

نشرة الحماية والسلامة

التطورات الراهنة في قطر – إرشادات لأولياء الأمور | مارس 2026

أولياء الأمور الاعزاء ،

في ضوء التطورات الإقليمية الجارية والتحديثات الأخيرة الصادرة عن وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي (MOEHE)، نواصل إعطاء الأولوية لرفاهية وسلامة طلابنا . تقدم هذه النشرة إرشادات حول كيفية دعم الصحة النفسية للأطفال، وتنظيم الروتين اليومي، والسلامة الرقمية، والتعديلات خلال شهر رمضان، إضافة إلى الخدمات الداعمة المتاحة حالياً.

ما الذي تغير مؤخرًا

- التحول المؤقت إلى التعلم عن بُعد (ابتداءً من 1 مارس 2026 وحتى إشعار آخر) لجميع المدارس الخاصة ورياض الأطفال والمراكز التعليمية والحضانات، وذلك وفقاً لتوجيهات وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي.
- إرشادات التعلم عن بُعد من الوزارة (3 مارس 2026): تتضمن توقعات تتعلق بالحضور، والالتزام بالمواعيد، وتوفير بيئة تعليمية آمنة، ودعم أولياء الأمور.
- ساعات الدوام المدرسي خلال شهر رمضان: من 8:30 صباحاً حتى 1:30 ظهراً للطلبة، حتى الخميس 12 مارس 2026.

دعم رفاهية الطلبة واحتياجاتهم النفسية والاجتماعية

الحفاظ على روتين هادئ ومنظم : فتنظيم اليوم يقلل من القلق
ادارة التعرض للأخبار : تقليل متابعة الاخبار التي قد تسبب التوتر

1. التواصل قبل التصحيح: الاستماع لمشاعر الأطفال وتفهمها أولاً.
2. تعزيز النوم الصحي: إيقاف استخدام الشاشات قبل النوم بـ 60 دقيقة.
3. تعديلات رمضان: الاهتمام بالترطيب، وممارسة نشاطات خفيفة، والمرونة في الروتين.
4. طلب المساعدة عند الحاجة: إذا استمر الحزن أو الضيق لفترة طويلة.
5. دعم الأطفال القلقين:

- حافظوا على الهدوء.
- ساعدوا الطفل على التعبير عن مشاعره.
- قدموا الطمأنينة.
- خففوا المتطلبات مؤقتاً.
- علموا الطفل تقنيات تنفس بسيطة.
- عززوا التواصل الأسري.
- حافظوا على روتين يومي واضح ومتوقع.
- طمئنوا الطفل بالمعلومات الصحيحة.
- امنحوا الطفل خيارات لتعزيز شعوره بالتحكم.

يرجى الاطلاع على النشرات الإرشادية المرفقة من وزارة الصحة العامة لمزيد من المعلومات الداعمة.

نشرة الحماية والسلامة

التطورات الراهنة في قطر – إرشادات لأولياء الأمور | مارس 2026

السلامة الرقمية (للتعلم من المنزل)

- استخدام المنصات المدرسية فقط وتسجيل الدخول عبر بيانات MS Teams الخاصة بالطالب.
- عدم مشاركة روابط الحصة مع أشخاص خارج الصف.
- وضع حدود لاستخدام الأجهزة في المنزل:
- بدون هواتف أثناء الوجبات.
- "الواجبات أولاً ثم وقت الشاشات".
- التواصل الآمن عبر الإنترنت:
- عدم قبول طلبات من أشخاص غير معروفين.
- الإبلاغ عن أي محتوى أو تواصل غير آمن.

التحديثات الرسمية والمصادر الموثوقة (في قطر)

- إرشادات التعلم عن بُعد - وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي (3 مارس 2026).
- قرار التعلم عن بُعد - وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي (1 مارس 2026).
- بوابة SafeSpace للسلامة الرقمية - وزارة الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات.
- البرنامج الوطني للصحة النفسية - وزارة الصحة العامة.
- Sidra Medicine - CAMHS (خدمات الصحة النفسية للأطفال والمراهقين).

التواصل مع المدرسة للدعم

يرجى التواصل معنا من خلال الطرق التالية إذا كنتم بحاجة إلى دعم لطفلكم خلال هذه الفترة. وسنقوم بترتيب جلسة دعم فردية عن بُعد:

معلم الصف

قائد الرعاية الطلابية

قسم المرحلة الابتدائية ورياض الأطفال واحتياجات التعلم الإضافية:

Miss Lauren Cassidy Lauren.cassidy@psisg.sch.qa

المرحلة الإعدادية (بنات) KS3:

Mrs. Rukeya Khanom Rukeya.khanom@psisg.sch.qa

المرحلة الإعدادية (بنين) KS3:

Mr. Manley Wisdom Manley.wisdom@psisg.sch.qa

المرحلة الثانوية KS4:

Mrs. Jaunel Phillips Jaunel.phillips@psisg.sch.qa

المرحلة الثانوية المتقدمة KS5:

Mr. Darragh Traynor Darragh.traynor@psisg.sch.qa

المرشد المدرسي:

Miss Tharushika Nanayakkara (Miss T) tharushika.nanayakkara@psisd.sch.qa

فريق الحماية:

safeguarding@psisg.sch.qa

نشرة الحماية والسلامة

التطورات الراهنة في قطر – إرشادات لأولياء الأمور | مارس 2026

خطوط المساعدة والدعم المحلي

- الخط الوطني للصحة النفسية: 16000 ثم الضغط على الرقم 4.
 - الطوارئ: 999.
 - مستشفيات مؤسسة حمد الطبية: جهات الاتصال الرئيسية متوفرة.
 - دعم الأسرة: وزارة التنمية الاجتماعية والأسرة وفريق الحماية في المدرسة.
- تم إعداد هذه النشرة لمجتمع مدرستنا – مارس 2026.