

# الوعي الاجتماعي



مجلة دورية العدد 87 - السنة السابعة عشرة - مايو 2024 م

جمعية توعية ورعاية الأحداث  
Juvenile Association



## رسالة أطفال الإمارات إلى أم الجميع.. أم الإمارات

A letter from children of the UAE  
to the **Mother of the Nation**



جمعية توعية ورعاية الأحداث  
Juvenile Association



يوم الطفل الإماراتي  
EMIRATI CHILDREN'S DAY  
مارس 15 March

حقوق الطفل في الحماية



# أطفالنا .. في عصر الرقمنة



**بقلم : الدكتور جاسم خليل ميرزا**

رئيس اللجنة الإعلامية

عضو مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث

في عصر التحول الرقمي في جميع مجالات الحياة اليومية أصبحت التربية واحدة من التحديات التي تواجه أولياء الأمور في التعامل مع أبنائهم في ظلّ تسارع انتشار التقنيات الحديثة، الأمر الذي يتطلب معه بذل الجهد الكبير في متابعة الأبناء وهم يتعاملون مع هذا الانفتاح المثير الذي أصبح هاجساً للجميع .. تمثل الرقمنة محفزاً للنمو الاقتصادي على المدى الطويل ، مما يسهم في تعزيز الاستدامة وفتح آفاق لفرص جديدة للابتكار والتطوير كما يساهم بشكل كبير في تحسين وصول المعلومات إلى أفراد المجتمع بسهولة ويسر، كما يعمل على تسهيل وتيسير خدمات المؤسسات الخدمية.

في المقابل توجد العديد من العيوب والمخاطر في عملية التحول الرقمي بسبب عدم قدرة بعض الأشخاص أو المجتمعات على الوصول إلى التقنيات الرقمية أو عدم إمتلاكهم القدرات المطلوبة لاستخدامها.

بعض الآباء للأسف لا يملكون مهارات التعامل مع التكنولوجيا الحديثة وبالتالي لا يستطيعون مجاراة أبنائهم في هذا المجال مما يخلق فجوة رقمية بينهما وتصبح أمور التربية والمتابعة والمراقبة أمراً صعباً يدفع الأبناء في الوقوع في برائن الانحراف والجريمة.

ومن خلال ما تم رصده فإن الأبناء وخاصة الأحداث منهم أكثر وقوعاً في ارتكاب الجرائم الإلكترونية كالاطلاع على المطبوعات الممنوعة والحصول على خبرات ضارة وتأجيج العدوانية واللهو غير البرئ والتنصت والاطلاع غير المؤمن على أسرار الغير والمعاكسات من خلال البريد الإلكتروني .. وغيرها من الجرائم التي يعاقب عليها القانون.

وفي دراسة علمية أجريت على أطفال أعمارهم ما بين 8-17 عاماً تعرضوا لمواقف سيئة عن استخدام الإنترنت:

28% قاموا بتحميل فيروسات سيئة عند استخدام الإنترنت .

22% أضافوا أشخاصاً لا يعرفونهم إلى قائمة الأصدقاء في الشبكات الاجتماعية.

20% شاهدوا صوراً وأفلاماً عنيفة جداً من خلال الإنترنت. 43% وصلوا إلى محتويات غير لائقة.

35% تواصلوا مع أشخاص مشبوهين. 35% أعطوا الكثير من المعلومات والتفاصيل الشخصية إلى الغرباء.

وحتى نحمي أبنائنا من سلبيات الرقمنة لابد من تدريبهم على حماية خصوصيتهم وعدم نشر أية بيانات أو صور أو معلومات قد يساء استغلالها والحرص على تعزيز وتحديد أوقات استخدام الإنترنت والتقنيات الحديثة والهواتف الذكية حتى لا يصبح أبنائنا عرضة لإدمان الإنترنت.

كما أننا بحاجة الى بناء علاقات إيجابية مع الأبناء حتى يسهل التواصل معهم في الإبلاغ عن أي مشكلة قد يتعرضون لها من خلال تواجدهم على المواقع الإلكترونية.

**حماية الأبناء مسؤوليتنا جميعاً .. فلنحرص عليهم ونحميهم بشتى الوسائل والطرق.**

# في هذا العدد

مجلة دورية تصدرها جمعية توعية ورعاية الأحداث

السنة السابعة عشرة - العدد 87 - مايو 2024



الملتقى التوعوي بعنوان «وقفة مع قضايا الأحداث الجانحين»

04



مشاركات أعضاء مجلس الإدارة بالمجالس والأسيات الرمضانية لعام 2024م

06



جلسة حوارية بعنوان: «التحديات التي تواجه الأسرة»

08



جمعية توعية ورعاية الأحداث  
Juvenile Association

رئيس مجلس الإدارة  
**الفريق**  
**ضاحي خلفان تميم**

رئيس التحرير  
**الدكتور**  
**محمد مراد عبد الله**

مدير التحرير  
**الدكتور**  
**جاسم خليل ميرزا**

الاشراف والمتابعة  
**سارة حمادة**

التدقيق اللغوي  
**محمد سلامة**

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

12

برعاية معالي الفريق ضاحى خلفان تميم  
«جمعية توعية ورعاية الأحداث»  
تحفل بيوم الطفل الإماراتي



16

الأمسية الرمضانية بعنوان: « سمات الأسرة المستقرة »

20

اليوم العالمي للإنترنت ...كن آمناً رقمياً

24

أهمية التواصل الأسري

28

التحصين الفكري حاجة ملحة

30

عشرون عاماً لـإرث زايد الخير

36

تأثير التكنولوجيا على الأدب ...

38

مجالس الأسرة في شهر العطاء

44

حملة «وقف الأم»



## تحت رعاية معالي الفريق ضاحي خلفان تميم رئيس مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث نظم فرع الفجيرة بالتعاون مع إدارة الرعاية المجتمعية في الفجيرة التابع لوزارة الداخلية ملتقى توعوياً بعنوان «وقفه مع قضايا الأحداث الجانحين»

بشحن الهمم والاستقامة وإصلاح أنفسهم وذواتهم حتى يعودوا إلى أحضان الوطن أفراداً صالحين أسوياء كما كانوا عليه سابقاً، كما وجه رسائل مباشرة إلى أولياء أمورهم وأسرههم طالبا منهم الاهتمام بأبنائهم ورعايتهم حق الرعاية حتى يشبوا على حب الوطن واحترام

بالفجيرة في الوقفة الأولى في هذا الملتقى قدم الدكتور سيف الجابري عضو مجلس الإدارة رسالة إلى الأحداث الجانحين من نزلء المركز أكد فيها أنهم جزء من هذا المجتمع وهم بنیان صحيح تعثر في خطوته بسبب الوقوع في بعض الجرائم البسيطة مطالباً إياهم

بحضور سعادة الدكتور جاسم خليل ميرزا عضو مجلس إدارة الجمعية والدكتور سيف الجابري عضو مجلس إدارة الجمعية والعقيد سلطان الكتبي مدير مكتب ثقافة احترام القانون بوزارة الداخلية وعدد من الضباط العاملين بقسم الرعاية المجتمعية





هبة محمد عبد الرحمن كما قام سعادة العقيد سلطان الكتبي مدير مكتب ثقافة احترام القانون بوزارة الداخلية بتكريم كل من الدكتور جاسم ميرزا والدكتور سيف الجابري والأستاذة هبة عبد الرحمن شاكراً لجمعية توعية ورعاية الأحداث على جهودها المجتمعية للتوعية بمشاكل وقضايا الأحداث مؤكداً على أهمية التعاون الدائم والمستمر بين الطرفين لعقد مثل هذه البرامج مستقبلاً.

بقسم الرعاية الاجتماعية بالفجيرة حيث أكدت الأستاذة هبة محمد عبد الرحمن في محاضرتها على أهمية وضع خطط وبرامج علاجية وفق مقاييس علمية وتحليل سلوكي للجرائم التي ارتكبتها الأحداث حتى يتمكن المعالج من تشخيص حالاتهم ووضع البرامج العلاجية المناسبة لكل حالة . وفي ختام الملتقى قام الدكتور جاسم ميرزا عضو مجلس الإدارة بتكريم المستشار

قوانينه وأنظمته وحتى لا يقعوا في مثل هذه الجرائم التي قد تضر بمستقبلهم وتجعلهم أفراداً معادين للمجتمع وقوانينه. وفي المحطة الثانية من هذا الملتقى قدمت المستشار هبة محمد عبد الرحمن عضو مجلس إدارة الجمعية الخليجية للاجتماعيين محاضرة حول كيفية التعامل الأمثل مع الحدث الجانح استهدفت عدداً من العاملين والأخصائيين الاجتماعيين والنفسيين





## مشاركات أعضاء مجلس الإدارة بالمجالس والأمسيات الرمضانية لعام 2024م



المشاركة بمجالس وزارة الداخلية 2024م لشهر رمضان المبارك، في منزل الدكتور عارف الشيخ ومثل الجمعية بالمجلس سعادة حسين حسن ميرزا محمد الصايغ عضو مجلس الإدارة بجلسة بعنوان «الأسرة عماد المجتمع».

حياة كريمة ولائقة لها والارتقاء بجودة معيشتها. وتم استعراض أهم ملامح المرسوم بالقانون الاتحادي رقم (50) لسنة 2023 في شأن تنظيم مؤسسات النفع العام، والاطلاع على مستجداته والتعديلات الجديدة التي تضمنتها مواد مرسوم القانون.

الاستراتيجية مع مؤسسات العمل الخيري والإنساني والتعاون معها من خلال توقيع مذكرات تفاهم مع (18) جمعية ومؤسسة خيرية من أجل ترسيخ التعاون والتنسيق المشترك معها، ولدعم الأسر الإماراتية المستحقة وتوفير

المشاركة بقاء وزارة تنمية المجتمع مع مؤسسات النفع العام في فندق حياة غراند دبي بحضور كل من سعادة سلطان صقر السويدي نائب رئيس مجلس الإدارة والأستاذة بدرية عبدالله الياسي عضو مجلس الإدارة، بهدف تعزيز الشراكة



مريم الأحمدى حيث أكدت على أخلاقيات شباب دولة الإمارات ودعمهم للقيم الوطنية

وأفاق عالمية»، بالمجلس الرمضاني النسائي بعنوان (منظومة القيم الإماراتية) ومثل الجمعية بالمجلس الأستاذة

المشاركة بمجالس وزارة الداخلية لعام 2024م في دورتها الثالثة عشرة تحت شعار المجتمع الإماراتي «جذور أصيلة





• بحضور معالي حصة بنت عيسى بوحميد، مدير عام هيئة تنمية المجتمع وسعادة أحمد درويش المهيري، مدير عام دائرة الشؤون الإسلامية والعمل الخيري تم تنظيم مبادرة (إفطار دبي) في موسمها الثالث على التوالي، ضمن حملة «رمضان في دبي» في مدينة إكسبو في ساحة الوصل بحضور الأستاذة فاطمة عبدالله الدربي عضو مجلس الإدارة.



• شاركت جمعية توعية ورعاية الأحداث في المجلس الرمضاني الأول الذي نظمته جمعية واجب التطوعية بعنوان «إنجازات قائد ومسيرة وطن نحو الاستدامة.. اليوم للغد» حضر المجلس الرمضاني، معالي الشيخ خليفة بن محمد بن خالد آل نهيان، رئيس مجلس إدارة جمعية واجب التطوعية، وأبناؤه الشيخ خالد والشيخ محمد، إلى جانب المتحدث معالي خليفة شاهين المرر، وزير دولة في وزارة الخارجية، كما شارك بالحضور كل من الدكتور سيف الجابري، والأستاذة مريم الأحمد، أعضاء مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث، وعدد من المسؤولين والأدباء والإعلاميين.





## برعاية معالي الفريق ضاحي خلفان تميم رئيس مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث تقيم الجمعية جلسة حوارية بعنوان : «التحديات التي تواجه الأسرة في الاستقرار والترابط الأسرى وتأثيره على الأبناء»

والإنفاق عليها، وعلى الزوجة إعطاء الزوج حقه وعدم مخالفة أمره“

تحت رعاية معالي الفريق ضاحي خلفان تميم رئيس مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث أقامت الجمعية جلسة حوارية تحت عنوان « التحديات التي تواجه الأسرة في الاستقرار والترابط الأسرى وتأثيره على الأبناء» وذلك في مقر كافييه وندرلوست

التي توليها الدولة الأهمية القصوى“

• **ناعمة الشامسي** ” حل النزاعات الأسرية يضمن بيئة صحية ومستقرة لأفرادها ويعزز التواصل البناء الذي يقوى العلاقات الأسرية ويقلل من حدوث الخلافات“

• **أحمد الشحي** ” يجب إعطاء الزوجة حقه في الوقت والاستماع لها ، والتحدث إليها،

**دي / ثناء عبد العظيم**

• **الدكتور عبد الله البلوشي** ” المودة تعكس قوة الترابط بين أفراد الأسرة وركيزة للتفاهم وحل المشكلات بينما الرحمة تسهم في تقديم الدعم النفسى والتسامح في مواجهة التحديات“

• **موزه الشومي** ” الأسرة الإماراتية هى الجوهر والغاية





واستدامتها ينطلقان من البيت والأسرة وإن الحفاظ على كيانها أولوية في عملنا، كما أن الأسرة هي المدرسة الأولى وصمام أمان المجتمع والأجيال المستقبلية . وأكد سموه على أن الأسرة نواة الحفاظ علي منجزات وطننا واستمراريته وأن الارتقاء بقدرات الأسرة الإماراتية لخلق أجيال واعدة مسؤوليتنا جميعا. وذكرت الشومى أن أجندة دبي الاجتماعية 33 تستهدف تحقيق خمس غايات أهمها الترابط والتسامح الأسرى والتمسك بالقيم والهوية الوطنية، ويبقى الاستقرار الأسري والاجتماعي للمواطنين هو الهدف الرئيس دائما للقيادة الرشيدة، وأن الأسرة الإماراتية هي الجوهر والغاية التي توليها الدولة الأهمية القصوى.

