

اكتشف العلماء ما وصفوه بأنه أقدم ورم سرطاني في التاريخ، وقد عثروا عليه في عظام سلحفاة عاشت قبل 240 مليون سنة.

وذكرت صحيفة «ديلي مايل» Daily Mail البريطانية أن هذا الاكتشاف يسلط الضوء على تطور الأمراض السرطانية التي عانى ولا يزال يعاني منها ملايين البشر على مر العصور.

وأوضحت الصحيفة أن الأطباء عثروا على الورم في عظم فخذ السلحفاة، وشبهوه بـ «ساركوما العظم» التي تصيب البشر في أيامنا هذه، وصرحت «يارا هريدي»، أستاذة العلوم في متحف التاريخ الطبيعي في برلين بأن هذا الاكتشاف يقدم أدلة على أن الأورام السرطانية بدأت بالظهور في فترة مبكرة من العصر الترياسي، وأن السرطان ليس عيبا فيسيولوجيا حديثا، بل هو نقطة ضعف متأصلة في تطور البشرية.

يشار إلى أنه يتم تشخيص نحو 550 حالة إصابة جديدة بسرطان العظم كل عام في المملكة المتحدة وحدها؛ وتعتبر الساركوما العظمية النوع الأكثر شيوعا من سرطان العظام، ويمكن أن يتطور في أي مكان في الجسم، وعادة ما يصيب المراهقين والشباب.

## اكتشاف أقدم ورم سرطاني في التاريخ

العالم +



# أفاق



أسبوعية طلابية  
تصدر عن جامعة الملك خالد



AAFAQ - The Weekly Newspaper of King Khalid University

العدد 245 | 05 جمادى الأول 1440 | 10 فبراير 2019



## أمير عسير ي دشّن فعاليات «ملتقى عطاء التطوعي»

المهندس عبدالعزيز الحمادي، وتم تكريم الشريك التقني للفعالية، عمادة التعلم الإلكتروني، واستلم تكريمها عميد التعلم الإلكتروني الدكتور فهد الأحمرى.

يذكر أنه أقيم على هامش الملتقى دورتان تدريبيتان الخميس الماضي؛ الأولى نفذها رئيس مؤسسة وقف شباب خير أمة المهندس عثمان محمد هاشم بعنوان «استدامة الفرق التطوعية»، والثانية لمستشار تأسيس المراكز التطوعية ومدير الأنشطة الثقافية والاجتماعية بجامعة الملك خالد الأستاذ راند عايض القحطاني، بعنوان «كيف تدير وتفهم فريق عملك التطوعي»، إضافة إلى ورشتي عمل الأولى نفذتها وكالة عمادة شؤون الطلاب لشرط الطالبات بالجامعة الدكتورة فاطمة شبان عسيري بعنوان «صناعة المبادرة التطوعية»، وورشته «تطوع دون أن تدفع» للمشرِف على مركز التوجيه والإرشاد بعمادة شؤون الطلاب بالجامعة الدكتور خضران بن عبدالله السهيمي.

عبد العزيز رديف

سفير التطوع السعودي الأستاذ نواف بن علي آل زايد، بإدارة الأمين العام لمؤسسة السببيعي الخيرية الدكتور حسن بن محمد آل شريم.

هذا، ودشن راعي ملتقى عطاء التطوعي كتاب ١٠٠ مبادرة تطوعية، الذي أنتجته عمادة شؤون الطلاب بالجامعة ويشمل مبادرات مجتمعية، وثقافية، وسياحية، وصحية، وإعلامية، وتعليمية، وتقنية، حيث أكد عميد شؤون الطلاب الدكتور عبدالله آل عصيد أن الكتاب نتاج اجتماعات تحضيرية، تلتها مسابقة تحفيزية لطلاب وطالبات الجامعة، وكذلك ورش واقعية وافتراضية للتدريب وتصميم المبادرات التطوعية حتى وصلت إلى ٣٣٥ مبادرة تمت تصفيتها وفرزها عبر فريق متخصص مع مراعاة معايير إبداع الفكرة وإمكانية تطبيقها، وأثرها المجتمعي.

وفي ختام فعاليات التدشين تم تكريم الجهة الراعية من قبل أمير المنطقة، وهي «شركة التحول التقني»، واستلم الدرغ نيابة عنهم مديرها التنفيذي

بشكل واضح ورسمي، كذلك أكد على أن منطقة عسير ستسعى بمختلف جهاتها إلى دعم وتحقيق رؤية المملكة ٢٠٣٠ في محور العمل التطوعي.

واختتمت الجلسة الأولى المقامة بإدارة من مستشار معالي نائب وزير العمل والتنمية الاجتماعية للتنمية الاجتماعية الدكتور ناصر بن محمد آل قميشان، ومشاركة وزير العمل والتنمية الاجتماعية السابق الدكتور علي بن إبراهيم النملة بالحديث عن دور الأنظمة والقوانين في تحفيز عمل الفرق التطوعية

وناقشت الجلسة الثانية في الملتقى محور «التطوع من خلال رؤية ٢٠٣٠»، بمشاركة مدير مركز التميز لتطوير المؤسسات غير الربحية بجامعة الملك فهد للبترول والمعادن الدكتور هتان زين العابدين توفيق، وذلك بعنوان «معايير إدامة لإشراك المتطوعين»، وكذلك مدير عام الإدارة العامة للتطوع في وزارة العمل والتنمية الاجتماعية الأستاذة مشاعل آل مبارك، كما شارك في الجلسة أيضا

الثقافية والاجتماعية بالجامعة الأستاذ رائد عايض القحطاني، أن الهدف الرئيس للمفكرة يتمثل في كيفية إيصال رسالة التطوع، وذلك للمساهمة في تحقيق «رؤية المملكة ٢٠٣٠»، ورؤية الجامعة أيضا في نشر ثقافة التطوع إلى أكبر شريحة ممكنة، مشيرا إلى أن فكرة تطبيق تنظيم الملتقى إلكترونيا كانت الأجدر لتحقيق ذلك، حيث بلغ عدد المشاركين قرابة ٢٥٠٠ مشارك.

بعد ذلك دشّن سمو أمير منطقة عسير انطلاق الملتقى عبر حساب الجامعة الرسمي بموقع التواصل الاجتماعي «تويتر»، إيدانا ببدء فعالياته، والتي بدأت بجلسة حوارية افتراضية تناولت محور «الفرق التطوعية الواقع والمأمول» بمشاركة وحديث سموه فيما يتعلق بمبادرة «سندكم»، وتطلعات العمل التطوعي بمنطقة عسير، مؤكدا على الدور المهم الذي قدمته الجامعة في انطلاق ودعم تلك المبادرة، ومشيرا إلى أن فريق عمل «سندكم» يسعى إلى اعتمادها بشكل مؤسسي لتقديم خدماتها

وكذلك إيمانه بأهمية تأثير الجامعة في محيطها وأن الشراكة المجتمعية إحدى أهم وظائفها، لافتا إلى أن الجامعة كإحدى مؤسسات هذا الوطن المعطاء تولى خدمة المجتمع وكافة مجالات التطوع اهتماما كبيرا سعيا منها إلى تحقيق ودعم «رؤية المملكة ٢٠٣٠» التي تطمح إلى زيادة عدد المتطوعين من ١١ ألفا إلى مليون متطوع.

كما بين السلمي أن إقامة هذا الملتقى تأتي من باب إسهام الجامعة في دعم العمل التطوعي وصناعة الوعي بأهميته وصناعة وتمكين وتأهيل رواد العمل التطوعي وترسيخ قيمه وثقافته واستشراف المستقبل في هذا الاتجاه، وذلك من خلال تقديم مبادرات تطوعية تتسم بالابتكار والاستدامة، مشيرا إلى أن الملتقى يتميز بشموله جلسات حوار ونقاش ودورات تدريبية وورش عمل بطابع افتراضي للعمل التطوعي؛ لتتسع المساحة وهامش المشاركة والفائدة.

من جهته أوضح مستشار تأسيس المراكز التطوعية ومدير الأنشطة

دشن صاحب السمو الملكي الأمير تركي بن طلال بن عبدالعزيز آل سعود أمير منطقة عسير، الأربعاء الماضي بمقر الإمارة فعاليات ملتقى عطاء التطوعي، الذي تنظمه جامعة الملك خالد ممثلة بعمادة شؤون الطلاب، وذلك بحضور معالي مدير الجامعة الأستاذ الدكتور فالح بن رجاء الله السلمي، وعدد من منسوبيها.

وعبر سموه في بداية التدشين عن شكره للجامعة وكافة القائمين على تنظيم وإقامة الملتقى كأول ملتقى افتراضي إلكتروني يقام لخدمة مجالات التطوع، مشيدا بجهود الجامعة في خدمة مجالات التطوع عبر مختلف تخصصاتها، كما أشاد سموه بالخدمات والفعاليات المجتمعية التي تحرص دائما على إقامتها إضافة إلى مهامها التعليمية والأكاديمية

بدوره شكر معالي مدير الجامعة، سمو الأمير على رعايته وتدشينه لهذا الملتقى واهتمام سموه ودعمه اللامحدود للجامعة بمختلف أنشطتها ومجالاتها،



## حمل توقيع سمو ولي العهد على القطعة الأخيرة منه بعبارة «فوق هام السحب» المملكة تنجح في إطلاق القمر السعودي للاتصالات

الاستراتيجية التي تربط الشركة بالمملكة العربية السعودية.

وقال «يأتي نجاح إطلاق هذا القمر الصناعي كخطوة مهمة في علاقاتنا مع مدينة الملك عبد العزيز للعلوم والتقنية والمملكة العربية السعودية، وهي علاقات قائمة على الابتكار والعلوم والتقنية وتنمية الموارد البشرية».

وتضمن القمر السعودي للاتصالات الذي جرى تطويره بالتعاون مع شركة لوكهيد مارتن، تأهيل عددا من المهندسين السعوديين وفق المعايير التي تعتمدها الشركة لمنسوبيها في جميع مراحل التصنيع والاختبار، بهدف نقل خبرات التصنيع والاختبارات الخاصة بتقنيات الأقمار الصناعية الضخمة والمخصصة للاتصالات الفضائية في المدار الثابت.

ويهدف القمر إلى تأمين اتصالات فضائية ذات سرعات عالية على نطاق Ka-Band كخطة استراتيجية وطنية لتلبية احتياجات المملكة، وتقديم خدمات الاتصالات بمواصفات متطورة لاستخدامها من قبل القطاعات الحكومية، وبمواصفات تجارية لبقية مناطق الشرق الأوسط وشمال أفريقيا وأوروبا وأجزاء كبيرة من أفريقيا وآسيا الوسطى، كما يهدف إلى تطوير القدرات المحلية والموارد البشرية وخلق فرص عمل في مجال صناعة الفضاء.

ويحتوي القمر السعودي



أعلنت المملكة العربية السعودية ممثلة في مدينة الملك عبد العزيز للعلوم والتقنية، عن إطلاق القمر السعودي الأول للاتصالات SGS-1، بنجاح من مركز غويانا الفرنسي للفضاء على متن الصاروخ «أريان 5»، الذي وقع صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان بن عبد العزيز ولي العهد نائب رئيس مجلس الوزراء وزير الدفاع، حفظه الله، على القطعة الأخيرة له بعبارة «فوق هام السحب».

وبهذه المناسبة أوضح معالي وزير الطاقة والصناعة والثروة المعدنية رئيس مجلس إدارة مدينة الملك عبد العزيز للعلوم والتقنية المهندس خالد بن عبدالعزيز الفالح، أن هذا الإنجاز الوطني يعد نتاجا للدعم الكبير الذي يحظى به قطاع البحث والتطوير في المملكة من لدن خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبدالعزيز آل سعود وسمو ولي عهده الأمين، حفظهما الله، ويأتي إطلاقه تحقيقا لرؤية المملكة 2030 التي تهدف إلى توطين التقنيات الاستراتيجية في المملكة، وزيادة المحتوى المحلي، وتمكين الشباب السعودي من العمل على التقنيات المتقدمة في مجال تطوير وتصنيع الأقمار الصناعية.

من جانبه أشاد نائب الرئيس التنفيذي لشركة لوكهيد مارتن الدولية، ريتشارد إدواردز، بالعلاقات



أ.د. فالح بن رجاء الله السلمي

## كلمة معالي مدير الجامعة في ملتقى عطاء التطوعي

بُنيت هذه البلاد على أسس تشجع كل عمل خيّر ونافع يهدف إلى خدمة الدين والوطن والإنسانية ولا يختزل الذات في إطارها المحدود وإنما ينطلق إلى العناية بكل ما يسهم في خدمة المجتمع ويحقق له الحياة الكريمة والاستقرار ويدعم التنمية، ومن ذلك الأعمال التطوعية التي دعمتها هذه البلاد الكريمة ووضعت لها أسسا وأطرًا محددة وواضحة تضمن توظيفها في الإطار الذي يخدم المجتمع ويحقق الأهداف الإيجابية منها، وجاءت رؤية المملكة العربية السعودية الطموحة ٢٠٣٠، لتجعل العمل التطوعي أحد أهم أولوياتها مستهدفة رفع أعداد المتطوعين من ١١ ألفا إلى مليون متطوع قبل حلول عام ٢٠٣٠.

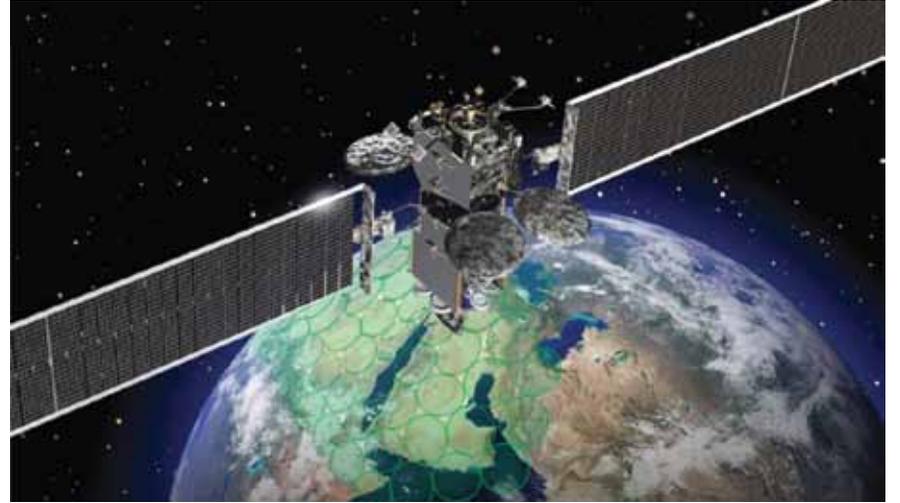
ومن هنا بدأت مؤسسات الوطن على اختلافها تتسابق في ترجمة هذه الرؤية على أرض الواقع مؤمنة بما للتطوع من قيمة وطنية وإنسانية عظيمة، ومن ذلك ما تقدمه جامعة الملك خالد من اهتمام في هذا الجانب عبر صور ومبادرات متنوعة ومتعددة مدركة الدور العظيم للتطوع ومتسقة مع رؤية خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبدالعزيز، حفظه الله وولي عهده الأمين صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان بن عبدالعزيز، حفظه الله، ومنطلقة بدعم واهتمام كبيرين من صاحب السمو الملكي الأمير تركي بن طلال بن عبدالعزيز أمير منطقة عسير، الذي يحرص حفظه الله، على دعم الجامعة ورعاية أنشطتها ويؤمن بأهمية تأثير الجامعة في محيطها وأن الشراكة المجتمعية إحدى أهم وظائفها.

يأتي ملتقى «عطاء» للعمل التطوعي الذي تنفذه عمادة شؤون الطلاب بالجامعة ويحظى اليوم بهذه الرعاية الكريمة وبمشاركة وحضور الكثيرين ممن تعزز الجامعة بمشاركتهم وحضورهم ويشكلون أسماء ذات أهمية وخبرة واسعة في هذا الجانب، يأتي إسهامها في دعم العمل التطوعي وصناعة الوعي بأهميته وصناعة وتمكين وتأهيل رواد العمل التطوعي وترسيخ قيمه وثقافته واستشراف المستقبل في هذا الاتجاه من خلال تقديم مبادرات تطوعية تتسم بالابتكار والاستدامة.

كما أن هذا الملتقى يتسم بأنه يشتمل على جلسات حوار ونقاش ودورات تدريبية وورش عمل ويتميز بأنه ملتقى افتراضي للعمل التطوعي ومن هنا تتسع المساحة وهامش المشاركة والفائدة.

وفي هذه المناسبة التي توشك أن تنطلق فيها إحدى المبادرات الوطنية المهمة ممثلة في مبادرة «ملتقى عطاء للعمل التطوعي» يسرني أن أكرر الشكر لكم يا سمو الأمير وللمشاركين والحضور الكرام وللزملاء في جامعة الملك خالد وفي عمادة شؤون الطلاب بشكل خاص على هذه الجهود الوطنية الموفقة التي نسال الله أن يكفلها بالنجاح وأن يكون لها الأثر الإيجابي في بناء الإنسان وتنمية الوطن.

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.



مملوك للمملكة، ويقدم تطبيقات متعددة تشمل اتصالات النطاق العريض والاتصالات الآمنة وتوفير الاتصالات للمناطق شبه النائية والمناطق المنكوبة، لا قدر الله، ويدعم هذا القمر الذي سيتم تشغيله والتحكم به من خلال محطات أرضية في المملكة البنية التحتية لقطاع الاتصالات.

(كهربائية وكيميائية) ساعدت في تقليل وزن القمر وزيادة عمره الافتراضي، حيث يبلغ وزنه ٦,٥ أطنان وعمره الافتراضي أكثر من ٢٠ عامًا، وكذلك استخدامه تقنيات متقدمة للاتصالات الآمنة والاتصالات المقاومة للتشويش. ويعد القمر السعودي للاتصالات SGS1 أول قمر للاتصالات الفضائية

الإشارة الصاعدة والهابطة، ووحدة توزيع قادرة على تمرير الاتصالات بين المستخدمين دون عبور المحطات الأرضية. كما يحمل حمولة للاتصالات لنطاق Ka-Band مخصصة لهلاسات إحدى شركات عربسات. ويمتاز القمر السعودي للاتصالات باستخدامه لأنظمة دفع هجينة

للاتصالات، الذي سيتم إدارته وتشغيله والتحكم به عبر كوادرات وطنية، على حمولة متعددة الحزم توفر قدرة مرورية تتعدى ٣٤ قيقا بت في الثانية، وكذلك ألواح شمسية عالية الكفاءة تقوم بتوليد الطاقة بقدرة إجمالية تتجاوز ٢٠ كيلواط، كما يحتوي القمر على وحدة معالجة تسمح بتغيير إعدادات

# أمير عسير ي دشّن المراكز الصحية المناوبة في المنطقة

دشن أمير منطقة عسير تركي بن طلال بن عبدالعزيز، الأربعاء الماضي، المراكز الصحية المناوبة على مدار ٢٤ ساعة في منطقة عسير، وذلك في مركز صحي المنهل بمدينة أبها.

وفور وصوله شاهد عرضاً مرئياً عن المراكز الصحية والخدمات التي تقدمها؛ وذلك حرصاً على توفير خدمة طبية أسرع للحالات الباردة والمستقرة وتخفيف الضغط على طوارئ مستشفيات عسير المركزي، وخميس مشيط العام، وأبها للولادة والأطفال، والخميس للولادة والأطفال، ثم شاهد عرضاً آخر عن آلية الفرز البصري المطبقة في طوارئ المستشفيات وأولوية التعامل مع الحالات.

وأوضح مدير عام الشؤون الصحية في منطقة عسير خالد بن عايض عسيري، أن المراكز المناوبة التي تم تجهيزها للعمل ٢٤ ساعة في منطقة عسير هي ثمانية مراكز، تم تشغيل سبعة منها الآن، وسيتم قريباً تشغيل المركز الثامن، حيث تم تجهيز وتشغيل أربعة مراكز بمدينة أبها وهي: مراكز المنهل، والمنسك، والعزيرية، ووسط أبها، وفي محافظة خميس مشيط تم تشغيل مركز صحي الصناعية، وأم سرار، وسيتم تشغيل مركز صحي الرصاص قريباً، كما تم تشغيل مركز صحي بارق ضمن هذه المراكز المناوبة.

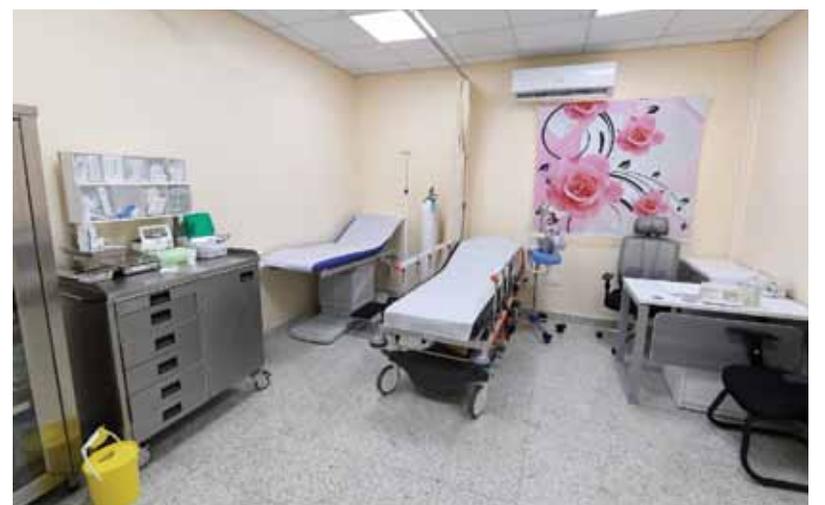
وأضاف أنه تم دعم تلك المراكز بجمع التجهيزات الطبية وغير الطبية اللازمة، وزودت بالكوادر البشرية المؤهلة، إضافة إلى دعم المراكز المناوبة في مدينة أبها بعيادات استشارية وهي من المبادرات الهادفة لتطوير مراكز الرعاية الصحية الأولية، وتحسين جودة خدماتها بما يتماشى مع «رؤية ٢٠٣٠» وبسهم في رفع كفاءة الأداء لهذه المراكز، حيث يتم من خلال هذه المراكز تقديم خدمة أطباء الأسرة والتخصصات الطبية الرئيسية: الباطنة، الجراحة العامة، أمراض النساء والولادة، الأطفال، الرعاية النفسية، العيون، والأنف والأذن والحنجرة؛ بالإضافة إلى إمكانية إضافة تخصصات طبية أخرى حسب الاحتياج.

وتهدف العيادات الاستشارية إلى تحقيق رعاية صحية متكاملة وفق أعلى معايير الجودة، وذلك تحت إشراف نخبة من أطباء استشاريين في مختلف التخصصات، وتقديم الخدمات الصحية قبل التحويل للمستشفيات بهدف التسهيل على المراجع والمريض عبر توفير الطبيب المختص في المركز الاستشاري القريب من مقر سكنه، وسهولة الحصول على المواعيد في المراكز الصحية الأولية عن طريق تطبيق (موعد) الإلكتروني، كما يمكن أخذ الموعد مباشرة من المركز الصحي.

وتهدف تلك العيادات الاستشارية إلى تخفيف الازدحام والعبء على العيادات الخارجية بمستشفيات المنطقة، وتحقيق تطلعات المستفيد من خدمات المراكز.

