



Traduction

Première année

Amani Mohamed Zaki ABD EL-RAHIM

2022- 2023

Traduction

Première année

Amani Mohamed Zaki ABD EL-RAHIM

Faculté des Lettres

Université du sud de la Vallée

Département de Français

2022- 2023

Table des matières

Table des matières:	3-7
Qu'est-ce que la traduction ?	8-9
Types de traductions	10-11
Les problèmes de traduction :	15-17
Les procédés de traduction :	18-21
L'importance de la traduction au quotidien	22
Première partie: Traduction français-Arabe23-158
un voyage à la forêt :	
Le boulanger :	
L'agriculteur :	
La France :	
L'acteur :	
La restauration rapide ou le fast-food :	
Les camps d'été :	
La maltraitance des enfants :	
La pollution, ces causes et ces conséquences :	
L'importance de l'électricité :	
"Alexander Graham Bell" :	

Le bonheur :

L'internet :

Les avantages de l'internet :

La profession d'avocat :

La violence :

La violence verbale :

L'énergie solaire :

La propreté :

Le temps libre :

La pauvreté :

La guerre :

L'optimisme :

Une personne sociable :

La profession d'ingénieur :

Le diabète :

Le rhume :

Le lavage des mains :

L'esprit :

Le métier de policier :

Le tennis :

Le Facebook :

Le respect :

L'argent :

La violence :

Le tigre :

Les accidents sur les routes :

La liberté :

Le menuisier :

La description d'un voyage à la mer :

La Grande Muraille de Chine :

La Mecque :

Port de Beyrouth :

Ibn Khaldoun :

Égypte :

L'eau et son importance :

La famille et leurs rôle :

La malbouffe :

Le téléphone portable :

L'environnement :

Travail des enfants :

La protection de l'environnement :

Première partie: Traduction Arabe- français159-199

البطالة

المؤتمر الوطني للشباب

أهمية الغذاء لجسم الانسان

المكتبة وأهميتها

التكنولوجيا

فيروس كورونا المستجد

ذوي الاحتياجات الخاصة

ماري كوري

الجيش الأبيض

الحياة

الأمل والإرادة

الحياة في الريف

التواضع

الهواتف

الابتسامة والسعادة

فوائد تنظيم الوقت

الاحترام والاخلاق

الصحة العالمية تحذر من ارتفاع إصابات كورونا مع انتهاء الصيف

موكب المومياوات

الحوار الوطني طريق للتقدم والازدهار

"مبادرة"كلنا واحد

السياحة في مصر

مادة (٥٣)

حياة كريمة

الرئيس عبد الفتاح السيسي يتابع مشروعات ونشاط هيئة قناة السويس

الحياة في المدينة

الماضي والحاضر

مساعدة الاخرين

دور المجتمع تجاه الايتام

الأمانة

الصدق

الفيسبوك

Proverbes français et leur signification :.....196-199

Bibliographie:.....200

La traduction

Qu'est-ce qu'une traduction ?

La traduction, c'est passer un texte en langue cible dans une langue source. C'est donc un travail **écrit**. De plus, le travail du traducteur est conditionné par les langues qu'il maîtrise, ce qui semble logique, mais aussi par son origine ! En effet, la traduction ne s'effectue *en théorie* que d'une langue source que le traducteur doit bien maîtriser vers une langue cible qui doit être la langue maternelle de ce même traducteur !

Pourquoi cela ? Et bien c'est l'assurance de la qualité d'une bonne traduction. En traduisant vers sa langue maternelle, le traducteur est capable d'adapter le texte à toutes les références culturelles, les styles et les usages de sa propre langue. Le client est donc sûr de retrouver les idées et nuances du texte source adaptées à la région où est destiné le document.

La traduction se différencie de l'interprétariat qui est une pratique **orale**. Traduction et interprétariat ne font pas appels au même champ de compétence et c'est pourquoi les formations pour l'interprétariat et la traduction sont distinctes.

Les étapes pour mener à bien une traduction

Généralement, la traduction d'un document, quelle que soit sa nature, passe par trois étapes distinctes :

1. **La compréhension** : le traducteur lit le texte avec soin, en recherchant les expressions, notions et références qui peuvent lui être inconnues ou sur lesquelles il doute, jusqu'à ce que le sens du texte lui apparaisse clairement et ne laisse plus aucune place à la mauvaise interprétation.
 2. **La création du sens** : le traducteur enregistre mentalement - et souvent inconsciemment - le texte ou les paragraphes en tant qu'unités de sens, s'écartant ainsi des phrases et des mots qui composaient le texte original.
-
1. **L'écriture d'un nouveau texte** : une fois que le message contenu dans le texte original est parfaitement compris, le traducteur peut, en se détachant des mots eux-mêmes, commencer à écrire une nouvelle version du document dans une autre langue, en s'appliquant à préserver les effets contenus dans le texte original.⁽¹⁾

(1) <https://sites-formations.univ-rennes2.fr>

Types de traductions

il convient de distinguer les différents types de traduction qui existent.

- [1. La traduction technique](#)
- [2. La traduction juridique](#)
- [3. La traduction assermentée](#)
- [4. La traduction médicale](#)
- [5. La traduction littéraire](#)
- [6. La traduction financière](#)
- [7. La traduction classique](#)

1. La traduction technique

Le terme « traduction technique » peut désigner deux tâches distinctes. En effet, lorsqu'un traducteur s'attelle à la traduction d'un mode d'emploi ou d'un manuel, par exemple, on dit qu'il réalise une traduction technique. Cependant, on qualifie également de traduction technique le fait de traduire un texte en relation directe avec les domaines de l'industrie, de l'électronique ou encore de l'informatique. Pour réaliser un travail précis, le traducteur doit posséder les connaissances nécessaires dans ces différentes matières.

2. La traduction juridique

Est qualifiée de « traduction juridique » la traduction d'un texte de loi, d'un contrat, de conditions générales de vente, d'un règlement, etc. Pour pouvoir réaliser des traductions juridiques, le traducteur doit disposer d'une formation adéquate.

3. La traduction assermentée

La traduction assermentée est proche de la traduction juridique. Elle consiste en l'authentification de traductions officielles (contrat de mariage, testament, etc.).

4. La traduction médicale

Pour être un bon traducteur médical, le professionnel doit être en possession d'un solide bagage afin de pouvoir jongler avec les nombreuses terminologies. La traduction médicale demande énormément de rigueur. N'est donc pas traducteur médical qui veut.

5. La traduction littéraire

Pour être qualifié de traducteur littéraire, il vous faut être en mesure de jongler avec les mots sans aucune difficulté. Il est exigé de ce dernier qu'il respecte la mélodie du texte, le style particulier de l'auteur tout en étant capable de déceler le sens caché des mots employés.

6. La traduction financière

Parmi les tâches du traducteur financier: la traduction de bilans et de rapports annuels. Une aptitude particulière aux chiffres est donc exigée.

7. La traduction classique

La traduction classique, comme son nom l'indique, porte sur des textes sans caractéristique particulière.

Les difficultés liées à la traduction

Les langues présentent de nombreuses subtilités culturelles et linguistiques. Cet article présente les principales difficultés liées à la traduction.

« Être traducteur, c'est facile : il suffit de comprendre l'anglais, non ? »... Non, on ne s'invente pas traducteur après un séjour en immersion et Oui, cette pratique est plus complexe que le déchiffrement du menu d'un restaurant à Madrid. Il est grand temps de tordre le cou à ces idées reçues sur la [traduction](#).

Traduire, c'est transmettre des intentions, des sentiments, des messages implicites, tout en respectant les subtilités et les beautés de la langue. Traduire, c'est être à la fois chargé de communication et poète. À la fois anthropologue et linguiste. À la fois psychologue et écrivain. Faisons le point sur quelques-unes des difficultés liées à cette belle profession.

La polysémie

Qu'un terme soit courant ne veut pas dire qu'il soit facile à traduire.

Arrêtons-nous en Amérique latine. Comment être un bon traducteur dans cette région du globe quand un mot aussi basique que « fresa » (« fraise » dans la plupart des pays hispanophones), qualifie également un adolescent bon chic bon genre au Mexique, un homosexuel en Colombie, une personne présomptueuse en Equateur et que l'Argentine appelle ce délicieux fruit « una frutilla » (littéralement : « un petit fruit ») ?

Pire encore, « el chucho », la prison au Chili, est un chien au Mexique et un animal de compagnie quelconque en Espagne. Au Venezuela, si vous vous appelez « Jesús » (prénom hispanique typique), les gens vous surnommeront Chucho ; au Guatemala les « chuchos » sont des gourmands et au Honduras, ils sont radins.

Comme quoi, bon nombre de mots semblent anodins, mais sont en fait emplis de connotations.

Les faux amis

Ces fameux « faux amis », parlons-en. Comment faire confiance à quelqu'un qui appelle le danger « hazard » et le hasard « chance » ? Les faux amis sont ces termes qui, a priori, se traduisent littéralement, mais qui ont en réalité une signification tout autre.

En Grande-Bretagne, on vous conseillera de vous rendre chez un physician lorsque vous avez l'air pâle, et vous n'achèterez pas une casket si vous souffrez d'une insolation. Quant aux États-Unis, le jour de la remise des diplômes, ne vous étonnez pas si vous êtes invité à la cérémonie de Commencement.

Les jeux de mots et les blagues

Mais le pire cauchemar du traducteur, ce sont les jeux de mots ! Et il faut admettre que certaines langues, dont l'anglais, en font usage à outrance.

Face à ceux-ci, le traducteur dispose de peu de méthodes pour sauver les meubles ; il doit faire parler son imagination.

Si les blagues font rire, c'est souvent parce qu'elles touchent à la culture. C'est là que le côté comédien du traducteur entre en scène (sans mauvais jeu de mot). À lui de retrouver l'équivalent culturel de son public cible sans trahir la blague d'origine.

Prenons l'exemple d'Haribo, dont le slogan originel est : « Haribo macht Kinder froh, und Erwachsene ebenso », littéralement : Haribo rend les enfants joyeux, et les adultes également. Ici, de la rime entre froh et ebenso, est né... Haribo c'est beau la vie, pour les grands et les petits !

Malheureusement, la traduction parfaite n'existe pas, et il arrive que le traducteur doive recourir à une explication, aux dépens de l'aspect comique.⁽²⁾

(2) <https://culturesconnection.com/fr/les-difficultes-liees-a-la-traduction> .

Savoir identifier les problèmes de traduction

Les problèmes de traduction sont de 6 types: lexico-sémantiques, grammaticaux, syntaxiques, rhétoriques, pragmatiques et culturels (localisation).

1. Les problèmes lexico-sémantiques

Les problèmes lexico-sémantiques sont ceux qui peuvent être résolus par la consultation de dictionnaires, glossaires, banques terminologiques et experts. C'est le cas des alternances terminologiques, des néologismes, des lacunes sémantiques, des synonymies et antonymies contextuelles (qui concernent des unités polysémiques: la synonymie/antonymie ne porte que sur une acception et c'est le contexte qui permet de savoir quelle acception est à prendre en considération), de la contiguïté sémantique (procédé de cohérence qui fonctionne grâce au rappel de traits sémantiques communs entre deux ou plusieurs termes) et des réseaux lexicaux.

2. Les problèmes grammaticaux

Les problèmes grammaticaux concernent par exemple les questions de temporalité, d'aspect (l'aspect indique la façon dont le procès ou l'état exprimé par le verbe est envisagé du point de vue de son développement – par opposition au temps), de pronoms, d'explicitation ou non du pronom sujet.

3. Les problèmes syntaxiques

Les problèmes syntaxiques peuvent provenir de parallélismes syntaxiques, de la recton, de la voix passive, de la focalisation (point de vue selon lequel un récit est organisé) ou encore de figures rhétoriques de construction telles que l’hyperbate (inversion de l’ordre naturel du discours) et l’anaphore (reprise d’un même mot ou segment en tête de vers ou de phrase).

4. Les problèmes rhétoriques

Les problèmes rhétoriques sont liés à l’identification et la recréation de figures de pensée (comparaison, métaphore, métonimie, sinecdoque, oxymoron, paradoxe, etc.) et de diction.

5. Les problèmes pragmatiques: l’exemple de la traduction marketing

Les problèmes pragmatiques les différences dans l’utilisation du “tu” et du “vous”, les phrases idiomatiques, les locutions, les dictons, l’ironie, l’humour et le sarcasme. Mais ces difficultés peuvent également inclure d’autres défis, comme par exemple, dans une [traduction marketing](#) anglais-français, la traduction du pronom personnel “you”: il est possible que le traducteur doive s’employer pour définir s’il convient d’utiliser le pronom “tu” ou le “vous” de politesse – décision pas toujours évidente.

6. Les problèmes culturels: l’exemple de la traduction financière

Les problèmes culturels sont ceux qui émergent des différences entre référents culturels, des dénominations de nourritures, des fêtes et des connotations culturelles en général. Le traducteur aura recours à la localisation, autrement dit, l’adaptation culturelle du contenu. Un exemple tout bête: les dates dans une [traduction financière](#). Si le texte est en anglais,

il y a de fortes chances – mais pas de certitude – que 06/05/2015 désigne le 5 juin. Cependant, comme chacun sait, la même graphie, dans d'autres langues, désignera le 6 mai...⁽³⁾

(3) <https://culturesconnection.com/fr/les-difficultes-liees-a-la-traduction>.

Les procédés de traduction: définitions

S'il existe différents types de traduction et différentes méthodes de traduction, il y a aussi différentes techniques de traduction.

Aujourd'hui, parlons un peu des techniques de traduction. S'il existe différents [types de traduction](#) et différentes méthodes de traduction, il y a aussi différentes techniques de traduction.

Quelle différence y a-t-il entre une méthode et une technique de traduction ? En fait, c'est très simple : la méthode de traduction concerne le texte entier à traduire, tandis que la technique de traduction variera au cas par cas à l'intérieur d'un même texte, en fonction des éléments lexicaux ponctuels à traduire. La taxinomie classique des procédés de traduction remonte à l'année 1958, et c'est à J.-P. Vinay et J. Darbelnet que nous la devons. Elle compte sept catégories :

1. L'emprunt

L'emprunt est un procédé de traduction consistant à utiliser un mot ou une expression du texte source dans le texte cible. L'emprunt est généralement indiqué par des italiques. Il s'agit en fait de reproduire telle quelle une expression du texte original. En ce sens, c'est une technique de traduction qui ne traduit pas...

Exemple : Le gaucho portait un *sombrero* noir et une *bombacha* usée par le temps.

2. Le calque

Lorsqu'un traducteur recourt au calque lexical, il crée ou utilise un néologisme dans la langue cible en adoptant la structure de la langue source.

Exemple : L'allemand *handball* se traduit en espagnol par *balonmano*, ou l'anglais *skyscraper* se traduit en français par *gratte-ciel*.

3. La traduction littérale

C'est ce qu'on appelle classiquement la traduction métaphrastique, ou métaphore. Il s'agit d'une traduction mot à mot aboutissant à un texte, dans la langue cible, à la fois correct et idiomatique. Selon Vinay et Darbelnet, la traduction littérale n'est possible qu'entre langues au bénéfice d'une grande proximité culturelle. Elle n'est acceptable que si le texte traduit garde la même syntaxe, le même sens et le même style que le texte d'origine.

Exemple : *Quelle heure est-il ?* ⇒ *What time is it?*

4. La transposition

La transposition consiste à passer d'une catégorie grammaticale à une autre sans que pour autant le sens du texte ne change. Cette technique introduit un changement de structure grammaticale.

Exemple : *The President thinks that* ⇒ *Selon le Président*

5. La modulation

La modulation consiste à faire changer la forme du texte par une modification sémantique ou de perspective.

Exemple : *Tal vez tengas razón. ⇒ Tu n'as peut-être pas tort.*

6. L'équivalence

L'équivalence est un procédé de traduction par lequel une réalité équivalente est rendue par une expression entièrement différente. Cette technique peut être utilisée pour traduire des noms d'institutions, des interjections, des expressions toutes faites ou des proverbes.

Exemple : *Chat échaudé craint l'eau froide. ⇒ Él que se quemó con leche ve la vaca y llora.*

7. L'adaptation

L'adaptation, également appelée substitution culturelle ou équivalent culturel, consiste à remplacer un élément culturel du texte original par un autre, plus adapté à la culture de la langue cible. Elle permettra de rendre le texte plus familier et compréhensible.

Exemple : *baseball ⇒ football*

Depuis les années 1960, différents auteurs (Michel Ballard, Hélène Chuquet, Michel Paillard, etc.) ont signalé d'autres procédés de traduction tels que l'explicitation (qui consiste à apporter des précisions dans le texte de la langue cible), la collocation (l'utilisation d'une suite de mots habituellement utilisés ensemble dans la langue cible) et la compensation (ne pas rendre une

allusion ou une connotation dans une partie du texte et compenser en la faisant apparaître plus loin).⁽⁴⁾

(4) <https://culturesconnection.com/fr/les-difficultes-liees-a-la-translation>

L'importance de la traduction au quotidien

La traduction est utilisée à de nombreuses fins dans le monde entier.

- **La traduction permet de nourrir la planète** : les grandes entreprises alimentaires achètent et vendent des produits dans le monde entier grâce à la traduction.
- **La traduction peut sauver des vies** : les traducteurs médicaux transmettent continuellement des informations sur les épidémies qui font rage dans le monde entier.
- **La traduction peut empêcher les attaques terroristes** : des attaques peuvent être évitées lorsque les messages sont interceptés et traduits immédiatement.
- **La traduction crée des emplois** : les entreprises du monde entier embauchent des traducteurs pour travailler dans tous les domaines, de la finance à l'ingénierie.
- **La traduction stimule l'économie** : même les entreprises qui vendent leurs produits uniquement dans leur pays ont recours aux traducteurs pour répondre aux besoins de leurs clients qui parlent une autre langue.

Les traducteurs ont un rôle indispensable et apportent leur contribution dans de nombreux domaines.

**Première partie:
Traduction français-Arabe**

Un voyage à la forêt

La semaine dernière, mes parents ont organisé un voyage à la forêt pour récupérer notre splendeur et changer la routine de notre vie quotidienne. Le voyage a duré trois heures avec la voiture de mon père.

Dès que nous arrivons, nous commençons à promener dans ce lieu magnifique. C'est une forêt moderne qui se trouve dans un endroit calme près d'un petit village.

En le parcourant, nous avons découvert la beauté de la nature verte, au milieu il y a des belles fleurs multicolores, les odeurs qui nous entourent au long de notre chemin avec les sons des oiseaux qui chantent.

Grâce à ce voyage, nous avons changé la routine de notre vie quotidienne. Nous avons fait plusieurs activités physiques très utiles ainsi que des jeux collectifs ce qui nous permet a pris une motivation et une énergie positive. Vraiment c'était un super voyage!

رحلة الى الغابة

نظم والداي رحلة إلى الغابة لاستعادة حيويتنا وتغيير روتين حياتنا اليومي. لقد استغرقت الرحلة ثلاث ساعات بسيارة والدي.

بمجرد وصولنا، بدأنا في التجول في هذا المكان الجميل. إنها غابة حديثة تقع في مكان هادئ بالقرب من قرية صغيرة. بالمشي عبرها اكتشفنا جمال الطبيعة الخضراء. في الوسط، توجد أزهار جميلة متعددة الألوان، الروائح التي تحيط بنا على طول طريقنا و أصوات العصافير التي تغنى.

بفضل هذه الرحلة، قمنا بتغيير روتين حياتنا اليومية. قمنا بالعديد من الأنشطة البدنية المفيدة للغاية بالإضافة إلى الألعاب الجماعية التي سمحت لنا باكتساب المهارة والطاقة الإيجابية. حقاً إنه سفر رائع.

Le boulanger

Le boulanger est un professionnel spécialiste de la fabrication du pain (baguette) et une gamme de pains spéciaux (complet, avec bran, seigle ...) et des pâtisseries (Croissant, Brioche). Il peut également préparer des "traiteurs" tels que des quiches et des pizzas. La fabrication de pain nécessite de nombreuses étapes de préparation avant la fin de la finition. En fait, les gestes et les pauses des pains ont toujours été les mêmes: pétrir la pâte, la fermentation, la mise en forme, la cuisson.

Cependant, l'activité du boulanger a évolué avec la modernisation de la boulangerie, notamment en ce qui concerne la conduite de la fermentation et des méthodes de cuisson. L'offre de produits a tendance à diversifier pour répondre aux besoins des clients. Le boulanger doit s'occuper des tendances des clients et savoir organiser son travail. Quant à de nombreux métiers alimentaires liés aux produits frais, le travail du boulanger est souvent fait la nuit, les week-ends et les vacances inclus. Les deux jours consécutifs de repos pendant la semaine ont tendance à devenir généraux.

Le boulanger fabrique et vend toutes sortes de pains aussi des pâtisseries. Il prépare la pâte, il la met dans un diviseur qui débite et façonne les morceaux de pâte.

En fonction du type de pain souhaité, il façonne des morceaux de pâte de différentes formes et tailles. Il les place dans le four et surveille la cuisson. Il quitte le pain et le laisse reposer pendant un moment: c'est une opération nécessaire. Ensuite, le pain est transporté vers le magasin à vendre. Le

boulangier est habile de ses mains et rigoureux. Il a un goût et des idées, il est créatif. Il est bien sûr très respectueux des règles d'hygiène. Il est capable de s'adapter à des horaires de travail particuliers. Il aime rester toujours en contact avec ses clients.

مهنة الخباز

الخباز هو شخص مختص في إعداد الخبز الرغيف الفرنسي ومجموعة من أنواع الخبز الخاص كامل، مع النخالة، مع الباودار... (والفطائر) كرواسون، بريوش. يمكن أيضا إعداد العجائن في "المطاعم" مثل عجينة البيتزا. يتطلب تصنيع الخبز العديد من مراحل الإعداد قبل أن يصل إلى الزبون. في الواقع، عملية إعداد الخبز هي نفسها كما في السابق: عجن العجين والتخمير والتنسيق والطهي.

ومع ذلك، تطور نشاط الخباز مع تحديث المخابز، لا سيما فيما يتعلق بإجراء عمليات التخمير وأساليب الطبخ. تقديم المنتجات في حلة جيدة يتطلب التنويع لتلبية احتياجات الزبائن. يجب أن يهتم الخباز اتجاهات المستهلك وتنظيم عمله. بالنسبة للعديد من الصفقات الغذائية المتعلقة بالمنتجات الطازجة، فإن عمل الخباز هو في كثير من الأحيان يكون بين عشية وضحاها ليشمل عطلات نهاية الأسبوع والأعياد.

يصنع الخباز ويبيع جميع أنواع الحلويات أيضا. يقوم بإعداد العجين، يضعه في مقسم يبدأ بتشكيل قطع العجين. اعتمادا على نوع الخبز المطلوب، فإنه يشكل قطع من عجينة من الأشكال والأحجام المختلفة ثم يضعها في الفرن و يراقبها إلى حين الطهي. يترك الخبز ليستريح للحظة: إنها عملية ضرورية؛ ليتم بعدها نقل الخبز إلى متجر البيع. الخباز ماهر بيديه وصارم. لديه ذوق راق وأفكار، إنه مبدع. بالطبع يراعي قواعد النظافة و يحترمها. إنه قادر على التكيف مع جداول عمل معينة و يحب التواصل مع زبائنه.

L'agriculteur

La profession d'agriculteur est considérée comme l'une des professions les plus importantes et les plus nobles car l'agriculteur nourrit les autres de ce que la bonté de la terre fournit.

La relation d'agriculteur avec sa terre peut être considérée comme la relation d'une mère à son fils. Il connaît la vraie valeur de la terre car il sait qu'elle lui donne autant qu'il la donne, il tient donc à en prendre soin tout le temps. L'agriculteur reste toujours occupé sur sa terre dès matin jusqu'au coucher du soleil en raison des nombreuses tâches qu'il accomplit.

Certains considèrent la profession d'agriculteur comme une profession simple et sous-estimée; Quand la vérité est différente; Le métier d'agriculteur n'est plus simple comme avant, il a connu un grand développement grâce à la technologie. L'agriculture est devenue enseignée séparément dans les universités et toutes les activités agricoles étaient basées sur des règles scientifiques solides qui doivent être respectées.

Vraiment, l'agriculteur est quelqu'un qui mérite beaucoup de respect et d'appréciation

الفلاح

تعتبر مهنة الفلاح من أهم وأنبل المهن لأن الفلاح يطعم الناس بما تجود به الأرض من خيرات. يمكن اعتبار علاقة الفلاح بأرضه مثل علاقة الأم بابنها؛ فهو يعرف قيمة الأرض الحقيقية كما يعرف أنها تعطيه بقدر ما يعطيها، لهذا يحرص على رعايتها و الإعتناء بها طوال الوقت. يظل الفلاح منشغلا دائما في أرضه منذ الصباح الباكر حتى مغيب الشمس نظراً للمهام العديدة التي يقوم بها.

يرى البعض أن مهنة الفلاح هي مهنة بسيطة لا تستحق التقدير؛ في حين أن الحقيقة غير ذلك؛ فمهنة الفلاح لم تعد بسيطة كما في السابق، لقد عرفت تطورا كبيرا بفضل التكنولوجيا. أصبحت الفلاحة تدرس كتخصصات منفصلة في الجامعات، وأصبحت كل أعمال الفلاحة مبنية على قواعد علمية متينة يجب احترامها. حَقًّا، الفلاح شخص يستحق الكثير من الاحترام والتقدير.

La France

La République française est une république constitutionnelle située en Europe occidentale et le plus grand pays en termes de superficie.

Le nom France est dérivé du mot Frank, un peuple germanique venu du nord pour s'installer en France. Et ce que signifie le mot Frank, c'est Franj. Et qui a couronné Hyocapet comme son roi, et à ce moment-là il a été appelé le Royaume de Francia, qui est devenu le nom de la France sous le règne de Philippe Auguste.

La France est l'un des pays les plus importants du continent européen, tant en raison de ses ressources en abondance que de sa situation stratégique. Où la France est bordée par la terre par l'Italie, l'Allemagne, la Suisse, la Belgique, l'Espagne et d'autres. Sa superficie totale est de 643 801 kilomètres carrés, quant à sa population, elle est d'environ 65 424 082 personnes.

La France est considérée comme l'un des pays laïques qui séparent la religion du pouvoir. C'est aussi un pays démocratique avec une république semi-présidentielle, car son pouvoir exécutif a deux dirigeants, le Président de la République, qui est M. Emmanuel Macron, et le gouvernement est dirigé par le Premier Ministre Manuel Valls.

La France est caractérisée par de nombreuses attractions touristiques auxquelles les touristes affluent de différentes parties du monde, car elle contient des cathédrales antiques datant de l'Antiquité en plus de la ville de Paris, qui est un centre commercial touristique et qui suit la mode. On retrouve également la Tour Eiffel, le musée du Louvre, le château de Versailles, les Alpes, en plus de nombreux parcs, restaurants et maisons de couture connus au niveau mondial.

فرنسا

الجمهورية الفرنسية هي جمهورية دستورية تقع في أوروبا الغربية و تعد أكبر بلدانها من حيث المساحة.

إشتق اسم فرنسا من كلمة فرانك و هو شعب جرمانى قدم من الشمال ليستقر في فرنسا. و المقصود بكلمة فرانك هو فرنجة. و الذي توج فيها هيوكابيت ملكا لها و في ذلك الوقت قد سميت بمملكة فرانس التي تحولت إلى اسم فرنسا خلال عهد فيليب أغسطس .

تعد فرنسا من الدول المهمة في القارة الأوروبية و يرجع ذلك لما تزخر به من موارد و كذلك نظرا لموقعها الإستراتيجى. حيث يحد فرنسا برا كل من إيطاليا وألمانيا و سويسرا و بلجيكا و إسبانيا و غيرهم. و تبلغ مساحتها إجمالا ٦٤٣,٨٠١ كيلومتر مربع أما بالنسبة لعدد سكانها فيبلغ تقريبا ٦٥,٤٢٤,٠٨٢ نسمة.