في دعم واستقرار الأسرة ، بالإضافة إلى مفهوم الاستقرار الأسرى وأهميته علي المجتمع في مستهل الجلسة الحوارية بدأت موزة الشومي عضو مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث بكلمة قالت فيها إن دولة الإمارات تركز ضمن أولويات عملها ومبادراتها على تعزيز الصلات الاجتماعية في النسيج الأسرى الإماراتي وتأكيد معاني الوحدة والترابط بين كافة أفراد الأسرة والمجتمع . وأضافت أن هذه المبادرات والمشاريع التي تحقق رؤية مئوية الإمارات أشار إليها صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي عند اعتماد مجلس الوزراء سياسة الحماية الأسرية قائلا: إن الإمارات منظومة أسرية متماسكة، استقرارها

بمنطقة الخوانيج ووك .. شارك فيها كل من الدكتور عبد الله موسى البلوشي مستشار في دائرة الشؤون الإسلامية والعمل الخيري بدبي وناعمه خلفان الشامسي رئيسة قسم الأسرة والشباب في هيئة تنمية المجتمع وأحمد علي سليمان الشحي أخصائي إدارة الجلسات في محاكم دبي وأدارت الجلسة موزة سالم الشومى عضو مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث وحضرها عدد من أعضاء الجمعية وبعض القيادات النسائية والأسر .. تناولت الجلسة عدة محاور دارت حول المودة والرحمة بين الأزواج ومساهمة ذلك في الاستقرار الأسري، ودور الوالدين في تنشئة الأبناء، وتأثير ذلك على القيم والأخلاق كما تناولت الجلسة الحوارية الخلافات الأسرية وأثرها على الأبناء ودور التوجيه الأسرى





## المودة والرحمة

قيم ومبادئ حميدة يوصي بها ديننا الحنيف لها تأثير كبير على حياتنا الأسرية المودة والرحمة بهما تستقر الحياة الزوجية وتسير في راحة وهدوء قال الدكتور عبد الله موسى البلوشي مستشار في دائرة الشؤون الإسلامية والعمل الخيري بدبي إن الاستقرار الأسري يتطلب أن يكون بين الزوجين مودة ورحمة ولا ينسيًا الفضل بينهما ، فالحياة الزوجية لا تخلو من المشكلات مضيئاً « أن الود والاحترام والتقدير عوامل تجلب السعادة في البيت ومن أسس الاستقرار الأسري، فالمودة تعني خالص المحبة وتسهم في تعزيز الدعم العاطفي

مع حبيب القلوب وليس مع أعضاء القروب، التي هي أهم من العائلة . مشيراً إلى أن التعامل بين الزوجين يكون بالاحترام والتقدير والابتعاد عن الانتقام لأن ذلك له تأثير إيجابي على سلوك أفراد الأسرة التي تعيش في جو من المحبة والرعاية وتنعكس علي تحقيق إنجازاتهم في حياتهم الشخصية والمهنية .

وحول تأثير تلك القيم على الأبناء قال الدكتور عبد الله على الأبناء إظهار الرحمة للوالدين والحرص على راحتهم ومخاطبتهم باللين، قال الله تعالى: ﴿وَنَادَى نُوحٌ ابْنَهُ وَكَانَ فِي مَعْزِلٍ يَا بُنَيَّ ارْكَب مَعَنَا وَلَا تَكُن مَعَ الْكَافِرِينَ﴾ فقد نصح ولده وتحدث معه بخطاب

والتسامح والاستقرار الأسري وجعل أفراد الأسرة يعيشون في راحة وأمان ، مشيراً إلى أن هناك طرقاً لجلب المودة ؛ منها أن يشارك كل من الزوجين الآخر بوجوده وجسده وفكره أثناء الجلوس معه ، وأن يواسي منهم الحزين كما كان نبينا يفعل مع صحابته ، فلا بد من الاهتمام بالطرف الآخر والتوجيه باللين واللفظ لا بالمواجهة والعناد والشكوى الدائمة . وقال: إن المودة تعكس قوة الروابط العاطفية بين أفراد الأسرة وهي ركيزة للتفاهم وحل المشكلات بينما الرحمة تسهم في تقديم الدعم النفسي والتسامح في مواجهة التحديات، وتقوي الروابط بين أفراد الأسرة وتعزز السعادة الأسرية، وأن يكون التواصل





إن أسباب الخلافات الأسرية كثيرة ومتعددة ونذكر منها التسرع في الزواج وعدم الإلمام بالحقوق والواجبات المترتبة على الزواج وترتيب الوقت وإعطاء كل ذي حقه حقه ، فيجب إعطاء الزوجة حقها في الوقت والاستماع لها والتحدث إليها، والإنفاق عليها، ويجب على الزوجة إعطاء الزوج حقه وعدم مخالفة أمره إلا في شيء لا يرضي الله إن أمرها به. مضيفاً أن دخول أطراف أخرى بعيداً عن الزوجين في الخلافات يفاقمها ويصعدها ،وما كانت تستدعي ذلك العناد الزائد ويجب ألا يتم إدخال أي أحد خارج الأسرة في الخلافات بين الزوجين، وفي حال تفاقمها يتدخل أهل الحكمة للتوفيق بينهما، وأن تتوفر بيئة مناسبة للنقاش والحوار بين الزوجين والأبناء. كل ذلك كفيل بأن يجعل الحياة طيبة وسعيدة ..

أبناءؤها بالأمان والراحة، أصحاب نفسياً وجسدياً ، لأن كثرة المشكلات تزيد من التباعد بين أفراد الأسرة وتصيب الأطفال بأمراض نفسية تؤدي بهم إلى الانحراف.

وأضافت الشامسي بأن الخلافات الأسرية من عدم تلبية احتياجات ورغبات الآخر وعدم توفير المصروف الشهري للأبناء وكذلك مشاكل الرؤية تزعزع الأسر وتؤدي إلى انقطاع التواصل وتفاقم الخلافات التي تؤثر على تربية الأبناء بشكل كبير، وتعرقل عملية نموهم العاطفي والاجتماعي. مشيرة إلى أن حل النزاعات الأسرية يضمن بيئة صحية ومستقرة بين أفرادها ويعزز التواصل البناء الذي يقوي العلاقات الأسرية ويقلل من حدوث الخلافات.

### الخلافات الزوجية

في ذات السياق قال: أحمد علي سليمان الشحي أخصائي إدارة الجلسات في محاكم دبي

لطيف وجميل خوفاً عليه. مضيفاً بأن المودة والرحمة تلعبان دوراً هاماً في تنمية القيم والأخلاق لدى الأبناء وتساهم في تربيتهم بشكل صحيح ، وتشجع على الالتزام بالمسئوليات والاستقرار الأسري على المدى الطويل فالبيئة العاطفية الإيجابية تعزز تقدير الأطفال للعلاقات الصحيحة وتشجع على تطوير الثقة بالنفس وفهم الأبناء للتسامح والتعاون بعيداً عن الصراعات .

### مفهوم الإستقرار الأسري

وحول مفهوم الاستقرار الأسري قالت: ناعمة الشامسي رئيس قسم الأسرة والشباب في هيئة تنمية المجتمع إنه التفاعل الدائم في العلاقات الاجتماعية داخل الأسرة الواحدة من خلال تلبية احتياجات الأبناء الاجتماعية والنفسية والثقافية في كل مرحلة من مراحل حياتهم ، وهذا التفاعل يجعل الأسرة مستقرة سعيدة يتمتع





## برعاية معالي الفريق ضاحي خلفان «جمعية توعية ورعاية الأحداث» تحتفل بيوم الطفل الإماراتي

من شهر مارس من كل عام بيوم الطفل الإماراتي ويأتي ذلك في ضوء الاهتمام البالغ الذي توليه دولة الإمارات بحقوق الطفل.

تهدف هذه الفعاليات إلى تعزيز التوعية بحقوق الأطفال ودورهم في المجتمع، وتشجيع الأطفال على المشاركة الفاعلة في الأنشطة الاجتماعية والثقافية، كما تضمنت الفعاليات العديد من الأنشطة الترفيهية والتعليمية المصممة خصيصاً لإسعاد الأطفال وتطوير قدراتهم، والاحتفاء بهم

• سارة حمادة « الطفل الإماراتي واعد لديه من الوعي في التفكير بمستقبله وهذا يعكس التربية القيمة والفعالة في المجتمع»

تحتفل جمعية توعية ورعاية الأحداث في الإمارات بيوم الطفل الإماراتي، تحت رعاية معالي الفريق ضاحي خلفان، رئيس مجلس إدارة الجمعية وذلك بنادي ضباط الشرطة دبي، من خلال تنظيم فعاليات وأنشطة مبهجة، وبحضور عدد من الأطفال والأسر.. يذكر أن دولة الإمارات تحتفل في الثالث

تحقيق / ثناء عبد العظيم

• معالي الفريق ضاحي خلفان « الدولة تمنح الأطفال أولوية قصوى، في هذا اليوم الخاص وتلتزم بالحماية والرعاية اللازمة لهم وتوفير الفرص التعليمية والترفيهية التي تساهم في تنمية مهاراتهم»

• موزة الشومي « تخصيص يوم الطفل الإماراتي بهدف زيادة وعي الأطفال على فهم حقوقهم ومسؤولياتهم، وتعزيز الجهود الحكومية والمجتمعية لتحقيق أهداف التنمية المستدامة 2030، ورؤية « مئوية الإمارات 2071 »



## بيئة آمنة للطفل

وبدوره أشاد معالي الفريق صاحبة خلفان تميم بدور صاحبة السمو الشيخة فاطمة بنت مبارك « أم الإمارات حفظها الله » حرم المغفور له صاحب السمو الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان مؤسس دولة الإمارات في تخصيص يوم للطفل الإماراتي وتعزيز حقوقه وتأمين بيئة آمنة ومحبة له . وقال «إن الدولة تمنح الأطفال أولوية قصوى في هذا اليوم الخاص وتلتزم بالحماية والرعاية اللازمة لهم وتوفير الفرص التعليمية والترفيهية التي تساهم في تنمية مهاراتهم وإشراكهم في المجتمع . وأضاف الفريق خلفان» أن دولة الإمارات تلتزم بتوفير بيئة مناسبة لتنمية الطفل والعمل على حمايته، وتعزيز قدراته ومواهبه من خلال توفير الفرص المناسبة وتقديم الدعم اللازم له. وذكر معاليه أن هذه الفعاليات تعكس التزام الإمارات بتعزيز حقوق الطفل



## حقوق الطفل

واهتمام الحكومة الرشيدة بالطفل وأنه من أهم أولوياتها في تهيئة البيئة المناسبة لحمايته ورعايته وضمن جميع حقوقه حيث يعتبر يوم الطفل الإماراتي فرصة لتسليط الضوء على أهمية حقوق الطفل وتوعية المجتمع بكافة حقوق الطفل التي نصت عليها الاتفاقية الدولية لحقوق الطفل وقانون حقوق الطفل ( وديمة ) وتعزيز حمايته ورعايته في بيئة

وقالت موزة الشومي « عضو مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث » إن يوم الطفل الإماراتي أطلقته صاحبة السمو الشيخة فاطمة بنت مبارك رئيسة المجلس الأعلى للأمومة والطفولة عام 2017 ، وتحفني به دولة الإمارات في الثالث من شهر مارس من كل عام ، والذي يدل على حرص

ودوره في المجتمع، وتأمّل جمعية توعية ورعاية الأحداث أن تسهم هذه الفعاليات في بناء جيل واع ومتحمس يسهم في تطور المجتمع والوطن.

وعلى سعيد آخر، تشجع الجمعية المجتمع بتعريف حقوق الطفل والمحافظه عليها، مؤكدا على أهمية تعزيز حقوق الطفل وتوفير البيئة الملائمة لنموه وتطوره.





مشيرا بأنه كتب قصة نشرها في دار كتاب للنشر ضمن قصص في أقلام المستقبل بعنوان «جمول في قرية العجائب» وهى قصة خيالية . وقال أستمتع لأشعار شيوخنا الله يحفظهم وعلى وجه الخصوص شعر الشيخ فزاع بن محمد بن راشد آل مكتوم وأقول في يوم الطفل الإماراتي:

أنا طفل تربي بين هامات تحاب  
داري بناها زايد لين ما عدت  
نجوم

كبرت في حباها وابوى لين راس  
شاب

محمد بو خالد مكمل على  
طيب العلوم

ويا اخوانى الأطفال عزوا  
هالتراب

هذى تراها بلادى وفي حباها  
ملزوم

وذكر سلطان أن أول قصيدة ألقاها كانت في معرض الشارقة للكتاب بحضور الشيخ حميد القاسمي الذي منحه لقب شاعر السلام . وقال إن دولة الإمارات تدعو دائما للسلام ونحن أطفال الإمارات نحب الوطن ولا بد من رد الجميل ، كما أحب أن أكمل المسيرة وأن أكون نافعا للوطن أرفع راية البلاد في جميع المحافل الدولية .