وتم توزيع العيادات الاستشارية بمراكز الرعاية الصحية الأولية بقطاع أبها، حيث تم اختيار مركز وسط أبها، والعزيرية، المنهل؛ لتكون النواة الأولى لهذه المراكز الاستشارية بمدينة أبها.

وقدم مدير عام الشؤون الصحية بمنطقة عسير، شكره وتقديره لأمير المنطقة، مشمناً دعمه وحرصه على القطاع الصحي بعسير.





## مدير الجامعة يرعى توقيع اتفاقية مع جمعية تحفيظ القرآن بعسير

عبدالعزیز رديف

مؤخراً معهداً لإعداد معلمات القرآن الكريم، وتعمل على إنشاء معهد مماثل لإعداد معلمي القرآن الكريم، لا فتاً إلى أن الشراكة تمكن الجمعية من الاستفادة من خبرات الجامعة في جوانب التطوير والجودة والريادة في مختلف المجالات، إضافة إلى الإشراف على دبلومات معاهد إعداد المعلمين والمعلمات، وكذلك الاستفادة من مرافق الجامعة الاجتماعية والثقافية والرياضية.

وفي ختام مراسم توقيع الاتفاقية تسلم معالي مدير الجامعة درعا تذكارية من رئيس الجمعية بهذه المناسبة، كما كرم معاليه رئيس جمعية تحفيظ القرآن الكريم بالمنطقة، مقدماً شكره لكافة منسوبي الجمعية على جهودهم المباركة فيما يتعلق بحفظ كتاب الله، سائلاً المولى أن يبارك الجهود وأن تكون هذه الاتفاقية نواة لكل ما من شأنه خدمة كتاب الله.

رعى معالي مدير الجامعة الأستاذ الدكتور فالح بن رجاء الله السلمي الثلاثاء الماضي توقيع اتفاقية تعاون بين الجامعة والجمعية الخيرية لتحفيظ القرآن بمنطقة عسير، بحضور عدد من وكلاء الجامعة وعمداتها، وذلك في ضيافة مبنى الإدارة بالمدينة الجامعية بأبها.

وقد مثل الجامعة في توقيع الاتفاقية وكيل الجامعة للشؤون التعليمية والأكاديمية الأستاذ الدكتور سعد بن دعجم، ومن جانب الجمعية رئيسها الأستاذ يحيى فايع.

وأوضح عميد معهد البحوث والدراسات الاستشارية بالجامعة الدكتور عبداللطيف الحديثي، أن الجامعة تهدف من خلال هذه الشراكة إلى دعم الجمعية في المجالات التربوية والتعليمية، وخاصة أن الجمعية أنشأت



## مجلس الجامعة يوصي بإصدار مجلة للدراستات التاريخية والحضارية

عبدالعزیز رديف

ترأس معالي مدير الجامعة الأستاذ الدكتور فالح بن رجاء الله السلمي نهاية الأسبوع الماضي الاجتماع الخامس لمجلس الجامعة للعام الدراسي الحالي، وذلك بحضور الأمين العام للجنة المؤقتة لمباشرة الاختصاصات المسندة لمجلس التعليم العالي الدكتور محمد بن عبدالعزيز الصالح، وكلاء الجامعة، وعمداء وعميدات الكليات والعمادات المساندة، وذلك في مقر إدارة المدينة الجامعية بأبها. وافتتح السلمي الاجتماع بكلمة ترحيبية، ثم استعرض وكيل الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي أمين المجلس الأستاذ الدكتور سعد بن عبدالرحمن العمري موضوعات الجلسة المدرجة على جدول الأعمال. وأوضح العمري أن مجلس الجامعة خرج في نهاية الاجتماع بعدد من التوصيات من أهمها التوصية بإنشاء مجلة الجامعة للدراسات التاريخية والحضارية، وإقرار برنامج دكتوراه الفلسفة في التاريخ بقسم التاريخ في كلية العلوم الإنسانية، وكذلك ترقية عدد من موظفي الجامعة إلى المراتب العليا.





## مدير الجامعة يفتتح مراكز للخدمات الغذائية

عبدالعزیز رديف

تسعى خلال الأسابيع القادمة إلى افتتاح مقرات جديدة في كل من مجمع كليات البنات بالسامر بأبها والمجمع الأكاديمي للبنين بالقرية، وكذلك في كلية العلوم والآداب للبنات بسراة عبيدة وعدد من المقرات الجامعية الأخرى.

كما بين الأسمرى أن هذه المرحلة تعد إحدى مراحل تطوير الخدمات التي تسعى الجامعة لاستكمالها خلال السنة الحالية، بحيث تغطي جميع فروع الجامعة في جميع المدن والمحافظات، ويصحب تطوير تلك الخدمات خطة لتوطين تلك الخدمات، لافتاً إلى أنه تم خلال السنة المالية الماضية توقيع أكثر من 15 عقداً مع مؤسسات وطنية.

فيما تسعى الإدارة العامة للاستثمار من خلال خطة تطوير الخدمات الاستثمارية إلى توقيع مذكرة تفاهم مع أمانة منطقة عسير خلال الفترة القادمة، للتعاون في مجال سياسات الرقابة الشاملة والسلامة الغذائية.

يذكر أن عدد الشركات التي تم التعاقد معها خلال السنتين الماضيتين تجاوز الـ 30 شركة ومؤسسة متخصصة في مجال الخدمات الاستثمارية في المجال الغذائي، متنوعة الخدمة والتي تشمل مكائن البيع الذاتي والعربات المتنقلة ونحوها.



رعى معالي مدير الجامعة الأستاذ الدكتور فالح بن رجاء الله السلمي مؤخراً، افتتاح عدد من مراكز الخدمات الغذائية التي تشرف عليها الإدارة العامة للاستثمار بالجامعة، وذلك في مجمع كليات البنات بطريق الملك عبدالله بأبها، وكلية المجتمع للبنين بالمحالة، إضافة إلى كلية العلوم والآداب للبنات بخميس مشيط.

ويعد الاستثمار في الخدمات الغذائية أحد مجالات الاستثمار التي تعزز الموارد الذاتية للجامعة وفي الوقت نفسه تمكن طلاب وطالبات الجامعة من الحصول على خدمات غذائية عالية الجودة ومناسبة السعر، والتي تركز الجامعة من خلالها على تمكين الشركات والمؤسسات الوطنية، التي تدار في مجملها بأيدٍ وطنية لتحقيق نسبة جيدة من التوطين، وذلك بهدف تشجيع ودعم الفرص الاستثمارية الناشئة لأبناء وبنات الوطن، وفق ما يتماشى مع تحقيق رؤية المملكة 2030.

وأوضح المشرف على الإدارة العامة للاستثمار بالجامعة الدكتور إبراهيم الأسمرى، أن المقرات التي تم افتتاحها مؤخراً، تتميز بتصاميم عصرية حديثة لتقدم خدماتها للطلاب والطالبات بشكل راق يتناسب مع البيئة الأكاديمية التي يستحقونها. كما أشار إلى أن إدارة الاستثمار



## العضوية الفخرية بأوقاف الجامعة للأمير الدكتور فيصل بن محمد بن ناصر آل سعود

عبدالعزیز رديف

سلم معالي مدير الجامعة الأستاذ الدكتور فالح بن رجاء الله السلمي العضوية الفخرية لأوقاف الجامعة لصاحب السمو الملكي الأمير الدكتور فيصل بن محمد بن ناصر آل سعود، وذلك على هامش فعاليات ملتقى الأمن الفكري الأول «المواطنة الرقمية»، والذي نظمته الجامعة ممثلة بوحدة التوعية الفكرية، وقد تم عرض فلم تعريفي لسموه بمعلومات عن منجزات أوقاف الجامعة ومشاريعها.

## اختتام فعاليات الأسبوع القرآني الأول «بالقرآن نحيا»

عبدالعزیز رديف

ترشيح خمسة فائزين على مستوى الجامعة. يذكر أن الأسبوع شهد إقبالا كبيرا من طلاب الشريعة وكافة الكليات، محققا الأهداف المرجوة منه، من أهمها العناية بالقرآن الكريم حفظا وتلاوة وتدبرا وتطبيقا، مع إعانة الطلاب على تحسين تلاوة القرآن الكريم، وإذكاء روح التنافس بينهم في الإقبال على القرآن حفظا وتلاوة.

وبحضور عميد كلية الشريعة والكلاء ورؤساء الأقسام العلمية، وأعضاء هيئة التدريس، وطلاب الكلية في البكالوريوس والدراسات العليا، وعدد من طلاب المنح من أكثر من ٢٠ دولة. وضمن فعاليات الأسبوع نظم قسم القرآن وعلومه مسابقة أعذب تلاوة، والتي شارك فيها مجموعة من الطلاب، تم من خلالها

كما أقيمت ضمن فعاليات الأسبوع دورة تدريبية بعنوان «مفاتيح قرآنية في التعامل مع القرآن الكريم»، بالإضافة إلى ندوة «بالقرآن نحيا» التي تناولت عدة محاور من أبرزها محور جهود المملكة العربية السعودية في خدمة القرآن الكريم، وذلك بمشاركة عدد من أعضاء هيئة التدريس في قسم القرآن وعلومه،

والتجويد وتحسين التلاوة، وكذلك كلمات توجيهية بين الأذان والإقامة لصلاة الظهر في جامع الأمير فيصل بن خالد بمقر الجامعة، وكلمة في مسجد المجمع الأكاديمي بالحالة، وكلمة في مسجد الإسكان الطلابي بلعصان بعد صلاة المغرب، تناولت حث الطلاب على الإقبال على القرآن والعناية به تلاوة وحفظا وتدبرا وعملا.

مطلع الأسبوع الماضي الخيمة القرآنية الخاصة بالفعالية، والتي يتم فيها تلقي دروس التلاوة والتجويد والتفسير، إضافة إلى معرض مصاحب يضم عدداً من اللوحات المصورة التي تهتم وتحت على العناية بالقرآن الكريم حفظا وتلاوة وتدبرا وتطبيقا. وشهد الأسبوع القرآني عدداً من الفعاليات التي أقيمت طيلة أيام الأسبوع متضمنة دروساً في التفسير

اختتمت الجامعة ممثلة بقسم القرآن وعلومه بكلية الشريعة وأصول الدين، فعاليات الأسبوع القرآني الأول الخميس الماضي، والمقام تحت عنوان «بالقرآن نحيا»، في مقر الكلية بالمدينة الجامعية بأبها، «قريظ». وافتتح عميد الكلية الأستاذ الدكتور محمد بن ظافر الشهري



## 19 دورة تدريبية معتمدة تنظمها «خدمة المجتمع»

عبدالعزیز رديف

العمل، وما يعود بالفائدة على المستفيدين من هذه الدورات، لتسهم بدورها في تطوير الكفاءات الوطنية في عدد من المجالات المهنية، لافتاً إلى أن التسجيل متاح لكافة فئات المجتمع في جميع الدورات التي ستستمر إلى نهاية الفصل. بدورها بينت مساعدة العميد الدكتورة عبير محفوظ آل مداوي، أن التسجيل في الدورات متاح لكافة طالبات الجامعة، مشيرة إلى أن الدورات تتميز بتنوع مجالاتها التي تشمل تنمية وصقل مهارات المستفيدين في تخصصات مختلفة، مؤكدة على استمرار إقامة هذه الدورات إلى نهاية الفصل الحالي.

يذكر أن هذه الدورات تقدم من قبل مدربين مؤهلين ومعتمدين وأكاديميين ذوي خبرة، كما أنها تمكن المتدربات في نهاية الدورة من الحصول على شهادة معتمدة.

أعلنت عمادة خدمة المجتمع والتعليم المستمر بالجامعة ممثلة بشطر الطالبات عن إقامة عدد من الدورات التدريبية المعتمدة للفصل الدراسي الحالي، والتي ستقام في مقر العمادة بالمجمع الأكاديمي بلعصان، مبنى (د).

ويبلغ إجمالي عدد الدورات لهذا الفصل 19 دورة، منها 7 دورات مجانية، تتمحور حول العديد من المواضيع المختلفة في جوانب الحياة بهدف الارتقاء بالمجتمع، وتأهيل المستفيدين في المجالات المهنية المتوافقة مع متطلبات سوق العمل. وأوضح عميد عمادة خدمة المجتمع والتعليم المستمر بالجامعة الدكتور عمر علوان عقيل، أن العمادة حرصت على تنظيم هذه الدورات بعد إجراء المسوحات الميدانية لما يتطلبه سوق

## انعقاد اللقاء الرابع لمديرات الإدارات والمساعدات

سارة القحطاني

يخص بنود التعميم الوارد في الجوانب المالية بشأن الضوابط والتعليمات العامة لتنفيذ ميزانية الجامعة للعام الحالي وذلك حرصاً على الاستغلال الأمثل لموارد الجامعة بما يدعم تحقيقها لرؤيتها ورسالتها.

ثم قدمت مديرة الإدارة منى آل خزيم توضيحاً لمهام وصلاحيات مديرة الإدارة، وعرضت رئيسات الأقسام شرحاً لأهم إجراءات العمل في أقسام الوكالة لعضوات هيئة التدريس السعوديات والمتعاقدات والموظفات الإداريات، لتوضح ما يخص الأمور المالية والإدارية لمنسوبات الجامعة في الخدمة الذاتية، بالإضافة إلى شرح تفصيلي لتعميم معالي مدير الجامعة حول ضوابط وتعليمات الإجراءات الإدارية للمعاملات المالية للعام 1440/1441 بعد ذلك شهد اللقاء فترة لاستقبال الأسئلة والاستفسارات والرد عليها، وتم حصر الملاحظات والإشكالات التي تواجه بعض الجهات للرفع بها للمسؤولين. ثم اختتمت الدكتورة شبناء القرني اللقاء بالشكر للحضور ولأعضاء الفريق المنسق والمنفذ للقاء الرابع على المشاركة الفاعلة مشيدة بالتقدم الواضح في مستوى الأداء المهني للموظفات الإداريات.

عقدت وكالة عمادة شؤون أعضاء هيئة التدريس والموظفين لشؤون عضوات هيئة التدريس والموظفات بالجامعة اللقاء الرابع لمديرات الإدارات والمساعدات للعام الجامعي الحالي، بحضور وكالة العمادة لشؤون عضوات هيئة التدريس والموظفات الدكتورة شبناء محمد القرني ومديرة إدارة الوكالة منى علي آل خزيم وبحضور مديرات الإدارات ومساعدات مديري الإدارات لكلية الجامعة، وذلك بمسرح الجامعة في المجمع الأكاديمي بلعصان.

وابتداءً للقاء آيات من الذكر الحكيم تلتها كلمة لسعادة وكالة العمادة لشؤون عضوات هيئة التدريس والموظفات، رحبت من خلالها بالحضور ورفعت شكرها لمعالي مدير الجامعة الأستاذ الدكتور فالح بن رجاء الله السلمي والوكلاء على جهودهم في توحيد إجراءات العمل وتكامله؛ لتحقيق الجودة ورفع الكفاءة الإنتاجية لإدارات الجامعة كافة، منوهة بضرورة تطبيق معايير الجودة وذلك بالالتزام بتطبيق التعاميم الواردة للإدارات، وضرورة إثراء اللقاء والنقاش فيما

## نادي علوم وأداب محاييل يطلق حملة «أضرار المخدرات والتدخين»

محمد الكعبي

بالتعاون مع وحدة التوجيه والإرشاد بالكلية حملة للتوعية بأضرار التدخين والمخدرات. وجابت الحملة أرجاء الكلية من خلال المرور على قاعات الدراسة، حيث قدم رائد النشاط الدكتور محمد أبو زهو، ورئيس وحدة التوجيه والإرشاد الدكتور السيد محمد شقاف، نصائح مهمة للطلاب تتعلق بالأضرار البالغة للتدخين والمخدرات. كما أقيم معرض يحتوي على عدد من الباروشورات والمطويات والمشورات والمجسمات المتعلقة بأضرار التدخين والمخدرات. وهدفت الحملة إلى تثقيف الطلاب ومنسوبي الكلية بالأضرار الناجمة عن التدخين والمخدرات، وما يترتب على ذلك من أضرار دينية وأسرية.

بحضور سعادة عميد كلية العلوم والآداب بمحاييل الدكتور إبراهيم آل قايد، أطلق نادي الكلية



## 430 متدرباً ومتدربة في الأسبوع الثالث لبرنامج الجامعة الصحي ببارق

سارة القحطاني

القانونية والمعرفية التي يمكن أن يحمي بها نفسه في حال توافر أي خطر متعلق بالتسويق الإلكتروني.

فيما قدمت الدكتورة عبدالكريم دورة بعنوان «إدارة الفعاليات»، تضمنت التعريف بالتخطيط والفعالية، ومزايا وعيوب تخطيط الفعاليات، والصعوبات التي تواجه الفعاليات، وأهم العوامل المؤثرة في البيئة الداخلية والخارجية، وهدفت إلى التعرف على كيفية التخطيط الجيد للفعاليات المختلفة، ومعرفة إعداد المؤتمرات كنوع من الفعاليات، بالإضافة إلى دورة أخرى قدمتها الدكتورة خالدة محمد أحمد في «خواص زيوت الطعام وتأثير إعادة استخدامها على صحة الإنسان»، تضمنت التعريف بتركيب الزيوت النباتية، وخواصها الفيزيائية والكيميائية، وخطورة تكرار استخدام الزيت المقل على صحة الإنسان، وعلامات فساد زيوت الطعام، وهدفت إلى معرفة الأضرار الصحية الناتجة من عملية تكرار القلي بزيوت الطعام على صحة الإنسان، ومعرفة أفضل الزيوت وأكثرها استقراراً تجاه درجات الحرارة العالية.

وكانت الدورة التالية في «مهارات البحث العلمي» للدكتورة سامية الأمجد، تضمنت تحديد المفهوم، والمناهج والعناصر الأساسية لخطة البحث العلمي، واكتساب مهارات البحث العلمي وتأثير غيابها، وكيفية تنمية قدرات التلاميذ والأطفال على البحث والتحليل بسهولة، وهدفت إلى ضبط وحصر مشاكل غياب مهارات البحث العلمي، وتحديد طريقة تنمية العلامات للبحث والتحليل، واكتساب الصبر عند التلاميذ.

واختتم الأسبوع الثالث بدورة تدريبية بعنوان «الحوادث المنزلية وطرق الوقاية منها»، قدمتها الدكتورة درية حسن، واستهدفت الطالبات ومعلمات المدارس في بارق ومنسوباتها.

في تنمية الذات وترتيب الأولويات قدمها الدكتور أحمد آل خيرة، واشتملت على التعريف بمفهوم الذات وأهميتها وصورها واكتشافها والاتصال مع الذات وتقديرها وتوجيه الذات، وإدارة الذات والتغيير وعناصر ترتيب الأولويات ومصفوفة الإدارة والمعرفة في عملية التغيير، وعرض نماذج تطبيقية في المصفوفات في إدارة الوقت والتغيير والمهام والإدارة.

وقدم الدكتور أشرف أبو زيد دورة عن «الجرائم الإلكترونية.. التحديات والمعالجات»، استهدفت موظفي الدوائر الحكومية، وهدفت إلى التعرف بالجرائم الإلكترونية ومسمياتها المتعددة وتوضيح أسباب انتشارها وأركانها ومخاطرها على الفرد والمجتمع، بالإضافة إلى تحديد صورها المتعددة، وأهم النصائح لتجنب الوقوع في مثل هذه الجرائم، وإيضاح العقوبات المقررة لرتكبي الجرائم الإلكترونية والمعلوماتية.

وتم كذلك تقديم دورة في «مهارات التواصل الفعال في بيئة العمل»، للدكتور مأمون يس بدوي، تطرق فيها إلى المفاهيم الأساسية لمهارات التواصل الفعال، والفوائد العلمية والعملية لمهارات التواصل، وتحديد أدوات التواصل وكيفية التخطيط لها مع الالتزام الوظيفي في بيئة العمل وأساليب ومحضرات زيادة إنتاجية عمل الموظف، بالإضافة إلى دورة أخرى في «تنمية تطوير الذات»، استهدفت أفراد المجتمع المحلي في بارق.

### الدورات النسائية

في الجانب النسائي قدمت الدكتورة أمال قرياق دورة في «التسويق الإلكتروني»، تضمنت ماهية التسويق الإلكتروني، ودراسة تأثير التسويق الإلكتروني على المستهلك، ومخاطر التسويق الإلكتروني وآليات حماية المستهلك، وهدفت إلى توعية المستهلك بمخاطر التسويق الإلكتروني، وتمكينه من معرفة الآليات

نفذت الجامعة، ممثلة بعمادة خدمة المجتمع والتعليم المستمر، عدداً من الدورات التدريبية المتنوعة في الأسبوع الثالث من فعاليات البرنامج الصحي والتثقيفي والتوعوي السابع ببارق، استهدفت أفراد المجتمع المحلي وموظفي وموظفات الإدارات الحكومية والطلاب والطالبات ومنسوبي التعليم في بارق، واستفاد منها أكثر من 430 متدرباً ومتدربة.

وتضمن البرنامج دورات متنوعة قدمها أكثر من 10 مدربين في عدد من المجالات المختلفة، من أبرزها دورة تدريبية في تطوير القدرات والمهارات الإدارية للمشاركين، للدكتور محمد المزاح، وهدفت إلى تدريب المشاركين على وضع خطة مستقبلية لأنفسهم، وتحديد مفهوم التخطيط، وأهميته، وفوائده، ومعرفة خطوات التخطيط الناجح، ورسم إعداد خطة جيدة زمنية وعملية للمستقبل، ومعرفة وسائل التأكد من تنفيذ الخطة.

وقد تطرقت هذه الدورة إلى مفهوم التخطيط وفوائده وخصائصه وأبعاده، وصفات المخطط الناجح، وكيفية التخطيط الاستراتيجي (الرؤية، الرسالة، التحليل البيئي الداخلي والخارجي)، والتحليل الاستراتيجي (سوات)، ومراحل وخطوات إعداد الخطط الناجحة.

