



رعاية الأطفال وصحتهم

نشرة معلومات للوالدين

الاستدامة البيئية

التفكير). كوننا مقدّمي عناية للأطفال فإننا نعلّمهم ممارسات تحافظ على البيئة وعلى ديمومتها، وربما استنعنا إضافة كلمة أخرى تبدأ بحرف «R»، ألا وهي: **refuse** أي الرفض.

Reduce (تقليل): • استهلاك المياه • استهلاك الطاقة • تبذير الموارد بما فيها الطعام

Reuse (إعادة الاستعمال): إعادة استعمال المواد والمنتجات كلما كان ذلك ممكناً. أحياناً يمكن استعمال أحد الأشياء مرة أخرى لغرض مختلف، كالجريدة مثلاً، يمكن استعمالها كفتات للحديقة، أو يمكن استعمال مواد التغليف أو التوضيب للعب.

Recycle (التكرير): إعادة تصنيع واستعمال المواد الزجاجية والبلاستيكية والورقية من خلال خدمات التكرير المحلية. ويمكن أن يشمل التكرير أيضاً إعطاء الأشياء التي لم تعودوا بحاجة إليها إلى آخرين قد يحتاجونها.

Repair (التصليح): تصليح الأشياء بدلاً من رميها. يمكن أن يشارك الأولاد في بعض أعمال التصليح الأساسية ويكسبون مهارات قيّمة عملية وخبرة في حلّ المسائل، في نفس الوقت الذي يتعلمون فيه أن الأشياء لا تصبح تلقائياً نفايات إذا انكسرت أو تلفت.

Rethink (إعادة التفكير): يتعيّن عليكم إعادة التفكير قبل التصرف بشكل يستخدم طاقة أو كهرباء مفرطة أو قبل تبذير الأشياء كموارد. هل هناك طريقة أخرى ملائمة أكثر للبيئة تستطيعون اتباعها في أداء مهامكم؟ هل أن ذلك فعلاً ضروري؟ ما قيمة مساهمتنا إزاء البيئة؟

Refuse (رفض التبذير): ارفضوا التوضيب والتغليف غير الضروري وارضضوا أن تستعملوا الأشياء مرة واحدة عندما تكونوا قادرين على استعمالها ثانية. كذلك، يمكننا أن نأخذ في الحسبان رفضنا لأن ندخل في الدوامة التي تبدو بأنها لا تنتهي، أي شراء أشياء جديدة باستمرار، وأن نقاوم الضغوطات التي تمارسها الدعايات التجارية.

إليك هنا بضع خطوات بسيطة لتبدأوا في التمرّن على الاستدامة البيئية واتباعها لتكونوا قدوة لأولادكم:

- استبدلوا اللبّات والمصابيح الضوئية العادية بإنارة تدوم لفترة أطول وتقتصد الطاقة.
 - استعمال أدوات تنظيف "خضراء" تتحلّل عضوياً، بدل المواد الكيماوية السامة.
 - اشربوا من الحنفية بدل شراء قناني مياه الشرب تستعمل مرة واحد حيث يكون قد تمّ نقلها لمسافات طويلة.
 - إن محارم الحمام غير المصبوغة تقتصد الأشجار وتخفف استعمال كيماويات مؤذية.
 - قللوا استعمال مواد البلاستيك، بما فيها الأكياس واللفائف البلاستيكية.
 - قللوا تبذير الطعام بواسطة تقديم مقدار أصغر أولاً ثم "التثنية" وإضافة المزيد فقط بعد أن تكونوا قد أكلتم المقدار الأول.
 - قوموا بتشكيل نظام تحويل فضلات الطعام (ليس المنتجات الحيوانية) ومواد الحديقة إلى سماد.
 - قللوا استخدام نشافات الملابس.
 - ارتدوا الثياب الملائمة للطقس بدل الإعتماد تلقائياً على التدفئة أو التبريد. مثلاً، ارتدوا ملابس دافئة في الأيام الباردة.
- الأطفال مفكّرون خلاقون يستمتعون بالمشاركة في هذه الأمور، إضافة إلى مساهمتهم بأفكارهم الخاصة الخلاقة حول استمرارية العالم الطبيعي وديمومة البيئة.

تتوافر صفحة معلومات الوالدين هذه بلغات مختلفة محكية في المجتمع ويمكن تنزيلها من موقع الإنترنت الخاص ببرنامج «روابط الطفولة

المبكرة» www.ecconnections.com.au

مع الدعم من المبادرة من	مع الدعم بمنحة تثقيفية من	مع الدعم من المجلس الوطني لاعتماد رعاية الأطفال	مع الدعم من قبل
			
CENTRE FOR Community Child Health	ROYAL CHILDREN'S HOSPITAL	Johnson & Johnson PROFESSIONAL & EDUCATIONAL SERVICES Health Care for Life	Australian Government Department of Families, Community Services and Indigenous Affairs