يقوي البصر ويثبط نمو الخلايا السرطانية.

في دراسة أخرى أجريت في مجلة المسرطنات أشارت هذه الدراسة أن الحمض الدهني الأوميغا 3 والذي يكثر في السمك، يثبط نمو الخلايا السرطانية بشكل رائع لا يؤثر على الخلايا الطبيعية في الجسم مما يساهم في الوقاية من سرطان الجلد وسرطان الفم الذي يكثر عند المدخنين ولذلك كانت نصيحتنا لمرضى السرطان أن يمتنعوا عن اللحوم الحمراء ويكثروا من تناول لحم السمك. ويتميز السمك بغناه بمادة DHA والتي تعتبر شكلاً من أشكال الأحماض الدهنية الأوميغا3 الموجودة في السمك،



فقد أثبت العلماء في جامعة ألبرتا أن الإكثار من تناول السمك يزيد من فعالية هذه المادة في تقليل ضعف البصر وفقدان البصر عند المسنين بشكل ملحوظ ولذلك كانت نصيحتنا لابائنا وأمهاتنا من المسنين ألا ينسوا تناول لحم السمك ولو مرتين أسبوعياً .



مسابقة فكر واربح

الإسعافات الأولية

إعداد : منال حمودة

سوف نقدم لكم في هذه الحلقة الإسعافات الأولية للأطفال حديثي الزحف أو المشي حيث يتعرض الطفل لاختناق من خلال بلع أي جسم غريب يجده على الأرض مما يثير قلق وخوف الأم.

فعلى الأم باتخاذ الإسعافات الأولية وهي أن تضع ظهر طفلها على صدرها على شكل الجلوس ثم تقوم بالضغط على معدة الطفل بقوة ، فيخرج الجسم الذي ابتلعه على الفور ولكن في حالة عدم قدرة الأم على إخراج الجسم فعليها الاتصال بالإسعاف، ونتمنى السلامة لأطفالنا الأعزاء.



1- في أي سورة ذُكرت غزوة تبوك؟

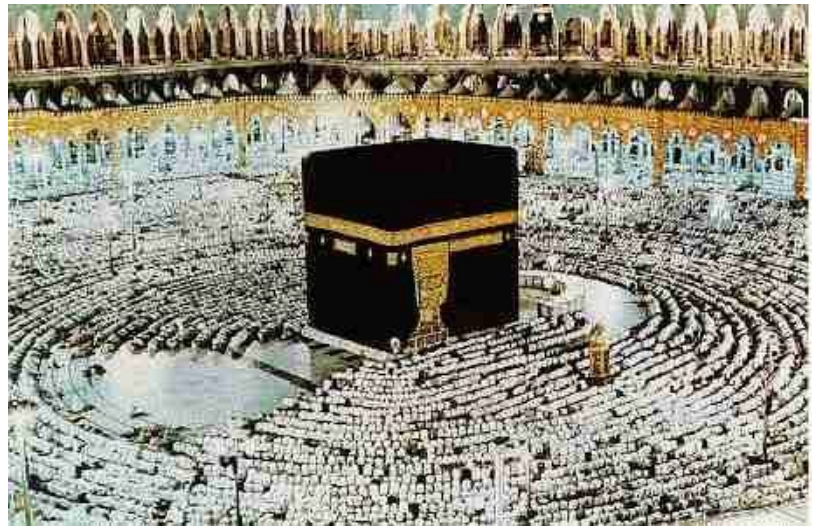
2- كم عدد الدول العربية؟

3- كم سجدة في القرآن الكريم؟

4- ما هو أسرع الحيوانات البرية؟

أجوبة العدد السابق:

1- سليمان بن داود 2- الكعبة 3- 206 4- الضوء



وما زال وفد الله يقصد مكة إلى أن بدا البيت العتيق وركناه

فضجت ضيوف الله بالذكر والدعا وكبرت الحجاج حين رأيناه



حكمة العدد

إزرع خيراً، تحصد خيراً

للإعلان في مجلة صوت التواصل الرجاء مراسلتنا على العنوان التالي :

nadaelkhatib@yahoo.com
hibanat89@gmail.com

