



Online Deutsch lernen

Deutsch lernen wie ein Kind: erst hören, dann nachsprechen. Das können Arabisch Sprechende bei einem kostenlosen Online-Kurs. In zwölf Lektionen - unterlegt mit klassischer oder moderner Musik - lernen sie mehr als 1000 Wörter und Redewendungen. Es geht unter anderem ums Vorstellen, um Wochentage, Zahlen, einen Besuch beim Arzt und um Sätze für den Alltag wie zum Beispiel „heute ist es sehr heiß“. Jedes Wort und jeder Satz wird erst auf Deutsch, dann auf Arabisch gesprochen. Der Kurs findet sich unter www.jicki.de. Es gibt auch Apps für Handys. So kann überall, zum Beispiel beim Warten auf den Bus, Deutsch gelernt werden.

Learn German online

Learn German like a child: first listening, then speaking - this is what Arabic speakers can do at a free online course. In twelve lessons – accompanied with classical or modern music - learn more than 1000 words and phrases. Among other things, it's about introducing yourself, days of the week, figures, a visit to the doctor and sentences for everyday life such as „today it's very hot“. Every word and every sentence is spoken first in German, then in Arabic. The course can be found at www.jicki.de. There are also apps for mobile phones. Thus, German can be learned everywhere, for example while waiting for the bus.

Richtig heizen und lüften

Richtig heizen und lüften ist wichtig. Dadurch kann man Schimmel in der Wohnung verhindern und Heizkosten sparen. Der Schimmel entsteht, wenn die Luft in einem Raum zu feucht ist. Er ist gefährlich für die Gesundheit. Die richtige Temperatur für das Wohnzimmer und die Küche ist 20°C, im Schlafzimmer reichen 18°C. Nachts kann man die Heizung auf 16°C runterdrehen. Wichtig ist es, die Heizung nie ganz auszustellen. Auch nicht, wenn man länger nicht da ist. Durch die kalte Luft wird ein Raum leichter feucht. Und das Wiederauf-

Why is the „Hausarzt“ called „Hausarzt“?

The family doctor, who in German is called „Hausarzt“ is the first point of contact, if you have health problems or questions. He can advise on all physical and mental problems. So you can go to him if you have a fever or abdominal pain. If he can do nothing himself, he can refer the patient to a specialist. For

heizen von einem kalten Raum ist teuer. Es ist auch wichtig, die Türen zwischen den Zimmern geschlossen zu halten, damit die warme Luft im Raum bleibt. Lüften sollte man jeden Tag und bei jedem Wetter morgens und abends. Im Winter sollte man alle Fenster für mindestens 5 Minuten offen lassen, damit die feuchte Luft nach draußen gehen kann. Im Sommer kann man bis zu 30 Minuten lüften. Wenn die Wäsche in der Wohnung getrocknet wird, sollte man öfter als zweimal am Tag lüften.

example, if the family doctor sees that the patient has inflammation in the ear, he can send the patient to a ear, nose and throat specialist. Most patients never change their family doctor. This is because he knows the patient and his medical history well. He can assess what works best for the patient. In case of emergency, the family doctor can also make home visits.

Warum heißt der Hausarzt „Hausarzt“?

Der Hausarzt ist der erste Ansprechpartner, wenn man gesundheitliche Probleme oder Fragen hat. Er kann bei allen körperlichen und seelischen Problemen beraten. Man kann also zu ihm gehen, wenn man Fieber oder Bauchschmerzen hat. Wenn er selber nichts tun kann, kann er den Patienten an einen Facharzt überweisen. Wenn der Hausarzt zum Beispiel sieht, dass der Patient im Ohr eine Entzündung hat, kann er den Patienten zu einem Hals-, Nasen- und Ohrenarzt schicken. Die meisten Patienten wechseln nie ihren Hausarzt. Deshalb kennt er den Patienten und seine Krankengeschichte gut. Er kann einschätzen, was dem Patienten am besten hilft. Bei Notfällen kann der Hausarzt auch Hausbesuche machen. Deswegen heißt der Hausarzt „Hausarzt“.

