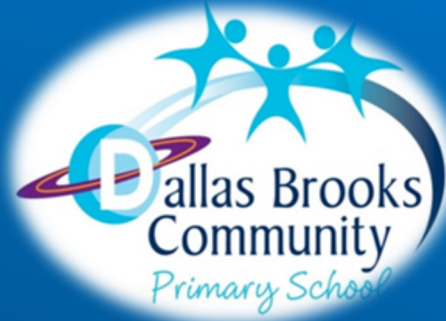


النشرة الإخبارية



المدير: فاليري كاريتيانا

المديرون المساعدون: السيدة آن ماري غروزدانوسكي والسيدة أميرة حسنين

الهاتف: 1181 9309

الموقع الإلكتروني: www.dallasps.vic.edu.au

البريد الإلكتروني: dallas.brooks.cps@edumail.vic.gov.au

الفصل 1 العدد 3 2021

الرؤية: "أن يكون طلابنا يعرفون القراءة والكتابة والإبداع والأمان والسعادة"

فريق الرئيسي

السلامة على الطرق.

تظهر الأبحاث أن الأطفال دون سن 12 عامًا لم يطوروا المهارات والخبرة اللازمة ليكونوا آمنين في حركة المرور.

الأطفال معرضون للخطر أيضًا بسبب:

الأطفال يجدون صعوبة:

الحكم على مسافة السرعة.

رؤية الأشياء داخل الرؤية

تحديد اتجاه حركة المرور.

حجمها يجعل من الصعب رؤيتها.

لديهم فضول و مندفعون ، لذلك يمكن أن يتعرضوا للخطر دون أن يدركوا ذلك.

لا يلاحظون الأشياء في رؤيتهم الجانبية إلا إذا أداروا رؤوسهم.

يجدون صعوبة في تحديد اتجاه الأصوات لأن سمعهم ليس متطورًا.

يرجى القيام بالشيء الصحيح وإيقاف سيارتك بشكل صحيح والتحدث إلى طفلك حول السلامة على الطرق.



تميز الموظفين.

أود أن أشكر موظفينا على البداية الرائعة التي قطعوها لهذا العام. أثناء تجوالي في فصولنا الدراسية بشكل متكرر ، أرى نهجًا ثابتًا للتعليم والتعلم وبناء علاقات قوية. الاستثمار في موظفينا هو عنصر أساسي في التحسين المستمر لمنهجنا.

التجمعات.

التجمع هو كل يوم جمعة في الساعة 3.05 مساءً. نستمر في الحفاظ على المسافة الاجتماعية لدينا والبقاء في الهواء الطلق. سيكون لموظفي مدرستنا الفرصة لقيادة التجمعات أرك لاحقًا.

احترام . فخر . ثقة . عزم.

الحضور

لماذا الذهاب إلى المدرسة مهم

الذهاب إلى المدرسة كل يوم هو أهم جزء في تعليم طفلك. يتعلم الطلاب أشياء جديدة في المدرسة كل يوم. سيساعد الحضور والمشاركة في المدرسة طفلك على تطوير:

مهارات ومعارف مهمة تساعد على التعلم

المهارات الاجتماعية والعاطفية مثل التواصل الجيد والمرونة والعمل الجماعي.

الأطفال الذين يذهبون إلى المدرسة كل يوم ويكملون السنة 12 لديهم:

صحة أفضل

فرص عمل أفضل

دخل أعلى طوال حياتهم.

لا يوجد عدد آمن من الأيام للتغيب عن المدرسة. كل يوم يخطئ الطالب يضعهم في الخلف. هذه مسؤولية كل طالب وكل أسرة وكل موظف.



احترام . فخر . ثقة . عزم.