تعتبر فرنسا من الدول العلمانية التي تقوم بفصل الدين عن السلطة كما أنها دولة ديموقراطية لها جمهورية شبه رئاسية حيث أن سلطتها التنفيذية لها قائدين رئيس الجمهورية و هو السيد إيمانويل ماكرون و الحكومة بقيادة رئيس الوزراء مانويل فالس.

تتميز فرنسا بالعديد من المعالم السياحية التي يتوافد عليها السياح من مختلف بقاع العالم فهي تحتوي على كاتدرائيات عريقة يعود تاريخها للعصور القديمة إضافة إلى مدينة باريس التي تعتبر مركزا سياحيا للتسوق و كذا لتتبع الموضة. كما نجد أيضا برج إيفل، متحف اللوفر، قصر فرساي، جبال الألب إضافة إلى العديد من الحدائق و المطاعم و بيوت الأزياء المعروفة على المستوى العالمى.

L'acteur

Un acteur ou une actrice est une personne qui interprète un certain personnage; Fondamentalement, ce métier repose sur l'interprétation de différents rôles, que ce soit dans des pièces de théâtre, des films, des vidéos ou au cinéma. Pour que ce rôle que l'acteur endosse soit réel, comme ce n'est peut-être qu'un fantôme. C'est pourquoi il doit être capable de jouer différents types de personnages de manière à convaincre le public de leur réalité

Jouer au cinéma, au théâtre ou à la télévision comporte de nombreux aspects. Personne ne sait que derrière ce grand rêve se cache une dure réalité, car le domaine de la représentation est un secteur fortement touché par le chômage et qui offre peu d'opportunités d'emploi. Alors quel que soit le type de tournage, l'acteur doit savoir s'adapter aux exigences de son rôle. Son travail ne consiste pas seulement à monter sur scène, mais au contraire, il nécessite une préparation auparavant afin qu'il soit capable de partager les sentiments de son personnage avec le public

De manière générale, un acteur à succès doit se concentrer sur de nombreux points jugés essentiels, comme le respect du texte écrit par le scénariste ou le dialoguiste, en plus de la réincarnation du personnage en documentant ou en rencontrant des personnages proches de votre rôle pour vous immerger dans le rôle plus, et il doit expliquer son personnage devant le public ou la caméra par rapport aux directives du réalisateur.

L'utilisation des techniques gestuelles ou verbales qu'il a acquises afin d'accroître la crédibilité de son personnage est également nécessaire.

En plus de ce qui précède, l'acteur doit avoir de la patience et de la force pour atteindre la renommée, car cela demande beaucoup d'efforts, de travail acharné et de temps, pour découvrir l'acteur en plus de travailler sur le développement et le renouvellement pour profiter du chemin à la célébrité.

الممثل

يعد الممثل أو الممثلة شخص يقوم بأداء شخصية معينة ؛ فهذه المهنة في الأساس تقوم على أداء أدوار مختلفة سواء في المسرحيات أو الأفلام أو مقاطع الفيديو أو السينما. بحيث يمكن أن يكون هذا الدور الذي يتقمه الممثل حقيقيا كما أنه قد

يكون فقط من وحي الخيال. و لهذا يجب أن يكون قادراً على لعب أنواع مختلفة من الشخصيات بطريقة تقنع الجمهور بواقعهم.

إن التمثيل في السينما أو المسرح أو التلفزيون له جوانب عديدة. فلا أحد يعلم أن وراء هذا الحلم الكبير توجد حقيقة قاسية فميدان التمثيل هو قطاع متأثر بشكل كبير بالبطالة ويقدم فرصا وظيفية قليلة. لذلك مهما كان نوع التصوير ، يجب أن يكون الممثل على دراية كافية بكيفية التكيف مع متطلبات دوره فوظيفته لا تتوقف فقط على الصعود إلى خشبة المسرح بل بالعكس تماما فهي تتطلب تحضيراً مسبقاً بحيث يكون قادراً على مشاركة مشاعر شخصيته مع الجمهور.

بشكل عام الممثل الناجح عليه أن يركز على العديد من النقاط التي تعتبر أساسية كاحترام النص الذي كتبه كاتب السيناريو أو كاتب الحوار. إضافة إلى تقمص الشخصية من خلال توثيق أو مقابلة شخصيات مشابهة لدورك للانغماس في الدور بشكل أكبر، كما يجب عليه تفسير شخصيته أمام الجمهور أو الكاميرا مع احترام توجيهات المخرج. كما أن استخدام تقنيات التعبير الإيمائي أو الشفهي التي اكتسبها من أجل تعزيز مصداقية شخصيته تعتبر شيئا ضروريا .

إضافة لما سبق يجب على الممثل أن يتحلى بالصبر و القوة للوصول إلى الشهرة و يرجع ذلك لكونها تحتاج إلى الكثير من الجهد والعمل الشاق والوقت، لاكتشاف الممثل إضافة إلى العمل على التطوير و التجدد لتحقيق الاستمتاع في طريق الصعود للنجومية.

La restauration rapide ou le fast-food

La restauration rapide ou le fast-food, est un mode de restauration permet de servir rapidement sur place ou à emporter des plats commandés dont le but est de faire gagner du temps au client avec un prix très intéressant et généralement moindre que dans la restauration traditionnelle.

La première apparition de la restauration rapide c'était à l'époque romaine en Grande-Bretagne, c'était la première forme de «sandwiches». Le Royaume-Uni a également pris des recettes de cultures des autres pays, comme la pizza italienne, qui était à l'origine un repas rapide préparé par les mères italiennes pour leurs enfants. La restauration rapide est facile à préparer et savoureuse, elle attire beaucoup d'adultes et de jeunes.

La restauration rapide a de nombreux dommages dont l'augmentation de l'obésité et le risque d'avoir des maladies, tels que les maladies cardiovasculaires, obésité, les problèmes digestifs et diverses maladies du foie, ostéoporose et cancer...

Finalement, Il faut éviter de manger les plats de restauration rapide afin d'éviter de tomber dans les dangers de ce type de plats.

الوجبات السريعة

الوجبات السريعة أو الوجبات السريعة نوع من أصناف الطبخ يسمح بتقديم الأكل بسرعة إذ يمكن تناوله على الفور داخل المطعم أو أخذه؛ بهدف توفير الوقت للزبون إضافة إلى سعره المناسب وعموماً يكون أقل تكلفة من الطعام التقليدي.

كان أول ظهور للوجبات السريعة في العصر الروماني في بريطانيا؛ حيث كان ظهور أول شكل من "السندويشات." كما أخذت المملكة المتحدة وصفات من ثقافات الدول الأخرى مثل البيتزا الإيطالية ، التي كانت في الأصل وجبة سريعة تعدها الأمهات الإيطاليات لأطفالهن؛ فالوجبات السريعة سهلة التحضير ولذيذة، فهي تجذب العديد من الأشخاص البالغين والشباب.

للوجبات السريعة العديد من الأضرار بما في ذلك زيادة السمنة وخطر الإصابة بالأمراض ، مثل أمراض القلب والأوعية الدموية ، والسمنة، مشاكل الجهاز الهضمي وأمراض الكبد المختلفة وهشاشة العظام والسرطان...

أخيراً، يجب تجنب تناول الوجبات السريعة لتجنب الوقوع في مخاطر هذا النوع من الوجبات.

Les camps d'été

À l'occasion de ma réussite dans mes études avec des notes élevées, ma famille a décidé en été de m'envoyer en voyage organisé, qui était un camp urbain au milieu d'une belle nature. J'ai fait mes valises et je me suis préparé pour ce voyage amusant. Le jour du lancement a été une journée merveilleuse que je n'oublierai jamais. Le soleil brillait brillamment parmi les montagnes, me montrant une lumière focalisée qui plaît à l'œil et remplit le cœur.

J'ai dit au revoir à ma famille puis je suis monté dans le bus et nous sommes passés devant ces terrains plats, qui procurent une détente qui procure du plaisir et de la félicité à l'âme. Pour atteindre notre destination qui était une vaste forêt verte entourée d'une longue rivière, nous nous sommes d'abord reposés après cela, nous avons appris à nous connaître après nous avons continué à faire des activités et des jeux amusants.

Et après avoir fini, nous sommes allés déjeuner devant la rivière, c'était une vue magnifique pour enchanter l'esprit. Après cela, nous avons commencé à chanter quelques chansons qui nous ont été enseignées par les cadres qui nous accompagnaient. À la fin de la journée, nous sommes rentrés chez nous pour repartir pour un autre voyage. Nos journées de camping ont été des journées inoubliables et resteront dans nos mémoires.

المخيمات الصيفية

بمناسبة نجاحي في دراستي بدرجات عالية قررت عائلتي في فصل الصيف أن ترسلني في رحلة يتم تنظيمها والتي كانت عبارة عن مخيم حضري وسط الطبيعة الجميلة. حزمت أمتعتي و أعددت للذهاب إلى هذه الرحلة الممتعة. لقد كان يوم

الانطلاقة يوماً رائعاً لن أنساه أبداً فقد كان بريق الشمس يتلألأ من بين الجبال ويظهر لي ضوءاً مركزاً يرضي العين ويملأ القلب.

ودعت أهلي ثم ركبت الحافلة واجتازنا تلك الحقول المستوية التي تضيء استرخاءً يمنح السرور والنعيم للروح. لنصل إلى وجهتنا التي كانت غابة خضراء واسعة يحيط بها نهر طويل، في البداية أخذنا قسطاً من الراحة بعد ذلك تعرفنا على بعضنا البعض ثم انتقلنا للقيام ببعض الأنشطة الترفيهية والألعاب.

وبعدما انتهينا من ذلك ذهبنا لتناول وجبة الغذاء أمام النهر، لقد كان منظرًا رائعاً يسحر العقل. وبعد ذلك بدأنا بترديد بعض الأناشيد التي علمنا إياها الأطر الذين كانوا يرافقوننا. وفي نهاية اليوم عدنا إلى الديار لننطلق في الغد إلى رحلة أخرى. إن فترة التخييم التي أمضيها كانت أياماً لا تنسى وستظل راسخة في عقولنا.

La maltraitance des enfants

La maltraitance des enfants est un phénomène très complexe. C'est un problème mondial qui désigne les violences et la négligence envers les enfants, Ces mauvais traitements influence sur le comportement des enfants.

La maltraitance des enfants est peut être considéré comme une maladie sociale à combattre. C'est une action injustifiée dont le but est l'humiliation des enfants. Elle peut être causée par un manque d'éducation et de conscience d'une part, et par un manque d'amour et de tolérance en d'autre part. En un mot, c'est l'absence de paix sociale. La maltraitance des enfants se manifeste sous de nombreuses formes: La violence morale, la violence physique.

La maltraitance des enfants a de graves conséquences à vie, pour ceux qui en sont victimes c'est pour ça qu'il faut organiser à l'intention du public des campagnes d'éducation sur les conséquences négatives des mauvais traitements infligés aux enfants afin de lutter contre la maltraitance de toutes formes d'exploitation des enfants.

Avant de conclure, nous constatons que la maltraitance des enfants se propage de manière remarquable. C'est pour cette raison que la société civile doit faire des efforts pour mettre fin à cette injustice.

سوء معاملة الأطفال

سوء معاملة الأطفال هي ظاهرة معقدة للغاية؛ إنها مشكلة عالمية تدل على العنف والإهمال الذي يتعرض له الأطفال وهذه الإساءة لها تأثير على سلوك الأطفال.

يمكن اعتبار ظاهرة سوء معاملة الأطفال مرضًا اجتماعيًا يجب مكافحته. إنه عمل لا مبرر يهدف إلى إذلال الأطفال. يمكن أن يكون سببه غياب التعليم و قلة الوعي من جهة، و افتقاد الحب والتسامح من جهة أخرى. باختصار ، إنه غياب السلام الاجتماعي. تتجلى إساءة معاملة الأطفال في أشكال عديدة: العنف المعنوي والعنف الجسدي.

لسوء معاملة الأطفال عواقب وخيمة قد تؤثر على ضحاياها مدى الحياة، ولهذا السبب فمن الضروري تنظيم حملات توعية عامة حول العواقب السلبية لسوء معاملة الأطفال من أجل مكافحة جميع أشكال استغلال الأطفال.

قبل الختام، نلاحظ أن سوء معاملة الأطفال ينتشر بشكل ملحوظ يومًا بعد يوم. ولهذا السبب يجب على المجتمع المدني بذل جهود لإنهاء هذا الظلم.

La pollution, ces causes et ces conséquences

La pollution est un phénomène très dangereux qui altère notre environnement et notre santé, on distingue trois principaux types de pollution : La pollution de l'air, la pollution de l'eau et la pollution de sol.

Il existe de nombreuses causes de pollution environnementale telles que: le progrès industriel, la fumée dégagée des usines et des moyens de transports, les polluants naturels résultant de phénomènes naturels tels que l'éruption volcanique ou solaire et les tremblements de terre, les déchets jeté dans l'eau; mais le principale cause de cette catastrophe c'est que l'homme cherche à produire même au détriment la nature.

La pollution environnementale a plusieurs conséquences néfastes sur l'homme et l'environnement, elle affecte la santé, selon l'organisation mondiale de la santé; trois millions d'êtres humains meurent chaque année à cause de la pollution de l'air ainsi qu'elle est également responsable de maladies respiratoires et d'allergies. La pollution de l'eau limite la productivité primaire de nombreuses masses d'eau et tout cela constitue une menace pour la biodiversité.

pour lutter contre la pollution, il faut éviter les sources de pollutions à venir afin de préserver l'environnement et la santé publique, encourager l'espace vert, mettre un plan d'ensemble de limitation des effets sur l'environnement comme la construction d'usines spéciales pour traiter les

déchets des établissements publics et industriels, l'utilisation des moyens de transports moins polluants, faire des campagnes de sensibilisation pour responsabiliser les gens en faveur de l'environnement.

Enfin, protéger notre Terre, notre responsabilité!

التلوث أسبابه و نتائجه

التلوث ظاهرة خطيرة جداً ينتج عنها تغير في بيئتنا وصحتنا، هناك ثلاثة أنواع رئيسية من التلوث: تلوث الهواء وتلوث المياه وتلوث التربة مما يعني أنها يمكن أن تلحق الضرر بالبيئة من عدة جوانب مختلفة؛ إذن فما هي أسباب وعواقب التلوث و كيف يمكن محاربتة؟

هناك عدة أسباب ينتج عنها التلوث البيئي مثل: التقدم الصناعي ، الدخان المنبعث من المصانع ووسائل النقل، الملوثات الطبيعية الناتجة عن الظواهر الطبيعية مثل الثوران البركاني أو الشمسي والزلازل، النفايات الملقاة في المياه؛ لكن السبب الرئيسي لهذه الكارثة هو أن الإنسان يسعى لإنتاج حتى على حساب الطبيعة.

للتلوث البيئي عدة عواقب وخيمة بالنسبة للإنسان والبيئة، فهو يؤثر على الصحة، فوفق المنظمة الصحة العالمية. ثلاثة ملايين شخص يموتون كل عام بسبب تلوث الهواء فضلا عن كونها مسؤولة عن الإصابة بأمراض الجهاز التنفسي والحساسية، كما يقلص تلوث المياه الإنتاجية الأساسية للعديد من الكتل المائية وكل هذه عوامل تتهدد التنوع البيولوجي.

لمكافحة التلوث ، من الضروري تجنب مصادر التلوث من أجل الحفاظ على البيئة والصحة العامة ، كما يجب تشجيع المساحة الخضراء و وضع خطة شاملة للحد من الآثار السيئة على البيئة مثل بناء المصانع الخاصة لمعالجة نفايات المؤسسات العامة والصناعية، استخدام وسائل النقل الأقل تلويثا، إنشاء شركات خاصة بالتوعية لجعل الناس مسؤولين عن البيئة

و في الأخير، حماية أرضنا مسؤوليتنا .

L'importance de l'électricité

La découverte de l'électricité par l'homme est considérée comme l'une de ses plus grandes réalisations. Alors que la consommation d'électricité dans notre quotidien est devenue une habitude en raison de la facilité et de la douceur de son utilisation avec un seul clic, vous pouvez en profiter. Mais vous êtes-vous déjà demandé à quel point cette électricité est importante et comment seraient nos vies sans elle ?

L'électricité joue un rôle important dans nos vies, car elle a grandement contribué à éliminer l'obscurité et à accroître l'activité humaine dans le monde. Ils sont utilisés dans les usines, les écoles, les hôpitaux, les maisons, les rues et tous les autres endroits sombres. Cela a facilité la navigation même dans les nuits les plus sombres.

Si on prend le domaine industriel comme exemple, on constate que l'électricité a permis aux employeurs d'augmenter le rythme de production de leurs biens. Là où d'énormes machines dans de grandes usines fonctionnent à l'aide de l'électricité car ces machines fonctionnent d'une manière continue et sans interruption et produisent d'énormes quantités de marchandises, qui sont distribuées dans le monde entier.

Ceci est lié au domaine industriel, mais n'oublions pas les usages de l'électricité dans les habitations. On trouve aussi que la plupart des foyers utilisent beaucoup l'électricité, car la plupart des machines domestiques dépendent aujourd'hui de l'électricité, comme le four, le réfrigérateur et

d'autres machines. Bref, l'utilisation de l'électricité a tellement changé la vie humaine que la vie sans elle est presque impensable.

فوائد الكهرباء

إن اكتشاف الإنسان للكهرباء يعتبر من بين أعظم الإنجازات التي قام بها حيث أن استهلاك الكهرباء في حياتنا اليومية قد أصبح يعد شيئاً بديهياً نظراً لمدى سهولة و ليونة استخدامه فبضغطة زر واحدة تستطيع أن تستفيد منه. لكن هل تساءلت يوماً عن مدى أهمية هذه الكهرباء و كيف ستكون حياتنا من دونه؟

إن للكهرباء دور مهم في حياتنا فهي قد ساهمت بشكل كبير في إزالة الظلام و زيادة النشاط البشري في العالم. حيث يتم استخدامها في المصانع والمدارس والمستشفيات والمنازل و الشوارع و في جميع الأماكن المظلمة الأخرى. مما جعل التنقل سهلاً حتى في أحلك الليالي.

فإذا أخذنا المجال الصناعي على سبيل نجد أن الكهرباء قد مكنت أرباب العمل من زيادة فهذه نسبة إنتاج سلعهم حيث يتم تشغيل الآلات الضخمة في المصانع الكبيرة بمساعدة الكهرباء. الآلات تعمل بشكل مستمر و بدون انقطاع وتنتج كميات هائلة من البضائع ، والتي يتم توزيعها في جميع أنحاء العالم.

هذا في ما يخص المجال الصناعي ، لكن لا ننسى استعمالات الكهرباء في المنازل. فأغلب المنازل اليوم تستخدم الكهرباء بشكل كبير لأن معظم الآلات المنزلية اليوم تعتمد على الكهرباء باختصار لقد غير استخدام الكهرباء حياة الإنسان كالفرن ، الثلاجة و غيرهم من الآلات الأخرى. لدرجة أن الحياة بدونها تكاد تكون غير واردة .

"Alexander Graham Bell"

Alexander Bell est né le 3 mars 1847 à Édimbourg c'est un scientifique, un ingénieur et un inventeur scotto-canadien. Il a inventé un décortiqueur pour le blé c'était leur première invention. Dès l'année 1868 Graham a étudié l'anatomie et la physiologie à l'Université de Londres mais il a déménagé après avec sa famille pour vivre à Québec au Canada en 1870. Bell se rend à Boston pour enseigner aux sourds. Il retournera à Brantford chaque été. Alexander Graham Bell quitta ses parents pour se rendre à Boston afin d'enseigner aux sourds. Il retournera chaque été chez sa famille à Brantford.

En 1872, Il fonde une école pour les malentendants; cette école sera ultérieurement rattachée à l'université de Boston. Bell a consacré sa vie à apprendre à parler aux sourds, il a appris aux sourds les techniques de langage visible afin qu'ils peuvent parler sans utiliser le langage des signes qui était beaucoup plus largement utilisé à l'époque.

L'invention du téléphone:

Bell est plus connu par son invention du téléphone, il a réussi de transformer le son en impulsions électriques, C'est pendant cette période qu'Alexander Graham Bell entame sa collaboration avec Thomas A. Watson, son rêve se réalise en 1876; l'invention connaît rapidement un

succès retentissant qui aboutit en 1877 à la création de la compagnie téléphonique Bell.

Le décès d'Alexander Bell :

Il est mort à l'âge de 75 ans, le 2 août 1922 à Île du Cap-Breton, Nouvelle-Écosse à Canada. Malgré sa mort, mais tout le monde s'en souvient grâce à ses inventions surtout son invention du téléphone ce qui a grandement facilité la communication. Bell est considéré comme l'un des 10 plus grands scientifiques écossais de l'histoire après avoir été nommé au Panthéon des sciences en Écosse à la Bibliothèque nationale d'Écosse.

ألكساندر جراهام بيل

ولد ألكساندر بيل في الثالث من مارس عام ١٨٤٧ في إدنبرة ، وهو عالم ومهندس ومخترع اسكتلندي كندي. اخترع آلة يمكنها طحن القمح وكانت أول اختراع له خلال سنة ١٨٦٨ .

درس جراهام علم التشريح والفسولوجيا في جامعة لندن لكنه انتقل بعدها مع عائلته للعيش في مدينة كيبيك بكندا. انتقل بيل إلى بوسطن لتعليم الصم ليعود كل صيف إلى عائلته في برانتفورد.

في عام ١٨٧٢ ، أسس مدرسة لضعاف السمع ليتم فيما بعد ربط هذه المدرسة بجامعة بوسطن لتصبح جزءا منها. لقد كرس بيل حياته لتعلم التحدث إلى الصم، وعلمهم مهارات لغوية مرئية حتى يتمكنوا من التحدث دون استخدام لغة الإشارة التي كانت تُستخدم على نطاق واسع في ذلك الوقت.

اختراع التليفون:

اشتهر بيل باختراعه للهاتف وتمكن من تحويل الصوت إلى نبضات كهربائية، وخلال هذه الفترة بدأ ألكساندر غراهام بيل تعاونه مع توماس أديسون واتسون بعد عدة أبحاث، تحقق حلمه سنة ١٨٧٦ .

سرعان ما أصبح نجاحا مدهشا بلغ ذروته في إنشاء شركة بيل للهاتف في عام ١٨٧٧ .

وفاة ألكساندر بيل:

توفي عن عمر يناهز ٧٥ عاما ، ٢ أغسطس ١٩٢٢ في جزيرة كيب بريتون ، نونافا سكوشا في كندا ؛ فعلى الرغم من وفاته لكن الجميع يتذكرونه بفضل اختراعاته وخاصة اختراعه للهاتف الذي ساهم بشكل كبير في تسهيل عملية التواصل. يعد بيل أحد أعظم ١٠ علماء اسكتلنديين في التاريخ بعد أن تم إدراج اسمه في "قاعة مشاهير اسكتلندا للعلوم" لدى مكتبة اسكتلندا الوطنية.

Le bonheur

Le bonheur est un état de satisfaction complète, équilibré et durable, c'est un sentiment de joie, et de sérénité d'où le stress, l'inquiétude et le trouble sont absents.

Le bonheur est un désir et un besoin fondamental que tout le monde le cherche et souhaite le réaliser dans divers domaines.

Chaque personne a un type de bonheur particulier et correspond à ses envies. Il y a des gens qui trouvent leurs bonheurs d'après le partage de ses meilleurs moments avec ceux qu'ils aiment, ils se sentent très heureux de faire quelque chose pour le bonheur des autres; et d'autres voient que Le bonheur est relié avec des événements personnels comme: aimer et être aimé, un voyage, un cadeau ou une réussite professionnelle ... Tous ces moments et bien d'autres font le bonheur des uns et des autres.

Il faut profiter de la vie malgré ses difficultés et ses malheurs et vivre avec des sentiments positifs afin d'être heureux. Finalement, le bonheur est très important pour nous car il est le rayon solaire qui éclaire nos âmes. C'est l'amour et la force qui nous aident à réaliser nos rêves.

السعادة

السعادة هي حالة من الرضا الكامل، المتوازن والمستدام؛ إنها شعور بالبهجة ، والصفاء الذي يغيب عنه التوتر والقلق والمشاكل.

فالسعادة هي الرغبة والحاجة الأساسية التي يسعى الجميع إليها و يرغبون في تحقيقها في مختلف المجالات.

كل شخص لديه نوع معين من السعادة يتوافق مع رغباته، هناك أشخاص يجدون سعادتهم من خلال مشاركة أفضل لحظاتهم مع من يحبونهم؛ فيشعرون بالسعادة لفعل شيء ما من أجل سعادة الآخرين ويرى آخرون أن السعادة مرتبطة بأحداث شخصية مثل : أن تحب أو تحب ، أو سفر، هدية أو نجاح مهني ... جميع هذه اللحظات أو أخرى تزرع سعادة البعض و البعض الآخر.

يجب أن نستمتع بالحياة على الرغم من الصعوبات والمحن والعيش مع مشاعر إيجابية لنكون سعداء. أخيرا ، فالسعادة مهمة جدا بالنسبة لنا؛ إنها أشعة الشمس التي تنير أنفسنا. إنها الحب والقوة التي تساعدنا على تحقيق أحلامنا.

L'internet

La définition d'internet :

L'internet est un réseau informatique mondial qui met en contact les utilisateurs par le biais de leur matériel informatique respectif. C'est un moyen de communication et de divertissement ...

Le mot internet est un mot composé de inter qui vous dire "Interconnected" et le mot "net" qui vous dire «Network» est un mot anglais qui signifie "réseau".

L'internet est donc l'interconnexion de tous les réseaux du monde.

L'importance de l'internet :

L'internet occupe une place très importante dans notre vie, elle nous permet de transmettre et de recevoir des divers informations rapidement dans le monde ainsi qu'elle facilite la communication entre ses utilisateurs grâce à elle nous pouvons communiquer avec des milliers de personnes qui sont loin de chez nous et créer de nouvelles amitiés aussi l'internet donne des informations éducatives qui nous aide à améliorer nos connaissances c'est un excellent outil éducatif. L'utilisation de l'ordinateur et d'Internet permet aux adultes et aux enfants de partager le plaisir de l'exploration et de la découverte.

L'internet est un vaste réseau d'ordinateurs qui couvre le monde entier qui a plusieurs avantages mais en d'autre part, il peut carrément conduire à

une désocialisation ou un isolement total pouvant entraîner de graves problèmes de santé chez les dépendants.

الإنترنت

الإنترنت عبارة عن شبكة كمبيوتر عالمية التي تمكن المستخدمين على الاتصال فيما بينهم من خلال أجهزة الكمبيوتر الخاصة بهم إنها وسيلة للتواصل والترفيه.

كلمة الإنترنت هي كلمة مركبة من كلمتين :

" Inter " والتي تعنى Interconnected مترابطة وكلمة

« net » اصلها « Network » هي كلمة إنجليزية تعني " الشبكة

وبالتالي فإن الإنترنت هو التوصيل البيئي لجميع شبكات العالم أي الربط بين جميع الشبكات.

أهمية الانترنت:

يحتل الإنترنت مكانة هامة جدا في حياتنا، إذ يسمح لنا بنقل وتلقي معلومات متنوعة بسرعة عبر العالم كما أنه يسهل التواصل بين مستخدميهِ فيفضلهُ يمكننا التواصل مع الآلاف من الأشخاص البعيدين عنا وخلق صداقات جديدة. كما يقدم الإنترنت معلومات تربية تساعدنا على تحسين معرفتنا إنه أداة تعليمية ممتازة.

استخدام الكمبيوتر والإنترنت يسمح للبالغين والأطفال بمشاركة متعة الاستكشاف والاكتشاف.

الإنترنت عبارة عن شبكة واسعة من أجهزة الكمبيوتر التي تغطي العالم بأسره الإنترنت عبارة عن شبكة واسعة من أجهزة الكمبيوتر التي تغطي العالم بأسره ، والتي لديها العديد من المزايا ، ولكن من ناحية أخرى ، يمكن أن يؤدي ذلك إلى الانفراد أو العزلة الكاملة التي يمكن أن تؤدي إلى مشاكل صحية خطيرة للمدمنين.

Les avantages de l'internet

L'internet a de nombreux avantages :

Il nous permet de rester en contact avec nos amis et nos proches

Il est donc le meilleur moyen de communiquer.

