

# DAR AL FIKR NEWSLETTER



## INSIDE THIS ISSUE:

Student Messages	2
Fun Quiz	2
Food Poll	3
Arabic Jokes	4

### **Graduation Project Successes!!!**

This year graduation projects began on the 17th of March and continued until the 23rd.

The *Graduation Project Elective* helps prepare Grade 12 students to become self directed learners who can function well in the local and global community.

The project helps ensure that students are able to apply, analyze, synthesize and evaluate information; and communicate significant knowledge and understanding of their subject matter. This project will provide students with an opportunity to demonstrate a sense of responsibility and a good work ethic prior to graduation from *Dar Al Fikr School*.

“Graduating from high school is one of the best blessings from Allah.”

Jade

What do our students really like to eat?

More Info...Inside

## The King and I... Dar Al Fikr Goes to Court

Jade

Meetings take place every day, every hour, and every- where from offices to restaurants to homes all over the world. In China, India, America and England.

So what was so different you might ask about this particular 3 day meeting that took place in the city of Al Jouf, covered by TV?

It was a conference, an open discussion, a chance to voice opinions about the difficulties that students faced in learning.

This *National Intellectual Dialogue* was hosted by King Abdualh Abdulaziz, himself. Crown Prince, Emir Sultan attended the event, and Dar Al Fikr was an invited participant.

Our own principal, Mrs. Shadia, joined in the discussions with other distinguished guests; brain-



storming opinions and ideas about ways that could help make learning better.

This conference was designed to study every aspect of education from the ways of teaching, to the school, and even the furniture!

This was the sixth such conference to date. Conferences like this are conducted every year by the king for people to get together to discuss matters important to our religion, country and society.

### **“Arab News” Interviews**

S. Jawahr Jeddah Bureau Chief of “Arab News” was so impressed by the Graduation Projects she saw, she asked to interview a number of Grade 12 students. Look for the article featuring our students in a coming issue of “Arab News”.

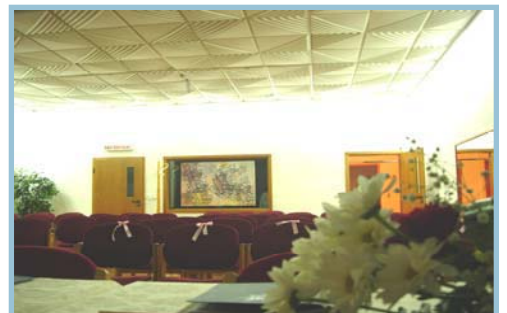


Photo by Soumaya

# إعجازات علمية في القرآن الكريم



قوله تعالى: "بلى قادرين على أن نسوي بناته" سورة القيامة

والآية هنا رد من الله تعالى على الجاحدين لفكرة البعث وإعادة الخلق بعد الفناء فأخبرهم الله تعالى بقدرته في خلق الإنسان حتى بنفس البصمة التي كان عليها في الدنيا والتي بالطبع تختلف من شخص لآخر لكن وجه الإعجاز ان البصمة خاتم فريد لكل شخص حتى إذا ما أزيل لجلد فتنشأ نفس البصمة من جديد. وقد أراد الله تعالى أن يوقفك على حقيقة مادية علمية ثابتة في جسمك لم يكتشفها العلم إلا في العصر الحديث، وهي أن أطراف أصابعك في

قال الله تعالى: "إن الله لا يستحي أن يضرب مثلاً ما بعوضة فما فوقها فأما الذين آمنوا فيعلمون أنه الحق من ربهم وأما الذين كفروا فيقولون ماذا أراد الله بهذا مثلاً يضل به كثيراً ويهدي به كثيراً وما يضل به إلا الفاسقين". البقرة

اكتشف العلماء أن بعوضة قد أوجدها على الغاية القصوى من الإحكام وحسن التأليف والنظام وأظهر فيها مع صغر حجمها من بدائع الحكمة كمثل ما أظهره في الفيل الذي هو في غاية الكبر وعظم الخلقة. وفي البعوضة مع صغر حجمها وضعف بنيانها من حسن التأليف ودقيق الصنع. ما يعجز أن يحاط بوصفه وهي ما ذلك تبضع بشوكة خرطومها مع لينها جلد الجاموس والفيل وتهتدي إلى البشرة بغير دليل.

عددها وخطوطها البارزة تختلف من إنسان إلى إنسان وجد على هذه الأرض منذ آدم وحتى الآن، فلا يمكن للبصمة أن تتشابه وتتماثل في شخصين في العالم حتى التوائم المتماثلة التي أصلها من بويضة واحدة.