أخبار مكتب إدارة المدرسة

تسجيلات جديدة

نرحب بالتسجيلات الجديدة التأسيسية في السنة 6 - التسجيلات لعام 2020/2021 هي الآن يتم قبولها. يرجى مراجعة موظفي المكتب للحصول على تفاصيل التسجيل. تغيير المعلومات الشخصية للعائلة

تغيير المعلومات الشخصية للعائلة

يرجى إبلاغ مكتب المدرسة في حالة تغيير أي تفاصيل. من المهم أنه في حالة تغيير أرقام الهاتف ، يمكن للمدرسة الاتصال بأولياء الأمور. وبالمثل ، في حالة تغيير جهات الاتصال في حالات الطوارئ ، يرجى إبلاغنا. إذا كنت تريد أن يقوم شخص ما بإحضار طفلك ، فيرجى التأكد من أنك أبلغت المدرسة شخصياً حتى يمكن إضافة هذا الشخص إلى قائمة الطوارئ لإصطحاب طفلك.

تذكر هذه التواريخ

- ◇ الاثنين 15 - الجمعة 19 مارس - أسبوع السلام
- ◇ الثلاثاء 16 مارس - يوم اللباس الثقافي
- ◇ الجمعة 26 مارس - المنطقة الرياضية عبر الريف
- ◇ الثلاثاء 30 آذار - يوم التصوير المدرسي
- ◇ الخميس 1 أبريل - آخر يوم من الفصل الدراسي الأول

أخبار روضة الأطفال "الكندر كارتن"

ينصب تركيزنا الكبير في هذا المصطلح على بناء العلاقات مع الأطفال والعائلات بالإضافة إلى دعمهم للتواصل وبناء الصداقات مع بعضهم البعض. هذا هو التركيز المستمر على مدار السنة الطيبة ولكن الأسابيع القليلة الأولى من الفصل الدراسي مهمة جدًا في تطوير مكان يشعر فيه الأطفال والعائلات بالأمان والسعادة والترحيب.

مع وضع ذلك في الاعتبار ، كان من الرائع أن أكون قادرًا على الترحيب بكم جميعًا في غرف الأطفال!

دعونا نأمل أن يكون هذا تغيير دائم. وبالتالي ، فإن دخولك إلى غرفنا عند التسليم والاستلام والشعور بالترحيب يعد أمرًا مهمًا للغاية لنجاح العام اللطيف.

لم تعد الأقنعة إلزامية ولكننا نطلب منك الاحتفاظ بإجراءات التباعد الاجتماعي البالغة 1.5 مليون عندما تنتظر جمع طفلك وإنزاله.

أنت مطالب الآن بتسجيل دخول وخروج أطفالك كل يوم أثناء حضورهم. سيتم إكمال هذا على الورق حتى يحين الوقت الذي تتلقى فيه جميعًا تسجيل الدخول إلى Xap وتشغيله. عند هذه النقطة ، يمكننا التحويل إلى تسجيل الدخول والخروج الرقمي عبر iPad. إذا لم تكن قد تلقيت هذا في الأسبوع القادم ، فيرجى التحدث إلى المعلم اللطيف.

أطيب تمنياتنا ،

فرق دالاس وأوبفيلد



احترام . فخر . ثقة . عزم.

تلاميذ الأسبوع

| | الأسبوع 5 | الأسبوع 6 |
|-----------|-----------|-----------|
| A:مؤسسة | عمر | خديجة |
| B:مؤسسة | شارلوت | انصار |
| C:مؤسسة | علي | روان |
| 1A الصف | مريم | عيد |
| 1B الصف | موسى | ميا |
| 1C الصف | أبو بكر | روهريت |
| 2A الصف | وفاء | يوسف |
| 2B الصف | حفصة | ديان |
| 2C الصف | زينب | إليزان |
| 2D الصف | زين | ألينا |
| 3A الصف | بكر | حفصة |
| 3B الصف | أحمد | يوسف |
| 4A الصف | وليد | نور |
| 4B الصف | محمود | توانا |
| 4C الصف | ساندي | حيدر |
| 5/6A الصف | بن | ليلي |
| 5/6B الصف | ريحان | زينب |
| 5/6C الصف | فطووم | مريم |
| 5/6D الصف | محمود | مصطفى |
| 5/6E الصف | أحمد | الأقصى |

تلاميذ الأسبوع

طالب تخصص الأسبوع:

