

## نشرة يناير 2026 لبرنامج المشاة وركوب الدراجات إلى المدارس في مقاطعة ألاميدا (SR2S)



# Alameda County Safe Routes to Schools

Healthy Kids, Safer Streets, Strong Communities

### ساعد في تنقية الهواء من خلال السير والركوب في عام 2026

عام 2026 سعيداً! نبدأ العام الجديد بالتركيز على هواء أنظف ومجتمعات أكثر صحة. يمكن أن يساعد اختيار السير أو ركوب الدراجات أو ركوب وسائل النقل أو استخدام السيارات بدلاً من القيادة بمفردك في الحفاظ على هوائنا أنظف ومجتمعاتنا أكثر صحة. بينما ننتقل إلى عام 2026، نشجع الطلاب والمعلمين ومقدمي الرعاية على استكشاف خيارات التنقل النشط التي تعزز الروتين اليومي وتدعم التواصل المجتمعي. إذا كنت تستضيف فعالية "سر واركب" المقرر انعقادها في شهر يناير، ففكر في إضافة تعهد بسيط بالسير والركوب كلما استطعت للمساعدة في الحفاظ على نظافة هوائنا.

اطّلع على أنشطتنا "هواء نظيف من أجل عام جديد".

## السباق على الحذاء الرياضي الذهبي ينطلق قريباً!



اقتباس الصورة: طلاب مقاطعة ألاميدا من لوكوود STEAM في أوكلاند بالولايات المتحدة الأمريكية يحتفلون بفوز صفهم بكأس الحذاء الرياضي الذهبي في مارس 2025.

استعد لمسابقة الأندية الرياضية الذهبية لهذا العام التي تُقام في الفترة من 2 إلى 13 مارس 2026. خلال هذه الفعالية المحيوبة للغاية، يشجع الطلاب والفصول والمجتمعات المدرسية في جميع أنحاء مقاطعة ألاميدا بعضهم البعض على السير، أو التنقل بالعجلات، أو المشاركة في السيارة، أو استخدام وسائل النقل العام. سيحصل فصل دراسي واحد فائز لكل مدرسة على كأس الحذاء الرياضي الذهبي المرموق المصنوع من أندية Golden State Warrior المتبرع بها! وفي نهاية الفعالية، ستفوز مدرسة واحدة بجائزة الحذاء الرياضي البلاتيني على مستوى المقاطعة للمشاركة الإجمالية المتميزة!

سجل الآن للمشاركة. التسجيل مفتوح حتى 30 يناير 2026. راسل منسق موقع SR2S الخاص بك إذا كانت لديك أي أسئلة. ابق ذهبياً!

هل أنت مستعد لإعادة تشغيل تنقلاتك في عام 2026؟



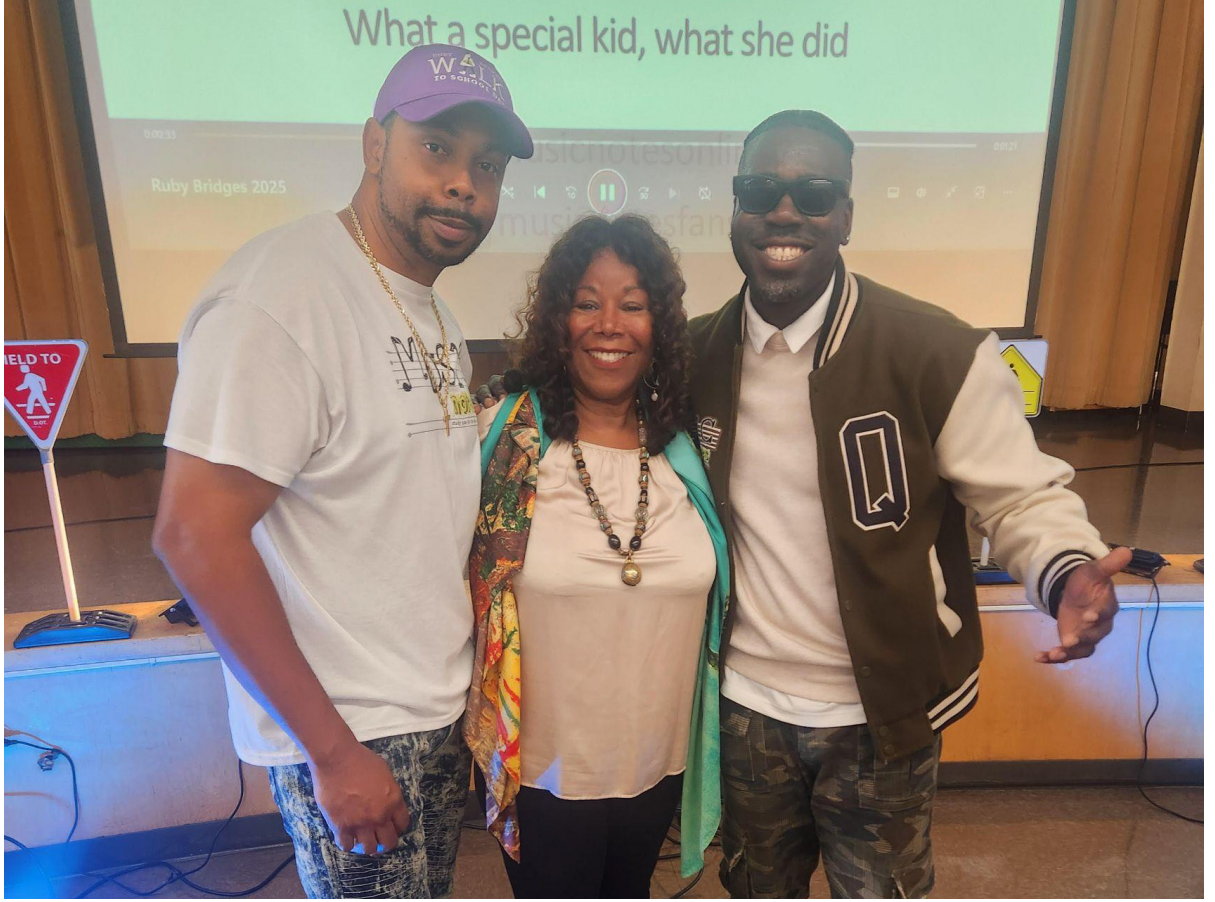
اقتباس الصورة: طلاب يستضيفون فعالية "إعادة ضبط تنقلك" في مدرسة بيركلي الثانوية، منطقة مدارس بيركلي الموحدة، في عام 2025.

