

إجمالي الوقت 60 دقيقة



خطة الدرس: ما هي WASH «المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية»؟

وصف الدرس

يسلط هذا الدرس الضوء على العلاقة بين المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH وانتشار الأمراض. سوف يستكشف المشاركون الطرق المختلفة التي يمكن أن تنتقل بها الأمراض المرتبطة بالمياه، والطرق المختلفة لمنع انتقالها.



نتائج التعلم

في نهاية هذه الجلسة سيكون المشاركون قادرين على:

1. وصف اختصار WASH
2. شرح طرق انتقال الأمراض المرتبطة بالمياه
3. شرح كيفية الوقاية من انتقال الأمراض المرتبطة بالمياه
4. شرح مفهوم المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH من أجل منازل صحية



المواد

- الورق القلاب
- شريط لاصق
- أقلام السبورة
- نشاط طرق الانتقال (<https://resources.cawst.org/activity/0726f5e1/transmission->) (routes-activity)
- 6 صور للمياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH من أجل منازل صحية (انظر نهاية خطة الدرس)



التحضير

- قم بإعداد ورقة قلابة تحتوي على وصف الدرس أو نتائج التعلم
- قطع صغيرة من الورق الملون
- قم بإعداد 5 مجموعات من بطاقات لأنشطة طرق الانتقال
- اطبع الصور الـ 6 للمياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH من أجل منازل صحية
- اقرأ المرشدين المجتمعيين في المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية _ المنازل الصحية _ نماذج المراقبة في مواد ورشة العمل وتعرف على معنى كل فئة



10 دقائق

المقدمة

1. قسّم قطعة من الورق القلاب إلى عمودين.
2. اسأل المشاركين: «قبل الحضور إلى هذا التدريب اليوم، ما هي بعض الأنشطة أو الأشياء التي قمت بها؟» تناول وجبة الإفطار، غسل الوجه، الذهاب إلى المرحاض، مسح المنزل، تنظيف الأسنان، جمع المياه، غسل اليدين والقدمين، قيادة سيارة أجرة، ارتداء الملابس، وما إلى ذلك.



3. عندما يقدم لك المشاركون إجابات، اكتبها على ورق قلاب في عمودين. سيكون العمود الأول للأنشطة المتعلقة بالمياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH، والعمود الثاني للأنشطة غير المتعلقة بالمياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH. لا تكتب أي عناوين للأعمدة حتى الآن.
4. اشرح للمشاركين أنك قمت بوضع الأنشطة في عمودين على ورقة قلابة لأنها تقع في فئتين مختلفتين.
5. اسأل المشاركين: «ما هما هاتان الفئتان؟» الأنشطة المتعلقة بالمياه والأنشطة غير المتعلقة بالمياه.
6. اعرض نتائج التعلم أو وصف الدرس.

5 دقائق ما هي WASH «المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية»؟

1. اشرح للمشاركين أننا نمارس على مدار اليوم العديد من السلوكيات المتعلقة بـ WASH، مثل غسل اليدين والاستحمام وغسل الملابس والأواني وتنظيف منزلنا وما إلى ذلك. معظم هذه الأنشطة شائعة جدًا ونقوم بها كل يوم من حياتنا.
2. اطلب من المشاركين أن يناقشوا مع شريك: «ماذا يعني WASH؟»
3. اطلب من الشركاء مشاركة أفكارهم مع المجموعة الأكبر. من المرجح أن يحدد المشاركون معنى اختصار المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية.
4. اشرح للمشاركين أن تقسيم الأنشطة إلى مياه أو صرف صحي أو نظافة شخصية لا يكفي لفهم معنى المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH بشكل كامل وسبب أهميتها.
5. اشرح للمشاركين أنه من أجل فهم معنى المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH بشكل أفضل، سيحتاجون إلى النظر إلى الصورة الأكبر لكيفية انتشار الأمراض من خلال المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية.