فن

مؤسسة :
1 الصف
2 الصف
3 الصف
4 الصف
5/6 الصف

الأسبوع 5

حنا
سارا
عبد الله
يسرب
مايا
إلا

الأسبوع 6

حمزة
ريثال
جعفر
دووني
عمر
علي

STEM

مؤسسة
1 الصف
2 الصف
3 الصف
4 الصف
5/6 الصف

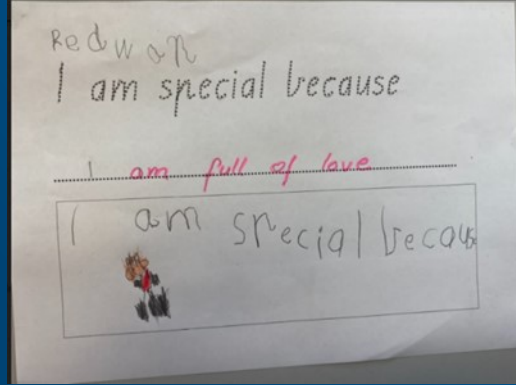
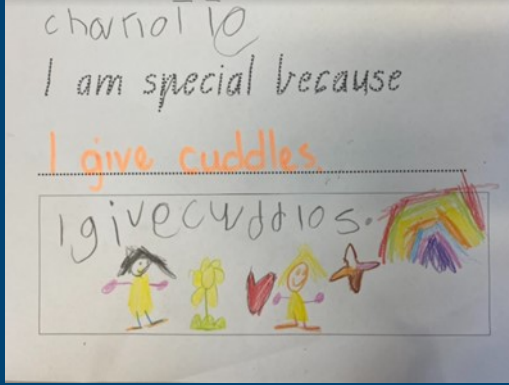
ريهام
رنا
محمد
ألبيرون
وليد
شيماء

لوقا وعمر
ديرين
حفصة
إدريس
أسلي
أحمد



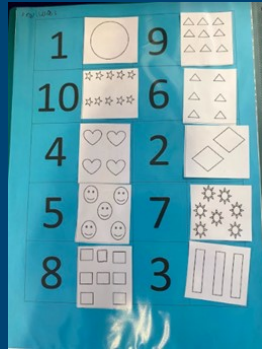
معرفة القراءة والكتابة

يقوم الطلاب بتطوير معرفتهم السليمة بحروفهم. كان التركيز على الحروف **o** و **a**. تتعلم الأطفال أسماء الحروف وأصواتها. موضوع الاستفسار لدينا هو "كل شيء عني". كجزء من هذا في الكتابة، كتب الطلاب عما يجعلهم مميزين ويحددون ميزاتهم الفريدة والمختلفة عن الآخرين.



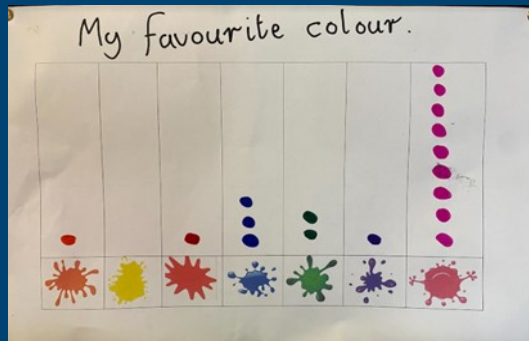
حساب

استمر الطلاب في التعرف على الأرقام من 0 إلى 10 ومطابقة الأرقام بالقيم. يستكشف الأطفال هذه المفاهيم من خلال التلاعب بالمواد مثل العد من خلال البيئة وأرقام الأغاني والأنشيد.



تحقيق

كان الطلاب يستكشفون ما يعجبهم من خلال رسم بياني لألوانهم المفضلة وحيواناتهم الأليفة وهواياتهم. يوضح هذا ما الذي يجعل كل طالب متميّزًا ومختلفًا عن الآخر.