L'internet est un excellent outil de divertissement : on peut jouer, regarder des films et s'amuser ...

L'internet nous aide à stocker ses fichiers importants sur des serveurs distants et bien protégés comme : Drive, OneDrive etc...

Grace à l'internet on peut avoir des formations en divers domaines ainsi que l'apprentissage des langues à distance.

Il permet aux chercheurs d'emploi de trouver facilement un emploi soit directement ou à distance "free-lance".

L'internet est une arme à double tranchant 'il a aussi des inconvénients c'est pour cela, qu'on doit l'utiliser à bon escient.

للإنترنت فوائد عديدة

يسمح لنا بالبقاء على اتصال مع أصدقائنا وأحبائنا.

ولذلك يعتبر أحسن وسيلة للتواصل.

الإنترنت هو أداة ترفيهية ممتازة : يمكننا من اللعب ومشاهدة الأفلام والمرح.

يساعدنا الإنترنت على تخزين الملفات الهامة على الخوادم المحمية عن بعد والمحمية بشكل جيد مثل : درايف، ون درايف و غيرها من البرامج.

بفضل الإنترنت يمكننا من الحصول على تدريب في مختلف المجالات وكذلك تعلم اللغات عن بعد.

يتيح الفرصة للباحثين عن عمل في إيجاد عمل بسهولة قد يكون عملا مباشرا أو عملا عن بعد.

الإنترنت سلاح ذو حدين لديه أيضا مساوئ لهذا يجب علينا استعماله بحكمة.

La profession d'avocat

La profession d'avocat est l'un des métiers les plus célèbres et importants de nos jours car tout le monde sait ce qu'est un avocat, c'est un métier qui inspire souvent un certain respect pour la plupart des gens.

L'avocat est un auxiliaire de justice, c'est-à-dire une personne qui contribue au fonctionnement de la fonction publique de la justice. Il a deux fonctions principales: assister et défendre ses clients dans les procédures judiciaires, et conseiller les clients sur des questions juridiques en dehors de tout litige.

La profession d'avocat est noble et humanitaire car elle lutte contre l'injustice; c'est grâce à l'avocat qu'on défend la veuve, l'orphelin, les innocents et les opprimés au tribunal. Par contre l'avocat risque sa vie en accomplissant son devoir. Il a un emploi de temps chargé en travaillant plusieurs heures par jour. Il s'absente souvent de la maison pour une urgence et il manque de moments de loisirs.

مهنة المحاماة

مهنة المحاماة هي واحدة من أشهر وأهم المهن المعروفة في أيامنا هذه لأن الجميع يعرف من هو المحامي، فهي مهنة غالبا ما تلهم ممتعتها احتراما خاصا من طرف معظم الناس.

يعتبر المحامي مساعدا للعدالة، أي أنه شخص يساهم في أداء خدمة العدالة العامة. وله وظيفتان رئيسيتان: الوظيفة الأولى تتجلى في مساعدة عملائه، والدفاع عنهم في الإجراءات القانونية، والوظيفة الثانية تتمثل في تقديم المشورة للعملاء بشأن المسائل القانونية خارج أي دعوى قضائية.

مهنة المحاماة نبيلة وإنسانية لأنها تحارب الظلم؛ وبفضل المحامي ندافع عن الأرملة واليتيم والأبرياء والمظلومين في المحكمة. و من ناحية أخرى، يخاطر المحامي بحياته و هو يؤدي واجبه المهني. إضافة إلى التزامه بجدول عمل مزدحم بحيث يعمل عدة ساعات في اليوم. وغالبا ما يكون بعيدا عن المنزل بسبب الطوارئ ويفتقر إلى وقت الفراغ.

La violence

La violence est un phénomène complexe, c'est l'utilisation intentionnelle de force ou de pouvoir qui porte atteinte à autrui sur le plan moral ou physique. Elle implique des coups, des blessures, de la souffrance, ou encore la destruction de biens humains ou d'éléments naturels.

L'usage de la violence dans les relations interpersonnelles préoccupe de plus en plus la société, chaque jour on peut entendre, lire ou même assister à des actes de violence envers des personnes. Cette violence a plusieurs conséquences entraînées, à court et à long terme chez les victimes et plus indirectement chez les témoins.

Finalement, il faut bien savoir que la violence n'est pas un moyen pour résoudre les problèmes de la vie.

العنف

العنف ظاهرة معقدة، إنه الاستخدام المتعمد للقوة أو القدرة التي تلحق الضرر بالآخرين معنوياً أو جسدياً التي قد تتسبب في ضربات أو إصابات أو معاناة أو تدمير الممتلكات البشرية أو العناصر الطبيعية.

يعد استخدام العنف في العلاقات الشخصية مصدر قلق متزايد في المجتمع، كل يوم يمكننا أن نسمع أو نقرأ أو حتى نشهد أعمال عنف ضد الناس. هذا العنف له عواقب عديدة على المدى القصير والطويل بالنسبة للضحايا وبشكل غير مباشر من طرف الشهود الذين شاهدوا الحدث.

أخيراً، يجب أن نعرف أن العنف ليس وسيلة لحل مشاكل الحياة بل على العكس فهو يزيد من حدة المشكل.

La violence verbale

Depuis le début des temps, l'être humain cherche à acquérir, à prouver soi et à s'imposer mais lorsqu'il se voit incapable de réaliser ces désirs ou quand il n'arrive pas à résoudre ses problèmes, il recourt à la violence verbale.

D'une part, cela fait partie à une mauvaise éducation, autrement dit, c'est une conduite irrespectueuse et impolie. Par conséquent, si tous les gens recourent à ce comportement, on aura une société sans mœurs, ce qui signifie que notre attitude sera mal réputée.

D'autre part, faire recours à la violence verbale est un signe de faiblesse, de peur et non pas de courage et au lieu de recourir à cette pratique, pourquoi ne pas ouvrir la voie à l'entente et à la tolérance.

De surcroît, notre religion refuse tout genre de violence et elle nous invite à engager la paix dans nos relations.

En guise de conclusion, je crois qu'on doit mettre la main dans la main afin de lutter contre ce fléau, en encourageant les formes de communication respectueuses.

العنف اللفظي

منذ بداية الزمن يسعى الإنسان إلى اكتساب وإثبات نفسه وفرض نفسه ، ولكن عندما يرى نفسه غير قادر على تحقيق هذه الرغبات أو عندما لا يستطيع حل مشاكله ، يلجأ إلى العنف اللفظي.

من ناحية ، هو جزء من تربية سيئة ، وبعبارة أخرى ، إنه سلوك غير محترم وغير مهذب. لذلك ، إذا لجأ الجميع إلى هذا السلوك ، فسيكون لدينا مجتمع بلا أخلاق ، مما يعني أن سلوكنا سيكون سيء السمعة.

من ناحية أخرى ، فإن اللجوء إلى العنف اللفظي هو علامة للضعف والخوف وليس شجاعة وبدلاً من اللجوء إلى هذه الممارسة فلماذا لا نفتح الطريق للتفاهم والتسامح.

علاوة على ذلك ، فإن ديننا يرفض أي نوع من العنف ويدعونا إلى التزام السلام في علاقاتنا في الختام ، أعتقد أنه يجب علينا التكاثر من أجل مكافحة هذه الآفة ، من خلال تشجيع أشكال التواصل المحترمة.

L'énergie solaire

Le rayonnement solaire est une source d'énergie essentielle à la surface du globe à commencer par son utilisation pour compléter le processus de photosynthèse des plantes ou encore la production d'électricité. L'énergie solaire est une forme d'énergie propre qui fonctionne essentiellement sur la lumière du soleil pour produire de l'électricité ou de la chaleur. Elle a deux utilisations principales : le chauffage direct de l'eau et des bâtiments, et son utilisation sous forme d'énergie lumineuse pour produire de l'électricité.

À notre époque, nous constatons que l'énergie solaire est largement utilisée, notamment dans les habitations, en raison de ses multiples avantages que nous évoquerons dans les lignes suivantes.

L'un des domaines les plus courants d'exploitation de l'énergie solaire est sa conversion en énergie thermique, et cela se fait en plaçant un groupe de panneaux solaires qui consistent à la base d'une couche de métal recouverte d'une plaque et parfois il peut s'agir de deux panneaux de verre. Cette couche est chauffée lorsqu'elle est exposée à la lumière directe du soleil et cette énergie est utilisée dans les chauffe-eau solaires et le chauffage domestique.

Lorsque vous utilisez l'énergie solaire à la maison dans ce cas, c'est vous qui produisez votre propre électricité, ce qui signifie que vous utilisez moins la ressource utilitaire. Ainsi, vous aurez économisé sur vos factures d'électricité d'un pourcentage important car la consommation est bien sûr à un taux

inférieur. De plus, vous pouvez vendre l'énergie solaire excédentaire produite à votre fournisseur en la renvoyant au réseau et de cette façon vous pourrez également gagner de l'argent.

Un autre avantage de l'énergie solaire est qu'elle est illimitée car elle peut être utilisée sans limites ni obstacles. En plus du fait que le processus d'installation d'appareils technologiques pour recevoir les rayons solaires est très rapide, car il ne nécessite pas beaucoup de temps, sauf que cette énergie n'émet pas de dioxyde de carbone ce qui est une chose très importante.

الطاقة الشمسية

تعتبر الأشعة الشمسية مصدرا أساسيا للطاقة على سطح الكرة الأرضية ابتداء باستعمالها لإتمام عملية التركيب الضوئي في النباتات وحتى إنتاج الكهرباء. والطاقة الشمسية هي شكل من أشكال الطاقة النظيفة التي تعمل في أساسها على أشعة الشمس لتوليد الكهرباء أو الحرارة. ولها استعمالين أساسيين وهما: القيام بعملية التسخين المباشر للمياه وللمباني واستعمالها على شكل طاقة ضوئية لإنتاج الكهرباء.

لقد أصبحنا نجد في عصرنا الحالي أن الطاقة الشمسية تستعمل بشكل كبير خصوصا في المنازل ويرجع ذلك لما لها من فوائد متعددة والتي سنذكرها في السطور التالية.

من بين أكثر المجالات شيوعا لاستغلال الطاقة الشمسية هو تحويلها إلى طاقة حرارية، يتم ذلك من خلال وضع مجموعة من الألواح الشمسية التي تتكون في أساسها من طبقة من المعدن مغطاة بلوح وأحيانا قد يكون لوحين من الزجاج هذه الطبقة يتم تسخينها عندما تتعرض لأشعة الشمس المباشرة وتستخدم هذه الطاقة المنتجة في سخانات المياه الشمسية والتدفئة في المنازل.

عند استخدامك للطاقة الشمسية في المنزل في هذه الحالة تكون أنت هو من ينتج الكهرباء الخاصة بك مما يعني أنك تستخدم أقل من مورد المرافق. وهكذا تكون قد وفرت في فواتير الكهرباء الخاصة بك بنسبة كبيرة لأن الاستهلاك يكون بالطبع بنسبة أقل بالإضافة إلى ذلك بل يمكنك أن تقوم ببيع الطاقة الشمسية الزائدة المنتجة إلى المورد الخاص بك وذلك عن طريق إعادتها إلى الشبكة وبهذه الطريقة ستستطيع كسب المال أيضا.

من المزايا الأخرى للطاقة الشمسية كونها غير محدودة حيث يمكن استعمالها بدون حدود أو إعاقات. إضافة إلى كون عملية تركيب الأجهزة التكنولوجية لاستقبال الأشعة الشمسية سريع جداً فهو لا يحتاج الكثير من الوقت هذا غير أن هذه الطاقة لا يوجد بها انبعاث ثاني أكسيد الكربون وهو شيء مهم جدا.

La propreté

La propreté est un élément très important dans la vie afin d'avoir une bonne hygiène de vie; quelle est la définition de la propreté et ses types et comment l'obtenir ?

Propreté physique : élimination des salissures

Propreté biologique : élimination des micro-organismes

Propreté chimique : élimination des résidus de détergent

Il y a plusieurs règles que nous devons respecter pour obtenir la propreté, dont les plus importantes sont:

Prenez soin de l'hygiène personnelle : Un brossage des dents régulier est indispensable pour la bonne santé des dents; aussi la douche est une étape essentielle à l'hygiène.

Se laver les mains avant et après les repas est aussi l'une des règles d'hygiène les plus importantes.

Le nettoyage efficace constitue notre première règle de défense contre les virus et les maladies.

un environnement propre sème la joie et la capacité de travailler en calme .

Il est impossible de nier l'importance de la propreté dans vies; c'est pour cela on doit être responsable de nos gestes!

Un environnement propre influence positivement la santé de tous les humains.

النظافة

تُعد النظافة عنصرا من العناصر الضرورية في حياتنا لضمان أسلوب حياة صحي فما هي النظافة و أنواعها و كيف نحصل عليها ؟

النظافة هي غياب الأوساخ أي عدم وجودها بما في ذلك الغبار والبقع أو الروائح الكريهة من أجل حياة صحية خالية من الأمراض.

هناك ثلاثة أنواع من النظافة:

هناك ثلاثة أنواع من النظافة:

نظافة البدن : التخلص من الأوساخ الموجودة بالجسم.

النظافة البيولوجية : القضاء على الكائنات الحية الدقيقة كالبكتيريا.

النظافة الكيميائية : إزالة بقايا المنظفات.

هناك عدة قواعد يجب علينا الالتزام بها لتحقيق النظافة نذكر أهمها:

الاعتناء بالنظافة الشخصية : عن طريق تنظيف الأسنان بشكل منتظم يضمن صحة أسنان جيدة ، كذلك الاستحمام هو خطوة أساسية للنظافة.

غسل اليدين قبل وبعد الأكل يعد أيضا من أهم قواعد النظافة.

التنظيف الفعال هو القاعدة الأولى للقضاء على الفيروسات و الأمراض.

بيئة نظيفة تزرع الفرح والقدرة على العمل بسلام.

من المستحيل إنكار أهمية النظافة في حياتنا؛ لهذا يجب علينا أن نكون مسؤولين عن سلوكياتنا.

بيئة نظيفة تؤثر بشكل إيجابي على صحة الجميع.

Le temps libre

Le temps libre est le temps pendant lequel la personne peut se reposer, prendre soin d'elle-même, faire les activités qui l'aime ou ce qu'on l'appelle les loisirs.

Chacun d'entre nous a une façon différente de profiter de ce temps.

Beaucoup de gens considèrent que le temps libre est une chose très négative, pensant que l'existence d'un tel temps est une passerelle vers la chute de l'homme dans le borbier des vices, des convoitises, des déviations morales et comportementales. Mais qui est élevé sur les vertus, et qui se connaît lui-même et connaît son but dans la vie cherche toujours à utiliser chaque minute de sa vie dans les choses utiles.

Les sociologues ont beaucoup écrit sur les loisirs et les divertissements, s'accordant à dire qu'ils sont utiles tant à l'individu qu'à la société. c'est pour ça qu'il faut élever les générations montantes, leur inculquer des valeurs et des principes, les aider à se respecter et à utiliser leur temps, leur argent et leur corps dans tout ce qui est utile.

وقت الفراغ

وقت الفراغ هو الوقت الذي يمكن فيه للشخص أن يستريح أو يعتني بنفسه أو يقوم بالأنشطة التي يحبها أو ما يسمى بالهوايات؛ فكل واحد منا لديه طريقة خاصة و مختلفة للاستمتاع بهذا الوقت.

يعتبر الكثير من الناس أن وقت الفراغ هو شيء سلبي للغاية، معتقدين أن وجود مثل هذا الوقت هو بوابة لسقوط الإنسان في مستنقع الرذائل والانحرافات الأخلاقية والسلوكية. ولكن من يتميز بالفضائل ، ومن يعرف نفسه و يثق بها ويعرف هدفه في الحياة يسعى دائما لاستخدام كل دقيقة من حياته في أشياء مفيدة.

كتب علماء الاجتماع على نطاق واسع عن أوقات الفراغ والترفيه، متفقين في ذلك على أنها مفيدة لكل من الفرد والمجتمع. لهذا السبب يجب علينا أن نربي الأجيال الصاعدة، ونغرس فيهم القيم والمبادئ، ونساعدهم على احترام أنفسهم واستخدام وقتهم وأموالهم وأنفسهم في كل ما هو مفيد.

La pauvreté

La pauvreté est un phénomène social complexe qui a menacé de nombreuses sociétés, en particulier les pays en développement ou les pays les moins avancés. Elle désigne le manque des moyens pour répondre aux besoins de base des pauvres ou de manière générale l'ensemble des conditions de vie tel que la nourriture, le logement et les vêtements...

Les causes de la pauvreté résident notamment dans un taux de croissance démographique élevé, la propagation du chômage dans les communautés à cause de la faible croissance d'économie, l'exclusion sociale, l'insécurité et l'absence de maîtrise sur les moyens de production ainsi que le manque d'efforts pour gagner de l'argent par le travail et le manque d'éducation.

Chaque problème a sa solution, comme il existe de nombreuses raisons de la pauvreté, il existe également des solutions à ce problème telles que la création d'emplois pour les jeunes, encourager les jeunes talentueux afin de développer leur potentiel et aussi dispenser une éducation nécessaire sur le marché du travail dans les écoles et les universités afin d'obtenir un emploi facilement soit dans le secteur privé ou public.

Pour lutter contre ce grand problème, il faut combattre les inégalités et aussi exploiter les ressources naturelles de l'État qui génèrent des revenus pour les citoyens.

Finalement, la pauvreté est un ennemi que tous les membres de la société doivent s'entraider ensemble pour le combattre.

الفقر

الفقر ظاهرة اجتماعية معقدة تهدد العديد من المجتمعات، لا سيما البلدان النامية والبلدان الأقل تقدماً. يتمثل في نقص في الوسائل لتلبية الاحتياجات الأساسية للفقراء أو بصفة عامة وسائل الحياة بما في ذلك الأكل والمأوى والملبس.

تشمل أسباب الفقر ارتفاع معدل النمو السكاني وانتشار البطالة في المجتمعات بسبب انخفاض النمو الاقتصادي والاستبعاد الاجتماعي وانعدام الأمن وعدم السيطرة على الإنتاج فضلاً عن عدم بذل الجهود لكسب المال من خلال العمل ونقص في التعليم.

لكل مشكلة حلها، حيث توجد هناك أسباب كثيرة للفقر؛ فهناك أيضاً حلول لهذه المشكلة مثل خلق فرص العمل للشباب وتشجيع الشباب الموهوبين لتطوير إمكاناتهم وكذلك توفير التعليم اللازم بحيث يتمشى مع سوق العمل في المدارس والجامعات من أجل الحصول على وظيفة بسهولة سواء في القطاع الخاص أو العام.

لمكافحة هذه المشكلة الكبيرة، يجب محاربة عدم المساواة واستغلال الموارد الطبيعية للدولة لتوليد الدخل للمواطنين. أخيراً، فالفقر هو عدو يجب على جميع أفراد المجتمع العمل معاً من أجل مكافحته.

La guerre

La guerre est un conflit armé entre deux pays ou plusieurs pays. C'est une forme de violence méthodique et organisée, elle est aussi un échange de menace.

La guerre peut causer la destruction des vies humaines, ses efforts sont dévastateurs sur les enfants qui risquent d'être tués, emprisonnés ou victimes de violence sexuelles.

La guerre cause des graves dommages sur les gens physiquement et psychiquement ainsi que le manque de sécurité. La bataille armée cause des impacts sur l'environnement à cause des explosions et les matières chimiques utilisés qui ont des effets dangereux sur tous les êtres vivants.

La guerre est un vrai cauchemar. Il faut chercher des méthodes pour régler les conflits sans guerre pour vivre en paix car la guerre est un désastre.

الحرب

الحرب نزاع مسلح بين دولتين أو عدة دول. إنه شكل منهجي ومنظم للعنف ، إنه أيضا تبادل للتهديدات.

يمكن للحرب أن تدمر الأرواح البشرية، قواتها مدمرة للأطفال المعرضين لخطر القتل أو السجن أو الاعتداء الجنسي. تسبب الحرب أضراراً جسيمة للناس جسدياً وعقلياً بالإضافة إلى انعدام الأمن؛ كما تتسبب المعارك المسلحة في آثار بيئية سلبية بسبب الانفجارات والمواد الكيميائية المستخدمة والتي لها آثار خطيرة على جميع الكائنات الحية.

خلال الحرب، يعاني السكان من نقص في الغذاء والماء والكهرباء. يفقد الناس منازلهم وعائلاتهم، ويمكنهم أي ضاً أن يفقدوا حياتهم. لذلك يقررون مغادرة بلداهم للبحث عن بلد آخر حيث يمكنهم العيش فيه بسلام وأمن.

الحرب كابوس حقيقي. يجب أن نبحث عن طرق لتسوية النزاعات بدون حرب من أجل العيش بسلام باعتبار الحرب كارثة مدمرة .

L'optimisme

L'optimisme est un état d'esprit, durable ou passager, caractérisé par une perception positive du monde. C'est une perception positive de la réalité, mais ce n'est pas la réalité qui a des multiples bénéfices à la fois sur la santé physique et la santé psychique.

être optimiste construit de bonnes relations avec les autres et rend les expériences du quotidien plus agréables. On remarque que La vie des optimistes semble plus heureuse que celle des pessimistes car ils ne voient que le bon côté de la vie malgré les échecs et les malheurs ainsi que difficultés.

Pour réaliser nos rêves et réussir à notre vie, il faut surmonter les obstacles et les difficultés, et pour ce faire, nous devons être optimistes afin de continuer notre chemin avec plus de courage et en gardant tout notre enthousiasme et notre détermination.

Notre vie est courte, et la vivre avec optimisme nous permet d'en profiter le maximum avec joie et bonheur!

التفاؤل

التفاؤل هو حالة ذهنية ، دائمة أو عابرة ، تتميز بتصور إيجابي للعالم. إنه إدراك إيجابي للواقع ، لكنه ليس الواقع.

أن تكون متفائلا سيساعدك على بناء علاقات جيدة مع الآخرين ويجعل التجارب اليومية أكثر متعة، نرى أن حياة المتفائلين تبدو أكثر سعادة من حياة المتشائمين لأنهم يرون فقط الجانب الجيد من الحياة رغم الفشل والمصائب والصعوبات

لكي نحقق أحلامنا وننجح في حياتنا ، يجب علينا التغلب على العقبات والصعوبات ، وللقيام بذلك ، يجب أن نكون متفائلين من أجل مواصلة رحلتنا بشجاعة أكبر مع الحفاظ على كل حماسنا و عزمنا. حياتنا قصيرة ، والعيش فيها بتفاؤل يسمح لنا بالاستمتاع بها على أكمل وجه بفرح و سعادة.

Une personne sociable

Une personne sociable est une personne qui se comporte bien avec les autres et qui a en contact généraux en relation avec son environnement sociale. C'est une personnalité serviable qui aime aider les gens et qui n'aime pas heurter la sensibilité des autres.

Les amis d'une personnalité sociable sont toujours à l'aise et satisfaits parce qu'elle présente un sentiment de confiance, de satisfaction et d'optimisme pour son entourage. Cette personnalité cherche toujours à s'améliorer et arranger les choses. Elle peut aider les gens facilement grâce à son savoir-faire et sa façon de voir les choses; elle sait traiter et résoudre les difficultés. Ce genre de personne sait comment parler et communiquer avec tout le monde au travail, à l'école et les hôpitaux...

La personnalité sociable cherche toujours à être au sein d'un groupe car elle n'aime pas la solitude. Elle est positive, optimiste, sincère et plein d'amour pour les autres. Elle a plusieurs amis, elle sait aussi comment garder et protéger cette amitié. C'est une personne fidèle.

شخص إجتماعي

شخص إجتماعي هو شخص يتعامل جيداً مع الآخرين الذين لديهم اتصال عام به و علاقته بيئته الاجتماعية. إنها شخصية خدومة، تحب مساعدة الأشخاص ولا تحب الإساءة إلى الآخرين.

أصدقاء الشخصية الاجتماعية يشعرون دائماً بالراحة و الرضا اتجاه هذه الشخصية لأن لديهم شعور بالثقة والتفؤل إزاء هذا الشخص. تسعى هذه الشخصية إلى تحسين وترتيب الأشياء. فبإمكانها مساعدة الناس بسهولة بفضل معرفتها وكيفية رؤيتها للأشياء؛ إنها تعرف كيفية علاج وحل الصعوبات. هذا النوع من الشخصية يعرف كيفية التحدث والتواصل مع الجميع في العمل، في المدرسة والمستشفيات و غيرها من الأماكن.

تسعى الشخصية الاجتماعية دائماً إلى أن تكون ضمن مجموعة لأنها لا تحب الشعور بالوحدة. إنها شخصية إيجابية، متفائلة ومخلصة ومليئة بالحب للآخرين. لديها العديد من الأصدقاء و تعرف أيضا كيفية الحفاظ على هذه الصداقة وحمايتها؛ فهي شخصية مخلصة.

La profession d'ingénieur

La profession d'ingénieur est une profession importante dans toute société qui nécessite des connaissances et des compétences spécifiques. Malgré l'existence de différentes spécialités pour les ingénieurs, toutes les spécialités d'ingénierie sont également importantes.

L'architecte est le maître d'œuvre de la conception et de la réalisation du projet. C'est celui qui participe à la construction du pays et travaille à son progrès et lui fournit toutes les nouveautés dans la construction, l'industrie ou d'autres domaines importants. On constate que l'ingénieur est responsable de l'aménagement des villes, c'est lui qui donne le caractère distinctif de son pays, ce qui peut faire de son pays une destination touristique vers laquelle les touristes viennent de tous les pays du monde pour assister au chef-d'œuvre architectural de la ville, en plus de ce qu'elle offre aux habitants de cette ville de confort en logement, en randonnée et en se déplaçant d'un endroit à l'autre.

L'ingénieur est également joue un rôle très important dans le domaine militaire, il est responsable de la maintenance des armes, ainsi que de la modification de certaines armes en fonction du développement qui se passe dans les armes, et l'ingénieur invente et introduit également des inventions modernes qui faire un progrès de son pays.

Nous constatons également que l'industrie repose également sur les innovations d'ingénieurs spécialisés dans le domaine des machines modernes

qui augmentent la production et économisent du temps et des efforts, et ainsi élever le niveau d'économie, ce qui profite à tous les membres de la communauté. Finalement, l'ingénieur est le garant de la réussite du projet; c'est par le respect des valeurs et de la déontologie que la profession d'ingénieur mérite la confiance du public.

مهنة المهندس

تعتبر مهنة الهندسة مهنة مهمة في أي مجتمع؛ إذ تتطلب معرفة ومهارات محددة على الرغم من وجود تخصصات مختلفة للمهندسين، إلا أن جميع التخصصات الهندسية لها نفس الأهمية.

المهندس المعماري هو المقاول الرئيسي لتصميم وتنفيذ المشروع باعتباره عضواً مساهماً في بناء بلده إذ يعمل على تقدمه ويزوده بكل ما هو مستجد في البناء أو الصناعة أو غيرها من المجالات المهمة. نرى أن المهندس هو المسؤول عن تطوير المدن، فهو الذي يعطي الطابع المميز لبلده وفضله يمكن أن يجعل بلده وجهة سياحية يأتي إليها السائحون من جميع دول العالم من أجل مشاهدة التحفة المعمارية للمدينة، بالإضافة إلى ما يُقدمه لسكان هذه المدينة من راحة الإقامة والمشى والتنقل من مكان إلى آخر.

يلعب المهندس أيضاً دوراً هاماً في المجال العسكري، فهو مسؤول عن صيانة الأسلحة وكذلك تعديل بعض الأسلحة وفقاً للتطور الذي يحدث في الأسلحة، وابتكر المهندس أيضاً و يقدم الاختراعات الحديثة التي يسعى إلى منحها لبلده.

كما نجد أن الصناعة تعتمد أيضاً على ابتكارات المهندسين المتخصصين في مجال الآلات الحديثة التي تزيد من الإنتاج وتوفر الوقت والجهد وبالتالي ترفع من مستوى الاقتصاد الذي يفيد جميع أفراد المجتمع. وأخيراً، المهندس هو الضامن لنجاح المشروع؛ فمن خلال احترام القيم والأخلاق تستحق مهنة الهندسة كسب ثقة الناس.

