

DCL

Diplôme de Compétence en Langue

ARABE

Session du vendredi 23 mai 2014



Dossier documentaire

Support de la phase 1

Document 1 Page 2	وصف الحملة الأولى <i>Campagne 1</i> <i>Descriptif</i>
Document 2 Page 3	قطوط ونصائحه <i>Campagne 1</i> <i>Conseils de Qatqout</i>
Document 3 Page 4	الصفحة الأولى للكتيبات الموزعة على الأطفال <i>Campagne 1</i> <i>Page 1 de la brochure distribuée aux enfants</i>
Document 4 Page 5	وصف الحملة الثانية <i>Campagne 2</i> <i>Descriptif</i>
Document 5 Page 6	إعلان الحملة الإعلامية في المجالات النسائية <i>Campagne 2</i> <i>Publicité dans la presse féminine</i>
Document 6 Page 7	إعلان الحملة الإعلامية في شبكة الإنترنت <i>Campagne 2</i> <i>Publicité sur internet</i>

TOURNEZ LA PAGE

Document 1 :

الحملة الأولى

هدفنا : مكافحة الوزن الزائد

وسانلنا الإعلانية :

- إعلانات إذاعية
- إعلانات تلفزيونية تنشر نصائح "قطقوط".
- أفلام كرتون للأطفال: "دبوب" الذي لا يهتم بصحته، يتناول طعاماً دسماً ويأكل طول النهار ويبقى ساعات طويلة يشاهد التلفزيون أو أمام شاشة الكمبيوتر. وصاحبه "قطقوط" النشيط والرياضي يحثه على النشاط وعلى تغيير عاداته الغذائية... وفي نهاية البرنامج يتبع "دبوب" نصائح "قطقوط" ويصبح نشيطاً وقوياً ويشعر بالسعادة والارتياح...
- لوحات إعلانية في شوارع المدن وفي القرى.

نشاطاتنا المدرسية :

- تنظيم ورشة عمل لمعرفة فوائد الفواكه والخضر.
- تنظيم ورشات طبخ يتعلم فيها الأطفال أن يطبخوا طعاماً صحياً وغير دسم.
- تنظيم دورة رياضية يربح جميع المشاركين فيها جوائز رمزية لحثهم على ممارسة الرياضة.
- توزيع كتيبات فيها قصص مصورة تشرح فضائل النشاط البدني والأكل الصحي.

التكاليف : 100 000 دولار

Document 2 :

الحملة الأولى



أنا قفوط القوي
و النشيط اتبعوا
نصائحي

مشروبات حلوة		
ساعة واحدة رياضية في اليوم	1	
لا أكثر من ساعتين في اليوم أمام الشاشة	2	
ثلاثة منتجات حليب في اليوم	3	
أربع مجموعات غذائية في اليوم	4	
خمسة ألوان خضار و فواكه كل يوم	5	
الوجبات السريعة		

الحملة الأولى



:

الحملة الثانية

الوزن المثالي ...ثروة صحية للمستقبل

الهدف :

✓ مكافحة الوزن الزائد والوقاية من الأمراض القلبية وأمراض السكري وضرورة ممارسة الرياضة وتخفيف كمية الطعام .

الوسائل الإعلانية :

✓ إعلانات في المجلات النسائية وخاصة ("سيدتي" ، "لها"...) .
✓ حملة على مواقع التواصل الاجتماعي (الفيس بوك ، تويتر وبرنامج على "السمارت فون" قائمة وجبات صحية ترسل لمن يرغب .

رموز هذه الحملة:

✓ فادية ، المغنية اللبنانية التي خفت وزنها بفضل اتباع حمية وممارسة الرياضة، تردد في الموقع الإلكتروني للحملة الإعلانية شعار الحملة : " الوزن المثالي ... ثروة صحية للمستقبل " .
✓ الممثل اللبناني فريد سكوف الذي يتبع برنامج لتخفيف وزنه حالياً ويشترك جمهوره على تويتر نتائج هذا البرنامج ويشجعهم على الاهتمام بصحتهم مثله .

الأماكن :

✓ المراكز التجارية والأماكن العامة : هناك منصات توعية تشرح فوائد الأكل الصحي وكيفية الوقاية من الأمراض القلبية والسكري وتوزيع كتيبات تشرح تصنيف العوامل الغذائية هرمياً مع كمية السرعات الحرارية اللازمة يومياً .

مشاركة النوادي الرياضية في هذه الحملة عن طريق تقديم بطاقات اشتراك بسعر مخفض لحثّ الناس على ممارسة الرياضة .

التكاليف : 110 000 دولار

TOURNEZ LA PAGE

Document 5

الحملة الثانية

الوزن المثالي...ثروة صحية للمستقبل !