### تحدي القراءة

أما الطفلة هند محمد النقبي بنت الإمارات من مدينة خورفكان بالشارقة عمرها عشر سنوات في الصف الخامس بمدرسة آسيا بنت

### سلطان وشاعر المليون

وأثناء الحفل كان اللقاء مع بعض الأطفال الذين حضروا مع ذويهم .. الطفل « سلطان خالد الشامسي » عمره عشر سنوات يدرس في الصف الخامس بمدينة العين ، شارك في برنامج شاعر المليون هذا العام وحصل على الجائزة الثانية ولديه هوايات عديدة منها ركوب الخيل وكرة القدم والسباحة والشطرنج وموهبة إلقاء وإعداد القصائد في الإذاعة المدرسية وتقديم الحفلات. وقال عن مشاركته في يوم الطفل « إننى أتلقى الدعم من والديتى التى شجعتني على تنمية موهبتي في الشعر والإلقاء ، فعائلتي بها شعراء يمتلكون الموهبة وجدي شاعر أستمتع منه للأشعار وأردها معه وأحفظ الكثير وكذلك والدي ، فقد دعمني الشاعر راشد بن عمير الشامسي ، ولا أنسى دور الشاعر منذر بن نعمان الكعبي في صقل موهبتي « وأضاف « شاركت في مسابقة شاعر المليون وشاركت بقصيدتين واحدة ترحيبية بالجمهور واللجنة ، والأخرى أساسية تتحدث عن خيانة وطن وهى من كلمات الشاعر ذياب بن غانم المزروعى ، وذكر سلطان بعض أبياتها التى تقول :

والله انى ما حسبت انى أعيش  
لين اشوفك بعينى خيانة وطن  
صدق صدمة تجعل العاقل  
يطيش  
من يبيع أهله ويرخص بالثمن

صحية وأمنة وداعمة تطوّر جميع قدراته ومهاراته مما يعكس التزام الدولة بتحقيق التنمية المستدامة وضمن مستقبل الأجيال القادمة . وأضافت « أن دولة الإمارات اتخذت عدة خطوات لحماية حقوق الطفل من خلال إصدار قوانين وتشريعات لضمان حقوق الطفل وحمايته. وذكرت الشومى «أن هناك عدة قوانين تم اعتمادها في الدولة تشمل قانون حقوق الطفل (وديمة ) والذي تتضمن بنوده التزام جميع الجهات وفئات المجتمع بحماية الطفل والتبليغ عن أي إساءة جسدية او نفسية او جنسية أو أخلاقية قد يتعرض لها الطفل وحمايته من الاستغلال والاعتداء والإهمال، كما أن تخصيص يوم الطفل الإماراتي بهدف تمكين وزيادة وعي الأطفال على فهم حقوقهم ومسؤولياتهم على مستوى الأسرة والمجتمع والوطن وتعزيز الجهود الحكومية والمجتمعية لتحقيق أهداف التنمية المستدامة 2030، و رؤية «مئوية الإمارات 2071» على العمل لتجهيز جيل يحمل راية المستقبل في دولة الإمارات، ويتمتع بأعلى المستويات العلمية والقيم الأخلاقية والإيجابية، لضمان الاستمرارية وتأمين مستقبل سعيد وحياء أفضل للأجيال المقبلة، ورفع مكانة الدولة لمنافسة أفضل دول العالم.





موهبة طفلها وعليها أن تدعمه وتشجعه بكل ما لديها ، فقد لاحظت أن سلطان لديه القدرة والجرأة على الإلقاء ومخاطبة الجمهور فقد ألقى قصائده بحضور بعض الشيوخ . وأضافت « استطعت أن أعرف ميول ابني وموهبته الشعرية والأدبية وبدأت أصقلها باختيار الكتب وتوفير كل احتياجاته وأشجعه على الاستمرارية لاستكمال مسيرة أجداده بصورة مشرفة وإبراز هويته الوطنية وتمثيل بلده خير تمثيل »

### شهادات تقديرية

وفي نهاية الحفل قامت جمعية توعية ورعاية الأحداث بتكريم الأطفال المتميزين ومنحهم شهادات تقديرية ، وقالت سارة حمادة « رئيسة قسم البرامج والأنشطة بالجمعية » إننا نقوم كل عام بتكريم الأطفال المتميزين من أصحاب المواهب في الشعر والإلقاء والرسم والأدب ومنحهم شهادات تقديرية تشجيعاً لهم على مواصلة المسيرة . وأضافت « أن الطفل الإماراتي أصبح طفلاً واعداً لديه وعي في التفكير بمستقبله وهذا يعكس التربية القيمة والفعالة في المجتمع والتفاني في تعزيز التعليم والقيم الثقافية ، والمبادئ التي يتربى عليها الطفل مما يمهد الطريق لجيل واع يساهم في تقدم المجتمع » ..

للمدارس والدخول في مارثون القراءة ». ووجهت هند الشكر لأم الإمارات صاحبة السمو الشيخة فاطمة بنت مبارك حفظها الله لأنها خصصت يوماً للأطفال وقالت: نحن أطفال اليوم وقادة المستقبل وسوف نحمل راية الوطن ونتولى قيادته والدفاع عنه وألقت قصيدتها « أنا طفلة من الإمارات » قائلة :

يكفيني فخر أني طفلة من الإمارات  
ويكفيننا فخر نحنا عيال زايد  
عيال زايد هم أهل الطموحات  
أهل الكرم والجود لهم عوايد  
وأنا طفلة طموحي وصل  
للمجرات  
يتحقق طموحي بالخير عايد

### دور الأسرة

وكانت أسر الأطفال لها أيضا آراء حول يوم الطفل الإماراتي حيث قالت أمينة عبد العزيز « ربة بيت » وأم الطفلة هند إن الأسرة تلعب دوراً هاماً في تربية الطفل وتوفير بيئة داعمة له ، والأم هي عمود البيت عليها أن تهتم بأبنائها وتتابعهم وتلبي احتياجاتهم من أجل تعزيز قيم الانتماء والتربية الإيجابية ونمو الطفل بشكل صحيح ، وتعزيز مهاراته الإبداعية وتشجيعه علي الاشتراك بالفعاليات والأنشطة الثقافية والرياضية التي تقام في المدرسة أو على مستوى الدولة لتكوين شخصيته.

بينما أشارت أم الطفل سلطان الشامسي أن الأم تكتشف

مزاحم ، لديها موهبة إلقاء الشعر وشاركت في العديد من المسابقات الأدبية منها مسابقة الشعر للجميع وفازت فيها بالمركز الأول على مستوى الدولة ، كما شاركت في مسابقة شاعر المليون وفازت بالمركز السادس من بين خمسة شعراء أطفال وكانت هي البنت الوحيدة . وقالت شاركت في مسابقة تحدي القراءة ، وكتبت قصتين الأولى بعنوان حبات اللؤلؤ السبع نشرتها في كتاب « حرر خيالك الإمارات في عيونك » وهذا الكتاب يضم خمسين كاتباً صغيراً ، وتحدثت القصة عن الإمارات وكيف أن بابا زايد رحمه الله أسس دولة الاتحاد وشبهتها بحبات اللؤلؤ، أما بطلنة القصة فقد أسميتها فاطمة نسبة إلي اسم أم الإمارات الشيخة فاطمة بنت مبارك حفظها الله، والقصة الثانية نشرت في كتاب أقلام المستقبل بعنوان « براءة والعصا السحرية » وهي فراشة تحب أن تعلم كل من في الغابة القراءة والكتابة وكانت هناك غزاة أهدتها عصا سحرية لا تعمل، ونستخلص من القصة الاعتماد على النفس.

وأشارت هند إلي أن والدتها هي من حفزتها على القراءة وكذلك معلمتها التي شجعتها على المشاركة في المسابقات الأدبية على مسوى المدارس والمناطق التعليمية. وقالت: « قرأت حتى الآن أكثر من خمسة عشر كتاباً وساعدني في ذلك منصة كتبي المفتوحة





تحت رعاية معالي الفريق ضاحي خلفان تميم، رئيس مجلس إدارة جمعية  
وتوعية ورعاية الأحداث نظم فرع الفجيرة في مجلس سعادة الدكتور  
سليمان موسى الجاسم بالفجيرة الأمسية الرمضانية بعنوان:

## « سمات الأسرة المستقرة » التي أدارتها ممثلة ومشرفة فرع الجمعية بالفجيرة الأستاذة هيام الحمادي

صلاح الحوسني رئيس  
جمعية المعلمين. شهد  
المجلس حضور الاستاذ  
يعقوب يوسف النعيمي  
المدير التنفيذي لأكاديمية  
الفجيرة للطيران والدكتورة  
فاطمة أحمد المغني عضو  
مجلس الإدارة سابقاً مدير  
عام مؤسسة «حياكم اقدروا  
خليل إبراهيم المطروشي  
مدير مستشفى كلباء  
وعدد من المسؤولين

واختيار الموضوع لما له  
من الأهمية والذي ينبثق  
من «الأسرة أساس الوطن  
» واستضافت الجمعية  
عدد من المتحدثين منهم  
سعادة الدكتور راشد  
النقبي رئيس المجلس  
البلدي في مدينة خورفكان،  
والدكتور جاسم خليل  
ميرزا عضو مجلس الإدارة  
، والدكتورة مريم سالم  
بيشك عضو مجلس أمناء  
جامعة كلباء، والأستاذ

حيث بدأت كلمتها  
بتقديم التهئة بمناسبة  
شهر رمضان الفضيل  
مرحبة بجميع الحضور  
والشخصيات المجتمعية  
البارزة التي اجتمعت في  
هذا المجلس وبينت أهمية  
دور هذه المجالس واثرها  
في التوعية الهادفة والتي  
جاءت ضمن خطة الأنشطة  
والبرامج والفعاليات  
لجمعية توعية ورعاية  
الأحداث فرع الفجيرة



ركز الدكتور ميرزا على أن الاستقرار الأسري يمثل قاعدة أساسية لمواجهة تحديات المستقبل بنجاح، مع التأكيد على أن التربية السليمة للأبناء تتطلب بيئة أسرية متوازنة ومستقرة. ويبرز الدكتور ميرزا في كلمته على أن التربية يجب أن تقوم على قيم الحب للوطن والولاء والانتماء للقيادة، مما يساهم ذلك في بناء جيل متماسك بقيم المجتمع وقادر على تحمل المسؤوليات في المستقبل. ومن جانبه تحدث الأستاذ صلاح الحوسني، عن سمات الأسرة المستقرة، مشيراً إلى عدة نقاط مهمة منها: الشعور بالمسؤولية نحو الأسرة، والدعم المتبادل بين أفراد الأسرة، والتواصل الجيد والفعال، والحب والاحترام المتبادل، والالتزام بالعادات والتقاليد

الممتدة في تقديم الدعم والحب والتوجيه، مشيراً إلى أهمية تعلم الأبناء من تجارب الأجداد والآباء. وفيما يتعلق بالتحويلات الحديثة، أشار إلى ظهور أنماط جديدة في الحياة الأسرية، مع تقليل وقت النقاش والحوار وتغيير أنماط تناول الطعام، مع التأثير الكبير للتكنولوجيا الحديثة في عملية تربية الأبناء. مؤكداً على أهمية الاهتمام بالتربية في ظل التحويلات المستمرة، و على ضرورة بناء أجيال مسؤولة ومستعدة لمواجهة تحديات المستقبل. وسلط الضوء الدكتور جاسم في كلمته على أهمية اختيار الشريك المناسب للزوجين، حيث يشير إلى أن هذا الاختيار يلعب دورًا حاسمًا في بناء أسرة مستقرة. كما

والشركاء من مختلف الجهات الحكومية، وحشد من الأهالي. أشار سعادة الدكتور راشد النقبي تحت محور التربية بين الماضي والحاضر في كلمته المؤثرة ومن خبرته في موضوع التربية من منظور شامل يجمع بين الماضي والحاضر. استعرض الدكتور النقبي تطور مفهوم التربية وتغيراتها مع مرور الزمن، مؤكداً على أهمية التغيير كمرافق أساسي لها. كما شدد على دور كل فرد في المجتمع، بما في ذلك الجيران، في تقديم الرعاية والإرشاد للأسرة. وفي سياق العلاقات الأسرية، أشار الدكتور راشد النقبي إلى أهمية الحوار الهادف والتوجيه المستمر بين أفراد الأسرة للحفاظ على التواصل والتفاهم. وأبرز دور الأسرة





الرائد، وأشاد بدور الجمعية وفرعها في تقديم البرامج والأنشطة الهادفة لتوعية الأحداث والأبناء، شاكراً رئيسة قسم البرامج والأنشطة بالفجيرة ومثمناً لدور الجهود المبذولة في تقديم التوعية المناسبة لهم ولأسرهم. وفي ختام هذه الأمسية قامت الأستاذة هيام الحمادي والدكتور جاسم خليل ميرزا أعضاء مجلس الإدارة بتكريم سعادة سليمان موسى الجاسم لاستضافته المجلس وتكريم جميع المتحدثون ، معربين عن شكرهم العميق لراعي هذا المجلس وللمتحدثون وللحضور الكريم وكل من ساهم في نجاح هذه الأمسية الرمضانية.

