

# الوعي الاجتماعي



مجلة دورية العدد 85 - السنة السادسة عشرة - نوفمبر 2023 م

جمعية توعية ورعاية الأحداث  
Juvenile Association

## التسامح نهج

لحياة سعيدة

## المرأة الإماراتية

شريك مع الرجل في التنمية المستدامة



بعطائكم...  
تبنى الأجيال وتنهض الأمم  
شكراً لكم.. من القلب

#يوم-المعلم  
أكتوبر 05  
October  
2023



جمعية توعية ورعاية الأحداث  
Juvenile Association

# اليوم العالمي للتسامح International Day for Tolerance



16 نوفمبر 2023  
November



juvenile.ae



Ae juvenile



juve\_nilee

# المُعَلِّم

**بقلم : الدكتور جاسم خليل ميرزا**

رئيس اللجنة الإعلامية

عضو مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث



تختصر عبارة « من علمني حرفاً كنت له عبداً » الكثير من مكانة المعلم وفضله في التربية والأخلاق إلى الجيل الجديد..

ففي جميع المجتمعات ، يحظى المعلم باحترام عالٍ وتقدير كبير، حتى وإن كبر طلابه في العمر وصاروا رجالاً، نجدهم يحفظون له هذا الفضل ويعاملونه باحترام وينادونه بالأستاذ عندما يلتقون به في الشارع أو أي مكان آخر.

في اليابان مثلاً ظهر بعض الطلاب وهم يغسلون أرجل معلمهم بعد التخرج عرفاناً بالجميل .. وفي فيديو مصور آخر ، ظهر معلم سعودي مريض بالسرطان وهو يعطي طلابه الدروس عبر جهاز الكمبيوتر من المستشفى.

فاسم المعلم يرتبط بالتفاني وكران الذات من أجل بناء جيل متنور ومطلع على مختلف أنواع العلوم لأن هذه العملية مرتبطة مباشرة ببناء الوطن ودعمه بالخبرات والكوادر التي ستتحمل في المستقبل تلك المسؤولية عندما يكبر الطلاب ويبدوون حياتهم العلمية.

وتلعب الأسرة دوراً كبيراً في زرع قيم الاحترام والتقدير للمعلم منذ السنين الأولى لعمر أبنائها ، إلى جانب سلسلة المبادئ والأخلاقيات التي تعتبر من مهامها في هذه المرحلة الهامة من التربية.

لا يستطيع المرء علث منازله ومسئوليته أن يقول إنني أنجزت ونجحت من دون فضل المعلم ، فالمعلم شريك فيما ينجزه الأفراد لاحقاً في حياتهم العلمية ، لأنه وضع اللبنة الأساسية في شخصيتهم منذ أن كانوا طلاباً على مقاعد الدراسة.

إن العرفان بالجميل وتقديم الاحترام والتقدير للمعلم ، يعبر بشكل أساسي عن شخصية الإنسان الحقيقي الذي لا يمكن أن ينسى من علمه مبادئ العلوم والكتابة في مختلف مراحل الدراسة فيتذكر الكثير من الناس معلمهم ولا ينسونهم أبداً ، وغالباً يرسخ في ذهن الإنسان معلم واحد أو أكثر ممن تركوا بصمة في شخصيته عبر مواقفه وأسلوب تعليمه وأخلاقه العاليه .. يتحدث الناس عن معلمين كان لهم فضل في تقوية شخصيتهم وبناء الثقة العالية والكبيرة لديهم كي ينطلقوا في الحياة بقوة ونجاح.

أولت دولة الإمارات العربية المتحدة الاهتمام الكبير للمعلمين والعملية التربوية بشكل عام ، حيث كانت تعليمات المغفور له بإذن الله تعالى الشيخ زايد بن سلطان رحمه الله تركز دائماً على أهمية دور المعلم التربوي وليس التدريس فقط..

فالمعلم هو القدوة الحسنة التي سيتمثلها الطالب في حياته، وهو نبع المعرفة والمهارات التي سينهل منها الطالب..

وأخيراً .. كل التقدير والامتنان لكل معلم علمنا درساً ووهب وقته من أجل تعلمنا وبناء شخصيتنا وزرع فينا حب العلم والعمل والنجاح ..

وصدق الشاعر أحمد شوقي عندما قال:

كَادَ الْمُعَلِّمُ أَنْ يَكُونَ رَسُولًا

فَمُ لِلْمُعَلِّمِ وَفِيهِ التَّبْجِيلَا

# في هذا العدد

مجلة دورية تصدرها جمعية توعية ورعاية الأحداث

السنة السادسة عشرة - العدد 85 - نوفمبر 2023م



جمعية توعية ورعاية الأحداث  
Juvenile Association



جمعية توعية ورعاية الأحداث تناقش مشاركة الجمعية في فعالية اليوم الوطني (52)

04



بمناسبة العودة للمدارس تنظم الجمعية محاضرات وورش توعوية على مستوى إمارات الدولة

11



بالتعاون مع إذاعة وقناة نور دبي "جمعية توعية ورعاية الأحداث" تحتفي باليوم العالمي للمعلم

14

رئيس مجلس الإدارة  
**الفريق**  
ضاحي خلفان تميم

رئيس التحرير  
**الدكتور**  
محمد مراد عبد الله

مدير التحرير  
**الدكتور**  
جاسم خليل ميرزا

الإشراف والمتابعة  
سارة صالح جاسم حمادة

التدقيق اللغوي  
محمد سلامة عوض الله

ما ينشر في المجلة لا يعبر  
بالضرورة عن رأي الجمعية  
عناوين المجلة

**دبي المكتب الرئيسي**

ص.ب 60414

هاتف: +97143346600

فاكس: +97143347755

**فرع الفجيرة**

هاتف: +97192239511

فاكس: +97192239824

دولة الإمارات العربية المتحدة

الموقع: [www.juvenile.ae](http://www.juvenile.ae)

تويتر - انستغرام: juve\_nilee

فيس بوك: Ae Juvenile



طموح زايد 2 ..

40

انطلاقه ناجحة لأبرز استحقاقات قطاع الفضاء الإماراتي في 2023

رائد الفضاء الإماراتي

**سلطان سيف النيادي**

16

اليوم العالمي للمعلم

20

جمعية توعية ورعاية الأحداث تشارك في احتفالات الدولة بـ#يوم\_العَلَم بالتعاون مع مدرسة المعرفة الدولية الخاصة بالشارقة

22

بمناسبة «يوم التسامح العالمي» نظمت الجمعية بالتعاون مع مدرسة دبي الوطنية فرع الطوار محاضرة بعنوان «التسامح نهج حياتنا»

24

كن مصدر أمان لهم

28

ثمرة وطننا في أبنائنا

34

مكافحة السرطان.. المحنة التي تحولت إلى منحة

36

مدى تأثير البيئة المحيطة على الصحة النفسية للأطفال والأسرة في ظل الحروب المعاصرة

38

كيف تتحكم بالغضب قبل أن يتحكم بك؟ إليك الخطوات.



رعاية الأحداث  
تناقش مشاركة  
الجمعية في فعالية  
اليوم الوطني (52)





جمعية توعية ورعاية الأحداث  
Juvenile Association

أن هذه المشاركة تهدف إلى تنمية وتعزيز الروح الوطنية والانتماء لدى الشباب. وجرى خلال الاجتماع التصديق على محضر الاجتماع السابق، وعدد من المواضيع الهامة، ومنها آلية تقييم الموظفين، وأنشطة الجمعية التي تم تنفيذها خلال العام الجاري 2023م، كما تم خلال الاجتماع عرض مقترح يوم التطوع العالمي المعتمد في خطة البرامج. كما استعرض مجلس الإدارة اعتماد عدد من العضويات الجديدة في الجمعية، وما استجد من أعمال، وعدد من المواضيع الهامة المطروحة على جدول الأعمال.



ترأس معالي الفريق ضاحي خلفان تميم نائب رئيس الشرطة والأمن العام في دبي، رئيس مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث، اجتماع الجمعية (69)، وذلك في نادي ضباط شرطة دبي، بحضور سلطان صقر السويدي نائب رئيس الجمعية، والدكتور محمد مراد عبدالله أمين السر العام، والدكتور منصور العور أمين الصندوق، وميرزا الصايغ، وأعضاء مجلس الإدارة ورؤساء اللجان وأعضاء الجمعية. وناقش المجتمعون عدداً من المقترحات والأفكار المتعلقة بمشاركة الجمعية في فعالية اليوم الوطني (52)، والتي تم طرح عدد منها يتناسب ومستوى هذه المناسبة العظيمة، ليتم دراستها وإمكانية تطبيقها، وأشار معالي رئيس المجلس، إلى





# المرأة الإماراتية

## بصمة إيجابية في: توعية ورعاية الأحداث

دي - رحاب حلوة

مهتد السياسات التي رسمتها وطبقتها القيادة الرشيدة لدولة الإمارات على مدار العقود الماضية الطريق أمام المرأة الإماراتية حتى تسهم بدورها الطبيعي في دفع عجلة النمو قدماً وإقامة مجتمع حيوي وعصري، وقد أثمر هذا التوجه عن تبوء المرأة الإماراتية وظائف متنوعة في قطاعات مختلفة، وأصبحت تشغل مناصب قيادية هامة، وحظيت المرأة الإماراتية بدعم قوي من الحكومة والمجتمع للمشاركة الفعالة في جميع المجالات.

الفعال في قطاعات الطيران العسكري والمدني وعلوم الفضاء والطاقة المتجددة والتكنولوجيا والطب وخوضها في مجال البيئة لاسيما قطاعي الطاقة المتجددة والاستدامة. كل ذلك دليل على حرص القيادة الرشيدة على تطوير المرأة وتمكينها في المجتمع بشكل أكبر والطموحات المستقبلية التي ترغب كل امرأة إماراتية ببدء العمل على تحقيقها.

وقادت المرأة الإماراتية العديد من المبادرات التي تهدف إلى تعزيز الوعي المجتمعي، وشاركت في تنفيذ حملات توعية وبرامج تدريبية وفعاليات تهدف إلى تعزيز دور الأسرة وتعزيز الوعي بقضايا مهمة مثل الصحة والتعليم، والعنف

وكافة الأصعدة المحلية والإقليمية والدولية، بما في ذلك جهودها في إيجاد حلول ناجعة ومبتكرة تخدم تحقيق الاستدامة في مجالات الطاقة والتغير المناخي.

وسيتم ربط يوم المرأة الإماراتية 2023 بهذا الشعار من خلال التأكيد على دور المرأة الإماراتية في تحقيق التنمية وجهود الاستدامة الحقيقية، من خلال حرص قيادة دولة الإمارات على تمكين ودعم دور المرأة الإماراتية وتطورها في مختلف الأعمال والإنجازات التي حققتها على كافة الأصعدة، القيادية والبرلمانية والدبلوماسية، وريادتها لعدة مشاريع اقتصادية متنوعة، فضلاً عن دورها

وفي كل عام في 28 من أغسطس تحظى المرأة الإماراتية بهذا الاهتمام الكبير تقديراً لدورها العظيم في صناعة مستقبل دولة الإمارات العربية المتحدة، وفي كل عام تنتقل المرأة الإماراتية من نجاح إلى نجاح أكبر.

ويأتي الاحتفال بيوم المرأة الإماراتية هذا العام تحت شعار «نتشارك للغد» ليكون شعار يوم المرأة الإماراتية 2023، تماشياً مع شعار عام الاستدامة 2023 الذي أطلقه صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة، حفظه الله، تحت شعار «اليوم للغد» في الدولة. حيث ستبذل الجهود لإبراز دور دولة الإمارات العربية المتحدة وما أسهمت به في جميع المجالات







سبل تقدمها ونجاحها، وهو الشيء الذي يؤكد النهج الوطني الراسخ الذي يؤمن بضرورة وجود المرأة كفرد فاعل في المجتمع لتساهم في مسيرة الإعمار والبناء ونهضة الوطن.

وفي السياق ذاته، أكدت بدرية الياسي عضو جمعية توعية ورعاية الأحداث، بأنها تحرص على القيام بواجباتها تجاه التوعية و الرعاية من خلال الربط بين عملها في الميدان التعليمي وتواجدها في الجمعية وذلك طول فترة مسيرتها المهنية، حيث تعمل المرأة الإماراتية كمربية وأم، وهي الشخص الأول الذي يقوم بتوعية وتربية الأطفال في المنزل، وبفضل التعليم المتقدم والفرص المتاحة، تلعب المرأة الإماراتية دورًا فعالًا في توعية الأسرة ورعاية الأحداث، بالإضافة إلى ذلك، تشغل المرأة الإماراتية مناصب قيادية في المؤسسات التعليمية والثقافية والاجتماعية والصحية والاقتصادية.



فنجحت المرأة طوال هذه المسيرة في تحقيق إنجازات نوعية في مختلف قطاعات العمل الوطني وأظهرت كفاءة عالية فيما أسند إليها من أدوار وما شغلته من وظائف.

ومن جهتها قالت هيام الحمادي عضو جمعية توعية ورعاية الأحداث، إنها عملت على مدار 12 عاماً في الجمعية لنشر مبادئ التوعية وتعزيز الوعي المجتمعي لدى الأفراد، ما يشعرها بالفخر لخدمة وطنها.