Le diabète

On peut définir le diabète comme une maladie chronique qui apparaît lorsque l'organisme n'utilise pas correctement l'insuline qu'il produit ou quand le pancréas ne produit pas suffisamment d'insuline ce qui empêche le corps d'utiliser correctement l'énergie fournie par les aliments ingérés.

Le pancréas produit et libère une hormone qui s'appelle l'insuline. C'est une hormone qui régule la concentration de sucre dans le sang. Cela veut dire que le diabète est lié à l'insuline qui considéré comme un moyen de vie pour nous. L'équilibre de cet hormone permet de maintenir la glycémie stable dans le corps; en cas de diabète, ce système de régulation ne fonctionne pas.

Le diabète a plusieurs symptômes comme le fatigue, soif intense, bouche sèche et trouble de vision et aussi perte de poids. Les gens qui souffrent de diabète, il faut qu'ils suivent un régime. C'est pour cette raison il y a des aliments interdits en cas de diabète comme les gâteaux, le fromage, les sodas et la charcuterie. Il n'existe pas des causes précises de diabète mais il y a un ensemble de facteurs favorisant soit d'origine génétique, manque d'activité physique ou les alimentations déséquilibrées. Le diabète reste une maladie qui ne se guérit pas malgré la recherche médicale c'est pour ça qu'il faut prendre régulièrement son traitement, garder de bonnes habitudes alimentaires pour réduire la glycémie et les autres facteurs de risque de lésion des vaisseaux sanguins ainsi que la pratique d'une activité physique.

مرض السكري

يمكن تعريف مرض السكري بأنه مرض مزمن يظهر عندما لا يستخدم الجسم الأنسولين الذي ينتجه بشكل صحيح أو عندما لا ينتج البنكرياس ما يكفي من الأنسولين، مما يمنع الجسم من استخدام الطاقة بشكل صحيح.

ينتج البنكرياس و يطلق هرمونا يسمى الأنسولين؛ وهو هرمون يعمل على تنظيم تركيز السكر في الدم. هذا يعني أن مرض السكري مرتبط بالأنسولين الذي يعتبر مهما للحياة بالنسبة لنا. يساعد توازن هذا الهرمون في الحفاظ على استقرار نسبة السكر في الدم في الجسم؛ في حالة مرض السكري، لا يعمل هذا النظام التنظيمي.

لمرض السكري عدة أعراض مثل التعب، العطش الشديد وجفاف الفم وعدم وضوح الرؤية بالإضافة فقدان الوزن. الأشخاص المصابون بداء السكري، عليهم اتباع نظام غذائي. ولهذا السبب هناك عدة أطعمة يُمنع تناولها في حالة الإصابة بمرض السكر مثل الكعك، الجبن، المشروبات الغازية واللحوم الباردة. لا توجد أسباب محددة لمرض السكري ولكن هناك عدة عوامل مساهمة إما من أصل وراثي أو قلة النشاط البدني أو النظام الغذائية غير المتوازن. يظل مرض السكري مرضا لا يمكن علاجه على الرغم من الأبحاث الطبية، لهذا السبب يجب الحرص على تتبع العلاج بانتظام، الحفاظ على عادات الأكل الجيدة لتقليل نسبة السكر في الدم وعوامل الخطر الأخرى المؤدية إلى تلف الأوعية الدموية، بالإضافة إلى ممارسة النشاط البدني.

Le rhume

Le rhume est une maladie infectieuse virale des voies virale de voies respiratoires supérieures. Il est plus fréquent pendant les saisons d'automne et d'hiver.

Le rhume se caractérise par un écoulement nasal, la fièvre, la fatigue et la faiblesse, douleurs musculaires, mal à la tête et perte d'appétit et une sensation de brûlure dans le nez. Le rhume est une maladie contagieuse qui peut se propager par le contact des mains avec une personne infectée ou un objet contaminé.

Le rhume peut atteindre 10 fois par an chez les enfants mais avec l'âge, le corps développe une immunité contre plusieurs virus responsable du rhume. Il y a des remèdes très efficaces qui aident à réduire les douleurs et apaiser les maux de gorge et le toux comme la tisane au miel, la soupe à l'oignon est délicieuse et qui réchauffe en hiver. Prendre un antalgique" paracétamol". Se reposer et boire suffisamment d'eau.

الزكام

يعتبر الزكام مرضًا فيروسيًا معديًا يصيب الجهاز التنفسي العلوي. وهو أكثر انتشارًا خلال فصلي الخريف والشتاء.

يتميز الزكام بسيلان في الأنف، الحمى، التعب و الإحساس بالضعف مصحوب بالآلام في العضلات ، الصداع وفقدان الشهية وحرقان في الأنف. الزكام مرض معدٍ يمكن أن ينتشر عن طريق الاتصال اليدوي مع شخص مصاب أو جسم ملوث.

يمكن أن يصاب الأطفال بنزلات البرد إلى ١٠ مرات في السنة ولكن مع تقدم العمر يطور الجسم المناعة ضد العديد من الفيروسات الشائعة المسببة للزكام. هناك علاجات فعالة للغاية تساعد في تقليل الألم وتهدئة التهاب الحلق والسعال مثل شاي الأعشاب والعسل والحساء مع البصل فهو لذيذ ومدفئ في فصل الشتاء.

أخذ مسكن "باراسيتامول". الاستراحة وشرب كمية كافية من الماء.

Le lavage des mains

Le lavage des mains est fait partie de l'hygiène quotidienne. C'est la meilleure façon de prévenir la propagation des bactéries et la lutte contre les infections. Il est important de se laver les mains plusieurs fois par jour parce que les mains étant la partie du corps nous permettant d'interagir avec l'environnement externe. Chaque jour, des millions de microbes se déposent sur nos mains, ce qui représentent des dangers sur notre santé.

Une bonne hygiène des mains contribue à limiter ou réduire le risque de transmission de germes responsables de maladies infectieuses. Il est le seul moyen de supprimer les salissures et les éléments toxiques ainsi que la lutte contre l'infection.

Le lavage des mains a plusieurs bienfaits pour la santé. Surtout, en période de pandémie liée au Coronavirus. Il est recommandé de bien se laver les mains avec de l'eau et du savon en se frottant bien les mains l'une contre l'autre, entre les doigts et sous les ongles pendant au moins 20 secondes.

غسل اليدين

يعتبر غسل اليدين جزءاً من النظافة اليومية؛ فهو أفضل طريقة لمنع انتشار البكتيريا ومكافحة الالتهابات. من المهم أن تغسل اليدين عدة مرات في اليوم لأن اليدين أهم جزء من الجسم. يسمح لنا بالتفاعل مع البيئة الخارجية. كل يوم، تترسب ملايين الجراثيم على أيدينا فتشكل خطراً على صحتنا.

تساعد النظافة الجيدة لليدين على الحد أو التقليل من خطر انتقال الجراثيم التي تسبب الأمراض المعدية. إنها الطريقة الوحيدة للتخلص من الأوساخ والعناصر السامة وكذلك مكافحة انتشار العدوى.

لغسل اليدين فوائد صحية عديدة. خاصة خلال الجائحة المرتبطة بفيروس كورونا. يوصى بغسل يديك جيداً بالماء والصابون وفرك اليدين معاً بشكل جيد، بين الأصابع وتحت الأظافر لمدة ٢٠ ثانية على الأقل.

L'esprit

Allah a honoré l'homme en lui octroyant de nombreuses bénédictions, la plus importante étant la bénédiction d'esprit qui est le principe de la vie incorporelle de l'être humain permettant une communication ininterrompue entre le monde extérieur et le soi.

La personne rationnelle distingue le bien, le faux, l'utile et le nuisible. Il peut faire la distinction entre ce qui est juste et ce qui est le contraire, parce que l'esprit fournit à l'homme les causes et les outils qui conduisent à la réalisation de choses et de résoudre les problèmes.

La santé physique est influencée par la santé mentale, on ne peut pas profiter de l'un sans penser à l'autre; pour cela nous disons un esprit sain dans un corps sain.

Donc, il est essentiel de bien entretenir notre esprit; de le garder sain en tout temps avec des pensées positives afin d'obtenir une bonne santé.

العقل

لقد كرم الله الإنسان بالعديد من النعم، أهمها نعمة العقل التي تعد مبدءاً للحياة غير الملموسة للإنسان إذ يسمح للشخص بالتواصل المستمر بين العالم الخارجي والذات.

يتميز الشخص العقلاني بين الصواب والخطأ والمفيد والضار؛ ويمكنه التمييز بين ما هو صحيح أو عكس ذلك، لأن العقل يوفر للإنسان الأسباب والأدوات التي تمكنه من تحقيق الأشياء وحل المشكلات.

الصحة البدنية تتأثر بالصحة العقلية، فلا يمكننا الاستمتاع بوحدة دون التفكير في الأخرى لهذا نقول العقل السليم في الجسم السليم. إذاً، فمن الضروري الحفاظ على فكرنا بشكل جيد في جميع الأوقات بالأفكار الإيجابية من أجل الحصول على صحة جيدة .

Le métier de policier

Le policier aussi appelé gardien de la paix est un membre de la police qui représente la liberté, la justice et la sécurité, sa mission principale est servir et protéger les valeurs de l'Etat. C'est un homme actif et courageux. Il peut porter un bon uniforme ou être en civil. Etre en civil signifie porter des vêtements normaux pour ne pas être identifié comme un policier.

Les policiers jouent un rôle très important dans la société, ils participent à la protection de l'ordre public et au maintien de la loi. La notion de devoir est très importante dans cette profession, La cohésion, de l'entraide et de la solidarité sont des qualités essentielles pour effectuer les différentes missions qui lui incombent.

Les policiers peuvent être confrontés à des situations périlleuses qui nécessitent beaucoup de courage et un sang-froid.

Le métier de policier est un métier noble et humanité mais il a plusieurs défis à relever: Le policier aura de grandes responsabilités et la société aura donc de très grandes attentes envers lui. Il risque sa vie en accomplissant son devoir ainsi qu'il aura à travailler sur des horaires qui hypothéqueront sa santé. Jour, soir, nuit et fin de semaine... Malgré ces difficultés, le métier de policier reste l'un des meilleurs métiers au monde, vraiment c'est un métier honorable!

الشرطي

الشرطي لقب أيضاً حارس السلام هو عضو في الشرطة يمثل الحرية والعدالة والأمن إذ تتمثل مهمته الرئيسية في خدمة وحماية قيم الدولة. إنه رجل نشيط وشجاع إذ يمكنه أن يرتدي زياً خاصاً كشرطي أو يرتدي ملابس مدنية أي ارتداء ملابس عادية حتى لا يتم التعرف عليه كضابط شرطة.

يلعب رجال الشرطة دوراً مهماً جداً في المجتمع، فهم يشاركون في حماية النظام العام والحفاظ على القانون و يعتبر مفهوم الواجب مهماً للغاية في هذه المهنة؛ فالتماسك والمساعدة المتبادلة والتضامن من الصفات الأساسية التي ينبغي توفرها في رجال الشرطة للقيام بمختلف المهام الموكلة إليهم. يمكن لرجال الشرطة أن يواجهوا مجموعة من المواقف الخطيرة التي تتطلب الكثير من الشجاعة و برودة الدم.

مهنة الشرطي هي مهنة نبيلة وإنسانية ولكن لديها العديد من التحديات التي يجب مواجهتها: يتحمل الشرطي مسؤوليات كبيرة وبالتالي فإن المجتمع لديه توقعات عالية جداً منه؛ إذ يخاطر بحياته وهو يؤدي واجبه المهني حتى يضطر إلى العمل على جداول زمنية تعرض صحته للخطر. نهاراً، مساءً، ليلاً و خلال عطلة نهاية الأسبوع ... و على الرغم من هذه الصعوبات، تبقى مهنة الشرطي واحدة من أفضل المهن في العالم، حقا إنها مهنة مشرفة

Le tennis

Le tennis est un sport d'origine anglaise qui se joue avec des raquettes. Il est le deuxième sport le plus populaire au monde après le football, on l'appelait le jeu des rois, car les nobles de France ont été les premiers à jouer à ce jeu. Le jeu de tennis a été inventé par un membre de l'armée britannique stationné en Inde appelé le Major. Il a pris sa forme définitive en Grande-Bretagne et est entré aux Jeux Olympiques en 1896.

Le court de tennis a une forme rectangulaire environ 23,7 mètres, il est divisé en deux moitiés par une grille de trois pieds de haut, d'environ 91 centimètres de large. La raquette de tennis mesure 68 cm, il a un cadre en fibre de verre et graphite, la maille est en nylon, le manche est recouvert de cuir et le poids varie selon la nature du joueur. Les balles de tennis sont des balles creuses en caoutchouc de l'intérieur, recouvertes de tissu en nylon et de laine. Les couleurs des boules utilisées sont soit le blanc, le jaune ou le vert. Les vêtements de tennis doivent être adaptés au corps pour permettre un mouvement libre, la chose la plus importante dans les vêtements est la chaussure, elle est faite de tissu et a une base en caoutchouc, et sans talon pour empêcher le joueur de glisser.

Son édition 1900 fut l'un des Jeux Olympiques les plus importants, mais il était absent en 1924 et devint alors l'un des jeux mondiaux les plus importants pratiqués par les femmes et les hommes à travers le monde. Le tennis apporte de nombreux bienfaits pour la santé. C'est un sport complet qui

mobilise le corps dans son ensemble ainsi que le mental. Il est considéré comme le meilleur sport.

Le Facebook

Le Facebook est le premier réseau social au monde qui a connu un grand succès, son nom vient du mot anglais qui veut dire "album photo", fondé le 4 février 2004 par le jeune étudiant Mark Zuckerberg et ses camarades de l'université Harvard, Chris Hughes, Eduardo Saverin, Andrew McCollum et Dustin Moskovitz.

Au début, seuls les étudiants de l'université pouvaient s'inscrire ensuite quelques autres universités américaines et canadiennes ont été ajoutées et dès l'année 2006 que le site s'est ouvert à tous. Il comptait au 30 septembre 2014 1,35 milliard d'utilisateurs actifs en toutes les classes sociales et en toutes les générations.

Le Facebook est un outil révolutionnaire dans la communication. Utile et agréable, il permet à ses utilisateurs de publier des divers images, des photos, des vidéos, des fichiers et documents, d'échanger des messages, joindre et créer des groupes et d'utiliser une variété d'applications.

Le Facebook a de nombreux avantages: Tout d'abord, le facebook présente l'avantage de trouver de vieilles connaissances ou d'anciens camarades de classe qu'on a perdu de vue en plus le facebook nous permet de discuter avec un ou plusieurs amis en même temps. Pour les commérages entre copines, cela évite d'avoir à raconter ou écrire plusieurs fois la même chose! On peut également partager des informations en temps réel, des photos, des humeurs ainsi qu'on peut demander de l'aide "relocalisation, conseils, recettes, opinions"....; soit nos amis répondront rapidement, soit nous trouverons des groupes d'entraide "souvent par région ou par thème". De plus, on peut jouer à nos jeux préférés, on peut donc dire qu'on peut le faire ailleurs; mais

l'intérêt y est que l'on puisse surpasser nos amis de Facebook, ça permet d'allier défi et compétition!

Le respect

Le respect est l'un des valeurs humaines très importantes dans la vie. C'est un sentiment de considération envers quelqu'un et accepter ses différences même on n'est pas d'accord avec lui et avec ses idées afin de favoriser la bienveillance envers toute personne et toute chose.

Il faut respecter chaque être humain quelle que soit sa religion, son origine ou son milieu social malgré leur différence d'âge grand ou petit. Il faut savoir respecter toute personne et écouter attentivement à l'autre pour bien comprendre son point de vue.

Le respect aide à favoriser un climat harmonieux dans la famille ou dans une société ou dans un groupe. Le respect est la base d'une bonne communication entre les individus. Pour bien respecter les autres, il faut savoir que la liberté des uns s'arrête là où commence celle des autres. Cette expression définit la notion de respect.

L'argent

L'argent joue un rôle très important dans notre quotidien, c'est un élément primordial dans notre vie; on voit qu'il est présent à tout moment et partout dans la vie.

L'argent est indispensable pour le traitement, l'apprentissage, les loisirs...

En effet, c'est grâce à l'argent qu'on pourra obtenir les choses dont on a besoin comme la nourriture, les vêtements, l'habitation ... en plus, certains pensent que l'argent est la source du bonheur dans notre vie, Il faut admettre que l'argent occupe une place très importante dans la vie de chacun de nous, il facilite grandement la vie au sens pratique; en outre, c'est l'instrument de pouvoir, de puissance et un facteur de réussite sociale mais n'était pas le moyen d'avoir tout ce qu'il fallait pour vivre donc l'argent ne fait pas le bonheur.

La violence

La violence est un phénomène complexe, c'est l'utilisation intentionnelle de force ou de pouvoir qui porte atteinte à autrui sur le plan moral ou physique. Elle implique des coups, des blessures, de la souffrance, ou encore la destruction de biens humains ou d'éléments naturels.

L'usage de la violence dans les relations interpersonnelles préoccupe de plus en plus la société, chaque jour on peut entendre, lire ou même assister à des actes de violence envers des personnes. Cette violence a plusieurs conséquences entraînées, à court et à long terme chez les victimes et plus indirectement chez les témoins.

Finalement, il faut bien savoir que la violence n'est pas un moyen pour résoudre les problèmes de la vie.

Le tigre

Le tigre est un animal sauvage, il appartient à la famille des Félidés et se classe quatrième en taille parmi les quatre plus grandes espèces de tigres. Cet animal vit en Afrique et en Asie. Sa vue dans l'obscurité est excellente. Sa couleur est jaune avec des rayures noires sur le dos et des pattes très fortes. Le petit du tigre s'appelle tigreau et sa femelle s'appelle tigresse.

Le tigre se nourrit des animaux herbivores, sa proie préférée est la gazelle. Les tigres sont uniques dans leur capacité à grimper et peuvent être vus se déplacer et se coucher facilement sur de hauts troncs d'arbres. Ils peuvent sauter à plus de six mètres. De plus, ils ont la capacité de nager avec toute force; ils atteignent des vitesses de 58 kilomètres par heure.

Le tigre vit en moyenne 16 ans dans la nature mais on peut estimer sa durée de vie à 25 ans lorsqu'il est en captivité. Le tigre est en danger d'extinction selon l'Union mondiale pour la nature. C'est une perte énorme pour l'environnement.

Les accidents sur les routes

Les périodes de vacances en général comptent parmi les moments où malheureusement de nombreux accidents mortels se produisent, souvent à cause des embouteillages et des distractions sur les routes, ce qui entraîne une augmentation des blessures et des décès. La route est un espace commun entre les piétons et les conducteurs, elle doit donc être utilisée en toute sécurité, car les accidents de la circulation non seulement tuent mais peuvent entraîner des blessures graves.

Parfois, le conducteur peut penser qu'il a le contrôle et qu'il est capable de contrôler la voiture et de prévoir à temps si quelque chose d'inattendu se produit. Parmi les causes les plus importantes d'accidents de la circulation, on retrouve l'augmentation de la vitesse. Rouler plus vite entraîne une diminution du niveau de perception visuelle et par conséquent, la conduite devient plus difficile et les chocs sont plus violents. C'est pour cela il est préférable de ralentir et en fin de compte de protéger les cavaliers plutôt que de les mettre en danger et de gagner du temps.

En plus de l'augmentation de la vitesse, on retrouve la consommation de drogues ou d'alcool. La consommation de drogues représente un grave danger sur la route. Comme cela peut entraîner une perte de réactions, et par conséquent une diminution de la vigilance et une faiblesse conscience du danger, ce qui entraîne une perte des notions de vitesse et de distance, ce qui est très dangereux. Boire de l'alcool en excès entraîne également un tiers des accidents mortels car il provoque des réactions lentes, des problèmes de

vision latérale, des difficultés à distinguer les piétons qui traversent, alors attention à ne pas consommer d'alcool ou de drogue avant ou pendant la conduite.

D'autres causes de risques routiers sont la fatigue et la somnolence, qui augmentent également le risque d'accident. Pour lutter contre le risque de provoquer un accident, il convient de choisir une durée afin de bien s'adapter à son rythme de sommeil tout en respectant les règles de conduite et en limitant sa vitesse car conduire à grande vitesse est fatigant. Il faut aussi bien aérer l'habitacle de la voiture pour qu'il ne chauffe pas trop et veiller à passer le volant accompagné d'une personne titulaire du permis de conduire.

La liberté

La liberté est une notion majeure très importante dans la vie, elle marque l'aptitude des individus à exercer leur volonté. Il est l'antonyme de l'esclavage.

La liberté est une condition nécessaire dans la vie de chaque être humain. C'est l'un de ses droits mais il y a aussi des devoirs et des obligations qu'il faut respecter pour avoir un équilibre positif dans la vie car la liberté des uns s'arrête où commence celle des autres.

Il y a des libertés fondamentales comme la liberté d'expression, de conscience et de pensée... En ce qui concerne les libertés individuelles, il existe plusieurs types de libertés. on trouve la liberté civil c'est à dire tout citoyen est libre de ses actes mais cette liberté est très délicate d'application provoque une crise et un collision entre les deux. La liberté de circulation c'est-à-dire avoir la liberté d'aller et de venir librement sur le territoire national. La liberté culturelle c'est la liberté de conscience qui permet à chaque individu de s'exprimer librement. Il y a aussi la libéré économique c'est de travailler et de consommer en toute liberté.

La liberté est très importante dans la vie de chaque individu car chaque personne est besoin de s'exprimer, de vivre une vie digne d'avoir la liberté d'étudier et d'avoir un travail pour vivre une vie équilibrée.

Le menuisier

Le menuisier est un artisan qui travaille dans son atelier. C'est un professionnel du bois, il fabrique plusieurs objets en bois. Il réalise les fenêtres, les portes, les boiseries et les parquets dans le bâtiment, les sièges et les meubles.

Dans son travail, le menuisier utilise plusieurs outils comme : la scie, le marteau et les clous ainsi que le bois qui représente sa matière principale dans son métier, il utilise aussi des machines à commande numérique. Son métier obéit à des règles précises; d'abord, il choisit le matériau adapté au travail à réaliser. Ensuite, il trace à l'aide du trusquin, du compas, de la règle et d'équerre, les dimensions nécessaires à la confection des pièces. Enfin, il passe une couche de peinture ou de vernis pour avoir un bon résultat et des finitions parfaites à son travail.

Le menuisier est un artisan sérieux et actif, il se lève tous les jours de bonne heure pour aller à son atelier et commencer son travail. Il passe la majeure partie de son temps dans son atelier pour fabriquer de beaux objets. Vraiment, c'est un artiste! Grâce à lui nos maisons sont embellies.

La description d'un voyage à la mer

L'année dernière, je suis parti avec ma famille à la plage pour passer trois semaines de vacances. Ma mère et ma sœur ont préparé tout ce dont nous avons besoin lors de notre voyage comme des plats légers et des boissons à avoir sur le chemin de l'hôtel. Ma sœur a préparé les vêtements nécessaires pour la mer, de la crème solaire et quelques médicaments essentiels. Mon père a préparé la voiture et vérifié l'huile motrice, la batterie, le carburant et les pneus. Il a réservé pour notre séjour dans un hôtel qui se trouve près de la plage.

Nous n'avons pas pris beaucoup de nourriture car nous serions dans un hôtel dans une ville côtière qui propose un buffet et il y a de nombreux restaurants de poissons autour de l'hôtel. Nous nous sommes arrêtés en chemin pour une courte pause pour manger des sandwichs et prendre des boissons non alcoolisées au milieu de la belle nature. Nous avons ressenti un sentiment de sérénité et de calme.

Après deux heures de route, nous sommes arrivés à l'hôtel à dix heures du matin, nous sommes allés dans nos chambres pour nous reposer, nous changer et prendre tout ce dont nous avons besoin pour aller à la plage. Nous nous sommes dirigés vers la plage et nous avons choisi un endroit isolé des gens, il y avait des chaises en plastique confortables et une grande table. Nous avons posé nos sacs sur la table après nous avons parti à la mer pour nager un peu puis nous sommes sortis pour prendre le déjeuner que mon père

avait commandé dans un restaurant de poisson, il était frais et savoureux. Nous avons beaucoup apprécié notre repas.

Après le déjeuner, nous nous sommes assis sous la canopée en profitant de la vue sur la mer, en nous rafraîchissant, en écoutant de la musique et en jouant à des jeux amusants. Avant de rentrer à l'hôtel, nous sommes repartis vers la mer pour terminer notre première journée de ce beau voyage.

C'était formidable! Vraiment le plaisir d'aller à la mer est incomparable lorsque vous y allez en famille.

La Grande Muraille de Chine

La Grande Muraille de Chine est une muraille qui s'étend sur les frontières nord et nord-ouest de la République populaire de Chine et l'un des plus importants patrimoines mondiaux, qui est l'une des choses les plus importantes à voir pour les visiteurs et les touristes de différentes parties du monde.

La Grande Muraille de Chine a été construite avec de la boue et des pierres. Il a une largeur de 4,6 mètres à 9,1 mètres à sa base et devient étroit au sommet d'environ 3 mètres, avec une hauteur comprise entre 3 et 8 mètres.

La construction du mur remonte à 2000 ans, et les travaux ont été effectués sur sa construction à l'ère du printemps et de l'automne, ainsi qu'à l'ère des royaumes, dans le but de défendre les royaumes qui existaient dans cette région.

En plus de ce qui précède, la Grande Muraille de Chine contient un grand nombre de casernes militaires et de nombreuses tours qui sont utilisées pour la garde et sa longueur est de 12 mètres chacune environ 200 mètres pour avertir de l'attaque des ennemis et il existe un bon nombre d'installations offensives en cas de danger extérieur.

La Mecque

La Mecque est une ville sainte pour les musulmans car elle possède la Sainte Mosquée et la Kaaba, situées dans la partie ouest du Royaume d'Arabie saoudite. Il est à environ 400 km de Médine, à 120 km de Taif et à 72 km de Djeddah.

La Mecque est considérée comme la destination des musulmans dans le Hajj et la Omra. Chaque année, des millions de musulmans font un pèlerinage à La Mecque, appelé le Hajj, Ils suivent les traces de Mohammad, Tous les musulmans qui sont capables d'accomplir le Hajj devraient le faire au moins une fois dans leur vie, La Kaaba et Masjid al-Haram, sont les mosquées les plus sacrées de l'Islam, La Mecque est fermée aux non-musulmans à l'exception de certains journalistes rapportant sur le Hajj.

La Mecque est la capitale culturelle islamique dans le monde, c'est la destination de pèlerinage pour tous les musulmans du monde entier, donc c'est la ville la plus sainte de l'islam en Arabie saoudite, le prophète Mohamed est né dans ce lieu pur, donc tout le monde souhaite y aller lors d'un voyage à La Mecque.

Port de Beyrouth

«La catastrophe qui a frappé Beyrouth cet été a été dévastatrice, et nous espérons que rien de tel ne se reproduise jamais. C'est un événement sans précédent, car jamais une explosion de cette importance n'avait été aussi largement documentée », a déclaré Rigby. «La raison pour laquelle nous avons décidé de l'analyser est que, en tant qu'ingénieurs, notre travail consiste à utiliser les compétences et les ressources dont nous disposons pour résoudre les problèmes, et fondamentalement aider les gens. Après avoir vu le déroulement des événements, nous avons voulu utiliser nos connaissances en ingénierie des explosions pour aider à comprendre et fournir des données capables de se préparer aux désastres et à sauver des vies, si un tel événement venait à se reproduire.

«En ayant une meilleure connaissance de la puissance des explosions accidentelles de grande ampleur, comme celle qui s'est produite à Beyrouth, nous pouvons élaborer des prévisions plus précises sur la façon dont différents bâtiments seront touchés, et les types de dommages susceptibles de se produire à des distances différentes de l'explosion.»

Les enquêtes sur la catastrophe ont révélé que l'explosion est le résultat d'une détonation accidentelle de près de trois kilotonnes de nitrate d'ammonium, stockés sans mesures de sécurité appropriées dans l'un des entrepôts du port depuis 2014.