معرفة القراءة والكتابة

في مجال محو الأمية ، كان طلاب الصف الأول يستكشفون مجموعة من النصوص التي تتعلق بوحدة البحث الخاصة بنا "أنا أنتمي إلى أننا ننتمي". لقد كنا نستكشف الأحداث التي وقعت في بداية القصة ومنتصفها ونهايتها. يقوم طلاب الصف ببناء وعيهم الصوتي من خلال تحديد الحروف وأصواتها الأولى. يواصل الطلاب الابتكار في هذه النصوص من خلال إنشاء جمل خاصة بهم تتعلق بالقصة.



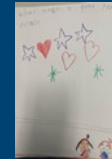
حساب

في الحساب ، يتعلم طلاب الصف الأول كتابة الأرقام بشكل صحيح من 0 إلى 10. يواصل الطلاب استكشاف العد التنازلي للأمام وللخلف بالواحد والعشرات. لقد تعلمنا أيضاً كل شيء عن أيام الأسبوع وكيفية ترتيب الأحداث التي تحدث في يومنا هذا.

| yesterday | today | tomorrow |
|-----------|-----------|-----------|
| Tuesday | Wednesday | Monday |
| Friday | Monday | Wednesday |
| Thursday | Thursday | Wednesday |
| Wednesday | Tuesday | Thursday |
| Monday | Sunday | Friday |
| Wednesday | Saturday | Monday |
| Wednesday | Friday | Thursday |

تحقيق

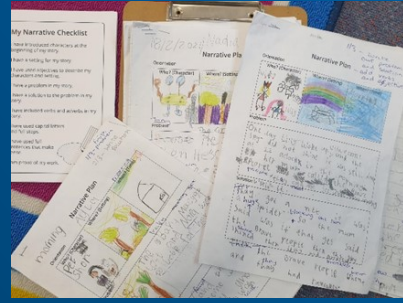
في الاستفسار ، يتعلم طلاب الصف الأول عن الصفات التي تجعل الصديق جيداً. استمتع الطلاب باستكشاف بعض السمات التي يتمتعون بها والتي تجعلهم صديقاً رائعاً. تم تشجيع الطلاب على العمل في أزواج ثم في مجموعات لمناقشة صفات الصديق الجيد ثم مقارنة إجاباتهم مع بقية الفصل.



اخبار المرحلة 2

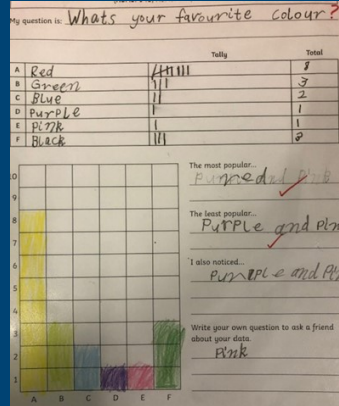
معرفة القراءة والكتابة

يتعلم الطلاب في الصف الثاني عن اللواحق. لقد اكتشفوا نهايات الكلمات هذه ، من خلال العثور عليها في الكتب التي قرأوها. استمر الطلاب في العمل على فهمهم للكتابة السردية. لقد عملنا على صنع مشاكل وحلول شيقة لشخصياتنا. تعلم الطلاب كيفية عقد المؤتمرات لتحسين كتاباتهم والعمل في مجموعات لمناقشة قصصهم قبل بدء القصص النهائية.



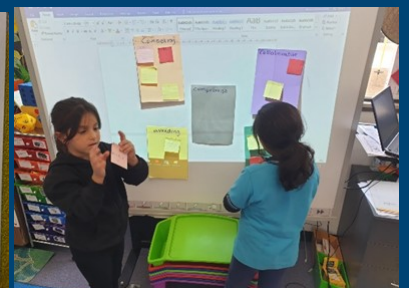
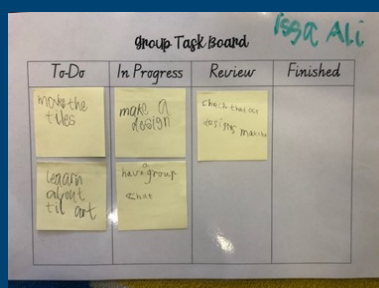
حساب

لقد بدأنا في استكشاف الجمع في الرياضيات. بدأ الطلاب في النظر في مجموعة من الاستراتيجيات لحل مشاكل الإضافة. لقد تعلمنا أيضًا كيفية جمع البيانات وكيفية تمثيل بياناتنا في الرسوم البيانية بالصور والأعمدة.