كما قدم الدكتور إبراهيم آل قايد دورة تدريبية في فن التعامل مع الجمهور، تضمنت التعرف على المداخل السهلة إلى العقول والقلوب، واكتساب مهارات فن الخدمة والتعامل مع الجمهور، وتعلم مهارات التحدث والإقناع، وهدفت إلى التعرف على الطرق والأساليب والتقنيات للتعامل مع الناس، واكتساب المهارات المهمة لخدمة العملاء والمراجعين. إلى ذلك، اشتمل البرنامج على دورة

# «التربية» تحتضن اللقاء السادس من برنامج إثراء بتعليم سراة عبيدة

سارة القحطاني

كلية التربية في الجامعة ناقش اللقاء الذي استهدف قادة المدارس ومشرفيها في المحافظة «القيادة المدرسية» في ستة موضوعات متنوعة قدمها ستة محاضرين على مدى يومين، حيث تضمنت الجلسة الأولى موضوعين الأول حول منظومة الأداء الإشرافي للدكتور محمد غريب، والثاني حول الأساليب الإشرافية للدكتور محمود عبدالنواب، فيما ناقشت

الجلسة الثانية موضوع «مهارات الاتصال الفعال» للأستاذ الدكتور سلطان المخلافي.. كما اشتمل اليوم الثاني من البرنامج على جلستين تناولت الجلسة الأولى موضوعين هما «القيادة التعليمية في ضوء رؤية ٢٠٣٠» و «التقويم الفعال للأداء الوظيفي» لكل من الدكتور سعيد هدية، والدكتور محمد آل مسلط، فيما تطرقت الجلسة الختامية

لـ «دور القائد في التطوير المهني للمعلم» قدمها د. ناصر الشهراني. من جهته قال رئيس جمعية المعلم «جسم» د. عبدالله آل كاسي إن هذا اللقاء يهدف إلى تزويد المتدربين بأبوية ربط دور القيادة التعليمية برؤية المملكة ٢٠٣٠ واكساب المتدربين المهارات والمعارف في مجال تقويم الأداء، وتحسين مهارات الاتصال الفعال لدى قادة المدارس، واكساب قادة المدارس المهارات اللازمة للأساليب الإشرافية وطرق التعامل

معها، بالإضافة إلى تزويد المشاركين ببعض المعارف والمعلومات حول منظومة القيادة المدرسية. وأشار آل كاسي إلى أن كلية التربية تسعد من خلال الجمعية العلمية للمعلم «جسم» بامتداد شراكتها مع الإدارة العامة للتعليم بـعسير سابقا واليوم مع إدارة تعليم محافظة سراة عبيدة، مؤكدا اهتمام الجمعية بالميدان التربوي وتجويد المخرج التعليمي، وسعيها المستمر

لتقديم كافة الخدمات التربوية للميدان وتزويده بما يحتاج إليه سواء في الجوانب التربوية أم الجديد في التخصصات العلمية، مع الاستمرار أيضا في تقديم الدورات واللقاءات والمؤتمرات التي تخدم المعلم وتزوده بالفيديو ويتم الاستفادة من التخصصات العلمية التي تخدم الميدان، وتخدم المجالات الإرشادية لتحقيق دورها في توعية وتوجيه الطلاب وغرس القيم وتعديل السلوك.

عقدت الجمعية السعودية العلمية للمعلم «جسم» بالتعاون مع الجامعة وإدارة التعليم بسراة عبيدة ممثلة بالإشراف التربوي قسم القيادة المدرسية اللقاء السادس من سلسلة لقاءات برنامج إثراء، بحضور رئيس جمعية جسم للمعلم عميد كلية التربية د. عبدالله آل كاسي وأكثر من ٦٤ قائدا ومشرفا، وذلك في

## جولة الجامعة تختتم المشروع الكشفي لحماية البيئة

محمد الكعبي

اختتمت جولة الجامعة المشروع الكشفي الوطني لحماية البيئة ونظافتها ضمن المرحلة ١١، حيث أقيمت عدة فعاليات خلال المشروع، بدأت بقاء بعنوان «دورنا في تعزيز الوعي البيئي في ظل رؤية المملكة

٢٠٣٠»، كما تم استضافة الأستاد مبارك الشهراني مشرف الجودة بعمادة شؤون الطلاب الذي قدم بدوره عددا من النصائح والإرشادات التي تهتم بحماية البيئة من جميع الأخطار التي تهددها ومنها إهمالها وعدم نظافتها، إضافة إلى التطرق إلى تعزيز الوعي البيئي لدى فئات المجتمع، إلى ذلك، دشنت جولة الجامعة ضمن المشروع حملة أصدقاء الماء، وذلك بتوزيع وشرح منشورات توعوية عن أضرار الهدر في المياه على طلاب الجامعة ومنسوبيها. بدوره كرم سعادة وكيل الجامعة للتطوير والجودة الدكتور مرزن

الشهراني جولة الجامعة وذلك في ختام المشروع، حيث شكرهم على إقامة مثل هذه الفعاليات والمشاريع في تعزيز الوعي البيئي بين فئات المجتمع والتي هي من أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠، بعد ذلك تم تكريم الجهات المشاركة من داخل الجامعة وخارجها.

## الجامعة تعلن توافر عدد من وظائف إعادة الشاغرة

عبدالعزیز رديف

أعلنت الجامعة عن توافر عدد من وظائف إعادة الشاغرة للمواطنين والمواطنات، وذلك بكلية العلوم الإنسانية بأبها، وكليات المجتمع في أبها وخميس مشيط ومحال عسير، ورجال ألع، في أقسام الإعلام والاتصال، والمقررات العامة. وسيتم استقبال الطلبات ابتداء من يوم الأحد ١٥ من شهر جمادى الآخرة إلى يوم السبت الحادي عشر من الشهر نفسه، وذلك من خلال تعبئة الاستمارة الإلكترونية عبر موقع الجامعة الإلكتروني.

وتشترط الجامعة على المتقدمين للوظائف: أن يكون المتقدم أو المتقدمة سعودي الجنسية، وأن لا يزيد عمر المتقدم عن ٣٠ سنة، وأن يكون المتقدم أو المتقدمة من حديثي التخرج، وألا يكون قد مضى على تخرجه أكثر من خمس سنوات، علما بأن فترة التخرج المسموح بها للتقديم هي من الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي ١٤٣٤/١٤٣٥ إلى الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ١٤٣٩/١٤٤٠.

وأن تكون شهادة البكالوريوس من جامعة سعودية أو جامعة أخرى معترف بها في نفس التخصص (إرفاق معادلة المؤهلات من وزارة التعليم لخريجي الجامعات غير السعودية). وأن تكون الدراسة بالانتظام، وألا يقل التقدير العام في مرحلة البكالوريوس عن جيد جدا.

كما اشترطت الجامعة على المتقدمين الحصول على درجة (٦٠) في اختبار القدرات العامة للجامعيين كحد أدنى، ودخول المقابلة الشخصية، ودخول اختبار التخصص المعد من الأقسام الأكاديمية، والحصول على الدرجة المطلوبة في اختبارات اللغة الإنجليزية للمتقدمين على وظائف اللغة الإنجليزية. ولتزيد من المعلومات يرجى الاطلاع على موقع الجامعة الرسمي.



## «كيفية إعداد السيرة الذاتية».. ندوة لنادي علوم وأداب محايل

نظم نادي كلية العلوم والآداب بمحايل دورة بعنوان "كيفية إعداد السيرة الذاتية" لطلاب اللغة الانجليزية، قدمها الدكتور إيهاب النزلي، وهدفت الدورة إلى توضيح الفرق بين CV و Resume حيث شملت كيفية إعداد السيرة الذاتية الاحترافية وتشمل الخبرات، والمؤهلات العلمية، والابحاث والمشاركات، المهارات، والجوائز والإنجازات والمصادر التي يرجع إليها وقد حصل الطلاب على معلومات وفيرة تمكنهم من صياغة سيرة ذاتية احترافية.



## نادي مجتمع محايل يقيم برنامجاً تدريبياً عن الثقة بالنفس

تحت شعار «معرفة ومهارة، استهل النادي الطلابي بكلية المجتمع بمحايل عسير برنامجاً تدريبياً للفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي الحالي، بدورة تدريبية بعنوان «الثقة بالنفس» قدمها الدكتور جبارة فرح أستاذ إدارة الأعمال المساعد. وهدفت الدورة إلى تقديم لمحة عن أهمية الثقة بالنفس في تطوير وبناء الذات وكيفية تنمية هذه الثقة والآثار المترتبة على اهتزاز الثقة بالنفس أو فقدانها.



## نادي علوم وأداب محايل يزور الدفاع المدني

قام نادي كلية العلوم والآداب بمحايل عسير بالتعاون مع نادي كلية المجتمع بمحايل، وبالتنسيق مع الإدارة العامة للأمن والسلامة بفرع الجامعة بتعامه، بزيارة للمديرية العامة للدفاع المدني بمحافظة محايل، وذلك ضمن برامج النشاط الطلابي. وتم خلال الزيارة التعرف على عدد كبير من المعدات والألات المستخدمة في عمليات إطفاء الحرائق والإنقاذ، وزيارة أقسام الإدارة العامة للدفاع المدني، ومشاهدة ما يقوم به رجال الدفاع المدني من خدمة المجتمع في مجال الطوارئ والكوارث وانشاء المتضررين في الحوادث والحرائق وحالات الإنقاذ بشكل عام.

كما تم خلال الزيارة الإجابة على استفسارات الطلاب المختلفة، حيث أوضح عدد من الطلاب المشاركين اهتمامهم بمثل هذه الزيارات الاستطلاعية؛ ليشاهدوا ما يقوم به رجال الدفاع المدني من عمل لإنقاذ حياة المواطنين المتضررين في الحوادث والحرائق والحصول على الفكرة الكاملة عن عمليات الإنقاذ والاستفادة منها.

## نادي عناية يقيم لقاءه الرابع بحضور عميد كلية التمريض

بحضور سعادة عميد كلية التمريض بخميس مشيط الدكتور عبدالله السبعاني، أقام نادي عناية بالشراكة مع وحدة الإرشاد الطلابي بكلية اللقاء التفاعلي الرابع. وشمل اللقاء التفاعلي العديد من الفعاليات، ابتداء بدوري كرة الطائرة ثم مسابقة ثقافية علمية، حيث تم توزيع الجوائز على الفائزين بالمسابقة. بعد ذلك تم إجراء لقاء تفاعلي بين الطلاب وأعضاء هيئة التدريس وعميد الكلية، وقد شمل مناقشة العديد من النقاط المتعلقة بأنشطة النادي، وسبل تحسين العملية التعليمية والأكاديمية.

## إعداد: محمد الكعبي



## دورة تدريبية في التخطيط لنادي مجتمع محايل

أقام النادي الطلابي بكلية المجتمع بمحايل عسير، دورته الطلابية الثانية بعنوان التخطيط واتخاذ القرار، وذلك بمعمل التعليم الإلكتروني بكلية. وهدفت الدورة التي قدمها رئيس قسم إدارة الأعمال بكلية الدكتور مأمون بدوي إلى توضيح المفاهيم النظرية للتخطيط ودعم القرار وتقديم نماذج عملية لقرارات متنوعة ومختلفة داخل المشروعات على اختلاف نشاطها وطبيعتها وملكيته.



## حملة توعوية عن مرض السرطان بنادي الطب والإبداع

أقام نادي الطب والإبداع مؤخرًا، حملة توعوية بأعراض السرطان وذلك بمناسبة اليوم العالمي للسرطان، في مجمع الواحة سنتر بخميس مشيط، وتضمنت الحملة تعريفًا عامًا بمرض السرطان وأنواعه، وأكثر الأنواع انتشارًا كالنثدي والبروستاتا والقولون والمستقيم والرئة، بالإضافة إلى أهميته الكشف المبكر.

## نادي علوم وأداب محايل يقيم احتفالية «اللغة العربية والشباب»

بحضور عميد كلية العلوم والآداب بمحايل عسير الدكتور إبراهيم آل قايد، أقام نادي الكلية بالتعاون مع قسم اللغة العربية؛ احتفالية بعنوان «اللغة العربية والشباب»؛ ضمن فعاليات اليوم العالمي للغة العربية على مسرح الكلية. وتضمن الاحتفال ندوة حول اللغة العربية وعرض أوراق بحثية لأعضاء هيئة التدريس بقسم اللغة العربية، كما شارك عدد من الطلاب بقصائد شعرية، وفي نهاية الحفل أقيمت مسابقة ثقافية للطلاب الحاضرين، تم من خلالها توزيع جوائز قيمة على الطلاب الفائزين.



كما تم خلال اللقاء تكريم أعضاء هيئة التدريس والإداريين والطلاب ومجلس إدارة النادي، الذي ساهموا في نجاح الأنشطة الطلابية في الفصل الدراسي الأول وتكريم الفريق الفائز بدوري عميد كلية التمريض لكرة القدم، وتم عرض فيديو عن أنشطة النادي السابقة، وافتتاحية للأنشطة المعتمدة لهذا الفصل. واختتمت الفعاليات بلقاء الخبرة، حيث تم تقديم النصائح لطلاب المستوى الثالث والرابع من طلاب المستوى الثامن والامتياز.

يذكر أن النادي يهدف من إقامة مثل هذه اللقاءات بشكل دوري إلى إيجاد بيئة أكاديمية متميزة تشمل الجوانب المعرفية والإبداعية وتنمي المواهب وتطورها، كما تحرص على نشر روح الفريق الواحد بين مجتمع الكلية وكسر الحواجز بينهم عبر الالتقاء في أجواء ترفيهية غير رسمية، والمشاركة في أنشطة رياضية وثقافية مشتركة.

## نادي الشريعة يختتم برنامج أفياء الوحي «القرآن الكريم»

في أسبوع حافل مليء بالبرامج المتنوعة، أقام نادي كلية الشريعة وأصول الدين برنامجاً بعنوان «أفياء الوحي» والذي قسم على جزأين أحدهما للقرآن والآخر للسنة. وبدأ البرنامج بحملة بعنوان «بالقرآن نحيا» وهي بالتعاون بين النادي وقسم القرآن وعلومه.

وافتححت فعاليات الأسبوع القرآني الأول بحضور فضيلة عميد الكلية الأستاذ الدكتور محمد الشهري، وكلاء الكلية ورؤساء الأقسام وأعضاء هيئة التدريس وعدد من الطلاب. وشمل مقر الحملة جناحاً لجمعية تحفيظ القرآن الكريم بعسير ومعرضاً لجسفت (الثقافة والفنون بعسير) ولوحة تعبيرية، كما كان من ضمن فعاليات وأنشطة الحملة خيمة التلاوة التي استمرت طيلة أسبوع؛ بالإضافة إلى ندوة بعنوان «بالقرآن نحيا»، قدمها نخبة من أعضاء هيئة التدريس في قسم القرآن، كما تمت إقامة الدورة القرآنية «أعذب تلاوة» شارك فيها أكثر من ٢٠ طالباً بتحكييم من أعضاء هيئة التدريس بكلية.

## نادي البرامج المشتركة يقيم دورة تدريبية عن «مفهوم النجاح»

أقام نادي البرامج المشتركة دورة تدريبية بعنوان: مفهوم النجاح قدمها المدرب سعيد آل طليح، وتحدث المدرب عن محاور عديدة في شأن مفهوم النجاح من أهمها قصص الناجحين وعقبات تواجه من أراد النجاح وكيف ينظمها، وكذلك كيف تكون ناجحاً عبر خطوات معينة ومحضرة تحقق ما تطمح إليه.

## نادي الحاسب الآلي يرحب بالمستجدين

أقام نادي الحاسب الآلي بالتعاون مع وحدة التوجيه والإرشاد بكلية علوم الحاسب اللقاء الترحيبي بالطلاب المستجدين بحضور سعادة عميد الكلية الدكتور علي آل قروي. حضر اللقاء رؤساء الأقسام والوحدات وأكثر من ٨٠ طالباً. وبدأ اللقاء بكلمة لسعادة رئيس الوحدة الأستاذ محمد الجعيد، رحب فيها بالحضور، ثم تحدث عن أهمية وحدة التوجيه والإرشاد ودورها الهام في حياة الطالب الجامعي وآلية الاستفادة من خدماتها. بعد ذلك ألقى سعادة عميد الكلية كلمة رحب فيها بالحضور، وأضاف أن مثل هذه اللقاءات تأتي حرصاً من عمادة الكلية على التواصل المباشر مع طلابها، مبيناً أهمية المرحلة الجامعية والتأكيد على استغلالها في تكوين الشخصية العلمية للطلاب.

## علوم وآداب محايل تحتفل بطلابها المستجدين

أقام نادي كلية العلوم والآداب بمحايل بالتعاون مع وحدة التوجيه والإرشاد بكلية، حفل استقبال الطلاب المستجدين للفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي الحالي، بحضور سعادة عميد الكلية الدكتور إبراهيم آل قايد عسيري، وبحضور وكلاء الكلية، ورؤساء الأقسام وأعضاء هيئة التدريس، والطلاب المستجدين، وذلك بمسرح الكلية.

بدأ الحفل بآيات من الذكر الحكيم، تلا ذلك كلمة ترحيبية لراعي الحفل، رُحِب فيها بالطلبة المستجدين، وبين سعادته أن عمادة الكلية، وطاقتها الإداري وأسنادتها في خدمة جميع الطلاب، وأن أبرز أهداف الكلية هو إخراج كوادر منافسة في سوق العمل، وشد على جميع الطلاب بضرورة معرفة اللوائح والأنظمة الخاصة بالدراسة والاختبارات.

ودعا الدكتور عسيري جميع الطلاب للاستفادة مما يقدم لهم في الكلية من محاضرات علمية، وأنشطة طلابية، لا سيما أن الكلية تحظى بطاقم مميز وقادر على أن يرقى بالعملية التعليمية في أعلى مستوياتها.

بعد ذلك قدمت الأنشطة الطلابية عدداً من الفقرات منها كلمة لطلاب النشاط، واستعراض فني للفرقة الشعبية بكلية، وقصيدة شعرية. وفي ختام الحفل تم السحب على جوائز قيمة للطلاب الحاضرين.

# برنامج مباشر



للتواصل مع معالي مدير الجامعة  
لاستقبال المبادرات والمقترحات التطويرية  
والملاحظات من منسوبي الجامعة

جوال (رسائل قصيرة فقط)

**0555832030**

إيميل

**mubasher@kku.edu.sa**



## «المجتمع» تقيم دورة عن الطباعة اليدوية بالثانوية الثالثة

### أسماء الشهري

نظمت عمادة خدمة المجتمع والتعليم المستمر لشرط الطالبات ورشة عمل عن الطباعة اليدوية، قدمتها أستاذة النسيج والملابس المساعدة الدكتورة أميرة عبد الله نور الدين، وذلك في مدرسة الثانوية الثالثة بأبها، ضمن برامج الشراكة المجتمعية للعمادة بالتعاون مع وكالة عمادة التطوير الأكاديمي والجودة.

وتضمنت الورشة العديد من التطبيقات العملية ومنها الطباعة بالتفريغ بأسلوبين، الأسلوب الأول الطباعة داخل الوحدات المفرغة، وذلك باتجاه الوحدة. والأسلوب الثاني هو الطباعة حول الوحدة بالخط المحيط للوحدة الخارجي، كما تم تعريف الطالبات بتاريخ فن الطباعة والذي يعتبر من أقدم الفنون التي ظهرت نتيجة لتفاعل الإنسان مع البيئة. وبلغ عدد المستفيدات من الدورة من المعلمات والطالبات، ٣٢٥ مستفيدة.

## طرق التدريس الحديثة للإنجليزية في برنامج بأحد رفيدة

### نورة القحطاني

أقامت وحدة خدمة المجتمع بكلية العلوم والآداب بأحد رفيدة برنامج طرق التدريس الحديثة في تدريس اللغة الإنجليزية بالإدارة التعليمية بسراة عبيدة. وهدف البرنامج إلى التعرف على أهم طرائق التدريس الحديثة في مجال تدريس اللغة الإنجليزية وكيفية توظيفها في المواقف التعليمية المختلفة، وتدريب المعلمات على كيفية تفعيلها عمليا داخل حجرات الدراسة.

## محاضرة تثقيفية عن الاضطرابات الهرمونية بمحايل

### فاطمة الأسري

أقامت وحدة التوجيه والإرشاد بكلية العلوم الطبية التطبيقية بفرع الجامعة في تهامة، محاضرة تثقيفية بعنوان «أنت هدفنا، قدمتها أستاذة الصحة النفسية بالكلية الدكتورة خالدة أحمد، واستهدفت طالبات المستوى الرابع وأستفاد منها ٤٠ طالبة. وتطرق فيها المحاضرة إلى الاضطرابات النفسية قبل الدورة الشهرية والأعراض المصاحبة لها وكيفية التغلب عليها وعلى القلق النفسي أو الاكتئاب والتوتر العصبي والاضطراب الهرموني.

وكشفت المحاضرة أن أسباب حدوث أعراض ما قبل الدورة الشهرية لا زالت غير واضحة، مؤكدة أنه يعتقد أن الاضطرابات الهرمونية المصاحبة لها هي السبب الرئيسي في حدوث تلك الأعراض. واختتمت المحاضرة بعدة نصائح تساعد على التخفيف من تلك الأعراض، تخللها عرض بأوربوينت.

## «الوعي النفسي» في محاضرة بمجمع أبها

### ليلى الشمراني

قامت لجنة التوجيه والإرشاد بكلية المجتمع للبنات بأبها بتفعيل حملة مطمئنون، وذلك بتقديم محاضرة بعنوان «ننشر ثقافة الوعي النفسي» قدمتها أستاذة التوجيه والإرشاد النفسي، الحاصلة على رخصة مزاوله مهنة أخصائي نفسي، الأستاذة خديجة خماس عسيري، وذلك بحضور ٤٠ طالبة و عدد من أعضاء هيئة التدريس. وتناولت المحاضرة مفاهيم الوعي الذاتي والهدف من الوعي الذاتي في حياة الإنسان



## معرض عن الموضة والأناقة في «اقتصاد أبها»

### زهراء حنتر

نظم نادي بصمة إبداع بكلية الاقتصاد المنزلي بالتعاون مع التوجيه والإرشاد ووكالة عمادة شؤون الطلاب لشؤون الطالبات معرضا بعنوان «حقبة» عن الأزياء والموضة والأناقة، وتم خلاله عرض أزياء من تصاميم الطالبات. بالإضافة إلى أعمالهن في فن التطريز والتريكو والمكياج، وذلك بحضور جميع طالبات الكلية وأعضاء هيئة التدريس بالكلية وعدد من الحاضرات من خارج الكلية.

وتضمن المعرض الذي أقيم في قاعة المعارض بالكلية ركنا للموضة، وركنا للتطريز وأشغال التريكو، وركنا لصناعة الصابون، وركنا لعرض الأزياء من تصميم مها آل شريم، وركنا لعرض أزياء تصاميم تهاني آل جبار، وركنا لعرض تصاميم أثير محمد، وركنا لفنانة المكياج أروى، وركنا لفنانة المكياج خلود القحطاني، كما كان هناك ركن لسجل الزوار.

وقد شهد المعرض زيارة عدد من الشخصيات البارزة بالمجتمع كأستاذة علوة محمد عسيري، والأستاذة نجلاء علي مفتح من مكتب العمل، ورئيسة لجنة المشاغل ومراكز التجميل بالغرفة التجارية الأستاذة هيفاء حموض، وكلا من سيدات الأعمال فلولة مثير، وفوزية مشاري وحنان المازني وعائشة القحطاني ونورة العمري وتغريد الغامدي وسلمى الحويان ونورة الصايغ، بالإضافة إلى الأستاذة غريبة العلكمي من البوابة الوطنية للعمل طاقات، والأستاذة سلوى القحطاني من أمانة أبها، والأستاذة ابتهاج الدغيم من كلية التقنية، والدكتورة فاطمة من وكالة عمادة شؤون الطلاب لشؤون الطالبات.

## «اللغة الإنجليزية» بمحايل يشارك في مهرجان بارق الصحي

### كريمة سلام

شارك قسم اللغة الإنجليزية في كلية العلوم والآداب بمحايل ممثلا في شطر الطالبات، في المهرجان الصحي والتثقيفي والتوعوي بمحايل بدورتين تدريبيتين.

وجاءت الدورة الأولى بعنوان «استخدام التطبيقات التفاعلية في تعليم اللغة الإنجليزية» قدمتها عضو هيئة التدريس بالقسم، الأستاذة سهام موسى آل حيدر، وذلك في مكتب الشؤون التعليمية للبنات ببارق، واستهدفت معلمات اللغة الإنجليزية واستفادت منها ١٧ معلمة، وتناولت مفهوم التكنولوجيا في تعلم اللغة، والتعريف بالتطبيقات المتعددة لتعلم اللغة الإنجليزية والفرق بينها. واستعرضت المديرة بعض النظريات في مجال استخدام التكنولوجيا في تعليم اللغة الإنجليزية وكيفية التوظيف التفاعلي لهذه التطبيقات في العملية التعليمية.

