

تعرفوا على فيتامينات السعادة الزوجية

إعداد/ دنيا هاني

مجموعة من الفيتامينات الضرورية والتي يجب على كل زوجة وأم حريصة على سعادة أسرته أن تستخدمها لما فيها من فائدة لصحة الأسرة من الناحية النفسية وبهذا يسود جو من التفاهم والود والصفاء في كل بيت يبني على حياة زوجية سعيدة..

فيتامين (أ) روثانيات: يوجد في جلسة إيمانية من ذكر أو تدارس علم نافع يرقق القلوب أو تفكير، أو الاتفاق على طاعة تقومون بها مع الأولاد، ويكفي تناول هذه الجرعة مرة واحدة أسبوعياً على الأقل.

أهميته: ضروري جداً لتجديد كرات الدم الإيمانية، وإزالة الصدأ الناتج عن ملوثات الحياة، كما أنه يقي القلب من الفتور الإيماني الذي يعكر صفو الحياة.

فيتامين (ب) تسامح: يوجد في لحظات صفاء، تتعاطبان فيها برقة وبصوت هادئ يملؤه الود والحب للآخر، وتصارحينه بكل ما يجيش في صدرك.



سياسة الإجازة المرضية



المرض

لن نقبل أي عذر من الطبيب لإثبات مرضك، نحن نؤمن أنه إذا استطعت الذهاب إلى الطبيب فيمكانيك المجيء إلى العمل.

العملية الجراحية

نحن لن نسمح بهذا بعد الآن، ونأمل أن لا تفكروا في إجراء أي عملية جراحية، نحن نؤمن أنه طالما كنت موظفاً عندنا فأنت بحاجة إلى كل ما تملك من أعضاء ولن تفكر في إزالة أي منها.

حادث الوفاة

إذا لم تكن أنت المتوفى والإجازة مرتبطة بحضور جنازة قريب لك فالعذر مرفوض لأنك لن تستطيع عمل أي شيء له، ونحن نؤمن بوجود شخص آخر يمكن أن يحل محلك لحضور الماتم، ولكن في حالة أن يكون الماتم مساءً، نحن يسعدنا أن تعمل خلال فترة راحة الغداء ونعدك تستأذن قبل ساعة من موعد انصرافك، مع التأكد أن العمل سوف يستمر دون أي مشاكل بغيابك.

وفاتك

في هذه الحالة سوف نقبل عذر غيابك ولكن نحن نطلب إبلاغنا على الأقل قبل أسبوعين، لأننا نشعر أنه من واجبك أن تدرب بديلك.

وأيضا

بشكل عام هناك كثير من الوقت المهدور في دورات المياه. في المستقبل القريب سنطبق نظام الأجدية حيث كل من يبدأ اسمه بحرف الـ "ا" سوف يذهب من الساعة 8:00 حتى ساعة 8:15 وهكذا. إذا لم يأت دورك سوف تنتظر اليوم التالي حتى يأتي دورك.

نحن نقدر تعاونك معنا

الإدارة



سبحان الله الغراب

يستعين بصقر

للوصول إلى مبتغاه!!



طرفة الكامير

بطاقات محبة للحيوانات الأليفة في إيطاليا

أطلقت إيطاليا بطاقات صحية رقمية جديدة للحيوانات الأليفة تهدف لمساعدة السلطات على تفادي انتشار أمراض الحيوانات الخطيرة؛ وذلك عبر تشكيل بنك معلومات صحية تتعلق بهذه الحيوانات في البلاد.

وذكرت وكالة أنباء (أنسا) الإيطالية أن المبادرة التي أطلقتها وزارة الصحة وجمعية الأطباء البيطريين الوطنية ستخول أصحاب الحيوانات متابعة صحة حيواناتهم الأليفة بشكل أفضل. وقالت «فرانسيسكا مارتيني»، وكيلة وزارة الصحة، أن هذه البيانات ستسمح للوزارة بمراقبة الأوبئة.. كما يمكن أن تساعد في الحصول على معلومات حول طبيعة وفاة بعض الحيوانات نتيجة أسباب غير طبيعية، مضيفاً أن البطاقات تشمل معلومات أوفر مما تتضمنه بطاقات الأمن الاجتماعي للبشر! وسوف تكلف البطاقات أصحاب الحيوانات الأليفة - التي تتضمن الكلاب والقطط والأرانب- 28 يورو سنوياً.