وأوضحت أن المرأة الإماراتية اكتسبت الدعم الحقيقي منذ تأسيس اتحاد دولة الإمارات على يد المغفور له بإذن الله الشيخ زايد آل نهيان رحمه الله وبرزت قدراتها لتساهم بفاعلية في مسيرة تطور الإمارات، وهي اليوم تلقى مزيداً من الرعاية والاهتمام بمختلف شؤونها من قبل القيادة الرشيدة، ومن أم الإمارات التي هيأت لها



الأسري والتنمر المدرسي، وحماية الطفل والتماسك الأسري وإدمان المخدرات.

وتبلغ نسبة عضوات الجمعية من النساء 50%، إذ يلعبن دورًا حاسمًا في تحقيق أهداف الجمعية من خلال العديد من المبادرات و الفعاليات التي تساهم في رفع الوعي المجتمعي حول تربية الأبناء ورعاية الأحداث لخلق جيل قادر على دفع مسيرة نجاح هذا الوطن، لذلك حرصت الجمعية على المشاركة في الاحتفال بيوم المرأة الإماراتية لتواصل جهودها لترجمة رؤى وتوجيهات القيادة الحكيمة لتعزيز دور المرأة كشريك رئيسي في التنمية ومكون أساسي في الخطط المستقبلية للدولة، سيراً على نهج المغفور له بإذن الله، الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، الذي قدم كافة أشكال الدعم للمرأة الإماراتية وعمل على تهيئة البيئة المثالية لإنجاح دورها الاقتصادي والاجتماعي والأسري،





بذلتها «أم الإمارات» سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك، رئيسة الاتحاد النسائي العام، الرئيسة الأعلى لمؤسسة التنمية الأسرية رئيسة المجلس الأعلى للأمومة والطفولة، لتعزيز دور المرأة الإماراتية ومكاتها في المجتمع، لتتمتع فيه بكل حقوقها ضمن إطار عربي إسلامي أصيل.

وبدورها قالت سارة صالح موظفة في جمعية توعية ورعاية الأحداث، إن المرأة الإماراتية تركز على مجموعة متنوعة من القضايا الهامة في توعية الأحداث، منها قضايا التعليم حيث يعتبر قضية أساسية في دور المرأة الإماراتية في توعية الأحداث، من خلال تعزيز أهمية التعليم وتوفير فرص التعليم المتاحة للأحداث، سواء كان ذلك في مجال التعليم الأساسي أو التعليم العالي والتدريب المهني.

وتابعت إن المرأة الإماراتية تعمل على تشجيع الأحداث على المشاركة



شهدت السنوات الأخيرة في دولة الإمارات العربية المتحدة اهتماماً متزايداً ومتنامياً بمختلف قضايا المرأة في شتي المجالات والقطاعات، وأصبحت هذه القضايا في مقدمة أولويات السياسات التنموية، بما انعكس هذا الاهتمام جلياً على المستويين الحكومي والأهلي.

ما من شك أن هناك عدداً من العوامل التي ساعدت على أن تلعب المرأة هذا الدور التنموي البارز، وأن تصل إلى المراكز القيادية المتقدمة في الدولة، ولعل أبرزها توفر بيئة وقاعدة تشريعية داعمة وراسخة مكنتها من المشاركة الإيجابية في مسيرة التنمية.

وتابعت قائلة: إذا كانت المرأة الإماراتية قد شقت طريقها بجهودها في عملية التنمية والتقدم بدعم غير محدود، فيجب ألا يفوتنا أن الكثير من المكاسب التي حققتها المرأة كانت نتيجة للجهود الكبيرة التي



وأوضحت أن دعم القيادة للمرأة الإماراتية أوصلها إلى ما بعد مرحلة التمكين، وهي مرحلة التخطيط للخمسين، وذلك استناداً إلى الإنجازات غير المسبوقة التي تحققت في دولة الإمارات، حيث أن المرأة اليوم تؤدي كل المهام الوطنية والتنموية والأسرية والتربوية بقلب الولاء والانتماء، وتتطلع لرؤية الخمسين عاماً المقبلة بالعقل والعمل وتحقيق مزيد من الإنجازات.

أما موزة الشومي عضو في جمعية توعية ورعاية الأحداث، فقد اعتبرت أن المرأة الإماراتية حظيت على وجه خاص في ظل دولة الاتحاد باهتمام ورعاية كبيرين، تأتي من أهمية دور المرأة في بناء المجتمع ومسيرة التنمية، وكانت محظوظة باستمرار وتواصلت في ظل رعاية ودعم صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة حفظه الله، حيث





على تعزيز المساواة بين الجنسين وتعزيز حقوق المرأة، كما أنه يساهم في تعزيز قدرة المرأة على تحقيق طموحاتها والمشاركة بفاعلية في مختلف جوانب الحياة الاجتماعية والاقتصادية والسياسية.

وقالت زينب الكلدي المتعاونة مع الجمعية، إن مشاعر الفخر والانتماء تنبض في قلب كل امرأة إماراتية لوطنها الغالي، الذي يعتبر مصدر إلهام يمنحها القوة التي تتحدى بها الصعاب وتتخطى بها الحدود لتحقيق أحلامها وطموحاتها. حيث حرصت القيادة الرشيدة على توفير كافة الإمكانيات لترسيخ مكانة المرأة كشريك أساسي في بناء مستقبل مشرق ومزدهر...

إذ توفر الإمارات الفرص المتساوية للنساء في مختلف المجالات، بما في ذلك التعليم، والعمل، والسياسة، والقيادة، وتشغل النساء الإماراتيات مناصب رفيعة في الحكومة والقطاع الخاص، وتلعب دورًا حيويًا في تطوير السياسات واتخاذ القرارات.

ووجهت شيخة يوسف الحمادي المتعاونة مع الجمعية، شكرها لأم الإمارات الشبيخة فاطمة بنت مبارك، على دعمها اللامحدود للمرأة الإماراتية، إذ باتت تلعب دورًا حاسمًا في المجتمع من خلال دورها كمربية وقائدة ومشاركة فعالة في المجتمع والمؤسسات المختلفة.

أما نادية الحمادي المتعاونة مع الجمعية، فهنأت المرأة الإماراتية ووصفتها بأنها رمز للإبداع والتميز، معتبرة أن تخصيص يوم للمرأة الإماراتية يعزز الوعي بالتحديات التي قد تواجهها المرأة في المجتمع ويعمل

في العمل التطوعي وتركز على تعزيز دور الأحداث في صنع القرارات والمساهمة في تشكيل السياسات والمجتمع، كما تهتم المرأة الإماراتية بتوعية الأحداث حول الصحة والرفاهية، إذ تسعى لزيادة الوعي بقضايا الصحة العامة والصحة النفسية والتغذية السليمة، وتعزيز العناية بالجسم والعقل والروح، كما تشجع المرأة الإماراتية الأحداث على تطوير مهاراتهم في مجال الابتكار وريادة الأعمال، وتهدف إلى تمكين الأحداث وتعزيز روح المبادرة والابتكار لديهم.

ومن جانبها أعربت مريم محمد عبد الله المتعاونة مع الجمعية، عن شكرها للقيادة الرشيدة بتخصيص يوم للمرأة الإماراتية تقديراً لجهودها التنموية، معتبرة أن هذا اليوم فرصة للاحتفال بالإنجازات التي حققتها المرأة الإماراتية وتسليط الضوء على دورها الحاسم في بناء المجتمع،





## تنظم جمعية توعية ورعاية الأحداث محاضرات وورش توعوية على مستوى إمارات الدولة

الشومي أن هذه النوعية من المحاضرات والورش تبني أساسيات مهارات التفكير الإيجابي لدى الطلبة في مواجهة الصعوبات وحل المشكلات وتقوية الجانب العلمي والمهني والاجتماعي لديهم ومن جانب آخر أكدت أن هذه النوعية من الورش تعتبر كسراً للجانب الروتيني في الجدول المدرسي. ومن جانبها أكدت مديرة مدرسة حماية للبنات الأستاذة شمسة أحمد السويدي

المرحلة الدراسية الثانية مؤكدة على اهتمام الجمعية بتوعية الطلبة بالجانب الإبداعي والتفكيري الذي ينمي جانب التفكير والإبداع والابتكار لديهم وتناولت المحاضرة محاور أساسية وهي مفهوم التفكير الإبداعي والفرق بين الإبداع والابتكار والاختراع ومهارات التفكير ومحركاته، وتخلل الورشة مجموعه من تمارين مهارات التفكير والإنماء الحسي للطالبات. وأوضحت الأستاذة موزة

تحت رعاية معالي الفريق ضاحي خلفان تميم رئيس مجلس إدارة الجمعية، نظمت جمعية توعية ورعاية الأحداث العديد من المحاضرات التوعوية على مستوى إمارات الدولة. بالتعاون مع مدارس حماية - شرطة دبي نظمت جمعية توعية ورعاية الأحداث محاضرة بعنوان **”مهارات التفكير الإبداعي“** قدمتها الأستاذة موزة سالم الشومي عضو مجلس إدارة الجمعية لطلبة





الوطنية برأس الخيمة بدور الجمعية التوعوي الذي تقوم به في توعية الناشئة من عدة جوانب تربوية وتعليمية واجتماعية، وتقدمت بجزيل الشكر لفريق عمل الجمعية على اهتمامهم بالفئة الطلابية وتوعيتهم وحرصها على تنشئة جيل قوي وثابت في خدمة المجتمع.

ومن جهة أخرى، نظمت جمعية توعية ورعاية الأحداث بالتعاون مع المركز الإبداعي في أم القيوين محاضرة بعنوان **”مخاطر التنمر الإلكتروني“** في مدرسة السلمة للحلقة الثانية والتعليم الثانوي بنات، مؤكداً على اهتمام رئيس وأعضاء الجمعية بتوعية الطلبة بأشكال التنمر وصوره، وتطرقت المحاضرة إلى عدة محاور مهمة تؤثر في حياة الشباب ومستقبلهم، قدمها

وتناولت المحاضرة محاور أساسية وهي :

- **مهارة اكتساب القيم والمحافظة عليها.**
- **مهارات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي.**
- **مهارات التفكير الناقد.**
- **استثمار الاوقات وعدم إضاعتها.**
- **مهارة حل المشكلات واتخاذ القرارات.**

وأوضح الأستاذ فيصل الشامسي أن هذه النوعية من المحاضرات تبني أساسيات مهارات الطالب الإيجابية في مواجهة الصعاب وتقوية شخصيته في الجانب العلمي والمهني والاجتماعي.

ومن جانبها أكدت الأستاذة عائشة الشحي منسق الأنشطة بمدارس الإمارات

على أهمية مثل هذه الورش التوعوية والإبداعية التي تنمي من مهارات الطالبات الفكرية والحسية، وتقدمت بجزيل الشكر والتقدير للقائمين على البرامج والأنشطة بالجمعية وبالذور التوعوي الذي تقوم به الجمعية في توعية الشباب من عدة جوانب تربوية وتعليمية واجتماعية.

كما نظمت جمعية توعية ورعاية الأحداث محاضرة أخرى بعنوان **”مهارات الطالب الإيجابي“** بالتعاون مع مدارس الإمارات الوطنية - رأس الخيمة

قدمها الأستاذ فيصل محمد الشامسي عضو الجمعية لطلبة المرحلة الابتدائية والإعدادية مؤكداً على اهتمام الجمعية بتوعية الطلبة بالجانب الإيجابي والمهاري بجميع أشكاله وصوره





### الأستاذ/ علي يوسف آل علي

أو الجامعة أو مكان العمل؛ وفقدان الاهتمام أو عدم الرغبة في الذهاب إلى المدرسة أو الجامعة أو العمل والتغيب عنه.

ختاماً قدمت الأستاذة سارة حمادة في جميع الجهات نبذة تعريفية عن الجمعية ودورها التوعوي والتربوي من خلال برامجها وأنشطتها .. وتقدمت بجزيل الشكر لجميع المتعاونين مع الجمعية على مساهمتهم البارزة والفعالة في إنجاح المحاضرات التوعوية المقدمة للفئات المستهدفة.

وأخيراً، تقدم المركز الإبداعي بأم القيوين بتكريم الجمعية وممثليها، ومن جهة أخرى تقدمت مدرسة السلمة للحلقة الثانية والتعليم الثانوي بنات بأم القيوين بتكريم الجمعية وممثليها بجزيل الشكر والعرفان لدور الجمعية البارز والمهم في توعية المجتمع والفئة المستهدفة بالمخاطر المحيطة بهم.



### الأستاذ/ فيصل الشامي

رقمي في الفضاء الإلكتروني. ببساطة، التنمر الإلكتروني هو "تنمر" يحدث على شبكة الإنترنت ، عادة ما ينطوي كل من التنمر والتنمر الإلكتروني على: تصرفات عدوانية خطيرة ومتعمدة ومتكررة تؤذي الضحية عاطفياً أو نفسياً أو اجتماعياً أو حتى جسدياً.

كما وضح أن المتنمرين الإلكترونيين يعتقدون بأنه يمكنهم الاختباء خلف شاشاتهم أو عدم الكشف عن هويتهم وأنه لن يُفضح أمرهم مطلقاً. ونظراً لصعوبة ملاحظة أفعالهم، فإن هذا يزيد من سهولة التنمر الإلكتروني.