كما تطرقت المديرة إلى النقلة النوعية للتكنولوجيا من استعمال جهاز الحاسب العادي إلى الهاتف المحمول وما يوفره الأخير من تطبيقات مفيدة للطالب والأستاذ على حد سواء.

وكانت الدورة الثانية بعنوان «الطريقة الصحيحة لتعلم اللغة الإنجليزية»، قدمتها عضو هيئة التدريس بالقسم الأستاذة إشراق محمد، واستهدفت طالبات المرحلة الثانوية والمتوسطة بمدرسة القريحاء للبنات ببارق، واستفادت منها ما يزيد عن ٩٠ طالبة.

وتناولت فيها المديرة الطريقة الصحيحة لتعلم اللغة الإنجليزية وكيفية اكتساب المهارات اللغوية التي تحوّل الطالبة من التمكن الجيد من اللغة، كما تطرقت المديرة إلى أهمية التمكن من اللغة في مراحل التعليم المتوسط والثانوي؛ لكي لا تواجه الطالبة صعوبة في التحصيل الدراسي عند الالتحاق بالجامعة. وحظيت الدورة باستحسان الطالبات اللاتي تفاعلت مع ما تم طرحه من نصائح ومعلومات.

وفي ذات الإطار تقدم رئيس قسم اللغة الإنجليزية بكلية العلوم والآداب، الأستاذ محمد عسيري بالشكر للعضوتين اللاتي قدمن الدورات، وأثنى على مشاركة شطر الطالبات للقسم في فعاليات المهرجان، وأكد أن هذه المشاركة واجب وطني ينطلق

## دورة عن الإسعافات الأولية بخدمة المجتمع

### أسماء الشهري

أقامت عمادة خدمة المجتمع والتعليم المستمر بشرط الطالبات بالتعاون مع كلية التمريض بخميس مشيط، دورة عن الإسعافات الأولية، استمرت على مدى يومين، وذلك في مقر العمادة في المجمع الأكاديمي بالعصان مبنى (د)، قدمتها كل من أستاذة التمريض المساعدة المختصة في العناية المركزة الدكتورة عابدة سند القرني، وأستاذة التمريض المساعدة المختصة في طب المجتمع والأسرة الدكتورة مرفت مصطفى عرب. يأتي ذلك ضمن الدورات المجانية التي تقدمها الجامعة ممثلة في عمادة خدمة المجتمع. وهدفت الدورة إلى التعرف على كيفية التعامل مع حالات انسداد مجرى الهواء وتوقف القلب عند الأطفال والبالغين، وكيفية التعامل مع الحروق والغيار على الجروح من خلال التطبيق العملي. وأستفاد من الدورة ١٦٣ متدربة من مختلف شرائح المجتمع. وفي ختام الدورة قدم شطر الطالبات بالعمادة درعا وشهادة شكر وتقدير للمدربتين على تعاونهن في تقديم البرنامج التدريبي.

قسم الحاسب بشقيه نظم المعلومات وبرمجة الحاسب الآلي ومنسوبات الكلية المهتمات بموضوع الدورة، وقدمت الدورة على جزأين في فترتين منفصلتين لضمان الاستفادة منها. وتعرفت المدربات من خلال الدورة على أساسيات التصميم باستخدام تقنية MVC، وإنشاء صفحات إلكترونية، وعرض وإضافة وتعديل وحذف البيانات الموجودة في قواعد البيانات عن طريق توليد الكود باستخدام تقنية MVC.

## ..ومحاضرة عن الفساد الإداري

### ليلى الشمراني

أقامت كلية المجتمع للبنات بأبها محاضرة بعنوان «الفساد الإداري» قدمتها الأستاذة المساعدة بقسم العلوم الإدارية الدكتورة مرام أحمد، بحضور أعضاء هيئة التدريس و ٤٠ طالبة، وذلك ضمن إطار تفعيل أنشطة وبرامج خدمة المجتمع بالكلية. وتناولت المحاضرة مفهوم الفساد وأنواعه وأسبابه ووسائل مكافحته، وتم خلال المحاضرة فتح باب النقاش وطرح الأسئلة.

## «المجتمع» تقييم دورة عن التعامل مع الضغوط الدراسية

### ليلى الشمراني

أقام نادي التعاون بكلية المجتمع للبنات بأبها بالتعاون مع وحدة الإرشاد والتوجيه دورة بعنوان «فن التعامل مع الضغوط الدراسية»، قدمتها الأستاذة خديجة خماس بحضور ٧٤ طالبة. وتناولت مقدمة الدورة ماهية الضغوط الدراسية، كما عرضت عدة أمثلة عن الضغوط الحياتية الأخرى، وأنواع الضغوط وأسبابها سواء كانت ناتجة عن الفرد أم ناتجة عن عوامل خارجية، كما تناولت الأساليب الفعالة في التغلب على الضغوط الدراسية أو الضغوط الحياتية وطرق مواجهاتها، وتحديد الأهداف وأساليب المذاكرة الصحيحة.

## ..ومحاضرة عن «إنترنت الأشياء»

### ليلى الشمراني

نظمت كلية المجتمع للبنات بأبها محاضرة بعنوان «إنترنت الأشياء»، وذلك في إطار خدمة المجتمع، قدمتها الأستاذة المساعدة بقسم علوم الحاسب الآلي الدكتورة ملك مصباح، مع ترجمة فورية للأستاذة عدى القرني بحضور عدد من عضوات هيئة التدريس والطالبات. وتناولت المحاضرة مفهوم إنترنت الأشياء، وعناصر التقنية الجديدة، وتطور عدد مستخدمي التقنية، ومميزات التقنية وأوجه الاستفادة منها، والتحديات التي تواجه التطبيق.

الطالبات دورة بعنوان «كيف تتجاوزين المقابلة الشخصية»، قدمتها مساعدة عميد كلية الأعمال الأستاذة سارة آل مشايخ، وذلك في قاعة التدريب بالكلية بحضور ٩٢ طالبة و٤ أعضاء هيئة تدريس. وتناولت الدورة عدة محاور منها ماهية المقابلات الشخصية، وأنواعها ومراحل الإعداد لها، وما قبل وأثناء وبعد المقابلة الشخصية، والأخطاء الشائعة فيها.

## تزويد مجتمع دراسة الطالبات بـ 72 حافلة

### أمينة مدني

زودت إدارة الحركة والنقل مجتمع دراسة الطالبات بطريق الملك عبد الله بـ 72 حافلة (باص) لخدمة الطالبات وتسهيل عملية الوصول إلى الكلية ومغادرتها. ويأتي ذلك بدعم من مدير الجامعة وبمشاركة من المشرفة العامة على مجمع دراسة الطالبات الدكتورة سامية الحكمي.

## حملة لنشر الوعي النفسي في طيبة محاييل

### فاطمة الأسري

فعلت وحدة التوجيه والإرشاد بكلية العلوم الطبية التطبيقية بتهامة، حملة «مطمئنون»، والتي تهدف إلى نشر الوعي النفسي بين طالبات ومنسوبات الكلية، وقدمت خلالها محاضرة عن الوعي النفسي من تقديم أستاذة الصحة النفسية بالكلية الدكتورة خالدة أحمد، واستفادت منها ٤٠ طالبة. وتخلل المحاضرة عرض باوربوينت ومطويات، كما قامت مقدمة المحاضرة بإيضاح مفهوم الصحة النفسية، كما تطرقت إلى أسباب انخفاض الوعي النفسي ومنه سوء الظن بالله والشك بالله وبالذات، وخوض الشخص فيما لا يعنيه، والانفصال عن المجتمع وغيرها. كما تحدثت عن كيفية تجنب الاعتقاد والتصديق بالدجل والشعوذة وتعليق التهمة والأبراج وغيرها من المفاهيم الخاطئة التي تؤثر سلباً على الشخص.

## دورة عن تصميم المواقع باستخدام تقنية MVC

### ليلى الشمراني

نظمت كلية المجتمع للبنات بأبها دورة بعنوان «تصميم المواقع باستخدام تقنية MVC»، وذلك ضمن فعاليات لجنة خدمة المجتمع بالكلية، واستهدفت الدورة طالبات

ومصادر الوعي الذاتي لدى الإنسان، وتحديد العلاقة بين وعي الذات وتقدير الذات، وأنواع المؤثرات في الحياة، وكيفية قياس الوعي الذاتي، وأساليب تنمية الوعي الذاتي ومهارات توكيد الذات.

## «الطب» تقييم برنامجا ترفيهيا للأطفال المعوقين

نظمت وحدة خدمة المجتمع بكلية الطب بجامعة الملك خالد في شطر الطالبات، برنامجا ترفيهيا للأطفال المعوقين في مركز جمعية الأطفال المعوقين بعسير، حيث قامت منسوبات الكلية والطالبات تترأسهم الأستاذة بكلية الطب ورئيسة وحدة خدمة المجتمع بمقر الكلية الدكتورة إيمان النشار، بزيارة المركز وقمن بجولة في أقسام المركز من أقسام تعليمية وطبية وعيادات تأهيلية ومسبح طبي.

والتقن خلال الجولة بالأطفال ذوي الإعاقة، حيث قمن بالسلام عليهم وتقديم الهدايا والألعاب التعليمية والترفيهية لهم، كما أقمن نشاطا ترفيهيا ومسابقات بمشاركة عدد من أطفال المركز، وتضمن النشاط عدة فقرات ترفيهية ومسابقات حركية وإنشاد. وفي ختام الزيارة قدم مدير المركز عبدالله المحسن شكره وتقديره نيابة عن إدارة ومنسوبي المركز لجامعة الملك خالد ممثلة في وحدة خدمة المجتمع بكلية الطب على هذه الزيارة، مؤكداً أن ذلك غير مستغرب، وأن هذه الزيارة تعد ضمن المسؤولية المجتمعية تجاه هذه الفئة التي نعزز بها. وقام المحسن بتسليم شهادات الشكر والعرفان للقيادات على البرنامج.

## فعالية بعنوان «عقلك فين؟! .. فكر وحلها» بأحد ريفية

### نورة القحطاني

نظم نادي السمو بكلية العلوم والآداب بأحد ريفية بالتعاون مع وكالة عمادة شؤون الطلاب لشؤون الطالبات فعالية بعنوان «عقلك فين؟! فكر وحلها»، وذلك في مسرح الكلية، واحتوت الفعالية على سلسلة من الألعاب الترفيهية والرياضية، نالت استحسان الطالبات. وفي الختام قدمت الجوائز للفائزات بالمسابقة.

## دورة عن اجتياز المقابلة الشخصية بكلية الأعمال

### عبير القحطاني

أقام نادي الريادة بكلية الأعمال بالتعاون مع وكالة عمادة شؤون الطلاب لشؤون





## أمير عسير ي دشّن فعاليات «ملتقى عطاء التطوعي»







## الاستثمار بالخدمات الغذائية في الجامعة





# المملكة تطلق الحملة الخليجية للتوعية بمرض السرطان

- تغيرات على سطح الجلد، مثل ظهور اللون الأصفر، مناطق قاتمة اللون أو بقع حمراء في الجلد، جروح لا تلتئم، أو تغيرات في شامات كانت موجودة على الجلد، تغيرات في أنماط عمل الأمعاء أو المثانة.
- سعال مستمر، وبحة في الصوت.
- صعوبة في البلع
- صعوبة أو عسر في الهضم أو الشعور بعدم الراحة بعد تناول الطعام.
- ورغم كل ذلك، لا تعد هذه الأعراض دليلاً كافياً للتأكد من وجود مرض السرطان؛ إلا أنها تظل أعراضاً مصاحبة للمرض والفيصل دائماً هو القيام بالمتابعة والكشف الدوري وإجراء التحاليل الطبية في حالة طلب الطبيب.

الكشف المبكر عن السرطان وخيارات العلاج المتعددة.

## ما هي أعراض مرض السرطان؟

تختلف أعراض مرض السرطان من حالة إلى أخرى، تبعاً للعضو المصاب، لكن هناك بعض الأعراض العامة منسوبة له تم تسجيلها كأعراض أولية لظهور مرض السرطان، وتشمل:

- تعب وإرهاق مع بذل أقل مجهود
- ارتفاع في درجة حرارة الجسم بشكل متكرر
- ظهور كتلة أو تضخم يمكن تحسسها تحت الجلد
- تغيرات في وزن الجسم، تشمل ارتفاعاً أو انخفاضاً غير مقصودين في وزن الجسم

والمحافظة على الوزن الصحي للجسم لحياة طويلة بلا سرطان. كما تؤكد الحملة على ضرورة تفعيل البرامج الوطنية لمكافحة السرطان كمسؤولية مشتركة بين القطاعات الحكومية وغير الحكومية.

## التعريف بمرض السرطان

Cancer هو مصطلح طبي يشمل مجموعة واسعة من الأمراض التي تتميز بنمو غير طبيعي للخلايا التي تنقسم بدون رقابة ولديها القدرة على اختراق الأنسجة وتدمير أنسجة سليمة في الجسم. وهو قادر على الانتشار في جميع أنحاء الجسم. مرض السرطان هو أحد الأسباب الرئيسية للوفاة في العالم، لكن احتمالات الشفاء من مرض السرطان أخذت في التحسن باستمرار في معظم الأنواع، بفضل التقدم في أساليب

أعلنتها منظمة الصحة العالمية، والتي تقيد بأن 40% من أمراض السرطان يمكن الوقاية منها بإتباع أنماط الحياة الصحية وعادات غذائية سليمة وممارسة النشاط البدني والرياضة والمحافظة على الوزن الصحي، بينما الـ 40% الأخرى من الأمراض السرطانية يمكن الشفاء منها، في حال تم تشخيصها مبكراً وخضعت للعلاج المناسب في الوقت المناسب.

## الهدف من الحملة

وتهدف الحملة إلى رفع مستوى الوعي حول مرض السرطان والعوامل المؤدية للإصابة به، ورفع مستوى الوعي الصحي حول طرق الكشف المبكر وأهميته في تحسين فرص الشفاء، وكذلك زيادة الوعي حول أهمية الرياضة لجسم الإنسان وإتباع العادات الغذائية السليمة

والرسائل والأفلام التثقيفية عبر وسائل التواصل الاجتماعي عن طريق نشر رسائل توعوية خلال فترة الحملة عن أهمية الكشف المبكر عن السرطان، وتشجيع الأفراد على اتباع نمط غذائي صحي وممارسة الرياضة.

ويشارك في إطلاق الحملة إمارات المناطق في المملكة والجمعيات الأهلية المتخصصة في مجال السرطان بدعم من وزارات التعليم والعمل والتنمية الاجتماعية والشؤون البلدية والقروية والإرشاد والإعلام وهيئة الرياضة وعدد كبير من فرق العمل التطوعي.

## 40% حماية - 40% شفاء

شعار الحملة والذي تم اختياره استناداً على التقارير والنتائج التي

حملة للتوعية بمرض السرطان انطلقت من الرياض منذ الأول من فبراير عام 2016، وتقام فعاليتها كل عام لمدة أسبوع، بالتزامن مع اليوم العالمي للسرطان، وتقام الحملة تحت إشراف وزارة الصحة بالمملكة، بالتنسيق مع المركز الخليجي لمكافحة السرطان التابع لمجلس الصحة لدول مجلس التعاون، والاتحاد الخليجي لمكافحة السرطان، وبالتعاون عدد من الجهات الحكومية والمؤسسات التعليمية والجمعيات الأهلية ذات النفع العام.

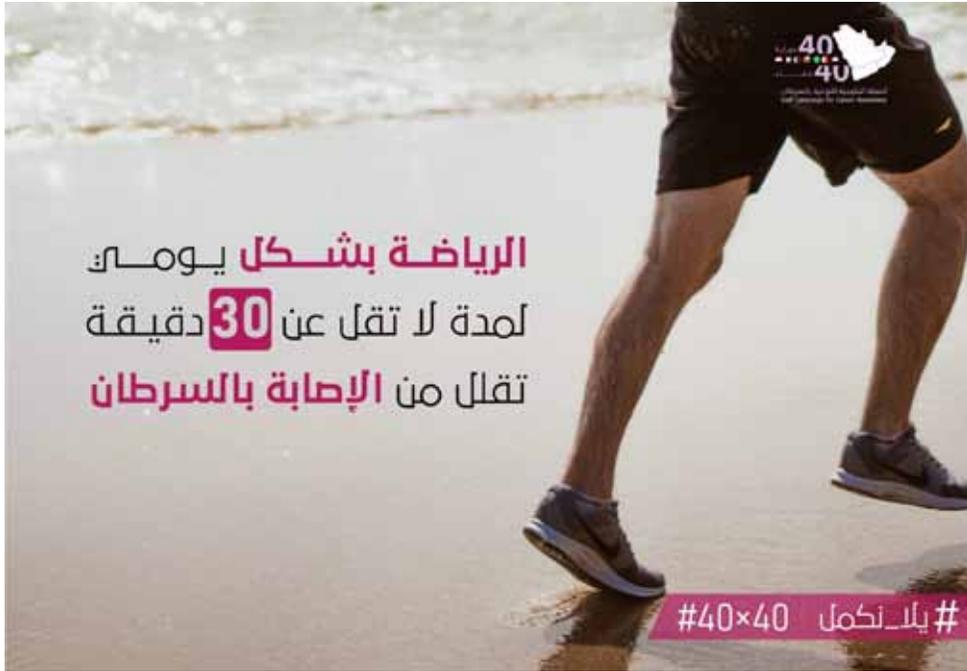
## الحملة الخليجية للتوعية بالسرطان

تتضمن مجموعة من المحاضرات وورش عمل عن السرطان، ويتم من خلالها توفير الفحوصات والاستشارات الطبية، وتفعيل

الحملة الخليجية للتوعية بالسرطان  
Gulf Campaign for Cancer Awareness

النمط الغذائي الصحي والرياضة تساعد على الوقاية من السرطان بنسبة 40%

#يلا\_نكمل #40x40



## أعوام من مكافحة السرطان أربعة

التوجيه بأن تكون هذه الفعالية سنوية. واستمرت نجاحات الحملة الثانية والثالثة وتزايد عدد الجهات المشاركة إلى أكثر من ١٥٠ جهة وجمعية خيرية في عام ٢٠١٨، حظيت خلالها بدعم ورعاية سمو أمراء المناطق في المملكة العربية السعودية، وشارك في تنفيذ فعالياتها معظم الجامعات وإدارات التعليم والشؤون الصحية والبلديات وعدد من الجمعيات الخيرية والمؤسسات الخاصة، وتم تنفيذ العديد من الفعاليات الميدانية في الأسواق والميادين والجامعات والدوائر الحكومية؛ بالإضافة إلى نشر العديد من الرسائل التثقيفية عبر الإعلام المرئي والمسموع ووسائل التواصل الاجتماعي. وفي هذا العام يعمل المركز الخليجي لمكافحة السرطان بالتعاون مع شركاء النجاح؛ للقيام بالمزيد من الفعاليات خلال شهر فبراير ٢٠١٩ للوصول إلى أكبر شريحة من أفراد المجتمع في جميع دول مجلس التعاون وزيادة عدد المشاركات النوعية.

لمكافحة السرطان كمسئولية مشتركة بين القطاعات الحكومية وغير الحكومية.

### الحملة الخليجية

وقد انطلقت الحملة الخليجية للتوعية بالسرطان الأولى في ١ فبراير ٢٠١٦ في خمسة عشر مدينة بمشاركة أكثر من ٤٠ جهة حكومية وجمعيات خيرية ذات علاقة، وعدد من الجهات في القطاع الخاص تحت شعار ٤٠/٤٠، حيث تم اختيار هذا الشعار للحملة بناء على عدد من الدراسات التي أثبتت أن ما يقارب ٤٠٪ من أمراض السرطان يمكن الوقاية منها بإتباع نمط غذائي صحي وممارسة النشاط الرياضي والمحافظة على الوزن المثالي، في حين أن ٤٠٪ أخرى يمكن شفاؤها بإذن الله إذا ما تم تشخيصها مبكراً وخضعت للعلاج في حينه. وبفضل من الله لقيت الحملة الخليجية للتوعية بالسرطان نجاحاً واسعاً، حيث أشاد بها معالي وزراء الصحة بدول مجلس التعاون وتم

خليجي سنوياً؛ للتعريف بالسرطان بالتعاون مع الاتحاد الخليجي لمكافحة السرطان تحت إشراف مجلس الصحة الخليجي وبمشاركة جميع وزارات الصحة الخليجية، ومجموعة من الهيئات والمنظمات الصحية الخليجية والمؤسسات والهيئات الأهلية غير الربحية، حيث يعتبر العامل الأساسي لنجاح برامج مكافحة السرطان في المجتمعات هو تثقيف المجتمع بعوامل الخطورة وتجنب هذه العوامل بإتباع أنماط الحياة الصحية. وتهدف الحملة الخليجية للتوعية بالسرطان إلى:

- رفع مستوى الوعي الصحي حول عوامل الأخطار المؤدية للإصابة بالسرطان.
- تشجيع اتباع نمط غذائي صحي وممارسة النشاط البدني بين جميع فئات المجتمع.
- رفع مستوى الوعي الصحي حول طرق الكشف المبكر عن السرطان وأهميتها في تحسين فرص الشفاء.
- تفعيل البرامج الوطنية

يعتبر مرض السرطان من أكثر الأمراض التي تهدد الصحة. ويشير التقرير التجميعي الذي أصدره المركز الخليجي لمكافحة السرطان؛ بأنه تم تسجيل ما يقارب ١٦٤,٠٠٠ حالة سرطان بين مواطني دول مجلس التعاون الخليجي خلال الفترة ما بين ١٩٩٨-٢٠١٢، وقد لوحظ ارتفاع نسب الإصابة بالسرطان بما يقارب ٥٪ سنوياً.

ويتوقع المركز الخليجي لمكافحة السرطان أن يتضاعف عدد حالات السرطان الجديدة بين مواطني دول مجلس التعاون بحلول عام ٢٠٢٧؛ إضافة إلى ذلك يشير التقرير أن أكثر من ٥٠٪ من حالات السرطان بدول الخليج يتم اكتشافها في مراحل متقدمة يصعب علاجها، في حين كان بالإمكان شفاؤها بإذن الله لو تم تشخيصها مبكراً.

وفي سبيل تعزيز الوعي الصحي وحماية المجتمع الخليجي من أخطار السرطان، عمل المركز الخليجي لمكافحة السرطان على إطلاق حملة



**بقلم: صالح فهد العثمان**

رئيس اللجنة التنفيذية للحملة الخليجية للتوعية بالسرطان





## ضمت معرضاً مصاحباً وحواراً علمياً.. مدير الجامعة يرفع فعاليات اليوم العالمي للسرطان

عبدالعزیز رديف

رعى معالي مدير الجامعة الأستاذ الدكتور فالح بن رجاء الله السلمي، الاثنين الماضي فعاليات اليوم العالمي للسرطان، التي نظمتها قسم علوم المختبرات الإكلينيكية في كلية العلوم الطبية التطبيقية بأبها، بالتعاون مع النادي الطلابي في الكلية، وذلك في مبنى المدرجات المركزية بالمدينة الجامعية بأبها (قريقر).