تحقيق

في الاستفسار ، يعمل جميع الطلاب على مهارات العمل الجماعي والتعاون. قام الطلاب بتشكيل مجموعات ووضع الخطط وعقد اجتماعات جماعية من أجل تصميم مشروع الاستفسار الخاص بهم لهذا الفصل الدراسي. لقد عملت كل مجموعة بشكل مثير للدهشة وجميع معلمي الصف الثاني معجبون جدًا بقدرتهم على العمل.

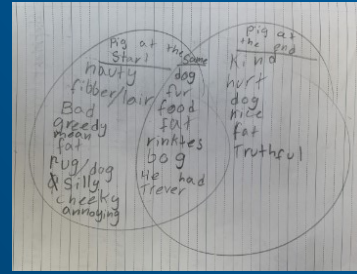
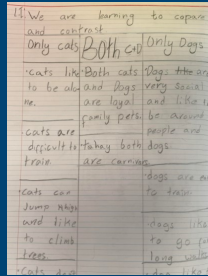


احترام . فخر . ثقة . عزم .

اخبار المرحلة 3/4

معرفة القراءة والكتابة

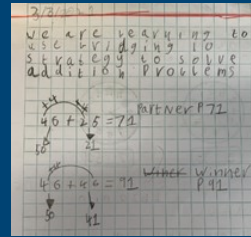
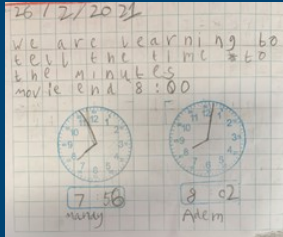
في مجال محو الأمية ، كان الطلاب يعززون فهمهم لأسئلة "التفكير والبحث". ركز هذا على تحديد القرائن داخل النص مثل الصور والكلمات. قام الطلاب بتنظيم المعلومات في مخططات Venn ومخططات T قبل تسجيل الإجابات على السؤال بكلماتهم الخاصة. في الكتابة ، واصل الطلاب تطوير معرفتهم بالسلمات السردية بما في ذلك الهيكل واختيار الكلمات لتحسين قصصهم.



حساب

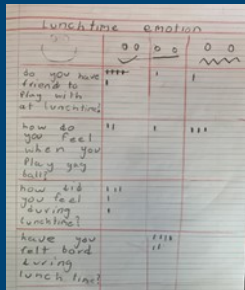
في الحساب ، يطور الطلاب معرفتهم باستراتيجيات الجمع الفعالة المكونة من 2 و 3 أرقام. تم عرض المشكلات على الطلاب من خلال مجموعة متنوعة من المشكلات الصيغية.

كان الطلاب أيضًا يحققون في إخبار الوقت بالدقيقة. وشمل ذلك التدريب العملي على الأنشطة حيث استخدم الطلاب الساعات الصغيرة لمناقشة الاستراتيجيات لشرح موضع عقرب الدقائق.



تحقيق

في الاستفسار ، كان الطلاب يحققون في خطوط استفسارهم لوحدهم "المشاعر". وشمل ذلك الوصول إلى مصادر متعددة للمعلومات لتحسين معرفتهم وفهمهم للعواطف. بدأ الطلاب أيضًا في التفكير في أبحاثهم وطرح الأفكار حول كيفية تطبيق معارفهم الجديدة.



تذكير:

-يرجى التأكد من إحضار الطلاب قبعة وزجاجة مشروب إلى المدرسة كل يوم.

تأكد من القراءة لمدة 20 دقيقة كل ليلة وقم بتعبئة مذكرات القراءة الخاصة بك.

احترام . فخر . ثقة . عزم .