وأخيراً، اضاف قائلاً: يمكن أن يؤدي التنمر الإلكتروني، للأسف إلى آثار واضحة على الضحايا المقصودين وخطيرة ويمكن أن تدوم لفترات طويلة. وتشمل هذه الآثار علامات تسهل ملاحظتها مثل تراجع الأداء في المدرسة



### الأستاذة/ موزة سالم الشومي

الأستاذ/ علي يوسف آل علي عضو جمعية توعية ورعاية الأحداث.

تحدث فيها عن محور التنمر الإلكتروني وأثره على الأداء التعليمي، وركز على أن أداء الطالب في المدرسة والبيت يؤثر بشكل كبير بيئته تعامله مع الآخرين ويقلل من مستوى أدائه وارتقائه بالدراسة وجودة عطاءه الاجتماعي.

وأشار أيضاً إلى أسباب وأشكال ومظاهر التنمر في المدارس وضرورة أن يمتلك الآباء والأمهات وكذلك المسؤولون التربويون في المدارس المهارات والوسائل التوجيهية اللازمة لمواجهة هذه المشكلة.

وسلط الضوء على التنمر الإلكتروني ووصفه على أنه تصرفات متكررة وعدوانية ومتعمدة من جانب فرد أو مجموعة من الأفراد ضد ضحية مستهدفة محددة، والتي تتم من خلال جهاز





نظم فرع جمعية توعية ورعاية الأحداث بالفجيرة مبادرة «مرحبا مدرستي» حيث تم توزيع إصدارات الجمعية والهدايا على طلبة المدارس وبلغ عددهم 2000 طالب في كل من المدارس التالية : مدرسة الهجرة النموذجية بمدينة كلباء، مدرسة دبا الفجيرة للبنات ح3، مجمع زايد التعليمي بالفجيرة، مدرسة المنيعي ح 1 و 2 .



بالتعاون مع إذاعة وقناة نور دبي

## ”جمعية توعية ورعاية الأحداث تحتفي باليوم العالمي للمعلم

عبر برنامج ” لمن يهمله الأمر “  
المعلم سيظل رسول المعرفة في زمن  
التحول الرقمي والذكاء الاصطناعي

تحقيق / ثناء عبد العظيم

تحتفي جمعية توعية ورعاية الأحداث باليوم العالمي للمعلم عبر برنامج « لمن يهمله الأمر » بالتعاون مع إذاعة وقناة نور دبي، والذي يوافق الخامس من أكتوبر من كل عام تقديراً للمعلم ومكانته ودوره في تربية الأجيال..







بخطوط العملية التعليمية ويديرها لصالح الدولة والنهوض بها، وتحرص دولة الإمارات على الاحتفال بيوم المعلم العالمي تعبيراً عن فخرها واعتزازاً بمكانة المعلم في المجتمع ودوره في بناء أجيال المستقبل والارتقاء بجودة ومخرجات التعليم .

في يوم المعلم تحية تقدير وإجلال له فهو معلم الأجيال على مدى عقود من الزمن وكما قال الشاعر « قف للمعلم وقّه التبجيلا كاد المعلم أن يكون رسولا » فهو رسول العلم والمعرفة في كل الأوقات...

اللجنة التربوية، و أمل إبراهيم آل على معلمة اللغة العربية بمدرسة حصة بنت المردي، البرنامج من إعداد وتقديم الإعلامي الدكتور جاسم ميرزا ..

واحتفاء دولة الإمارات والعالم بيوم المعلم هو تقدير له واعتراف بالجميل وإحياء لذكرى توقيع التوصية المشتركة الصادرة عن منظمة العمل الدولية والأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة «اليونسكو» عام 1966 والمتعلقة بأوضاع المعلمين .

والمعلم هو جزء هام في العملية التعليمية، فهو الموجه والمعلم والمربي للسلوك والعقول وتفتيح مداركها ، وهو الذي يمك

تناول البرنامج على مدى ساعتين دور المعلم في زمن الرقمنة والذكاء الاصطناعي ودار الحوار حول أهمية دور المعلم في توجيه الطلاب للبحث والتعلم الذاتي عبر الإنترنت وإسهاماته في تعزيز الوعي لدى الطلاب، ومواجهة التحديات في زمن التحول الرقمي السريع، كما تناول البرنامج تطوير مهارات المعلمين ومساعدة الطلاب في تطوير مهارات التفكير والابتكار، ومهارات التعلم عن بعد واستخدام بيانات وتحليلات في تحسين تقديم العملية التعليمية، وذلك باستضافة كل من «بدرية الياسي» عضو مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث رئيسة





## فإن اليوم العالمي للمعلم يظل المعلم فإن زمن التحول الرقمي هو مربي الأجيال وبان العقول وصانم الحضارات على مر العصور ..

تحقيق / ثناء عبد العظيم

في المجتمع ،ودوره العظيم في العملية التعليمية، وتربية أجيال المستقبل والارتقاء بهم وتولي دولة الإمارات أهمية كبيرة للمعلم؛ فقد غرد صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي في اليوم العالمي للمعلم على صفحته الشخصية بتويتر بأن مهنة المعلم أشرف وظيفة عرفتها البشرية. وقال في تغريدته ” رسول الله صلى

فترة الدراسة ولهم كل تقدير واحترام.  
عبد الله البلوشي المعلم هو اللبنة الأساسية في المجتمع وهو من ينقل العلم والمعرفة ويعد أجيال المستقبل.  
أبرار الكندري لا يقف دور المعلم على فئة معينة إنما دوره امتداد لثقافات وحضارات وشعوب.  
يحتفل العالم في الخامس من أكتوبر في كل عام بيوم المعلم تقديراً لمكانته التي يحظى بها

بدرية الياسي تخصيص يوم للمعلم تقديراً له على ما قدمه من جهد وعطاء، ورسالة شكر للملمهين والمبدعين في الميدان التربوي.  
الحلقة الدراسية الأولى تعتمد على العنصر البشري من المعلمين، والطفل يحتاج إلى وجود رفقاء لبناء علاقاته وتنمية مهاراته اليدوية.  
أمل إبراهيم آل علي مهنة التدريس شرف لنا جميعاً، وقد تأثرت ببعض أساتذتي أثناء





أمل إبراهيم آل علي



أبرار الكندري



عبد الله البلوشي



بدرية الياسي

معلمة وعضو مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث: ورئيس اللجنة التربوية: إن المعلم صانع قادة المستقبل وله إنجازات في تنشئة الأجيال والارتقاء بهم في جميع الجوانب الأكاديمية والسلوكية والأخلاقية .. هو مصدر المعرفة ، والموجه والملم الذي يساعد الطلاب على تطور مهارات التفكير النقدي والبحثي، يعزز التفاعل الاجتماعي والتعاون بين الطلاب في عالم متصل دائماً بالإنترنت، وسيظل المعلم في زمن الذكاء الاصطناعي يلعب دوره التعليمي كما هو على مر التاريخ، وتخصيص يوم للمعلم هو تقدير له على ما قدمه من جهد وعطاء، ورسالة شكر وامتنان لملمهين ومبدعين وقادة نفتخر بهم في الميدان التربوي.

وأضافت لا يمكن استبدال المعلم بالروبوت والمنصات

مر العصور .. في زمن السبورة الذكية والمعلم الافتراضي أصبحت التكنولوجيا جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية، ويزداد تأثيرها على جميع جوانب حياتنا بدءاً من كيفية تعلمنا وانخراطنا في المعرفة وصولاً إلى تطور أساليب العمل والتواصل، يلعب المعلم دوراً هاماً في توجيه الأجيال الصاعدة في استخدام التكنولوجيا وفهم أثرها على مجتمعاتنا وثقافتنا وفي هذا التحقيق الذي يدور حول أهمية دور المعلم يكشف مدى التحديات التي تواجه المعلمين، والدور الحيوي الذي يلعبه المعلم في توجيه الأجيال الصاعدة بشكل ذكي وفعال يمكنهم من تحقيق التعلم في عصر الذكاء الاصطناعي.

### المعلم الكفاء

تقول بدرية عبد الله الياسي

الله عليه وسلم بعث معلماً ، وأهم وظيفة لأي أب أن يكون معلماً القائد الحقيقي لا يكون قائداً إلا إذا كان معلماً .. الأم مدرسة لأنها أرق وأنبel وأعظم معلمة.المعلم أشرف وظيفة عرفها البشر، واحتراف دولة الإمارات والعالم بيوم المعلم يعتبر تقديراً له واعترافاً بالجميل، وإحياء لذكرى توقيع التوصية المشتركة الصادرة عن منظمة العمل الدولية والأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة " اليونسكو " عام 1966 والمتعلقة بأوضاع المعلمين.

وفي زمن التحول الرقمي والذكاء الاصطناعي والإنترنت يظل المعلم هو سيد الموقف لأنه الملم والمربي والموجه والمشرف، هو من يمسك بالعملية التعليمية ويوجهها لصالح النهوض بالوطن، ويظل هو مربي الأجيال وباني العقول وصانع الحضارات على





الإلكترونية ربما يحدث ذلك في المراحل الدراسية العليا لأن الطالب في هذه السن مدرك للتواصل المعرفي ويستطيع الحصول على المعلومات بطرق مختلفة، أما الحلقة الدراسية الأولى فإنها تعتمد على العنصر البشري من المعلمين لأن الطفل يحتاج إلى وجود رفقاء لبناء العلاقات والتواصل من أجل تنمية شخصيته ومهاراته اليدوية ولا يمكن إكسابها مباشرة عن طريق الأجهزة الذكية والاكتفاء بها، فالطفل يحتاج لمعلم بمهارات كبيرة لإحتوائه وخلق بيئة تعليمية آمنة..

وأشارت " الياسي " بأن فترة كورونا أظهرت جهود المعلم ومهاراته ودوره المؤثر في التعليم عن بعد، فقد أغلقت المدارس وتوقف التدريس في جميع أنحاء العالم ماعدا دولة الإمارات بفضل القيادة الرشيدة والبنية التحتية والأجهزة الإلكترونية والجاهزية العالية للدولة، التي ساعدت على استمرار التعليم حيث يتلقى الطالب تعليمه في بيته وأخذ المعارف، مما جعل وظيفة المعلم في هذه الفترة أكثر أهمية؛ فقد أحدثت تحولا وتغييرا شاملا في التعليم وفي شخصية وكفاءة المعلم والطلبة.

وقالت بأن المعلمين جنود مجهولة لهم دور كبير في تنشئة الأجيال والارتقاء بأفكارهم وسلوكياتهم وأخلاقهم

وإعدادهم كقادة للمستقبل وتخصيص يوم للمعلم هو تقدير له على ما قدمه من جهد وعطاء، ولدينا قيادات تعليمية بمواصفات ومعايير عالية، وفي دولة الإمارات جوائز تعمل على إظهارها؛ منها جائزة محمد بن زايد للمعلم الخليجي ، وجائزة المعلم المتميز تحت رعاية مجموعة دبي للعطاء، وجائزة حمدان، والشارقة التربوية ، كلها جوائز تساهم في إعداد كفاءات المستقبل في الميدان التربوي وترسيخ ثقافة التميز والابتكار، يتنافس فيها المعلم المعطاء والمنتج بإنجازاته وهذه لها مخرجات الطالب المتميز. هذه المشاركات الإبداعية كلها معايير يتنافس فيها الميدان التربوي، وتنعكس على جودة مخرجات التعليم ف نجد اليوم الطبيب، ورائد الفضاء والإعلامي، والضابط، وهذا هو توجه دولتنا ورؤيتها في الخمسين سنة القادمة.

وحول علاقة " الياسي " بطلابها قالت " إن علاقتي بهم مبنية علي الصداقة والحب مما جعلهم يحبون المادة التي أقوم بتدريسها، وهذه العلاقة لها أثرها الإيجابي على المدى الطويل، ويكفيني فخراً بأن طالباتي اللائي تلقين تعليما علي يدي أصبحن الآن في مناصب قيادية.

وتسدي بدرية الياسي بنصيحتها إلى المعلمين والطلبة وأولياء الأمور في

يوم المعلم بأن يكون الجميع مشاركين في العملية التعليمية للنهوض بها، ولا ينتظر المعلم الجزاء لأن مهنة التدريس لها أجر عظيم وأثر كبير على المجتمع وعليه بالتأهيل والتدريب لأن الطالب ذكي وتعلمه سريع.

## الثورة التكنولوجية

في سياق متصل قالت أمل إبراهيم آل علي: معلمة لغة عربية بمدرسة حصة بنت المر بدبي إن احتفال دولة الإمارات باليوم العالمي للمعلم له مظاهر مختلفة تقديرا له على ما يقوم به من عطاء لأن مهنة التدريس هي شرف لنا جميعا فقد تأثرت ببعض أساتذتي أثناء فترة دراستي ولا أنساهم أبدا ولهم كل التقدير والاحترام، وكان لهم الفضل في تكوين شخصيتي وجعلي أحب مهنة التدريس وأعمل بها.

