

# إمشي إلى المدرسة 2017

إمشي أو إركب الدراجة أو السكوتر لبناء عادات صحية لمدى الحياة.



## ورقة الحقائق للآباء والأمهات ومقدمي الرعاية

في عام 2016، حققنا ما يلي:



### كيف يمكن لعائلتك المشاركة؟

#### المشاركة من خلال مدرسة طفلك

إنه من السهل أن تشارك، إذا كانت مدرسة طفلك مسجلة في برنامج المشي إلى المدرسة. سوف يسجل معلم صف ولدك عدد المرات التي يمشيها الطلاب أو يركبوا الدراجة أو السكوتر من وإلى المدرسة خلال شهر أكتوبر/تشرين الأول، وذلك باستخدام رزنامة الفصل.

وسوف تكون المدارس وفقا لأعلى مستويات المشاركة في كل منطقة مؤهلة للحصول على بعض الجوائز الرائعة - لذلك في كل مرة يمشي فيها ولدك أو يركب الدراجة أو السكوتر، سوف يساهم أيضا في زيادة فرص مدرسته بالفوز!

#### المشاركة عبر الإنترنت

إذا كانت مدرسة ولدك لا تشارك في برنامج المشي إلى المدرسة، لا يزال بإمكان ولدك المشاركة، ويمكنك أن تسجل مشاركة ولدك بتسجيلها على موقع برنامج المشي إلى المدرسة [www.walktoschool.vic.gov.au](http://www.walktoschool.vic.gov.au).

ويمكن لولدك متابعة عدد المرات التي يمشيها خلال شهر أكتوبر/تشرين الأول، والمساهمة في الجهود المبدولة على مستوى الولاية!

#### يرجى إعطاء آرائكم

إذا كان طفلك يشارك في المشي إلى المدرسة، نحن نرحب بالحصول على المدخلات الخاصة بكم. ساعدونا على تحسين مشاركتنا في استطلاع الرأي. سجل في: [orima.com.au/w2ssurvey](http://orima.com.au/w2ssurvey)

ويدير هذا الاستفتاء مركز البحوث ORIMA نيابة عن VicHealth's Walk to School.

في كل شهر أكتوبر/تشرين الأول، يشجع برنامج المشي إلى المدرسة أو لاد المدارس الابتدائية في فيكتوريا على المشي أو ركوب الدراجة أو السكوتر إلى ومن المدرسة. انها وسيلة رائعة لمساعدة الطلاب على تعلم عادات صحية وتحقيق الـ 60 دقيقة الموصى بها من النشاط الجسدي كل يوم.

وخيارات التنقل النشطة إلى ومن المدرسة هي أيضا فرصة عظيمة للتواصل والدرشة مع أطفالك، بالإضافة إلى اللقاء مع العائلات المحلية الأخرى على طول الطريق. إذا كنت لا تستطيع السير طول الطريق، لازل بإمكان طفلك المشاركة - بكل بساطة قم بالقيادة لمسافة معينة من الطريق وامشي أو إركب الدراجة أو السكوتر لباقي المسافة!

من خلال المشاركة، يمكنك مساعدة مدرستك الفوز بجوائز إقليمية كبيرة، وسوف تستمتع بفوائد المشي أو ركوب الدراجة أو السكوتر إلى ومن المدرسة!

إشترك في المشي إلى المدرسة اليوم وقم ببناء عادات صحية لمدى الحياة.

### تعرف على شركائنا

بكل فخر يدعم برنامج المشي إلى المدرسة 2017، شركاء مجتمعنا الرسميين، لاعبي AFL وشريكنا الرسمي بنك بنديغو (Bendigo Bank).

### الفوز بجوائز رائعة

تابع موقع برنامج المشي إلى مدرسة والقنوات الاجتماعية. سوف نعلن عن جوائز هذا العام قريبا جدا!

شركاء مجتمعنا الرسميين:

شركاء الشركة الرسميين:



# إمشي إلى المدرسة 2017

إمشي أو اركب الدراجة أو السكوتر لبناء عادات صحية لمدى الحياة.



## الأسئلة والأجوبة المتكررة

### كيفية عمل برنامج المشي إلى المدرسة؟

إذا كانت مدرسة ولدك تشارك في برنامج المشي إلى المدرسة، سوف يسجل معلم صف ولدك عدد المرات التي يمشيها الطلاب أو يركبوا الدراجة أو السكوتر من وإلى المدرسة خلال شهر أكتوبر/تشرين الأول، وذلك باستخدام رزنامة الفصل.