وفور وصول معاليه إلى مقر حفل افتتاح الفعاليات اطلع على المعرض المصاحب الذي ضم أجنحة الجهات المشاركة من داخل الجامعة وخارجها، حيث أعرب معاليه عن شكره لكلية العلوم الطبية التطبيقية بأبها وقسم علوم المختبرات الإكلينيكية والنادي الطلابي بالكلية على إقامة وتنظيم فعاليات اليوم العالمي للسرطان، مؤكداً على أهمية دور الجامعة في توعية المجتمع وتنقيته بأعراض السرطان وسبل الوقاية منها، وبين معاليه أنه يطمح إلى أن تضم الجامعة مركزاً متخصصاً في دراسة أمراض السرطان بحكم الطاقات المتخصصة التي تمتلكها الجامعة في مختلف التخصصات ذات العلاقة التي من الممكن أن توحد جهودها في إنشاء مركز متخصص، لافتاً إلى أن إنشاء مثل هذا المركز سيسهم بلا شك في تقدم وطننا والوصول به إلى مصاف الدول المتقدمة في مجال أبحاث علاج مرض السرطان.

من جهته رحب عميد كلية العلوم الطبية التطبيقية بأبها الدكتور خالد الأحمرري بمعالي مدير الجامعة والمشاركين من خارج الجامعة وداخلها والحضور، لافتاً إلى أن إقامة هذه الفعالية تأتي من باب إسهام القسم في تحقيق رسالة الجامعة والكلية في توعية المجتمع بالمشاكل الصحية التي تعاني منها المجتمعات، شاكراً لقسم المختبرات الإكلينيكية والنادي الطلابي بالكلية حسن اختيار الأنشطة، موصلاً شكره لكافة الجهات الصحية المشاركة والراعية من القطاعين العام والخاص.

فيما أكد رئيس قسم علوم المختبرات

الإكلينيكية المشرف العام على تنظيم الفعالية الدكتور ماجد سعد آل فابع على أهمية تنظيم فعالية اليوم العالمي للسرطان تحت شعار «هذا أنا وهذا ما سأفعل»، لرفع مستوى الوعي لدى المجتمع حول أمراض السرطان الذي يعد من أكبر المشكلات الصحية والبحثية على مستوى العالم، والذي يعد أيضاً من أهم أسباب الوفاة في العالم، مؤكداً على أن المعرفة العلمية إذا وضعت في خدمة الإنسان ستوفر له الوقاية بنسبة 40% من الإصابة بالسرطان وذلك بحسب إحصائية نشرها الاتحاد الدولي لمكافحة السرطان.

وأشار إلى أنه ومن خلال إقامة وتنظيم الفعاليات والحملات التوعوية الوقائية والأبحاث العلمية يمكن الإسهام في خفض نسبة الإصابة بالسرطان في المملكة العربية السعودية التي تبلغ 14 ألف حالة سنوياً إلى الربع. ولفت آل فابع إلى أن الكلية ممثلة في قسم علوم المختبرات الإكلينيكية من باب حرصها على دعم البحث العلمي في مجالات مكافحة السرطان خصصت جزءاً من أحد مسارات برنامج الماجستير بالقسم للاهتمام بالبحوث العلمية حول أمراض السرطان.

كذلك تضمنت فقرات الحفل عرض فيلم مرئي يتناول كيفية حدوث مرض السرطان وطرق العلاج المتبعة عالمياً لمكافحة وسبل الوقاية منه، إضافة إلى جلسة علمية حوارية متخصصة تحدث فيها د. أحمد العمري ود. علي الخنعمي وأدارها د. محمد الفيضي، وتناولت آخر المستجدات البحثية في علاج السرطان.

وحول دور نادي كلية العلوم الطبية التطبيقية الطلابي قدم الدكتور عروة البطاينة، نبذة عن أهم ما يقدمه من خدمات توعوية وتنظيمية للمجتمع وتنظيم وتنسيق الفعاليات، مؤكداً على أن النادي يهدف إلى صقل مواهب الطلاب ودعمهم في مختلف الأنشطة المنهجية واللامنهجية.

وفي ختام الحفل تسلم معالي مدير الجامعة درعاً تذكاريًا بهذه المناسبة، كما كرم المشاركين والمنظمين والراعية.



# الرابع من فبراير.. العالم يحشد للتصدي لثاني أكبر قاتل في تاريخ البشرية!

جسم المريض يحتوي على خلايا سرطانية أم لا؛ لكنه لا يكشف عن مكان وجود تلك الخلايا أو مدى خطورتها. وطالب العلماء في جامعة كوينزلاند بضرورة تعميم هذا الاختبار، وجعله عالمياً؛ حتى يمكن تشخيص مرضى السرطان بسرعة شديدة. وأوضح العلماء أن هذا الاختبار يمكن أن يساعد على الشفاء من مرض السرطان سريعاً؛ لأن علاج السرطان يكمن في اكتشافه مبكراً.

## جهود لا تتوقف

الأمل مستمر بإذن الله، والأخبار لا تكاد تتوقف عن جوانب وعلاجات أخرى وكذلك حضور الطب البديل؛ وإن لم يظهر بعد العلاج المعجزة؛ إلا أن هناك جهوداً تبذل وسبق أن تم الإعلان عن زوايا أخرى دخل منها العلماء للتصدي للسرطان؛ ومن ذلك الكشف عن عقار يمكنه وقف نمو الخلايا السرطانية عن طريق ضرب وتشويش ساعتها البيولوجية الداخلية. وكذلك ما ذكره باحثون في معهد «فرانسيس كريك» في العاصمة البريطانية لندن، أنه من الممكن تقوية دفاعات الجسم عن طريق زرع خلايا مناعية من أشخاص آخرين.

## علاج مناعي

كما أن هناك ما هو أكثر من مجرد دراسة نظرية تتعلق باستخدام «مجال العلاج المناعي»، وكذلك ما طوره علماء بريطانيون بصنع فيروس معدل وراثياً بإمكانه قتل الخلايا السرطانية، وتدمير أماكن اختبائها.

وكذلك ما أوردته دراسة بجامعة «نورثويسترن» بولاية إلينوي الأمريكية؛ فقد توصل الباحثون إلى الطريقة التي تعمل بها «الشفرة القاتلة» للخلايا؛ حيث تمتلك كل خلية في الجسم «شفرة قاتلة» أو «كود قاتل»، يمكن للخلية من خلالها أن تدمر نفسها.

## بكتيريا الفرغرينا

ووصولاً إلى دراسة علمية إلى أن حقن الأورام الخبيثة ببكتيريا الفرغرينا؛ يمكن أن يساعد في مكافحة المراحل المتأخرة من أمراض السرطان. هذا فيما تواصل منظمة الصحة العالمية مشروعاً تجريبياً لإنتاج نسخ أرخص من أدوية السرطان باهظة الثمن التي تعتمد على التكنولوجيا الحيوية؛ في محاولة لإتاحة هذه البدائل على نطاق واسع في الدول الفقيرة. وفي كل الأحوال، فأفضل النصائح التي يوجهها لك الأطباء هي أن تمارس الرياضة بانتظام، وأن تكون ملماً بالاحتياجات والمتطلبات الصحية لمراحل عمرك المختلفة، وأن تنتظم في الكشف الوقائي الدوري.

معينة تشير إلى احتمالات الإصابة بأورام سرطانية؛ وبالتالي لا يصلح «فيتراكي» لعلاج سرطان الثدي والرئة والقولون؛ ولكن يؤخذ عليه سعره المرتفع جداً.

## تعزيز الخلايا المناعية

هذا فيما اقتسم الأمريكي جيمس أليسون من جامعة تكساس، وتاسكو والياباني هونجو من جامعة كيوتو، جائزة نوبل للطب لتطويرهما، منفردين، علاجاً لمرض السرطان، الذي منح المزيد من الأمل للكثير من المرضى في العالم؛ حيث يعمل الاكتشافان بمثابة مكابح على جهاز المناعة، والمهم في اختراعه إمكانية استعمال مثل هذه المكابح وإطلاق خلايا مناعية لهاجمة الأورام التي تفكك بجسم الإنسان.

## اختبار بسيط وفعال

ونشرت صحيفة «الجارديان» البريطانية تقريراً حول تطوير علماء اختباراً جديداً لاكتشاف مرض السرطان، لا يستغرق إلا ١٠ دقائق فقط، من خلال النظر إلى أصابع القدم. ويوضح الاختبار الجديد إذا ما كان

تقديم المساعدة التقنية لدعم الحكومات وشركائها في وضع وصون برامج معنية بتقديم خدمات عالية الجودة في ميدان مكافحة سرطان عنق الرحم.

## علاج ثوري

العالم في مواجهة مستمرة للتصدي لمثل هذه الأمراض الخبيثة؛ حيث يتسابق علماء هذا المجال في البحث عن علاجات جديدة، ومؤخراً أعلنت جهات موثوقة مهتمة بهذا المجال، أخباراً سارة عن اكتشاف أدوية يمكن لها أن تغير بطريقة جذرية التعامل مع هذا المرض الخبيث نحو الشفاء الكامل أو تحقيق تقدم كبير في إيقاف تطورات المرض وصولاً للكشف المبكر عنه؛ مما يسهل القضاء عليه.

ومن ذلك ما أعلن في نوفمبر ٢٠١٨ عن إقرار هيئة الغذاء والدواء في الولايات المتحدة علاجاً جديداً للسرطان هو الأول من نوعه؛ لكونه يعتمد على علاج المرض من المنبع؛ بمعنى علاج الطفرة الجينية المسببة للورم السرطاني. ويستهدف العلاج الجديد، الذي يحمل اسم «فيتراكي»، كل مناطق الجسم التي تحمل خصائص جينية

أنحاء العالم؛ وهي أيضاً عوامل الخطر الأربعة المشتركة المرتبطة بالإصابة بأمراض غير سارية أخرى.

ويمكن حالياً الوقاية من نسبة تتراوح بين ٣٠-٥٠٪ من حالات السرطان بوسائل من قبيل تلافي عوامل الخطر المرتبطة بالمرض، وتنفيذ الاستراتيجيات القائمة المسندة بالبينات للوقاية منه، كما ترتفع فرص الشفاء من خلال الكشف عنه في مراحل مبكرة.

## خطة عالمية

تتعاون المنظمة العالمية والوكالة الدولية لبحوث السرطان تحت مظلة أممية لتنفيذ خطة العمل العالمية بشأن الوقاية من الأمراض غير السارية ومكافحتها للفترة ٢٠١٣-٢٠٢٥؛ وذلك من خلال زيادة الالتزام السياسي بالوقاية من السرطان ومكافحته، وتنسيق وإجراء البحوث التي تتناول مسببات السرطان لدى الإنسان وآليات التسرطن، وتعزيز النظم الصحية على الصعيدين الوطني والمحلي من أجل تزويد مرضى السرطان بخدمات العلاج والرعاية، وتوفير القيادة العالمية؛ فضلاً عن

خبيثاً. وغالباً ما ينتشر الورم الخبيث عبر الدم والسائل الليمفاوي ليهاجم خلايا في أنسجة أخرى في أنحاء الجسم. وفي حال عدم العلاج يؤدي المرض إلى الوفاة بسبب تعطل أجهزة الجسم الحيوية، نتيجة إعاقة عملها بانتشار الورم. ومن أشهر أنواعه: سرطان الرئة، سرطان الكبد، سرطان القولون والمستقيم، سرطان المعدة، سرطان الثدي.

## مسببات السرطان

من أبرزها العوامل المادية المسرطنة؛ مثل الأشعة فوق البنفسجية والأشعة المؤينة؛ والعوامل الكيميائية المسرطنة، مثل الأسبستوس ومكونات دخان التبغ والأفلاتوكسين (أحد الملوثات الغذائية)، والزرنيخ (أحد ملوثات مياه الشرب)؛ وكذلك العوامل البيولوجية المسرطنة، مثل أنواع العدوى الناجمة عن بعض الفيروسات أو البكتيريا أو الطفيليات.

ويعتبر تعاطي التبغ والكحول، واتباع نظام غذائي غير صحي، وقلة النشاط البدني؛ من عوامل الخطر الرئيسية المرتبطة بالسرطان في جميع

يوافق يوم الرابع من فبراير، اليوم العالمي السنوي للسرطان؛ حيث يعتبر وقفة للتوعية والتثقيف حول واحد من أكبر قاتلي البشر عبر التاريخ، ويأتي يومه في هذا العام تحت شعار «هذا أنا، وهذا ما أستطيع فعله، I Am & I will» والذي يهدف لتحفيز الأفراد والحكومات والمجتمعات الصحية لزيادة الوعي العام بأهمية الفحص والتشخيص والكشف المبكر عن السرطان، وتيسير الحصول على هذه الخدمات.

ويمثل عام ٢٠١٩ بداية انطلاق الحملة العالمية التي تستمر ٣ سنوات (٢٠١٩-٢٠٢١)؛ حيث يتم السعي إلى إنقاذ الملايين من الوفيات من خلال زيادة وعي الأفراد والحكومات في جميع دول العالم بشأن السرطان، بالإضافة إلى تصحيح المفاهيم الخاطئة والخرافات الشائعة حول المرض.

## أرقام صادمة

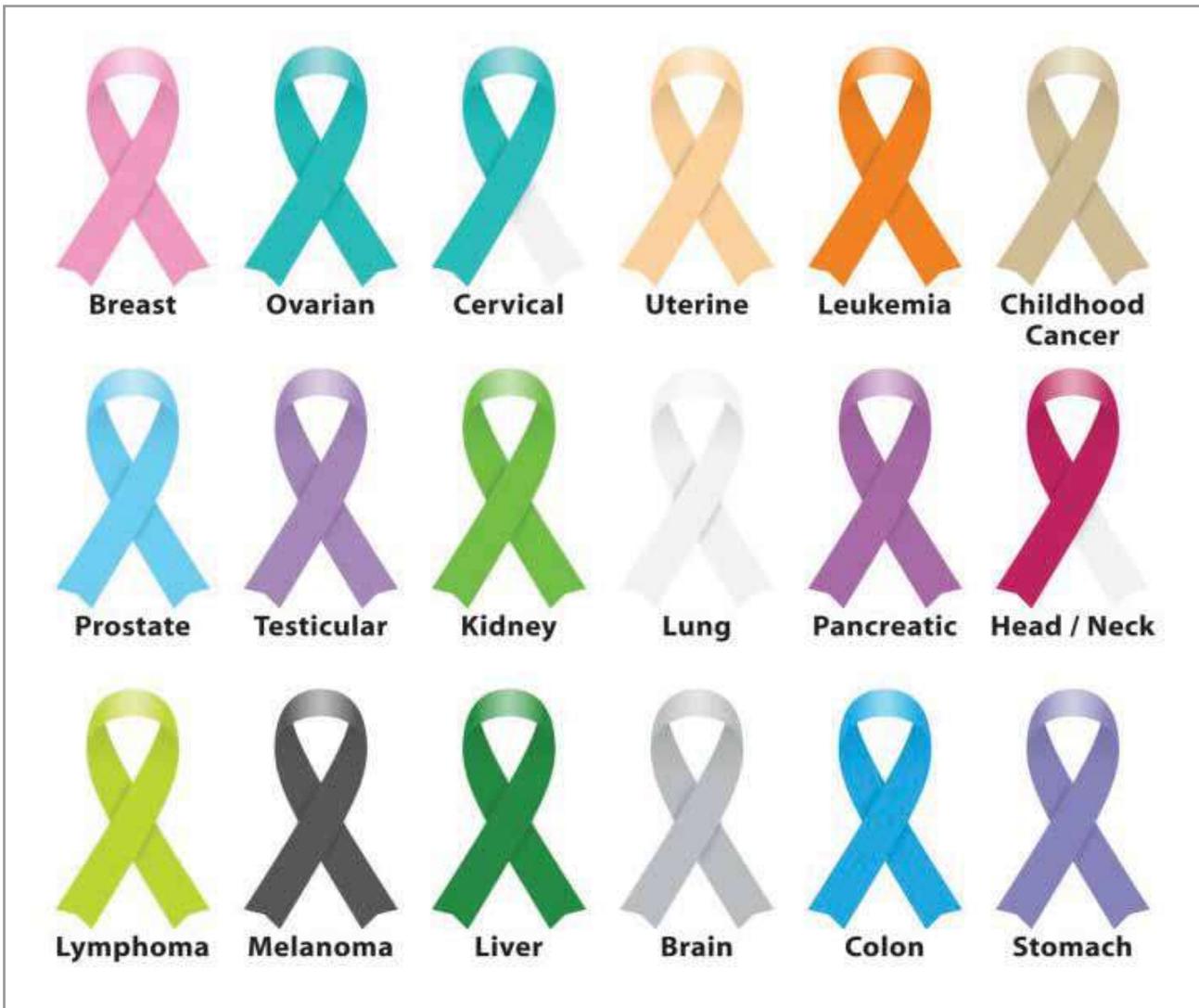
ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية؛ فالسرطان هو السبب الثاني للموت عالمياً، وقد قتل أكثر من ٨ ملايين إنسان في ٢٠١٥، وتشير الإحصاءات الدولية؛ إلى أن عام ٢٠١٨ شهد إصابة أكثر من ١٨ مليون حالة جديدة بالسرطان على مستوى العالم؛ من بينها حوالي ٥ ملايين إصابة بسرطانات الثدي وعنق الرحم والقولون والمستقيم والفم، كان من الممكن اكتشافها مبكراً وعلاجها بدرجة أكثر فعالية، ومن ثم زيادة معدلات البقاء على قيد الحياة وتحسين نوعية الحياة.

وتوقعت المنظمة أن يزيد عدد حالات الإصابة بالسرطان بحوالي ٧٠٪ خلال العقدين المقبلين، وأن يتواصل ارتفاع عدد الوفيات الناجمة عنه على الصعيد العالمي من ١٤ مليوناً في عام ٢٠١٢ إلى ٢٢ مليون وفاة في عام ٢٠٣٠.

## ما هو السرطان؟

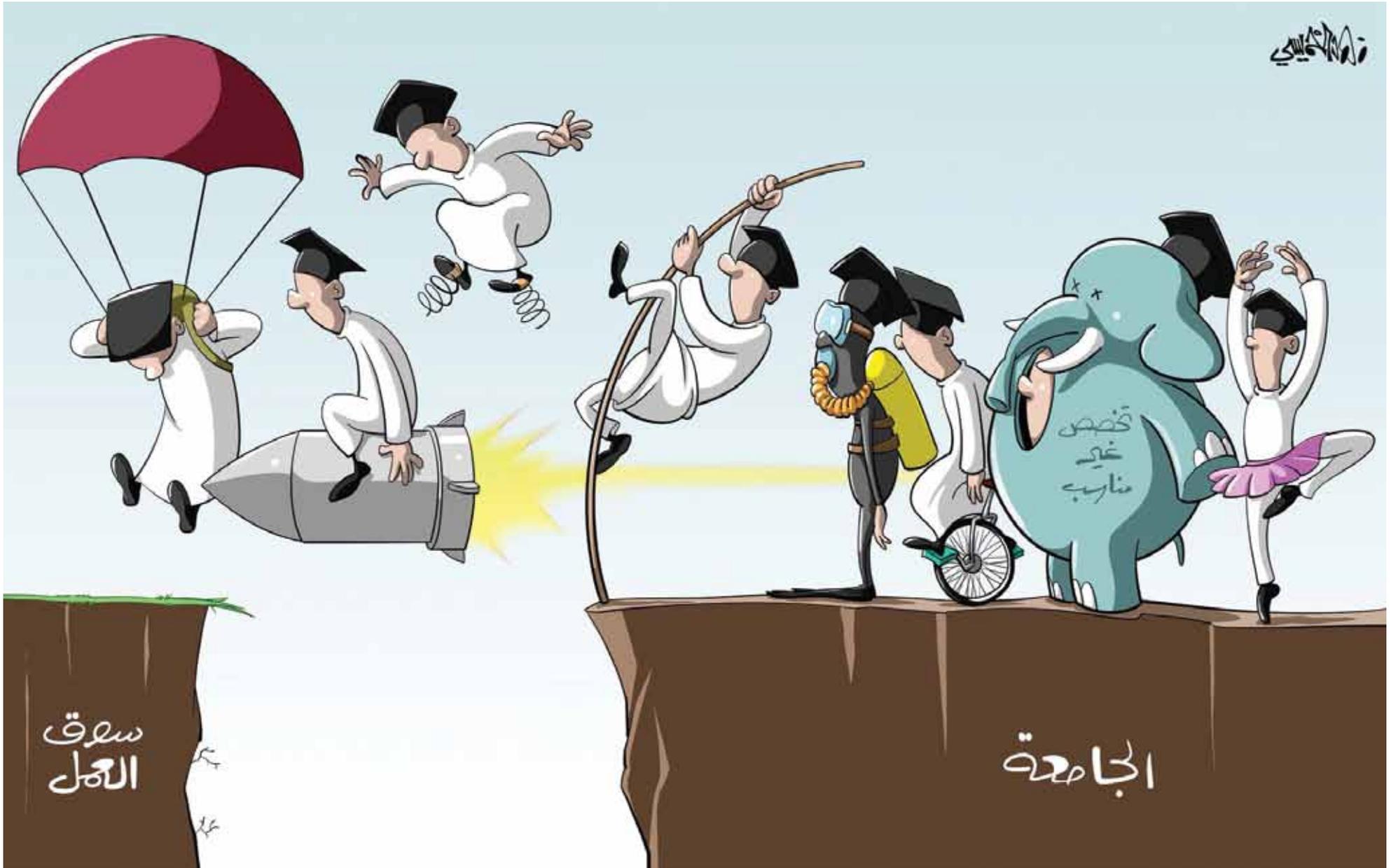
يتم تعريف السرطان بأنه هو نمو الخلايا وانتشارها بشكل لا يمكن التحكم فيه. وعلمياً ورغم كل الأبحاث والابتكارات الطبية والعلمية، لم يعرف بعد سبب مرض السرطان الذي يعود اسمه إلى وصف أبقراط قبل ٢٣٠٠ سنة لبعض أورام الصدر (أصل الكلمة في الإغريقية «كاركينوما»، وهو تشبيه بعض الأورام بأرجل الكابوريا، وأصبحت في اللاتينية «كانسر».

وهناك نحو ١٠٠ سرطان معروف حتى الآن؛ وذلك حسب موقع الورم وطبيعته؛ لكن الأصل فيها كلها واحد وهو: تصرف غريب لخلية تنقسم بطريقة سريعة ومضاعفة بشكل لا يتسق مع نسق الانقسام للخلايا في أنسجة الجسم. تلك الخلية السليمة التي تبدأ في الانقسام الغريب تؤدي إلى كتلة من الخلايا تشكل ورماً في نسيج ذلك الجزء من الجسم. وإذا ظل الورم قاصراً على مكانه لا تهاجم خلاياه خلايا أخرى سليمة يُعتبر حميداً، وإذا كان من النوع المهاجم يسمى



# طلابنا

## دراسة الطلاب لتخصصاتهم.. إجبار أم اختيار؟ دارسون يحذرون من تداعيات دخول الطالب في تخصص لا يلبي رغباته



## ما النصائح التي تساعد على تهيئة الطلاب والطالبات للاختبارات النهائية؟



### شذا عبد الرحمن وسارة الربيعي

من الأمور التي لا بد أن يدركها الطلاب والطالبات أن العلم بالتعلم، والتفوق بالجد والاجتهاد، والوصول إلى المعالي لا يأتي إلا بالحرص والمثابرة، ومن أهم ما يساعدهم على بلوغ ذلك، الاستعداد الجيد قبل الامتحان، فمن زرع البذل والعطاء حصد النجاح والتفوق. يجب الابتعاد أيام الاختبارات عن القلق والتوتر والتفكير بفشل الماضي، فكل يوم جديد هو فرصة لتطوير نفسك إلى الأفضل والتعلم من أخطائك السابقة وتفاديها في الحاضر والمستقبل، والتمسك بحبل أحلامك والسعي وراءها.