وأضافت أن الطالب في دولة الإمارات يحظى باستراتيجيات وأنشطة وإمكانيات كبيرة لتخريج طالب متمكن مثل سلطان النيادي، وهزاع المنصوري . وأوضححت " بأن المعلم قابل للتغيير الإيجابي في عصر التكنولوجيا والتطور في العصر الحالي. وقد راهنت دولتنا على جودة التعليم بعد دخول الثورة التكنولوجية حياتنا، والفضل لقيادتنا الرشيدة ووزارة التربية ومؤسسة الإمارات للتعليم المدرسي الذين اثبتوا جاهزيتهم لفترة " كورونا "



بوضع آليات للتحويل الرقمي بعمل دورات وورش تدريبية على منصات تلقاها المعلم حرصاً منها لأن يصبح أكثر نضجاً في الناحية التكنولوجية وذا كفاءة عالية أثناء عملية التعليم عن بعد، وأنا بدوري كمعلمة لابد أن أخرج أجيالاً قادرة على التغيير في المستقبل.

## معلم استثنائي

وفي هذا الصدد قال مدير مدرسة محمد بن راشد للتعليم الثانوي عبد الله البلوشي إن احتفاء دولة الإمارات بيوم المعلم هو تكريم له على ما قدمه من علم وعطاء، وقد عملت الدولة متمثلة في القيادة الرشيدة ووزارة التربية على تعظيم دور المعلم، ونحن في الكادر التعليمي والوزارة والمدرسة نقول إن المعلم هو اللبنة الأساسية في المجتمع وهو من ينقل العلم والمعرفة ويعد أجيال المستقبل، وكان المعلم قديماً يعلم القراءة والكتابة والحساب والدين والأخلاق، بينما في وقتنا الحاضر ومع تطور المجتمعات وتغيير متطلبات العصر أصبح المعلم استثنائياً يعلم الطلاب المهارات مثل التفكير النقدي وحل المشكلات بعد أن دخلت التكنولوجيا حياتنا ومساعدة الطلاب على تطوير شخصياتهم ومهاراتهم القيادية وإعدادهم لسوق العمل، ومن هنا فإن المعلم هو العمود الأساسي

للعملية التعليمية ونقل العلم والمعرفة لهم.

## الأستاذ المعلم

فضلاً عن ذلك تحدث الدكتور على بن حنيفة معلم لغة عربية متقاعد عن تجربته التربوية قائلاً: إنه يعمل في مجال التدريس منذ أربعين عاماً، وكان يقوم بدوره مستمتعاً من خلال قناعاته بأن ما يقوم به مثاباً عليه من رب العالمين، وأن التعليم مهنة شريفة.. وأضاف إنه في عام 1975 أصبح معلم مواد عامة في مدرسة أبو عبيدة بن الجراح بمدينة كلباء كنت أدرس أربع مواد وثلاثين حصة في الأسبوع. وأضاف " عندما حصلت على الشهادة الجامعية من جامعة الإمارات عملت معيداً في الجامعة مدة عام ثم رجعت للعمل بالتدريس بوزارة التربية والتعليم، ويشرفني أنني علمت اثنين من أولاد المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان طيب الله ثراه وهما سمو الشيخ نهيان بن زايد بن سلطان آل نهيان وهو في الصف الثالث الإعدادي والشيخ عيسى بن زايد بن سلطان آل نهيان وهو في الصف الثاني الإعدادي ودرست لهما مادتي الاجتماعيات والجغرافيا عام 1980 في مدرسة معاوية الإعدادية بمدينة العين. موضحاً أنه يحب مهنة التدريس واستمر فيها على الرغم من محاولات إثنائه عنها من أجل الترقية

لكنه رفض، وتنقل في التدريس بين مدارس كلباء جميعها وعمل في مجال تعليم الكبار ومحو الأمية، وما من صغير ولا كبير إلا ودرسوا على يديه وأوضح بأن التدريس مهنة الرسل قام بها على أكمل وجه ويكفيه فخراً أن الطلاب الذين تعلموا على يديه وتخرجوا لا ينادونه إلا بلقب "الأستاذ"

## "رسالة المعلم من

## المهد إلى اللحد"

وارتباطاً بما سبق قالت أرباب الكندري مشرفة بدولة الكويت: إن رسالة المعلم تمتد من المهد إلى اللحد ولا تتوقف على فئة معينة وإنما هي امتداد لثقافات وحضارات وشعوب لآخر الزمان.. وإيماناً منا بهذا الدور العظيم فقد احتفلنا بالأمس في كلية التربية بالكويت وأقمنا معرضاً ضم جمعية المعلمين الكويتية، ودور النشر، وبعض المدارس المتميزة والحاصلين على جوائز عديدة وبعض الجهات التي تخدم عملية التعليم وقمنا بتكريم كوكبة من أساتذة الجامعات والمعلمين الحاصلين على جوائز التدريس المتميزين الذين تنطبق عليهم مواصفات معلم المستقبل.





## جمعية توعية ورعاية الأحداث تشارك في احتفالات الدولة بـ #يوم\_العَلَم بالتعاون مع مدرسة المعرفة الدولية الخاصة بالشارقة

بناءً على توجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم إمارة دبي، شاركت جمعية توعية ورعاية الأحداث في احتفالات الدولة بيوم العلم، وبالتعاون مع مدرسة المعرفة الدولية الخاصة بالشارقة متمثلة بحضور الأستاذة/ بدرية الياسي عضو مجلس إدارة الجمعية والأستاذة/ سارة حمادة رئيسة قسم البرامج والأنشطة وذلك في تمام الساعة 10:00 صباحاً في مقر المدرسة.

الإمارات، اليوم الذي رُفِع فيه العلم الإماراتي بأيدي مؤسسي الاتحاد وأبناء هذه الأرض الطيبة، وعلى رأسهم المغفور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، وأخوه المغفور له بإذن

كل مواطن ومقيم على أرض الإمارات حيث ترتفع فيه راية الوطن في سماء المجد خفاقة عالية، يَعد مناسبة عزيزة على قلوبنا جميعاً، ويعتبر من أعظم الأيام التي يتذكرها شعب

حيث أكدت الأستاذة بدرية الياسي إن احتفال جميع الجهات والمؤسسات في الدولة في وقت واحد وبمشاعر متحدة بيوم العلم والذي يعد من أعظم الأيام التي يفتخر بها





وشعب الإمارات والمقيمين على أرضها الطيبة بهذه المناسبة داعية الله عزوجل، أن يبارك في حكامها وشعبها ويحفظ قيادتها ويبقى علم دولة الإمارات الغالية مرفوعاً شامخاً عالياً في سماء المجد دائماً وأبداً.

وختاماً وزعت الأستاذة بدرية الياسي الهدايا على الطلبة المشاركين في الاحتفال وبلغ عددهم 330 طالباً.

كما تقدمت بجزيل الشكر والتقدير لإدارة المدرسة ودورها الفعال والبارز في تنظيم هذا الاحتفال الوطني .. وكل عام وشعب الإمارات والمقيمون على أرضها بخير.

الأستاذة/ سارة حمادة رئيسة قسم البرامج والأنشطة قائلة: إن هذا اليوم المبارك الذي فيه تتوحد المشاعر والقلوب قيادة وشعباً في راية الفخر والعز التي ترفرف عالياً، وتزيّن دولة الإمارات العربية المتحدة بألوان العلم الإماراتي فوق كل بناء، لتشكل قصة حب ووفاء بين شعب أبيّ يتفاخر ويعتزّ بوطنيته، وقيادة عظيمة تسهر على راحته، وتعمل على سعادته، وتجعله في رأس أولوياتها واهتماماتها.

كما تتقدم الأستاذة ليلي السعدي رئيسة قسم رياض الأطفال نيابة عن مدير مدرسة المعرفة الدولية الخاصة الأستاذ سامر سرحان بتهنئة قيادة

الله، الشيخ راشد بن سعيد آل مكتوم، طيب الله ثراهما، وإخوانهما حكام الإمارات، ليعلن عن بزوغ فجر مشرق، وولادة نجم جديد في هذا العالم اسمه دولة الإمارات العربية المتحدة.

مؤكدة قائلة نعم إنه هو يوم تفتخر به الأجيال و يفخر به كل مواطن ومقيم على أرض الإمارات، حيث تتجسد فيه روح الأصالة والانتماء للوطن، ويرتفع فيه الصوت عالياً مردداً كلمات الأنشودة الخالدة للنشيد الوطني «عيشي بلادي عاش اتحاد إماراتنا..عشت لشعب دينه الإسلام هديه القرآن..

حصنتك باسم الله يا وطن». حفظ الله دولة الإمارات قيادة وشعباً. ومن جهتها أضافت





## بمناسبة يوم التسامح العالمي

تنظم جمعية توعية ورعاية الأحداث

بالتعاون مع

مدرسة دبي الوطنية فرع الطوار محاضرة بعنوان

### " التسامح نهج حياتنا "

تقدمها الأستاذة فاطمة الحمادي

نائب رئيس مجلس أولياء الأمور بالمدرسة - فائزة بجائزة  
سعيد بن لوتاه لرعاية الأبناء لدورتها الرابعة 2020م



10:00  
صباحاً



الخميس  
2023 / 11 / 16



juvenile.ae



Ae juvenile



@juve\_nilee

## بمناسبة

# « يوم التسامح العالمي »

تنظم جمعية توعية ورعاية الأحداث بالتعاون مع مدرسة دبي الوطنية فرع الطوار محاضرة بعنوان « التسامح نهج حياتنا »

نظمت جمعية توعية ورعاية الأحداث، محاضرة توعوية عن فضل قيمة التسامح بين الطلبة وبين أفراد المجتمع كافة قدمتها الأستاذة فاطمة الحمادي نائب رئيس مجلس أولياء الأمور بالمدرسة - وفائزة بجائزة سعيد بن لوتاه لرعاية الأبناء لدورتها الرابعة 2020م .





## وتناولت المحاضرة عدة محاور منها :

- مفهوم التسامح
- أهمية التسامح
- التسامح في دولة الإمارات
- نبذ ظاهرة التنمر

وأضافت الأستاذة فاطمة الحمادي قائلة: إن للأسرة دوراً مركزياً في التنشئة الاجتماعية والتربية على القيم، لاسيما قيمة التسامح كمطلب نبيل دعت إليه الأديان كافة، والفطرة الإنسانية السليمة كسلوك اجتماعي يضمن العيش

بسلام ووثام مع الآخرين، في سياق التعدد الثقافي، تحقيقاً

للاستقرار الروحي والرضى النفسي، والتنمية الاجتماعية المستدامة. فالأسرة هي البيئة الأولى التي تستقبل النوع الإنساني منذ ولادته، ويعيش في كنفها، ويكتسب القيم البانية الموجّهة للسلوك من خلال تمثّل العلاقات القائمة بين الوالدين، وتستمرّ معه مدى حياته، بل وتحدّد مصيره، فيفقد ما تبذل الأسرة من جهد في إقامة العلاقات الإنسانية الجيدة بين أفرادها، تكتسب الشخصية الإنسانية الصاعدة خبرةً وميراساً في تعاملها مع الآخرين .

كما أكدت الأستاذة سارة حمادة أن التسامح قيمة

سامية تجسدت في الإماراتيين على مر العصور والأزمنة .. استلهموها من عطف القادة ومحبتهم وإنسانيتهم، مؤكدة حرص رئيس وأعضاء جمعية توعية ورعاية الأحداث على نشر هذه القيمة وترسيخها في صفوف الجيل الناشئ لتزهر محبةً وسلاماً في المستقبل.

وختاماً تقدمت الأستاذة سارة حمادة بجزيل الشكر والتقدير لإدارة مدرسة دبي الوطنية فرع الطوار على دورها الفعال والبارز في إنجاح المحاضرة ومساهماتهم في نشر قيمة التسامح بين الطلبة وأسسة المدرسة..



16 نوفمبر 2023  
November 16



juvenile.ae



Ae juvenile



juve\_nilee



الوعي الاجتماعي



# كن مصدر أمان لهم

بقلم : الأستاذ - إسماعيل ابراهيم الحمادي

كاتب من الإمارات

twitter : @ismailalhammadi insta: @ismail\_alhammadi



حضرتني إحدى القصص، يقال أنها حدثت في إحدى المدن الفرنسية، حيث كان أهل طفل يسمى «مارتان» يصطحبونه في القطار عند جدته ليقضي عطلة الصيف ، ثم يتركونه عندها ويعودون لأخذه مرة أخرى ، وفي عام ما قال لهم:

كيفية التعامل مع المواقف التي يمكن أن تضر سلامته وتواجهه ، من مهام الآباء قبل غيرهم ... الأسرة هي البيئة الوحيدة المخول لها فتح باب الحوار والمناقشة على مصراعيه مع الطفل والاستماع له، لتقديم النصح والدعم اللازم له ، وترسيخ فكرة أن الآباء هم مصدر الأمان الأول والأخير له، إلى جانب حرصهم الدائم على تعليمه مهارات التعامل مع المواقف الصعبة والخطرة، التي تواجهه في الحياة.

علينا أن نفهم أن مراقبة الأولاد باستمرار ليست تقييدا

ولدي، لا تخف لن أتركك وحدا، أنا في المقصورة الأخيرة في القطار».

كذلك هي الحياة، عندما يكبر طفلك ويفكر في الإبحار بهذه الحياة وحيدا، لا تقيده لكن امنحه الثقة التامة ليبحر وهو متأكد من وجود منقذ له في حالة مواجهته لخطر ما، دائما كأباء علينا أن نبقي مراقبين في المقصورة الأخيرة من الحياة لأبنائنا لتعزيز شعورهم بالأمان وتعزيز الثقة بنفوسهم.