وسوف تكون المدارس التي تتمتع بأعلى مستويات المشاركة في كل منطقة مؤهلة للحصول على بعض الجوائز الرائعة - لذلك ففي كل مرة يمشي فيها ولدك، سوف يساهم أيضا في زيادة فرص مدرسته بالفوز!

### إذا كانت مدرسة ولدي غير مسجلة. هل يمكنني الاستمرار في المشاركة؟

نعم! حتى إذا لم يتم تسجيل مدرستك، لا يزال بإمكانك المشاركة، وإجعل مشاركة ولدك في المشي يأخذ بالاعتبار من خلال تسجيلهم على موقع برنامج المشي إلى المدرسة - وذلك بعد أن تأذن أنت بذلك، طبعاً. يمكن لولدك تتبع عدد المرات التي يمشي فيها أو يركب الدراجة أو السكوتر إلى ومن المدرسة وأن يكون جزءاً في الجهود المبدولة على مستوى الولاية.

### لماذا يستمر برنامج المشي إلى المدرسة لمدة شهر؟

تُظهر الدراسات أن العادة تتطلب 30 يوماً لبنائها. وكلما طال قيامنا بشيء صحي، كلما زادت احتمالية استمرار العادة الصحية. لهذا السبب يستمر برنامج المشي إلى المدرسة لمدة شهر كامل، بدلا من يوم واحد. فالأمر متعلق ببناء عادات صحية لمدى الحياة.

### لماذا تستخدم المدارس رزنامة الفصل؟

إنّ الرزنامات طريقة مشرقة وممتعة لتسجيل عدد المرات التي يمشي فيها الطلاب أو يركبون الدرجات أو السكوتر إلى ومن المدرسة في أكتوبر/تشرين الأول. في نهاية الشهر، تستخدم المدارس الرزنامات لتقديم ملخص للبيانات إلى VicHealth، ليتمكنوا من إعطاء الجوائز للمدارس الأكثر نشاطا في كل منطقة. يمكن للمدارس أيضا استخدام الرزنامات لمكافأة الطلاب أو الاحتفال بالفصل الأكثر نشاطا في قاعة التجمع في المدرسة.

### لماذا تجمع VicHealth البيانات والمعلومات؟

تجمع VicHealth المعلومات لمساعدة في إيجاد طرق جديدة وأفضل لتشجيع الأولاد على حياة نشطة.

يتيح لنا جمع البيانات قياس تأثير برنامج المشي إلى المدرسة ويظهر عدد الناس المشاركين في نشاط المشي إلى ومن المدرسة. يستخدم VicHealth البيانات المجمعة للمدارس الفردية والمدارس داخل المنطقة والمدارس في الولاية. قد ينشر VicHealth نتائج برنامج المشي إلى المدرسة على مستوى المدرسة أو الولاية.

### ما هي البيانات التي تجمعها المدارس؟

إذا كانت مدرستك مسجلة في المشي إلى المدرسة، سوف يستخدم معلم ولدك رزنامة الفصل ليسجل:

- اسم ولدك
- عدد المرات التي يمشيها عادة أو يركب الدرجة أو السكوتر إلى ومن المدرسة
- عدد المرات التي يمشيها أو يركب الدرجة أو السكوتر إلى ومن المدرسة في شهر أكتوبر/تشرين الأول

وسوف تقدم مدرستك ملخص للبيانات عن هذه المشاركة لـ VicHealth في نوفمبر/تشرين الثاني 2017.

### ما هي البيانات التي يتم جمعها على الموقع؟

إذا قمت بتسجيل ولدك على الانترنت، سوف تحتاج إلى تسجيل اسم ولدك وعنوان البريد الإلكتروني واسم المستخدم وكلمة السر. ولن نسالك عن تاريخ ميلاد طفلك، رقم الهاتف أو العنوان.