وتأثيره في بناء العلاقات الإيجابية داخل الأسرة، مع التركيز على أهمية الوعي بالذات وتطوير القدرات العقلية والعاطفية لدى أفراد الأسرة. كما كشفت عن أهمية وضوح المفاهيم والركائز الأساسية للأسرة، وضرورة تحديد التوجيهات التي تحافظ على استقرارها وتعزز صورتها الإيجابية. وتقدم استراتيجيات لمحاربة القيم السلبية، مثل تعزيز التوافق الفكري وتعزيز القيم الإيجابية والتصدي لظواهر اللامبالاة والانغمار في التقنيات الحديثة بشكل مفرط. اكملت كلمة سعادة الدكتور سليمان موسى الجاسم الجانب الإيجابي من الفعالية، حيث أعرب عن سروره بهذا التجمع

الأصيلة، والقدرة على الصمود في مواجهة التحديات. وأشار إلى كيفية تحقيق هذه الصفات وتأسيس هذه القيم لدى أفراد الأسرة، مشيراً إلى أهمية الدور التربوي للأباء والأمهات في بناء شخصيات أبنائهم وتربيتهم بشكل صحيح. كما تم طرح بعض التوصيات لتعزيز دور المرأة في المجتمع وتحسين ظروف العمل والحياة الأسرية. وتناولت الدكتورة مريم سالم في كلمتها على أهمية الأسرة كمؤسسة رئيسية في تربية الأفراد وتشكيل شخصياتهم، مشيرة إلى دورها الحيوي في تعزيز القيم الإيجابية ومكافحة القيم السلبية. حيث عبرت عن أهمية التفاعل الأسري الصحيح





# اليوم العالمي للإنترنت ... كن آمناً رقمياً

تحقيق / د. جيهان إلياس

يواجه العالم تحديات كبيرة مع تدفق بحر من المعلومات والمعارف والتكنولوجيا والأخبار والأفلام في عصر الإنترنت الذي أصبح من ضروريات الحياة اليومية، ورغم أن عجلة الحياة زادت مع الإنترنت وتسهلت الكثير من الأمور في وقت وجيز باستخدام الإنترنت إلا أن هناك بعض المشاكل التي يعاني منها أولياء الأمور والأبناء بسبب الاستخدام الخاطئ للإنترنت وعدم دراية معظم المستخدمين بالطريقة الآمنة للاستخدام، وعليه قامت جمعية توعية ورعاية الأحداث بتقديم التوجيهات اللازمة عبر المحاضرات الدورية التي يتم تقديمها في كل الإمارات لنشر ثقافة الإنترنت الآمن وحماية الأسرة والمجتمع حتى لا يقعوا ضحية لمعتادي الجرائم الإلكترونية.

## دكتور جاسم ميرزا... الأسرة بوابة الأمان

العالمي للإنترنت وكان ذلك بحضور رئيس مجلس الطلبة والطالبات بدبا الحصن التابع لدائرة شؤون الضواحي بإمارة الشارقة الأستاذ محمد

بدبا الحصن قدم الدكتور جاسم خليل ميرزا عضو مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث محاضرة بعنوان الإنترنت الآمن بمناسبة اليوم

تحت رعاية معالي الفريق ضاحي خلفان رئيس مجلس إدارة جمعية رعاية وتوعية الأحداث بالتعاون مع مجلس أولياء أمور الطلبة والطالبات



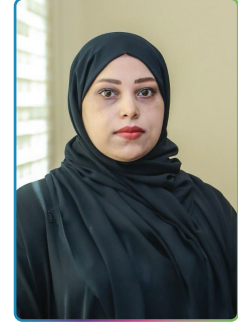
محمد رشود



سعيد الطنجي



زينب النجار



خالد نصر الدين

التوعوية لأجل مجتمع آمن مع استخدام الإنترنت.

قال الأستاذ محمد راشد رشود الحمودي رئيس مجلس أولياء أمور الطلبة والطالبات بمدينة دبا الحصن التابع لإدارة شؤون الضواحي بالشارقة: الآن أصبح عالمنا افتراضياً ، ولا يمكن لمجتمعنا الاستغناء عن الإنترنت أو الأجهزة الإلكترونية، ونحن كأسر أمام تحد كبير ولا بد أن نكون نحن كأولياء أمور القدوة الحسنة لأبنائنا وخاصة بالتعامل مع الأجهزة الإلكترونية وعدم الانشغال عن هذا الجيل بمتابعة وسائل التواصل الاجتماعي أو الانفصال عنهم لفترة طويلة حتى لا ينحرفوا عن المسار التربوي الصحيح.

أكد الأستاذ سعيد أحمد علي حسن الطنجي - أكاديمي بمدرسة الخالدية في مجلس الشارقة التعليمي أن الإنترنت أصبح قناة مفتوحة لكل

يتعرضون للابتزاز الإلكتروني والتحرش الجنسي عبر الإنترنت كما أن هناك مواقع إباحية مخلة بالآداب نخشى على الأبناء من إدمانها، وركز الدكتور ميرزا على دور الأسرة في خلق الجو الآمن للأبناء وأهمية تربيتهم على الوضوح وخلق مساحة للحوار معهم، وتدريبهم على معرفة أصول بر الوالدين وحسن معاملتهما ، وفي ذات السياق تحدث ميرزا عن تهكير الحسابات الشخصية التي ربما تكون هدفاً سهلاً للمخترقين في ظل عدم معرفة غالبية المستخدمين بوسائل التأمين اللازمة لحمايتها من الاختراق وأضاف بالرغم من أن دولة الإمارات العربية المتحدة وضعت قوانين وعقوبات رادعة لمثل هذه الجرائم الإلكترونية للحد من انتشارها لكن يجب أخذ الحيطة والحذر من الوقوع فيها، وأمن جميع الحاضرين على ما ذكر في المحاضرة

راشد رشود الحمودي وعدد من أولياء الأمور والمهتمين بشؤون الأسرة والمجتمع وطلاب المدارس، وابتدر الدكتور ميرزا حديثه في المحاضرة بأن الإنسان يحتاج لأن يكون آمناً، لذلك فالتعامل مع الإنترنت يستوجب الأمان ، وذكر الدكتور ميرزا أن الإنترنت أصبح أسلوب حياة ولا يمكن الاستغناء عنه ولكن يجب أن يكون الاستخدام بمعيار يضمن عدم تورط الأبناء في الجرائم الإلكترونية ، كما نبّه علي ضرورة مراقبة الأبناء من قبل الوالدين بأسلوب يحفزهم على الانصياع لتوجيهات الوالدين، وتحديث ميرزا عن خطورة غياب الأبوين وانشغالهما عن الأبناء في المراحل الحرجة وإعطائهم الحرية المطلقة في التعامل مع العالم الافتراضي الذي لا تثق في أخلاقياته وسلوكياته ، كما شدد على ضرورة حماية الأطفال والشباب الذين





، وما ذكره الدكتور ميرزا في المحاضرة هو ما يجب أن نعمل به حتى نحصن مجتمعنا من آفة الجرائم الإلكترونية.

ومن وجهة نظر الأستاذة زينب النجار رئيس قسم تقنية المعلومات بالمستشفى الكويتي - دبي أن الإنترنت وسيلة مهمة للتواصل مع العالم الخارجي والتعرف علي الثقافات المتنوعة في العالم لكنه يحتوي على سلبيات تؤثر على سلوكيات الأطفال إذا وجدوا الحرية الكاملة في متابعة ما يحدث في الفضاء الافتراضي ، لكن مثل محاضرة اليوم التي قدمها الدكتور جاسم ميرزا تلفت انتباه الآباء والأمهات لمراقبة ومتابعة أبنائهم وتوعيتهم في استخدامهم للأجهزة الذكية ..

الأساسيات في أمور الحياة ، فلا بد لنا أن ننتبه إلى أبنائنا وبناتنا وحتى أنفسنا حتى لا نصاب بالإدمان الإلكتروني ، وصحيح أن الحياة اختلفت عما كانت في السابق وانشغل كل فرد مع عالمه الافتراضي ، وافتقدنا جلسات الأُنس الطويلة التي تشكل رابطاً قوياً بين الأسر، ونشكر جمعية توعية ورعاية الأحداث علي هذه المحاضرة القيمة .

أما الاستاذة خالدة نصر الدين موظفة استقبال ومخازن - دبا الحصن فتقول إن المحاضرة كانت بمثابة لفت نظر للجميع وأنا غير متزوجة ولكن أشرك إخواني وأخواتي في توجيه وتربية أبنائهم ، والحقيقة أن تربية الأبناء هي مسؤولية الجميع خصوصاً في ظل وجود الإنترنت

العالم ، فالطالب اليوم يمكنه الاطلاع على كل ما يحدث في الإنترنت دون رقابة ويتواصل مع أصدقاء خارج فئته العمرية ويتلقى معلومات لا تناسب عمره، لذلك لا بد للآباء والأمهات من مراقبة أبنائهم باستمرار، وأضاف الطنجي أن محاضرة اليوم مع الدكتور جاسم ميرزا تناولت قضية أسرية ومجتمعية مهمة خصوصاً وأن التحكم في استخدام الأبناء للإنترنت أمر يجب أن تعمل به كل الأسر وتتمنى تكرار مثل هذه المحاضرات التوعوية .

وذكرت الأستاذة مها علي العقيد - موظفة في بلدية دبا الحصن أن المحاضرة طرحت قضية مهمة في مجتمعنا وهي كيف تعيش آمناً في ظل وجود الإنترنت الذي أصبح من





## المواجهة المجتمعية الإيجابية للسلوكيات الدخيلة

احترام القوانين واللوائح التي يتميز بها مجتمع الإمارات من مواطنين ومقيمين.

وناقشت عدة نقاط أهمها تعزيز الهوية الوطنية والولاء الوطني للدولة والقيادة الرشيدة، ودور الأسرة والمدرسة والمجتمع في مواجهة السلوكيات الدخيلة (مع مناقشة الطالبات مفهوم السلوكيات الدخيلة وأمثلة عليها، مع أهمية القدوة وكيفية اختيارها وأثرها في بناء الشخصية)

وأكدت كبير المساعدين عائشة سيف البدواوي من إدارة الإعلام الأمني خلال إدارتها المجلس اهتمام شرطة أبوظبي بغرس القيم الوطنية الإيجابية في نفوس الشباب وحثهم على الوطنية والحفاظ على المكتسبات الحضارية ..

أهمية مراقبة الذات وإصلاح النفس وترسيخ السلوكيات الإيجابية والتمسك بتعاليم الدين الحنيف وتعزيز الهوية الوطنية من خلال محبة الوطن وولاية الأمر والمحافظة على الأنظمة والقوانين، وحثهم على الالتفاف حول الأسرة والنهوض بالقيم المجتمعية ونبذ العادات الدخيلة على مجتمعنا ، والمثابرة والتسلح بسلاح العلم والمعرفة ورفع سقف الطموح الإبداعي لتحقيق التميز.

واستعرضت الأستاذة بدرية عبدالله الياسي - عضو مجلس الإدارة بجمعية توعية ورعاية الأحداث أمام الطالبات تعريف السلوك وأنواعه (السلوك الإيجابي - السلوك المتميز- السلوك السلبي) و ثقافة

نظمت إدارة الشرطة المجتمعية في شرطة أبوظبي ندوتين تثقيفيتين في مجلسين للتوعية وتبادل المعرفة ضمن مجالس شرطة أبوظبي بعنوان «المواجهة المجتمعية الإيجابية للسلوكيات الدخيلة» وذلك في مدرسة المجد للشراكات التعليمية التابعة لدائرة التعليم والمعرفة بمنطقة الفلاح بإمارة أبوظبي وبالتعاون مع إدارة رعاية الأحداث بشرطة أبوظبي وجمعية توعية ورعاية الأحداث في دبي ، وحضر المجلسين عدد كبير من الكادر الإداري والتعليمي وطلاب وطالبات الصف العاشر .

ودعا الرائد مبارك أحمد الحوسني من إدارة رعاية الأحداث بشرطة أبوظبي الطلاب إلى ضرورة التركيز على





تحت رعاية معالي الفريق ضاحي خلفان تميم رئيس مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث، وبالتعاون مع جمعية الفجيرة الاجتماعية الثقافية، نظم فرع الفجيرة محاضرة توعوية بعنوان:

## أهمية التواصل الأسري

وهو اللبنة الأساسية لبناء الأسرة المستدامة المستقرة، فالحوار الأسري يسهم (بدرجة كبيرة جداً) في تكوين الجانب الإيماني للأبناء، وكذلك يسهم (بدرجة كبيرة) في تكوين الجانب النفسي، والأخلاقي والاجتماعي، والعقلي للأبناء، بل يساعد على نشأة الأبناء نشأة سوية صالحة لما يخلق من روح التفاعل الاجتماعي؛ مما ينتج من ذلك تعزيز الثقة في أنفسهم وتأكيد ذاتهم، وهذا ما يجعلهم أكثر قدرة على تحقيق طموحاتهم وآمالهم.

وتحدثت بدورها المستشارة القانونية موزة مسعود عن

الجهات الحكومية وعدد من أولياء الأمور والمهتمين بشؤون الأسرة والمجتمع.

وقالت الدكتورة بدرية الضنحاني في بداية حديثها: يعتبر الاتصال والتواصل الدائم مع أفراد الأسرة، أداة فعالة وطريقة مؤثرة للحفاظ على ترابط العائلة، حيث إن له نتائج إيجابية كبيرة. وأن التواصل الإيجابي يحتاج إلى تطوير مهارات خاصة، ولذلك ركزنا في هذه الجلسة على كيفية التواصل الأسري الفعال والتقارب مع بعضنا البعض عن طريق الكلام الفعال.