تشجع **"إعادة ضبط تنقلك"** طلاب المدارس الثانوية في جميع أنحاء مقاطعة ألاميدا على السير أو ركوب الدراجات أو استخدام السيارات أو ركوب وسائل النقل إلى المدرسة من خلال القيادة والتشجيع من الأقران. ستقام الفعاليات في الفترة من فبراير إلى مارس 2026، مع إتاحة الفرص للطلاب لمشاركة ما يحفزهم على استخدام خيارات النقل المشترك والنشط للوصول إلى المدرسة. يمكن لجميع المشاركين معرفة المزيد عن كيفية المشاركة الفعالة في برامج SR2S والاستمتاع بحوافز المشاركة الممتعة. يمكن لطلاب واحد في كل مدرسة مشاركة الحصول على بطاقة كليبر بقيمة 50 دولاراً أو دراجة بخارية وخوذة مقابل المشاركة في فعالية هذا العام. **سجل الآن**، أو راسل

لمعرفة المزيد! [info@alamedacountysr2s.org](mailto:info@alamedacountysr2s.org)



## Music Notes وروبي بريدجز على المسرح



اقتباس الصورة: فنانون Music Notes يتشاركون لحظة مع روبي بريدجز خلال حفلة موسيقية في مدرسة روبي بريدجز الابتدائية في الاميدا بالولايات المتحدة الأمريكية.

جمعتنا حفلة موسيقية لمرة واحدة في العمر، بقيادة Music Notes من أجل يوم السير إلى المدرسة 2025، مع ضيف خاص مرة أخرى: روبي بريدجز نفسها، أيقونة الحقوق المدنية التاريخية! قدم فريق Music Notes أغاني الهيب هوب الأصلية المفعمة بالطاقة وحركات الرقص لتعليم طلاب مدرسة روبي بريدجز الابتدائية السلامة أثناء السير وركوب الدراجات الهوائية. بعد انتهاء الحفل، خصصت روبي بريدجز وقتاً للتحدث مع الطلاب، محولةً بذلك تجمعاً مبهجاً بالفعل إلى لحظة سيتذكرونها دائماً. من خلال هذه التجمعات، تلهم موسيقى نوتس الطلاب على اختيار طرق آمنة ونشطة للوصول إلى المدرسة.

## احتفل بقلوب صحية في شهر فبراير ♥



**اقتباس الصورة:** طالب في مدرسة واشنطن الابتدائية ومقدم الرعاية بشاركان لحظة جميلة خلال صباح نشط في بيركلي.

شهر فبراير هو الشهر الوطني لصحة القلب، وهو وقت رائع للنشاط ومشاركة اللطف. الخيارات البسيطة مثل إضافة المزيد من الحركة وأعمال الخير تدعم صحة القلب.

قم بإقران **فعالية السير والركوب** في شهر فبراير بأنشطة صحية للقلب لإشراك الطلاب والمعلمين ومقدمي الرعاية. جرب إضافة واحدة (أو أكثر!) من هذه الأفكار الشهر المقبل:

- كن مبدعاً: اصنع أعمالاً يدوية على شكل قلب أو فكر في حب الذات.
- تحرك وقِس: تحرك لمدة 10 دقائق وتتبع معدل نبضات قلبك قبل وبعد الحركة.
- شارك الحب: قدم الإطراء أو اكتب ملاحظات لطيفة للمساعدة في رفع مستوى الآخرين.