15 دقيقة نشاط طرق الانتقال - الجزء 1 (الطرق)

1. قسّم المشاركين إلى مجموعات من 3-5 أشخاص. وزع البطاقات البيضاء والسهم على كل مجموعة من بطاقة ألعاب طرق الانتقال التي أعدتها.
2. اشرح لهم أنه يجب عليهم استخدام البطاقات البيضاء والسهم لإنشاء أكبر عدد ممكن من طرق الانتقال لإظهار كيف يمكن لمسببات الأمراض من الفضلات البشرية أن تجد طريقها من البراز إلى الطفل.
3. عندما تضع المجموعات مخططاتها، اطلب من كل مجموعة شرح مخططاتها للمجموعات الأخرى ووصف سبب اختيارها لترتيب البطاقات بهذه الطريقة. دعهم يجيبون على الأسئلة التي طرحتها المجموعات الأخرى.
4. ناقش أوجه التشابه والاختلاف بين الرسوم البيانية المختلفة. شجع المناقشة لمعرفة سبب قيام المشاركين بوضع الصور بترتيب معين والتأكد من أن الجميع يفهم ما هي «طرق الانتقال».
5. اسأل المشاركين: «كيف يساعدنا هذا النشاط على فهم معنى المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH بشكل كامل؟» يوضح لنا المكونات المختلفة للمياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH وكيف أنها كلها مهمة ومتصلة.



حلول WASH «المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية» - حواجز لطرق الانتقال 15 دقيقة

1. اشرح للمشاركين أن هناك العديد من الأنشطة التي يمكننا القيام بها على مدار اليوم والتي تساعد على منع انتشار المرض وتساعدنا على حماية أنفسنا ومجتمعاتنا. ارجع إلى قائمة الأنشطة في العمود المتعلق بالمياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH كأمثلة.
2. وزع بعض القطع الصغيرة من الورق على كل مشارك.
3. اطلب من المشاركين أخذ قطع الورق الخاصة بهم وتفقيتها على شكل كرات من الورق.
4. اطلب من المشاركين رمي كرات الورق عليك. لا تدافع عن نفسك.
5. اسأل المجموعة الأكبر: «ماذا حدث للتو؟» لقد صدمتني قطعة الورق لأنني لم أحمي نفسي. اشرح للمشارك أنه «يجب أن أستخدم شيئاً لحماية نفسي من كرة الورق التي تُلقي علي».
6. اطلب من المشاركين رمي كرات الورق عليك مرة أخرى. هذه المرة، استخدم شيئاً لحماية نفسك من كرات الورق.
7. اسأل المجموعة الأكبر: «ماذا حدث للتو؟» لم أتعرض لقطع الورق لأنني اخترت استخدام شيء لحماية نفسي.
8. اشرح للمشاركين أنه يمكننا التفكير في كل كرة ورقية على أنها مرض. اشرح أنه في بعض الأحيان لا يتخذ الأشخاص هذا الاختيار لأسباب مختلفة. يمكن أن تكون بعض الأمثلة: عدم معرفة سبب أهمية حجب الكرة، أو عدم القدرة على حجبها، أو عدم وجود شيء للمساعدة في حجب الكرة، أو عدم وجود أي شخص فكر في حجب الكرة من قبل. سيناقشون المزيد من الأسباب التي قد تجعل شخصاً ما لا يحمي نفسه في درس آخر.
9. اشرح للمشاركين أن الشيء الذي استخدمته لحماية نفسك يسمى «الحاجز».
10. اشرح للمشاركين أنهم سيبحثون الآن في الحواجز التي يجب استخدامها لحماية أنفسنا من الأمراض المرتبطة بالمياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية.



نشاط طرق الانتقال - الجزء 2 (الحواجز) 10 دقيقة

1. اطلب من المشاركين العودة إلى مجموعاتهم السابقة.
2. وزع البطاقات الصفراء على كل مجموعة. اشرح لهم أنه يجب عليهم استخدام البطاقات الصفراء لمنع انتقال الأمراض. يحتاجون إلى وضع البطاقة الصفراء مباشرة فوق البطاقة التي يحاولون حظرها.
3. ناقش مع المشاركين أننا بحاجة إلى استخدام جميع الحواجز لتحقيق أقصى قدر من الحماية. لا يمكننا منع انتقال الأمراض بشكل كامل بحاجز واحد فقط.
4. اشرح للمشاركين أن إصابة شخص ما، وخاصة بالإسهال، يمكن أن يكون نتيجة لعدم استخدام جميع الحواجز لحماية نفسه.



المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH من أجل منازل صحية 15 دقيقة

1. اشرح للمشاركين أن جميع العناصر المختلفة للمياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH يمكن أن تكون مربكة للأشخاص نظرًا لوجود العديد من الأشياء التي يجب تذكرها للبقاء في أمان وحماية أنفسهم من الأمراض. لتسهيل الأمور، قمنا بإنشاء فئات في المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH مع قائمة بالأشياء التي يجب على الأشخاص القيام بها للمتابعة. نسمي هذا «المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH من أجل منازل صحية».
2. اشرح للمشاركين أنك ستعود إلى هذه الفئات لاحقًا في ورشة العمل.
3. أثناء شرح كل فئة من الفئات الـ 6، انشر الصور على الحائط لتشكيل دائرة. الفئات هي: شرب المياه الصالحة، واستخدام المراحيض، وغسل اليدين، والبيئة النظيفة، والغذاء الآمن، والمسؤولية المشتركة.



ملاحظة المدرب: راجع المرشدين المجتمعيين في المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية _ المنازل الصحية _ نماذج المراقبة لمزيد من الشرح حول الفئات المختلفة.



4. اشرح للمشاركين أنه للحصول على منزل صحي، يحتاج الشخص إلى ممارسة أنشطة الفئات الـ 6 للمياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH. إذا لم يفعلوا ذلك، فإنهم لا يحمون أنفسهم تمامًا من الأمراض المرتبطة بالمياه. إذا كانت إحدى الفئات مفقودة، فقد يظل الشخص يلتقط المرض.

ملاحظة المدرب: تأكد من العودة إلى مخطط المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH في نهاية كل درس يتعلق بهذه الفئة.



5 دقيقة

مراجعة

1. اسأل المشاركين: «ما الذي يرمز إليه اختصار WASH؟» المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية.
2. اطلب من المشاركين الوقوف.
3. اشرح للمشاركين أنهم سيستخدمون أيديهم لصنع شكل كل حرف من أحرف اختصار WASH في الهواء أمامهم. عندما يمثلون شكل الحرف، سيحتاجون إلى إعطاء أمثلة للأنشطة التي يقوم بها الأشخاص في المنزل والتي تتعلق بهذه الفئة من المياه والصرف الصحي والنظافة الشخصية WASH.
4. اطلب من المشارك استخدام يديه لصنع شكل «W» و«A». اسأل المشاركين: «ما هي بعض الأنشطة التي يمكن أن تدرج تحت الماء؟» الشرب والاستحمام وغسل الملابس وتنظيف الأسنان وما إلى ذلك.
5. اطلب من المشارك استخدام يديه لصنع شكل «S». اسأل المشاركين: «ما هي بعض الأنشطة التي تدرج تحت الصرف الصحي؟» استخدام المراحيض وصيانته، وحفر حفرة المراحيض، وتفريغ حفرة المراحيض، وإدارة الحشرات، وإدارة الحيوانات، وما إلى ذلك.
6. اطلب من المشارك استخدام يديه لصنع شكل «H». اسأل المشاركين عن بعض الأنشطة التي تدرج تحت النظافة الشخصية؟ غسل اليدين والاستحمام والطبخ وما إلى ذلك.