والحوار يعد مطلباً أساسياً

التي أقيمت في المكتبة الرقمية بالفجيرة، حيث سلطت الضوء على الاستدامة الأسرية التي تتحقق بالحوار الفعال الذي يعتبر ركيزة مهمة في البناء التربوي لأفراد الأسرة، وذلك من خلال الجلسة التي أدارتها الأستاذة فاطمة الدربي عضو مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث، وبحضور ممثلة ومشرفة الفرع الأستاذة هيام الحمادي عضو مجلس إدارة الجمعية، والأستاذة إناس خليل من جامعة الفجيرة، والطلبة والطالبات في قسم العلوم الأسرية في جامعة الفجيرة، وعدد من ممثلي



خطة الأنشطة والبرامج الهادفة لعام 2024 بأنشطة وفعاليات ممنهجة هادفة ساعية إلى تقديم الرعاية الشاملة للأبناء من كافة النواحي وبيان مهام ومسؤوليات الوالدين بتكاملية الأدوار ومن خلال منظومة متكاملة متكاتفه مع أفراد المجتمع ومؤسساته لتحقيق معا الهدف السامي لرعاية الأبناء.

وفي ختام الجلسة قامت الأستاذة هيام الحمادي ممثلة ومشرفة فرع الفجيرة بتكريم جميع المشاركين والشركاء وكافة المساهمين في نجاح المحاضرة ..

عضو مجلس إدارة الجمعية وممثلة ومشرفة فرع الفجيرة أن دور الجمعية في إثراء التواصل الأسري الهادف له أهمية في غرس ثوابت الأسرة الإماراتية وتأسيس القيم النبيلة في نفوس الأبناء باعتبارهم رافدا إيجابيا في المجتمع وهو ما أكدته توجيهات القيادة الرشيدة في احتضان الأبناء وبيان دور الأسرة الفاعل في خلق الشخصية الإيجابية للأبناء لبناء مجتمع مزدهر فاعل ينعم بأبناء وأفراد مسؤولين ومتغلبين على كافة التحديات والصعوبات ، وبيان

تأثير غياب ثقافة الحوار الأسري الداخلي والخارجي وأثره القانوني على الأسرة والمجتمع فقالت:

إنه بحكم عملي كمحامية تعرض علينا كثير من القضايا والمشاكل سببها الرئيسي هو انعدام التواصل بين أفراد الأسرة الداخلي يترتب عليه انعدام التواصل الخارجي ، وقد يخلق فجوات عميقة بين الزوجين تؤدي إلى الطلاق وانحراف الأبناء والتأثير السلبي في الحياة والتواصل الاجتماعي. وأكدت الأستاذة هيام الحمادي





# الإدمان الرقمي ونظرية النمو المعرفي للطفل

بقلم: الأستاذ/ إسماعيل ابراهيم الحمادي

كاتب من الإمارات

twitter :@ismailalhammadi  insta: @ismail\_alhammadi



في نظرية بياجيه للنمو المعرفي يُقسم نمو الطفل منذ ولادته الى أربع مراحل أساسية ومتتابعة في السنين الأولى لعمره ، صنفها إلى المرحلة الحسية الحركية (من الولادة وحتى 18-24 شهراً )، مرحلة ما قبل العمليات الحسية ( من 2-7 سنوات )، مرحلة العمليات الحسية ( 7 - 11 سنة ) ومرحلة الفكر الحدسي والعمليات المجردة (من سن 12 فما فوق).

نسبة كبيرة من الآباء يعانون من إدمان أطفالهم على الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي ، واستخدامهم المفرط لها كان له نتائج عكسية وسلبية على هذه المرحلة المهمة من النمو ، فأدى ذلك الى عزلتهم اجتماعيا وابتعادهم عن واقعهم الحقيقي، اضطرابات في النوم، عنف متواصل مع الأسرة والأصدقاء، وتأثير سلبي على الأداء الأكاديمي والتطور الاجتماعي ، كسل في التفكير المنطقي وتحليل الأمور من حولهم، فبدلاً من أن يصبح الطفل أقل تركزاً حول الذات ، يصبح أكثر تقوُّعاً على الذات والمنزل نتيجة

حسب العالم جان بياجيه يبدأ الأطفال خلال هذه المرحلة بالتفكير المنطقي في الأشياء المادية ، ومحاولة إدراك مفهوم جوهر الأشياء وعكسها عقلياً، ويصبح الطفل أقل تركزاً حول الذات، و يبدأ في التفكير بالطريقة التي قد يفكر بها الآخرون ويشعرون بها، ويعتبر بياجيه هذه المرحلة بمثابة نقطة التحول الرئيسية في النمو المعرفي للطفل لأنها تمثل بداية التفكير المنطقي أو العملي.... السؤال الذي نطرحه حالياً هل هذه المرحلة اليوم فعالة في حياة أطفالنا في ظل إحاطتهم التامة بوسائل التواصل الاجتماعي والذكاء الاصطناعي والرقمية ؟

لكل مرحلة خصائص وتغيرات تطرأ على النمو الجسدي والنفسي والعقلي للطفل، سنركز في هذا الموضوع على المرحلة الثالثة وهي مرحلة العمليات الحسية التي تبدأ حسب صاحب النظرية من 7 إلى 11 سنة ، تعتبر هذه السنوات أهم مرحلة تأسيسية في حياة الطفل وتنشئته التي ستنعكس عليه خلال مستقبله ، واستناداً لحديث رسولنا الكريم محمد صلى الله عليه وسلم : « مروهم بالصلاة لسبع واضربوهم عليها لثلاث عشرة » ، يعني المرحلة التي يبدأ الطفل يستوعب فيها الخطأ من الصواب وتلقي المعلومات وتخزينها .



الاجتماعية في العالم الحقيقي وتطوير صداقات خارج الفضاء الافتراضي ، وتحديد وقت بدون شاشات إلى جانب وضع جدول زمني متوازن يشمل وقتا مخصصا للدراسة دون انقطاع وفترات راحة تشمل استخداما محدودا للوسائل الرقمية.

من المهم جدا خلق توازن صحي بين استخدام الإنترنت والحياة اليومية للأطفال، وتقع المسؤولية هنا على عاتق الوالدين والمربين والمعلمين لتوجيه ومراقبة استخدام الأطفال للإنترنت..

الذي يعتبر من أكثر المشاكل النفسية التي يعاني منها نسبة كبيرة من الأطفال حاليا، فضلا عن إقصائه ذاتيا عن المجتمع (self- exclusion) والشعور بالخوف الذي يؤدي في النهاية إلى اضطراب في الشخصية وفي التوازن النفسي مستقبلا.

الحل لكل هذا بين يدي الآباء بحيث يجب عليهم وضع حد لحماية أطفالهم من الإدمان على التكنولوجيا ومنصات التواصل الاجتماعي ، من خلال تشجيعهم على المشاركة في الأنشطة الجماعية والهوايات التي تتطلب تفاعلا شخصيا، وتوسيع دائرة تفاعلاتهم

الانغماس المفرط في العالم الافتراضي وقضاء وقت أقل في التفاعل الواقعي مع محيطه الخارجي، وهذا ما يقلل من فرص تطوير مهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي الحقيقي لديه، وبالتالي التأثير على تعلم واكتشاف جوهر الامور والأشياء على حقيقتها والقدرة على فهم الإشارات الاجتماعية غير اللفظية وتنمية مهارات التعاطف والتفاهم العميق للعلاقات الإنسانية .

إذا وجدت كل هذه الصفات في الطفل فقد تؤدي به إلى الإصابة بمرض العصر الأكثر انتشارا بين الأطفال اليوم مرض التوحد (autism)





# التحصين الفكري حاجة ملحة

بقلم: الأستاذ/ فيصل محمد الشامسي  
عضو جمعية توعية ورعاية الأحداث



تتنوع الأفكار من حولنا بين الإيجاب والسلب، وبين الصالح والطالح، وبين الذي يبني والذي يهدم، وتختلف الثقافات وتتعدد وتباين باختلاف البشرية بمشاركة الأرض ومغاربها، وهذه سنة الله في خلقه، وتبقى الصراعات الفكرية باقية مع بقاء الإنسان إلى أن يرث الله الأرض ومن عليها.

خلالها تصان الإنسانية وتحفظ الكرامة البشرية.

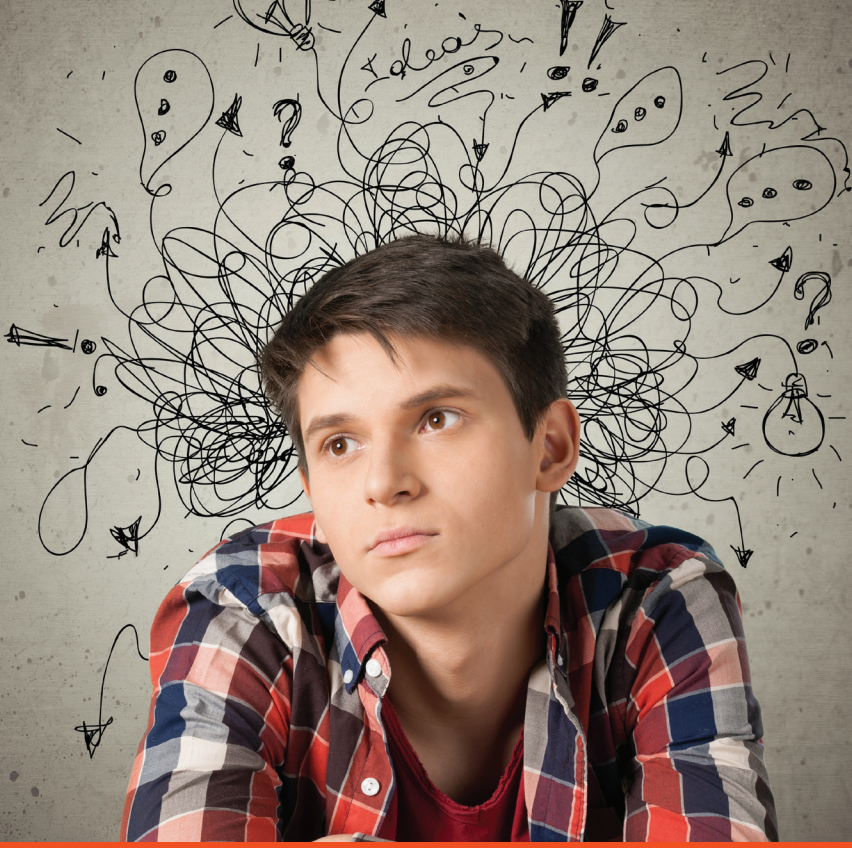
هناك أفكار تريد ضرب الأوطان وإحداث البلبل والقلقل والاضطرابات بها، وهناك أفكار تريد النيل من القيم الدينية، وهناك أفكار تريد مسح المبادئ الأخلاقية، وهناك أفكار تريد أن يعيش الفرد بهمجية وبهيمية كما نشاهد اليوم الترويج للمثلية التي هي شذوذ عن الفطرة السوية، وفي الحقيقة هذه الدعوات تنتهك الحقوق الإنسانية؛ فالحدّر الحدّر من هذه الأفكار الشيطانية، والحدّر الحدّر من مروجيها.

وأصبح من السهل إقناع البعض بها.

في عالمنا المعاصر توجد تحديات فكرية كثيرة بمختلف الوسائل والطرق التي تروج من خلالها، وبعضها يهدف إلى إبعاد الشباب عن دينهم، وإحداث فجوات في أسرهم، وضرب قيمهم وأخلاقهم، والنيل من هويتهم، حتى يصبحوا منقادين لكل خلق رديء، وفعل وضعيع؛ فعلى الجميع لا سيما الشباب أن يكونوا على وعي عالٍ ويقظة فائقة ودراية كافية بما يجري حولهم وأن يفهموا واقعهم، وأن يعرفوا أهمية وقيمة التمسك بهويتهم، التي من

وفي واقع الأمر أصبحت الحرب الفكرية أكثر خطراً وفتكاً من الحروب التي تستخدم فيها الأسلحة والمعدات الثقيلة، وقد ساعد في ذلك وجود الإنترنت والأجهزة الحديثة والاتصالات العابرة للحدود من وسائل التكنولوجيا والتواصل الحديثة والمتطورة التي تسهم في إيصال المعلومات إلى عقول الناس في لحظات وثوانٍ معدودة في مشارق الأرض ومغاربها، ومن خلالها استطاع الكثير ممن يحملون الأفكار المتطرفة السيطرة على بعض العقول عن طريق غسلها بالمعلومات المغلوطة،





قلوبهم وعقولهم منذ نشأتهم، لينشؤوا قادرين على مواجهة التحديات الفكرية والمخاطر العقيدية.

أخي الشاب المبارك، أختي الشابة المباركة، احرصوا على أنفسكم، والحدّر الحدّر من الوقوع في شباك أصحاب الفكر الملتوي بأنواعه وأشكاله، كونوا واعين ومدركين لما يحدث من حولكم، تصرفوا بحكمة، واحذروا المواقع المشبوهة والمعلومات المغلوطة، كونوا درعاً حصيناً لأنفسكم ولمجتمعكم من الأفكار المسمومة والانزلاقات المشؤومة..

السموم، فإن سموم الأفكار أشد فتكاً وخطراً من سموم الأبدان.