«أفاق، طرحت سؤالاً على عدد من الطلاب والطالبات عن النصائح التي تساعد على تهيئتهم قبل قدوم فترة الاختبارات النهائية.

### تجنب المشتتات

وجهت الطالبة بقسم الإعلام والاتصال ريم عبد الله القحطاني، عدداً من النصائح للطلاب والطالبات، وقالت:

- 1) البدء في المذاكرة قبل وقت الاختبار لكي لا يكون هناك ضغط في حفظ المعلومات في وقت قصير.
- 2) اهتم بعقلك وذاكرتك لا تجهد نفسك في السهر، ونظم وقتك قبل قدوم فترة الاختبارات.
- 3) عندما تبدأ في المذاكرة ابتعد عن ما يشتت ذهنك قدر الإمكان لا تشغل نفسك بالجوال أو بأي مشتتات أخرى.

### جدول لتنظيم الوقت

من جانبها قالت الطالبة بقسم الكيمياء وجدان الخنعمي «يجب تهيئة مكان خاص وهادئ للمذاكرة، والابتعاد عن الإكثار من الأكل وبالأخص النشويات؛ لأنها تسبب خمولا وتقلل التركيز في المذاكرة. ويجب الإكثار من شرب الماء، ووضع جدول لتنظيم الوقت».

### حصر المنهج

وتحدثت الطالبة بقسم الكيمياء سناء القحطاني عن تجربتها في الاستعداد لمرحلة الاختبارات، حيث قالت «من النصائح التي أرى أنها ساعدتني في المذاكرة بشكل جيد، حصر المنهج ومعرفة كم يحتوي من الصفحات، وتقسيمها على حسب الوقت المتاح لي قبل الاختبار، بحيث يكون لدي متسع من الوقت للراحة والتهيئة النفسية للعودة مرة أخرى. وهذه الطريقة ساعدتني كثيرا في تجاوز أغلب المواد في وقت قصير وتجنب الضغط والتوتر قبل ليلة الامتحان».

### جدول خاص للمراجعة

من جانبها ذكر الطالب بقسم التسويق الإلكتروني عبد العزيز القحطاني عدداً من النصائح التي يرى أنها تساهم في تهيئة الطلاب والطالبات لفترة الامتحانات، لخصها في النقاط التالية:

### شوق يحيى

الآراء، حيث بين الطالب إبراهيم أنه كان يرغب في دراسة تخصص الطب والجراحة ولكن معدله كان أقل من المعدل المحدد لدخول التخصص. من جانبه كشف الطالب معاذ أنه كان يرغب في دراسة الطب ولكن اختبارات القدرات والتحصيلي شكلت عائقاً في طريق تحقيق طموحه.

### نجاح بلا إبداع

وفيما يتعلق بتوابع دراسة الطالب لتخصص أجبر على دخوله، أكدت إحدى الطالبات أن دراسة الطالب لتخصص لا يدخل ضمن إطار اهتماماته، قد يشكل عائقاً في تحقيقه للنجاح والتقدم في المستقبل. وفي ذات السياق قال الطالب عبدالرحمن آل صباحان «في هذه الحالة قد يفشل الطالب، وإن نجح فلا يبدع».

### إهمال دراسي

من جانبها ذكرت الطالبة سناء، أن هنالك عدة توابع قد تواجه الطالب حيث أنه لن يقدم أفضل ما لديه من الناحية الدراسية في مجال إتمام فروضه الدراسية على أكمل وجه، إلى جانب صعوبة التعمق في التخصص والإبداع فيه، كما أن دخول الطالب لتخصص لا يحبه قد يعرضه للإهمال الدراسي مما يولد الضغط النفسي، وبالتالي سيفشل مستقبله.

### مقترحات

واقترح الطلبة عدداً من الحلول من وجهة نظرهم؛ للحد من مشكلة إجبار الطلبة الجامعيين على دراسة تخصصات ليست ضمن إطار اهتماماتهم. حيث اقترحت إحدى الطالبات أن يتم قبول الطالب للتخصص وفق ترتيبه للدرجات عند التسجيل.

### إلغاء قياس والكفايات

كما اقترح الطالب عبد الرحمن إلغاء اختبارات القياس والكفايات مشيراً إلى أنها تؤثر على اختيار الطالب للتخصص وبالتالي قد تؤثر على إكمالها للدراسات العليا.

### تعديل الرغبات

من جانبه اقترح الطالب إبراهيم أن يتم فتح المجال للطالب لتعديل رغباته في التخصصات.

كما اقترحت الطالبة سناء أن يتم رفع نسبة قبول الطلاب، وفتح العديد من المجالات التي تواكب شتى اهتمامات الطلبة في جميع المناطق، وزيادة عدد الجامعات.

### معرفة التخصص

وفي مسألة اختيار التخصص المناسب، توجد هناك عوامل كثيرة تلعب دوراً أساسياً في تشكيل رؤية الطالب لمستقبله العلمي، منها ميوله ورغباته، وأثر وجهة نظر الوالدين عليه، أو نصيحة الأصدقاء، وغيرها من الأمور، إلا أن المسألة الأهم تبقى في معرفة الطالب الشاملة بطبيعة التخصص وإمكانية المضي قدماً فيه نحو تحقيق النجاح، فليس كل ما ترغب وتميل إليه يكون مناسباً لك في الحقيقة.

فكم من طلاب كانوا شغوفين بدراسة تخصصات معينة، لكنهم بعد التجربة وجدوا أنها غير مناسبة لهم، وإن كانت تخصصات أكاديمية ذات أهمية كبيرة في سوق العمل، كالطب والهندسة مثلاً.

### معدل أقل

ووفقاً لآراء عدد من الطلبة الجامعيين وكيفية اختيار تخصصهم، وهل هو «إجبار أم اختيار؟»، أعدت «أفاق» استبياناً لتستوضح عدداً من



- 1) الاستعانة بالله سبحانه وتعالى والتوكل عليه وبدء المذاكرة بالبسملة.
- 2) إعداد جدول خاص لمراجعة جميع المواد مراجعة جادة.
- 3) تحديد ما تريد مذاكرته جيداً.
- 4) تحديد الوقت الذي ستقضيه في المذاكرة، ولا تكن مبالغاً في عدد ساعات المذاكرة.
- 5) اطرح أسئلة على نفسك، وأجب عليها، حتى لا تفقد تركيزك.
- 6) قم بإعداد ملخص لأهم النقاط في الدرس بطريقتك.

### وجود كافة المصادر

وشدد الطالب بقسم نظم معلومات الحاسب الإدارية سعيد الشهراني على ضرورة وجود كافة المصادر التي تستخدم في المذاكرة كالكُتب والملاحظات وغيرها.

وقال «من الأمور المهمة التي أنصح بها القراءة والمراجعة، حيث تتطلب العملية الدراسية الفاعلة أن يتم قراءة المادة أكثر من مرة، حيث أن قراءتها مرة واحدة لا تكفي لتحقيق الفهم الصحيح؛ وإنما لا بد من مراجعتها وقراءتها مرة أخرى.

كما أنصح باستراتيجيات التحضير للاختبارات، بتخصيص وقت محدد، والتركيز في الدراسة، الاستعانة بالمعلم قبل عدة أيام من الاختبار، الإجابة عن الأسئلة العالقة، المشاركة في جلسات دراسية جماعية لأخذ المعلومات والآراء من الجميع، والحصول على ساعات كافية من النوم».



# نورة الغامدي: التدريب منحني حق نقل ما أتعلمه من مهارات إلى الناس



## درة الحمادي

إن التحدي الحقيقي ليس في إدارة الوقت بل في إدارة أنفسنا، حاول ضبط نفسك بالابتعاد عن توافه الأمور، ركز فقط على الاستثمار في نفسك بالتطوير والتدريب والقراءة المستمرة، حتما ستصنع الفرق..

هذا ما تقوله الطالبة بقسم نظم المعلومات نورة الغامدي، والتي تمتلك عدة هوايات كالرسم والخط والتصميم، حيث نجحت في تحويلها إلى مهارات كما أنها شغوفة بالتدريب.

## تحقيق التوازن

نجحت نورة في تحقيق التوازن بين دراستها وبين مواهبها، حيث تقول «في الحقيقة، الأمر مرهق وصعب ولكن الحرص على استثمار الوقت والتخلي عن

المهيات والتركيز على الأهداف وتحديد الأولويات يجعل الأمر في يسر، وقد يتهاون الكثيرون في هذه الأمور ويرون أن التركيز على الدراسة أمر محمود لكن الحقيقة عكس ذلك؛ بل يجب أن يكون للشخص متنفس، بعيدا عن دراسته أو عمله والا سينعكس ذلك على إنتاجيته وصحته النفسية بشكل سلبي».

## تحول الهواية لمهارة

وتؤكد نورة أن كثيرا من هواياتها تحولت لمهارات، وذلك من خلال التعليم الذاتي الذي يتجلى في التطبيق العملي للتصميم يوميا والقراءة ومتابعة المصادر المفتوحة كاليوتيوب، ومن أبرز هواياتها، مهارات الخط والرسم والتصميم والإلقاء، كما أنها قد أنتجت ما يقارب 25 لوحة ما بين خط عربي ولوحات تجريدية.

## دخول عالم التدريب

وحول علاقتها بالتدريب تقول «إن التدريب يعطيني حق نقل ما أتعلمه من مهارات إلى الناس، وأنا لم أزل مبتدئة في مجال التدريب، وقد حصلت على دورة الممارس في التدريب مع الدكتور الفاضل محمد الحربي، وكان لدورته التدريبية الأثر العظيم في نفسي والدافع الأول في دخولي عالم التدريب فجزاه الله عنا خير الجزاء».

## تقديم الدورات

قدمت نورة عدة دورات أهمها التقنية في التعليم والتي استهدفت المعلمات والمشرفات، حيث تهتم بتوظيف التقنية في العملية التعليمية، كما قدمت دورة عن القراءة المثمرة للمرحلة المتوسطة وبرنامج القارئ الصغير للابتدائي، ومؤخرا أقامت دورة بالتعاون مع جمعية

أفياء النسائية بعسير بعنوان «التصميم الإعلاني». وتؤكد نورة أن هناك بعض المجالات المهمة التي تفتقر للتدريب كدورات تصميم الجرافيك ودورات التخطيط والإدارة.

## تصميم الجرافيك

وحول شغفها بتصميم الجرافيك تقول «إن حب التجربة دفعني إلى تحميل برامج أدوبي ومحاولة تعلمها، ووجدت أنني أحب الدمج بين الصور والكلمات في ذلك الوقت، وبدأت أبحث وأتلمع أكثر، وأصمم صور وبروشورات بسيطة. وفي كل مرة أتلمع أكثر عن خفايا التصميم وفن اختيار ودمج الألوان إلى أن عملت كمسؤوله للدعاية والإعلان في أكثر من منشأة حكومية وخاصة، وكل هذا كان عن طريق التعلم الذاتي من المصادر المفتوحة».

## محمد آل هباش: كسرت حاجز الخوف من السباحة وتفوقت بالتدريب المنتظم

البداية كانت صعبة جدا، وكان ينتابني خوف شديد من السباحة، ولكن حبي لهذه الرياضة والاستمرار في التدريب بشكل يومي الذي هو سلاح كل رياضي ساعدني كثيرا على كسر ذلك الحاجز، حيث استطعت بفضل الله ثم بتوجيهات والدي بأن أصبح متمكنا فيها.

## منذ متى وأنت تمارس هذه الهواية؟

منذ أن كنت طفلا بعد أن اكتشف والدي حبي الشديد لهذه الرياضة، حيث ساعدني وهيا لي سبل ممارستها من خلال الأندية الصحية.

## هل لك مشاركات داخلية أو خارجية؟

لا يوجد لي مشاركات ولكني اطمح بإذن الله في المستقبل بأن أنضم لأحد الأندية التي تساعدني على صقل موهبتي؛ لكي أحقق الأحلام التي راودتني كثيرا بأن أكون أحد نجوم هذه الرياضة.

ما هونوع السباحة المقرب إليك؟ سباحة الظهر، حيث يقوم السباح بدفع حائط المسبح باستعمال قدميه عند البداية، وأيضا خلال الدوران، ويبدأ بالسباحة على ظهره طوال فترة السباق. وسباقات السباحة على الظهر يكون لها مسافات هي: 100 متر و200 متر و500 متر.

## ماهي نصيحتك لمن أراد تعلم السباحة؟

نصيحتي لمن أراد تعلم السباحة، أن يبتعد عن الخوف وأن يواصل تدريباته بشكل منتظم.



عبد الله آل ظاهر

لم يخف طالب قسم اللغة العربية، محمد آل هباش الخوف الشديد الذي كان ينتابه في بداياته مع رياضة السباحة، ولكنه بعد أن كسر ذلك الحاجز أصبح من الموهوبين، الذي يشار إليهم بالبنان، مؤكدا من خلال الحوار الذي أجرته معه «آفاق»، أن كثيف التمارين بانتظام هو السلاح الحقيقي لنجاح أي رياضي.

في البداية حدثنا عن هذه الرياضة وأنواعها وفوائدها؟ السباحة رياضة عالية وأولمبية ولها العديد من الفوائد، وأنواعها عديدة منها سباحة الصدر، وسباحة الظهر، وسباحة الفراشة، والسباحة الحرة، ولها العديد من الفوائد، لعل أبرزها أنها تساعد في التغلب على الضغوطات النفسية، وتعمل على استرخاء الجسم والعقل، كما أنها تقوم بجعل كل من القلب والرنيتين يعملان بشكل جيد.

حدثنا عن بداياتك مع هذه الهواية؟



ونموذجان من أعمالها



إنفوغرافيك عن الطالبة نورة الغامدي

جمعية أفياء النسائية بمنطقة عسير  
AFEA

تدعوك جمعية أفياء النسائية لحضور ورشة عمل التصميم الإعلاني عن طريق الجوال \*المستخدم: ابل\*

أسس التصميم الإعلاني  
أنواع التصميم الإعلاني  
تطبيق عملي

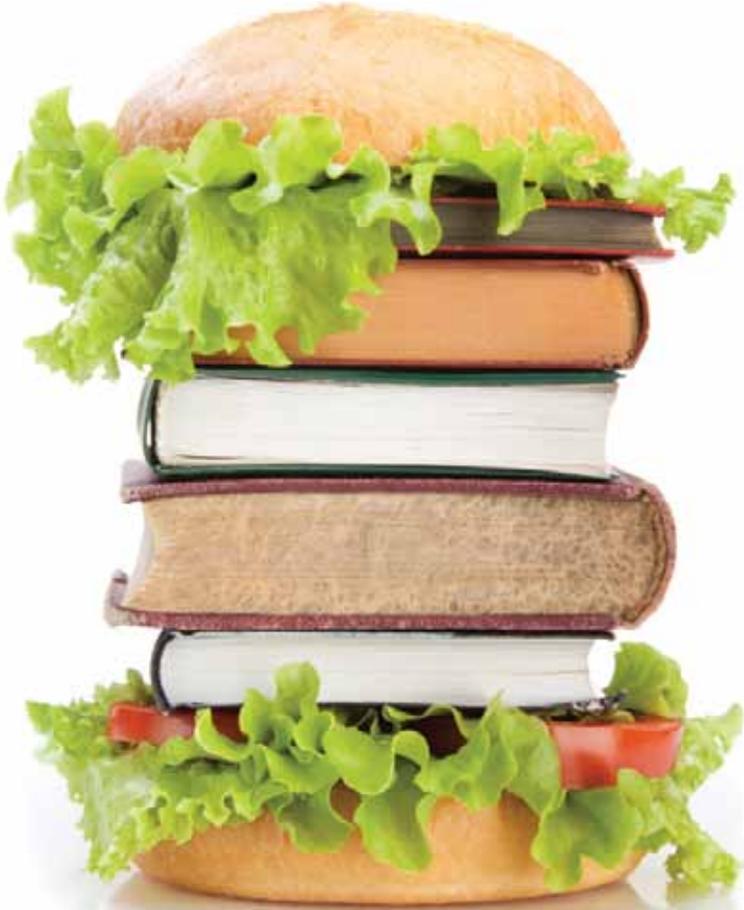
نورة الغامدي  
مصممة جرافيك  
15-17/07-1440هـ  
من 8-5م  
يوجد شهادة حضور  
يوجد حضانة

أهـاـحـي المسك  
مقابل مدارس أها الأهلية

Afeiaaseer@gmail.com | Afeiaaseer | 0172313417

إعلان

# هل تستطيع العيش بلا كتاب؟



زاد الفكر كزاد المعدة  
دونه الموت!  
كتابي صديقي

آفاقا

أسبوعية جامعة الملك خالد

# سعود شبير: الابتعاث فرصة لتطوير المخزون العلمي والثقافي

عبد الله آل ظاهر



وجهه سعود شبير المبتعث لدراسة الدكتوراه في علوم الاتصال والإعلام ببريطانيا، عدة نصائح للطلاب الراغبين في الابتعاث الخارجي، مؤكداً أن اختيار الرفيق الصالح خلال فترة الابتعاث تعين على التحصيل الدراسي المميز، كما بين خلال الحوار الذي أجرته معه «آفاق»، أنه طيلة مشواره التعليمي، متمسك بطلب العلم، إيماناً منه بأن العلم لا ينتهي ولا يتوقف عند حد، أو عمر معين، مما رسخ لديه قناعة داخلية بعدم التوقف عن نهل العلم.

حدثنا عن نفسك أولاً؟

بشكل موجز، أنا ابن من أبناء الوطن والجامعة، مبتعث حالياً لدراسة مرحلة الدكتوراه في علوم الاتصال والإعلام في بريطانيا، وكنت قد حصلت على درجتي البكالوريوس والماجستير في الإعلام من جامعة الملك سعود. تشرفت بخدمة وطني والعمل في عدد من المنشآت منها: مدينة الملك سعود الطبية، وجامعة الملك سعود، والهيئة السعودية للمواصفات والمقاييس والجودة وحالياً في جامعة الملك خالد.

حدثنا عن بداية طموحك حتى وصولك مرحلة الابتعاث؟

بحمد الله وتوفيقه، نشأت في كنف عائلة محبة للعلم وأهله، حيث حرص والدي على ترغيبني بالتعلم وعدم الاكتفاء بتعلم المناهج الدراسية في المدرسة خلال دراستي في الصفوف الأولية وما بعدها، بل كنت مهتماً بجميع العلوم وأبحر في شتى المجالات مما جعلني أتمسك بطلب العلم، وذلك إيماناً مني بأن العلم لا ينتهي ولا يتوقف عند حد أو عمر معين رسخ لدي قناعة داخلية بعدم التوقف عن نهل العلم، ولا سيما بأن أغلب العلوم تتجدد وتتطور بمرور الزمن، وعلى كل متخصص وأكاديمي الإلمام بكل ما هو حديث في تخصصه.

وجميع العوامل السابقة شكلت لدي أهمية بالغة لعدم التوقف ومواصلة الطموح؛ حتى تحقيق الأهداف المنشودة.

ماهي الصعوبات التي واجهتك أثناء مرحلة الابتعاث؟

بداية أود أن أشكر حكومتنا الرشيدة والجامعة التي وفرت لنا فرصة الابتعاث وسهلت لنا جميع إجراءات مرحلة الابتعاث من البداية وحتى وصولنا مقر الابتعاث. أما عن الصعوبات، فإنه بلا شك ستواجه أي طالب مبتعث العديد منها، ولكن بالعزيمة والإرادة يتم التغلب عليها والاستذكار دوماً بأن الابتعاث فرصة تحققت لك؛ لتثبت نفسك وللمجتمع وصاحب القرار بأنك كنت أهلاً لها.

ولعل من أبرز الصعوبات التي يمكن مواجهتها، حاجز اللغة وعدم الإلمام ولو بالقدر البسيط من اللغة التي تمكنك من التواصل مع الآخر لتلبية احتياجاتك الضرورية.

وحدة الطلاب السعوديين في الخارج مصدر فخر لنا جميعاً كسعوديين، وهنا أذكر مساعدة الطلاب السعوديين لغيرهم باختلاف جنسياتهم ودياناتهم ولعل الشواهد على ذلك كثيرة.

ماهي نصيحتك لمن أراد الابتعاث؟

هنا أجدني أمام أمانة كبيرة أود إيصالها لجميع من يرغب في الابتعاث حالياً أو مستقبلاً ولعلي أوجزها على خمسة نقاط ليسهل على القارئ تذكرها لاحقاً:

- التمسك بالدين والصلوات ودوام الدعاء من أهم ما يجب على المبتعث التركيز عليه، بالحفاظ عليها يتحقق الهدف.
- شرفنا وقدرنا بأن تكون مواطناً دولة تحمل رسالة سامية، ومحط أنظار الجميع وفي نعم يحسدنا عليها القاضي والداني. لذا من الضروري عكس صورتنا الحقيقية والإيجابية، والابتعاد عن أماكن الشبهات والأشخاص ذوي الأحداث المتطرفة.
- عليك بالرفيق الصالح الذي يعينك على الدراسة؛ ولعل هذا من أبرز العوامل التي ساعدت الناجحين في التفوق والوصول إلى مراتب عليا. الابتعاد ثم الابتعاد عن رفقة السوء!
- على أي مبتعث الاطلاع عن الدولة والمدينة التي يرغب في الابتعاث إليها بشكل دقيق؛ ليكون مهياً نفسياً للعيش فيها عند وصوله إليها.
- تعلم لغة الابتعاث قبل موعد السفر بفترة كافية، وهنا لا أقصد التعلم لدرجة الاتقان، بل الشيء اليسير والأساسي الذي يسهل عملية التعليم لاحقاً. وهذه بدورها ضرورة وتسهل الطريق بشكل سريع للبدء في دراسة الدرجة التي يرغب المبتعث بتحقيقها.

اختلاف طريقة التدريس في بعض الجامعات الأجنبية عن بعض جامعاتنا في السعودية قد يشكل عقبة أخرى، حيث تميل الجامعات بالخارج لجعل الطالب يبحث عن المعلومة خارج القاعات الدراسية، إضافة إلى الانغماس في إجراء البحوث العلمية بشكل دوري كمتطلب أساسي في جميع المقررات. وذلك على عكس بعض الجامعات السعودية التي تميل إلى عملية التلقين.

ماهي الثمار التي يجنيها المبتعث من ابتعاثه؟

الابتعاث ليس فقط أخذ شهادة والعودة بها للوطن، وإذا كان هناك من يعتقد ذلك فليسمح لي بالقول بأنه لم يتعلم أي شيء!

من وجهة نظري، يجب على المبتعث المشاركة في الأنشطة اللاصفية والمؤتمرات والندوات خلال فترة ابتعاثه والفوض في ثقافة البلد الذي ابتعث إليه، وعدم الانعزال عن الآخر. والعمل على إيصال صورة إيجابية وحسنة عن السعودية.