تعلم اللغة الألمانية على الانترنت :

ماذا لو تعلمت اللغة الألمانية بطريقة الأطفال: فأولا تستمع للجملة وبعدها تعيد ما سمعته. يمكن أن تساعد هذه الطريقة الكثير من العرب الموجودين في ألمانيا لتعلم اللغة الألمانية بشكل أسرع وأسهل, وذلك من خلال دورة مجانية لتعليم اللغة على الانترنت تضمن 12 مستوى, و تتوافق الجلسة مع موسيقى كلاسيكية أو عصرية. من خلالها يمكن تعلم أكثر من 1000 كلمة جديدة بالإضافة لأمثال وأقوال ألمانية. حيث يتضمن البرنامج تعليم أيام الأسبوع والأعداد والجملة المعتادة عند الطبيب والكثير من الجمل المستخدمة في حياتنا اليومية. يتم سماع كل جملة أولا بالألماني ومن ثم بالعربي.

ويمكن إيجاد هذا الكورس تحت العنوان: www.jicki.de

كما يوجد تطبيق خاص بالكورس يمكن تحميله على الهاتف النقال وبذلك يمكن تعلم اللغة الألمانية في كل مكان حتى اثناء الانتظار في الباص أثناء الطريق للمدرسة أو العمل.





Fenster auf - Heizung aus. Foto:Schmitt.

Correct heating and ventilation

Proper heating and ventilation is important. This can prevent mold in the apartment and save heating costs. The mold is created when the air in a room is too humid. It is dangerous to health. The right temperature for the living room and the kitchen is 20 ° C, in the bedroom 18 ° C. At night you can turn the heating down to 16 ° C. It is important never to turn off the heater completely. Not even if you are not there for a long time. The cold air makes a room slightly damp. And reheating from a cold room is expensive. It is also important to keep the doors closed between the rooms so that the warm air stays in the room. It is advisable to ventilate every day and in every weather – in the morning and evening. In winter, leave all windows open for at least 5 minutes to let the humid air out. In summer you can ventilate up to 30 minutes. If the laundry is dried in the apartment, you should ventilate more than twice a day.

Redaktionsteam:

Aliaa Abd Khalaf, Ammer Dabbas, Andrea Schmitt, Bashar Al Hammadi, Bright Igbinovia, Claron Mazarello, Farzanah Hassani, Halima Mohamud, Lobna Alhindi, Mohamad Alwawi, Mohammad Nazir Momand, Mostafa Elyasian, Pauline Menghini, Rahima Abdelhafid, Rozhin Rashidi, Salwa Saada, Ute Kaiser, Wolfgang Sannwald.

فراه گری زبان المانی به طور ان لاین. با دو قدم متفاوت یعنی گوش کردن و صحبت کردن اطفال میتوان زود زبان المانی را یادگیری. البته این پیشنهاد برای اطفال عربی بوده و با ۱۲ ساعت و با عناوین مختلف و با پوشش لغات سریع بیشتر از ۱۰۰۰ و جملات کوتاه برای قدم های نخست مانند معرفی کردن حساب کردن روز های هفته مراجعه کردن به داکتر اب و هوا مانند امروز هوا گرم است نوت. هر ان جمله که شنیده یا دیده میشود اول به زبان المانی بوده و بعدا ترجمه ان به زبان عربی است این کورس بدون کدام هزینه بوده و در تیلیفون های هوشمند انرا نیز نصب کرده میتوانید و در مکان های متفاوت المانی را یا گیریدمانند ایستگاه یا داخل بوس برای معلومات مزید WWW.jicki.de

چرا داکتر خانگی را داکتر خانگی میگویند.

داکتر خانگی شخص اول همکلام شما در مورد پزشکی شما میباشد در صورت مشکلات یا مریضی داخله تب ناراحتی درد و غیره شما میتوانید به داکتر خانه گی خود مراجعه کرده و تا حد توان وی برای تداوی شما خواهد کوشید در صورت ضرورت برای شما از دکتور های متخصص وقت گرفته تا شما شفا یاب شوید مثال. در صورت مشکلات گوش و گلو شما داکتر خانگی داکتر گوش و گلو را برای شما پیشنهاد میکند بسیاری از مردم با طور متداوم از داکتر خانگی خود استفاده میکنند به خاطر یکه مشکلاتش را داکتر خانگی بهتر فامیده و توسعه خوب میکند در صورت ضرورت داکتر برای تداوی مریض خود به خانه هم مراجعه میکند به همین دلیل وی را داکتر خانگی میگویند در صورتیکه شما با داکتر خانگی خود خوش و راحت نیستید راحت میتوانید داکتری دیگری را انتخاب کنید

مرکز گرمی و هوای تازه.