وعلى الأسرة مضاعفة الجهود، ولها أدوار لا بد من القيام بها نحو تحصين الأبناء من الأفكار الضالة والتوجهات المنحرفة، لأن أغلب ما يتعرض له الشاب في مرحلة شبابه هو أمران: إما أن يتعرض للشبهات في دينه، وإما أن يتعرض للشهوات في دنياه، وعلاج الأمرين في تعلم العقيدة الصافية الخالية من الشوائب والأسقام والأفكار المنحرفة، التي تجرف الشباب نحو الهاوية، وغرس القيم الأخلاقية والسلوكية السوية في

السلامة من الأفكار التطرفية تكون بطلب العلوم النافعة والمعارف الهادفة، والاعتزاز بالهوية الوطنية، وزيادة الوازع الديني والأخلاقي، حتى تتشكل عند الفرد الحصانة الذاتية التي يستطيع من خلالها تمييز الطيب من الخبيث، والنافع من الضار، وبذلك تتحقق له الوقاية من الأفكار المظلمة ويصون ذاته عن كل ما يكدرها.

كما أن العاقل الفطن إذا أدرك أهمية الفكر والتفكير فعليه أن يحرص على الفكر النير المستنير المبني على أسس قويمية ومبادئ رصينة وقواعد متينة، حتى يحصن نفسه من الشوائب، ويحصن فكره من





# عشرون عاماً لإرث زايد الخير



**بقلم: الأستاذة / مريم الأحمدى**

عضو مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث  
رئيس لجنة الشراكات المجتمعية

جاءت مبادرة صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس الدولة لإطلاق « مبادرة إرث زايد الإنساني» بقيمة 20 مليار درهم بمثابة خطوة جديدة لتخليد وتبويب إرث زايد الخير وإعلاء قيم العطاء والمبادئ التي تأسس عليها مجتمع الإمارات والتي تمثلت في نشر الخير ورعاية الإنسان سواء داخل الدولة أو خارجها، حيث ستقوم المبادرة برعاية وتنفيذ الأعمال الإنسانية في المجتمعات الأكثر احتياجاً حول العالم، لتمثل امتداداً لأيدي الإمارات البيضاء وللشيخ زايد بن سلطان آل نهيان الذي أسس مدرسة للعطاء امتدت بالخير للعالم أجمع، فترك إرثاً حياً يتنفس خيراً للبشرية جمعاء.

بالتوقيت الذي تم اطلاق المبادرة خلاله، حيث يشهد العالم العديد من التحديات سواء الصحية أو الإنسانية التي معها لا بديل عن العطاء لتتجاوزها البشرية.

## العمل الإنساني

وضع الوالد المؤسس المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، طيب الله ثراه، حجر الأساس لجهود الدولة في مجالات العمل الإنساني، وسجل التاريخ في هذا الشأن

في مجالات العمل الإنساني.

## رسائل إرث زايد الخير

ولقد حملت المبادرة الجديدة لقيادة الدولة الرشيدة عدة رسائل للعالم تزامناً مع الاحتفاء بيوم زايد للعمل الإنساني، منها التأكيد على استمرار نبض القيم الإنسانية في هذه الأرض المباركة وفقاً لإرث زايد الخير، ومن ثم استمرارية مسيرة العطاء الإنساني للبشرية جمعاء، إضافة إلى رسالة تتعلق

عشرون عاماً مرت على رحيله عن عالمنا إلا أن قيمه ومبادئه وعطاءه مازالت مستمرة في ظل قيادة الدولة الرشيدة التي حرصت على استمرارية أيادي الخير للعالم انطلاقاً من أرض التسامح والأخوة الإنسانية، وسوف تستمر إلى الأبد، كون المبادرة الحالية هي امتداد لإرث زايد الخير التي تحمل معها قيم الخير والإرادة الثابتة على رعاية الإنسان ودعمه أينما وجد، مما جعل دولة الإمارات في صدارة دول العالم مساهمة







نهيان يمثل ترجمة حقيقية ومتكاملة لحقوق الإنسان، ممثلة في الكرامة الإنسانية والمسكن والصحة والأمن، وجميعها تمثل مسيرة ونهج زايد الخير، إضافة إلى قيم العطاء التي غرسها مؤسس الدولة المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان «طيب الله ثراه» في أبناء الإمارات ومستمر على نهج القيادة الرشيدة في رعاية الإنسان في كل مكان، وليس فقط في هذه الأرض الطيبة.

حتى أُطلق عليه لقب «زايد الخير»، فارتبط اسمه بالعمل الإنساني والخيري، ليس في الإمارات فقط بل في العالم كله، ونحن نرى هذا العمل الإنساني والبر وفعل الخير وثمراته في كل ما تقوم به وتقدمه المؤسسات والهيئات الخيرية الإماراتية في جميع أنحاء العالم، فأيادي الشيخ زايد البيضاء منتشرة في كل مكان.

ويمكن القول إن إرث المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل

مواقف إنسانية خالدة، ففي عهده انتشرت أيادي الخير الإماراتية لتقديم المساعدات الإنسانية لمختلف دول العالم.

إن ما تقوم به دولة الإمارات من أعمال الخير والإنسانية يمثل أبرز سمات دولة الإمارات وقيادتها التي تسير على نهج الوالد المؤسس المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، طيب الله ثراه، الذي أسس هذا النهج في الإمارات وورثه لأبنائه،





# دور المشاريع الإنسانية والاجتماعية في التنمية المجتمعية



## بقلم: الدكتور / سيف راشد الجابري

عضو مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث  
رئيس لجنة البحوث والدراسات  
رئيس اتحاد الأكاديميين والعلماء العرب  
أستاذ الثقافة والمجتمع بالجامعة الكندية بدبي

قال تعالى ﴿ وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعاً ﴾ المائدة 32 - وتعزز هذه المشاريع من جهود الدول والحكومات في التنمية، وليس فحسب على مستوى المجتمع بل على مستوى الأمة خاصة إذا كانت مشاريع عامة تهدف إلى إحياء روح العمل المجتمعي الجماعي والتحفيز على المبادرات والتواصل الأسري مما يعمل على إحداث تأثير إيجابي كبير على مستوى الفرد والأسرة والمجتمع، وأكبر مثال شاهد على ذلك مبادرة ( وقف الأم ) التي أطلقها سيدي صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي رعاه الله والتي سلطت الضوء على دور الأم في كل مجالات الحياة الاجتماعية، فكان لهذه المبادرة الأثر الفاعل بين أبناء المجتمع العربي خاصة والإسلامي عامة، وللمشاريع الاجتماعية آثار كبيرة على المجتمع نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر:

1. تعزيز الثقافة الأخلاقية والقيمية: تسهم هذه المشاريع بتعزيز الثقافة الأخلاقية والقيمية وإحياء العادات والتقاليد النبيلة في المجتمع من خلال تعزيز قيم العطاء والتعاون والمساعدة المتبادلة بين أفرادها.

2. تحسين مستوى المعيشة: من خلال توفير المساعدات المالية والموارد الأساسية مثل الغذاء والماء والسكن، تساهم المشاريع

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيد المرسلين سيدنا محمد الصادق الأمين وعلى آله وصحبه أجمعين

إن مما لا شك فيه أن المشاريع الإنسانية والاجتماعية تلعب دوراً مهماً في بناء الإنسان والتنمية المجتمعية، حيث تهدف إلى تحسين جودة الحياة في المجتمع وتعزيز رفاهيته. تعمل هذه المشاريع على مواجهة التحديات الاجتماعية والاقتصادية والبيئية التي يواجهها المجتمع، بما في ذلك تحسين الظروف المعيشية وتوفير فرص العمل وتعزيز التعليم والصحة وتعزيز التضامن وبناء الروابط الاجتماعية.



المجتمعية والإنسانية في رفع مستوى المعيشة للفقراء والمحتاجين وتحسين جودة حياتهم.

3. التعليم: حيث تعمل على مكافحة الجهل والأمية وتعزيز المعرفة والتعليم وبقاء أفراد المجتمع في أفضل المستويات الثقافية .

4. تحسين الرعاية الصحية: تقديم خدمات الرعاية الصحية والطبية المجانية أو بتكاليف مخفضة، مما يعزز الصحة والعافية العامة للمجتمع.

5. تعزيز الشمولية والمساواة: تساهم المشاريع الخيرية في تعزيز الشمولية وتحقيق المساواة بين الأفراد والمجتمعات، من خلال تقديم الفرص والموارد للفئات الضعيفة والمهمشة.

6. تعزيز الروابط الاجتماعية: يمكن للمشاريع المجتمعية والإنسانية من تعزيز الروابط الاجتماعية وتعزيز روح التعاون في المجتمع من خلال تشجيع التطوع والمشاركة المجتمعية في الأعمال الخيرية.

7. دعم البيئة والاستدامة: المشاريع المجتمعية والإنسانية تقوم بتنفيذ مبادرات للحفاظ على البيئة وتعزيز الاستدامة، مثل زراعة الأشجار، وتنظيف الشواطئ، وتوعية الناس بأهمية حماية البيئة.

وبناء على ما سبق تتضح أهمية هذه المبادرات والتي كانت ولا تزال دولة الإمارات العربية المتحدة سباقة فيها على كافة المستويات المحلية والإقليمية والدولية والتي كان لها الأثر الإيجابي الكبير على التنمية وخدمة البشرية، تجسداً لروح الشرع الحنيف ورؤية القادة المؤسسين رحمهم الله وطيب ثراهم، ونهج شيوخنا وحكومتنا الرشيدة سدد الله خطاهم ووفقهم لكل خير..





# التطوع ..

بقلم: الأستاذ/ عبدالله راشد الصغير الشحي  
عضو مجلس إدارة جمعية توعية ورعاية الأحداث



ودفع مسيرة النهوض إلى الأمام. وإذا كانت دولة الإمارات ومازالت رائدة في العمل التطوعي فإن مثل هذا الدعم سيعمق هذا العمل ويمنحه صفات في غاية الأهمية، هذا عدا عن حماية دور الجمعيات وتشجيعها إلى المزيد من العمل والإنجاز. زاد الله الإمارات رفعة ومنعة..

كان لابد من وضع استراتيجيات جديدة وخطط تشغيلية للعمل التطوعي ، وحتى يتجسد ذلك بقوة عملياً يغدو دعم الجمعيات والعمل التطوعي ضرورة أكيدة، لأن ذلك يعود بالنفع على الفرد والمجتمع والوطن أيضاً.

إن دعم العمل التطوعي يعني دعم العمل الإنساني والارتقاء بإنسانية الإنسان

تميزت دولة الإمارات العربية المتحدة بفضل قيادتها الرشيدة بأن دعمت الجمعيات والعمل التطوعي من الداخل والخارج وبطرق وأساليب متنوعة .

وقد عكس العمل التطوعي توجهاً حضارياً لافتاً بفضل الإنجازات المهمة التي برزت في مجالات الحياة كلها.

ولأن الحياة تتطور في أسلوبها





# ثقافة الاعتذار

بقلم منيره هلال الجنيبي

كثيراً، وتعليمه الأسلوب المناسب لكل موقف بحيث لا ننسى كأولياء أمور أن نكون القدوة الحسنة لهم في النهاية الاعتذار قوة خلق وتواضع.

قال تعالى ﴿ قل يعبادي الذين أسرفوا على أنفسهم لا تقنطوا من رحمة الله إن الله يغفر الذنوب جميعاً إنه هو الغفور الرحيم ﴾

صدق الله العظيم

دمتم بود

المواجهة لا يتهرب من فعله ويتسم بثقة عالية بالنفس، فهي بكافة أشكالها تريح النفس من تأنيب الضمير المزعج وتجعلك أكثر وعياً وتقبلاً

إذن هنا الاعتذار سياسة أيضاً وكيف لأنه يعطيك الفرصة لفتح نافذة في العقل للتواصل وترتيب صياغة علاقتك بالطرف الآخر، بالتالي ترتيب أولويتها في حياتك

إذن كيف ننشئ جيلاً قادراً على الاعتذار

بتهيئة عقله وتصرفاته عند حصول الموقف، ولا نتنظر

هل للاعتذار ثقافة؟ نعم هو مبدأ في الحقيقة

وغرس يجب زرعه في النفوس ليتم حصاده في مواقف المستقبل

ثقافته تبدأ باستيعاب حجم الموقف ومن ثم استخدام الأسلوب المناسب له فليس كل موقف له أسلوب واحد

هنا يطرح هذا السؤال :

**هل الاعتذار ضعف أم قوة؟**

بشكل عام يعتبر البعض بأن الاعتذار ضعف ولكنه في الواقع موطن قوة لأنه يحتاج لشخص شجاع قادر على





# تأثير التكنولوجيا على الأدب ...



**بقلم: الأستاذة / هيا القاسم**

كاتبة في أدب الطفل ومدربة تفكير أبداعي للأطفال

شهد العالم في الأعوام القليلة الماضية طفرة تكنولوجية عظيمة وحادثة تكنولوجية سريعة جدا بشكل مبهر لتصبح التكنولوجيا جزءا لا يتجزأ من هوية العالم ككل .  
لكن هذا الأمر سيؤثر سلباً أو إيجاباً على القطاع الأدبي والأدب ..  
أي شيء في العالم بالطبع قد ينتج عنه بعض الإيجابيات والسلبيات سأقوم بعرضها لكم.  
لكن إن كنت أميل لرأي فأجد أن التكنولوجيا سيكون لها باع كبير في القطاع الأدبي فيجب توظيف الإيجابيات قدر المستطاع والتعرف ودراسة كل سلبيات الموضوع

إبعاد القراء عن الكتاب الورقي هو كما في وجهة نظري إبعادهم عن هوية بشرية متأصلة وثقافة متجذرة يفقدون فيها اللذة الحقيقية للكتب والقراءة .