وكل ذلك مرهون بعدم التقصير في الدراسة. فالابتعاث فرصة لتطوير المخزون العلمي والثقافي للمبتعث، ومخالطة طلاب من جنسيات مختلفة والتعرف على أكثر من ثقافة.

ماهي أوجه الاختلاف بين الدراسة داخل المملكة وخارجها؟

كلمة حق هنا يجب أن تقال، جامعاتنا السعودية أضحت منارة للعلم، وأكاد أجزم أن هناك جامعات سعودية تضاهي وتنافس الجامعات الأجنبية في مخرجاتها من طلبة وبحوث علمية، ولعل طريقة تعليم الطالب في الخارج وعدم تقديم المعلومة مباشرة له من أبرز الفروقات بين الداخل والخارج.

كيف ترى الترابط بين الطلاب المبتعثين؟

# فضاءات

## قف شامخا واطلق نور المعرفة!

أسعد أبو قاعود

أنفاسه الأخيرة، بينما تزدهر هذه الثقافة والصناعة باضطراد متزايد لا يتوقف في الدول المتقدمة علميا. وكم نحن في هذا العالم العربي، في حاجة لأن تستوعب عقولنا أن الكتاب الذي نمسكه بأيدينا، لا يمكن أن يماثله قيمة، تطبيق إلكتروني، نظن أننا بامتلاكه قد امتلكتنا العلم وطيناه في جيوبنا!

بشراء لوني لكافة المجسمات الموزعة في أنحاء الصالة على شكل ملعب للتزلج، حيث يجد الأطفال أنفسهم في ساحة مبهرة، تتوزع فيها الكتب حولهم حيثما يجولون بأنظارهم. فكم نحن، في عالمنا العربي، بحاجة لمثل هذه الأماكن، في عصرنا هذا الذي يظن فيه البعض أن عهد الكتب والطباعة قد لفظ، أو كاد،

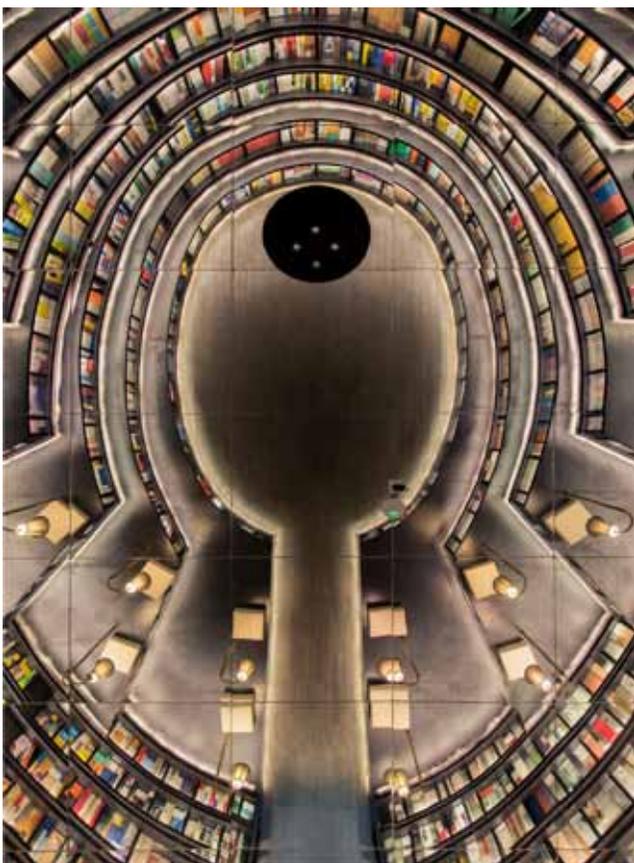
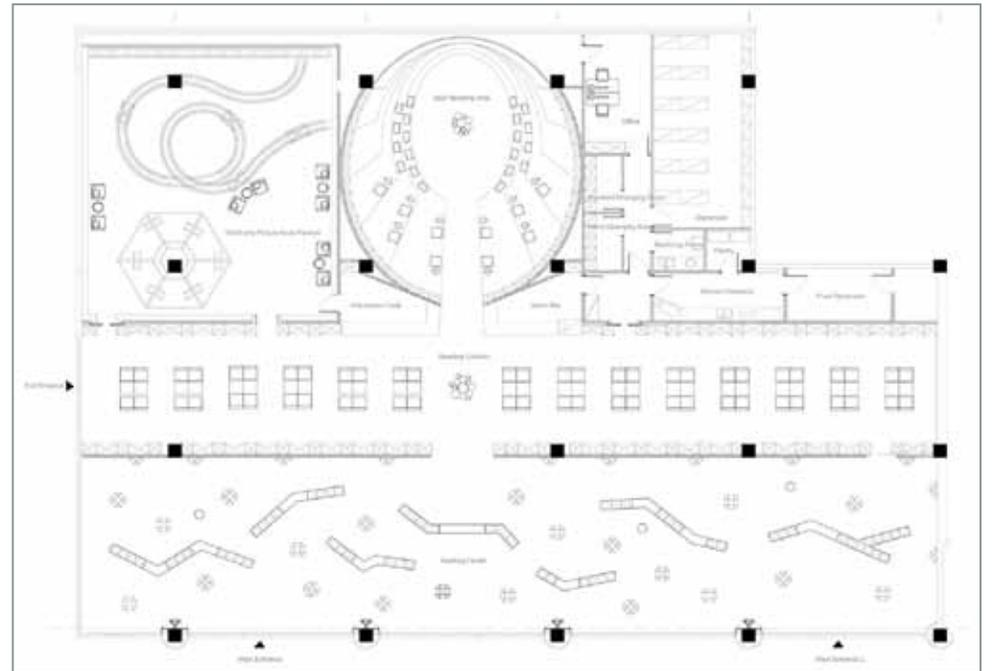
بعضها البعض ارتفاعا وانخفاضا، ومنه نصل إلى القسم الثالث ببيضاوي الشكل، والذي أطلق عليه اسم «مسرح القراءة»، حيث يجد رواد المكتبة، كما في باقي الصالات، مقاعد للجلوس بهدوء لمطالعة الكتب اللالفة لاهتماماتهم. المنطقة الرابعة تم تخصيصها لرواد المكتبة من الأطفال، وتمتد

اللغات، على أعمدة رفوف طويلة؛ وقد انبثقت فكرة هذه الصالة من حكمة صينية قديمة تقول «قف شامخا واطلق نور المعرفة»، Stand tall and emit the light of knowledge. أما القسم الثاني وهو «ممر القراءة»، فيتميز بإضاءة دافئة ورفوف عرض للكتب موزعة على طبقات متعددة ولكنها متواصلة مع

المكتبة متعددة الطوابق، تم تغطية أسقف صالاتها المتعددة بالمرايا مما ضاعف مساحاتها المتعددة، وأسبغ عليها بعدا بصريا ينقل روادها إلى عالم ساحر كما في أفلام الخيال العلمي. وهي تنقسم إلى أربعة أقسام رئيسية، حيث تعرض في الصالة الأولى ناصعة البياض، كتب متعددة

بالآلاف يتوافد الزوار على «مكتبة Zhongshuge Bookstore التي تم افتتاحها مؤخرا بمدينة «هانغزو» Hangzhou في الصين بمساحة ١٤٠٠ مترا مربعا، من تصميم شركة الهندسة XL Muse التي يقع مقرها بمدينة «شنغهاي».





## يوم أن كنت صغيراً..

أ. د. عبد العزيز بن عمر القنصل



### وقفة

محمد إبراهيم العسيري  
نائب المشرف العام

## «وش دخلك»

تتألم كثيرا عندما تشاهد السيارة التي تقف أمامك أو بجانبك عند إشارة المرور وسائقها يرمي بما تجمع في سيارته من أوراق وعلب مشروبات ومناديل من نافذة السيارة المظلمة ويقوم بإغلاق النافذة، فلا تعد تراه من خلف هذا الكاتم العجيب الذي يضعه على الزجاج الجانبي، وعندما تحاول تنبيهه فإنه يتجاهلك ولا يرد عليك، وإذا استطعت محادثته وحدته عن «شاعة» ما قام به يكون جوابه «وش دخلك» فتقبلها على مضض وتتحسر.

فكثيرا ما تلتقي بهذه التصرفات بشكل يومي ومن أشخاص ليس بهم جهل بفداحة ما يقومون به، ولكن عدم الخوف من نظام يحاسبه أو قانون يردعه فلن يكون هناك استجابة لكافة وسائل التوعية والمواظب التي تذهب أدراج الرياح، نلتقي في مجالسنا التي لا تخلو من قيام أشخاص برمي النفايات من زجاج سياراتهم أو ترك مخلفاتهم في الأودية والحدائق التي يتنزهون بها، وكل يتهم الآخر. فمن الذي يقوم بهذا العمل غيرنا، نحن من نرمي ونترك خلفنا كل ما لم نستطع حمله من أوراق وعلب وأكياس بلاستيك، كلنا متهمون بلا استثناء.

فإذا انعدمت الرقابة الذاتية لدى البعض ولم يشعر بأن ما يتركه خلفه قد يؤذي غيره، وهذا نهانا عنه الله تعالى في قوله «كلوا واشربوا من رزق الله ولا تعثوا في الأرض مفسدين» ورسولنا الكريم يحذرنا من أذية المسلمين، فالإيمان بضع وستون شعبة أعلاها لا إله إلا الله وأدناها إماطة الأذى عن الطريق.

وكذلك شرعت الحكومات الأنظمة التي يجب أن تردع كل مستهتر أو غافل، فسنت الأنظمة المالية.

ففقوبة رمي المخلفات في الطرقات حسب نظام المرور، المخالفة المالية التي تتراوح من ١٠٠ إلى ٥٠٠ ريالاً، كما فرضت أمانة منطقة عسير الغرامة لمخالفة رمي المخلفات من السيارات بمبلغ ٢٠٠ ريالاً.

ولكن نحتاج نوعي أكثر من ذلك ورقابة مشددة من قبل الجهات المسؤولة؛ لأن من أمن العقاب أساء الأدب.

يوم أن كنت صغيراً، كنت ألهو، كنت أجري، كنت ألعب، كنت أتعب، غير أنني كنت مرتاحاً بعقلي، لم أكن أحمل هما، لم أكن أشغل تفكيري بأمر غير لعبي، لم أكن أعرف للراحة طعم، غير أنني كنت أعب، كنت أجري، كنت أبكي، لم أكن أدري ولكن كنت أبكي، كنت أضحك دون أسباب ولكن كنت أضحك، ربما أكرس بيضة، ربما أكرس غصنا، أو زجاجاً، أو مصابيح الظلام، ربما أرجم بيتاً دون أن أعلم ولكني رجمت وهربت، كنت ألعب، لم أكن اهتم بالمنطق،

فرض، وأن العيب عيب، كنت ألهو، ليس إلا، يوم أن كنت صغيراً. وكبرنا، وعرفنا يوم أن شبننا بأن الحق حق، والحرام، والحلال والمباح، والجواز، لم أعد أهتم إلا باللجاج لم أعد أسرق بيضة، أو رغيفاً، أو ريال، بل سرقت العشة بما فيها الدجاج، لم أعد أكرس عوداً، أو زجاجاً، أو إناء دون قصد أو براءة، بل كسرت الحق والصدق وحالفت الجراءة، لم أعد ذاك البريء، لبيتني كنت صغيراً، أو لقيت لله يوم أن كنت صغيراً.

ولا يهتم بي، كنت أقفز مثل عصفور صغير، لست أدري، غير أنني كنت أقفز، كنت أجري، لم يكن لعبي له منطق، ولا المنطق يعنيني، غير أنني لم أكن أحمل في قلبي ضغينة، لا ولا أحمل أحقاداً لمخلوق على وجه البسيطة، لم أكن أحمل في قلبي هموماً ولا أشغل تفكيري بياكر، لم أكن أظلم ولا أتعمد الظلم، ولا الظلم له عندي طريق، لم أكن أعرف حلاً، أو حراماً، أو وجوباً، أو جوازاً، أو مباحاً، لم أكن أدري بأن الواجب العيني عين، وأن الفرض

## «حواء»

حواء ١: تستيقظ مع أذان الضجر، توقظ أسرتها، تعد وجبة الإفطار، تجهز زوجها لدوامه، وأولادها لمدراسهم، تنهياً لدوامها على عجلة وهي تراقب عقارب الساعة؛ كي لا يفوتها التوقيع قبل الخط الأحمر، تلبس عباؤها وتغلق باب المنزل، تهرول مسرعة للسيارة ناسية كوب قهوتها وسانديوتشها كالعادة!

حواء ٢: يؤذن الفجر وهي منهمكة في دروسها وأبحاثها. تتنفس بعمق فلا نصيب لها الليلة في النوم! تتجه لغرفة والديها توقظهما بكل حب وحنان، تعد لهما فطورهما الشعبي المفضل، تعطيهما أدوية الصباح، تضع صينية الغداء في الفرن، تلملم كتبها وأوراقها بيد وتخطف كوب الشاي بيد أخرى، تغادر وهي تهتف «أمي فديتك قفلي النار بعد نص ساعة»، وتقعدوا بتأخر اليوم!

حواء ٣: للمرة الرابعة توقظها صرخات رضيعها، تسحب جسدها بصعوبة، تحمله برفق وتراقبه بقلق، تمشي به يمنة ويسرة وتتمتم بسور وأدعية؛ لتنتفخ على جسده الصغير المنهك بالحمى. تعيده بهدوء وتتجه بلهفة نحو سريرها عليها تحظى بدقائق من النوم لكن لا مجال.

يؤذن فتصلي وتستلقي على الأريكة وكل مفصل في جسمها يشتك، تمسك هاتفها لترسل اعتذارها عن الدوام وفجأة تتذكر: اختبار طالباتي اليوم! تصل إلى الكلية، تناول حاضنة الكلية طفلها وأدويةه وتمضي تاركة قلبها معه!

حواء ٤: متغربة عن أهلها، توقظ أختها بكل عطف ودلال، تذهبان للجامعة، تعود وتأخذ قبيلة تهيئ بها نضها مساء حافل بالأعباء. تذهب إلى المعهد المسائي الذي تعمل

به وتجلس على مكتبها أربع ساعات متتالية. تعود وتتجه إلى المطبخ لتعد عشاء أختها المفضل. تشرح لأختها ما استصعب من مسائل.

تمام أختها فتعكف هي على كتبها. آخر فصل دراسي بالجامعة ولا بد من معدل يؤهلها لوظيفة مرموقة؛ لتساند عائلتها بعد إصابة والدها التي ألزمتها السرير.

وقبل أن تنام تهاتف والدها كاتمة غصة الفقد والشوق وتعب اليوم «وحشتني بيه! احنا بخير وما ناقصنا شيء!».

هذه حواء! فماذا لو أنها من ضلع «مستقيم»؟ ولو أنها «كاملة عقل ودين»؟

اللهم اكتب أجر كل حواء، واحفظها، فهي الحياة، والجمال، والإنجاز.

## أبجديات جامعية

أمة الحفيظ علوي

أستاذة محاضرة بقسم اللغة الإنجليزية وأدبية وشاعرة باللغات العربية والانجليزية والأوردية

## موضات رائجة

مجد آل عواض

تخصص لغة عربية

أصبح عالم الأزياء واسعاً، وأكثر انتشاراً من ذي قبل، حيث انتشرت في السنوات الأخيرة العديد من الأزياء والموضات الماركات المختلفة.

حيث لم يكن هناك ما يعرف بالأزياء والموضات قبل ٥٠ عاماً في وطننا العربي، ولم يعرف ما يسمى بالأزياء المعاصرة، فقد كان الناس في الماضي لا يهتمون بالموضة، فقد كان الرجال يرتدون ما يعرف بـ «الميزر»، حيث يقومون بلفه على صدورهم.

وأما النساء فارتدين قطعة واحدة من نفس القماش ونفس التصميم، ولكن في وقتنا الحالي انتشرت العديد من الأزياء والتي تصدرت قائمة اهتمامات الناس، ففي صيف وربيع ٢٠١٧ كان الدارج في هذه الأزياء اللون الأزرق والأصفر. وأما في صيف ٢٠١٨ فاهتم المصممون بالألوان الفاتحة التي تعطي طابع الأزهار كالزهري، وأيضاً المعاطف والقطع المصنوعة من الـ «دينيم». أما في عامنا هذا، عام ٢٠١٩، فكانت الألوان الفاتحة على عالم الموضة ولا زالت أفكار المصممين مليئة بالأفكار التي ستخرج الكثير من تصاميم الأزياء المختلفة في كل عام.

ولعل ما ساعد في ازدهار عالم الأزياء والموضات بشكل واسع هم خبراء وعارضات الأزياء اللاتي كان لهن دور كبير في انتشار الأزياء والموضات الرائجة من خلال عرض ألوان الملابس وتصاميمها وتنسيقات مصممها، فهم الخطوة الأولى لصنع مثل هذه القطع من الأزياء الرائجة بتصميمات ساحرة وتداخل ألوان ملفت للناظرين، حيث لم يقتصر الأمر على عارضات الأزياء والمصممين في الدول الغربية، فقد كان للوطن العربي حظ وافر من انتشار الأزياء العالمية المعاصرة، كما أن الموضات لم تقف فقط عند الأزياء، بل كان هناك نصيب من هذه الموضات الدارجة في ديكورات المنازل والإضاءات وقصات الشعر المختلفة، فالموضات بجميع مجالاتها أصبحت جزءاً لا يجتزأ من واقع حياتنا اليومية.





## السطو المشلح<sup>٤</sup>

ولست هنا في مقام البحث عن الأسباب والحلول وإبراز الشواهد لأن المدار عائد إلى الديانة قبل كل شيء ومن قواعد الدين حرمة الاعتداء على غيره أيا كانت صور السطو والاعتداء الذي سماه بعض أساتذتي الظرفاء بالسطو المشلح، من اسم الفاعل، ثم ذهب المروءة بأن يتأكل بجهود غيره ويرتفع على حسابهم. هذا السطو الذي ترى بداياته عندما تزور أي مكتبة تصوير فتناذيك الإعلانات بالاستعداد لكتابة الرسائل والمشاريع والبحوث وحل الواجبات الالكترونية إضافة ضعف الباحث وعدم أهليته وضعف إعداده ليتمر بأحوال ليس هنا مجال بسطها لأنها ميكية بدموع امتزجت بالدم لينتج لنا هذه النماذج التي ينطبق عليها قوله صلى الله عليه وسلم في المتشعب بما لم يعطه كلابس ثوبي زور والله المستعان.

أستطرد في ذكر أمثلة لهذا حتى لا أهدم صورا جميلة في أعين الناس والسطو على الجهود العلمية من كتب وبحوث وأعمال إبداعية قديمة في تاريخها ومتجددة في وقائعها وقد تعرض لها القدماء بحثا ومناقشة. فأعظم الغين أن ترى الأفكار التي طالت بك الليالي لاستخراجها ثم نظم عقدها في صياغة عباراتها وفرحتك بالوصول إلى حقائق لم تسبق إليها، ثم تكون المفاجأة بسطو غيرك عليها بحروفها وكلماتها وادعاء سبقه إليها لا تسئل عن شعور الغين والأسى كأنك ترى مالك قد سرق منك وهو بيد غيرك يتمتع به ولا تستطيع أخذه، وهو جزء من معاناة كل باحث جاد يحمل هما وهدفا من وراء بحثه وهذا هو الفرق بين غاية السارق والمسروق منه.

دعيت إلى مناسبة علمية أقامتها إحدى الجامعات وكانت لي ورقة طبع في الحلقة أوراق المناسبة، وكان شريكي في الحلقة شخصية اعتبارية سبقتني في الكلام، ففوجئت أنه يقرأ حروفي وكلماتي ثم همس في أذني عقبها أنه لم يعد شيئا للمناسبة لكثرة ارتباطاته، وقد أعجبته ورقتي فاستفاد منها!

فزاد في جلادته فلم يقتصر على السطو ففعل مشاركتي لا قيمة لها كونه ألقاها!

هذا غيظ من فيض لحوادث وقفت عليها كان الاعتداء فيها على شخصي الضعيف ولا أستطيع أن



أ. د. أحمد بن محمد بن حميد  
كلية الشريعة وأصول الدين



## بانوراما

د. عمر إبراهيم بوسعدة  
أستاذ مشارك بقسم الإعلام والاتصال  
obousada@kku.edu.sa

## الثقافة والقوة

تعجيني كثيرا كتابات المفكر البريطاني «ستيفن جونز» حول نظريته في علاقة الثقافة بالقوة مبرزا من خلالها دور المثقف في التغيير الإيجابي داخل المجتمعات، وخاصة توجيه الممارسات الاجتماعية؛ لتتوافق مع الأدب والنقد والدوق وتربية الأجيال.

لقد أثارت أفكاره الناضجة وتأملاته الفكرية العميقة في فلسفة الثقافة اهتماما واسع النطاق في مختلف الدوائر الفكرية العالمية، وخاصة في المشهد الثقافي الإنجليزي باعتبارها تؤسس لثمنية ارتباطية بين الثقافة في بعدها الإنساني والقوة، مؤكدة في نفس الوقت استطاعتها إضعاف وحتى إتلاف العلاقة الصلبة المشكلة حاليا بين المعلومة والسلطة والمال التي روج لها المفكر الأمريكي «ألين توفلر» في كتابه الذي يحمل عنوان «السلطات الجديدة»، وأدت للأسف إلى هيمنة البعد المادي على الرؤى والتصرفات في عالمنا المعاصر وتراجع بذلك الفعل الإنساني في سلوكيات الجماهير.

وبالتالي، فوجود المثقف البطل القوي بعلمه وحكمته وبصيرته ضروري وأساسي في أي تغيير أو نهضة في أوساط المجتمعات الحديثة التي تعيش مثلما يقول الفيلسوف الفرنسي «جاك دريدا»، التشظي والتفكيك في بنيتها الأخلاقية والحضارية، فهو يعيش هموم عصره ويرتبط بقضايا أمته ليصنع التغيير والقوة.

فمن هذا المنطلق، يبدو أن هذا المفهوم الذي يطرحه «ستيفن جونز» من خلال رؤيته في تلازم الثقافة والقوة يمكن أن يضع الأطر الصحيحة لعمل المثقف ويحدد دوره في مجتمعاتنا التي تشهد تحولات جذرية في العديد من المجالات المرتبطة بمنظومتها القيمية والفكرية وتؤسس لمشكلات عويصة طرأت في مشهدها الثقافي والفكري والاجتماعي، وقد تعصف بالوعي الجماعي والفعل الحضاري فيها وتعرقل أو حتى تدمر حركة التقدم والتطور في جناباتها.

يوجد فرق شاسع بين المثقف المزيف الذي يعيش في برج العاجي ويعتقد أنه أعلى من كل الناس، والمثقف الحقيقي القوي الذي يحمل هموم الناس من كل الفئات في المجتمع من فقراء ومحرومين وكادحين، يسعى إلى فهم واقعي ويعمل جاهدا إلى تغييره إيجابيا وبالطريقة المناسبة التي تنشر الوعي والتفاهم والتعاون. نحن بحاجة ملحة في مجتمعاتنا إلى هذا المثقف القوي الذي يسعى إلى أن يكون طلائعيا يقود التصدي في وجه كل التحديات، ويرسم معالم الطموح والتطور بداخله.



