



## برنامج لنحفظها

وهو تدريب وتوعية الطالبات على السلوكيات والطرق الصحيحة في حفظ الطعام ووقايته من الهدر وتعزيز ثقافة ترشيد استهلاك الطعام

### معاور البرنامج :

- العمل التطوعي والمسؤولية الاجتماعية
- حفظ النعمة بين الماضي والحاضر
- الإسراف واضراره
- تصحيح السلوكيات الغذائية الخاطئة
- طرق حفظ النعمة
- طرق الاستفادة من فائض الطعام واستثماره
- صفات عملية للطبخ للاستفادة ببقايا الأطعمة

### لماذا؟

لوقف الهدر الغذائي والمحافظة على ثروة الطعام للأجيال القادمة ونشر الوعي لديهن ليصبح جيل واعي يحافظ على النعم وشكرها):

### الهدف:

1. نشأ جيل من الطالبات كسفيرات في حفظ النعمة في المدرسة والمنزل
2. تحفيزهن على العمل الخيري والمسؤولية الاجتماعية
3. نشر ثقافة ترشيد استهلاك الطعام والوعي بين الطالبات والمعلمات
4. تعزيز أهمية دور القطاع التعليمي النسائي في المسؤولية الاجتماعية



البرنامج التعريفي بحفظ النعمة ( لنحفظها )

اسم المدرسة	مكتب	عدد الطالبات	اليوم	تاريخ الزيارة	المدرسة
مدارس الفكر الالهية	غرب	150	الثلاثاء	13 جماد اول 30 يناير	ابتدائي
ثانوية الاولى	الملز	4	الخميس	15 جماد أول 1 فبراير	متوسط و ثانوي
ابتدائية القاعدة الجوية	الخميس	25	الخميس	5/22	
الابتدائية 278	المصيف		الثلاثاء	5/19 2/5	ابتدائي
مدرسه المستقبل النموذجيه	وسط	في مقر الجمعيه	الخميس	5/22	متوسط
مدرسه 24	الملز	في مقر الجمعيه	الثلاثاء	27 جمادى الاول 2/13	متوسط
ابتدائية 14 تحفيظ	شمال		الخميس	5/29 2/15	ابتدائي
ابتدائية اشراقة الازدهار	المصيف	في مقر الجمعيه	الخميس	6/6	ابتدائي
الابتدائية الثانية بالدرعية	الثانية			3/7 1439/5/19	ابتدائي
الثانويه 120	في مقر الجمعيه	25	الثلاثاء		
مدرسة 286 الابتدائية	النزهه		الخميس		ابتدائي
الابتدائية الثانيه يعرقه	غرب	365		2018/4/19	ابتدائي
402 الابتدائية	المغرزا ت		الاربعاء	2018/3/13م	ابتدائي
ابتدائية 221	المصيف	نشاط			ابتدائي
ابتدائية السادسة		في مقر الجمعيه			الابتدائية السادسه
مدارس رياض الصالحين					متوسط و ثانوي
مدارس دور الذكر لتحفيظ القران المتوسطه	وسط	230		5/28	متوسط
السادسه لتحفيظ القران	شمال	350		6/5	متوسط
مدارس الأوائل	وسط	(في الجمعيه)	الإربعاء	6/9	متوسط



اسم المدرسة	مكتب	عدد الطالبات	اليوم	تاريخ الزيارة	المدرسة
-ابن خلدون عرقه	غرب	568		6/10	ابتدائي
مدارس التربية الاسلاميه المحمديه	غرب			6/12	ثانوي
مدارس جبل الابداع	وسط			6/17	ابتدائي
ثانويه الأبناء حى الوزارات	وسط			6/19	ثانوي
الابتدائيه الثانيه يعرقه	غرب	365		7/2	ابتدائي
الدولى لتحفيظ القرآن	الدرعية			6/26	ثانوي
ثانوية 25	السدحان طريق الملك عبدالله			7/4	ثانوي
ابتدائي 174	216	العليا		7/9	ابتدائي
ثانوية 81	العقيق			7/11	ثانوي
الثانويه السادسه	حى النخيل			7/18	متوسط و ثانوي
ابتدائية 60 الياسمين				7/23	ابتدائي
مدرسه اومامه متوسط	المصيف			7/25	متوسط
الابتدائية 179	المحمديه			7/30	ابتدائي
مدارس افاق المصيف	المصيف			8/2	متوسط
متوسطة 30	الملز				متوسط
مدارس الابناء ابتدائية	شرق بجوار الحرس الوطنى				
متوسطة 16	الملز				
متوسط 29	الوزارات				ابتدائي
مجمع الدرعية ثانوي	الملز				ابتدائي
الابتدائيه السادسه لتحفيظ القرآن	النزهه	في مقر الجمعيه			

اسم المدرسة	مكتب	عدد الطالبات	اليوم	تاريخ الزيارة	المدرسة
مدارس السمو	شمال	100 طالبة	الاربعاء	14/محرم	ابتدائي



	4 / أكتوبر				
ثانوي	19 / محرم 9 / أكتوبر	الاثنين	339	شمال	مدارس الدوحة
ابتدائي	3 / صفر 10/23	الاثنين	200 طالبة	غرب	مدرسة 95
الثانوية	19 / صفر 8 / نوفمبر	الأربعاء	150	شمال	مدارس العليا
ابتدائي	1 / ربيع اول 19 / نوفمبر	الأحد	130 طالبة	غرب	مدارس العروبة
روضة	3 / ربيع الأول 21 / نوفمبر	الثلاثاء	108 طالبة	غرب	روضة 14
ابتدائي	5 ربيع اول 23 نوفمبر	الخميس	142 طالب وطالبة	غرب	دار السلام
ابتدائي	16 ربيع الاول 4 ديسمبر	الاثنين	280	وسط	مدارس الاوائل
ابتدائي	15 ربيع اول 6 ديسمبر	الثلاثاء	150	غرب	تحفيظ 5 فى عرقة
ابتدائي	19 ربيع الاول 7 ديسمبر	الخميس	330	وسط	مدرسة 64
متوسط\ ثانوي	22 ربيع اول 10 ديسمبر	الاحد	140	وسط	مدارس البيان
ابتدائي	25 ربيع اول 13 ديسمبر	الاربعاء	380 طالبة	غرب	مدارس الابتدائية الثانية
متوسط	30 ربيع اول 18 ديسمبر	الاثنين	300	غرب	متوسط 31
ابتدائي	2 ربيع الثاني 20 ديسمبر	الاربعاء	430	غرب	ابتدائية عرقة الأولى
ابتدائي	7 ربيع ثانی 25 ديسمبر	الاثنين	328	غرب	الابتدائية 40
ابتدائي	9 ربيع ثاني 27 ديسمبر	الاربعاء	216	وسط	ابتدائية 174