دعونا نجعل شهر فبراير يتمحور حول الحركة واللطف وصحة القلب. اطلع على **مواردنا "قلوب سليمة"**.

تسليط الضوء على أعضاء فريق SR2S: برادين نيكلسون، دعم التعليم والتوعية



اقتباس الصورة: برادين (هي / هي) متحمسة لدعم برنامج SR2S.

يدعم برادين نيكولسون مبادرات التوعية والتنظيف لبرنامج SR2S للمساعدة في توفير خيارات نقل نشطة آمنة وسهلة الوصول ومنصفة للجميع. وبفضل خلفيتها في مجال الصحة العامة، فهي متحمسة لجعل الأمر أسهل على الأطفال والشباب والعائلات في السير وركوب الدراجات الهوائية والذهاب إلى المدرسة والعودة منها للاستمتاع بحياة أكثر صحة ونشاطاً.

## تسليط الضوء على أعضاء فريق SR2S ليندساي مولكاهي، دعم التعليم والتوعية



اقتباس الصورة: ليندسي (هي / هي) حريصة على مساعدة الطلاب والأسر على استكشاف طرق نشطة للتنقل من المدرسة وإليها.

تُضفي ليندسي مولكاهي حبها للحركة والتواصل المجتمعي على جهود برنامج SR2S للتعليم والتوعية. ويشرفها أن تدعم فريق SR2S في جعل النقل النشط آمناً وسهل الوصول إليه ومنصفاً للطلاب والعائلات في جميع أنحاء مقاطعة ألاميدا.

### الفعاليات المجتمعية القادمة:

- 25 يناير: [ورشة عمل تعلم ركوب الخيل للبالغين والمراهقين](#) في منتزه ألاميدا ووترفرونت
- 31 يناير: [جولات هايوارد إصلاح الدراجات مجاناً](#) في سوق هايوارد للمزارعين في هايوارد
- 14 فبراير: [جولات هايوارد إصلاح الدراجات مجاناً](#) في سوق هايوارد للمزارعين في هايوارد
- 28 فبراير: [جولات هايوارد إصلاح الدراجات مجاناً](#) في سوق هايوارد للمزارعين في هايوارد



## قائمة مراجعة ضمان الجودة للاتصالات (Communications QAQC Checklist)

جميع المستندات	
X	العنوان أو العنوان الرئيسي قصير وواضح
X	الأنماط والتنسيق متسقة في جميع الصفحات أو الشرائح
X	تعمل الروابط التشعبية وتنقل إلى الأماكن الصحيحة
X	يتم وضع الروابط التشعبية على الكلمات/العبارات ذات الصلة (وليس "انقر هنا" أو "رابط")
X	الصور تتضمن تعليقات توضيحية
X	الصور لديها الأذونات الصحيحة للاستخدام
X	النبرة مطلعة ومشجعة
X	النص موجز قدر الإمكان، مع الحفاظ على لهجته
X	تمت مراجعة جميع النصوص، بما في ذلك التعليقات التوضيحية
X	الشعارات موجودة وبالترتيب الصحيح: MTC، SR2S، CTC
X	شعار البرنامج الحالي (ليس إصدار الذكرى 15 )
X	الشعار الحالي ("... قياس ضريبة مبيعات BB، والأموال الإقليمية والولائية والفيديرالية.")
X	الخطوط هي Century Gothic، أو Open Sans، أو Verdana، كما هو موضح في <a href="#">دليل العلامة التجارية</a>
X	الألوان هي ألوان العلامة التجارية المعتمدة، كما هو مفصل في <a href="#">دليل العلامة التجارية</a>
X	جميع أسماء البرامج والأنشطة متوافقة مع <a href="#">دليل العلامة التجارية</a>

النشرة الإخبارية (Mailchimp)	
X	اسم "المرسل" في Mailchimp: برنامج SR2S لمقاطعة ألاميدا (وليس "دينيس")
X	سطر الموضوع واضح وموجز
X	سطر المعاينة واضح وموجز
	الصور مركزة، بحجم وموضع مناسبين
X	الصور مرتبطة بالموقع/ملف PDF الصحيح (حسب الحاجة)
X	يتم استخدام علامات التعجب باعتدال (لا تزيد عن اثنتين في كل قسم)
X	تتضمن النشرة الإخبارية مزود خدمة مباشر واحد على الأقل
X	تنتهي النشرة الإخبارية بصورة إيجابية ودعوة مشجعة لاتخاذ إجراء
	حصلت الرسالة الإلكترونية التجريبية على الموافقة النهائية من Toole Design
	حصلت الرسالة الإلكترونية التجريبية على الموافقة النهائية من دينيس تيرنر في Alameda CTC
	تم إعادة إنشاء النص العادي ليتوافق مع النسخة النهائية من الرسالة الإلكترونية