النسيان

إذا كان شريط الذكريات يؤلمك أحياناً فهناك دواء جميل اسمه النسيان إنه صندوق صغير لا ينبغي أن نفتحه أبداً

كل ما في الأمر حاول من وقت لآخر أن تراجع شريط ذكرياتك و تلقي ما تلف منها في صندوق النسيان..

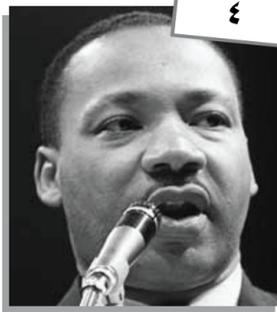


هذا اليوم في التاريخ



1968

اغتيال زعيم الحركة الاميركية للمطالبة بحقوق السود مارتن لوثر كينغ خلال القائه خطاباً في ممفيس (ولاية تينيسي).



1986

انتخاب الممثل كلينت ايستوود عمدة لمدينة كارمل بـ 72٪ من الاصوات.

AFP

1953

السلطات السوفياتية ترد الاعتبار لـ 15 طبيباً معظمهم من اليهود كان ستالين اعتقلهم واتهمهم بمحاولة قتله وتقر بان اعترافاتهم انتزعت "بوسائل لا يسمح بها القانون السوفياتي".

1964

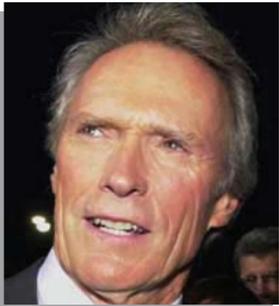
الرئيس القبرصي الاسقف مكاريوس يلغي الاتفاق الموقع في 1959 مع تركيا واليونان.

1979

اعدام رئيس الوزراء الباكستاني السابق ذو الفقار علي بوتو بامر من الجنرال ضياء الحق.

1998

توقيف رئيس بلدية طهران غلام رضا كرياستشي القريب من الرئيس الاصلاحى محمد خاتمي بتهمة الفساد.



نوادير

حذاء الضيف !

يحكى أن أحدهم نزل ضيفاً على صديق له من البلاء وما أن وصل الضيف حتى نادى البخل ابنه، وقال له : يا ولد عندنا ضيف عزيز على قلبي فذهب واشتر لنا نصف كيلو لحم من أحسن لحم ، ذهب الولد وبعد مدة عاد ولم يشتر شيئاً، فسأله أبوه : أين اللحم !!! فقال الولد : ذهبت إلى الجزار وقلت له : أعطنا أحسن ما عندك من لحم. فقال الجزار : سأعطيك لحماً كأنه الزيد، قلت لنفسي إذا كان كذلك فلماذا لا أشتري الزيد بدل اللحم .. فذهبت إلى البقال ، وقلت له : أعطنا أحسن ما عندك من الزيد ، فقال: أعطيك زيدا كأنه الدبس فقلت : إذا كان الأمر كذلك فلأفضل أن أشتري الدبس .. فذهبت إلى بائع الدبس، وقلت: أعطنا أحسن ما عندك من الدبس. فقال الرجل: أعطيك دبساً كأنه الماء الصافي، فقلت لنفسي : إذا كان الأمر كذلك - فعندنا ماء صافر في البيت، وهكذا عدت دون أن أشتري شيئاً، قال الأب : يالك من صبي شاطر .. ولكن فاتك شيء، لقد استهلك حذاءك بالجري من دكان إلى دكان، فأجاب الابن لا يا أبى .. أنا لبست حذاء الضيف.

كلي ثقوب ومع

ذلك أحفظ الماء.