توفير الأمان الشخصي للطفل وكيفية الحفاظ على سلامته، وتشجيعه على

**أصبحت كبيراً الآن.. ماذا لو ذهبت لوحدي إلى جدتي هذا العام؟**

وافق الأهل بعد نقاش، وقبل أن ينطلق القطار بلحظة، وضع والده شيئاً في جيبه وهمس له في أذنه: «خذ هذا لك إذا ما شعرت بالخوف أو بالمرض»

للمرة الأولى يسافر الطفل في القطار دون أهله، لكنه في لحظة ما شعر بالخوف.. حينها تذكر همس أبيه وأنه دس شيئاً في جيبه لمثل هذه اللحظة، فتش في جيبه بيد مرتجفة وعثر على ورقة صغيرة مكتوب فيها : «يا



لحريتهم، وقد ينشأ هذا المفهوم الخاطئ لدى الكثير منهم خاصة بين سن 14 و17 عاماً، وتنشأ معه عدة مفاهيم أخرى وتصرفات خاطئة من الأبناء تجاه آبائهم، تؤدي غالباً إلى انقطاع التواصل بين الطرفين وانحراف تام للأبناء، وفي هذه الحالة، يُنصح الآي فلت الآباء طرف الحب، مهما تأفف الأبناء من ذلك وعليهم مواصلة مراقبتهم باستمرار ومعرفة توجهاتهم وطبيعة أصدقاتهم وإرشادهم بطريقة لا تثير انتباههم بأن حريتهم مقيّدة ... أفضل طريقة للتعامل مع الأبناء في هذه المرحلة هي تكوين

صداقات قوية معهم، لتعرف طريقة تفكيرهم وميولهم أو على الأقل استنتاج ما يفكرون به، حتى تكون على اطلاع تام بتوجهاتهم وتتسنى لك الفرصة في حمايتهم ..... مسؤوليتنا كأباء أن نكون مصدر أمان لهم دون التضيق عليهم، إن نجحت هذه المعادلة نجحنا في تكوين شباب مستقبلي صالح و متمكن وواثق من نفسه لا خوف عليه.





## التنمر الإلكتروني ... آفة العصر ومدمر الإنسان

بقلم : د . جيهان إلياس  
باحثة وأكاديمية



يعد التنمر من السلوكيات المؤثرة على شخصية الفرد منذ الطفولة وحتى بلوغ سن الرشد ، وللأسرة دور كبير في تشكيل شخصية المتنمر والضحية ، ففي الغالب يكون المتنمر من أسرة تتبع أسلوب التنمر في كل الحوارات والمواقف، كما تعمل بعض الأسر على تعزيز صفة التنمر عند أبنائها اعتقاداً منها بأن الطفل من الأفضل له أن يكون متنمراً وليس ضحية ، بينما يعيش الضحية في أسرة قاهرة وعنيفة في التعامل أسهمت في إضعاف شخصيته ، لذا عندما نتحدث عن التنمر نرجع لطبيعة البيئة الأسرية ومدى سلامتها من الأساليب القاهرة ، وكيفية النقاش بين الأبوين في وجود الأبناء لأن التربية لم تكن تلقينية فقط ، فهناك التربية الأعمق وهي التربية المكتسبة التي من الصعب السيطرة عليها إلا في بعض الحالات .



الأسرة، على سبيل المثال هناك بعض الأبناء لهم ظروف خاصة أو مستواهم الأكاديمي أقل من مستوى إخوانهم فتنخذ بعض الأسر مع هؤلاء أسلوباً مختلفاً في التعامل عن بقية إخوتهم وبالتأكيد أقرانهم من الأقراب

علماً بأن هناك بعض المواقف من الصعب السيطرة على الانفعالات عند حدوثها بل يمكن تلطيف الأجواء بعدها مباشرة بحيث يشعر الأبناء أن الأمر عادي وغير مؤثر . أما التنمر في محيط الأهل والأقارب فيكون سببه

كلما كانت العلاقة بين الأبوين أكثر توازناً واتفاقاً تعافى الأبناء من الآثار النفسية السلبية التي قد تؤثر على شخصيتهم ، وخرجوا للمجتمع سليمي العقل ، وبدون تشوهات نفسية تظهر على ملامحهم الشكلية والجوهرية،



يلاحظون ضعف شخصيته بسبب اضطهاد أسرته له فيمارسون معه أشد أنواع التنمر، وقد يشعرونه بأنه لا يشبه إخوته ويعامل كالغريب داخل الأسرة ولا يؤخذ برأيه، هذا الأسلوب ليس سهلاً على الضحية حتى ولو لم يكن يُبدي غضبه، وأغلب ضحايا التنمر لا يفعلون أو صامتون أو لا يجيدون فن إيقاف التنمر، ومنهم من لا يشتكي لأسرته عندما يتعرض للتنمر خوفاً من ردة فعل أفراد الأسرة التي لا تخلو في بعض الأحيان من التنمر اللفظي والإيذاء الجسدي.

أما في مجتمع المدرسة فيأخذ التنمر عدة أشكال ، مثل تنمر الأستاذ على الطالب ، وهذا يكون إما بسبب الضعف الأكاديمي للطالب أو مشاركة الطالب أثناء الدرس بإجابات خاطئة يحسبها الأستاذ مستفزة طالما هو اجتهد في شرحها وتوضيحها ، وأحياناً يتنمر الأستاذ علي الطالب واصفاً إياه بالحيوان وقد يصفه بالقيح أو القصير أو يصفه بالغبي، وعبارات كثيرة تقلل من شأن الطالب أمام زملائه وتكون سبباً رئيسياً يؤدي إلي تنمر الطالب علي الأستاذ.

وهنا يختلف الأمر بحسب قوانين المدرسة وقوانين البلد ، لأن التنمر على المعلم يعتبر إساءة لمهنة ورسالة التعليم، وأثبتت دراسة علمية أجرتها مجموعة من الباحثين في جامعة لاروب في أستراليا وكانت تشمل حوالي 560 معلماً، أن 30% من المعلمين المشاركين في الاستطلاع تعرضوا

للإساءة اللفظية كالسب والشتم وإطلاق بعض الألقاب المهينة، وفي بعض الدول العربية شهدنا أنواعاً مختلفة للتنمر على المعلم كالاعتداء على الممتلكات الخاصة، فكثير من الطلاب يلجؤون لحرق سيارات المعلمين أو كسر زجاج سياراتهم ، ومنهم من يتجه إلى اسلوب نشر الإشاعات المسيئة للمعلم ، وهناك من يتنمر إلكترونياً كإنشاء بعض المجموعات بهدف السخرية من المعلم ونشر صور وفيديوهات مسيئة له ، وهذا كله قد يرجع إلى ضعف شخصية المعلم وعدم قدرته على إدارة الصف بطريقة واثقة وسليمة وتربوية واعية، أو عدم تمكن المعلم من المادة التي يدرسها لأن ضعف قدرات ومهارات المعلم في الشرح وتوصيل المعلومة ناتج عن ضعف معلوماته في مادته التي يدرسها.

و الأكثر شيوعاً هو تنمر الطلاب على زملائهم، وهنا نعود للأسرة وطريقة تعاملها مع أبنائها، وطريقة التربية الخاطئة واستخدام العقاب الصارم المتشدد بصورة مستمرة حتى أصبح أمراً عادياً للطفل، وبديهيّاً الطفل يكتسب كل الممارسات العنيفة ويتأثر بالأجواء المحيطة به داخل الأسرة كالخلافات والعنف الأسري وهذا ما يجعل الطفل عدوانياً ومتنمراً وللمدرسة دور فعال في انتشار ظاهرة التنمر أو الحد منها، لذلك يجب أن تضع المدرسة لوائح لضبط سلوك الطلاب فيما بينهم أما التنمر في أماكن

العمل فأصبح أداة يستخدمها المتنمر لفرض سيطرته وتخويف الموظفين وتهديدهم بالفصل من العمل خصوصاً إذا كان المتنمر صاحب نفوذ، اعتقاداً منه بأن هذا الأسلوب يجعله مهاباً وسطهم، وكثير من المؤسسات فقدت خيرة موظفيها بسبب التنمر ، وكثيراً ما نلاحظ أن هناك تنمراً جماعياً تتم ممارسته على الموظف الجديد الذي تم تعيينه بمخصصات ممتازة، ويتحدثون أمامه عن تجربتهم في بداية تعيينهم ومدى النزاهة التي كانت في السابق في إشارة واضحة إلى أنه لا يستحق هذه المخصصات مع تجاهلهم التام لكفاءته الأكاديمية وخبرته في العمل ، فإذا كانت بيئة العمل غير محفزة للعمل فستتراجع المؤسسة في مستوى أدائها بشكل واضح ، وبالإدارة الرشيدة الواعية والمدركة لما يدور داخل المؤسسة يمكن السيطرة على كل أشكال التنمر. في الآونة الأخيرة انتشر التنمر الإلكتروني وأخذ أشكالاً عديدة، كأن يدمر الشخص المتنمر عليه نفسياً بفكرة الصور بعد اختراق حساباته ثم الابتزاز والتهديد المستمر، وهناك عدد من حالات الانتحار بسبب التنمر الإلكتروني رصدتها بعض الصحف اليومية كما أثبتت الدراسات العلمية زيادة حالات الانتحار بين الأطفال والمراهقين والشباب بنسبة كبيرة ، وأن 38% من الضحايا لم يبلغوا عن تعرضهم لهذه الجريمة.





# ثمرة وطننا في أبنائنا



**بقلم: الدكتور سيف راشد الجابري**

عضو مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث  
رئيس لجنة البحوث والدراسات



لقد حبا الله وطننا بقيادة رشيدة حريصة علي مصلحة هذا الوطن في تسخير كافة الإمكانيات لأبنائه لأنهم النخلة المثمرة التي أساسها في باطن الأرض وغصونها في السماء حيث أن الثمرة المباركة هي النخلة التي ضرب بها المثل، وكذلك أبناء الإمارات هم السمعة الطيبة وهم جيل الاستمرارية في العطاء والبناء والتنمية وهم السنع والعادات والتقاليد وهم العلم والمعرفة من الأرض إلى المريخ.. وحتى نصل إلى الأهداف التي تنشدها الدولة لا بد من الاستفادة من تلك الإمكانيات والمعطيات التي تقدمها الدولة، ويجب علينا العمل كفريق واحد مثل خلية النحل لتمهيد الطريق لأبناء الإمارات من خلال وضع خطة لتنفيذ توجهات الحكومة لحماية الأبناء من المؤثرات الخارجية والأفكار المسمومة أو الاختراق السبراني لعقول أبنائنا.



وخاصة أننا في فترة الفصل الأول من وجود أبنائنا في المدارس التي هي ميدان إخراج ثمرات مختلفة الأدوار في العلوم والمعرفة، وكل يكمل جانباً من جوانب العطاء الوطني و لنكن حريصين كل الحرص علي تكاتف البيت والمدرسة وتعهد ثمرة الوطن السعيد للأبناء من خلال الرعاية الصحية الشاملة لهذا الابن و حمايته من كل شر متربص به .

فعلى الوالدين المسؤولية الكبيرة والأولى في تكوين شخصية هذا المواطن الصالح لبناء وطنه والمحافظة على أسرته.

وكذلك على المدرسة الدور الثاني في التعاون بين الإدارة المدرسية والمعلمين في تربية وتعليم أبنائنا كل ما هو صالح لأبناء الوطن ومن معهم من المقيمين على أرض الدولة وذلك لتحقيق أعلى نسبة من النجاح العلمي والأخلاقي المبني علي قيم هذا الوطن من خلال هويته الوطنية لنتمكن من بناء شخصية وطنية هادئة ومجتمع آمن و سليم معافى من الأمراض المادية والمعنوية.





# المراهقون و”الرفاهية” التكنولوجية



إداري الأستاذ : غالب الحمادي

إدارة الشرطة المجتمعية - القيادة العامة لشرطة أبوظبي

تحولت وسائل التواصل الاجتماعي إلى جزء من حياة كل منا، فلا أحد يتعد عن مطالعة ما يجري بها بين وقت وآخر، وهناك من يعتمد عليها في الحصول على أي معلومات، بل إن البعض إذا أراد أن يطمئن على آخر فما عليه سوى أن يطالع حسابه عبر هذه المواقع ويرى تفاعله عليها!!، للحد الذي جعل الكثيرين يطلقون على العصر الراهن « عصر التواصل الاجتماعي الافتراضي»، ورغم طرافة التسمية، وتوصيفها لما تمر به المجتمعات عبر الكرة الأرضية إلا أنها تمثل في ذاتها مؤشراً بالغ الخطورة، فقد أصبحت هذه المواقع بمثابة المؤثر الأول في نفوس أبنائنا خاصة المراهقين ومن ثم تساهم في تشكيل شخصياتهم وفقاً لطبيعة المعلومات التي يتحصلون عليها.

يعزز النشاط الإيجابي أيضاً خارج عالم الإنترنت. وقد تكون وسائل التواصل مفيدة من الناحية النفسية، عندما يشعر المراهقون بالتردد أو عدم القدرة على المناقشة مع أحد الوالدين، إلا أنه من الضروري أيضاً أن يتم الانتباه إلى ما يمكن أن تسبب فيه من أضرار نفسه قد تكون أكثر خطورة بمرور الوقت، مثل تأثر النوم والنشاط البدني والمدرسي، أو الأنشطة الأخرى المهمة للنمو.