تأملات في الدرس

شرب مياه آمنة



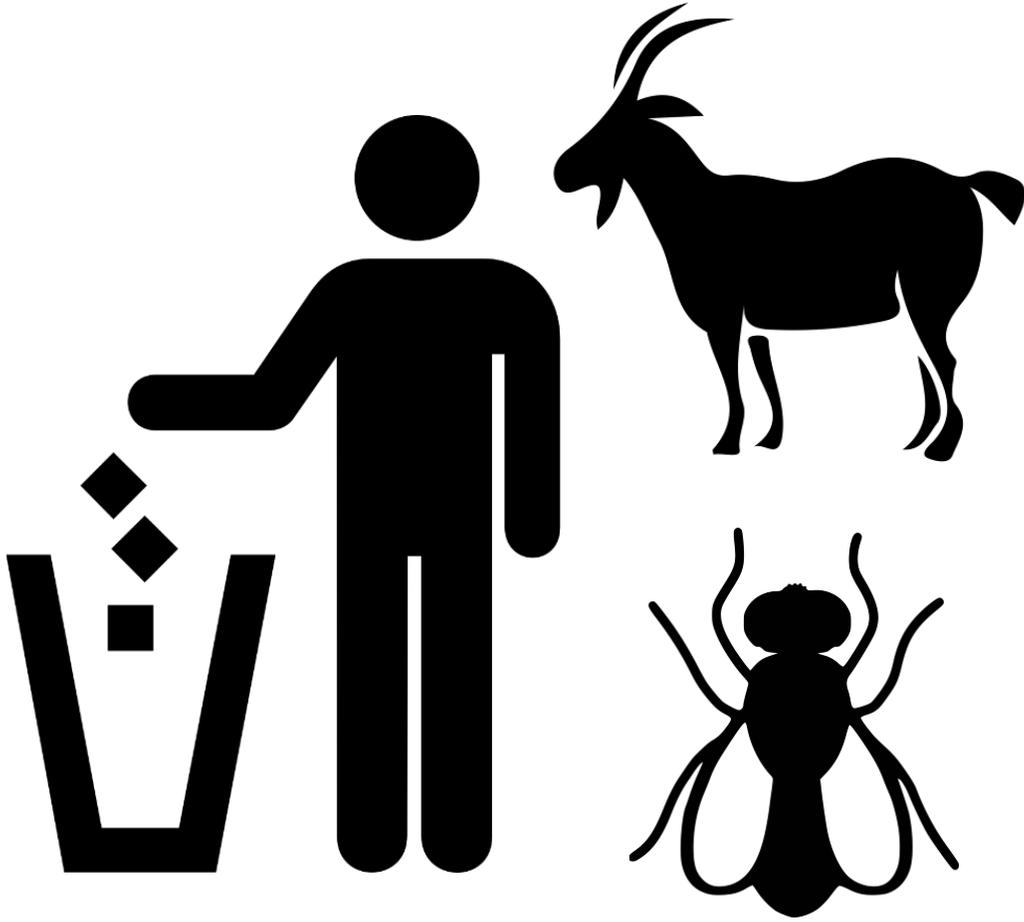
استخدام المراحيض



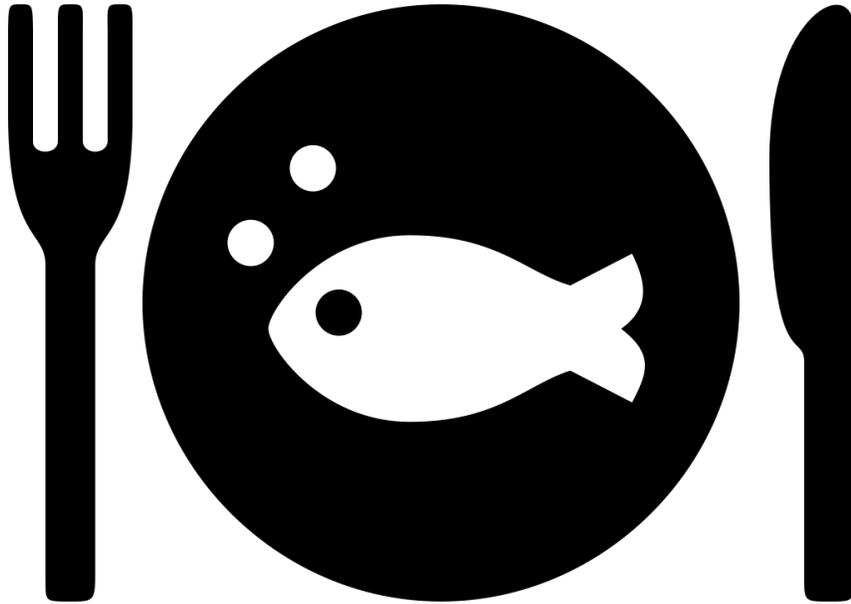
النظافة الشخصية



بيئة نظيفة



الغذاء الآمن



المسؤولية المشتركة