فمن أكون ؟.

حل العدد الماضي : في اليوم

التاسع

طرز طار



الحمل	الثور	الجوزاء	السرطان	الأسد	العذراء
3/21 إلى 4/19	4/20 إلى 5/20	5/21 إلى 6/21	6/22 إلى 7/22	7/23 إلى 8/22	8/23 إلى 9/22
يتحدث القمر الجديد في برجك عن جو من التعاون وعن فرص مهمة وجديدة، فتظهر حساً كبيراً جداً بالمسؤولية وتكون متفهماً منفتحاً وتتمتع بحيوية فائضة وتتألق لك فرص إنجاز مشاريع قديمة أو جديدة أو عالققة.	القمر الجديد في الحمل يعانق جوبيتر فيجعله متحمساً لأمر ما، لكن الفلك ينصحك بالكماتن، خاصة إذا كنت بصدد تقديم مشروع فني أو أدبي أو ثقافي. نصيحة الفلك هي التروي والانتظار ، فلا تستعجل شيئاً مهما كانت الظروف.	يشير هذا اليوم إلى فرص مهمة وجديدة، خاصة وأن (جوبيتر) يلازمه ويتحدث عن حظ وأفاق مهمة وتوقعات استثنائية. قد تذهل المحيط بقراراتك، ولكنك تلام على تسرع أو فقدان صبر.	حاذر حتى لا تبلغ المواجهة حد العنف فالقمر الجديد في الحمل يشير إلى نزاعات شديدة وغيلان في الأجواء وتغييرات مفاجئة ومربكة لمعظم مواليد السرطان.	القمر الجديد في برج الحمل يتحدث عن فرص جديدة تتعلق بسفر أو بنشر تروبي . يعانق (جوبيتر) القمر ويتحدث عن جديد يدخل حياتك. أما (نبتون) فيدخل برج الحوت ليغير بعض الانتماءات الفكرية .	انه يوم النشاط بامتياز، فالحماسة تبلغ ذروتها في هذا الوقت حيث تتعامل مع فرص جديدة تتحمس لها كثيراً وتضع لها الميزانيات والمخططات.
الجزان	العقرب	القوس	الجدي	الدلو	الحوت
9/23 إلى 10/22	10/23 إلى 11/21	11/22 إلى 12/21	12/22 إلى 1/19	1/20 إلى 2/18	2/19 إلى 3/20
تواجه بعض الاضطرابات نتيجة وجود القمر في الحمل الذي قد يوحي إلى فسح بعض العقود أو نزاعات في العمل أو حتى حروب في مكان ما وصدامات فكن حذراً يا عزيزي في الأيام الأولى من الشهر.	القمر الجديد في البيت السادس يدعوك إلى التحفظ أيضاً وعدم البدء بعمل جديد وانتظار وقت أفضل لإطلاق بعض المشاريع.	تبدأ صفحة جديدة وتفرح لحسم الأمور وتكون رؤيتك واضحة تماماً تتلاحق الأحداث وتكون سعيداً لانفراج أو لتطور جديد قد يتعلق بالعائلة أو بعقار ما وتفرح ببقاء مقرب أو تحتفل بمناسبة له.	ضف إلى ذلك القمر الجديد في برج الحمل ما يجعل اليوم دقيق جداً ومفتوح على كل الاحتمالات. تحفظ يا عزيزي، وابتعد عن الجدل والنزاع ولا تعرض نفسك لأي استفزاز أو خطر.	أما القمر الجديد في الحمل أيضاً فيزيد الأجواء الفلكية بريقاً ويجعل ستة كواكب تجتمع في برج الحمل ما يعني ظرفاً استثنائياً يؤثر قضايا عامة كبيرة ويحرك مشاريعك وخططك ويزودك بطاقة كبيرة.	تتاح لك بعض الفرص المالية الضخمة وتبحث عن طريقة للاقتصاد أو لحماية أموالك. إلا أنك في هذا اليوم تطل على عملية مالية ناجحة، قد تحمل إليك الأرباح من جهات عديدة.