وأكدت الجمعية الأمريكية في الدراسة على أهمية العمل على تقليل أو إيقاف أي محتوى خطر قد يتعرض له الطفل؛ مثل المنشورات المتعلقة بالانتحار وإيذاء النفس واضطرابات الطعام والعنصرية والتنمر. فقد أظهرت الدراسات أن المراهقين يقضون في المتوسط أكثر من 7 ساعات يومياً في مشاهدة مقاطع الفيديو أو استخدام منصات التواصل الاجتماعي، وأن تعرضهم لهذا النوع من المحتوى قد يعزز لديهم القيام بسلوكيات مشابهة، بمعدلات أكثر

أصدرت الجمعية الأمريكية لعلم النفس؛ خلال مايو الماضي دراسة مستفيضة حول رفاهية المراهقين التكنولوجية، وصدت في الدراسة التأثيرات الإيجابية والسلبية لمواقع التواصل الاجتماعي، حيث أكدت على أن لهذه المواقع منافع عديدة لا بد من تعظيمها للاستفادة منها مع التحذير من السلبيات التي تتضمنها والتي لا بد من وضعها في الاعتبار لحماية المراهقين من التعرض للأمراض النفسية أو تسرب معتقدات وقيم لا تعبر عن طبيعة المجتمعات ومبادئها الراسخة.

## إيجابيات وسلبيات

أشارت الدراسة إلى أن المراهقين الذين يعانون من القلق الاجتماعي أو الاكتئاب أو الشعور بالوحدة، قد يستفيدون من التفاعل عبر وسائل التواصل الاجتماعي، بشرط أن تخضع للتحكم والمراجعة، كما يمكن أن تساعدهم هذه المواقع على اتباع الآراء والسلوكيات الاجتماعية الإيجابية للآخرين، مما قد





مما يدركه الآباء. كما تُظهر الأبحاث أن تعرض المراهقين للتمييز والكراهية عبر الإنترنت، ينبئ بزيادة القلق وأعراض الاكتئاب، ومن ثم يكون كل منهم فريسة سهلة لتلقي أفكار قد تلقي بهم إلى الجنوح.

كما طالبت الدراسة بضرورة الحد من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي للمقارنة لا سيما بين الفتيات، وخصوصاً فيما يتعلق بالمحتوى المرتبط بالمظهر، حيث تشير الأبحاث إلى أن «استخدام الأطفال لوسائل التواصل الاجتماعي في مقارنة أجسامهم أو مظهرهم، بأجسام ومظهر الآخرين؛ يرتبط بأعراض الاكتئاب، وتكوين صورة سلبية وسيئة عن الذات، وخصوصاً بين الفتيات».

## الحوار

وللابتعاد عن التأثيرات السلبية لمواقع التواصل الاجتماعي والإصابة بالاكتئاب أو رفض

الواقع خارج هذه المواقع، لابد وأن يكون لدى الآباء الوعي الكافي للتعامل بحذر مع المراهقين الذين غالباً ما يكون لديهم رغبة في إثبات شخصياتهم من خلال رفض النصائح والإشارة للجميع ولأنفسهم أنهم يمتلكون الرؤية والمعلومات أكثر من الآباء أنفسهم، وهذا أمر طبيعي في هذه المرحلة العمرية التي تتسم بالتمرد، ومن ثم لا بد من الحوار بين الآباء وأبنائهم، والذي لابد وأن يكون حوار صداقة وليس إلقاء الأوامر وعليهم الطاعة.

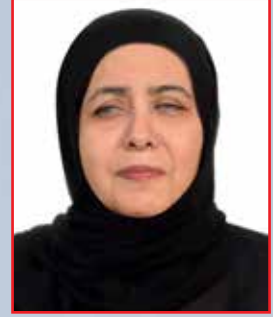
وفي الوقت نفسه، حثت الدراسة الآباء على أن يكونوا قدوة ويراقبوا استخدامهم هم أيضاً لوسائل التواصل الاجتماعي، استناداً إلى أبحاث تُظهر أن طريقة استخدام البالغين لوسائل التواصل الاجتماعي أمام الأطفال، قد يؤثر عليهم بشكل واضح في البلوغ.

## القُدوة

وأمام هذه الدراسة التي أشارت إلى مخاطر إصابة المراهقين بالأمراض النفسية مثل الاكتئاب والوحدة واعتناق أفكار لا تتواءم وطبيعة المجتمعات بل وقد تتسبب في تشتت الشخصية ثم الوقوع في مخاطر الإدمان والجنوح، لابد وأن نتعامل بمنتهى الحذر معهم وبيان أسلوب وأوقات تفاعلهم مع وسائل التواصل الاجتماعي، ولا يجب منعهم من التعرض لها، ولكن توعيتهم ومناقشتهم فيما تعرضوا له من معلومات أو ما يشاهدونه من مقاطع الفيديو، إضافة إلى تلقينهم بشكل غير مباشر قيم المجتمع وتقاليده الراسخة، إضافة إلى تعليم الدين الحنيف، مع الوضع في الاعتبار أن يكون الآباء أنفسهم نموذجاً إيجابياً وقدوة لأبنائهم، لضمان إيجابية التأثير في نفوس كل منهم.



# عام دراسي جديد



بقلم الأستاذة : فاطمة السري



وهكذا بدأت الشيخة فاطمة أم الإمارات هي والشيخ زايد رحمه الله بتأسيس هذا التعليم الجديد للرجال والسيدات إلى أن حضر الشيخ زايد إلى مدرسة جميله بوحيرد فقابل الدكتورة عايشة السيار فكانت هذه هي الساعة التي نشأت فيها شرارة التعليم عندما طلبها في الهيئة التعليميه في وزارة التربية والتعليم، ثم أنشئت جامعة الإمارات العربية المتحدة في العين إلى أن نشأ وبرز عصر الألفية عندما برزت مدينة دبي للإنترنت في عام 1999م والتي أنشأها صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم حفظه الله ورعاه وما زالت إلى الآن، وها نحن في عام 2023م ونكافح رغم الجائحة التي بقيت عامين واجتزناها، وكان التواصل عن بعد عبر شبكات الاتصال الحديثة وبين الأفراد وجهات العمل، وها نحن اليوم دخلنا عصر الفضاء والفلك ودخلنا عصور الطاقة البديله والنظيفة التي بُنيت من سولار في دبي ومصدر في أبوظبي لينهلوا من هذه المدارس ثم يطبقوا ما تعلموه إلى وصولهم الفضاء. وها هو العام الجديد سيبدأ وتفتح أبواب المدارس والجامعات لاستقبال الطلبة والطالبات وعماماً دراسياً موفقاً للجميع.

المدرسة التيمية المحمودية التي تُرحح ن شأتها بين ( 1900 - 1905م ) نشأ التعليم النظامي وغير النظامي للمدرسة ..

المدرسة النابودية سنة 1922م للطلبة وللطالبات ،مدرسة الزهراء التي نشأ التعليم فيها منذ عام 1953 - 1954م ..

مدرسة الشارقة،ومن بين خريجي المدرسة صاحب السمو الشيخ الدكتورسلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة.

وهكذا لم ينقطع التعليم وكان يواكب بعض الطلبة السباحة إلى أن بدأت بعض المناطق التعليمية التي أهدت الطلبة والطالبات من الكويت ومصر وفلسطين والأردن،

كما أنشأ الشيخ زايد رحمه الله المدرسة النهيانية وهي من أولى المدارس في أبوظبي، وبدأت مدارس تعليم الكبار.



# محاربة السرطان.. المحنة التي تحولت إلى منحة

عمر علي الأحمد

كبير المدققين الداخلي والمراجعة - شركة أدنوك للإمداد والخدمات



لكل منا لحظات فارقة يمر بها في طريق حياته، تحول حياته بطريقة غير جذرية و يجد نفسه قبل هذه اللحظات إنساناً مختلفاً تماماً عما سيكون عليه بعدها، ولا يوجد في الحياة لحظة أشد قسوة من لحظة المرض والابتلاء الصحي؛ فالصحة هي النعمة التي لا يشعر بها الكثيرون إلا بعد فقدانها، إلا أن وراء كل محنة منحة من الله سبحانه وتعالى لا يدركها إلا أصحاب اليقين التام بأن كل أمر الإنسان خير إذا تفهم رسالة الابتلاء وحولها إلى تجربة نجاح ينتقل من خلالها إلى مراحل أعلى من الوعي والثقة بالذات وباللله.

التنفيذ في المستقبل القريب، كما قمت بتأليف كتاب عن أهم المصطلحات العلمية والقواعد العملية المتعلقة بالبحرية، كمساهمة مني لكل قارئ يرغب في التعرف على هذا الجانب وتخصصاته الدقيقة.

## رعاية وعناية

طوال فترة محاربتني للسرطان الذي لم أفقد يوماً الأمل في تجاوز محنته، وجدت نفسي محاطاً بقلوب تفيض رحماً و حباً ودعماً لا حدود له، من جانب عائلتي وفريق العمل في شركة أدنوك؛ حيث توفرت لي رعاية صحية ونفسية متكاملة فائقة الجودة، جعلتني أكتسب القدرة على مقاومة تحديات المرض،

## حلمي في استثمار طاقة الشباب

رغم جهودي العميقة لمواجهة مرض السرطان، ومع بداية مسيرتي العملية في شركة أدنوك قدمت أفكاراً لاستثمار أوقات الفراغ وتحويل طاقات الشباب خلال فترة الإجازة الدراسية إلى ما هو منتج في حياتهم، الأمر الذي يؤهلهم ويمكنهم من القيام بأعمال مختلفة إضافة إلى التعرف عن قرب على بيئة العمل ومن ثم انتقاء المتميزين منهم للعمل بشكل كامل ومستمر فيما بعد؛ وهذه الأفكار تحولت بدعم كبير من قيادة الشركة ومسؤوليها الذين يعملون بروح الفريق- إلى مشروع مازال في مرحلة الدراسة لبيان إمكانية

يمكنني القول وبكل ثقة وفخر أنني من محاربي مرض السرطان؛ الذين حاربوا المرض وانتصروا عليه بالحب والثقة بالله عز وجل، فقد أصبت به مع أولى خطواتي في مسيرة الحياة العملية، كنت في ذلك الوقت شاباً مليئاً بالأمل والإقبال على الحياة، أبحث عن طريقي بكل شغف لتحقيق النجاح الذي يمكنني من تحقيق ذاتي وأداء رسالتي بحيث يكون لي أثر إيجابي في مسيرة هذا الوطن الغالي، الذي قدم لي الكثير وسهل لي طريق النجاح، فقد شاركت في العديد من المبادرات التطوعية المجتمعية، وامتلكت أفكاراً إبداعية أخرى للمساهمة في مسيرة البناء والتنمية.





القاسي أشعر بالانتماء والحب لهذه الأرض الطيبة، جعلني أستشعر رحمة الله سبحانه وتعالى ومقدار النعم التي وهبها للبشر، لقد مكنتني من استشعار الكمّ الكبير من الحب والدفء الذي أنعم به من جميع من حولي والذي عكسته كل القلوب المحيطة بي والذي تجسد في والذي الذي نفعتني بقوته في مواجهه الحياة بكل ما فيها، ولم يتوقف يوماً عن النصح والإرشاد سواء في مسيرة العمل أو في الحياة، وكذلك بأبهى صورة في شخصية أمي التي علمتني بالعمل قبل القول؛ معاني وقيماً عليا تحثني دائماً لأصل إلى أفضل نسخة من نفسي عبر العمل الدائم على تطوير ذاتي ثم أداء رسالتي في هذه الحياة والتي تتجسد في خدمة الوطن والإخلاص له؛ رداً للجميل.

ومن أبرزهم معالي الدكتور سلطان الجابر وزير الصناعة والتكنولوجيا المتقدمة، ورئيس مجلس إدارة شركة أدنوك الذي يبيث في نفوس العاملين معه روح الانتماء للوطن وللقيادة الرشيدة، ويشعلون الرغبة بداخلهم في الإنجاز وتطوير القدرة على صناعة المستحيل، ولن أنكر فضل ما يزرخ به الوطن الغالي من مؤسسات طبية عظيمة تقدم رعاية صحية متميزة سواء ممثلة في مستشفى كليفلاند أبوظبي أو مستشفى هيلث بوينت؛ والذي لا زلت أتلقى فيه الرعاية الحثيثة حتى هذه اللحظة والذي مكنتني وساعدني بشكل هائل على تجاوز كل تحدٍ جديد خلال رحلتي لمحاربة السرطان.

### التأثير العاطفي الإيجابي

لقد كان للمرض تحديات قاسية عديدة إلا أنه منحني منحة عديدة أيضاً، لقد جعلني هذا المرض

والتغلب عليه بين فترة وأخرى، بل أكثر من ذلك جعلتني شخصاً قوياً قادراً على تحدى أي مصاعب أيّا كانت، وعندما كان يتسلل شعور الضعف واليأس إلى نفسي بحيث يجعلني أفكر في قسوة ما أمر به من « لحظات فارقة» في وقت ما زلت فيه أتلمس طريقي في الحياة كان الأمل بالله عز وجل ودعم كل من حولي هو السند والصديق الذي يمسك بيدي ويخرجني من نفق اليأس المظلم.