معرفة القراءة والكتابة

لقد حظي طلاب الصف الخامس السادس بأسبوعين رائعين مليئين بالتعلم الهادف. في القراءة ، يتعلم الطلاب كيفية تحديد الأسباب والتأثيرات على مستوى الجملة. يقومون حاليًا بتحديد الأسباب والتأثيرات داخل نص عبر صفحات متعددة.

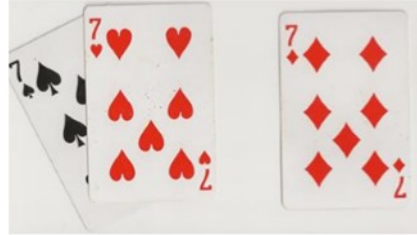
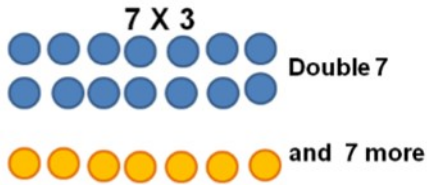
في الكتابة ، أكمل الطلاب سردهم ويعملون حاليًا على تحرير كتاباتهم من أجل الترقيم والترابط. إنهم فخورون للغاية بكتاباتهم. كان الطلاب يركزون على تحسين اختيارهم للكلمات وهذا واضح في مسوداتهم النهائية.

حساب

في الحساب ، كان الطلاب يركزون على تعلم استراتيجيات مختلفة لحل مشاكل الضرب. حتى الآن ، يمكن للطلاب استخدام استراتيجية الزوجي والمزدوج والمزدوج + استراتيجية أخرى. لقد تعلموا أيضًا كيفية حساب الوقت المنقضي من خلال قراءة جداول مواعيد القطار.

3s facts

This set of number facts can be represented, visualised and described as 'double and add one more factor'. For example:



مجرد تذكير بأن الواجب المنزلي يذهب إلى المنزل يوم الاثنين ويجب تسليمه يوم الجمعة.

مركز المجتمع

هناك الكثير مما يحدث في المركز ، يرجى التأكد من التسجيل إذا كنت مهتمًا بأي من برامج المحور بالاتصال على 0419475047. بالنسبة لأولئك الجدد في المدرسة ، يرجى القدوم إلى المركز. إنه مكان للجميع في المدرسة والمجتمع للتواصل والمشاركة والتعلم. نحن نقدم مجموعة متنوعة من البرامج ومنفتحة دائمًا على الاقتراحات.

مجموعات اللعب

مجموعات اللعب يومي الاثنين والثلاثاء. الجلسات الصباحية من 10 صباحًا إلى 11:30 صباحًا وجلسات بعد الظهر من الساعة 12:30 إلى الساعة 2:00 مساءً

نادي الإفطار.

الآن مفتوح يوميًا من الساعة 8:15 صباحًا حتى 8:45 صباحًا.

اللغة الإنجليزية للمحادثة:

ستقام فصول اللغة الإنجليزية المجانية أيام الثلاثاء والأربعاء والخميس من 9.15 إلى 12.15 مساءً.

برنامج MCFC للصف الخامس و السادس

مجانًا: برنامج الواجب المنزلي وكرة القدم / الرياضة.

ايتم: كل يوم أربعاء ابتداء من 11/11/20 الى نهاية الفصل الدراسي.

الوقت: 3.30-4.40 مساء

وين: 5/6 غرفة



نادي الخياطة

يوم الاثنين صباحا من 9.15 صباحا - 11.00 صباحا

زومبا للسيدات:

كل خميس من الساعة 9:30 صباحًا حتى 10:30 صباحًا

شكرا جزيلًا،

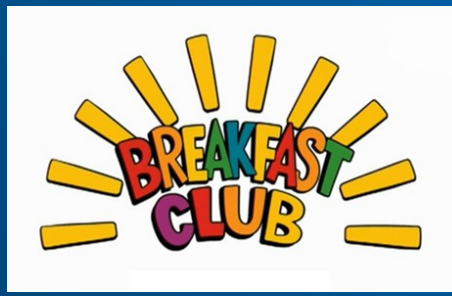
فاطمة.

