

## Les avantages d'une tablette

La tablette est un ordinateur portable sous forme d'un écran tactile . Quels sont ses avantages?

**D'abord**, il est très léger qu'on peut porter avec nous.

**Ensuite**, il facilite le travail à l'école.

**Enfin**, il rend la lecture plus facile.

Il ne faut pas rester très longtemps devant l'écran pour ne pas endommager nos yeux.

July' Miel

الترجمة

### فوائد اللوحة الالكترونية

هي عبارة عن كمبيوتر نقال في هيئة شاشة،  
ماهي فوائدها؟

**اولا**، هي خفيفة بحيث يمكن حملها معنا.

**ثانيا**، تسهل العمل داخل المدرسة.

**اخيرا**، يجعل المطالعة بها سهلة.

لا يجب البقاء لمدة طويلة امام هذه الشاشة  
لأنها مضرّة بأعيننا.

## La pollution de sol

La pollution de sol ou de la terre est un phénomène nuisible pour notre santé. Quels sont ses causes et ses conséquences?

D'abord, elle est causée par les déchets et ordures jetés par l'homme et les usines chimiques.

Ensuite, l'utilisation des pesticides et des insecticides.

Enfin, le trafic routier.

Par conséquent, la multiplication des maladies graves alors il faut lutter contre tous les types de pollution.

**July' Miel**

الترجمة:

### تلوث الارض

تلوث الارض هو ظاهرة خطيرة على صحتنا. ما هي اسبابه ونتائجه؟

اولا، هو ناتج عن الاوساخ المرمية من طرف الانسان والمصانع.

ثانيا، استعمال المبيدات الحشرية.

اخيرا، بسبب النقل.

وهذا يسبب امراض خطيرة لذلك يجب محاربة كل انواع التلوث.

## La pollution de l'eau

La pollution de l'eau ou de la mer est un phénomène nuisible pour notre santé. Quelles sont ses causes et ses conséquences?

**D'abord**, les déchets rejetés par les usines chimiques.

**Ensuite**, les ordures ménagères rejetés par l'homme.

**Enfin**, il touche l'eau potable.

Ce type de pollution peut tuer beaucoup d'animaux et provoque des maladies graves pour l'être humain.



July' Miel

الترجمة

### تلوث المياه

تلوث الماء او البحر هو ظاهرة خطيرة على صحتنا فما هي اسبابه ونتائجه؟

**اولا**، هو ناجم عن رمي النفايات من طرف المصانع الكيميائية.

**ثانيا**، ايضا رمي الاوساخ من طرف الانسان. **اخيرا**، هذا التلوث يضره بالمياه العذبة.

هذا النوع من التلوث قد يؤدي الى موت الكثير من الحيوانات ويسبب امراض للانسان.

## Les bienfaits du train

Le train est un moyen de transport moderne. Quels sont ses bienfaits?

D'abord, il est très rapide.

Ensuite, il est confortable.

Enfin, c'est amusant de voyager dedans.

Le train est un ami de la nature car il n'est pas polluant.

الترجمة

### فوائد القطار

القطار هو وسيلة نقل حديثة. ماهي فوائده؟

July' Miel

اولا ، هو سريع.

ثانيا، هو مريح.

ثالثا، ممتع للغاية السفر بداخله.

القطار صديق للطبيعة لانه غير ملوث

## Les avantages de téléphone portable

Le téléphone portable est un moyen de communication moderne. Quels sont ses avantages?

**D'abord**, on peut communiquer facilement avec nos amis.

**Ensuite**, on peut prendre des photos avec.

**Enfin**, c'est un moyen de divertissement.

Le téléphone portable nous a vraiment facilité la vie.

July' Miel

الترجمة

### فوائد الهاتف النقال

هو عبارة عن وسيلة اتصال حديثة. ماهي فوائده؟

اولا، نستطيع التواصل مع اصدقائنا بسهولة.

ثانيا، نستطيع بواسطته التقاط صور.

اخيرا، هو وسيلة ترفيه ايضا.

الهاتف النقال جعل حياتنا اسهل.

## La pollution de l'air

La pollution de l'air ou de l'atmosphère est un phénomène dangereux provoqué par deux causes majeures :

**D'une part**, des causes naturelles comme les fumées de volcans, certaines plantes, les foudres..

**D'autre part**, des causes humaines comme les fumées des voitures, l'utilisation des produits d'entretien, les usines chimiques...

Ce type de pollution provoque des maladies respiratoires et de problèmes de peau.



July' Miel

الترجمة

### تلوث الهواء

تلوث الهواء او الجو هو ظاهرة خطيرة  
ناجم عن سببين رئيسيين :

**من جهة**، اسباب طبيعية كدخان البراكين  
وبعض النباتات، والصواعق

**من جهة اخرى**، اسباب بشرية كدخان  
السيارات، ومواد التنظيف والمصانع الكيميائية.  
هذا النوع من التلوث يسبب امراض تنفسية  
ومشاكل في البشرة.

## Le football

Le football est un sport collectif de deux équipes composées de onze (11) joueurs.

D'abord, il permet d'améliorer le cardio-vasculaire et la respiration.

Ensuite, il permet aussi de développer la vitesse.

July' Miel

Enfin, le foot permet d'éveiller la personnalité.

Faire du foot forge l'esprit d'équipe.

الترجمة :

كرة القدم هي رياضة جماعية تضم فريقين مكونين من 11 لاعبًا.

أولاً ، تنظم عمل القلب والأوعية الدموية والتنفس.

ثم تساعد أيضًا في تطوير السرعة.