وسُرورا، أي حسنا وسُرورا في الوجود وسرورا في القلوب. ودعا لهم بالوجهة بين الناس، وقد استجاب الله تعالى دعوة نبيه، صلى الله عليه وسلم، لأهل الحديث كما قال سفيان بن عيينة رحمه الله: فما من أحد يطلب حديثا إلا ويبي وجهه نضرة. والمراد أنه لا يوجد أحد من طلاب الحديث إلا وقد منحه الله تعالى نشاطا، وقوة في جسمه، وصفاء في لونه، وبهجة في صورته ووجهة بين الناس، وإنما دعا له النبي، صلى الله عليه وسلم، بهذه الدعوة المباركة، فكان جزاؤه من جنس عمله. وأما فائدة ذلك: فإنها لا تقدر فضلا وخيرا وأجرا. ويكفي المسلم شرفا أن يكون حافظا لأحاديث النبي، صلى الله عليه وسلم، ووعاء من أوعية العلم، فقد قال الله تعالى: «يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ» (المجادلة: ١١)، وَقَالَ تَعَالَى: «قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُو الْأَلْبَابِ» (الزمر: ٩)، ويكفي حافظ الحديث فضلا دعاء النبي صلى الله عليه وسلم له.

إن الكتاب والسنة توأمان. وقد كان جبريل ينزل بالسنة كما ينزل بالقرآن. فهي وحي إلهي منزل، وهي المرجع الأول في تفسير القرآن الكريم، والمصدر الثاني من مصادر التشريع الإسلامي. ولذلك كان لعلم الحديث مكانته السامية، وكان لأهل الحديث مكانتهم المرموقة بين العلماء، ويكفيهم شرفا أن النبي، صلى الله عليه وسلم، قال بشأنهم، في حديث شريف «نضر الله امرأ سمع مقالتي، فبلغها، فرب حامل فقه غير فقيه، ورب حامل فقه إلى من هو أفقه منه». في هذا الحديث الشريف أن النبي، صلى الله عليه وسلم، قال: «نضر» أي دعا لمن بلغ حديثه بالنضارة وهي النعمة والبهجة يقال: نضره الله ونضره، فإن في وجوه أهل الحديث نضرة، وقيل الحديث أشار به إلى من يبلغون سنته، ومنه قوله تعالى «وَجُودَ يُؤْمِنُ نَاضِرَةٌ لِي رَبِّهَا نَاضِرَةٌ» ناضرة يعني حسنة إلى ربها ناضرة، يعني تنظر بالعين إلى الله عز وجل، منهم قوله تبارك وتعالى «فوقاهم الله شر ذلك اليوم ولقاهم نضرة»

## تبليغ الحديث وحفظه

د. إحسان ميرغني آدم  
كلية المجتمع أبها

آخره مهما كانت العواقب، ولا تياسوا من المحاولة للوصول إلى نجاحاتكم، ولا تدفنوا أحلامكم، واجعلوا من أخطاء الآخرين خبرة وعبرة لكم، فلن يصل المبدعون، والمخترعون الناجحون إلى حديقة النجاح دون المرور بمحطات اليأس، والفشل، والتعب، فصاحب العزيمة والإرادة القوية لا يطيل الوقوف فيها، وأن الصبر على الصعاب يقودنا لنجاحات عظيمة جدا، حينها انظروا إلى انتصاراتكم، وانصتوا إلى تغريد إنجازاتكم، وسوف تلمسون تلك النتائج على أرض الواقع، فالنجاح كسوة لا يمكن حجبها. فلا يندم أحد على بذله لكل ما في وسعه، ولكن ما أكثر الذين ندموا على النوم والكسل. في النهاية تأكدوا أن الطريقة الوحيدة لعدم الفشل، أو ارتكاب الأخطاء هي عدم القيام بشيء جديد، فالاستمرارية، وإعادة المحاولة رغم الفشل هي بحد ذاتها نجاح، ولا تكتفوا بنجاحات صغيرة بل اجعلوا منها سلاسل تقودكم لسماء نحو الإبداع، والابتكار اللامحدود.

هل النجاح ضربة حظ؟ شيء لا يحدث كل مرة؟ هل الناجحون ولدوا كذلك؛ لحكمة الهية لا نفهمها؟ هل الفاشلون في الحياة مقدر لهم الفشل؟ قد تأتي على كل واحد منا فترات إحباط يرثي فيها نفسه، ويصبح ذا نظرة سوداوية، وأن ما حصل له هو نهاية الطريق، وخاتمة الحدث، فلا عودة ولا نهوض بعد هكذا وقوع. فالنجاحات العميقة، والثيقة هي تلك التي تأتي بعد الفشل المتكرر، ربما بعد سنوات طويلة، أو ربما بعد الموت، تكون من البدايات الصعبة، والعثرات القوية إلى النهايات الناجحة، والعظيمة. إليكم قصة السجين «كلايد بيزلي» الذي مكث فترة طويلة داخل السجن؛ لكنه لم يكن نهاية له، فهو حاليا يلقي محاضرات تشجيعية يحكي فيها قصته من شاب خالف القانون فنال عقابا مدته إحدى عشر سنة؛ لكنه لم ييأس، وتعلم درسه، وخرج ليصبح رجل أعمال ناجح، ومن سجين إلى ثري. فلكي تحصل على كنزك عليك أن تدفع الثمن، وأن تخوض الطريق إلى

## الفشل وسام الناجحين

أنوار إبراهيم البريدي  
كلية العلوم والآداب



## نوكيا تطلق أحدث أجهزتها Nokia 7.1

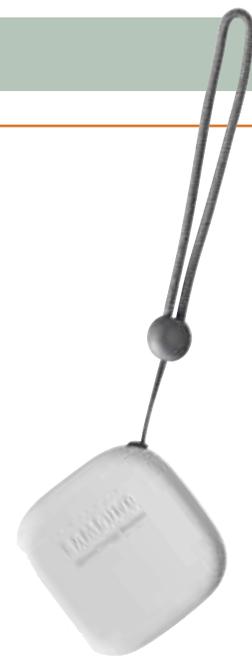
الأولى بدقة 12MP وفتحة عدسة f/4.8 والثانية بدقة 5MP وفتحة عدسة f/2.4.

وكاميرا أمامية بدقة 8MP وفتحة عدسة f/2.6 تأتي الكاميرات بـ فلاش LED ثنائي وتدعم HDR ومثبت بصري الإلكتروني ELS، تعمل على التصوير بدقة 216p/30FPS.

ومن جانب آخر يعمل الهاتف بنظام تشغيلي.. Android 8.1 خام من جوجل بالإضافة إلى معالج Snapdragon636 بثمانية أنوية ومعالج الرسومات.

Adreno506 ويملك ذاكرة عشوائية 4GB وسعة تخزينية 64GB ويدعم كرت مايكرو SD إلى 400GB وقابل للعمل بشريحتين أو شريحة ومايكرو SD.

ويضم الهاتف على منفذ USB Type-C ومنفذ السماعات وبطارية بسعة 460mAh تدعم تقنية الشحن السريع، ويأتي الهاتف بلونين فقط الأزرق والرمادي، ويصل سعر الهاتف إلى 279 دولار أي 1049 ريال سعودي.



## سامسونج تطلق جهاز SmartThings Tracker للتعقب

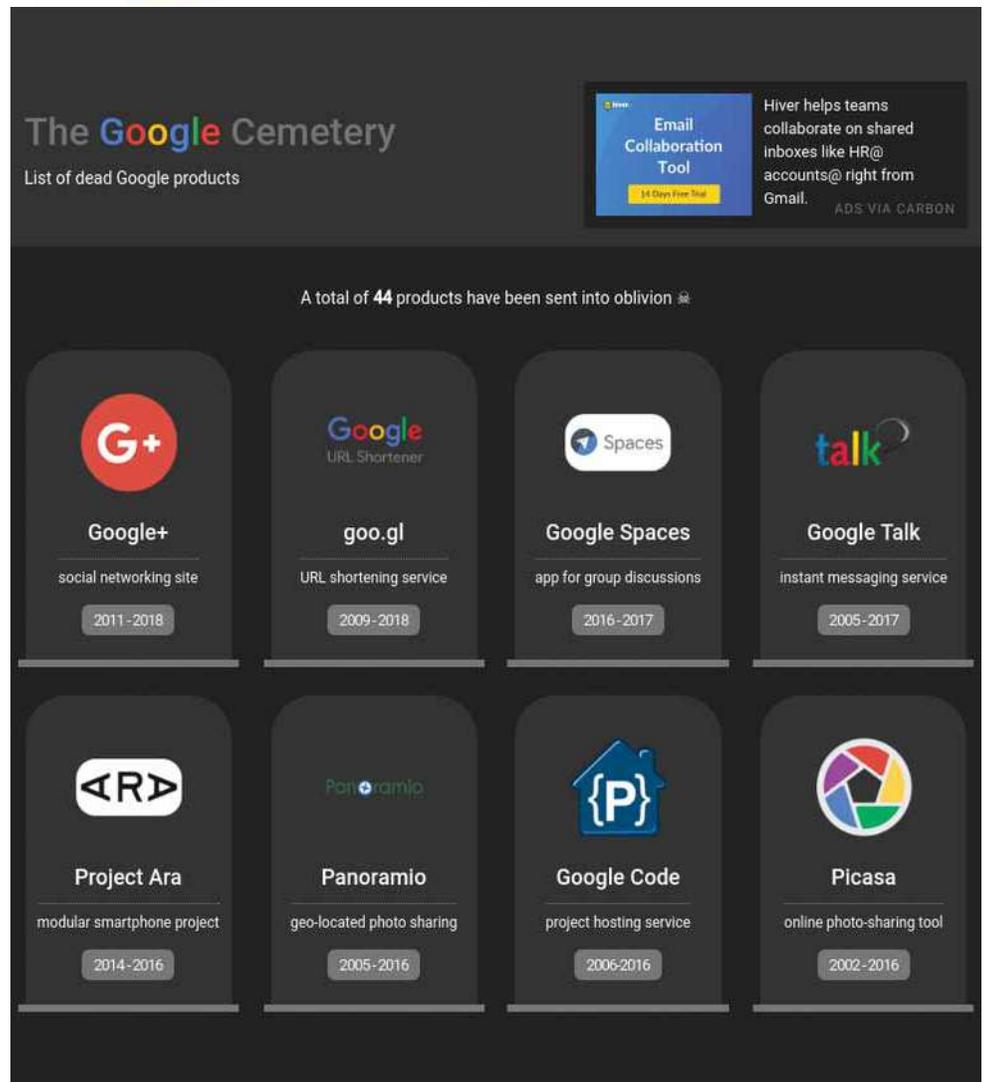
جوهرة الشهراني

أطلقت شركة سامسونج جهاز التعقب SmartThings Tracker الذي صمم لمراقبة مكان الأشياء أو الأشخاص المحمول، كمراقبة الأطفال، أو كبار السن المصابين بمرض الزهايمر.

ويقوم الجهاز بتلك الوظيفة عن طريق استخدام GPS وأيضا LTE، ويعتبر الجهاز من أحدث أجهزة التعقب التي تقدم من قبل شركة سامسونج مع دعم LTE-M الذي يعتبر معيارا للشبكات مصمم خصيصا لأجهزة IoT كبديل للبلوتوث، كما يتم التحكم بالجهاز من خلال تطبيق SmartThings الموجود بالهاتف المحمول، حيث يمكنك الحصول على المعلومات الجغرافية لغرض المراقبة، وإرسال إشارات وتنبيهات في حال تحركه أو خروجه، ويمتص الجهاز أيضا إمكانية العمل على موقع جغرافي محدد.

ومن مميزات الجهاز أيضا أنه يحمل شهادة IP68 التي تعني أن الجهاز مقاوم للماء، وللأتربة، بالإضافة إلى بطاريته التي تكفي أن تبقى الجهاز يعمل لمدة أسبوع كامل من خلال شحنه مرة واحدة فقط.

ويأخذ الجهاز شكل مربع صغير مما يسهل حمله، أو وضعه مع حزمة المفاتيح وغير ذلك، كما أنه يتضامن مع أجهزة Samsung SmartThings، وهذا سيجعل استخدام الجهاز مع أجهزة سامسونج الذكية الأخرى مثل الأضواء، وكاميرات المراقبة وغيرها من الأجهزة أمرا في غاية السهولة.



## «غوغل» تطلق أول مقبرة إلكترونية في العالم

رائدة آل محي

نتيجة انخفاض مستوى تفاعل المستخدمين وتراكم الأخطاء في البرنامج.

أطلقت شركة «غوغل» مقبرة غوغل» إلكترونية جديدا باسم «مقبرة غوغل» يضم 44 مشروعا أطلقتها الشركة منذ 2004 ولكنها لم تكمل بالنجاح. وذكرت «غوغل» كل خدمة مرفق معها سبب إنهائها وتاريخ إنشائها وإلغائها، وقد يكون السبب الرئيسي في تدهور The Google Cemetery هو إلهام المطورين بهذه الخدمات أو لفت النظر لجهود «غوغل» بها حتى ولو لم تحظ بالنجاح. ومن أبرز هذه الخدمات:

**Picnik**  
في 2012 تم إيقاف الخدمة وإضافة تطبيق بنفس الأدوات إلى Google، وقد أشار الموقع الجدل في ما إذا كانت غوغل بنفسها قامت بإنشاء الموقع أم أنه اجتهاد أحد المبرمجين.

**Google URL Shortener**  
أعلنت الشركة في وقت سابق أنها ستقتل منتجا آخر لتكشف عن إيقاف خدمة تقصير الروابط وقالت إنها Google URL Shortener كان أداة عظيمة يفتخر بها، ولكن تتطلع للمستقبل وإنها متحمسة لإمكانات الروابط الديناميكية.

**Google Spaces**  
الفريق الذي أطلق المشروع هو ذاته الذي قرر إغلاق هذه الخدمة المتخصصة في المشاركة الاجتماعية دون إبداء أية أسباب واضحة لإنهاء الخدمة.

**Google Talk**  
أوقفت هذه الخدمة وقررت «غوغل» استخدام Hangout بدلا منها. Picasa ذكرت «غوغل» أن السبب الرئيسي وراء غلق بيكاسا هو أنها أرادت تركيز جهودها بالكامل على

**+Google**  
قررت الشركة إنهاء الخدمة التي عملت من عام 2011 إلى أكتوبر 2018

# أفق

أسبوعية جامعة الملك خالد

المستشار المشرف العام  
أ.د. علي بن شويل القرني  
هاتف 2419573 | aalkarni@kku.edu.sa

نائب المشرف العام  
محمد إبراهيم العسيري  
هاتف 2419575 | lmioo@kku.edu.sa

نائب المشرف العام التنفيذي  
يحيى بن عبدالله التيهاني  
هاتف: 2419922 | yaltihani@kku.edu.sa

نائب المشرف العام - المدير الفني  
أسعد أبو قاعد  
aaqaoud2@yahoo.com

مساعدة المشرف العام - القسم النسائي  
ريم العسيري  
easserri@kku.edu.sa

مساعد المشرف العام - المتابعة الادارية  
عبد الله علي زارب

الهيئة الأكاديمية  
د. مساعد ساعد  
د. مريم العجمي  
أ. نورة عبد القادر عامر  
أ. حنان الرويثي

التحرير التنفيذي  
سلطان عوض العسيري  
علي أحمد آل سعيد  
عادل عبد الرحيم العقيد

التصوير الفوتوغرافي  
محمد فائع  
عبد الوهاب الألمعي

غرافيكس  
رغد عبد الله الشهري  
أركان محمد درس

رئيس التحرير  
عبد الرحمن عبد الله آل بهران  
نائب رئيس التحرير  
عبير حمود الشهراني

هيئة التحرير الطلابية  
شوق يحيى الشهري  
رائدة مشيب المحدي  
بشائر سعيد الغامدي  
رناد سرحان بهران  
جوهرة عبيد الشهراني  
شذا عبد الرحمن أحمد مرعي  
موسى محمد آل شاهر القحطاني  
عماد عامر عسيري  
أسامة سفر آل مشعل  
سعود محمد علي عسيري  
عبد الله آل ظاهر

قسم الأخبار: Aafaq1@kku.edu.sa | قسم الإعلان والتوزيع: هاتف 2419441 - فاكس 2419933 - Aafaq5@kku.edu.sa  
كافة المراسلات باسم المشرف العام | صحيفة «أفق» المدينة الجامعية، أبها، مبنى المدرجات المركزية (ب) | هاتف: 2419441 | فاكس: 2419933  
البريد الإلكتروني: aafaq@kku.edu.sa | تويتر: twitter.com/aafaqkku | فيسبوك: facebook.com/aafaqkku  
كافة الآراء الواردة في الصحيفة تعبر عن وجهة نظر أصحابها ولا تعكس بالضرورة رأي صحيفة أفق أو رأي جامعة الملك خالد  
كافة الحقوق محفوظة لصحيفة «أفق»



## نافذة

أ.د. علي  
بن شويل القرني  
aalkarni@kku.edu.sa

## كلية الإتصال والمعلومات

تدور حالياً في قسم الإعلام، ويتوجيه من معالي مدير الجامعة الأستاذ الدكتور فالح بن رجاء الله السلمي، حركة دؤوبة بخصوص تحول قسم الإعلام والاتصال إلى كلية، تفاعلاً مع «إرادة تحول» بادر بها معالي المدير، حيث تم تشكيل لجان قامت بمراجعة تخصصات الإعلام في الجامعات العالمية في أمريكا وأوروبا وغيرها من الجامعات. وكان مستدعى هذا التحول هو توجه الجامعة في إعادة هيكلة برامج الكليات وخطط الأقسام لتواكب «رؤية المملكة ٢٠٣٠»، كما قمنا بمراجعة داخلية لكافة تخصصات الإعلام والاتصال في الجامعات السعودية والعربية، ووجدنا تقادم هذه التخصصات وتوزيعها الواسع التقليدي (صحافة إذاعة وتلفزيون وعلاقات عامة) كما راجعنا سوق العمل السعودية الحكومي والخاص فوجدنا أن بعض هذه التخصصات إذا بقيت كما هي عليه الحال، فإنها آيلة للموت قريباً. وكل هذه المعطيات أفضت بنا إلى وضع تصور جديد غير مسبوق في مجمله، وبالتالي رسم هوية تخصصات الإعلام من جديد في الوطن العربي؛ ونعمل حالياً في النسق الإجرائي الأخير لإنتاج هذه المخرجات وإعلانها عبر المجالس المختلفة في الجامعة، ومنتظر دعماً كاملاً لهذا المشروع حتى تصبح جامعة الملك خالد مركزاً ريادي جديد في تخصصات الإعلام والاتصال والمعلومات.



أفق .. صحيفة الجميع في جامعتنا ومجتمعنا

E-Mail: aafaq@kku.edu.sa | Tel: 0172419922 | Fax: 0172419933

## أحوال أبها

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس
10-19	09-17	11-20	11-21	-11 20
شمس	مطر	شمس	شمس	غائم جزئياً

## أحوال الرياض

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس
10-22	09-22	06-18	10-19	15-26
مطر	مطر	شمس	شمس	غائم جزئياً

## أحوال مكة

الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس
15-24	16-26	19-31	22-33	19-29
شمس	شمس	شمس	غائم	غائم جزئياً

## آفاق طلابية

عبدالرحمن عبد الله آل بهران  
رئيس التحرير



## إجعل لنفسك قيمة

بعيدا عن ما قرأته، فأنا ادعوك إلى جولة استشرافية لمستقبلك الخاص تطل فيه على ما هو أبعد من مدى بصرك؛ حتى لا تفقد ذلك النور الذي يسطع بداخلك فيظهر للعالم كل الأفكار والأهداف والآراء أو التوجهات أو النظرات أو حتى توقعاتك التي جعلت منها جدولا زمنيا، جعلته لنفسك لتحقيق أهدافك وموهبتك التي ستصنع بها مستقبلا؛ لتستطيع أن تكون ذلك الشخص الذي يمتلك كل مقومات النجاح الذي ستدفعه؛ لتكون ذاته التي ارتضاها، لكي تكون منارا للمستقبل من خلال تحديد أولوياتك والتحكم بها، لتكون بذلك استطعت أن تعد نفسك؛ لتحقيق ما تريد وبكل تميز، فكل ما تحتاجه هو فقط دعوة منك لله، وإقرار بمكتسباتك.

لولا المشقة ساد الناس كلهم  
لجود يفتقر والإقدام قتال



## العالم من حولنا



## إطلاق أكبر برنامج لاكتشاف المواهب المحلية الترفيهية

وقد أعلنت الهيئة العامة للترفيه عن بدء استقبال المشاركات عبر الموقع الإلكتروني للبرنامج، وستكون مرحلة التقييم والترشيح في الفترة من ١ مايو إلى ٣٠ يونيو، في حين ستبدأ عروض الأداء الحية والتحكيم في ١ يوليو وتستمر إلى ٣١ أغسطس، يلي ذلك مرحلة التصويت التي تنطلق في الأول من سبتمبر حتى نهاية الشهر، ثم يتم إعلان الفائزين والاحتفال بهم خلال شهر أكتوبر من العام الجاري ٢٠١٩.

الجدير بالذكر أن جميع الشروط والأحكام وحقوق النشر المتعلقة بالمشاركين وأي استفسارات أخرى يمكن الاطلاع عليها عبر الموقع الإلكتروني للبرنامج.

للمركز الأول، و ٣٠٠ ألف ريال للمركز الثاني، و ٢٠٠ ألف ريال للمركز الثالث.

وتأتي فئات «تحديات الترفيه»، العشرين على النحو التالي: أنغام الترفيه، ماراثون الضحك، فنان الجرافيتي، مطرب السعودية، شاعر الوطن، السيرك السعودي، أولمبياد الطبيعة، التطبيقات الترفيهية، التمثيل، الرقصات الشعبية، عروض الدبابات، شيف المملكة، عروض السيارات، كرتون سعودي، عروض الحيوانات، فنون الخفة، التزلج، الكوميك السعودي، الفيديو والتصوير، وتغطية الفعاليات، بالإضافة إلى إتاحة الهيئة الفرصة لجميع لاقتراح أي موهبة ترفيهية لم تكن ضمن الفئات المتاحة.

رابط البرنامج الذي يمكن للجميع التسجيل من خلاله، وهو: <https://geachallenges.com>

ويهدف البرنامج، إلى اكتشاف المواهب الوطنية في مجالات الترفيه المختلفة، وتوسيع نطاق الوصول لتشمل جميع سكان المملكة، إلى جانب تحفيز كافة شرائح المجتمع على المشاركة بمحتوى ترفيهي محلي يليق بصورة وثقافة المملكة.

وسيحظى الفائزون بالتحديات بإجمالي دعم يصل إلى ٢٠ مليون ريال من أجل تدريب وتمكين مواهبهم للوصول للعالمية.

وسيتهم دعم الفائزين بالمراكز الثلاثة الأولى في كل تحدي ببرامج تدريبية لتطوير مواهبهم وتنمية قدراتهم، بما يعادل ٥٠٠ ألف ريال



أعلن معالي رئيس مجلس إدارة الهيئة العامة للترفيه الأستاذ تركي بن عبدالمحسن آل الشيخ، الخميس الماضي، عن إطلاق البرنامج الوطني لاكتشاف المواهب الترفيهية «تحديات الترفيه»، الذي يهدف إلى اكتشاف المواهب وتطويرها وتمكين أفضل المواهب لتصل إلى العالمية، معلنا عن

