



الإمارات العربية المتحدة
وزارة تنمية المجتمع

دليل وقتنا لكبارنا

كبار المواطنين، بركة الدار



#الدار_بكم_عامرة

نضع بين أيديكم بعض الأفكار والممارسات لتكون مرجعاً نعزز من خلاله علاقتنا مع كبار المواطنين، ونجمع الأجيال في لحظات خالدة تضاف إلى مخزون الذكريات الجميلة للعائلة.

هذه اللحظات التي نقضيها مع كبار المواطنين هي هبة من الخالق، نتبادل فيها مشاعر الحب والاهتمام والتقدير، وننقل من خلالها أجمل الذكريات والخبرات والحكمة.

تم تصميم هذا الدليل لكل فرد مُحِب لعائلته وكل صديق مُقَرَّب منهم، ليكون مصدراً لصناعة اللحظات التي لا تُنسى.

شاركنا جمال لحظاتك مع بركة الدار باستخدام الوسم **#الدار_بكم_عامرة** لتكون إلهاماً للآخرين.

ينقسم هذا الدليل إلى:

الفصل الأول: المحادثات الهادفة

الفصل الثاني: الأنشطة الممتعة

الفصل الثالث: التواصل الفعال

الفصل الرابع: توثيق الذكريات

المحادثات الهادفة

• سرد القصص

اطرح الأسئلة التي من شأنها أن تمنحك قصة، وكلما كان سؤالك محددًا أكثر كلما كانت متعة القصة أكبر.

مثال:

جدي الغالي، ما هي أول قصيدة كتبتها؟ وما هي القصة من ورائها؟
أو جدي الغالية، ما هي موضة الملابس والأزياء عندما كنت طفلة؟

فالغاية والهدف من سؤالهم هو فتح باب السرد وأن تضحك معهم تارة، وأن تندهش معهم تارة أخرى وترى جمال ابتسامتهم.



المحادثات الهادفة

• الذكريات

ابحث عن صندوق الماكنتوش الذي يحتوي على البرقع المصنوع بأيدي الجدة الحبيبة، أو علبة أشرطة الكاسيت القديمة، وابحث عن ألبوم الصور المتهالك من التصفح، وشهادات الميلاد القديمة... ستغمرك التجربة بحضور مشاعر الموقف.



المحادثات الهادفة

• النصيحة والحكمة

اطلب منهم المشورة بكلمات لطيفة، ففي طلبك متعة كامنة لهم، بأنهم أهل للنصح والتوجيه، وبعد النصيحة اطلب منهم الدعاء لك بالتوفيق ففي دعائهم بركة سترى أثرها في جميع جوانب حياتك.



المحادثات الهادفة

• حكايات السفر

تحدث معهم عن وجهات السفر التي زاروها قديماً، هل استقلوا قوافل البرأو البحر؟ وما هي الغرائب والطرائف التي مروا بها؟ خض معهم تجربة السفر من جديد.



المحدثات الهادفة

• تاريخ العائلة

وثّق مع بركة الدار شجرة العائلة الممتدة، ارسّم معهم بحب تسلسل الأفراد والأجيال المتعاقبة لتصنعوا معاً لوحة فنية تُعلّق على جدار المجلس، وافتخر بهم وتحدث عنهم، فالشجرة العامرة تُسقى بالحب والفخر.



_____ الأنشطة الممتعة

• الفن والحرف اليدوية

تراثنا غني بالحرف والفنون، ولدى كبارنا مواهب ومهارات عديدة بارعون بها. تعرّف على مهارات الكبار في عائلتك، وجهز الأدوات اللازمة لمشاركتهم شغفهم.

مثال:

إذا كانت جدتك من محبي صنع البخور، اصنع قائمة بالأدوات التي تحتاجها وشاركها تجربة الصنع.

كما يمكنك أن تصنع علامة تجارية أو شعار خاص لمنتجها... حتما ستتقل بشغفها إلى مستوى آخر.



_____ الأنشطة الممتعة

• الزراعة

شاركهم تجربة الري وجني الثمر، وعرفهم على الأساليب الحديثة في الزراعة، كالزراعة المائية والبيوت الخضراء. اصنعوا أطباقكم المفضلة من خيرات إنتاجكم المنزلي وتشاركوها مع الأهل والجيران.



الأنشطة الممتعة

• الطبخ والخبز

لا يوجد أشهى من رائحة الخبز المحضّر بيد الجدة! والسر أنه يُصنع بحب لمن تحب. شارك جدتك في صنع المأكولات، ووثق التجربة بالصوت والصورة كبرنامج تلفزيوني للطبخ، ودوّن وصفاتها في دفتر خاص بالوصفات العائلية.



_____ الأنشطة الممتعة

• التجمعات العائلية

تجمعوا في غرفة المعيشة، اعرض فلم أو مسرحية قديمة أو شريط مصور للعائلة واستمتعوا بالمشاهدة.



_____ الأنشطة الممتعة

• تجارب جديدة

عش تجربة جديدة معهم، خذهم في رحلة إلى معلم سياحي أو مطعم أو مقهى لم يزوروه سابقاً أو ادع جدك وأصدقائه لمتابعة الدوري الإماراتي في منزل العائلة، وتشاركوا أجواء الحماس أو خذهم معك إلى الاحتفالات المدرسية للأبناء كالتخرج والمناسبات الوطنية والأعياد.



التواصل الفعّال

• الجلسات المجتمعية في الأحياء والضواحي

اصطحبهم إلى مجلس المنطقة و استمتع بحديثهم مع الجيران والأصدقاء، وأنشئ مجموعة "واتساب" تجمعهم ليكونوا على تواصل دائم.



التواصل الفعّال

• مكالمات الفيديو

عزّفهم على طريقة إجراء مكالمات الفيديو لتضيف
الصورة بُعداً آخرًا للتواصل



التواصل الفعّال

• وسائل التواصل الاجتماعي

أنشئ لهم حسابات عبر وسائل التواصل الاجتماعي، تضم الأقارب والأصدقاء، وعرفهم على طريقة الاستخدام والتصفح. كما يمكنك البحث عن أصدقائهم من الزمن الجميل والتواصل مع أبنائهم للتعارف وتعزيز العلاقات.



توثيق الذكريات

• ألبومات الصور

لا تخطط للصورة، وثق جميع اللحظات العفوية واجمعها في ألبوم رقمي أو مطبوع.



توثيق الذكريات

• وثق اللحظة

أحضِر معك بعض الأطعمة التي لم يجربوها من قبل كالسوشي والماتشا وشاي البوبا وغيرها. والتقط لهم الصور وهم يجربوها. فالصور التي توثق تعابير الوجه الصادقة لا تقدر بثمن.



توثيق الذكريات

• أعد تصوير المشاهد

ابحث عن صورة تجمعك بأحد الكبار عندما كنت طفلاً وأعد تصويرها الآن بنفس الطريقة.



شاركنا التجارب والصور عبر الوسم المخصص
#الداربكم_عامرة ليكون الوسم مرجعاً غنياً للاستلهام
والاستفادة.

دعونا نحكي بحكمتهم، ونحتضن قصصهم، ونخلق
ذكريات دائمة تمتد عبر الأجيال.