أخيرًا ، توظف كرة القدم الشخصية

وتقويتها. لعب كرة القدم يبني روح الفريق

## La pollution

La pollution est un phénomène nuisible et dangereux pour la santé alors quels sont les différents types de pollution?

**D'abord**, la pollution de l'air (l'atmosphère) qui est provoquée par les fumées des voitures ou des volcans.

**Ensuite**, la pollution de l'eau (mer) à cause des dérivés des usines jetés dans les rivières ..

**Puis**, la pollution de sol (terre) à cause des déchets jetés dans la nature et dans l'environnement...

**Enfin**, la pollution de son provoquée par les bruits des travaux industriels.

**Donc**, il faut lutter contre la pollution en remplaçant l'énergie mécanique par l'énergie solaire et en plantant des arbres.

**July' Miel**

الترجمة

### التلوث

التلوث هو ظاهرة خطيرة على الصحة فما هي إذن انواعه؟

**اولا**، تلوث الهواء او الجو وهو ناجم عن دخان السيارات والبراكين .

**ثانيا** ، تلوث الماء او البحر بسبب ما ترميه المصانع في الانهار ..

**بعدها**، تلوث الارض الناجم عن رمي الاوساخ في الطبيعة والمحيط .

**وأخيرا**، تلوث الصوت وذلك بسبب الضجيج الذي تحدثه الاعمال الصناعية وغيرها...

**اذا**، يجب المحاربة ضد التلوث باستبدال الطاقة الميكانيكية بالطاقة الشمسية مثلا و غرس الاشجار..



## Le réchauffement climatique

C'est un phénomène nuisible causé par les polluants dangereux qui sont rejetés par les usines chimiques. Alors quelles sont ses conséquences?

D'abord, l'augmentation du niveau des océans et des mers.

Ensuite, la multiplication des événements climatiques extrêmes (sécheresse, orages violents, inondations..)

Enfin, les menaces sur les ressources d'eau douce.

Il faut lutter contre ce changement climatique en luttant contre la pollution.

July' Miel

الترجمة

### الانحباس الحراري

هو ظاهرة خطيرة ناجمة عن الملوثات المرمية من طرف المصانع الكيميائية. فما هي اذن أضرارها؟

اولا، ارتفاع معدل مياه المحيطات والبحار.  
ثانيا، مضاعفات الظواهر الطبيعية الخطيرة كالجفاف والتصحر، العواصف الشديدة و الفيضانات..

اخيرا، هي تهدد منابع المياه العذبة يجب محاربتها وذلك بمحاربة التلوث.

## L'hygiène corporelle

La propreté est importante pour notre santé.

Il faut se laver les mains, se brosser les dents après chaque repas pour éviter les maladies.

La propreté fait partie de la foi.

**July' Miel**

: الترجمة

النظافة الجسدية

النظافة مهمة جدا من أجل صحتنا.  
يجب غسل اليدين، وتنظيف الاسنان بعد كل  
وجبة حتى نتفادي الاصابة بالامراض.  
النظافة من الايمان.

Je suis un élève de première année moyenne qui aime aider les gens . J'aime partager des trucs comme les bonbons et les jouets avec mes amis. J'adore les voyages et faire du sport surtout le football.

July' Miel

الترجمة

≡  أنا تلميذ في السنة الأولى متوسط يحب ان يساعد الآخرين. أحب ان أشارك أشياء كالحلوى والالعاب مع أصدقائي. أحب السفر وممارسة الرياضة خاصة كرة القدم

## La marche à pied

La marche à pied est une activité sportive souvent pratiquée par les gens.

**D'abord**, elle améliore le rythme cardiaque et respiratoire.

**Ensuite**, elle renforce les muscles et les os.

**Enfin**, c'est un bon remède contre l'obésité.

Il est conseillé de marcher 30 minutes par jour au minimum.

الترجمة

July' Miel

المشي على القدمين

المشي على القدمين هي تمرين رياضي  
ممارس من طرف أغلب الناس  
اولاً، هي تنظم حركة القلب وعملية التنفس.  
ثم انها تقوي العضلات والعظام  
اخيراً، هي علاج جيد لداء السمنة.  
ينصح بممارستها لمدة 30 دقيقة على الاقل  
يوميًا.

## Le sport

Le sport est une activité physique individuelle ou collective.

On doit faire du sport chaque jour car **d'abord**, il nous aide à garder notre enthousiasme et de rester optimiste.

**Ensuite**, il nous aide à renforcer nos muscles.

**Enfin**, le sport collectif est un travail collaboratif qui permet d'installer des bonnes valeurs telles que le respect et la discipline.

Faire du sport assure une bonne santé.

## July' Miel

الترجمة

### الرياضة

الرياضة هي نشاط بدني فردي او جماعي.  
علينا أن نمارس الرياضة كل يوم لأنها **أولاً**  
**وقبل كل شيء** ، تساعدنا في الحفاظ على  
حماسنا ونبقى متفائلين.

**كما انها** تساعدنا على تقوية عضلاتنا.  
**أخيرًا** ، الرياضة الجماعية هي عمل تعاوني  
يسمح بتثبيت القيم الجيدة مثل الاحترام  
والانضباط.

ممارسة الرياضة تضمن صحة جيدة.

## L'alimentation équilibrée

Pour grandir nous devrions manger et boire chaque jour.

On doit manger des plats riches et variés contenant de vitamines pour éviter les maladies.

L'alimentation équilibrée assure une bonne santé.

الترجمة:

July' Miel

التغذية المتوازنة

حتى نكبر يجب علينا ان نأكل ونشرب كل يوم.

يجب علينا تناول أطباق غنية و متنوعة والتي تحتوي على فيتامينات تساعدنا في تجنب الامراض.

التغذية المتوازنة تضمن صحة جيدة.