كذلك عدم التوجيه السليم للتكنولوجيا قد يؤثر كثيرا على عديد من سلوكيات القارئ

كالعزلة والغضب والعدوانية أحيانا وحب الانفرادية وغيرها وأنها سبيل التوقع

وتؤدي دون توجيهها لبعض المشاكل الصحية بالعين والرقبة، ومما يخيفنا لحد ما هو كذلك

كذلك هي طريقة أصبحت من مقربة من أبنائنا تختصر الوقت والمجهود

وحتى ماديا استخدام التكنولوجيا هو أحد الأساليب الممتازة للتوفير المادي

فعلى سبيل المثال شراء الكتاب إلكترونيا أوفر من شرائه ورقيا .

هذه الامتيازات كلها هي واقع مفروض تحتاج توجيها وتوعية لأننا في حال تركنا المركب يمشي بحمله سيتناقل ويغرق

فسلبياته كذلك لاتقل تأثيرا عن إيجابياته

اليوم التكنولوجيا تجعلنا نرى ونشعر ونسمع ونلعب .. مما يجعل الكتب أكثر فاعلية وممتعة للقراءة

وتعطي مساحة لاختيار الطريقة الأنسب للاطلاع

ككتاب مسموع أو مرئي أو إلكتروني

ناهيك عن أن استخدام التكنولوجيا هو أحد سبل الحفاظ على البيئة ..

حيث إنه يخفض من قطع الأشجار لإنتاج الأوراق واستخدام الطاقة والكهرباء



فقط مع توجيه الاستخدام لأن التكنولوجيا والذكاء الصناعي ليس خياراً نقبله أو نرفضه إنما هو توجه علينا أن نتعامل معه ونديره..

للأفكار وتوحيداً لتوجه واحد حيث أن جمالية الأدب والكتب تقبع بالاطلاع في عوالم الأفكار والعقول واختلاف وجهات نظرها لكن إذا كان الذكاء الصناعي سيصبح اليوم هو الفكر والعقل البشرية فهو سبيل لدنو الفكر نحن لسنا ضد الاستخدام نحن

الطفرة التي نسمع بها في الآونة الأخيرة وهي الذكاء الصناعي والجي بي تي التي لاتمهلك ثوان لتحول الكلمة والفكرة لنصوص أدبية.. هذا الأمر الذي في نهايته من وجهة نظري سيكون فقدا للهوية الأدبية وتلاشيا للكاتب وتشتيتا





# مجالس الأسرة في شهر العطاء

بقلم: الأستاذ/ المحامي والمستشار القانوني

عبد الله حاجي علي

عضو جمعية توعية ورعاية الأحداث



نسرد مقالنا لهذا العدد للحديث عن شهر العطاء والصيام شهر الهداية والرحمة والمغفرة مستندين لقول الله سبحانه وتعالى ﴿ شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ ﴾ فهذا الشهر العظيم الجميل الذي يأتي في كل سنة مرة وهو ركن من أركان الإسلام فهو الركن الرابع .... والذي في كل سنة وقبل دخوله نكرر فيه الدعاء « اللهم بلغنا رمضان فيه صائمين وقائمين » فتعود بنا لذاكرة للأعوام السابقة حيث كان هناك أوجة وأعزاء على قلوبنا كانوا يجلسون معنا في مأئدة رمضان واليوم فقدناهم فهم عند الرحمن الرحيم اللهم لا اعتراض على أمرك....

عزيزي ولي الأمر الأب - والأم ..إن لشهر رمضان والصيام فوائد عديدة في تقارب الأسر وكذلك التقرب إلى الله والابتعاد عن ما هو محرم من الأعمال وتطهير النفس والروح وتعليم أبنائنا عن فضل هذا الشهر الكريم فهنا يبدأ دور الأسرة (الأب والأم) في الحديث عن الصيام لأبنائهم الصغار وإفهامهم معنى الصيام دون مشقة أو التكليف على الأطفال ... حيث أنه وبرجعنا إلى الماضي الذي كنا نصوم فيه ونحن صغار نتعلم فيه الصبر عن الأكل ونقرأ القرآن والتزاور ما بين الأهل والجلوس مع أفراد الأسرة ( الجمعة أو اللمة ) وتبادل الكلام والحديث .

شهر رمضان حين يدخل علينا يدخل بأجواء عائلية فيها من المحبة والتزاور بين أفراد الأسرة والاجتماع على طاولة الطعام عند الإفطار ومتابعة البرامج الهادفة . هذا الشهر الذي يجعلنا قريبين إلى الله بأداء الصلاة المفروضة علينا وكذلك ما بعد صلاة العشاء وهي التراويح التي تبث الاطمئنان والسكينة في النفوس ... وبعدها تبدأ رحلة ما بعد الإفطار فمننا من يذهب إلى مراكز التسوق والجلوس في الكافيهات ومننا من يتزاور ومننا من لديه برامج رياضية ومشاركات وندوات ...إلخ .. تلك البرامج الهادفة .

عزيزي الأب وعزيزتي الأم .... إن حرص حكومتنا الرشيدة في هذا الشهر الكريم على حث أبنائنا على العمل التطوعي الذي فيه من الخير والبركة والاستفادة لأبنائنا فهناك أعمال تطوعية كثيرة نشاهدها ومصرحة ينخرط بها أبنائنا ونشاهدهم في توزيعات وجبات الإفطار على الصائمين المحتاجين ومد يد العون لهم وكذلك تسهيل حركة التنقل في الشارع وبث الفرحة والسرور في قلوب الصائمين بالكلام الحسن ... فهذه الأعمال التطوعية هي من السياسة المرسومة في إستراتيجية حكومتنا الرشيدة في أجندها تكسب أبناءنا الثقة في أنفسهم وانخراطهم في هذه







## الأعمال التطوعية .

فشهر رمضان هو البدء في تنظيم وتعديل السلوكيات السوية، فالأسرة هي نواة المجتمع فدور (الأب والأم) هما من يغرس هذه المبادئ في قلوب أبنائنا ... فالثقاقات تختلف في شهر رمضان في الدولة خاصة ودول الخليج عامة والدول العربية والإسلامية فكل يستقبل هذا الشهر الكريم بحسب عطاءه وروحانيته ...

ولا ننسى أهم عطاء لعام 2024 وهي مكرمة سيدي صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد حفظه الله وهي ( وقف الأم )...فدائماً حكومتنا سباقة لفعل الخير والعطاء فهذه المفاهيم هي رسالة واضحة إلى أبنائنا وعلينا

ترسيخها بهم أن الإحسان إلى الأم (والوالدين) لا يتوقف فقط على الدنيا وإنما أيضاً حتى بعد وفاتهم فهذا معنى البر الذي وصانا به الله سبحانه ورسوله صلى الله عليه وسلم في الإحسان إلى الوالدين بالصدقات إن كانوا أحياء أو أمواتا .

فتلك الصدقات هي نور وضياء لهم ... والكثير من المبادئ لا بد أن تكون راسخة في عقول أبنائنا وتبدأ من الأسرة التي لا بد أن يكون لها دور فعال في ذلك...وكيف ونحن في شهر رمضان شهر الخير والعطاء شهر الرحمة والمغفرة وشهر نزول القرآن وفيه ليلة القدر والتي وصفها الله في كتابه الكريم في سورة القدر بأنها خير من ألف شهر ونطلب من الله أن ندرك هذه الليلة

بقلب سليم وبرضا من الله ولاسيما ونحن ندخل في العشر الأواخر لهذا الشهر طالبيين من الله العفو والعافية والصحة والقبول وأن يديم على أرضنا الإمارات العربية المتحدة وخليجنا الأمن والأمان ولسائر البلاد العربية والمسلمة وأن نتقرب إلى الله بالدعاء الحسن لأنفسنا ولمن نحب وكل عزيز علينا ... فالحديث يطول في ذلك ولكن لا بد لكل بداية من نهاية وفقكم الله وأتمنى أن ينال المقال إعجابكم وملتقي بالمقال في العدد القادم لمواضيع أسرية وقضايا هادفة لها من العبرة والموعظة عنوان ... وفقكم الله ..





# كيف نأكل

## من أجل صحة نفسية أفضل؟



بقلم: الدكتورة/ نورة الأحبابي

طبيب مقيم في قسم الطب النفسي بمستشفى توام

العصر الذي نعيش به الآن متسارع بشدة ويحمل في طياته الكثير من المسؤوليات والتحديات ومصادر القلق و التوتر، و لكي ينعم الإنسان بصحة وعافية نفسية فلا بد منه أن يهتم بكافة جوانبه الحياتية بما يشمل النظام الغذائي بشكل أساسي. فنوعية الطعام الذي نتناوله بالطبع سيكون له أثر كبير على مزاجنا ومشاعرنا وصحتنا النفسية. سنستعرض من خلال هذا المقال إرشادات ونصائح تغذوية من خلال ما أثبتته الدراسات وأوصت به الأطروحات العلمية المتعلقة بعلاقة الصحة النفسية والغذاء.

تكون واعياً لكل طعام و شراب تدخله إلى جسدك و هذا يشمل الوعي بالجوع الحقيقي و تمييزه من الجوع النفسي أو العاطفي، و كذلك تناول الطعام بطريقة بطيئة مما يعزز الاستمتاع به و معرفة إشارات الشبع لديك بشكل دقيق. أضف إليها التركيز على الطعم والملمس بإشراك كافة حواسك أثناء الوجبة. كل هذا الوعي التغذوي سيساعدك في وضع اختيارات لأطعمة صحية تعزز من صحتك الجسدية و النفسية.

### تناول الأطعمة الغنية بالبروتينات والدهون الصحية

الوجبات الغنية بالبروتين تعزز الشبع و تمنع الزيادات الحادة في سكر الدم و هذا بدوره يحسن من الحالة المزاجية و يدعم استقرار صحتك النفسية. وقد تجد البروتين في اللحوم والبيض والأسماك والبقوليات وبعض الخضراوات الورقية كذلك.

الوجبات التي تحتوي على الدهون النافعة مثل الأوميغا - 3 من شأنها تخفيف عوامل الإلتهاب في الجسد و هذا يساهم في تحسين الصحة النفسية. تتواجد الدهون النافعة في زيت الزيتون والمكسرات

### تنظيم الوجبات وجعلها متوازنة

يمكن تقسيم الوجبات خلال اليوم بما يشمل وجبة الإفطار والغداء والعشاء تتخللها وجبات صغيرة تساعد في منع الجوع و ضبط مستويات سكر الدم، كما أن عليك الحرص على أن تكون الوجبات متنوعة في عناصرها الغذائية كاحتوائها على البروتينات و المكسرات و الحبوب و غيرها و التي من شأنها إمدادك بالطاقة و تعزيز صحتك العقلية و النفسية.

### أكثر من الأطعمة التي تحتوي على المغذيات العصبية

على سبيل المثال الأطعمة التي تحتوي على الأوميغا - 3 التي تتواجد في السلمون و السردين و التونة و كذلك في بذور الكتان و المكسرات. كما أن الأطعمة التي تحتوي على المغنيسيوم و المتواجدة في الحبوب الكاملة و البقوليات و السبانخ و الأفوكادو كلها تساهم في دعم الجهاز العصبي في جسم الإنسان و تحسين النوم و دعم الحالة المزاجية.

### الاستمتاع بتناول الطعام

و هذا ما يسمى بالتغذية الواعية و التي من خلالها





حيث أنها تدعم إنتاج السيروتونين و هو ناقل عصبي يتحكم بالحالة المزاجية و يساهم في تحسينها. كما أن بعض الدراسات أشارت أن البكتيريا النافعة يمكن أن تتحكم بإشارات الإجهاد في الجسد مما يساهم في تقليل القلق والتوتر. ومن الأطعمة التي تحتوي عليها الزبادي ولبن الكفير والخضروات المخللة وبعض أنواع الجبن.

### أكثر من تناول الأغذية الغنية بالألياف

وهذا يشمل الفواكه والخضروات والحبوب الكاملة، والتي تدعم عملية الهضم الصحية و تعزز الشعور بالشبع لفترات طويلة و هذا بدوره سيساهم في التحكم بالشهية والأكل الزائد. كما أن تناول الألياف يساعد في منع الارتفاعات السريعة والحادة في سكر الدم مما يساهم في استمرار النشاط والحيوية والتمتع بالطاقة خلال اليوم. الألياف لها دور في تعزيز الصحة القلبية فهي تقلل من مستويات الكوليسترول الضار مما يمنع تطور أمراض القلب والأوعية الدموية. تعزيز توازن الهرمونات ودعم الجهاز العصبي في جسمك هي كذلك من الفوائد المثبتة لتناول الألياف و المثبتة من خلال الدراسات العلمية..

وبذور الكتان والأسماك الدهنية كالمسلمون والتونة.

### التقليل من تناول المواد المنبهة

و هي تلك التي تحتوي على الكافيين و النيكوتين و نسب عالية من السكر كمشال القهوة والشاي والمشروبات الغازية و مشروبات الطاقة ومنتجات التبغ كالسجائر العادية أو حتى الإلكترونية. الاستهلاك الزائد لها يؤدي إلى زيادة القلق والتوتر مما يؤثر سلباً على صحتك النفسية.