L'explosion a aussi blessé plus de 6 500 personnes.⁽⁵⁾

(5) <https://www.arabnews.fr/>

Ibn Khaldoun

Ibn Khaldoun est né le 27 mai 1332 à Tunis, il vient d'une famille de haut rang, il a reçu une formation de qualité. Orphelin à l'âge de 18 ans. Ibn Khaldoun est un historien, économiste, géographe, démographe, précurseur de la sociologie et homme d'état d'origine arabe. C'est un diplomate et homme de politique.

Il a été l'un des premiers théoriciens de l'histoire des civilisations. La vie d'Ibn Khaldoun est extraordinairement bien documentée pour son époque. Ce dernier laisse en effet une autobiographie dans laquelle, il cite de nombreuses informations concernant sa vie politique. Sa façon d'analyser les changements sociaux et publics qu'il a observés durant sa vie dans le Maghreb et l'Espagne. Il a développé un concept de psychologie sociale très riche et nuancée, se divisant en psychologie politique, économique, éthique, tout ceci formant une psychologie générale inscrite dans l'histoire.

Ses nombreuses voltes faces politiques mouvementées, l'ont fait accuser par certains de carriérisme et d'opportunisme. Sa vie entière véritable reflet de son temps, elle fut parsemée de drames, il a perdu sa femme et tous ses enfants dans un naufrage. En Algérie où il rédige en quelques mois sa muqaddima qui une histoire universelle et c'est une méthode révolutionnaire pour son temps. Sa méthode est inspirée des sources importantes comme Al Tabari ou Al Idrissi.

Ibn Khaldoun entre alors dans la dernière période de sa vie, il a vécu en Égypte jusqu'à sa mort en 1406 et malgré sa réputation, il est enterre au Caire

dans le cimetière des soufis, réservé aux savants et aux hommes de lettres. Ibn Khaldoun est un personnage exceptionnel pour leur temps et pour le nôtre. Son œuvre marque l'apparition de l'histoire en tant que science, il été un homme de haute intelligence. Ibn Khaldoun est considéré comme l'un des savants dont la civilisation islamique est fière. Il a construit un phénomène scientifique et social de grande qualité. C'est un sauveur pour la civilisation arabe musulmane.

Égypte

Qui ne connaît pas l'Égypte la mère du monde? C'est l'une des destinations les plus célèbres que les touristes du monde entier visitent pour découvrir ses nombreuses monuments touristiques et historiques et connaître la vie des pharaons d'après les pyramides et les vestiges de la civilisation égyptienne qui ont longtemps été la marque de fabrique de l'Égypte qui été le berceau de la civilisation antique de ses temples et son art.

De nombreux touristes viennent visiter l'Égypte pour voir les pyramides et les vestiges de la civilisation égyptienne. Le Nil est son fleuve mythique au fil duquel ils découvrent petit à petit les temples pharaoniques qui constituent le patrimoine égyptien. La Mer Rouge est l'une des plus belles places que vous pouvez le découvrir, vous apprécierez flâner dans les souks, pour boire un thé et parler avec les locaux qui sont gentils et très accueillants. l'Égypte est une archive historique mondiale. C'est le capital de la culture, d'art, de la science et le patrimoine de l'humanité.

Chaque ville en Égypte a sa propre beauté que vous pouvez découvrir à travers sa culture, son histoire et ses diverses activités. comme le Caire la capitale de l'Egypte, la plus grande ville d'Afrique. Il est situé au Nord du pays au début du delta du Nil. Vous pouvez découvrir plusieurs places historiques comme le Musée égyptien, le quartier du Vieux Caire est le plus ancien quartier de la ville, vous pouvez aussi visiter les pyramides de Gizeh et la mosquée Sayyidna el-Hussein l'un des monuments du Caire islamique.

L'Égypte est le cœur du monde arabe dynamique, plein de chaleur, couverte de beauté sur sa terre que les civilisations ont émigré qui sont compétition pour leur amour et leur richesse. C'est un pays spectaculaire à visiter.

مصر

من لا يعرف مصر ام الدنيا؟ وهي من أشهر الوجهات التي يزورها السائحون من جميع أنحاء العالم لاكتشاف معالمها السياحية والتاريخية العديدة والتعرف على حياة الفراعنة من خلال الأهرامات وبقايا الحضارة المصرية التي لطالما كانت السمة المميزة لمصر التي كانت مهد الحضارة القديمة من معابدها وفنها.

يزور العديد من السائحين مصر لمشاهدة الأهرامات وبقايا الحضارة المصرية. النيل هو نهره الأسطوري حيث يكتشفون شيئاً فشيئاً المعابد الفرعونية التي تشكل التراث المصري. يعد البحر الأحمر من أجمل الأماكن التي يمكنك اكتشافها ، حيث ستستمتع بالتجول في الأسواق وشرب الشاي والتحدث مع السكان المحليين اللطفاء والمرحبين للغاية. مصر هي أرشيف تاريخي عالمي. إنها عاصمة الثقافة والفن والعلم والتراث للبشرية.

لكل مدينة في مصر جمالها الخاص الذي يمكنك اكتشافه من خلال ثقافتها وتاريخها وأنشطتها المختلفة. مثل القاهرة عاصمة مصر ، أكبر مدينة في أفريقيا. تقع في شمال البلاد في بداية دلتا النيل. يمكنك اكتشاف العديد من الأماكن التاريخية مثل المتحف المصري ، حي القاهرة القديمة هو أقدم أحياء المدينة ، كما يمكنك زيارة أهرامات الجيزة ومسجد سيدنا الحسين أحد معالم القاهرة الإسلامية. مصر هي قلب العالم العربي الديناميكي ، المليء بالدفء ، المغطاة بجمال أرضها التي هاجرتها الحضارات التي تتنافس على حبها وثروتها. إنه بلد مذهل للزيارة.

L'eau

L'eau est une source précieuse et essentielle pour tous les organismes vivants. C'est l'une des bénédictions les plus importantes que Dieu Tout-Puissant a accordées à l'humanité. La vie ne continue pas sans elle. L'eau est à l'origine de la vie sur terre, elle constitue 70% de la surface de la Terre et est distribuée dans les rivières, les mers, les océans, les lacs et autres.

Chaque personne devrait boire environ huit verres d'eau par jour ou deux litres, ce qui aide à débarrasser le corps des toxines et des déchets, en plus d'autres avantages. Tous les êtres vivants ont besoin d'eau pour vivre malgré cela, l'homme n'a pas fait preuve d'assez de sagesse pour la préserver: il y a beaucoup de gens la gaspillent sans sentir les dangers qui menacent notre vie quand elle a disparait. Donc, on doit préserver cette source de la vie.

الماء

يعتبر الماء مصدرًا ثمينًا وأساسيًا لجميع الكائنات الحية. إنه من أهم النعم التي منحها الله تعالى للبشرية؛ فالحياة لا تستمر بدونه. الماء هو مصدر الحياة على الأرض، فهو يشكل نسبة ٧٠٪ من سطح الأرض ويتم توزيعه في الأنهار والبحار والمحيطات والبحيرات وغيرها.

يجب على كل شخص شرب حوالي ثمانية أكواب من الماء يوميًا أو لترين من الماء، مما يساعد على تخليص الجسم من السموم و المخلفات أي الفضلات، بالإضافة إلى توفره على عدة فوائد أخرى. تحتاج جميع الكائنات الحية إلى الماء للعيش؛ وبالرغم من ذلك لم يبذل الإنسان حكمة كافية للحفاظ عليه إذ هناك الكثير.

من الناس الذين يهدرونه دون الشعور بالمخاطر التي تهدد حياتنا عند فقدانه. لذا علينا الحفاظ عليه لأنه مصدر الحياة.

La famille et leur rôle

Une famille est une communauté de personnes réunies par le lien parental (le père et la mère). Le rôle du père est d'assurer les besoins de la famille, la mère de sa part s'occupe des enfants en plus des tâches ménagères même si la mère est fonctionnaire, les enfants étudient bien pour réussir, et tout cela ne se réalise qu'avec de sages décisions et de la bonne éducation. Mais qui prend ces décisions-là. Les opinions sont divisées dans ce cas : est-ce que le père qui doit prendre les décisions dans la famille ou bien les deux parents ?

D'abord certaines personnes pensent que c'est le père qui doit décider pour le bien de sa famille puisqu'il remplit les besoins financiers et joue son rôle d'éducateur, ainsi que le père est plus sévère que la mère, donc il prend des décisions raisonnables et logiques sans être touché par les sentiments, contrairement à la mère dont les décisions sont affectées par ses sentiments. Ils disent aussi que le père sait mieux que la mère ce qui se passe hors de la maison, par conséquent il connaît bien la façon d'éduquer ses enfants pour les rendre des hommes et des femmes capables d'affronter la vie extérieure. Mais est ce que la mère n'a pas le droit d'exprimer ses opinions envers les décisions du père ?

C'est pour cela d'autres personnes disent : puisque le monde est en évolution continue, donc les familles doivent évoluer elles-mêmes, alors il faut que la mère participe elle aussi aux décisions pour que les deux parents soient en harmonie dans l'éducation de leurs enfants. Sinon la mère va se sentir négligée, ce qui aura des conséquences néfastes sur l'équilibre de la famille et son harmonie et cela peut conduire à la destruction de la famille et au

divorce. La mentalité et l'autorité du père, surtout au Maroc, sont les principales causes du divorce dans la plus part des temps, puisque le père croit qu'il est plus sage et plus intelligent que la femme.

Personnellement je pense qu'il est du devoir des deux parents de participer dans les décisions de la famille mais parfois on trouve l'un des deux parents qui ne se préoccupe pas des enfants et en général de la famille.

La malbouffe

La malbouffe est une expression qui désigne une nourriture ou une alimentation mauvaise pour la santé, car trop grasse ou trop sucrée d'un point de vue diététique.

Des exemples de malbouffe sont la nourriture de fast-food (hamburgers, frites, hot-dogs, etc.), les bonbons, les chips, les biscuits, les sodas, etc. L'excès de tels aliments peut provoquer des maladies comme l'obésité, le diabète, des maladies cardiovasculaires, etc.

La malbouffe est jugée mauvaise en raison de sa faible valeur nutritive et de sa forte teneur en graisse ou en sucre.

La malbouffe est constituée essentiellement de graisse, ce qui favorise l'obésité, le diabète, les maladies cardio-vasculaires, le cancer, etc.

Une bonne bouffe consiste à : manger équilibré, limiter les aliments gras, trop salés ou trop sucrés et faire de l'exercice.

Conséquences:

La malbouffe est constituée essentiellement de graisse, ce qui favorise l'obésité, le diabète, les maladies cardio-vasculaires, le cancer, etc.

Remèdes:

Manger équilibré.

Limiter les aliments gras, trop salés ou trop sucrés.

Faire de l'exercice.

Le téléphone portable

Pour des siècles, les lettres écrites à la main étaient le moyen principal de communication entre les gens et c'était très lent de les envoyer. Aujourd'hui ça change, grâce au téléphone et plus précisément, le téléphone portable. C'est l'une des meilleures inventions du 21ème siècle.

De nos jours c'est difficile d'imaginer la vie sans téléphone portable. Certains gens possèdent un ou peut-être deux portables, un privé et l'autre professionnel. Les portables aident à rester en contact avec nos proches quand ils sortent pour une soirée ou même des vacances. C'est aussi utile pour prévenir si on a du retard et dans les cas d'urgence.

En plus le portable ce n'est pas uniquement un téléphone, on s'en sert pour lire les nouvelles, les mails, regarder les photos, écouter de la musique et utiliser tant d'autres applications qu'il possède ou qu'on peut télécharger sur l'internet. Ces applications sont tellement utiles dans la vie quotidienne.

De l'autre côté, il y a des désavantages. Certains gens ont l'oreille collée au portable et passent des heures à parler. Deuxièmement, on pourrait être contacté à n'importe quel moment et on est obligé d'y répondre.

Le but c'est de l'utiliser avec modération.

L'environnement

On dit : l'environnement est notre poumon avec laquelle on respire ; il est notre vie .Mais cet espace souffre de plusieurs problèmes qui menacent la vie de l'homme, des animaux et des plantations. Alors quels sont ces problèmes ? Comment peut-on les résoudre ?

D'abord l'environnement souffre des catastrophes naturelles comme les inondations, les tremblements, les volcans et les incendies ce qui entraîne à la désertification des forêts et des terres plantées, cela aussi mène au voyage des animaux ou à leur perte.

Puis la forêt qui était une source de l'air pur, du bois, et qui était un endroit pour s'amuser et s'entraîner est devenue un espace pollué, en plus la pauvreté pousse des gens à arracher les arbres et vendre le bois en vue de se nourrir .Cela a mené à la ruine de la forêt et à la disparition de plusieurs animaux.

Ensuite l'environnement souffre de la pollution puisqu'on trouve les déchets au milieu des arbres, dans les sources d'eau. En plus les fumées des véhicules et des usines rendent l'air moins pur Enfin c'est à cause du progrès scientifique que l'environnement a perdu sa pureté, c'est-à-dire il est devenu un champ pour faire des expériences sur les armes ou sur les animaux.

Pour lutter contre ces dangers et pour sauver notre vie on doit sensibiliser les gens des conséquences graves de ce geste injuste en pratiquant des punitions contre ceux qui causent un danger sur l'environnement.

Travail des enfants

Toutes les tâches accomplies par les enfants ne devraient pas être considérées comme du «travail des enfants», qui devrait être éliminé. La participation des garçons, des filles et des adolescents à un travail qui n'affecte pas leur santé et leur développement personnel, et / ou qui n'interfère pas avec leur scolarité, est généralement considérée comme positive.

Cela comprend des activités comme aider vos parents à la maison, aider avec une entreprise familiale ou gagner de l'argent de poche en dehors des heures de classe et pendant les vacances scolaires. Ces types d'activités contribuent au développement des enfants et au bien-être de leurs familles; Ils leur donnent des compétences et de l'expérience et les aident à se préparer à devenir des membres productifs de la société dans leur vie d'adulte.

Le terme «travail des enfants» est souvent défini comme un travail qui prive les enfants de leur enfance, de leur potentiel et de leur dignité et compromet leur développement physique et mental. C'est un travail qui: est mentalement, physiquement, socialement ou moralement dangereux et nuisible aux enfants; je

interfère avec leur scolarité en les privant de la possibilité d'aller à l'école; les oblige à quitter l'école prématurément; ou cela les oblige à essayer de combiner la fréquentation scolaire avec un travail excessivement long et lourd.

Les «pires formes de travail des enfants» se réfèrent aux enfants réduits en esclavage, séparés de leur famille, exposés à de graves risques et maladies et / ou laissés seuls dans les rues des grandes villes, souvent dès leur plus jeune âge. La question de savoir si certaines formes de "travail" peuvent ou non être qualifiées de "travail des enfants" dépend de l'âge de l'enfant, de la nature du travail effectué, du nombre d'heures de travail effectué, des conditions dans lesquelles il est effectué et des objectifs poursuivis par chaque pays. La réponse varie d'un pays à l'autre, ainsi que d'un secteur à l'autre.

La protection de l'environnement

La protection de l'environnement désormais un sujet primordial en ces derniers temps vu que l'environnement est la source non seulement de nourriture et d'eau potable, mais aussi la source de l'air que nous respirons. Alors, pourquoi la protection de l'environnement est la question de survie pour l'être humain?

D'abord, protéger l'environnement c'est protéger notre source de nourriture et d'eau potable car toute pollution finit par se retrouver un jour dans notre nourriture : dans l'eau que nous buvons ou dans ce que nous mangeons. Et ces polluants peuvent nous faire développer des maladies ou des malformations.

De plus, l'air est absolument indispensable à notre survie. Nous ne pouvons pas survivre plus de quelques minutes sans respirer. L'air nous apporte l'oxygène, carburant de nos cellules. Nous devons donc veiller à ne pas polluer notre atmosphère. Nous ne devons pas y rejeter des gaz nocifs ou des particules dangereuses pour la vie.

Enfin, Protéger l'environnement, c'est préserver la biodiversité. Les plantes et les animaux peuvent contribuer à notre santé. **Car** c'est parmi les espèces sauvages, parfois encore inconnues, que l'homme a découvert ou découvrira encore des médicaments. En conclusion, pour assurer la survie et donc l'avenir de l'humanité, il est indispensable de protéger l'environnement aujourd'hui.

L'auto-éducation

Bien qu'il existe des millions de grands établissements d'enseignement à travers le monde avec un grand nombre des étudiants qui réussissent, il y a toujours un élément important de l'éducation que la plupart des écoles ne le mettent pas en valeur et ne l'enseignent pas aux étudiants.

Cette composante est l'auto-éducation. Tous les étudiants reçoivent une éducation formelle, ce qui signifie que les étudiants sont enseignés par des instructeurs qualifiés, en utilisant des programmes, des devoirs et des tests standardisés. Mais une fois qu'un élève est dans le monde réel, il n'y a pas de tuteurs, d'enseignants ou de professeurs pour l'aider ou lui apprendre qu'il devra s'auto-éduquer.

L'auto-éducation signifie que la personne peut être éduquée grâce à ses efforts plutôt que d'être enseignée par un professionnel ou un instructeur formé. Cela signifie qu'un individu utilise son bon sens, sa créativité, ses connaissances de base, ses ressources et ses expériences pour devenir plus intelligent et plus éduqué par lui-même.

La tâche principale de l'éducation moderne est d'impliquer activement les élèves dans le processus d'auto-éducation et d'encourager leur indépendance dans le processus d'apprentissage. Un apprenant qui réussit dans la société moderne doit être capable d'intégrer des connaissances provenant de différentes sources, de s'éduquer et de s'auto-éduquer tout au long de sa vie pour être compétitif sur un marché du travail de plus en plus mondialisé.

Phobie des examens

Le stress des examens peut survenir dans toutes les situations dans lesquelles les performances personnelles sont évaluées. Il peut s'agir de compétitions de sport ou de loisirs. Cependant, les situations les plus fréquemment concernées sont les examens écrits ou oraux à l'école, pendant les études ou dans la vie professionnelle. Dans de telles situations, une légère tension peut même être bénéfique et mobiliser notre énergie. Mais si la peur est trop forte, le contraire peut se produire. Souvent, plusieurs jours avant l'examen, une forte agitation et des troubles du sommeil s'installent. Juste avant le test, la peur se manifeste physiquement sous forme de transpiration, de tremblements, de nausées, d'envie d'uriner ou de diarrhée. Le stress des examens peut se manifester aussi bien chez les enfants et les jeunes que chez les adultes.

Que ce soit chez les enfants, les étudiants ou les adultes, le stress des examens n'est pas une fatalité. On peut faire un certain nombre de choses pour le combattre. Avant un test ou une situation angoissante, il faut se préparer bien et apprendre correctement, penser plus positif, s'entraîner aux tests écrits à l'avance, apprendre des techniques de relaxation, dormir suffisamment, une alimentation saine, équilibrée et riche en vitamines et en minéraux et l'activité physique pour déstresser.

L'addiction

Une addiction est définie par une dépendance à une substance ou à une activité, avec des conséquences nuisibles à la santé. La dépendance se caractérise par un désir souvent puissant, voire compulsif, de consommer ou de pratiquer une activité. Cette consommation ou cette pratique entraînent un désinvestissement progressif vis-à-vis des autres activités.

Ainsi, une personne est dépendante lorsqu'elle se retrouve dans l'impossibilité de s'abstenir de consommer ; Elle perd le contrôle de l'usage d'une substance ou d'un comportement malgré la survenue de conséquences négatives sur sa santé et sur sa vie sociale.

Il existe deux types d'addictions : addictions avec ou sans substance.

Addiction avec substance est une addiction liée à la consommation de substances psychoactives, telles que : le tabac et l'alcool, qui sont les plus répandues, le cannabis, les opiacés (héroïne, morphine) et la cocaïne ;

Addiction sans substance et addiction comportementale sont en lien avec un comportement irrépressible et incontrôlé comme des jeux de hasard et d'argent et des jeux vidéo.

La technologie

Grâce aux nouvelles technologies, nous pouvons désormais adresser très simplement un message pouvant être lu dans le monde entier. De manière simple, gratuite ou quasiment, il est possible de communiquer d'un continent à l'autre. Dans le même temps, les sociétés contemporaines développent de nombreuses pathologies sociales.

Les nouveaux médias numériques représentent donc une arme à double tranchant : à la fois outils de communication et instruments d'isolement.

En raison de leur exceptionnelle croissance, les nouvelles technologies ont rapidement occupé une place de premier plan au sein des sociétés. De fait, un des attraits majeurs des nouvelles technologies est le fait de faciliter le quotidien de nombreuses personnes.

La communication entre les êtres est amplement facilitée par les créations technologiques. À ce titre, Internet et la téléphonie mobile peuvent rendre chacun joignable facilement, à tout instant et dans le monde entier.

Mais personne ne peut nier que l'internet reste un univers libre et sans aucun contrôle.

La mendicité

Dans chaque quartier, rue et ruelle de l'ensemble des villes et villages du Royaume, on croise tout au long de la journée, jusqu'au coucher du soleil, des personnes demandant l'aumône, chacune dans son champ de mendicité qu'elle a choisi: devant les supermarchés, les gares, les centres commerciaux, ou près des feux de signalisation, des mosquées et même devant les établissements scolaires, tout en recourant à des stratégies bien étudiées visant à attendrir les cœurs des passants et donc de gagner plus d'argent.

Ils ont, très souvent, recours à de véritables mises en scènes, allant jusqu'à louer des enfants, des adolescents ou des vieillards dans le but d'attirer la compassion et la générosité des autres. Cependant, d'autres mendiants avouent n'avoir aucun autre choix que de tendre leur main pour pouvoir gagner leur pain et assouvir leurs besoins et ceux de leurs familles, en raison de leur incapacité physique à travailler.

Ce phénomène social est devenu une pratique dangereuse en constante évolution, puisque toutes les catégories de personnes, de tous âges et de tous sexes, des filles, femmes, hommes, vieux comme jeunes, exercent la "profession de mendicité".

Les accidents de la route

Chaque année, environ 1,3 million de personnes perdent la vie dans un accident de la route.

Les accidents de la route entraînent des pertes économiques considérables pour les victimes, leur famille et les pays dans leur ensemble. Ces pertes proviennent du coût des traitements et des pertes de productivité pour ceux qui en meurent ou restent handicapés à la suite de leurs blessures, ainsi que pour les membres de la famille qui doivent interrompre leur travail ou leur scolarité pour s'occuper des blessés.

Les principales causes des accidents de la route sont la conduite sous l'emprise de l'alcool ou de stupéfiants, les excès de vitesse, l'usage du téléphone au volant, la fatigue ou la conduite sans permis.

Pour tous ces accidents, les causes ont été identifiées et tous auraient pu être évités en adoptant un autre comportement sur la route. La vie est précieuse, faites attention en route.

La santé mentale

La santé mentale est une composante essentielle de la santé. La Constitution de l'OMS définit la santé comme suit: «La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité». Cette définition a pour important corollaire que la santé mentale est davantage que l'absence de troubles ou de handicaps mentaux.

La santé mentale est un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté. Dans ce sens positif, la santé mentale est le fondement du bien-être d'un individu et du bon fonctionnement d'une communauté.

La santé et le bien-être mentaux sont indispensables pour que l'être humain puisse, au niveau individuel et collectif, penser, ressentir, échanger avec les autres, gagner sa vie et profiter de l'existence. C'est pourquoi, la protection et le rétablissement de la santé mentale sont des préoccupations centrales pour les personnes, les collectivités et les sociétés partout dans le monde.

La dépression

La dépression, c'est plus qu'un sentiment de tristesse ou de vide. C'est un trouble biologique de l'humeur qui peut survenir à la suite d'événements de la vie perturbateurs, d'une maladie ou d'autres facteurs ou changements psychologiques dans la vie ou l'environnement d'une personne.

Chacun ressent la dépression différemment et parmi les symptômes communs, on a le sentiment de tristesse, le sentiment de détresse et de désespoir, le sentiment d'inutilité ou de culpabilité, les changements dans les habitudes de sommeil, comme un sommeil excessif ou un manque de sommeil, l'insatisfaction par rapport aux activités sociales et culturelles auparavant appréciées, les pensées suicidaires ou tentatives de suicide passées, les changements dans les habitudes alimentaires comme la consommation excessive ou la perte d'appétit.

Les enfants des rues

Les enfants des rues sont des mineurs qui ont pour milieu de vie et de survie les rues. Fréquemment, ils évoluent dans les décharges publiques, les gares ou sous les ponts des grandes villes du monde. En rupture avec leur milieu familial, ces enfants ne veulent ou ne peuvent rentrer chez eux.

Le phénomène des enfants des rues a de multiples facettes. La combinaison de facteurs familiaux, économiques, sociaux et politiques jouent un rôle important sur leur situation. Il est dès lors très difficile de pointer une ou des causes.

Toutefois, en interrogeant ces enfants, il ressort que la famille, la pauvreté, la maltraitance, la guerre sont souvent à l'origine de leur départ dans la rue.

Les enfants des rues sont confrontés à bon nombre de problèmes. En effet, évoluant dans un milieu généralement qualifié de dangereux, ils encourent d'importants risques.

Certains de leurs droits sont, par conséquent, bien souvent, compromis : le droit à l'alimentation, le droit à la santé, le droit à l'éducation et le droit à la non-discrimination.

Juger l'autre

Nous vivons dans un monde où, sans le vouloir nous jugeons, nous critiquons, sans raison ou motif, puisque cela est facile. Juger est une manifestation banale, qu'on exerce quotidiennement. On juge l'homme, sans le connaître un minimum, ou sans le connaître du tout.

L'homme de nature, juge le monde. On juge l'autrui, car il est autre que nous même. On cherche à assouvir notre soif d'arrogance, de supériorité, en jugeant les erreurs des autres. Nous jugeons l'autre sans connaître les raisons qui l'ont amené à ce choix. On juge, sans avoir les compétences nécessaires dans le domaine ou l'impartialité. Prenons l'exemple d'un petit enfant, âgé de 6 ans, vivant dans la rue, et volant de la nourriture au marché. L'enfant sera jugé automatiquement, on dira qu'il est mal élevé, qu'il est un voleur. Or, si nous essayons de comprendre la situation, ce n'est pas vraiment de sa faute. La faute revient aux dirigeants du pays, qui n'ont pas pris soin d'un de leurs citoyens en l'obligeant à voler dès son plus jeune âge pour survivre.

Je pense personnellement, que la plupart de nous les humains, sommes des lâches. On se permet de juger les gens en disant les connaître. On ne suit pas le chemin difficile de la compréhension, par peur de reconnaître nos tords. Alors on juge, parce que comprendre, est difficile.

Le divorce et les enfants

Pour les enfants, le divorce est un choc, papa et maman, les deux personnes fondatrices de leur existence, se séparent, c'est comme si eux-mêmes allaient être coupés en deux.

Pour la plupart, le divorce est une séparation douloureuse dont les conséquences sont très graves sur les enfants. Par contre, beaucoup de psychologues pensent que cette séparation peut être vécue normalement.

Pour qu'il n'y ait pas de victimes, les parents qui envisagent une rupture, doivent d'abord, discuter avec leurs enfants pour qu'ils n'aient pas de sentiments affreux de culpabilité, car dans un divorce, il n'y a pas forcément de coupable mais il y a des victimes.

Ensuite, les deux parents doivent éloigner leurs enfants de leurs conflits et de leurs problèmes. Ils ne doivent en aucun cas, les mettre au centre de leurs disputes et les obliger à choisir entre les deux êtres qu'ils aiment le plus au monde : le choix est impossible.

L'adolescence

L'adolescence est une période de vie tourmentée, caractérisée par une série de changements hormonaux et de grands bouleversements qui peuvent conduire le jeune à l'isolement et à l'éloignement de ses proches. Cette étape est souvent ponctuée de moments de dépression, surtout si l'adolescent est privé de soutien et d'écoute. Déjà, cette période transitoire vers le monde adulte devient un terrain propice aux pensées suicidaires. Si, de surcroît, s'ajoutent des problèmes secondaires, mais non négligeables, le suicide représente alors une solution envisageable pour le jeune.