### روح الانتماء

لكل منا قدوة تؤثر في سلوكه بشكل واع وغير واع، ومن أبرز الشخصيات التي أثرت بي ومنحتني القوة والقدرة على تحدي محنة المرض رجالات الوطن الأوفياء الذين يشكلون مثلاً يحتذى به لمواجهة التحديات والإصرار على بلوغ الأهداف، إنهم الرجال المخلصون لفريق عملهم ولمؤسساتهم،





# مدى تأثير البيئة المحيطة على الصحة النفسية للأطفال والأسرة في ظل الحروب المعاصرة

بقلم : المحامية/ شيوخه أحمد

مكتب شيوخه أحمد للمحاماة والاستشارات القانونية



الجهات المعنية ضرورة مواجهتها بأحدث الأساليب العلمية والنفسية، والتحكم بزمام الأمور من خلال الدراسة والبحث ووضع آليات المعالجة التي تتطلبها هذه الظاهرة والتي لو أهملت فإن نتائجها وآثارها النفسية قد لا تحمد عقبها على الطفل والعائلة بأسرها.

تعد سلسلة المتغيرات الاجتماعية التي حدثت على الطفولة منذ بداية القرن الحادي والعشرين تداعيات خطيرة ومرعبة، وأثرت بشكل مباشر وغير مباشر على الصحة النفسية للأطفال خاصة في ظل الحروب المعاصرة وتداعياتها الخطيرة على صحة أطفالنا النفسية والتي تستوجب من كافة

## أثر البيئة المحيطة للطفل وحالته النفسية

تركت الحرب جراحاً خفية في قلوب ونفوس الأطفال الأبرياء، الذين ولدوا في رحم المعاناة وذاقوا أشكال القهر والفقر والرعب، علاوة عن الذين فقدوا آباءهم وأمهاتهم خلال الحرب، أو من تعرّضوا للإعتداء والإستغلال.

## المشكلات النفسية للطفل في ظل التوتر القائم

1. الشعور الدائم بالخوف والقلق والإكتئاب.
2. تأخر النمو العقلي والبدني والعاطفي.
3. صعوبة الإندماج في المجتمع والعجز عن بناء روابط عاطفية مع الآخرين.
4. الإضطرابات السلوكية وردود الفعل العدائية.

## أثر التوترات المحيطة على الأسرة والطفل في ظل الحروب

الأسرة هي النواة الأولى والمكوّن الأساسي للمجتمع، وإنّ إلحاق الضرر بها يؤدي لإحداث خللٍ يطلّ المجتمع بأسره. هذا بعينه ما يحدث عند قيام الحروب، لا سيما في المجتمعات ذات الروابط الاجتماعية الوثيقة، إذ لا يقتصر التأثير السلبي للحرب على من عاشوا داخل مناطق النزاع، بل يمتدّ ليشمل ذويهم الذين فرّوا خارج البلاد.

ولذا على كافة الجهات المعنية تسخير كافة جهودها من أجل محاولة تجنب العائلة والطفل لهذه المأساة عبر التعاون مع الأسرة من أجل الحفاظ على حالة الطفل النفسية والمستقبلية وذلك عن طريق انخراطه في المجتمع بشكل سوي وعدم انعزاله عن أقرانه حتى يتمكن المجتمع من خلال الأسرة من إفراز جيل سوي يستطيع مواجهة المستقبل وفقاً لمتغيراته المرعبة.





بشكل مباشر لاسيما اعتقاد العديد من الأطفال بعدم مقدرة الوالدين على حمايتهم من الأخطار المحدقة بهم.

- وأصبح يعاني العديد من الأطفال من التفكك الأسري والمجتمعي وما نتج من ظواهر سلبية تؤثر على الطفل

الاجتماعي بشكل سلس وبطرق علمية صحيحة. وفي النهاية نتوصل إلى نتيجة مفادها أننا نواجه عصرا مليئا بالتحديات وكلنا مسئول (دولة وأسر) عن حماية أطفالنا بشتى الوسائل والطرق الممكنة من الخطر الذي يداهم مستقبلهم..

«حفظ الله أوطاننا وأطفالنا من كل مكروه»

لذا يتوجب على كافة الجهات المعنية العمل على حماية الطفل من الاضطرابات النفسية المحيطة به بالإضافة إلى حمايته من الخطر الأكبر وهو خطر الإنترنت، وتقديم التوعية من قبل المؤسسات التربوية والإعلامية والأمنية وفق منهاج إرشادي توعوي يحذر الأطفال من خطر الوقوع في شبكة الابتزاز الإلكتروني، وتدريبهم حول آلية الاستخدام الأمثل لوسائل التواصل





د. محمد الأجابي

المسمى الوظيفي: طبيب مقيم في قسم الطب النفسي  
بمستشفى توام

## كيف تتحكم بالغضب قبل أن يتحكم بك؟ إليك الخطوات.

جميعنا يمر بمواقف الغضب، وهو شعور إنساني طبيعي تماماً وصحي في بعض المواقف الحياتية ولكنه يخرج عن السيطرة أحياناً ليؤثر سلباً على جوانب كثيرة في حياتنا، فتصبح ردات أفعالنا غير متوقعة ونواجه صعوبة في التعامل مع مواقف الحياة اليومية بروية و حكمة. نستعرض هنا بعض الخطوات والأساليب التي تستطيع من خلالها ضبط مشاعر الغضب وتحيدها.

هم أقل عرضة للغضب والميول العدوانية، أضف إلى فوائدها الأخرى على الصحة النفسية من ناحية تحسين المزاج والنوم، والتقليل من التوتر، كذلك مما يعود بكثير من المنفعة على صحتك النفسية.

### تعلم تمارين الاسترخاء

التخيلات المريحة و تمارين التنفس هي تقنيات يمكن أن تساهم في تهدئة الغضب، هناك الكثير من الدورات و الشروحات والكتب التي تناولتها بالتفصيل مع كافة خطوات تطبيقها، يمكنك الاطلاع عليها لتعلمها.

### لا تحمل الضغينة في صدرك

التسامح هو من أقوى أدوات التخطي التي يمكن للمرء أن يستخدمها لكل من أساء إليه، لا يجب أن تأخذ كل موقف سيء في الحسبان و تظل عالقاً بمرارة كل التجارب السيئة مع الآخرين، فقط تحط و امضِ في حياتك واسع نحو تحقيق ما تريد، وبهذا

### أعد هيكلتك المعرفية

وتتمحور هذه الخطوة بتغيير طريقة تفكيرك، فبعض الأشخاص يميلون للسب أو القذف واستخدام العبارات المسيئة عند مواقف الغضب وما هي إلا انعكاس لكل تلك الأفكار الداخلية المتراكمة، ومن هذا المنطلق يجب أن تحاول استبدال هذه الأفكار بأخرى أكثر منطقية وعقلانية لتساعدك في ضبط الانفعالات عند المواقف المحتمدة. فبدلاً من أن تقول لنفسك « كل شيء تدمر ولن يعود لسابق عهده» قل « أوقن أن الذي حصل أمر سيء و أشعر بالانزعاج حياله، و لكنه ليس النهاية فلربما ستتحسن الأمور مع مرور الوقت».

### قم بممارسة التمارين الرياضية

إن الدراسات العلمية تشير إلى أن التمارين الرياضية تعمل كوسيلة للوقاية من الغضب، وأشارت دراسة حديثة أن الأشخاص الذين يمارسون هذه التمارين





ويستطيعون مشاركة آرائهم وطرح حلولهم لمشكلاتك الراهنة مما قد يساهم في تقليل نوبات الغضب، إن القفز المستعجل للاستنتاجات غير الصحيحة هو مدعاة للضجر والوقوع في الخطأ و من ثم تأزم المشاعر بعدها.

### عند الهدوء، عبر عن احتياجاتك و مخاوفك

قد لا يعلم من حولك ما الذي تريده أو شعورك بالرضا أو الانزعاج، ولذلك فإن عليك التعبير عنها صراحة دون تصادم أو وقاحة أو محاولة للسيطرة عليهم، وهنا سيتسنى للآخرين استيعابك وتحديد المواقف التي تتماشى معك و مع متطلباتك المناسبة.

### استعن بمساعدة المختص

إذا خرج الغضب عن السيطرة و بدأ بالتأثير سلباً عليك وعلى علاقاتك وأسرتك وعملك وإنتاجيتك وجوانب أخرى من حياتك، فإنه من الضروري الاستعانة بالمختص كالطبيب أو المعالج النفسي الذي يمكنه تعليمك بعض الأساليب والتقنيات أو حتى وضعك على بعض العلاجات التي تستطيع من خلالها حلّ مشكلة الغضب هذه.

فإنك تمنع ترسيخ طابع الغضب في شخصيتك.

### قم بحل المشكلات العالقة

قد يكون سبب نوبات الغضب المفرطة التي نمر بها هي مشكلات عالقة ومترابطة ، والغضب هو استجابة طبيعية لبعضها ولكنه قد يتجاوز القدر الصحي المطلوب. إن تدريب النفس على التعامل السليم مع الضغوطات وتطوير قدرات التكيف هو إحدى السبل لتحديد هذا الغضب بعيداً، فلا يكن هدفاً دائماً لإيجاد الحلول المباشرة أكثر من قدرتك على التعامل بحكمة و روية في الموقف الحالي دون تصعيد.

### استخدم الفكاهة

أثبتت الدراسات أن الفكاهة تساهم في تقليل التوتر، ويمكن استخدامها كذلك كحاجز ضد مشاعر الغضب، ولكن انتبه لئلا تترقى الفكاهة لتصبح سخرية واستهزاء بمن تخاطبه.

### تجنب كثرة لوم النفس

إن الاستمرارية بلوم وجد الذات وانتقادها يساهم في زيادة التوتر ومشاعر الغضب، حاول التخلص منها وكن متسامحاً مع نفسك.

### فكر جيداً قبل أن تتحدث

في اللحظات الحاسمة قد تقول أمراً و تبدأ رحلة الندم من بعدها، خذ بعضاً من الوقت لتجميع الأفكار وتحليلها بطريقة سليمة واتخذ قراراً بشأن الرد الصحيح. وبذلك الموقف أيضاً أسمح للآخرين بأخذ الوقت الذي يحتاجونه للتفكير في ردودهم.

### تواصل مع الآخرين بشكل أفضل

تعزز التواصل مع من حولك يفتح آفاقاً عميقة للتفكير، فلربما يرى الآخرون جوانب لا تراها



# طموح زايد 2..



إعداد: سارة حمادة

رئيس قسم البرامج والأنشطة بجمعية توعية ورعاية الأحداث



Twi/insta: sarahamada30

## انطلاقة ناجحة لأبرز استحقاقات قطاع الفضاء الإماراتي في 2023

### سلطان سيف النيادي

رائد الفضاء الإماراتي سلطان النيادي، صاحب أطول مهمة فضائية في تاريخ العرب، والتي تمتد لـ 6 أشهر على متن محطة الفضاء الدولية، ضمن البعثة 69. كما أنه أول رائد فضاء عربي يخوض مهمة سير في الفضاء.

كان سلطان النيادي احتياطيًا لهزاع المنصوري في أول مهمة علمية مأهولة إلى الفضاء لدولة الإمارات العربية المتحدة، على متن محطة الفضاء الدولية في 25 سبتمبر 2019 تحت شعار "طموح زايد".

انطلاق رائد الفضاء الإماراتي سلطان النيادي إلى محطة الفضاء الدولية في مهمة «طموح زايد 2» التي تستمر 6 أشهر.





على متن صاروخ (فالكون 9)، التابع لشركة سيس إس.

ووجه رائد الفضاء الإماراتي سلطان النيادي رسالة صوتية من قلب المركبة دراجون شكر خلالها القيادة الرشيدة ووالده وأمه ومركز محمد بن راشد للفضاء.

ويتألف طاقم المهمة الأساسي من سلطان النيادي اختصاصي المهمة، إلى جانب رائد الفضاء ستيفن بوين قائد المهمة، ووارين هوبيرغ قائد المركبة، وأندري فيديايف اختصاصي مهمة روسكوزموس.

وحظي إطلاق المهمة بمتابعة كبرى وسائل الإعلام في العالم التي خصصت تغطية شاملة

متقدمة، تشمل مجموعة من المجالات؛ أبرزها نظام القلب والأوعية الدموية، وآلام الظهر، واختبار وتجربة التقنيات، وعلم «ما فوق الجينات»، وجهاز المناعة، وعلوم السوائل، والنبات، والمواد، إضافة إلى دراسة النوم، والإشعاعات.

كانت المهمة الثانية لدولة الإمارات، لإرسال رواد فضاء إماراتيين إلى محطة الفضاء الدولية، قد انطلقت الساعة 9:34 من صباح اليوم الخميس من المجمع رقم 39A بقاعدة كيب كانافيرال الفضائية، بمركز كينيدي للفضاء التابع لناسا، في ولاية فلوريدا، على أن تصل الرحلة لمحطة الفضاء الدولية يوم غد الجمعة 3 مارس الساعة 10.17 صباحاً، وذلك

تأتي المهمة - التي تعد الأطول في تاريخ العرب - في سياق مجموعة الأحداث والأهداف الطموحة التي تعمل الإمارات على تحقيقها هذا العام والتي تتضمن إطلاق القمر الاصطناعي «MBZ»، ووصول المستكشف «راشد» إلى سطح القمر، فضلاً عن استضافة النسخة السابعة عشرة من المؤتمر الدولي لعمليات الفضاء 2023، أحد أبرز الأحداث الفضائية الرائدة عالمياً.