این دو موضوع در زمستان خیلی مهم میباشد در صورت ضرورت از هر دو باید استفاده کرد وقتی مرکز گرمی اطاق شما همیشه متداوم فعال باشد هم بالای شما مصرف اضافی آمده و اتاق شما مرطوب بوده با بوی نم و پوپنک الوده شده که برای صحت مضر میباشد پس باید از هوای تازه نیز استفاده کرد تا باشد هوای اتاق شما معتدل باشد بهترین درجه حرارت به اطاق خواب ۱۸ و برای آشپزخانه ۲۰ درجه است و درجه حرارت معمولی برای اتاق خواب از طرف شب ۱۶ درجه بوده و نیز درجه معمولی مرکز گرمی ۳ میباشد نوت. از طرف شب و روز فقط برای دو بار هر بار برای پنج دقیقه پنجره های اتاق را باز کنید تا هوای تازه آمده و در تابستان میتوان برای تبدیلی هوای اتاق روز سه بار استفاده کرد در صورت خشک کردن لباس ها و استفا ده از مرکز گرمی باید بیشتر از دوبر در ایام زمستان هوای اتاق برای جلو گیری از پوپنک و یا نمناک کردن اتاق هوا تبدیل شود

التدفئة والتهوية الجيدة:

من المهم جدا تهوية الغرف جيدا كما تدفئتها أيضا فمن خلال التهوية الجيدة يمكن تجنب العفن المتكون من الرطوبة العالية في غرف المنزل وهو خطير جدا على الصحة. كما يجب ألا تتجاوز حرارة الغرف والمطبخ ال 20 درجة مئوية وغرفة النوم 18 درجة وأثناء الليل يمكن تخفيضها لـ 16 درجة، من المهم أيضا الحفاظ على حرارة المنزل الطبيعية فلا نغلق التدفئة نهائيا وإنما يمكن تخفيضها لأقل درجة ممكنة وخاصة عند عدم التواجد لفترة طويلة خارج المنزل وذلك لأن البرد الشديد داخل المنزل يسبب أيضا الرطوبة ولتجنب التكلفة العالية لإعادة التدفئة أيضا. وكما أنه من المهم إبقاء الأبواب بين الغرف مغلقة لتحتفظ الغرف بحرارتها. كما يجب علينا ومن الضروري جدا بغض النظر عن الأحوال الجوية تهوية الغرف جميعها يوميا مرتين على الأقل لمدة 5 دقائق ليتمكن الهواء الرطب من الخروج ودخول هواء نظيف للغرفة. في فصل الصيف يمكن التهوية مرارا لمدة 30 دقيقة، وعند وجود ملابس مغسولة داخل الغرفة و متروكة لتجف فيجب تكرار عملية التهوية عدة مرات يوميا.

لماذا يسمى طبيب المنزل بهذا الاسم؟

طبيب المنزل أو الطبيب العام هو الشخص الأول الذي يتوجه إليه المريض عندما يشعر بمشكلة صحية أو يكون لديه سؤال متعلق بصحته أو مرض معين. فيمكن استشارة طبيب الأسرة بجميع الأمراض والمشاكل الصحية الجسدية منها والنفسية. فيمكن للمريض التوجه له عندما يكون لديه وجع بطن أو حرارة. وعندما يرى الطبيب أنه لا يستطيع تقديم العلاج المناسب يقوم بتحويل المريض إلى الطبيب المختص فمثلا عندما يعاني المريض من ألم في الأذن يقوم بتحويله إلى طبيب أنف-أذن-حنجرة لتلقي العلاج المناسب. غالبية المرضى لا يغيروا طبيبهم العام كثيرا وهذا يعطي الطبيب فرصة أكبر لمعرفة مرضاه جيدا من حيث السيرة المرضية مما يتيح له معرفة ما يساعد المريض فعلا، ممكن ان يزور الطبيب مرضاه في المنزل لمعاينتهم في الحالات الطارئة ولهذا يسمى بـ "طبيب المنزل"