هديل

## Favorite Food Survey

By Jade ,Noor , Staff

### Breakfast

The winner of the favorite food was waffles/crepes/pancakes. About 46% of our students chose one of this group. Next in line were sandwiches with about 31%! Many students chose cereal. Some insisted on healthful, cereal; while others wanted chocolate corn flakes. We had only one entry for muffins; specified as a blueberry muffin.

There were a couple of students whose favorite

option was to skip breakfast. Come on girls! You know breakfast is supposed to be the most important meal of the day.

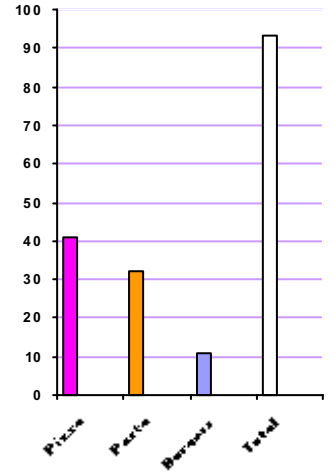
However, the most unusual choice for favorite breakfast food was *burnt toast!!!*

### Lunch

Pizza with about 41% was the winner here, followed closely by pasta with about 37% of the vote. There were many descriptions of pasta-

spaghetti with meatballs, lasagna, macaroni and cheese, and of course fettuccine. Those who chose fettuccine were very, very, specific. The fettuccine must be covered with a light white sauce and mushrooms. Coming in third place were burgers. About 6% chose French fries (is that lunch?), with one student of that group asking for Curly Fries.

Thanks to all the students who took part in our poll.



## Graduation Projects

Ghaliah -Gifted Children Testing

Basma Red Sea Coral

Areej -Anti-Smoking Campaign

Maha ...Stuttering

Bayan ...Drug Use

Juahir -Urban Design

Lojain ...Comparison of Legal Systems

Abeer -Miracles of the Quran

Rama -Domestic Abuse

Fatma -Women's Rights in Islam

Yasmina -Islamic Timeline

Sarah Self Improvement Plan

Sultana -Hat Design

Ghada -Jeans Design

Aya -Uniform Design

Maryam -Class Ring Design

Al Batool J-Greeting Cards

Sara -Children's Stories

Sarah Original Poetry

Lina -Architectural History

Noura -Myths of Jeddah

Lulu -Traditional Cookbook

Hala -Big Sister

Huda -Business Plan

Jumana -T-shirt Design

Dina -Wedding Planner

Alaa -Web Design

Moudi - Interior Design

Mashael -Travel Agent

Ayah -Commercials

Yasmeen -Paintings

Rabaa -Sculpture

Mai -Furniture as Art

Sara -Graphic Mania

Noof -Historical Collages

Roba-Photo design

Asma -Mosaic

Sara -Original Poetry

Congratulations to All!!!!



روزانا



## اضحك معنا

روزانا

مرة خليجي وانجليزي وياباني ..  
ذهبوا شلالات نياغرا لكي يجربوا  
الصدى .. فقال الخليجي: هلا  
وجاه الصدى .. هلا .. هلا.. هلا..  
وقال الانجليزي هلو.. هلو.. وجاه  
الصدى هلو .. هلو.. هلو.. وقال  
الياباني تشين شان شونج ..رد  
الصدى .. ها؟؟؟؟ .

فيه واحد بخيل احترق بيته اتصل  
على المطافي دقه وحده وقطع  
التلفون.

واحد أحول سألوه ماهي أمينتك .  
قال : نفسي أشوف واحد يمشي  
لحالوا.

في خروف يلاحق أسد لييش؟؟؟؟  
يستقوي قدام عيال عمه

فار يجر أسد ميت شاف الحيوانات  
تصفق قام يشوته ويقول: أنا إذا  
عصبت ما ارحم

في فار طموحه في المستقبل يكون  
ماوس كمبيوتر

في واحد محشش أرسل رسائل  
فاضيه لأهله ليه؟ عشان زعلان  
ما يكلمهم .

الأهمية الصحية للتمر:

1. خفض نسبة الكوليسترول بالدم والوقاية من تصلب الشرايين لاحتوائه على البكتين.
2. منع تسوس الأسنان لاحتوائه على الفلور.
3. الوقاية من السموم لاحتوائه على الصوديوم والبوتاسيوم وفيتامين ج
4. علاج لفقر الدم (الأنيميا) لاحتوائه على الحديد والنحاس وفيتامين ب2.
5. علاج للكساح ولين العظام لاحتوائه على الكالسيوم والفسفور وفيتامين أ.