Le suicide est la quatrième cause de mortalité chez les adolescents de 15 à 19 ans. Les facteurs de risque de suicide sont multiples et comprennent la consommation nocive d'alcool et la maltraitance durant l'enfance...

La pollution et l'environnement

On considère une pollution lorsqu'un écosystème ne peut plus dégrader les substances introduites dans son milieu. Le seuil critique de sa capacité à éliminer naturellement les substances est dépassé : l'équilibre de l'écosystème est brisé.

Les sources de pollutions sont nombreuses et l'identification de ces sources, des différentes substances polluantes et de leurs effets sur les écosystèmes est complexe. Elles peuvent provenir de catastrophes naturelles ou résulter de l'activité humaine. Les pollutions peuvent être aussi bien les marées noires, les pollutions chimiques, les accidents nucléaires, les déchets déversés dans la nature...

Les nuisances engendrées par les diverses sources de pollutions sont variées et peuvent s'accumuler : augmentation de la mortalité des espèces humaines, animales ou végétales qui peut aller jusqu'à l'extinction de l'espèce, destruction de l'habitat naturel, détérioration de la qualité des sols, de l'eau, de l'air...

La pauvreté

La pauvreté est l'état d'une personne qui manque de ressources, de moyens matériels pour vivre une vie décente. Elle est un terme global qui définit le fait de manquer de moyens pour subvenir à ses besoins.

La pauvreté est un fléau touchant le monde entier. Selon les derniers chiffres de la Banque Mondiale, plus de 700 millions de personnes vivent en dessous du seuil de pauvreté dans le monde.

Les causes de la pauvreté sont très variées, mais dans la plupart des pays en voie de développement, essentiellement en Afrique et en Amérique latine où les pauvres meurent de faim, on peut dire que les principaux facteurs de risque se trouvent dans les conditions sociales, politiques et économiques. Par exemple, le chômage, les contrats de travail temporaires, l'absence de places de prise en charge extrafamiliale des enfants, ou leur prix excessif engendrent souvent la pauvreté.

L'importance du sommeil

Posséder une excellente routine du sommeil est capital pour être en bonne santé. Dans nos sociétés constamment actives, le sommeil peut être vu comme une perte de temps, mais le sommeil est indispensable pour le bon fonctionnement de votre corps notamment pour assurer le renouvellement des cellules. En effet, c'est grâce au sommeil que votre organisme est capable de produire de nouvelles cellules venant remplacer les cellules mortes.

En outre, pendant que vous dormez, votre corps fonctionne au ralenti. Tandis que votre métabolisme se calme, votre respiration est ralentie de même que votre rythme cardiaque et même votre tension (artérielle comme musculaire) diminue. De plus, le sommeil joue un rôle important sur votre cerveau et vos facultés mémorielles. En effet, c'est pendant que vous dormez que le cerveau trie, intègre et assimile les différentes informations emmagasinées tout au long de la journée.

Une pandémie

Une pandémie est une maladie infectieuse pour laquelle il est constaté une propagation importante et continue de personne à personne dans plusieurs pays du monde en même temps.

La dernière fois qu'une pandémie a été déclarée, c'était en 2009 avec la grippe porcine, qui, selon les experts, a tué des centaines de milliers de personnes.

Si un virus est tout nouveau, les pandémies sont plus capables d'infecter facilement les gens et peut se propager de personne à personne de manière efficace et durable et le coronavirus vérifie tous ces conditions.

Pire encore, en l'absence de vaccin ou de traitement qui puisse l'arrêter, il est vital de contenir sa propagation.

جائحة

الجائحة مرض معد ينتشر بشكل كبير ومستمر من شخص لآخر في العديد من دول العالم في نفس الوقت.

كانت آخر مرة تم فيها إعلان جائحة في عام ٢٠٠٩ بسبب أنفلونزا الخنازير التي يقول الخبراء إنها قتلت مئات الآلاف من الناس.

إذا كان الفيروس جديدًا تمامًا ، فإن الأوبئة تكون أكثر قدرة على إصابة الناس بسهولة ويمكن أن تنتشر بشكل فعال ومستدام من شخص لآخر ، ويتحقق فيروس كورونا من كل هذه الحالات.

والأسوأ من ذلك ، أنه مع عدم وجود لقاح أو علاج يمكن أن يوقفه ، فإن احتواء انتشاره أمر حيوي.

Le racisme

Le racisme se base sur un mode de pensée qui exclut d'autres personnes. Ainsi, certains êtres humains se croient supérieurs à d'autres en fonction de leur religion, de leur couleur de peau ou de leur façon de vivre. Malheureusement, le racisme amène à des conflits entre les êtres humains, mais aussi à la discrimination raciale, comme lorsque les hommes de couleur noire étaient esclaves par exemple.

C'est bien souvent la peur de la différence qui est la base du racisme : peur d'une autre couleur de peau, peur d'une autre religion ou d'autres origines. La peur vient bien souvent du fait qu'on ne connaît pas l'autre, qu'on s'imagine des choses, qu'on a entendu dire que.... La meilleure façon de lutter contre le racisme c'est de se connaître, de faire des choses ensemble et d'apprendre à se respecter.

Le racisme peut amener des conflits et des guerres et même à des catastrophes comme des génocides lors desquels des milliers de gens sont tués parce qu'ils sont considérés comme différents. Pour ne pas que l'histoire se répète il faut absolument se souvenir des dangers du racisme.

La drogue

Une drogue est une substance qui a un effet sur le cerveau, modifiant les perceptions et le comportement de l'individu.

Une drogue est un produit susceptible d'entraîner une dépendance physique et/ou psychique. Les dangers ou risques d'une substance dépendent de nombreux facteurs : l'âge et le sexe du consommateur, le mode de consommation, la fréquence à laquelle il consomme, etc.

En général, parmi les drogues, on peut distinguer celles qui semblent apaiser, telles que l'alcool, les tranquillisants, le cannabis ou les opiacés ; celles qui stimulent, telles que la cocaïne. Ces effets peuvent varier selon la dose consommée.

L'importance des océans

Tout d'abord, il faut savoir que les mers et les océans recouvrent 70% de notre planète et représentent 97% de l'eau disponible. Très simplement, les océans constituent une ressource absolument prodigieuse. L'un des premiers rôles de l'océan, c'est de nous permettre de respirer. En effet, ils procurent 50 % de l'oxygène que nous respirons, grâce à la photosynthèse réalisée par le phytoplancton. Les océans libèrent plus d'oxygène dans l'air que toutes les forêts du monde. Autrement dit, les océans sont essentiels à la vie sur Terre.

De plus, les océans nous nourrissent et abritent une biodiversité incroyable. De surcroît, sans l'océan, les scientifiques estiment que le climat serait supérieur d'au moins 1 degré. L'océan est donc un élément indispensable dans la lutte contre les changements climatiques.

D'autre part, l'énergie marine est l'une des sources d'énergie renouvelables « les plus prometteuses ». Entre les vagues, les marées et les courants, l'océan ne s'arrête jamais. Tous ces mouvements sont potentiellement des créateurs d'énergies propres. Dès lors que l'on arrive à transférer cette énergie à un générateur, on peut produire de l'électricité.

La confiance en soi

Tout d'abord, avoir confiance en soi c'est avoir confiance en votre capacité de faire un choix, de prendre une décision, d'agir et de réagir, de s'adapter aux différents changements. C'est donc la capacité à se jeter dans l'action malgré les doutes. Beaucoup de grands leaders disent souvent les mots « si tu veux avoir confiance en toi, il faut être sûr de toi ».

C'est tout le contraire, et dès lors que vous l'aurez compris, cela changera votre vie. La confiance en soi, c'est aller de l'avant quoi qu'il arrive, sans certitude du résultat.

Dans quel domaine est-on sûr du résultat ? Aucun, sauf dans votre zone de confort. La société nous incite à tout contrôler, que cela soit en couple, au travail, cela rassure. Le peureux par exemple attend d'être prêt, de tout maîtriser avant de se lancer, donc il n'y va jamais. Il ne prend pas la parole dans une réunion et le regrette.

La confiance c'est accepter de surmonter ses peurs et ses doutes et y aller quand même. La confiance en soi est différente de l'estime de soi. L'estime de soi est la valeur que l'on se porte, le degré d'amour que l'on a pour soi. On peut avoir confiance en soi sans estime de soi ou inversement.

La confiance en soi nous permet de combattre notre échec et de l'assumer sous un jour positif. De plus, cela garantit que nous n'abandonnons jamais jusqu'à ce que nous gagnions.

Ramadan

La période du Ramadan est un mois béni dans le calendrier musulman, puisqu'il s'agit du mois durant lequel le Coran a été révélé au Prophète Mohamed, toutes les prières et bénédictions d'Allah soient sur lui.

Le fait de pratiquer le jeûne durant le mois de Ramadan est le 4ème pilier de l'Islam. Le jeûne est donc obligatoire durant cette période pour les hommes comme pour les femmes à partir de la puberté, exception faite des malades, des femmes enceintes, des femmes qui allaitent ou sont indisposées, ou encore des voyageurs...

Dans certains cas il est possible de reporter le jeûne, dans d'autres on compensera par des dons aux pauvres. Le Ramadan ne se caractérise pas uniquement par le jeûne : cette période est celle de l'abstinence, de la bonté, de la charité et de la douceur.

Le jeûne, qui concerne aussi bien la nourriture que la boisson, commence à l'aube et dure jusqu'au coucher du soleil. Ramadan est une période intense sur le plan spirituel. Elle permet également de reprendre conscience de la valeur de la nourriture et de la boisson. Le fait de ressentir la faim et la soif est une façon de se rapprocher de tous ceux qui souffrent. Le mois du Ramadan prend fin avec une belle fête, l'Aïd El Fitr.

رمضان

إن فترة رمضان شهر مبارك في التقويم الإسلامي ، حيث أنه الشهر الذي نزل فيه القرآن على النبي محمد صلى الله عليه وسلم.

صيام شهر رمضان هو الركن الرابع من أركان الإسلام. لذلك فالصيام إلزامي في هذه الفترة على كل من الرجل والمرأة منذ البلوغ ، باستثناء المريضات ، والحوامل ، والمرضعات ، أو ... المضطرات ، أو حتى المسافرين.

في بعض الحالات يمكن تأجيل الصيام ، وفي حالات أخرى يتم تعويضه بالتبرعات للفقراء. لا يتميز شهر رمضان بالصوم فقط: فهذه الفترة هي فترة العفة والرحمة والصدقة والوداعة.

الصوم الذي يشمل الطعام والشراب يبدأ عند الفجر ويستمر حتى غروب الشمس. رمضان هو وقت روحاني شديد. كما أنه يساعد على استعادة الوعي بقيمة الطعام والشراب. الشعور بالجوع والعطش هو وسيلة للتواصل مع جميع الذين يعانون. ينتهي شهر رمضان باحتفال جميل ، عيد الفطر.

La terre et l'environnement

La Terre est une planète adaptée aux besoins des êtres humains. Elle fournit tout ce qui est nécessaire à leur survie : eau, air, nourriture, etc.

L'environnement, c'est l'ensemble des éléments (plantes, animaux, forêts, étendues d'eau) qui entourent les êtres humains. Il est essentiel à la survie, car les gens ont besoin de respirer, de boire et de se nourrir. Heureusement, la planète peut répondre à ces besoins essentiels. Cependant, contrairement aux animaux, les êtres humains ont tendance à transformer leur environnement. Ils utilisent ce qui les entoure pour améliorer leurs conditions de vie. Par exemple, ils utilisent les cours d'eau pour laver leurs vêtements ou pour se débarrasser de leurs déchets

Notre Terre est fragile et précieuse. Durant des millénaires, notre planète a donné naissance à des écosystèmes complexes et équilibrés que seuls des dangers venant de l'espace pouvaient perturber.

Pour préserver l'avenir de l'humanité, il est donc devenu indispensable de veiller à protéger notre environnement.

Le stress des examens

L'examen symbolise la demande de reconnaissance sociale ; sa réussite contribue au regard positif que les autres portent sur l'étudiant mais aussi le regard qu'il a sur lui-même. L'obligation de prouver ses capacités, vis-à-vis de la société, et de son entourage proche lui inflige une énorme responsabilité.

Dans l'esprit de l'étudiant, réussir devient « vital » ! Un échec serait une véritable chute d'estime de soi. L'enjeu est si important qu'il provoque cette angoisse d'échouer et « c'est le stress ! ». Celui-ci provient donc d'une perception très personnelle de l'importance de la situation, et de la représentation de ses capacités à y faire face. Ne pas se sentir à la hauteur, craindre de ne pas tout retenir, de ne pas savoir s'organiser... Mais, le stress est une réaction normale de l'organisme pour s'adapter à l'événement.

Tout simplement, le stress est un mécanisme naturel qui assure la survie de l'humanité depuis bien longtemps. Il est donc naturel d'être stressé avant un examen. À petites doses, il peut être positif puisqu'il nous aide à donner le meilleur de nous-mêmes et à rester vigilants. Cependant, lorsqu'il grandit en importance, il se transforme en anxiété.

Le crime et ses causes

D'abord, il paraît très raisonnable de constater qu'on ne naît pas criminel, mais on le devient.

Premièrement, la société, par la force de la loi, est responsable de la sécurité physique et morale de ses citoyens; du coup, commettre un crime entre un citoyen et un autre signifie qu'elle n'a pas assumé sa responsabilité comme il faut.

De plus, l'approfondissement des disparités sociales, l'influence du cinéma et de la télévision, le relâchement du rôle de la famille (les problèmes familiaux, séparation des parents,...) sont des facteurs qui poussent ces jeunes sans emploi, sans ressources à commettre des vols et des actes de violence à l'encontre des citoyens.

Deuxièmement, la majorité des criminels sont des personnes misérables, en chômage et désespérées..., or, la société est obligée de favoriser à chaque citoyen les conditions d'une vie saine, honorable et aisée.

Troisièmement, la rue héberge continuellement des armées de jeunes délinquants potentiels. Face à la pauvreté, l'échec scolaire, la misère et la précarité, et avec la vente des drogues aux alentours des établissements scolaires, ces jeunes accèdent facilement au monde de la drogue et de la criminalité.

Discours du président Biden

Monsieur le Président, Monsieur le Secrétaire général, Mesdames et Messieurs les délégués, et tous ceux qui se dévouent à la noble mission de cette institution : j'ai l'honneur de m'adresser à vous pour la première fois en tant que président des États-Unis.

Nous sommes réunis cette année à un moment qui mêle grande douleur et possibilité extraordinaire.

Nous avons tant perdu à cause de cette pandémie dévastatrice qui continue d'emporter des vies à travers le monde et d'avoir un effet si marqué sur notre existence.

Nous pleurons la mort de plus de 4,5 millions de personnes de tous pays et de tous milieux. Chaque mort est un déchirement personnel. Mais notre deuil partagé est un rappel poignant du fait que notre avenir collectif dépendra de notre capacité à reconnaître notre humanité commune et à agir ensemble.

Le Smartphone et les enfants

Actuellement, la technologie connaît une évolution sans précédent, au point de permettre à chaque enfant d'avoir un Smartphone. La responsabilité incombe aux parents quant à la sécurité, la santé et les études de leurs petits vis-à-vis de cette situation. Les adultes doivent alors savoir bien encadrer leurs enfants par rapport à ce changement.

Les Smartphones font partie intégrante de la réalité quotidienne de chacun. Aussi, le fait d'interdire l'enfant à ne pas y jouer serait purement contradictoire. Par ailleurs, la mission des parents s'avère difficile dans le fait d'expliquer aux jeunes les inconvénients des téléphones. En outre, les téléphones diminuent la motricité fine : les enfants deviennent moins enthousiastes à utiliser les fournitures habituelles. En outre, l'évolution de la technologie ne fait que renforcer la paresse chez les enfants. Ainsi, ils ne seront même plus capables de toucher les matériaux usuels, tels que crayon, papier et stylo.

Un autre danger du Smartphone, au même titre que les jeux vidéo, celui-ci peut entraîner l'isolement social. L'enfant se sépare progressivement des personnes physiques qui l'entourent.

L'internet : arme à double tranchant

Avec l'apparition de la modalisation, dans chaque maison, on trouve une télévision et une connexion internet mais, est-ce que nous utilisons bien l'internet? Quels sont les avantages et les inconvénients de ce média ?

L'internet est un phénomène social, il est un paradis pour ceux qui aiment apprendre, améliorer leur culture, découvrir de nouvelles traditions, communiquer, mais en même temps, l'internet est un monde épineux plein de dangers.

Les enfants sont innocents, ils ne voient pas les défauts de l'internet, surtout les dialogues en direct. Il existe aussi des sites qui ont une influence négative sur les enfants, ils créent des troubles psychiques chez les adolescents, mais on ne peut pas nier que l'internet a ses avantages.

L'internet est un excellent moyen de communication : il nous permet de rester en contact avec nos amis et nos contacts du monde entier, de leur parler en temps réel, de partager (grâce aux réseaux sociaux) nos goûts et nos souvenirs, nos expériences, de se faire de nouveaux amis. Grâce à l'internet, il suffit d'un clic pour avoir le monde à sa portée. Il offre un moyen fiable pour stocker ses fichiers importants sur des serveurs bien protégés.

Avec l'augmentation incessante du débit et l'amélioration de la technologie, Internet donne accès à des services de plus en plus innovants. Il nous informe sur tout ce qui se passe autour de nous d'une manière très rapide, et nous aide à partager nos connaissances et nos idées, ajoutant aussi qu'il existe des sites pour aider les élèves à apprendre leurs leçons.

Comme toute technologie, l'internet a des inconvénients aussi. On peut l'utiliser à bon escient, mais on peut aussi l'utiliser à mauvais escient, d'où la nécessité d'organismes de contrôle pour surveiller et empêcher les problèmes éventuelles.

L'internet peut entraîner une addiction et empêcher la personne dépendante de développer des relations réelles en l'emprisonnant dans des relations virtuelles.

L'internet peut aussi tuer des pratiques saines comme la lecture et il peut nuire aux études des élèves s'il est mal utilisé.

Effectivement, l'internet est une arme à double tranchant, et il faut éduquer les enfants au bien utilisé pour qu'ils soient protégés contre ses défauts.

Le silence

Le silence signifie apaiser notre environnement et notre esprit, il nous permet d'écouter, nous donne de l'espace pour penser et nourrir notre esprit. Nous le cherchons pour essayer de trouver un peu de paix et réduire le stress. Pourtant, nous sommes tellement habitués au son et au bruit que seulement quelques secondes de silence nous semblent étranges et inconfortables.

Aujourd'hui, le silence est devenu un objet d'étude dans la communauté scientifique. La curiosité au sujet de son impact sur le cerveau et la santé en général s'est accrue.

Les bienfaits du silence:

La santé physique générale et le bien-être s'améliorent avec le silence. Nos oreilles se reposent. Mais les avantages de créer des espaces ou des environnements sans bruit ne s'arrêtent pas là :

- Il réduit le stress. La réduction du taux de cortisol dans le sang et l'adrénaline nous permet de nous détendre davantage et de réduire la fatigue. Selon une étude publiée dans la revue Heart en 2006, deux minutes de silence soulagent les tensions du corps et du cerveau. Les experts ont attribué ce phénomène à des modifications de la tension artérielle et de la circulation sanguine dans le cerveau.
- Il est bénéfique pour la chimie du cerveau. Deux heures de silence pourraient créer de nouvelles cellules dans la région de l'hippocampe, une zone du cerveau liée à l'apprentissage, au souvenir et aux émotions, selon une étude publiée dans Brain Structure and Functions.
- Il améliore le sommeil et diminue l'insomnie. La recherche de cycles de silence tout au long de la journée favorise le sommeil. D'où l'importance de se détendre avant de se coucher.

– Il réduit le risque de maladie cardiaque. De nombreuses études ont établi un lien entre le bruit et l'augmentation des maladies cardiaques. L'OMS en est venue à comparer la pollution sonore comme un « fléau moderne ».

– Il augmente la créativité et l'apprentissage. Le silence nous aide à restaurer les ressources cognitives, nous permet d'être calmes et réfléchis et augmente notre créativité. Nous pouvons penser et réfléchir plus profondément, en tirant parti d'émotions et d'idées que nous n'aurions pas autrement.

L'enseignement à distance

Suite à la crise sanitaire dont souffre le monde entier et à la déclaration d'état d'urgence sanitaire par la plupart des pays du monde, un nouveau système éducatif a été adopté, après avoir fermé les écoles, dans lequel la fréquentation est remplacée par l'enseignement à distance afin d'assurer la continuité pédagogique de l'année scolaire. En effet, le but est de lutter contre la propagation de la pandémie Covid-19.

Dans cette crise comme dans la vie, il y a toujours des leçons à tirer. Cette pandémie a été une véritable opportunité pour que tout le monde, y compris ceux qui ne croient pas au numérique, met la main dans les technologies. D'ailleurs, tous les enseignants n'ont pas eu le choix, la seule solution a été de faire du télétravail, surtout pour garder le contact avec ses apprenants.

Face à cette pandémie qui a obligé plus de la moitié de la population mondiale à se confiner, il s'est avéré que l'enseignement à distance est l'une des solutions efficaces pour répondre aux besoins de nos apprenants. Il va sans dire que l'enseignement à distance ne remplacera jamais l'enseignant mais il reste quand même un véritable atout pour résoudre partiellement des problèmes dans un pareil contexte de crise.

Première partie:
Traduction Arabe- français

البطالة

تُعد البطالة من أكثر الظواهر الاقتصادية شيوعاً في جميع أنحاء العالم بعد قيام الثورة الصناعية، وهي عبارة عن عدم حصول الفرد على عمل بالرغم من رغبته وبحثه المستمر عن فرصة عمل لكن دون فائدة، فهناك العديد من الشباب المؤهلين قانونياً وجسدياً وعقلياً للعمل لكنهم غير قادرين على إيجاده، وتنتشر هذه المشكلة في العالم العربي والعالم الغربي دون استثناء وبصورة كبيرة، وتؤثر البطالة سلباً على اقتصاد الدولة كما أنها تهدد تماسك المجتمعات واستقرارها، وهناك العديد من العوامل التي ساهمت في رفع نسبة البطالة في المجتمعات العربية والمجتمعات الغربية.

من أهم الأسباب التي ساهمت في انتشار ظاهرة البطالة ازدياد معدل النمو السكاني الأمر الذي أدى إلى تقليل مصادر العمل وازدياد عدد الشباب الباحثين عن الوظائف، كما أنّ عوامل الهجرة من القرية إلى المدينة ساعدت في ارتفاع نسبة العاطلين عن العمل، فضلاً عن وضع الاقتصاد المحلي المتقلّب، وعدم وجود تناسب بين عدد الأفراد وأعداد الوظائف ساهم في انتشار معدل البطالة لدرجة كبيرة، وعدم توفر الخبرات المهنية والمؤهلات التعليمية للأفراد الساعين للحصول على العمل مع الوظائف الشاغرة والمؤهلات التي تتطلبها الوظيفة مما يؤدي إلى عدم وجود موظفين مناسبين لوظائف موجودة، وامتثال الأفراد لبعض المهن التي تتوفر في أوقات معينة خلال السنة وتنتهي مع انتهاء السنة مثل المهن الزراعية تؤدي إلى فقدان الفرد لفرصة العمل معظم أشهر السنة.

تنتهي مشكلة البطالة إذا ساهمت الحكومات في إيجاد الحلول الناجحة وزيادة فرص العمل للباحثين عن الوظائف في مختلف القطاعات، وذلك من خلال تشجيع عملية الاستثمار المحلي الذي يساعد على زيادة عدد الشركات وبالتالي زيادة فرص الحصول على الوظائف، والعمل على رفع جاهزية الفرد من خلال تحسين وتقوية تعليمه للحصول على وظيفة في مختلف القطاعات، كما يجب على الحكومة دعم الشباب عن طريق تشجيعهم على القيام بمشاريع صغيرة لاستثمار أفكارهم وطاقتهم وإبداعهم، والعمل الجاد لتطوير القطاع الزراعي من خلال القيام باستصلاح الأراضي الزراعية، والحد من ظاهرة العمالة الوافدة

تزايد حجم البطالة في العالم يؤدي إلى مشاكل بالغة وخطيرة على الاقتصاد المحلي وعلى المستوى الأمني فلا يُمكننا أن ننكر بأنّ البطالة دور كبير في انتشار الإرهاب وازدياد معدل الجريمة والعنف، نتيجةً لإصابة هؤلاء الأشخاص العاطلين عن العمل بالإحباط وفقدان آمالهم وتحطيم أحلامهم.

المؤتمر الوطني للشباب.. منصة الرئيس السيسي لتمكين قادة المستقبل

بوابة أخبار اليوم

الخميس، ١٢ أغسطس ٢٠٢١

تحت شعار «ابدع انطلق» بدأت القيادة السياسية تبنيتها فكرا جديدا وإتاحة الفرصة للشباب للتعبير عن آمالهم ومتطلباتهم، بالمواجهة والشفافية بين الشباب والدولة، مساحة للرأي ومنبرا للشباب أوجده الرئيس عبد الفتاح السيسي، بعد توليه الحكم حرصا منه على تمكين الشباب والاستفادة من طاقاتهم المهدرة، ورعاية النوابع منهم.

البداية كانت من خلال المؤتمرات الوطنية للشباب بمشاركة مجموعة كبيرة من الشباب في مختلف الفئات والتخصصات والمحافظات، وتحت رعاية الرئيس عبدالفتاح السيسي وبحضوره لكل المؤتمرات بداية من المؤتمر الوطني الأول للشباب الذي عقد في أكتوبر ٢٠١٦ بشرم الشيخ.

ويُعد المؤتمر ملتقى للحوار المباشر بين الدولة المصرية ومؤسساتها المختلفة والشباب المصري الواعد الذي يطمح في مستقبل أفضل لوطنه من خلال رؤية وطنية وتخطيط علمي وحوار بناء.

ويشارك في المؤتمر عددا كبيرا من الشباب يمثلون كافة شرائح وقطاعات الشباب المصري من شباب الجامعات والرياضيين والمتقنين والإعلاميين وشباب الأحزاب، بالإضافة إلى الشباب الراغبين في المشاركة والذين يقومون بالتسجيل من خلال الموقع الإلكتروني.

أهمية الغذاء لجسم الانسان

لا أحد ينكر أهمية الغذاء في حياتنا، فالغذاء هو المأكل والمشرب حيث أنه يحتوي على العديد من العناصر الغذائية التي تفيد الجسم ويساهم في نمو الإنسان بالشكل السليم، اما بالنسبة للتغذية هو عبارة عن علم يشرح علاقة الغذاء مع النشاطات الخاصة بالكائنات الحية ومن ضمن هذه الأشياء تناول الطعام والتخلص من الفضلات.

الغذاء المتوازن هو الذي يؤدي الى تحسين صحة الإنسان، حيث ان هناك العديد من خبراء التغذية الذين ينصحون بتناول الغذاء بالشكل الصحيح، بهدف الحفاظ على صحة وجمال الجسم ومن هنا يمكننا تعريف التغذية على أنها علم يقوم على شرح الغذاء بالنشاط الخاص بالجسم ووظائفه، فالغذاء يعد بمثابة وقود يمد جسم الإنسان بالطاقة ومن هنا سوف نتعرف على أهمية الغذاء والتغذية لجسم الإنسان.

الماء

الكربوهيدرات

البروتينات

المعادن

الفيتامينات

<https://www.maoso3a.net/>

المكتبة وأهميتها

للمكتبات دور كبير ومهم جداً في تثقيف وتعليم الشعوب، وتعتبر القراءة هي الطريق الثقافي في المجتمع، فمن خلالها يمكن معرفة الثقافات واللغات الجديد ونقرأ تاريخ وحضارات الشعوب القديمة، وتعمل القراءة على زيادة الوعي والمعرفة لدي الأفراد، وهناك دور كبير جداً للمكتبات في تشكيل شخصي الأفراد وإنارة العقول، وتخلق القراءة مجتمعات مستنيرة ومثقف فيتوجب على كل أسرة ومدرسة أن تعلم أبناءها وطلابها القراءة وشراء الكتب من المكتبة وتربي الأطفال على احترام وحب المكتبات والكتب.