تعد «طموح زايد 2» إضافة نوعية للإنجازات العلمية التي حققها قطاع الفضاء الإماراتي حيث سيجري رائد الفضاء الإماراتي سلطان النيادي أكثر من 19 تجربة بحثية، ودراسات





وأردف رائد الفضاء الإماراتي قائلاً: «كنا في حالة ترقب، لأننا كنا ننتظر تقرير الطقس إذ لا يُمكننا النزول في طقس غير ملائم في نقطة الهبوط ونحاول أن نتجنب الأمواج أو الرياح التي يمكن أن تؤثر على هبوط المركبة».

وتابع النياي قائلًا: «الحمد لله صدر الأمر بإمكانية الهبوط واستغرقت الرحلة تقريبا 17 ساعة وقد كانت سريعة رغم أن المدة هي نفسها التي نستغرقها في العودة من هيوستن إلى دبي ولكن كانت سريعة».

وأضاف رائد الفضاء الإماراتي قائلاً: «كانت لدينا الفرصة لننام قليلا ونأكل ولكن عندما رأينا أننا اقتربنا من المرحلة الأخيرة كانت لحظات جميلة جدا وأنذكر زميلي وودي هوبورج

في المنشور: «منذ بداية التحضيرات التي استمرت 5 سنوات إلى العيش أكثر من 180 يومًا في الفضاء كانت هذه المهمة من أجمل التجارب التي مرت في حياتي».

وأضاف النياي قائلًا: «بعد الرجوع إلى الأرض، حان الآن موعد العودة إلى الوطن.... أشوفكم على خير في دار زايد».

وروى رائد الفضاء الإماراتي في المقطع الذي نشره تفاصيل جديدة حول عودته من محطة الفضاء الدولية إلى الأرض قائلاً: «أمانة، الأيام الأخيرة قبل الهبوط كانت أيام كلها حماس ومزيج بين حزننا على توديع المكان الذي كان بيتنا وأوينا وعائلتنا التي قلنا لها: «مع السلامة»، وكذلك الشعور بنفس الوقت بالحماس لرجوعنا إلى الأرض».

وموسعة للحدث التاريخي تضمنت لقاءات ومدخلات مباشرة من قبل أهم المختصين في مجال الفضاء الذين تحدثوا عما تمثله هذه المهمة من إضافة نوعية للمعرفة والعلوم الإنسانية عموماً.

وتابع الملايين من حول العالم لحظة بلحظة خطوات تحضير رواد الفضاء المشاركين في المهمة ووصولهم إلى مركز «جون كينيدي»، ودخولهم المركبة الفضائية «سييس إكس دراجون انديفور»، وصولاً إلى اللحظات الأولى لعملية الإطلاق الناجحة.

**سلطان النياي يكشف موعد عودته إلى الإمارات ويستذكر ما عاشه في رحلة الهبوط على الأرض**

كتب رائد الفضاء الإماراتي



وبث تلفزيون دبي لقطات مصورة للحظة وصول سلطان النيادي إلى مطار أبو ظبي، واستقباله من جانب الشيخ محمد بن زايد والشيخ محمد بن راشد، وسط حشد من الحضور.

وأعطى النيادي العلم الإماراتي الذي أخذه معه إلى الفضاء، إلى الشيخ محمد بن زايد، قائلا: «أبشرك علمكم وصل للفضاء مرة ثانية، هذه المرة خارج المحطة (الدولية).. مجرد بداية.. إن شاء الله تتلوها رحلات فضائية... ودنا نروح المريخ إن شاء الله»

قال: تخيلوا أن هذا سيكون المدار الأخير، وكنا حينها تقريبا فوق ولاية فلوريدا، فقال هذا المدار الأخير حول الأرض لأننا في الاستدارة الثانية سنكون في مرحلة الهبوط».

وعن مرحلة الهبوط، قال النيادي: «كانت سريعة جدا وبدأت الدفاعات التي تُبطئ من سرعة المركبة وبعدها بدأنا نشعر بعمل الجاذبية وشعرنا أن الضغط بدأ يرتفع»، ووصف الضغط بأنه كان «شديدا جدا».

وتابع رائد الفضاء الإماراتي قائلا: «بدأت أرى البلازما من النافذة وكأنه حريق»، وأردف: «لقد كان لدينا ثقة بالمركبة التي كنا فيها، لكن شعور الخوف والترقب شعور جدا طبيعي والأصوات كانت جدا عالية والحرارة التي تراها أمامك تشعرك بالخوف أو الترقب لكن الثقة والتدريب جعلتنا نهبط بسلام».

## استقبال استثنائي لرائد الفضاء سلطان النيادي بعد وصوله إلى أرض الوطن

استقبل رئيس دولة الإمارات العربية، الشيخ محمد بن زايد، ونائبه الشيخ محمد بن راشد رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رائد الفضاء الإماراتي سلطان النيادي لدى عودته إلى البلاد.

في مطلع سبتمبر/ أيلول، عاد النيادي إلى الأرض بعد إنجازه أطول مهمة لرائد فضاء عربي في الفضاء، امتدت نحو 6 أشهر عندما انطلق في مهمة علمية إلى محطة الفضاء الدولية في أوائل مارس/ آذار على متن صاروخ سبيس إكس فالكون 9.



## فاكهة «رامبوتان» الاستوائية وفوائدها



أحد أشهر أنواع الفواكه الاستوائية التي لا نعرف عنها كثيراً في منطقتنا العربية ثمرة «الرامبوتان» وهي فاكهة شجرية استوائية صالحة للأكل يعود أصلها إلى إندونيسيا، وتوجد في مناطق أخرى كالفلبين وتايلاند وكمبوديا وسيرلانكا والهند وماليزيا وأستراليا. يرجع إطلاق هذا الاسم على الفاكهة لأن الاسم يترجم حرفياً باللغة الماليزية والإندونيسية بالشعر وذلك لوجود الشعر الشائك الذي يغطي قشرتها التي غالباً ما يكون لونها أحمر أو أصفر، والجزء الذي يمكن أكله في تلك الفاكهة هو اللب الأبيض وطعمه يميل إلى الحلو الحامضي، يقترب طعم «الرامبوتان» من العنب.

وفاكهة الرامبوتان ذات قيمة غذائية عالية فهي تحتوي على المغنيسيوم والكالسيوم والصوديوم والحديد والفسفور والبوتاسيوم والزنك، إضافة إلى فيتامينات سي وبي، وحمض الفوليك، والثيامين، والريبوفلافين، والنياسين، كما تحتوي على الكربوهيدرات والألياف النباتية والدهون والبروتينات كذلك نسبة جيدة من السعرات الحرارية والماء.

### أما بالنسبة لأبرز فوائدها فهي كالآتي:

تساعد في ضبط نسبة السكر في الدم، وخفض ضغط الدم المرتفع.

تحتوي على حمض الغال والذي يحمي خلايا الجسم من التلف والتأكسد، حيث يحارب الشوارد الحرة التي تسبب مرض السرطان.

تساعد على إنتاج خلايا الدم البيضاء والحمراء وتحفيز عمل الجهاز المناعي.

تعالج مرض الأنيميا « فقر الدم » الناتج عن نقص الحديد.

تحتوي على نسبة عالية من الألياف تشعر الشخص بالشبع لساعات طويلة، مما يقلل من نوبات الجوع ويساعد على ضبط وإنقاص الوزن الزائد.

تعالج المشاكل العصبية فهي تهدئ الأعصاب وتساعد على الاسترخاء، كما تفيد في علاج الحمى لأنها تخفض حرارة الجسم.

تحسن عملية الهضم وتحتوي على مضادات الالتهاب فتقتل الفطريات والبكتيريا المعوية التي تسبب مشاكل الإسهال والدوسنتاريا، فهي مطهرة جيدة للأمعاء.



# أسماء من التراث

إعداد: محمد سلامة عوض الله

كثيراً ما يسمع بعض الأسماء ولا يعرف معناها، بل ربما يكون صاحب الاسم نفسه لا يعرف معنى اسمه، وكثير من هذه الأسماء تحمل معاني جميلة وقيماً نبيلة. وإليكم طائفة من هذه الأسماء مع توضيح معانيها.

## شمايل

جمع شمال، والشمال خلاف اليمين، والشمال كذلك الطبع والخلق وجمعها شمائل، قال أبو ذؤيب الهذلي: ألم تعلموا أن الملامة نفعها قليل وما لومي أخي من شماليا

أي ليس من خلقي أن ألوم الصديق

والشمال والشمال بالهمز ربح تهب من ناحية الشام وتجمع على شمائل على غير قياس، قال أبو خراش الهذلي:

تكاد يدها تُسلمان رداه من الجود لما استقبلته الشمائل  
أي عندما تهب عليه ربح الشمال. وقد خفت العرب همزة "شمائل" فقلبوها باء على عادتهم فقالوا شمايل، كقولهم عليا في علياء وشما في شماء.

ولعل العرب سمت بهذا الاسم "شمايل" تفاؤلاً بأن تكون صاحبة الاسم رقيقة الطبع كنسيم الشمال أو ذات خلق كريم.

## حرملة

الحرملة حب كالسمسم واحدته حرملة، وهي زهرة كزهر الياسمين، وكان العرب يعالجون به المحموم. ولا تأكل أوراقه الدواب قال طرفة:

هم حرملة أعياء على كل آكل مبيتنا ولو أمسى سوامهم دغرا،

أي أنهم في عدم نفعهم كالحرملة الذي لا تقربه السوام أي الماشية.

ويصغر من باب التحبب فيقال حريميل. وقد سمت العرب بهما معاً فقالوا حرملة وحريميل.

وربما سموا به تفاؤلاً بأن يكون صاحبه منيعاً مستعصياً على أن يقربه أحد بشر.

## الريم

الريم بكسر الراء الظبي الخالص البياض وأصلها ريم بكسر الراء والهمز، ولكن العرب قلبت الهمزة ياءً استثقلاً لها في النطق. والريم بفتح الراء آخر النهار إلى دخول الظلمة، والانتقال من مكان لآخر، والزيادة والفضل، يقال له علي ريم أي فضل.

وربما سمت العرب بهذا الاسم تشبيهاً لصاحبه بالظبي في الخفة والجمال.





# من برنامج

## تحت شعار #يوم\_المعلم\_العالمي

الشيخ محمد بن زايد: في اليوم العالمي للمعلمين، أعبر لهم عن الامتنان والتقدير لعطائهم ورسالتهم السامية في التربية والتعليم. استثمارنا في التعليم مصدر رئيس لنجاحنا في مختلف المجالات، والمعلم هو الركيزة الأساس في هذه المهمة الوطنية، وعليه مسؤولية كبيرة مع الأسرة في تنشئة الأجيال على القيم والأخلاق القويمة..



الشيخ محمد بن راشد: المعلم أشرف وظيفة عرفها البشر ... الأنبياء معلمون للناس الخير .. القادة معلمون وقدوات لشعوبهم .. الأمهات والآباء معلمون في أسرهم .. والأم مدرسة ... كلنا معلمون .. وفي يوم المعلم نشكر ونقدر جميع المعلمين والمعلمات المخلصين في مهامهم الوطنية .. من مدارسنا نرى مستقبل بلادنا ..



د. أحمد بالهول الفلاسي: في يوم المعلم العالمي، أتوجه بالشكر والتقدير والعرفان إلى جميع معلمينا الذين يضيؤون بنور علمهم وعملهم الطريق للأمم من أجل التقدم والنجاح، أؤكد في يومهم العالمي على أهمية عملهم التربوي وأثره الإيجابي في تنمية المجتمعات والارتقاء بحياة الإنسان.. كل عام وأنتم بخير ودمتم ذخراً للوطن وبناء للأجيال..



جمعية توعية ورعاية الأحداث: بعطائكم ... تبني الأجيال وتنهض الأمم .. شكراً لكم ...



نورة عبدالله: ما أشرفت في الكون حضارة، إلا وكانت من ضياء المعلم.



وضحة الغبيوي: هل ينكر الطيرُ غصناً كان يحملهُ .. أم ينكرُ الزَّهرُ غيماً كان يسقيه.



حاكم جابر: شكراً لِمربي الأجيال، شكراً لمن غرس بذرةً نحصدُ ثمارها كُل يوم



هند: سلامٌ على كل من علمني حرفاً ، و سلامٌ على سدنة الحروف وأسياد الصفوف ، و سلامٌ وألف سلام لبناة المستقبل وصانعي المجد والتاريخ.



فايز المالكي: دمتم رمزا للعطاء والبذل .. دمتم مصابيح تضيء دروب أجيالنا.



سارة حمادة: تحية شكر وتقدير لكل معلم ومعلمة .. شاكرين لكم جهودكم الطيبة في تعليم وتنشئة أبنائنا ..كل عام وأنتم بخير ومنبر للعلم ...





# يوم العلم FLAG DAY

نوفمبر 3 November



جمعية توعية ورعاية الأحداث  
Juvenile Association



juvenile.ae



Ae juvenile



@juve\_nilee



جمعية توعية ورعاية الأحداث  
Juvenile Association



# اهلاً بعودتك لأرض الوطن

رائد الفضاء سلطان النيادي  
ASTRONAUT. SULTAN AL NEYADI