فوائد الكيوي

للكيوي فوائد عديدة من حيث القيمة الغذائية فالتمر غنية بالفيتامينات / س / ب / أ / كما تحتوي على البروتينات والسكريات ونسبة عالية من الألياف والأملاح المعدنية وتمتاز التمار بخلوها من الكوليسترول لذا فهي توصف لتغذية الأطفال والعجزة ومرضى فقر الدم والذين يعانون من السممة الزائدة وأظهرت التجارب أنها تحد من مرض السرطان



فوائد البطاطس

للبطاطس تأثير في زوال التورم الذي يظهر تحت العينين.. وذلك باستعمالها في صورة شرائح طازجة تستخدم ككمادات للعين. كما تعتبر البطاطس من أفضل المنظفات والمرطبات لذوات البشرة الحساسة.. بل إن لها أثراً في علاج الحساسية الجلدية بدهن الموضع المصاب بعصير البطاطس .

## فوائد بعض الخضار والفواكه لصحتك :

فوائد زيت الزيتون :

- ٥1 - إذا شرب بالماء الحار سكن المغص .
- ٥2 - يعالج القولون .
- ٥3 - يطرد الديدان .
- ٥4 - يفتت الحصى ويصلح الكلى .
- ٥5 - الاحتقان به يسكن المفاصل .
- ٥6 - يعالج أوجاع الظهر .
- ٥7 - يمنع الشيب ويصلح الشعر ويمنع سقوطه .

فوائد الفراولة

لعلاج حروق الشمس التي تتعرض لها النساء في الصيف سواء في الوجه أو الأكتاف ننصح بعمل كمادات من عصير الفراولة فلها مفعول قوي في ترطيب البشرة ، وعلاج التسليخات والحروق. ولمن يعاني من صغرة أسنانهن ننصحهن بتناول عصير الفراولة بصفة متكررة فهو من خير ما يبيض الأسنان ويجملها. كما تدخل الفراولة في عمل كثير من الأقنعة نظراً لمفعولها القابض لمسام الجلد والذي يناسب خاصة ذوات البشرة الدهنية.. وكذلك لمفعولها كمنظف وكمغذٍ جيد للبشرة. .

فوائد الخوخ

الوخ ملين للأمعاء والمعدة والخشن منه قابض وهو يمنح السيلاخ والناضج منه جيد للمعدة وفانح للشهية وللحصول على فائدته يجب أكله قبل الطعام .

فوائد الملفوف

- 1 - غني بالفيتامينات وخاصة فيتامين ( ج )
- 2 - غني بالمعادن مثل الكبريت والكالسيوم والفسفور
- 3 - يحتوي على مادة قاتلة للبكتيريا تشبه في مفعولها المضادات الحيوية
- 4 - يقاوم الطفح الجلدي ويساعد على نمو العظام
- 5 - يساعد في تقوية الشعر والأظافر



Editor  
Sarah

**By students  
For students**

# DAR AL FIKR Newsletter

**Volume II**

**D.A.F.  
ROCKS!**

Treat your Muslim brothers the way you'd like to be treated. So lend a helping hand.

Jude

I wish all grade 12 all the best and congratulations for graduating.

Reem

Hayla you're the best sister... I wouldn't trade you for the world,

I love you!  
From your sis:  
Hadeer

Happy best friends day to Tala from Noor.

People pray for Huda Naghi!

Pray for her to be cured.

anonymous

I love you Hadeer ur the only person to stand up for me thank you I'm really thankful!

From Reem

I love you Reem !  
anonymous

I love you Samahir  
From: Noor

Live the present, don't wait for the future.

anonymous

From : Noura  
To Reem  
Reem, we always look from the inside!

Misho, you're the best sis ever luv u!!  
Your sis:  
Anoud

I wish people would look what's inside the person not outside, looks can be deceiving. Watch out girls!

From: Reem

Hi Hala! You are great and so is your sis, Hadeer wish you all the best!

Reem

## Quiz!

1. How many teaspoons of sugar can be found in an ordinary 60g milk chocolate bar?

- one
- seven
- Five

2. How many teaspoons of sugar can be found in a can of fizzy drink?

- six to 7 and a 1/2
- five to 8 and a 1/2
- three to 6 and a 1/2

3. How many portions of fruits and vegetables should you have a day?

- two
- ten
- five

A friend is someone who cares  
Someone who is always there  
A friend is someone special  
Someone who you can tell everything  
A friend is someone you will never betray you.  
No matter who doesn't trust you  
A friend is someone you can trust  
Someone kind of like you.

By Batool

**Graduation  
Project Venue**

Photo by Soumaya