ولفهم نشاط المشي الخاص بولدك، فسوف نسالك التالي:

- ما هي المسافة من مكان سكنك إلى المدرسة
- عدد المرات التي يمشيها عادة أو يركب الدرجة أو السكوتر إلى ومن المدرسة
- عدد المرات التي مشاها أو ركب الدرجة أو السكوتر إلى ومن المدرسة في شهر أكتوبر/تشرين الأول

### من يمكنه الحصول على هذه البيانات؟

لن يتم الوصول إلى المعلومات المسجلة في رزنامات الفصل الدراسي إلا من قبل الطالب والمعلم ومنسق برنامج المشي إلى المدرسة. قد يحصل VicHealth أو المجلس المحلي على هذه البيانات إذا طلبت مدرستك المساعدة في عملية الفرز والتقرير.

قد يقوم VicHealth أيضا بجمع عينة من رزنامات الفصول الدراسية لفهم أنماط مشي الطالب. سيتم تخزين جميع رزنامات الفصول الدراسية وتلفها بشكل آمن في نهاية برنامج المشي إلى المدرسة.

سوف يقوم VicHealth أيضا بمشاركة البيانات غير المعرف عن هوية المشاركين مع فريق التقييم لدينا في مركز البحث ORIMA للمساعدة في تحليل وتقديم تقرير عن نتائج برنامج المشي إلى المدرسة.

وسوف يتم الوصول إلى المعلومات المجمعة على موقع برنامج المشي إلى المدرسة فقط من قبل طفلك و VicHealth. ويتم جمع فقط اسم المستخدم أو اسم ولدك للسماح لـ VicHealth بإدارة بوابة الطالب على الانترنت وتجهيز التقارير المجمعة حول المشاركة. وسيتم استخدام عنوان بريدك الإلكتروني لتحديثك بمعلومات حول المشي إلى المدرسة ولمساعدتك على استرداد وإعادة تعيين اسم المستخدم أو كلمة المرور في حال نسيانها.

# إمشي إلى المدرسة 2017

إمشي أو اركب الدراجة أو السكوتر لبناء عادات صحية لمدى الحياة.



أين يمكنني الحصول على مزيد من المعلومات؟  
يرجى زيارة موقع برنامج المشي إلى المدرسة للحصول على المعلومات:  
[www.walktoschool.vic.gov.au](http://www.walktoschool.vic.gov.au)

[walktoschool@vichealth.vic.gov.au](mailto:walktoschool@vichealth.vic.gov.au)



[www.facebook.com/WalkToSchool](https://www.facebook.com/WalkToSchool)



[twitter.com/WalkToSchoolVic](https://twitter.com/WalkToSchoolVic)



نستضيف المسابقات على موقعنا على الإنترنت والقنوات الاجتماعية. نحن نطلب دائما الحصول على إذن منك مباشرة قبل نشر دخول طفلك على الإنترنت.

بمجرد أن تصل النتائج ويتم تحليلها، سوف يقوم VicHealth بتخزين آمن وتلف رزنامات الفصول الدراسية. نحن نقدم تقارير فقط بالبيانات المجمعة، لذلك لن يتم التعريف عن أي أفراد. وسيتم تخزين جميع المعلومات الشخصية عن طفلك وتلفها بشكل آمن بحلول يونيو/ حزيران 2018.

## ماذا لو لم أشارك ولدي؟

المشارك طوعية، إذا كانت مدرسة طفلك مشاركة في المشي إلى المدرسة ولكنك لا تريد لولدك المشاركة، أطلب من معلم ولدك عدم إدراج اسمه في رزنامة الفصل في برنامج المشي إلى المدرسة.

إذا تم تسجيل ولدك على الموقع ولكنك تريد حذف ملف التعريف الخاص به، بكل بساطة قم بحذفه بنفسك أو اطلب من VicHealth حذفه.

إذا اخترت عدم تسجيل عدد المرات التي يمشيها ولدك أو يركب الدراجة أو السكوتر، يمكن لولدك أن يستمر بالمشاركة بمسابقات برنامج المشي إلى المدرسة على موقعنا على الإنترنت والقنوات الاجتماعية. وبطبيعة الحال، لا يزال بإمكانك التمتع بفوائد المشي أو ركوب الدراجة أو السكوتر إلى ومن المدرسة في كثير من الأحيان كما ترغب!

## خصوصيتك

نحن نهتم بخصوصيتك. إذا كان لديك أي استفسارات أخرى تتعلق بالخصوصية، أو ترغب في الوصول إلى معلوماتك، يرجى الاتصال بمسؤول الخصوصية في VicHealth على البريد الإلكتروني: [privacy@vichealth.vic.gov.au](mailto:privacy@vichealth.vic.gov.au)