### ابتعد عن تناول الأطعمة الدهنية والمعالجة

هناك العديد من أصناف الأغذية التي تحتوي على سكريات مضافة ودهون مشبعة بكميات كبيرة، وأضف إليها تلك الأطعمة المعالجة كالنقانق واللحوم المعلبة والشوربات الجاهزة و الحلويات المصنعة كالشكولاتة و البسكويت. أظهرت الدراسات أن الإكثار من تناول هذه الأصناف من شأنه التأثير على الحالة المزاجية بزيادة مشاعر التوتر والقلق.

### أكثر من تناول الأطعمة الغنية بالبكتيريا النافعة

تعمل هذه البكتيريا على تعزيز صحة الجهاز الهضمي





إعداد: سارة حمادة

رئيس قسم البرامج والأنشطة بجمعية توعية ورعاية الأحداث



Twi/insta: sarahamada30

# رمضان في دبي سوق رمضان لعام 2024





في بر ديرة والمعروف بسوق الظلام، الذي كان سوقاً مختلطاً تباع فيه بضائع مختلفة، وسوق المواعين أو المعدن حيث اعتاد الناس شراء حوائج المطبخ من قدور وصواني من هذا السوق.

كما تضم سوقاً لبيع الأقمشة الرجالية، وسوق المناظر الذي كان مخصصاً لبيع بضائع متنوعة، إضافةً إلى سوق المطارح المخصص لبيع المساند والوسادات (التكي)، وسوق المواد الغذائية، وسوق الأدوات البحرية، وسوق الخُلك (الأقمشة)، وسوق العطور، وسوق الذهب.

يذكر أن بلدية دبي تُنظّم سنوياً فعالية سوق رمضان كجزء من مبادراتها وجهودها في إقامة الفعاليات والمبادرات الداعمة للأنشطة السياحية والترفيهية والتجارية في إمارة دبي، والمشجعة على الاستثمار وزيادة الإقبال على المرافق العامة والأماكن الترفيهية المتنوعة التي تتمتع بها الإمارة.

### تشجيع

وتولي بلدية دبي اهتماماً وعنايةً بالغةً بتطوير الأماكن التراثية والأسواق القديمة في الإمارة، وتُسخر مواردها وإمكاناتها لتنظيم الفعاليات، والأنشطة الترفيهية والسياحية والتجارية، وذلك تعزيزاً لرمزيتها التراثية والتاريخية، إضافةً إلى جهودها في دعم المستثمرين وتشجيع الاستثمار فيها، فضلاً عن توفير مرافق جاذبة ومتكاملة تجعل دبي أكثر جاذبية وجودة للحياة، وتعزز من موقعها كمقصد سياحي عالمي. كما تهدف من خلال سوق رمضان إلى الترويج للأسواق التقليدية ومنتجاتها في الإمارة، والحفاظ على التراث وأصالة العادات القديمة الخاصة بالاستعداد للشهر المبارك.

### أسواق عريقة

وتعد أسواق ديرة التاريخية من أهم الأسواق التقليدية التجارية والمنتشرة قديماً والتي يعود تاريخها لمنتصف خمسينيات القرن التاسع عشر، حيث جرى ترميمها وإعادة تأهيلها وحصر أنواعها، حيث تضم السوق الكبير

فعالية "سوق رمضان" التي نظمتها بلدية دبي على شارع البلدية القديم ضمن السوق الكبير في بر ديرة، أحد أقدم الأسواق التقليدية التي يرتادها أهالي دبي كمقصد للتسوق وشراء احتياجاتهم الشخصية والمنزلية، إضافةً إلى ما يضمّه من أنشطة تجارية لعرض المنتجات الغذائية والشخصية وغيرها.

ويُعدّ سوق رمضان إحدى أبرز الفعاليات والعادات التراثية القديمة المتوارثة التي تحتفي بقدم شهر رمضان المبارك في إمارة دبي، ويستهدف جذب شرائح واسعة من أفراد المجتمع المواطنين والمقيمين والسياح والزوار، للاستمتاع بتجربة تسوق فريدة بأسعار تنافسية.

وستتضمن الفعالية، سوقاً مصغراً إلى جانب السوق التراثي الذي يحتوي كافة المستلزمات الخاصة بالتجهيزات الرمضانية ومنتجات للاحتفال بفعالية "حق الليلة"، إلى جانب خدمات عامة وعروض ترفيهية حية وفعاليات خاصة بالأطفال.



# حملة «وقف الأم»

التي تأتي بالتزامن مع شهر رمضان الكريم، محمد بن راشد يطلق حملة «وقف الأم» لتكريم الأمهات بإنشاء صندوق بقيمة مليار درهم دعماً للتعليم حول العالم

اللازمة لتكوين حياة مستقلة تصون كرامتهم وتضمن لهم العيش الكريم، وذلك بالشراكة مع عدد من المنظمات والمؤسسات الإنسانية.

ويستهدف الوقف مساعدة كل إنسان يسعى إلى تلقي التأهيل العلمي والمعرفي والتدريب المهني الموجه في المجتمعات الأقل حظاً لتمكينه وتسليحه بالأدوات والمهارات المعرفية والعملية اللازمة التي تساعده في دخول سوق العمل كقيمة نوعية مضافة لنفسه ولمجتمعه، بما يساهم في تحقيق حياة كريمة له ولمن حوله، وبما يعمل على تعزيز الاستقرار وتدعيم منظومة الرفاه المجتمعي.

محمد بن راشد: العلم هو أمل وعمل.. العلم هو حياة أفضل.. العلم هو بناء الإنسان ورفعة الأوطان.. ودورنا في دولة الإمارات أن نسهم في منح العلم والأمل والحياة للإنسان أينما كان.. والمساهمة في صنع مستقبل أجمل للأوطان والمجتمعات.

• يستهدف «وقف الأم» مساعدة كل إنسان يسعى إلى تلقي التأهيل العلمي والمعرفي والتدريب المهني لتمكينه ومساعدته على دخول سوق العمل كقيمة نوعية مضافة ويذهب ريع «وقف الأم» لدعم تعليم ملايين الأفراد حول العالم ومنحهم الأدوات والمهارات

أطلق صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي «رعاه الله»، حملة «وقف الأم» بهدف تكريم الأمهات في دولة الإمارات من خلال إنشاء صندوق وقفي بقيمة مليار درهم لدعم تعليم ملايين الأفراد حول العالم بشكل مستدام.

محمد بن راشد: الأم جنة.. والأم طريق للجنة.. وندعو الجميع للمشاركة في هذا الوقف.. صغاراً وكباراً.. رجالاً ونساء.. نُفرح أمهاتنا.. ونرضي ربنا.. ونصوم شهرنا ونحن في خير ومحبة ورحمة.. حفظ الله دولة الإمارات وأمهات شعب الإمارات.



مبادرات محمد بن راشد آل مكتوم العالمية  
Mohammed Bin Rashid  
Al Maktoum Global Initiatives

وقف الأم  
MOTHERS' ENDOWMENT  
Educational Endowment وقف تعليمي

# وقف الأم Mothers' Endowment



تصدّق عن أمّك

Donate in her name  
MothersFund.ae

# فوائد التمر :

## للمر عدة فوائد صحية وعلاجية مذهشة.. لتتعرف عليها:

يحتوي التمر على قيمة غذائية عالية، ويعتبر كقوت أساسي للإنسان منذ القدم، وتعتبر ثمار التمور أعلى الفاكهة احتواءً على السكريات، وتختلف هذه المكونات حسب طبيعة الثمرة سواء كانت رطبة أو نصف جافة أو جافة، وكذلك حسب الظروف البيئية المحيطة بالأشجار، كما تختلف مكونات الثمار باختلاف الأصناف، وتزيد نسبة السكريات بالتمررة على 70% . 78 من مكونات الثمرة، وتتميز هذه السكريات بسرعة امتصاصها وانتقالها للدم مباشرة وهضمها وحرقتها. 10 حبات تمر «حوالي 100 جرام» يومية تعني الإنسان بكامل احتياجاته اليومية من: المغنيسيوم، المنجنيز، النحاس والكبريت، ونصف احتياجاته من الكالسيوم والبوليتاسيوم.

### أنواع التمر:



الخلاص: يعتبر الخلاص من ضمن أفضل أنواع النخيل ، وذلك لطيب مذاق تمره خصوصاً ، ويمتاز تمر الخلاص بلمعانه فجمال منظره يعادل طيب مذاقه ، وما يميز الخلاص أيضاً بأن بلحه «خلاله» غير طيب المذاق.



**السكري:** كما هو واضح من الاسم فإنه يدل على حلاوة طعمه ، فإن طعم تمر السكري يشبه طعم السكر، وأيضاً تمتاز بلون بلحها الأحمر فهي ليست صفراء البلح كالبرحي والخلاص وغيرها.



**البرحي:** وهي من أفضل أنواع النخيل ، فتمتاز بطيب مذاق ثمارها في جميع مراحلها خلال - رطب - تمر ، ومن فوائده تعمل على المساعدة في هضم ما قبله من غذاء بعد أكل ثمرها ، ولذلك فإنه ينصح بأكل ثمر نخل البرحي في آخر الوجبة لتساعد على الهضم.



**نبتة سيف:** يعتبر هذا النوع من الأنواع الممتازة ، فيمكن معادلته بعد البرحي بالجودة وذلك لأنه يتشابه مع البرحي بطيب مذاق ثمارها في كل المراحل« خلال - رطب - تمر» ولكن لا يساعد على الهضم كالبرحي..

**أم الدهن:** نوع من الأنواع التي تمتاز بصفة نادرة وغير متوفرة في باقي النخيل ، فقد إشتهرت أم الدهن بأن رطبها يقطر دساً حتى قبل إقتطافه من النخلة ، أي أن هذا النوع أشتهر بكثافة دبسه عن باقي أنواع النخيل.

وأظهر تحليل التمر الجاف - حسب المصادر الطبية - أن فيه 70.6% من الكربوهيدرات، 2.5% من الدهن، 33% من الماء، 1.32% من الأملاح المعدنية، 10% من الألياف، كميات من الكورامين، وفيتامينات أ - ب1 - ب2 - ج، ومن البروتين، السكر، الزيت، الكلس، الحديد، الفوسفور، الكبريت، البوتاس، المنجنيز، الكلورين، النحاس، الكالسيوم والمنغنيسيوم.

هذا معناه أن للتمر قيمة غذائية عظيمة، وهو مقو للعضلات والأعصاب، ومرمم ومؤخر لمظاهر الشيخوخة، وإذا أضيف إليه الحليب كان من أصلح الأغذية وخاصة لمن كان جهازه الهضمي ضعيفاً. إن القيمة الغذائية في التمر تضارع بعض ما لأنواع اللحوم، وثلاثة أمثال ما للسّمك من قيمة غذائية. وهو يفيد المصابين بفقر الدم والأمراض الصدرية ويعطى على شكل عجينة أو منقوع يغلى ويشرب على دفعات، ويفيد خاصة الأولاد والصغار والشبان والرياضيين والعمال والناقهيّن والنحيفين والنساء الحوامل.





# من برنامج

## تحت شعار #يوم\_الأم\_العالمية

محمد بن زايد : عطاء الأمهات وتضحياتهن ورسالتهن السامية في التربية وبناء الإنسان أساس مهم في مجتمعنا. ومن خلال الاحتفاء بيوم الأم، نعبر عن تقديرنا لدورها والمعاني التي تمثلها الأمومة بالنسبة إلى الفرد والأسرة والمجتمع. كل عام والأمهات في الإمارات والعالم بخير وصحة



محمد بن راشد : الأم أعظم موجود .. وأصعب مفقود ..وأحد أجمل أسرار الوجود .. مصدر الحياة .. وأجمل ما فيها ... نحتفي بهن في شهر رمضان بوقف قيمته مليار درهم صدقة جارية عن جميع الأمهات في الإمارات .. حفظ الله جميع الأمهات .. وحفظ الله دولة الإمارات.



منصور بن زايد : أهني الأمهات في الإمارات والعالم «بيوم الأم»..نحتفي بهذه المناسبة لتأكيد اعتزازنا بدورهن في تنشئة الأجيال وبناء الأسرة المتماسكة التي تشكل نواة المجتمع الصالح والوطن المتقدم..في هذه المناسبة نوجه تحية شكر وتقدير إلى الأم..رمز التضحية والحكمة والعطاء..



Naheddhoouri: أمي ليست ك باقي الأمهات.. أمي نبع من الحب والحنان.. أمي الأمان والأمان والطمأنينة..



r\_zh\_ksa : اللهم أجعل أمي أسعد خلقك وأعلاهم قدراً ومكانة



balradhan: قلب أمي امّح كل ما في كونك من فرح يا الله ♥



حور : أمي اليسر في عالم العسر



Sarahamada30 : لوكان في الأرض جنة فهي أمي ♥



h6: أمّا عن أمي فلا اقتباس ينصفها و لا نص يكفي للحديث عنها، هي الفضل، هي الخير، هي الكلُّ



همس: مبسم أمي غيمة مبلّلة بالأمان،وعيونها فرحة عُمر.











جمعية توعية ورعاية الأحداث  
Juvenile Association

19 رمضان .. يوم زايد للعمل الإنساني  
**حب ووفاء لزايد العطاء**

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

 [Ae juvenile](https://www.facebook.com/Ae.juvenile)

  [juve\\_nilee](https://www.instagram.com/juve_nilee)