إعلان الحملة الإعلامية في المجالات النسائية

الهرم الغذائي



هل تعرف أن زيادة الوزن تسبب أمراضاً قلبية وداء السكري والسرطان ؟

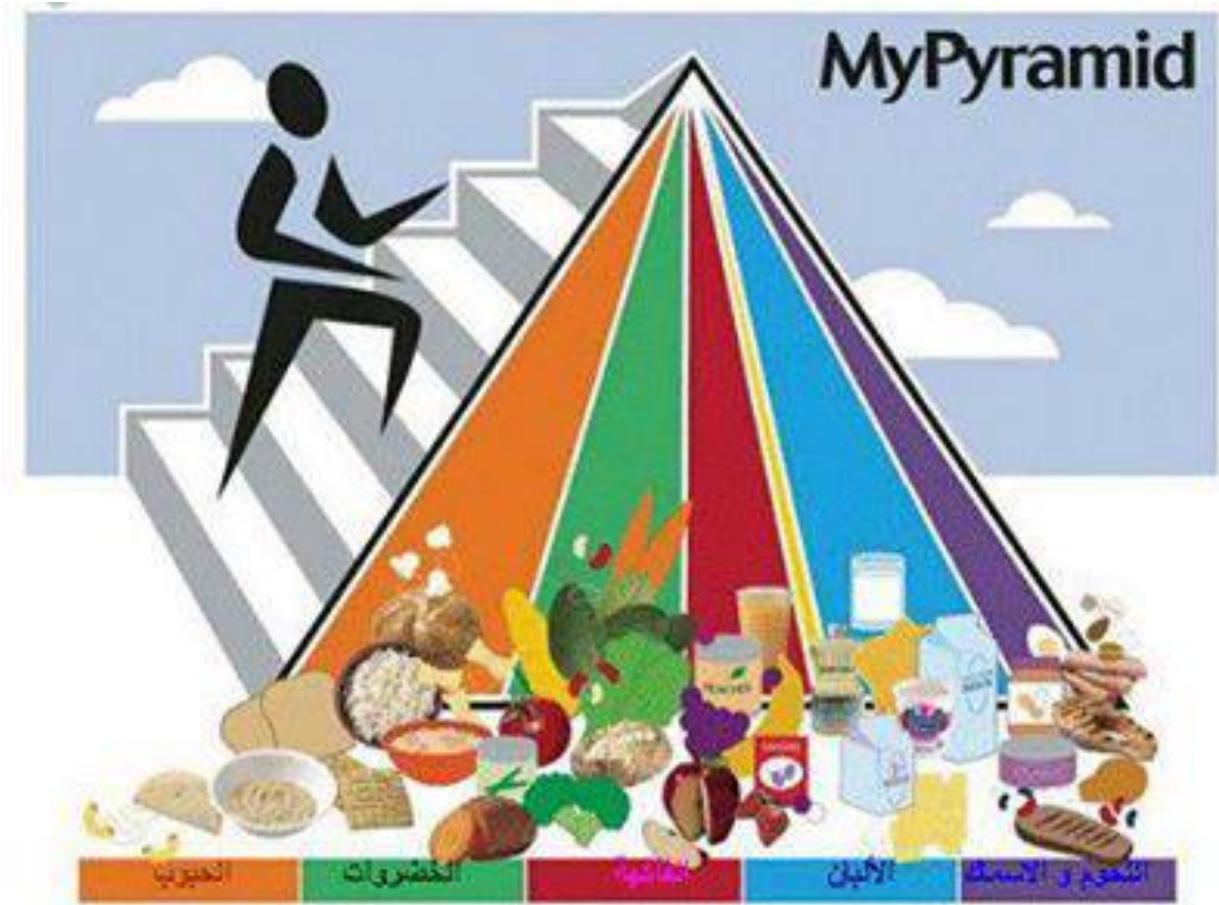
لتجنبها وازن بين الغذاء والنشاط البدني !

- اجعل مصادر الدهون من الأسماك والمكسرات والزيوت النباتية.
- تناول وجبتك ضمن احتياجك اليومي من السعرات.
- ممارسة النشاط البدني لمدة لا تقل عن 30 دقيقة معظم أيام الأسبوع.
- الاطلاع على بيانات بطاقة عبوة الأطعمة والتأكد من احتوائها على كميات قليلة من الدهون المشبعة والدهون المتحولة والصوديوم.
- اختيار الأغذية والمشروبات قليلة السكر

الحملة الثانية الوزن المثالي...ثروة صحية للمستقبل !

إعلان الحملة الإعلامية في شبكة الإنترنت

الوزن المثالي...ثروة صحية للمستقبل !



DCL

Diplôme de Compétence en Langue

ARABE

Session du vendredi 23 mai 2014



Dossier documentaire