توفر المكتبة جو هادئ ومريح للقراءة في تركيز وهدوء، وهناك جو من السكون يشعر به القارئ عند دخول المكتبة، ويترك هذا الهدوء انطباع للطالب بأن الثقافة والعلم لهم مكانة كبيرة ومن الواجب احترامها، وهناك العديد من الفوائد للمكتبة منها:

توفر المكتبات جميع المراجع البحثية التي يحتاجها الطلاب والباحثين لمساعدتهم في التعليم.

تساعد في تحصيل الكثير من جوانب المعرفة في جميع مجالات الحياة.

تشجع الطلاب على القراءة وبالتالي تنمية مهاراتهم في الأبحاث العلمية وتشكيلها.

تساعد الطلاب على الإبداع وتعلمهم أهمية الشعر والفنون وكيفية الاستمتاع بهم.

التكنولوجيا

أهمية التكنولوجيا:

التكنولوجيا هي مصدر المعرفة والمعلومات والعلوم والفنون، وتعرف التكنولوجيا على أنها مجموعة من التقنيات والمهارات والأساليب المستخدمة من أجل إنتاج بضائع أو تقديم خدمة، أو تحقيق هدف ما، وتستخدمها التكنولوجيا في شتى أنواع الصناعات ومعالجة جميع الأنشطة البشرية بهدف تطويرها والبحث فيها، وتساعد التكنولوجيا في الكشف عن كل ما هو جديد وإيجاد حلول لمشاكل البشرية وتسهم بشكل عام في خدمة البشرية والجنس البشري بشكل عام.

البحث والتطور العلمي واكتشاف أشياء تنفع البشرية كل هذه الأمور كانت بفضل التكنولوجيا وثورة المعلومات الرقمية، التي سهلت الكثير من الإجراءات وساهمت في الحد والقضاء على مشكلات كان يعجز أمامها البشر.

دور التكنولوجيا في حياة الإنسان:

لم يقتصر دور التكنولوجيا على مجال واحد من مجالات الحياة، بل اقتحمت التكنولوجيا جميع المجالات مثل النقل البري والبحري والجوي فوسائل النقل الحديثة اختصرت كثير من المسافات في أقصر وقت، ساهمت التكنولوجيا في دعم وتطوير مجال البحث العلمي واكتشاف عالم الفضاء الخارجي، أما عن المجال الطبي فقد أنقذت التكنولوجيا حياة الكثير من الأشخاص وتم إجراء العديد من العمليات حتى من دون الحاجة إلى إجراء عمليات جراحية، وفي مجال ثورة المعلومات فحدث ولا حرج فالتكنولوجيا هنا كان لها الدور الفعال في تسهيل الوصول لأي معلومة في أي مكان.

تأثير التكنولوجيا على المجتمع:

بفضل التكنولوجيا تعرفنا على معلومات وأخبار لم نكن نسمع عنها من قبل في التكنولوجيا جعلت العالم قرية صغيرة ذات ثقافات متداخلة، وأتاحت التكنولوجيا فرصة للإنسان ليتعرف على عادات وثقافات البلدان الأخرى، أما على صعيد الحياة اليومية والأعمال الروتينية فقد وفرت الوقت والجهد على الإنسان وساعدت في إنجاز المعاملات الرسمية والحكومية في دقائق بدل الانتظار في طوابير لإنجاز معاملة ما.



فيروس كورونا المستجد

فيروس كورونا هو أشهر الفيروسات الجديدة التي أرعبت البشر في جميع أنحاء العالم. حيث أنه سبب الكثير من القلق والخوف، فمنذ أن انتشر هذا الفيروس، انتشر الحديث عنه في جميع وسائل الإعلام المختلفة حول العالم. وتحدث الجميع عن مخاطر المرض وأعراضه المختلفة الخطيرة، كما ذكروا أيضًا طرق الوقاية من هذا المرض اللعين الذي تسبب في وفاة الكثير من الأشخاص حول العالم في وقت قصير جدًا.

حيث ازدادت عدد الحالات المرضية وحالات الوفاة بدرجة كبيرة منذ بداية انتشاره. وبسبب هذا الفيروس اللعين تم إيقاف السنة الدراسية وقفل المدارس والجامعات لتقليل احتمالية انتشار الفيروس بين طلاب المدارس والجامعات. وبدأ الانتقال إلى التعليم الإلكتروني عن طريق شبكات الإنترنت. وبالفعل الكثير من الطلاب في هذا العام قاموا باجتياز الامتحان بشكل إلكتروني. وجهزت جميع المستشفيات في جميع أنحاء العالم أبوابها لاستقبال المرضى. وذلك لأن فيروس كورونا من الفيروسات سريعة الانتشار بشكل كبير.

حيث أنه يمكن أن ينتقل بكل سهولة عند المخالطة أو ملامسة شخص مصاب أو ملامسة سطح ملوث. كما يمكن أن ينتقل الفيروس عن طريق الرذاذ والهواء. تعرضت البلاد للكثير من المخاطر بسبب فيروس كوفيد ١٩ الجديد، والذي ظهر منذ البداية في الصين. ثم انتشر بعد ذلك لأكثر من دول مجاورة، وانتهى الوضع بانتشاره في جميع أنحاء العالم. وبسبب ثم قامت جميع الدول في وقتًا ما بغلق جميع الحدود وغلق المطارات ومنع السفر. والتنقل من مكان لآخر، وقامت الحكومات في جميع أنحاء البلاد بفرض حظر التجوال للتقليل من مخاطر الفيروس اللعين. وكثفت الدول والجهاز الطبي دراستها وأبحاثها لإعداد لقاح يقي من الإصابة بفيروس كورونا. وبالفعل توصلت الدول لعدة أنواع من الأمصال لمقاومة المرض.

<https://mqaall.com/corona-virus-essay-topic/>

ذوي الاحتياجات الخاصة

رغم أن ذوي الهمم أفراد يواجهون صعوبة في القدرة على التعلم أو اكتساب خبرات أو مهارات أو أداء أعمال يقوم بها الفرد السليم المعافى نتيجة لعوامل وراثية أو مكتسبة لديهم، إلا أن الكثير منهم يتمكنوا من تحقيق التفوق في دراستهم أو مجال عملهم بل يحصدون دوماً جوائز عالمية في بطولات مختلفة كالسباحة، لذلك يجب ألا ننظر إليهم نظرة شفقة أو ازدراء بل نظرة احترام وتقدير.

تحديات كثيرة تواجه

المعاقين أكثر رأس تلك التحديات عدم قدرتهم على التكيف الاجتماعي حتى داخل أسرهم نتيجة المشاكل النفسية التي يمر بها أغلبهم كالشعور الزائد بالنقص والعجز، عدم الشعور بالأمان وعدم التوازن الانفعالي، فضلاً عن ما يواجهونه من تنمر وسخرية من قبل بعض الأشخاص غير الأسوياء في المجتمع وربما يدفع ذلك بعضهم إلى الانطواء والانعزال عن الآخرين.

لا يزال

هناك الكثير من التحديات الأخرى التي يواجهها ذوي الهمم في مجتمعنا، فالكثير من وسائل النقل والمواصلات والأماكن العامة غير مجهزة بالشكل الذي يسهل عليهم استقلالها أو الذهاب إليها بمفردهم، علاوة على المشكلات التعليمية من عدم توافر مدارس خاصة وكافية لهم، الآثار النفسية التي يعانون منها في حالة إلحاقهم بمدارس عادية خاصة في ظل غياب المدرسين والأخصائيين المدربين على التعامل مع ذوي الإعاقة، المناهج والكتب الدراسية التي لا تراعي ظروفهم الخاصة.

التحديات التعليمية التي يواجهها المعاقون تخلق بالتبعية تحديات مهنية كثيرة أمامهم، لأن بعضهم لا يتمكن من إكمال تعليمه ما يحد من فرصه المهنية، فضلاً عن أن الكثير من أصحاب الأعمال يرفضون تشغيلهم لا لشيء سوى لتفكيرهم الراجعي والعنصري، لا يسعني بالطبع أن أذكر هنا كافة العقبات التي تقف حائط صد يحطم آمال وطموحات ذوي الهمم فهم يواجهون الكثير والكثير.

ماري كوري

ماري كوري عالمة رائدة. ولدت كوري في بولندا عام ١٨٦٧، ولكنها انتقلت الى فرنسا لإنهاء دراستها. درست في الجامعة بباريس حيث قابلت زوجها بيير كوري ، فقد كان عالما أيضا. اكتشفا معا عنصر الراديوم المشع وحصلوا على جائزة نوبل في الفيزياء عام ١٩٠٣

ولسوء لحظ فقد بيير حياته في حادث طريق وهو في سن صغير. شعرت ماري بالحزن علي وفاة زوجها لكنها أكملت عملها حيث قدمت اكتشافات هامة عام ١٩١١ و فازت بجائزة نوبل في الكيمياء. يشهد العالم الآن العمل الذي قدمته ماري كوري.

الجيش الأبيض

مكانة عظيمة يحتلها الأطباء في المجتمع لما يقدمونه من رسالة سامية تدفعهم في أحيان كثيرة إلى مواصلة الليل بالنهار في محاولة لإنقاذ حياة مريض أو تخفيف آلامه، ولا أحد يُنكر الدور العظيم الذي بذله الطاقم الطبي والتمريض لمواجهة جائحة كورونا حتى أن العديد منهم فقدوا أرواحهم في سبيل إنقاذ أرواح أخرى.

الطبيب شخص نذر نفسه لخدمة الناس هدفه الأساسي إنقاذ حياة المرضى من الموت وتخفيف آلامهم متحملاً للمريض في أسوأ حالاته الجسدية والنفسية ويواصل عمله وسط الأمراض المعدية، فضلاً عن أن الكثير من أطباء العالم يواصلون الليل بالنهار لإجراء تجارب علمية تمكنهم من التوصل إلى عقاقير وأدوية جديدة لمحاربة الأمراض المختلفة.

خير شاهد على التضحيات الكبيرة التي يقدمها الجيش الأبيض في سبيل إنقاذ الأرواح هو الدور العظيم الذي للأطباء وأطقم التمريض في مواجهة جائحة كورونا، فقد تركوا أسرهم ووقفوا بجوار أسرة المرضى المصابين بالفيروس محاولين بذل قصارى جهدهم لتخفيف ألمهم وإنقاذ أرواحهم دون أن يخشوا العدوى بل يرون الموت ولا يهابونه ويصرّون على القيام بواجبهم على الوجه الأكمل، إيماناً منهم أنهم في جهاد في سبيل الله، لينالوا أجر عظيم على إنقاذ حياة إنسان.

قدم الجيش الأبيض كثير من الشهداء في هذه المعركة الشرسة التي يخوضها العالم منذ ما يقرب من عام ضد الوباء المستجد، حتى أن آخر الاحصائيات التي أعلنتها نقابة الأطباء في مصر عن عدد ضحايا مواجهة فيروس كورونا من الأطباء وصلت إلى ٢٠٤ شهيد وآلاف المصابين ولا تزال التضحيات مستمرة إلى الآن.

الحياة

الحياة مليئة بالدروس المجانية والأشخاص الأذكياء هم من يتعلمون من هذه الدروس. من المهم أن تتعلم من أخطائك لتساعدك لتفادها في المستقبل. الحياة قصيرة ونحن لا نلاحظ ذلك. الشخص الذي يواجه تحديات كثيرة في الحياة عادة يصبح شخص قوي في المستقبل.

الحياة تصبح جيدة فقط إذا فهمتها. إذا كنت ترى الأشياء الجميلة حياتك سوف تصبح سعيدة. و إذا كنت فقط ترى الأشياء السيئة والسلبية قد تعتقد أن الحياة ليست جميلة. من أجل ما في الحياة هو العيش ومساعدة الأشخاص الآخرين والاستمتاع بالوقت والعيش بسلام وطمأنينة.

<https://www.almsal.com/>

الأمل والإرادة

يعتقد معظم الناس أن الأمل والإرادة بالحياة شيئان غير موجودان على الإطلاق، لكن هذا الاعتقاد خاطئ تماماً، فالأمل والإرادة في الحياة شيئان موجودان منذ نشأت البشرية. وقد أثبت الله سبحانه وتعالى ذلك في كثير من الآيات القرآنية، ويأتي الأمل والإرادة في الحياة بالفكر الصالح والإيمان الكامل بالله تعالى.

يمكن إعطاء حياة الطالب كمثال مهم للأمل وإرادة الحياة. على سبيل المثال، يدخل الطالب في العديد من الاختبارات ويعتقد أنه رسب في الاختبار وأن حياته الدراسية فشلت أيضاً، وعندما يحصل على نتائج الاختبار يرى أنه حقق نجاحاً مبهوراً للغاية وهذا أهم مثال على الأمل والتوكل على الله وعدم اليأس من رحمة الله تعالى.

الأمل هو طاقة إيجابية تكمن في داخل الإنسان، وهذه الطاقة تجعل الإنسان واثقاً تماماً من أن الخير سيأتي اليوم أو غداً أو بعد فترة من الزمن، لكنه سيأتي ويتحقق. من ينعم بالأمل والإرادة القوية سيشعر دائماً بالطاقة الإيجابية بداخله، لأنه واثق من أن هذا الأخير سيأتي بعد كل الطرق الصعبة التي سلكها، وهذا مرتبط بالثقة في الله تعالى، ويمكننا أن نطلق على الأمل أنه شعاع نور ينتشر داخل الإنسان ويمحو كل الظلام بداخله.

للإرادة معاني كثيرة توحى بالأمل داخل الإنسان، منها القوة والإصرار والمثابرة، والأهم الصبر. إرادة الحياة أحد أسلحة الإنسان لمواصلة الحياة، فهي ترافق الفرح والأمل والسعادة، وهذا ما يجعل الإنسان على يقين من أن كل العقبات المؤلمة التي واجهها ستختفي حتى بعد فترة. من أجل أن يكون لدى الشخص الإرادة الكافية لمواصلة الحياة بكل سعادة، يجب أن يكون صبوراً وحكماً.

الأمل والإرادة في الحياة لهما أهمية كبيرة بالنسبة للإنسان، فبدونهما لا يستطيع الإنسان الاستمرار في حياته أو تحقيق أهدافه، لأن الإنسان دائماً ما يتعرض لعقبات مؤلمة وشديدة في طريق حياته. قد تكون هذه العوائق اختباراً من الله تعالى وعليك أن تمر بصبر وأمل وقوة إرادة الحياة، أو أحياناً قد تواجه عقبات تنقذ حياتك من شراً ما قد يواجهك.

<https://www.almrsal.com/>

الحياة في الريف

يستمتع الفرد في الريف بهواء صحي، مياه صحية، فواكه وخضروات طازجة. يمكن الحصول على اللبن، الزبدة والمواد الغذائية الأخرى سليمة ونقية غير معشوشة. تشعر هناك بالسلام والهدوء التام. لا يوجد أي ضجيج أو ضوضاء هناك. لا شيء يزعج هذا الهدوء. لا يوجد صوتا مزعجا مثل صوت الآلات . نادرا ما تری دراجات نارية أو عربات هناك.

يتصف الناس هناك بالانفتاح، الصدق والصراحة. فهم كرماء ويتمتعون بكرم الضيافة. فهم يرتبطون ببعضهم الآخر ويتعاطفون ناحية بعضهم، يشاركون بعضهم في الأفراح والأحزان. فالحياة في الريف خالية من كل قيود المجتمع. فالناس هنا بسطاء في عاداتهم وفي ملابسهم. فهم لا يعرفون القراءة والكتابة ويجهلون الكثير لكنهم بسطاء وصادقين، ليسوا بالمخادعين.

هناك عيوب أيضا للحياة في الريف. لا يوجد هناك وسائل نقل أو مواصلات متوفرة. لا توجد مدارس ولا مستشفيات. تصبح الطرق وحلة وغير سالكة أثناء سقوط الأمطار. لا يوجد مكتب بريد أو تليغراف.

فالحياة والممتلكات ليست آمنة كما هو الحال في المدن.

على الرغم من كل هذه العيوب، إن الحياة في القرية أفضل من المدينة. ففي الريف، نجد أن العلاقات القرية الطبيعة تجعلك أكثر قربا من الله. أما في المدينة ، فالأفراد أنانيون و ماديون أكثر، فهم طماعون. المال هو إلههم. هذا هو كل شيء بالنسبة لهم وهدف حياتهم.

باختصار، إن الحياة في الريف أسهل كثيرا، كما أنها هادئة وسالمة أكثر من حياة المدينة المليئة بالصخب، القلق والسرعة.

التواضع

التواضع هو تهذيب لأنفسنا قبل أن يكون صفة حميدة، التواضع يحد من الكبر ويقل من غرور النفس ويرفع من قيمة النفس المتواضعة عند الله فيقول النبي صلى الله عليه وسلم مبشرا أهل التواضع برفعة مقامهم عند ربهم قائلا : مَا نَقَصَتْ صَدَقَةٌ مِنْ مَالٍ، وَمَا زَادَ اللَّهُ عَبْدًا بِعَفْوٍ إِلَّا عِزًّا، وَمَا تَوَاضَعَ أَحَدٌ لِلَّهِ إِلَّا رَفَعَهُ اللَّهُ. رواه مسلم.

وهكذا فإنه وعد من رسول الله للشخص المتواضع أن يرفع قدره عند الله عز وجل. فيقولون أن الإنسان الفارغ هو الذي تملأه اهتماماته وتفكيره واعتقاداته عن نفسه فقط. لذا فإنه من أحد علامات التواضع هو الإهتمام والعناية بالناس، والاستماع إليهم ومشاركتهم ما يشعرون به وما يفكرون فيه وكذلك عدم الترفع عليهم بنثياب ترتديه أو بفكرة تمتلكها أو بطريقة توصلت إليها أو ما شابه ذلك. ومن أهم مظاهر التواضع هو تطيب خواطر الناس والحفاظ على مشاعرهم ومراعاتها دائما.

الهواتف

الهواتف مفيدة جداً في الايام الحالية. الناس يستخدمون الهواتف طوال الوقت للاتصال بأصدقائهم، عائلتهم، و اقاربهم. هنالك العديد من انواع الهواتف. بعض الهواتف غالية جداً والبعض منها رخيص. الهواتف الغالية هي الهواتف الذكية التي تحتوي على مميزات عديدة. الهواتف الرخيصة لا يوجد بها مميزات كثيرة ولكن تستطيع استخدامها لأجراء اتصال و ارسال رسالة نصية

الجوال يحتوي على مميزات و عيوب (ايجابيات و سلبيات) كثيرة. المميزات في الجوال هي انها تساعد الاشخاص للتواصل بشكل سهل مع الاخرين. ايضاً، الجوال لديها مميزات كثيرة مثل الخرائط و التطبيقات المفيدة مثل قاموس اللغة الانجليزية. عيوب الجوال (السلبيات) هي ان الاشخاص يقضون وقت طويل في اللعب بالجوال. ايضاً، الاشخاص بالعادة لا يتحدثون مع بعضهم البعض بسبب ان الكثير منهم منشغل بالجوال.

يوجد بالجوال ايجابيات وسلبيات كثيرة. الايجابيات هي انك تستطيع التحدث الى الاخرين اذ هم بعيدون عنك. تستطيع ايضاً ارسال ايميلات، وتقرأ الاخبار، و تبحث في الانترنت. ولكن، هنالك سلبيات كثيرة. بعض الأشخاص يستخدمون الجوال للألعاب لفترات طويلة. وبعض الأشخاص لا يتحدثون لبعضهم البعض بل يستخدمون الجوال طوال الوقت.

الابتسامة والسعادة

الابتسامة ليست فقط تعبير عن سعادتك، ولكنها تساعد لنشر السعادة. في هذا المعنى، اذا تبتسم بشكل جيد انت تجعل العالم مكان افضل للعيش. تخيل، لو ابتسم جميع الناس الذين تقابلهم في كل يوم. كيف سوف يبدو الاحساس بالسعادة الذي تجلبه الابتسامة.

الابتسامة بكل سهولة تبين العلاقات مع الاخرين. تجعل الغرباء اصدقائك من خلال الابتسامة وهي الخطوة الاولى لتكوين علاقة مع الاخرين. الابتسامة تمنح شخصيتك الجاذبية الجيدة. جميع المشاهير الكبار يتأكدون قبل ظهورهم للعامه من ابتسامتهم الجذابة. دائماً، تذكر ان تبتسم.

السعادة هي شيء كلنا نحتاجه في حياتنا. اذا كنت تريد ان تصبح سعيدا ينبغي ان تفعل الاشياء التي تجعلك سعيداً حتى اذا الاخرين يظنون انك تعمل شيء خاطئ. تستطيع ان تكون سعيدا في حياتك بعيش الحياة التي تريد انت. هذا يعني ان تعمل ما تحب ان تقوم به في حياتك دون ان تفكر بما سوف يقول عنك الاخرين.

فوائد تنظيم الوقت

الوقت مهم اكثر من المال بسبب ان المال المدفوع (الذي تم دفعة) نستطيع كسبه مره اخرى، عندما نقضي الوقت لن نستطيع الحصول عليه مره اخرى. هنالك مقولة شائعة "الوقت و المد والجزر لا ينتظران احد" انها صحيحة كما صحة الحياة في الكره الارضية. الوقت يمضي بشكل مستمر بلا توقف، انه (الوقت) لا ينتظر أحدا .

أذاً، ينبغي ان لا نقضي وقتنا الثمين بلا هدف او معنى في اي مرحلة من حياتنا. يجب ان نفهم دائماً معنى الوقت ونستخدمه بطريقة جيدة لتحقيق اهدافنا. ينبغي ان نتعلم شيء جديد بما ان الوقت يمضي.

هنالك الكثير من فوائد تنظيم الوقت. الاشخاص الذين ينظمون وقتهم بشكل جيد وفعال عادتاً ينجزون الكثير من الاشياء في حياتهم. ادارة الوقت هي مهارة تقريباً يحتاجها الجميع في وقتنا الحالي بسبب اننا عادتاً ننشغل بأشياء اخرى. العامل الاول لنجاح الشخص في مهنته او في دراسته هو تنظيم الوقت. بواسطة تنظيم الوقت بشكل جيد تستطيع القيام بالكثير من النشاطات في اليوم مثل الذهاب للعمل، ممارسة الرياضة، الجلوس مع العائلة، وتعلم شيء جديد.

الاحترام والاحلاق

احترام الاخرين هو شيء يجب علينا القيام به. ينبغي ان نحترم الاخرين بغض النظر عن اختلافاتنا. اذا تحترم الاخرين هم سوف يحترمونك كذلك. ينبغي ان نحترم الاخرين في كل شيء مثل افكارهم، معتقداتهم، واذواقهم.

احترام كبار السن مهم جداً ويجب علينا ان نحترمهم لأعمارهم والأشياء التي قاموا بها في حياتهم. كبار السن عانو في حياتهم لتقديم لنا الحياة التي نعيشها الان، وينبغي علينا ان نحترمهم لذلك. ينبغي علينا ان نعلم ابنائنا على احترام كبار السن ومساعدتهم عندما يحتاجون الى مساعدة.

الاحلاق مهمة في حياتنا وكل شخص ينبغي ان تكون لديه اخلاق وقيم جيدة. ينبغي علينا ان نعلم اطفالنا الاحلاق الجميلة بينما هم صغارا لتنعكس على حياتهم عندما يكبرون. الاحلاق مهمة جداً في حياتنا والاسلام علمنا الكثير من الاحلاق والقيم الجيدة التي ينبغي ان نطبقها في حياتنا اليومية.

الصحة العالمية تحذر من ارتفاع إصابات كورونا مع انتهاء الصيف

السبت، ٠٣ سبتمبر ٢٠٢٢

تحذير منظمة الصحة العالمية من زيادة أعداد الإصابات بفيروس كورونا مع حلول فصل الخريف. وكانت حذرت منظمة الصحة العالمية من طفرات جديدة للوباء قد تظهر في الأسابيع المقبلة بعد نهاية فصل الصيف، وحلول فصل الخريف.

ودعت المنظمة الحكومات إلى تعزيز أنشطة المراقبة لرصد هذه الطفرات وتحديد مواصفاتها الوراثية، وكذلك تجهيز المنظومات الصحية لمواجهة الارتفاع المحتمل في عدد الإصابات الجديدة التي قد تتصاعد بسرعة مع انحسار موجة الحر وبداية فصل البرد والعودة إلى زيادة الاختلاط والتجمعات داخل الأماكن المغلقة.

وجاء تحذير المنظمة بعدما أظهرت آخر البيانات الصادرة عن المنظمة الدولية بأن إجمالي عدد الإصابات المؤكدة قد تجاوز ٥٩٧ مليوناً، فيما اقترب عدد الوفيات من ٦,٥ مليون وبلغ عدد الجرعات اللقاحية الموزعة في العالم ١٢,٤ مليار.

<https://www.youm7.com/>

وسائل إعلام أمريكية: موكب المومياوات كان مذهلا ومتقنا وعرض تراث

مصر الثرى

الأحد، ٠٤ أبريل ٢٠٢١



موكب المومياوات الملكية

واصلت الصحف ووسائل الإعلام الأمريكية، الإشادة بموكب المومياوات الملكية الذى نظّمته مصر الموكب بالعرض المذهل، وقالت إن NPR أمس، السبت، ووصفت الإذاعة الوطنية الأمريكية الموكب كان متقنا، وشهد نقل ٢٢ مومياء لملوك وملكات مصر إلى المتحف القومى للحضارة المصرية فى مدينة الفسطاط على بعد ٣ أميال تقريبا من المتحف المصرى.

وذكرت الإذاعة أن المومياوات نقلت فى عربات معدة خصيصا وسط إجراءات أمنية مشددة، وتم وضعها فى كبسولات نيتروجين لحمايتها، كما أعيد رصف الطرق على طل الطريق لضمان الانتقال السلس.

وأشارت الإذاعة الوطنية الأمريكية إلى أن المسؤولين يأملون أن يكون المتحف القومى للحضارة سيكون دعما للسياحة.

من جانبها، قالت وكالة أسوشيتد برس إن الاحتفال بنقل المومياوات الملكية تم تصميمه لعرض التراث الثرى للبلاد على طول كورنيش النيل من المتحف المصرى المطل على ميدان التحرير إلى المتحف القومى للحضارة فى مدينة الفسطاط، التى كانت أول عاصمة إسلامية فى مصر.

وأشادت الوكالة بالعربات التي نقلت فيها المومياوات، وقالت إنها كانت مزينة بأجنحة وتصميم فرعونى، وصممت لتبدو مثل القوارب القديمة التي كانت تستخدم لنقل الفراعنة المتوفين إلى مقابرهم.

وأكدت أسوشيتد برس إن العرض كان جزءا من جهود مصر لجذب السائحين الأجانب بالترويج لأثارها القديمة، ونقلت عن وزير الآثار د. خالد العنانى قوله إن الموكب هو حدث عالمى فريد لن يتكرر.

الحوار الوطني طريق للتقدم والازدهار

الحوار الوطني

هو عبارة عن التنسيق الكامل بين أطراف الدولة وفصائلها، حول الكثير من القضايا المهمة التي تهم الدولة والمواطن، ويتم في الحوار الوطني تبادل الرأي بصدور رحب بين أطراف الشعب، من أجل الوصول الى أسى الأهداف التي تطمح الدولة لتحقيقها من خلال الحوار الوطني

يتم طرح الكثير من القضايا التي تهم الشعب والدولة بين فصائح واطياف المجتمع، ومن خلال الحوار الوطني يتم تبادل الآراء والاتفاق على رأي واحد صحيح، يصب في صالح الدولة، بعيداً عن المصالح الحزبية والشخصية، لكي يتحقق الحوار الوطني بشكل صحيح وسليم، ولكي يساهم في دعم الدولة، وتحقيق الأهداف المنشودة

قنوات الحوار الوطني

هناك وسائل وقنوات للحوار الوطني، حيث يبين الحوار الوطني من خلالها، وهي:
الندوات المتنوعة، والمجالس التي تتم بين أطراف الحوار.
الاجتماعات المغلقة في الكثير من الدول المضيفة.
المؤتمرات واللقاءات الصحفية التي تتم عبر وسائل الإعلام المختلفة.
مجالس البرلمان ومجالس الأمة.