دالاس بروكس كوميونيتي هاب.

: هاتف: 93091181

الموبيل: 0419475047

احترام . فخر . ثقة . عزم.



يفتح كل يوم من الاثنين إلى الجمعة 8.15 صباحًا - 8.45 صباحًا في **Community Hub** (مدخل شارع **Werribee**).

الإثنين 8.15 صباحًا - 8.45 صباحًا

الثلاثاء 8.15 صباحًا - 8.45 صباحًا

الأربعاء 8.15 صباحًا - 8.45 صباحًا

الخميس 8.15 صباحًا - 8.45 صباحًا

الجمعة 8.15 صباحًا - 8.45 صباحًا



أعزائي أولياء الأمور ومقدمي الرعاية ومجتمع دالاس ،

أتمنى أن تكون أنت وعائلتك بخير. نرحب بكم جميعًا للانضمام إلى نادي الحرف اليدوية هذا الفصل. يرجى القدوم وتعلم مهارة جديدة وتكوين صداقات جديدة وتناول كوب من الشاي / القهوة.

هذا المصطلح سوف نركز على الخياطة. سوف تتعلم استخدام ماكينة الخياطة وأيضًا خياطة قناع وحقيرة تسوق.

الزمان: الفصل الأول - كل يوم اثنين من الساعة 9:15 صباحًا حتى الساعة 11 صباحًا

المكان: **Dallas Community Hub**

يتم تقدير التبرع بمبلغ 2 دولار لكل جلسة.

نتطلع إلى رؤيتكم.

Tulin Ulusoy - Craft Club هاتف: 1181 9309



احترام . فخر . ثقة . عزم .

2023 Enrolments

'Education today, empowerment tomorrow, a lifelong love of learning'
Mr Chris Caldwell - Principal

Applications for Year 7 in 2023 are now open.

20th
August
2021

Applications close.
Enrolments must be
received by the College

22nd
October
2021

Letters of Offer will
be sent to families

12th
November
2021

Final date for families to
accept offer from College

Limited spaces are still available
for all year levels for 2022,
don't miss out, apply online now!
www.penola.vic.edu.au/enrol-online



Penola
CATHOLIC COLLEGE
EST. 1995

SELECT ENTRY ACCELERATED LEARNING (SEAL) PROGRAM



What is SEAL?

SEAL provides personalised teaching and learning through a program that meets the needs of gifted and talented learners. The program provides stimulating learning experiences that challenge, extend and develop the gifts and talents of students by offering acceleration and enrichment. The SEAL program at Pascoe Vale Girls College offers a faster paced curriculum with the opportunity to study concepts in greater depth. There is an emphasis on higher order thinking and learning skills. Students who are capable of working independently, enjoy intellectual challenges and have a high level of academic ability are encouraged to apply.

How do you apply?

- Visit the school website www.pvgc.vic.edu.au
- Go to the Student Learning section and click on SEAL
- Register using the link to the online application and entry test
- Students who wish to be considered for this program are required to sit an entrance test administered by Edutest (a fee applies)
- 2022 applications close on Monday 24th May, 2021
- 2022 testing takes place at PVGC on Saturday 29th May, 2021
- You will be notified about the location, time and conditions of the test closer to the date

For more information about the SEAL program at PVGC please contact
Dani Bedohazy, Assistant Principal, on 9306 2544 or bed@pvgc.vic.edu.au

Art Smart Online

FANTASTIC ONLINE ART CLASSES

Brilliant artists and instructors take the classes in real-time on Zoom.

- Easy to organise - we make it simple for you.
- The kids will produce amazing art!
- The classes are so much fun we had to start a parents' class - Art Play for Adults.

Why should kids have all the fun??

- All age groups covered!
- To see the activities planned for the classes click [visit our website](http://www.artsmartforkids.com.au).

www.artsmartforkids.com.au There are some amazing art ideas planned!

FIRST CLASS FREE!