أهمية الحوار الوطني للمجتمع

الحوار الوطني بين أطراف الشعب، يحقق المصلحة العامة للمجتمع ولل فرد، ويعمل على مواجهة الكثير من القضايا التي تؤرق المجتمع والأفراد، وتنقل صورة جميلة عن مدى ترابط أفراد المجتمع الواحد، ومدى التعاون المشترك بينهم في كافة المجالات، لهذا يلعب الحوار الوطني دوراً بارزاً في تحقيق الكثير من المصالح العامة للمجتمع ولل فرد، ولا بد أن يكون هناك حوار وطني في المجتمع بين فصائل المجتمع وأطيافه، من أجل توزيع المسؤوليات على كافة الجهات الموجودة في المجتمع.

الحوار الوطني يحقق الازدهار والتقدم
يعمل الحوار الوطني بين أطراف الشعب على تحقيق التقدم والازدهار بشكل كبير، حيث يكون هناك توافق وطني كبير، ورأي واحد مشترك بين جميع طبقات المجتمع حول مصلحة الوطن، ومن خلال الحوار الوطني تنتهي كافة الأهداف التي تهدف الى تحقيق مصالح خاصة، ويتحد الجميع تحت مصلحة الوطن، والحفاظ عليها، وتحقيق التقدم الكبير في الوطن، وبين أفراد المجتمع الواحد، لهذا يساهم الحوار الوطني بين أفراد المجتمع بإعطاء الجميع فرصة جديدة، ليكون عنصر فعال ومؤثر في المجتمع، ويصبح له رأي في كافة القضايا المجتمعة الهامة.

مبادرة "كلنا واحد"

في إطار توجيهات رئيس الجمهورية لأجهزة الدولة باتخاذ كافة الإجراءات للتخفيف عن كاهل المواطنين وتوفير السلع الأساسية والغذائية بأسعار مناسبة، أطلقت وزارة الداخلية في ٣٠ يونيو ٢٠١٨ مبادرة "كلنا واحد" بالتعاون مع عدد من السلاسل التجارية الكبرى؛ لعرض السلع الأساسية ذات الجودة العالية بأسعار مخفضة عن مثيلاتها بالأسواق بنسب تتراوح بين ٢٠٪ - ٣٠٪ .

وتستهدف المبادرة توفير السلع بأسعار مناسبة وتحقيق توازن بالسوق المحلي وضبط الأسواق، وذلك للتخفيف عن كاهل المواطنين ومواجهة الغلاء والقضاء على الاحتكار.

<https://www.presidency.eg>

السياحة في مصر

مصر أم الدنيا، هي وجهة يقصدها السائح من جميع أنحاء العالم، تضم الكثير من المعالم السياحية والتاريخية الفريدة، فضلاً عن العجائب والكنوز الأثرية، والتي طالما كانت السمة المميزة لمصر، حيث يقبل الكثير من السائحين على الزيارة لاكتشاف الأهرامات وأبو الهول، بالإضافة إلى بقايا الحضارة المصرية القديمة والتي تعكس التاريخ الإسلامي والقبطي والروماني واليوناني، والفرعوني.

تشتهر السياحة في مصر، بكونها موطن الحضارة القديمة، بفنها، ومعابدها، كما أنها أيضاً وجهة مميزة بين محبي الاستمتاع بالشواطئ الخلابية، بالإضافة إلى المعابد القديمة والمصنوعات اليدوية، هناك أيضاً الكثير فلكل مدينة في مصر سحرها الخاص الذي يمكنك اكتشافه من خلال تاريخها وثقافتها وأنشطتها المختلفة.

تعتبر مصر قلب الوطن العربي النابض بالحياة، والمغطى بالجمال، والمملوء بالدفء، والمجلل بالقدسية. وتعد أرشيفاً تاريخياً عالمياً بكل ما تحمله هذه الكلمة من معاني، فهي التي على أرضها برزت حضارات، هي التي تنافس الجميع على حبها والتغني بها، هي عاصمة الفن والحياة، وعاصمة الثقافة والعلم والدين.

مادة (٥٣)

المواطنون لدى القانون سواء، وهم متساوون فى الحقوق والحريات والواجبات العامة، لا تمييز بينهم بسبب الدين، أو العقيدة، أو الجنس، أو الأصل، أو العرق، أو اللون، أو اللغة، أو الإعاقة، أو المستوى الإجماعى، أو الانتماء السياسى أو الجغرافى، أو لأى سبب آخر.

التمييز والحض على الكراهية جريمة، يعاقب عليها القانون.

تلتزم الدولة باتخاذ التدابير اللازمة للقضاء على كافة أشكال التمييز، وينظم القانون إنشاء مفوضية مستقلة لهذا الغرض.

<https://www.presidency.eg>

حياة كريمة

مبادرة أطلقها الرئيس عبد الفتاح السيسي في ٢ يناير عام ٢٠١٩ لتحسين مستوى الحياة للفئات المجتمعية الأكثر احتياجًا على مستوى الدولة خلال العام ٢٠١٩ ، كما تسهم في الارتقاء بمستوى الخدمات اليومية المقدمة للمواطنين الأكثر احتياجًا وبخاصة في القرى.

وتهدف المبادرة إلى توفير الحياة الكريمة للفئات الأكثر احتياجًا على مستوى الجمهورية خلال العام ٢٠١٩ ، كما تتضمن شقًا للرعاية الصحية وتقديم الخدمات الطبية والعمليات الجراحية، وصرف أجهزة تعويضية، فضلًا عن تنمية القرى الأكثر احتياجًا وفقًا لخريطة الفقر، وتوفير فرص عمل بالمشروعات الصغيرة والمتوسطة في القرى والمناطق الأكثر احتياجًا، وتجهيز الفتيات اليتيمات للزواج.

<https://www.presidency.eg/>

الرئيس عبد الفتاح السيسي يتابع مشروعات ونشاط هيئة قناة السويس

السبت: ٠٣ سبتمبر ٢٠٢٢ م

شئون داخلية

اجتمع السيد الرئيس عبد الفتاح السيسي اليوم مع الفريق أسامة ربيع رئيس هيئة قناة السويس.

وصرح المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية بأن الاجتماع تناول متابعة مشروعات ونشاط هيئة قناة السويس، حيث اطلع السيد الرئيس على معدلات حركة الملاحة بقناة السويس خلال العام ٢٠٢١ / ٢٠٢٢

وقد أكد الفريق أسامة ربيع أن حفر قناة السويس الجديدة، والتطوير المستمر للقناة ورفع كفاءتها، عزز من قدرات القناة كمحور عالمي للتجارة، ودعم الاقتصاد الوطني للدولة، حيث حققت القناة أرقام ومعدلات قياسية غير مسبوقة في تاريخها من حيث الإيراد السنوي الذي بلغ حوالي ٧ مليار دولار، وأعلى معدل عبور للسفن، وأعلى حمولة صافية بلغت قرابة ١،٣٢ مليار طن، فضلاً عن النجاح في استقبال الجيل الجديد من سفن الحاويات العملاقة ذات الطاقة الاستيعابية والحمولة الضخمة.

كما عرض السيد رئيس هيئة قناة السويس محاور تطوير القطاع الجنوبي للمجرى الملاحي للقناة، وذلك في إطار الجهود المنتظمة في رفع كفاءة البنية التحتية لقناة السويس بهدف زيادة وتحسين حركة الملاحة والتجارة الدولية العابرة لها.

كما استعرض الفريق أسامة ربيع استراتيجية هيئة قناة السويس لتنشيط حركة سياحة اليخوت وتطوير الموانئ الخاصة بها، وتدعيمها بكافة اللوجستيات والخدمات اللازمة لتعزيز قدرات مصر كمنفذ لاستقبال وعبور لليخوت نظراً لموقعها المتميز على البحرين الأحمر والمتوسط، خاصة خدمات التزود بالوقود والكهرباء والمياه، والصيانة السريعة، وخدمات انتظار اليخوت وتخزينها لفترة طويلة.

وأضاف المتحدث الرسمي أن الاجتماع شهد عرض جهود هيئة قناة السويس لتوطين صناعة سفن ومراكب الصيد، حيث وجه السيد الرئيس بتطوير تلك الجهود لإنتاج مراكب صيد تستخدم محلياً لصالح فئات الصيادين في البحيرات المصرية التي تم تطويرها مثل بحيرة المنزلة وغيرها، وذلك

كبديل للقوارب الخشبية البدائية المستخدمة حالياً، على أن تكون مزودة بالآلات الحديثة والمبردات لتخزين الأسماك، وذلك دعماً للصيادين ولقدرتهم على مضاعفة الإنتاج من الصيد.

<https://www.presidency.eg/>

الحياة في المدينة

يوجد الكثير من الايجابيات والسلبيات في العيش في المدن الكبيرة. المدينة الكبيرة دائماً مشغولة والشوارع مزدحمة. تستهلك وقتاً للتنقل من مكان الى مكان اخر بسبب الازدحام. وايضاً بعض الاحيان لا تكون هادئة للعيش في المدن الكبيرة. بعض الاشخاص يحبون العيش في المدن الصغيرة بسبب انها هادئة.

ولكن، المدن الكبيرة لديها مميزات عديدة. المدن الكبيرة يوجد بها الكثير من الشركات وتستطيع الحصول على وظيفة بسهولة. ايضاً هنالك اماكن جميلة مثل المقاهي، المطاعم، والملاهي واشياء اخرى ممتعة. هنالك الكثير من الاسواق في المدن الكبيرة. المدن الصغيرة لا يوجد بها اماكن كثيرة لقضاء وقت ممتع.

المدينة الكبيرة رائعة بسبب ان بها اماكن كثيرة للزيارة. المدينة الكبيرة يوجد بها الكثير من المراكز التجارية و اماكن اخرى مختلفة مثل المطاعم والمقاهي. في المقابل، المدينة الصغيرة لا يوجد بها مناطق جيدة للزيارة. المدينة الصغيرة بالعادة تكون هادئة والاشخاص يعرفون بعضهم البعض هناك.

الحياة في المدينة هو خيار ممتاز للكثير من الناس. المدن بها الكثير من الفرص اذا كنت تبحث عن عمل. وايضاً، المدن بها الكثير من الكليات التي يمكن للشخص ان يلتحق بها. المراكز التجارية | الاسواق، المطاعم الرائعة، والكثير من المقاهي بالعادة تكون في المدن. في المدن، هنالك العديد من الاماكن الجميلة للزيارة للاستمتاع بالوقت مع العائلة والاصدقاء.

الماضي والحاضر

الحياة الآن اسهل من قبل. الان لدينا الكثير من الاشياء التي غيرت حياتنا وجعلتها اسهل. لدينا السيارات، الطائرات والكهرباء. الحياة في الماضي كان صعبة والأشخاص يقضون ايام عندما يسافرون ولم يكن يوجد لديهم كهرباء. الحياة في الماضي كانت صعبة.

حياة الاجداد كانت مختلفة عن حياتنا. حياتهم كانت بسيطة جداً. كانوا يعيشون في منازل مبنية من الطين والخشب. كانوا ينامون مبكراً ويستيقظون مبكراً. الاجداد كانوا يعملون في المزارع ويمتلكون الجمال والغنم.

حياة الاجداد كانت بدائية جداً. لم يكن لديهم تكنولوجيا في الماضي وكانت لديهم حياة بسيطة. لم يكن لديهم مدارس ولا مستشفيات. الأشخاص في الماضي لم يكن لديهم انترنت ولم يكن لديهم تلفاز. ايضاً، لم يكن لديهم كهرباء. كانت ينامون مبكراً في المساء ويستيقظون مبكراً ليعملون في المزارع ويذهبون الى محلاتهم في السوق.

الحياة في الماضي كانت مختلفة عن اليوم. في الماضي الأشخاص لم يكن لديهم سيارات، جوالات ذكية، انترنت، او كهرباء. الحياة لم تكن سهلة في الماضي الأشخاص كانوا يعانون في حياتهم. ولكن، الان الحياة اسهل. نحن الان لدينا سيارات ونستطيع السفر و ايضاً نحن لدينا كهرباء و مكيفات. الحياة الان مختلفة ونستطيع القيام بالكثير من الاشياء باستخدام الانترنت.

مساعدة الآخرين

مساعدة الآخرين هي شيء جميل تقوم به في حياتك. نحن في بعض الاوقات يكون لدينا اوقات صعبة في حياتنا، ونبحث عن مساعدة من الآخرين. اذا انت تساعد الآخرين عندما تستطيع، هم سوف يساعدونك عندما يستطيعون. ما تقدمه للآخرين ربما يعود لك. كن مفيد (مساعد) للآخرين لتكون سعيد.

هنالك الكثير من الطرق لمساعدة الفقراء في حياتك. تستطيع اعطائهم المال عندما تستطيع لمساعدتهم. ايضاً، تستطيع اعطائهم الطعام عندما يكون لديك طعام زائد ولكن تأكد انه طعام جيد لهم ليتناولوه. الفقراء ربما لا يمكنهم الالتحاق بالتعليم، تستطيع مساعدتهم بتوفير بعض الدروس لهم لكي يتعلمون.

مساعدة الناس دائماً تعود بالنفع. هنالك الكثير من القصص عن مساعدة الآخرين وكيف انها تعود لك بالنفع. عندما تساعد الناس، انت بالحقيقة تساعد نفسك لتصبح شخص افضل. الذي تملكه اليوم قد تخسره غداً. تأكد من انك تساعد الناس لكي يساعدونك عندما تكون في حاجة.

هنالك الكثير من الطرق المتاحة لمساعدة الفقراء. اشياء بسيطة جداً ممكن ان تجعلهم يبتسمون. تستطيع سؤالهم عن ما يحتاجون اليه وتقدمه لهم. في الشتاء، تستطيع اعطائهم ملابس دافئة و دفايات (دفاية، مدفئة)، لمنازلهم. وفي الصيف، المكيفات يحتاجونها بكثرة وتستطيع شرائها لهم. ايضاً، البضائع الأساسية مثل الماء، الحليب، الارز، الزيت، السكر، الخبز و اخرى جيدة لأعطائهم.

دور المجتمع تجاه اليتام

دور المجتمع تجاه اليتام هو دور مهم للغاية بسبب ان المجتمع قادر على ان يجعل حياتهم افضل. المجتمع هو الوحيد لجعل اليتام لا يشعرون بالدونية (انهم اقل من غيرهم). اليتام هم جزء منا، ونحن كمجتمع ينبغي ويجب ان نجعلهم يشعرون بالأمان في المجتمع. نحن كمجتمع ينبغي ان ندعم اليتام ونشجعهم طوال الوقت. ينبغي ان لا نعاملهم اقل من اي شخص في المجتمع، بدلاً عن ذلك ينبغي ان نساعدهم ونرحب بهم لأنهم جزء من مجتمعنا.

الأمانة

الأمانة من مكارم الأخلاق التي يجب على كل شخص الاتصاف بها، وهي تُعبّر عن مقدار ما يحمل الإنسان في داخله من أخلاقٍ نبيلةٍ وصفاتٍ جميلة، لأن فيها حفظٌ لحقوق الناس وعدم التجني عليهم، وسلب أشياءهم، وقد كان الرسول الكريم محمد عليه السلام يُلقب بالصادق الأمين لما كان يتصف به من أمانةٍ وصدق، ولهذا علينا الاقتداء به والاتصاف بهذه الصفة الرائعة التي تجعل من المجتمع مجتمعاً قوياً متماسكاً يؤدي حقوق الناس ويؤدي الأمانة على أكمل وجه.

تعود هذه الصفة العظيمة بالنفع على صاحبها أولاً وعلى الآخرين ثانياً، فالشخص الأمين يفوز برضى الله سبحانه وتعالى، ويكسب الحسنات والأجر العظيم، كما أنها ضدّ الخيانة التي تُعتبر من أقبح الصفات، وهذا يُساعد في أن يكون الناس مطمئنين لبعضهم البعض، ولهذا يجب على كل شخص أن يتصف بكل أنواعها، فهي لا تقتصر على أن يؤدي الشخص الحقوق المالية للآخرين، بل هناك أمانة في القول والفعل والدين، فمن يؤدي صلاته وصيامه وعبادته على أكمل وجه، يكون قد أدى حقوق الله والتزم بأمانة العبادة.

كل ما أعطانا إياه الله تعالى هو أمانةٌ في أعناقنا ويجب الحفاظ عليه، فالطبيعة الجميلة التي وهبنا الله إياها تدخل في هذا المفهوم، والجسد أيضاً، والأشجار والنباتات وحتى الحيوانات، وكذلك أعراض الناس، فالتحدث فيها يُعتبر خيانةً عظيمة، لذلك من أراد أن يكون أميناً ومؤدياً للحقوق فعليه أن يُحافظ على كل هذه الأشياء وأن يحرص على القيام بواجبه تجاهها وألا يُقصر في أي حق حتى لا يُعتبر من الخائنين.

من علامات اكتمال إيمان العبد أن يلتزم بكل ما أمر الله تعالى به ورسوله، ولهذا تُعتبر الأمانة من علامات الإيمان التي تُعطي طاقةً روحيةً للنفس لأنها تُشعرها بالراحة الكبيرة، كما أنها توضع نوراً في الوجه والقلب، لأن من يؤدي حق الله تعالى تجاه مخلوقاته يشعر براحةٍ كبيرةٍ لا توازيها راحة.

<https://almrj3.com/>

الصدق

يلعب الصدق دورًا مهمًا في حياة الناس، ويعتبر المجتمع أن الصدق هو أحد أفضل الإطراءات التي يمكن للمرء أن يحصل عليها في حياته كلها. الصدق ممارسة يتم بناؤها ببطء وصبر، من المنزل ثم من المدرسة، أفضل الأماكن للطفل لتنمية الصدق منذ أوقات النمو.

يتعلم الأطفال الأخلاق الأخلاقية في المنزل والمدرسة بشكل أساسي. وبالتالي، يجب أن يتضمن نظام التعليم بعض الممارسات الأساسية التي تساعد الطفل على الحفاظ على الأخلاق في حياته. شباب أي بلد هم مستقبلها، لذا يجب أن تتاح لهم الفرص لتطوير شخصيتهم الأخلاقية حتى يتمكنوا من قيادة البلاد بطريقة أفضل، حيث يجب توجيههم إلى ممارسة الصدق منذ طفولتهم.

الصدق فضيلة تتيح لنا أن نعيش حياة كريمة. نحن نخشى العقاب عندما نكون صادقين، ويمكننا أن نسير ورؤوسنا مرفوعة. علاوة على ذلك، يمنحنا الصدق راحة البال إذا كنا صادقين في جميع الأوقات مع جميع الناس. صحيح أن الصدق والصدق يتطلب الشجاعة مقارنة بالكذب، حيث قد يكون من السهل قول الكذب والابتعاد عن العقاب في بعض المواقف. ولكن مهما كانت عواقب الصدق، يجب أن نكون صادقين في أقوالنا وأفعالنا. إنه يظهر نزاهة شخصيتنا وقوة أخلاقنا وأخلاقنا.

عندما نكون صادقين فإننا نكسب احترام الآخرين. في المجتمع، إذا مارس جميع الناس الصدق، سيصبح المجتمع مثاليًا وخاليًا من الفساد والشرور. يمكن أن يحدث ذلك بسهولة إذا قام جميع الآباء والمعلمين بتعليم أطفالهم وطلابهم حول الأخلاق الأخلاقية، من وعيهم وفهمهم لمسؤولياتهم تجاه الأمة.

الفيديوك

الفيديوك هو وسيلة تواصل حديثة ساعدت في ربط الكثير من الأشخاص بغض النظر عن موقعهم، مكانهم، أوقاتهم وعملهم أيضا. يستخدم الفيديوك لأغراض تعليمية، سياسية أو اجتماعية أو من أجل حملات توعية مجتمعية أو أغراض ترفيهية، علاقات اجتماعية، التجارة والدعاية. الفيديوك موقع الكتروني تملكه شركة الفيديوك وهي شركة مساهمة عامة.

تم تأسيس الفيديوك في بداية العقد الماضي ولكن تم اطلاقه وفتحته لكل المستخدمين و لأي شخص بأيرلندا كمقر Dublin لديه ايميل خاص به عام ٢٠٠٦. في عام ٢٠٠٨، تم اختيار مدينة دبلن. لشركة الفيديوك

تسمح شبكة الفيديوك الاجتماعية المستخدمين لمعرفة بعضهم الآخر عن قرب من خلال نشر صورهم في أحداث مختلفة وكتابة أفكارهم والسماح لهم بنشر الفيديوهات. استطاع الفيديوك أن يتربع على قائمة مواقع التواصل الاجتماعي مثل تويتر و جوجل بلس وغيرها من المواقع الاجتماعية. تلقى الفيديوك شهرة كبيرة بين المستخدمين لما فيه من سهولة في التعامل و الخصائص، بالإضافة الى الانتشار الواسع الذي ساعد الأشخاص على التواصل والانتفاع من الفيديوك.

توسع استخدام الفيديوك ليصبح متاحا لشركات مثل مايكروسوفت و أبل. في عام ٢٠٠٦، أصبح الفيديوك متاحا للأشخاص فوق سن ١٣ عاما و أكثر. يمكن للمستخدم الدخول الى الانترنت من خلال عمل حساب شخصي على الموقع ويكون له ملف شخصي له كما أنه متاحا خلال اليوم بحيث يمكن المستخدمين التواصل مع بعضهم الآخر بدون مشاكل في المكان أو الوقت.

يعتبر الفيديوك أحد أهم المواقع الاخبارية المهمة على الانترنت وفقا لمركز بيو للأبحاث

PewResearch Center

الذي أشار الى أن الفيديوك أفضل المواقع الاخبارية على الانترنت. تستخدم الكثير من المنظمات الفيديوك كوسيلة للدعاية و التسويق، فالفيديوك هو أفضل المواقع في ذلك. يستثمر الكثير من الأشخاص في استخدام الفيديوك واستخدامه في نشر الاعلانات لدى الكثير من العملاء المختلفين.

Proverbes français et leur signification

- **La justice est le fondement du pouvoir** العدل أساس القوة
- **Qui obéit à sa colère perd sa courtoisie** من أطاع غضبه ضيع أدبه
- **Avoir dit la vérité m'a laissé sans ami** قول الحقيقة يتركني بلا صديق
- **Soyez optimistes et tout ira pour le mieux** تفاءلوا بالخير تجدوه/ كونو متفائلين وكل شيء سيكون افضل
- **Recherchez le savoir fût-ce en Chine** اطلب العلم ولو في الصين
- **Chaque interdit est recherché** كل ممنوع مرغوب
- **Si tu veux être apprécié, meurs ou voyage** إذا أردت ان تشتهر، مت أو سافر
- **Celui qui est absent a son excuse avec lui** الغائب عذره معه
- **Le propos de la nuit , le matin efface** كلام الليل يمحوه النهار
- **Quand le soleil s'éclipse, on en voit la grandeur** عند كسوف الشمس نعلم مدى عظمتها
- **Qui creuse un puits pour son frère y tombera lui-même** من حفر حفرة لأخيه وقع فيها
- **La nécessité est la mère de l'invention** الحاجة أم الاختراع
- **La patience est la clé du salut** الصبر مفتاح الفرج
- **Qui cultive [sa terre] fait la récolte** من زرع حصد
- **Qui cherche trouve?** من يبحث يجد
- **La guerre est l'acceptation de la mort** إقرار الحرب هي الرضا بالموت
- **L'accessoire suit le principal** التابع يلحق الأصل

- **Un mauvais accommodement vaut mieux qu'un bon procès** صلح
مجحف خير من محاكمة منصفة
- **Il cherche son âne et il est au-dessus** يطلب ابنه و هو على كتفه
- **Le crime appelle la vengeance** الجريمة تتبع الثأر
- **Le printemps vient après l'hiver** الربيع يقبل بعد الشتاء
- **Réfléchissez avant vous parlerez après** فكر أولاً ثم تكلم
- **Batte le fer pendant qu'il est chaud** اضرب الحديد مادام ساخن
- **A beau jeu beau retour** كما تدين تدان
- **Promettre plus de beurre que pain** يعد بالكثير و لا يعجل القليل
- **Qui sème le vent récolte la tempête** من يزرع الرياح يحصد العاصفة
- **Qui vole un œuf volera un bœuf** من يسرق القليل يسرق الكثير
- **Bon champs semé bon blé rapporte** كما تزرع تحصد
- **A chaque saint sa chandelle** لكل مقام مقال
- **Ce qui nuit à l'un duit à l'autre** مصائب قوم عند قوم فوائد
- **La crainte de Dieu est le commencement de la sagesse** رأس الحكمة
مخافة الله
- **Chose promise, chose due** وعد الخرد دين عليه.
- **Expérience passe science** إسأل مجرب و لا تسأل طبيب
- **Hâtez-vous lentement** العجلة من الشيطان " فى العجلة الندامة وفى التأنى
السلامة".
- **L'homme ne vit pas seulement de pain** ليس بالخبز وحده يحيا الإنسان
- **L'homme propose et Dieu dispose** الإنسان فى التفكير والله فى التدبير
- **Il faut prêcher d'exemple** لا تنه عن خلق وتأتى بمثله
- **Il fera jour demain** إن غداً لناظره قريب
- **Les discours les meilleurs sont les plus brefs** خير الكلام ما قلّ ودلّ

- **Nul n'est parfait** الكمال الله
- **Nécessité fait loi** للضرورة أحكام
- **On connaît le véritable ami dans le besoin** الصديق وقت الضيق.
- **Toute vérité n'est pas bonne à dire** ليس كل ما تعرفه تقوله
- **Bonne renommée vaut mieux que ceinture dorée** أن تكون سمعتك طيبة أفضل كثيرًا من أن تكون غنيًا
- **Ce qui nuit à l'un nuit à l'autre** مصائب البعض عند البعض فوائد
- **Chose promise, chose due** الحر وعده دين عليه
- **La crainte de Dieu est le commencement de la sagesse** قمة الحكمة مخافة الله
- **Diviser pour régner** لكي تسد فرق
- **L'excès en tout nuit** ما يزيد عن حده ينقلب إلى ضده
- **Expérience passe science** سؤال المجرب أفضل من سؤال الطبيب
- **Hâtez-vous lentement** العجلة من الشيطان
- **L'homme ne vit pas seulement de pain** ليس الخبز وحده هو من يحي الإنسان
- **L'homme propose et Dieu dispose** العبد في التفكير والرب في التدبير
- **Il faut prêcher d'exemple** لا تقوم بالنهي عن أمر ما ثم تفعل مثله
- **Il fera jour demain** إن غدًا لناظره لقريب
- **En bouche close jamais mouche n'entra** سلامة الإنسان في حفظ لسانه
- **Les discours les meilleurs sont les plus brefs** خير الكلام ما قل ودل
- **La patience est la clé du salut** الصبر مفتاح الفرج
- **Avoir dit la vérité m'a laissé sans ami** كلام الحق يتركك بدون صديق
- **On n'obtient pas tout ce que l'on souhaite** لا يدرك المرء كل ما يتمناه

• **Ne remets pas à demain ce que tu dois faire aujourd'hui** لا تؤجل

عمل اليوم إلى الغد

• **Parfois, le silence est plus éloquent que la**

بعض الأحيان السكوت يكون أفصح من الكلام

parole

Références:

- DEMANUELLI Claude et Jean DEMANUELLI ; Lire et traduire, Paris, Masson,1991.
- GRELLET, Françoise ; Apprendre à traduire. Typologie d'exercices de traduction, Nancy, Presses Universitaires de Nancy, 1991.
- TATILON, Claude ; Traduire. Pour une pédagogie de la traduction, Toronto, Éditions du Gref, coll. «Traduire, Écrire, Lire», 1986.

Revue et Périodiques :

- Gak Vladimir. Traduction : art ou science ?. In: Équivalences, 24e année-n°2 ; 25e année-n°1-2, 1994.

- جريدة الأهرام المصرية
- جريدة اليوم السابع المصرية

Sites Internets:

<https://www.lefigaro.fr/>

<https://www.lemonde.fr/>

<https://www.lepoint.fr/>

<https://www.presidency.eg/>

<https://almrj3.com/>

<https://www.bbc.com> .

<https://learnenglish.nu/>