Just \$12.50 a class (exc GST)
The full price varies depending on the number of classes in the term.

**LIMITED PLACES
BOOK NOW!**

To book go to
www.artsmartforkids.com.au
(don't forget the 'au' at the end)



تقليل خطر إصابتكم بفيروس كورونا (كوفيد-19)

Reduce your risk of coronavirus (COVID-19) – Arabic



- اغسلوا أيديكم غالباً بالصابون والماء الجاري لمدة 20 ثانية على الأقل. وجففوها باستخدام منديل ورقي أو مجفف اليد الكهربائي.
- استخدموا مُعقّم اليدين الكحولي الذي يحتوي على أكثر من 60 في المئة من الكحول.

• قوموا بتغطية السعال أو العطس بواسطة منديل/محرمة أو استخدموا أعني أكمامكم أو مرفق/كوع لراحتكم.

• ابقوا في المنزل عندما يكون بإمكانكم فعل ذلك. وراجعوا موقعنا الإلكتروني لمعرفة الأسباب التي يمكن معارضة المنزل على أساسها.

• ضعوا كمامة أو عطاءً للوجه إذا كان يجب عليكم معارضة المنزل.

• لا تلمسوا عينيكم أو أنفكم أو فمكم – أو الكمامة أو أغطية الوجه إذا كنتم ترتدونها.

• اطلبوا المساعدة إذا شعرتم بتوحدكم، إما من خلال الاتصال بطبيبكم العام أو بالخط الساخن المُخصّص لفيروس كورونا للحصول على المشورة. وإذا كنت مُرضئاً، ابقوا في المنزل.

• قوموا بإجراء القحص إذا كنتم تعانون من الأعراض والهبوا مباشرة إلى المنزل بعد القيام به.

• اذهبوا إلى مواضعكم الطبية وقوموا بإجراء القحوصات الطبية واسألوا ما إذا كان يمكن توصيل الأدوية إلى منزلكم.

• استمروا بممارسة العادات الصحيّة كمزاولة الرياضة وتناول نظام غذائي متوازن، والحصول على قسط كافٍ من النوم والبقاء على اتصال. قوموا بالإقلاع عن التدخين (Quitline 137 848).

• وتذكروا صحتكم النفسية وافعلوا الأشياء التي تستمتعون بها. راجعوا موقعنا الإلكتروني للحصول على موارد ودعم الصحة النفسية.

Find out more

www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus

For more information, call the

Coronavirus hotline 1800 675 398 (24 hours)

Choose option 0 for translating and interpreting services

Call Triple Zero (000) for emergencies only

To receive this publication in an accessible format email Emergency Management Communications <COVID-19@dhhs.vic.gov.au>

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, 29 July 2020 (2001628) v9



Health and Human Services

احترام . فخر . ثقة . عزم .

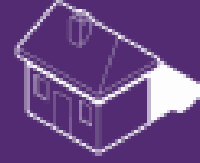
ثلاث طرق للبقاء سليماً



حافظ على مسافة 1.5
متراً بعيداً عن الآخرين
عند خروجك.



أغسل يديك
بانتظام.



عليك البقاء في المنزل
إذا كانت لديك أعراض.

استمرار

يحافظ

التباعد

سويًا

علينا



لمعرفة أين تُجري الفحص، زُر الموقع
coronavirus.vic.gov.au/arabic

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne

احترام . فخر . ثقة . عزم.

احرص على حماية نفسك وعائلتك

قم بتغطية فمك وأنفك عندما تعطس



1

قم بتغطية فمك وأنفك بمنديل عند السعال أو العطس.

ضع المنديل المستخدم في صندوق القمامة.

2



إذا لم يكن لديك منديل، يمكنك أن تسعل أو تعطس على كمك العلوي أو كوعك، وليس على يديك.

3



اغسل يديك بالصابون والماء الجاري. جفف يديك جيداً باستخدام منشفة ورقية قابلة للتخلص أو استخدم ماكينة تشييف اليدين.

4



احم نفسك من الميكروبات وحافظ على صحتك